



Liebe Nachbarin, lieber Nachbar,  
wir freuen uns auf den kommenden Frühling und darauf, Sie bei unseren Angeboten begrüßen zu dürfen! Schauen Sie in unser Programm und lassen Sie sich inspirieren, etwas Neues auszuprobieren oder etwas Vergessenes wiederzuentdecken. Ihnen fehlt etwas in unserem Angebot? Wir freuen uns auf Ihre Ideen und Vorschläge für unsere Nachbarschaft.

Ihr Team  
des Nachbarschaftszentrum Landstraße

**Mag.ª Jenny Reuter**  
Zentrumsleitung

**Mag.ª Beate Schmerl**  
Stadtteilarbeit, Freiwilligenkoordination

**Daniela Meier-Stauffer**  
Stadtteilarbeit,  
Soziale Orientierungsberatung

**Mag.ª Kordula Stephan, DGKP**  
Stadtteilarbeit, Gesundheitsbereich,  
Gesundheitsberatung

**Felix Höglinger**  
Zivildienstleistender

## NACHBARSCHAFTS- TAG 2025



Von Straßenfesten bis Pflanzentauschbörsen, von Wanderungen bis Workshops für alle Generationen: Beim **Nachbarschaftstag am 23. Mai** veranstalten Bewohner\*innen und Organisationen aus Wien zahlreiche gemeinschaftsfördernde Aktivitäten.

**Sie möchten auch eine Aktion umsetzen? Kontaktieren Sie uns!**

**E:** nachbarschaftszentren@  
wiener.hilfswerk.at

**T:** +43 1 512 36 61-3650



Informationen zu allen  
Veranstaltungen gibt es auf  
[www.nachbarschaftstag.at](http://www.nachbarschaftstag.at)

## MEINE GESUND- HEIT ZÄHLT



Zum **Weltgesundheitstag am 7. April** führt der Gesundheitsdienst der Stadt Wien (MA 15) gemeinsam mit den Nachbarschaftszentren Informationsveranstaltungen zu Vorsorgeuntersuchungen und Impfangeboten der Stadt Wien durch.



Nähere Infos auf unserer  
Website unter „Projekte“.

## BEFRAGUNG UNSERER BESUCHER\*INNEN



**Haben Sie sechs Minuten Zeit?**

Wir möchten gerne von Ihnen wissen, was Sie im Nachbarschaftszentrum gut finden und was Sie verändern möchten.

**Hier geht's zur Befragung:**



## Über das Wiener Hilfswerk

Träger der Nachbarschaftszentren ist das Wiener Hilfswerk. Das Wiener Hilfswerk ist eine gemeinnützige, soziale Organisation, die im Bereich der mobilen Pflege- und Sozialdienste, in der Kinderbetreuung sowie in der Wohnungslosenhilfe tätig ist. Es betreibt Tageszentren für Senior\*innen, Seniorenwohngemeinschaften, Nachbarschaftszentren, Freizeiteinrichtungen für Menschen mit und ohne Behinderungen sowie Sozialmärkte.

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

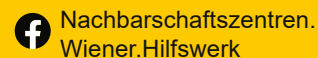
## Angebote im Überblick

- Hilfe und Pflege daheim, Notruftelefon
- Tageszentren für Senior\*innen
- Seniorenwohngemeinschaften
- Nachbarschaftszentren
- Freizeiteinrichtungen für Menschen mit und ohne Behinderungen
- Kindergruppe, Kindergarten, Tagesmütter\*väter, Betriebliche Kinderbetreuung
- Wohnungslosenhilfe/Betreute Wohnformen
- Sozialmärkte
- Arbeitslosenintegration
- Seminar- und Tagungszentrum SkyDome



### Nachbarschaftszentrum 3 Landstraße

Barichgasse 8, 1030 Wien  
T: +43 1 512 36 61-3250  
E: nbz3@wiener.hilfswerk.at



Nachbarschaftszentren.  
Wiener.Hilfswerk

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

### Öffnungszeiten

Mo. 9.00–12.00 und 13.00–17.00  
Di. 9.00–12.00 und 13.00–17.00  
Mi. 9.00–14.00  
Do. 9.00–12.00 und 13.00–17.00  
Fr. 9.00–13.00

### Schließtage:

1.4. und 30.5.



