



Liebe Nachbar*innen,

es gibt wieder viele interessante Angebote für euch.

Unter anderem Flohmärkte sowie Workshops zu TV-Legende Heinz Conrads und andere.

Die Vorsorgewoche in Kooperation mit der MA15 findet im April statt, zahlreiche Gruppen können Sie (fast) wöchentlich besuchen.

Bis bald, wir freuen uns auf Sie/Dich!

Herzlichst
Ihr/euer Team des
Nachbarschaftszentrums
Rudolfsheim-Fünfhaus



NACHBARSCHAFTS- TAG 2026

Von Straßenfesten bis Pflanzen-
tauschbörsen, von Wanderungen bis
Workshops für alle Generationen:
Beim **Nachbarschaftstag am 29. 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](mailto:nachbarschaftszentren@
wiener.hilfswerk.at)**

T: +43 1 512 36 61-3650

**Informationen zu allen
Veranstaltungen gibt es auf
www.nachbarschaftstag.at**



VERNETZT AUF



Seit Jänner sind die Nachbarschafts-
zentren im sozialen Online-Netzwerk
von FragNebenan unterwegs. Wir
informieren die Nachbarschaft über
spannende aktuelle Veranstaltungen,
Gruppenangebote und andere Neuig-
keiten aus dem Grätzl. Über 60.000
User*innen nutzen österreichweit die
Plattform.

Anmeldung: www.fragnebenan.at

**Unser Profil: [www.fragnebenan.com/
businesses/view/741/](http://www.fragnebenan.com/
businesses/view/741/)**

Wiener Hilfswerk

Träger der Nachbarschaftszentren ist das Wiener Hilfswerk, eine gemein-
nützige, soziale und neutrale Organisation, die im Bereich der mobilen
Pflege- und Sozialdienste, in der Kinderbetreuung sowie in der Wohnungs-
losenhilfe tätig ist. Es betreibt Tageszentren für Senior*innen, Senioren-
wohngemeinschaften, Nachbarschaftszentren, Freizeiteinrichtungen für
Menschen mit und ohne Behinderungen sowie Sozialmärkte (SOMA).
Mit ihren Sozialökonomischen Betrieben Haus- und Heimservice und
SOMA 7 leistet die Organisation auch einen wichtigen Beitrag zur Arbeits-
marktintegration. Das Wiener Hilfswerk beschäftigt rund 2.000 haupt- und
ehrenamtliche sowie freiwillige Mitarbeiter*innen.

Weitere Informationen: 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
- Arbeitsmarktintegration
- Seminar- und Tagungszentrum SkyDome



Nachbarschaftszentrum 15 Rudolfsheim-Fünfhaus

Sechshauser Straße 76
1150 Wien
T: +43 1 512 36 61-3500
E: nbz15@wiener.hilfswerk.at

 Nachbarschaftszentren.
Wiener.Hilfswerk
 [nachbarschaftszentren.wien](https://www.instagram.com/nachbarschaftszentren.wien)

 **FragNebenan**
nachbarschaftszentrum-15-
rudolfsheim-funfhaus

www.nachbarschaftszentren.at

Öffnungszeiten

Mo. 10.00–12.00 und 13.00–17.00
Di. 10.00–12.00 und 13.00–16.00
Mi. 10.00–12.00 und 13.00–16.00
Do. 10.00–12.00 und 13.00–15.00
Fr. 10.00–13.00

Telefonzeiten

Mo.–Mi. 10.00–12.00 und 13.00–15.00
Do., Fr. 10.00–12.00

Informationen über die Verarbeitung Ihrer Daten finden Sie auf unserer Website unter www.wiener.hilfswerk.at/datenschutz

Impressum: Wiener Hilfswerk, Schottenfeldgasse 29, 1070 Wien, T.: +43 1 512 36 61, E.: info@wiener.hilfswerk.at,
www.wiener.hilfswerk.at, Redaktion: Mag.ª Elisabeth Kausek, E.: nbz15@wiener.hilfswerk.at,

Fotos: © Wiener Hilfswerk / Daniel Nuderscher, © Adobe Stock / Marlon, © Fotolia / NL shop, Druck: Wien, 2/2026

Nachbarschaftszentrum 15
Rudolfsheim-Fünfhaus



PROGRAMM NACHBARSCHAFTS- ZENTRUM 15

März bis Mai 2026



Gefördert vom Fonds Soziales Wien,
aus Mitteln der Stadt Wien

nachbarschaftszentren.at   

Infotelefon **+43 1 512 36 61-3500**

GROSSE HILFE,
GANZ NAH.

Wir ersuchen um Anmeldung für alle Gruppen, Beratungen und Veranstaltungen, die mit einem ⓘ gekennzeichnet sind.

Montag

- 10.30–12.00 **Gemeinsam geht's leichter ⓘ**
Freiwillige Mitarbeiter*innen helfen Ihnen beim Ausfüllen von Formularen.
- Nach Vereinb. **Ein paar Minuten für die Gesundheit ⓘ**
Unsere DGKP berät Sie zu allgemeinen Gesundheitsfragen.
- 13.00–13.50 **Tut gut ⓘ**
Austausch und Ausprobieren von Dingen, die uns stärken.
- 14.00–16.00 **Schau, wie schlau! ⓘ**
Lernclub für Volksschulkinder
Unsere freiwilligen Mitarbeiter*innen unterstützen Schulkinder bei deren Hausübung und beim Verstehen des Schulstoffes.
Sozial gestaffelter UKB.
- 18.00–20.00 **Fünfhauser Kammerchor ⓘ**
Termine: 2.3., 16.3., 23.3., 30.3., 20.4., 27.4., 4.5., 18.5.
Wir singen ein breites Repertoire unterschiedlichster Musikrichtungen.