Gefördert vom Fonds Soziales Wien,  
aus Mitteln der Stadt Wien

Informationen über die Verarbeitung Ihrer Daten finden Sie auf unserer Website unter [www.wiener.hilfswerk.at/datenschutz](http://www.wiener.hilfswerk.at/datenschutz)

**Impressum:** Wiener Hilfswerk, Schottenfeldgasse 29, 1070 Wien, T.: +43 1 512 36 61, E.: [info@wiener.hilfswerk.at](mailto:info@wiener.hilfswerk.at), [www.wiener.hilfswerk.at](http://www.wiener.hilfswerk.at), Redaktion: Mag.ª Jenny Reuter, E.: [nbz3@wiener.hilfswerk.at](mailto:nbz3@wiener.hilfswerk.at),

Fotos: © Adobe Stock / Paul Bradbury – KOTO / Jenny Sturm, Illustration: © Fotolia / NL shop, Druck: der wiktoria, Wien, 2/2025

Nachbarschaftszentrum 3  
Landstraße



# PROGRAMM NACHBARSCHAFTS- ZENTRUM 3

März bis Mai 2025

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



Infotelefon +43 1 512 36 61-3250

GROSSE HILFE,  
GANZ NAH.

Wir ersuchen um Anmeldung für alle Gruppen, Beratungen und Veranstaltungen. Vielen Dank!

## Montag

- 10.30–12.00 **Qi Gong im Arenbergpark**
- 10.00–11.30 **Landstraßer English Conversation Club**  
Üben und verbessern Sie Ihre Englisch-Grundkenntnisse in angenehmer Runde.
- 13.00–14.30 **Erzählcafé „Lebensschätze“**  
Termine: 17.3., 14.4. und 19.5.
- 13.00–15.00 **Kreativcafé**  
Gemeinsames Nähen, Stricken, Häkeln und der Kreativität freien Lauf lassen.

## Dienstag

- 10.00–12.00 **Tischtennis im Arenbergpark**
- 11.00–12.00 **Gedächtnistraining**
- 13.00–14.30 **Free Art – freies Zeichnen**  
Termine: 18.3., 20.5.
- 13.00–15.00 **Kreativ-Workshop: Magische Geschöpfe**  
Termine: 4.3., 11.3., 8.4., 15.4. (outdoor), 6.5. und 13.5.
- 14.00–15.00 **Literatur-Club**  
Termine: 25.3., 29.4. und 27.5.



### Flohmärkte

#### Flohmarkt

Donnerstag, 20.3., 24.4. und 15.5.,  
jeweils 13.00–18.00  
Freitag, 21.3., 25.4. und 16.5., 9.00–12.00

#### Kost-Nix-Flohmarkt

Freitag, 21.3., 25.4. und 16.5.,  
jeweils 12.00–13.30  
Wir verschenken Kleidung und alles, was beim  
Flohmarkt sonst noch übrigbleibt.



### Deutsch-Angebote


Unsere aktuellen Deutsch-Angebote finden Sie auf unserer Website bzw. erhalten Sie in unserem Nachbarschaftszentrum gerne einen Flyer mit der Angebotsübersicht.

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

## Mittwoch

- 10.00–12.30 **Pastellkreidemalen**  
UKB: € 4,- / Termin.
- 16.00–17.30 **Landstraßer Singkreis**

## Donnerstag

- 10.00–11.00 **Gesund bewegen**
- 10.00–11.00 **Tanz im Nachbarschaftszentrum**  
Termine: 6.3., 3.4. und 8.5.
-  10.00–12.00 **Kreatives Schreiben – ONLINE**
- 13.00–14.30 **Nachbarschaftscafé**  
Ausgenommen an Flohmarkt-Tagen.
- 15.00–16.30 **Promenz Gruppe 1030**  
Gruppe für von Vergesslichkeit, Demenz oder Alzheimer Betroffene.
- Nach Vereinb. **Handy- und Laptop-Sprechstunde**

## Freitag

- 9.30–11.00 **Zwergel-Treff**  
für Kinder bis 3 Jahre  
Ausgenommen an Flohmarkt-Tagen.

*Wir  
freuen uns  
auf Ihren  
Besuch!*

## Veranstaltungen

### Keine Angst vor Digitalisierung

Freitag, 7.3., 10.00–13.00  
Die Digitalisierung bringt viele Vorteile mit sich, aber auch zahlreiche Herausforderungen und Hürden. In diesem Workshop meistern wir einige davon gemeinsam.

### Türkisch kochen

Samstag, 8.3., 10.00–16.00  
Lernen sie, wie man einige typische türkische Speisen, die zum Frühstück und als Vorspeise gereicht werden, zubereitet.  
UKB: € 10,-

### Bunte Klänge und selbstgemachte Lyrik

Mittwoch, 19.3., 13.30–15.00  
Ein bunter Reigen an Tönen und Texten.

### Wanderungen

- Samstag, 22.3.:  
Vom Eichkogel über den Wasserleitungsweg nach Pfaffstätten
  - Samstag, 26.4.:  
Badener Runde mit Ruine Rauheneck
  - Samstag, 24.5.:  
Von Purkersdorf auf die Rudolfshöhe und zum Schöffelstein
- Treffpunkt und Uhrzeit jeweils bitte im Nachbarschaftszentrum erfragen.

### Workshop: „Vergnüglich leben“

Mittwoch, 26.3., 30.4. und 28.5.  
jeweils 14.00–16.00  
Wir wollen auf humorvolle Art die erfreulichen Seiten des Pensionslebens bewusst machen.

### Stadtleben erleben

- Donnerstag, 27.3.:  
An der Donau entlang, TP: 10.00, Station Handelskai (S-Bahn/U6)
- Donnerstag, 10.4.:  
Am Laaerberg, TP: 10.00, U1 – Altes Landgut
- Donnerstag, 8.5.:  
Stadlau-Mühlwasser, TP: 10.00, U2 – Donaubrücke

### Philosophisches Café

Donnerstag, 27.3. und 10.4., jeweils 10.15–11.45  
Donnerstag, 9.5., 11.00–12.30  
In einer offenen Runde wird gemeinsam und mit Freude über ein bestimmtes Thema philosophiert.

### Frühlingsfest im Nachbarschaftszentrum

Mittwoch, 9.4., 13.00–15.00

### „Lieder, die guttun!“

Donnerstag, 10.4. und 22.5.  
jeweils 17.15–19.00  
Offenes gemeinsames Singen.

### Natur in der Stadt

Freitag, 11.4.  
TP: 13.15, S-Bahn-Station Wien Mitte, Bahnsteig 1  
Im Rahmen einer leichten Stadtwanderung erkunden wir die Renaturierung des Liesingbachs.

### Acrylmal-Workshop

Montag, 14.4., 10.00–16.00  
Dienstag, 15.5., 10.00–13.00  
UKB: € 14,-

### Töpfern

Dienstag, 15.4., 14.00–16.30  
UKB: € 6,-

### Workshop: Online – aber sicher!

Mittwoch, 14.5., 13.00–16.00  
In diesem Workshop lernen Sie, wie Sie sicher im Internet surfen, welche Arten von Betrug es gibt und wie Sie diese erkennen können.

### Nachbarschaftstag: Tausch- und Begegnungscafé

Freitag, 23.5., 10.00–15.00  
Unsere Türen stehen Ihnen offen!  
Kommen Sie vorbei zum Plaudern, Tauschen und Vernetzen.

### Kunstaussstellung: 4 Wochen – 4 Bilder

Wir bieten Ihnen die Möglichkeit, vier selbstgemalte Bilder für vier Wochen im Zentrum auszustellen. Bei Interesse melden Sie sich gerne bei uns.

Zentrumsübergreifender Gesundheitsschwerpunkt der Nachbarschaftszentren 2025:  
„GESUNDHEIT FÜR ALLE“

#### ■ Gesundheitsplausch

**Landstraße**  
Mittwoch, 5.3., 2.4. und 7.5.  
14.00–15.00

#### ■ Chronische Schmerzen verstehen

Donnerstag, 13.3., 13.00–14.30  
Bei diesem Vortrag erhalten Sie aktuelle Informationen und Hilfe zur Selbsthilfe.