Dienstag

- 10.00–12.00 **Diabetes-Beratung ⓘ**
Termine: 14.4., 5.5.
In Kooperation mit der österreichischen Diabetikervereinigung.
- 10.15–12.00 **Café AKTIV ⓘ**
Plaudern, bei Gesellschaftsspielen Spaß haben, Modeschmuck gestalten.
- 13.00–13.50 **Tischtennis für Erwachsene ⓘ**
- 14.00–15.30 **Deutsch lernen ⓘ**
Für Anfänger*innen.



Flohmärkte

Nachbarschafts-Flohmarkt
Montag, 30.3. und 4.5., jeweils 13.00–17.00
Kleidung, Schuhe, Bücher, Geschirr, Krims-krams. Einfach vorbeikommen und stöbern.
€ 5,- Spende / Tasche für alles, was reinpasst.
Gratis-Flohmarkt:
„Verschenken statt Entsorgen“
Dienstag, 31.3. und 5.5., jeweils 10.00–11.00



Jüdisches Leben in Rudolfsheim-Fünfhaus

Freitag, 13.3., 18.00
Erinnerungen – Gedenken – Mahnung
In Kooperation mit Verein coobra

Mittwoch

- 10.00–10.50 **Bewegung tut gut ⓘ**
Erleben Sie mit abwechslungsreichen Übungen ein positives Körpergefühl und die Freude an Bewegung.
- 14.00–16.00 **Schau, wie schlau! ⓘ**
Lernclub für Volksschulkinder
Sozial gestaffelter UKB.

Donnerstag

- 10.30–11.30 **Frühstücks-Treff ⓘ**
Termine: 19.3., 2.4., 16.4., 7.5. und 21.5.
Frühstücken Sie gesund mit uns!
- 13.00–14.00 **Englisch-Konversation ⓘ**
- 13.00–13.50/
14.00–14.50 **Psychologische Beratung: ⓘ**
Raum für die Seele – Raum für neue Wege
Termine: 5.3., 12.3., 19.3., 26.3., 2.4., 9.4., 16.4., 23.4., 30.4., 7.5., 21.5. und 28.5.
Psychologische Einzel-, Familien- und Paarberatung durch Dr. Monika Wagner, Klinische und Gesundheitspsychologin.

Freitag

- 18.00–20.00 **Vivaro**
Termin: 6.3. und 29.5.
Gesprächsrunde für Frauen.
Infos: office@vivaro.at
- 18.00–20.00 **Freiraum Autismus**
Termine: 20.3., 24.4. und 22.5.
Treffpunkt für Jugendliche mit Autis-mus und ihren Eltern, Geschwistern und Freund*innen.

Sonntag

- 14.00–16.00 **Silent Café – Sprachcafé in ÖGS**
Termine: 8.3., 22.3., 12.4., 26.4., 10.5., 31.5.
In ÖGS (österreichischer Gebärden-sprache) plaudern, Gebärden üben und Kaffee trinken. Alle gehörlosen, schwer-hörigen und hörenden Menschen sind herzlich eingeladen!



Raumvermietung

Für Selbsthilfegruppen, Kindergeburtstage, Familienfeiern und Workshops.

Veranstaltungen

- So schön bist du ⓘ**
Montag, 2.3., 10.30–12.00
Ein Foto von dir anlässlich der Wiener Frauenwoche.
- Hilfe bei Osteoporose ⓘ**
Donnerstag, 5.3., 10.00–11.30
Sie erhalten wertvolle Informationen zu Vorsorge und ärztlicher Therapie-begleitung bei Osteoporose von Mag.a Pharm. Tamara Carl.
- Kreislaufwirtschaft – vom Konzept zur konkreten Tat ⓘ**
Montag, 9.3. und 13.4., 10.00–12.00
Die Kreislaufwirtschaft ist ein Umdenken von „Take-Make-Waste“ hin zu geschlossenen Systemen, die Res-sourcen bewahren und Wert schöpfen.
- Community Cooking ⓘ**
Freitag, 13.3., 17.4. und 22.5., 11.00–13.00
Gemeinsam vegetarisch kochen und das Essen genießen.
UKB: € 2,50 / Termin

- Rhythmus im Blut ⓘ**
Freitag, 20.3., 17.4. und 8.5., 10.15–11.30
Spielerischer Umgang mit Percussion.
Keine Vorkenntnisse nötig.
- Meine Geschichte in unserem Bezirk ⓘ**
Freitag, 27.3., 10.00–12.00
Teilen Sie Ihre Erinnerungen über den 15ten Bezirk. In Kooperation mit dem Museum 15 – Bezirksmuseum Rudolfs-heim-Fünfhaus.
- Buntes Osternest ⓘ**
Mittwoch, 1.4., 14.00–15.30
Für Kinder.
- Vorsorgeuntersuchung der MA15 im Nachbarschaftszentrum**
Montag, 7.4. bis Freitag, 10.4.
Sichern Sie sich direkt im Grätzl Ihren Termin für Ihre Gesundheit!
Nähere Infos und Anmeldung im Nach-barschaftszentrum.
- Malen mit Acryl ⓘ**
Dienstag, 14.4., 14.00–15.45
Spaß am Kreativsein. Für Kinder und Erwachsene.

- Energie-Treffpunkt für alle**
Freitag, 22.5., 10.00–12.00
Energierechnungen lesen und verstehen lernen.
- Nachbarschaftstag – Taktvoll miteinander ⓘ**
Freitag, 29.5., 10.15–11.15
Einfache Gruppentänze für Alle.
Mit Kulinarik.



Erinnerungen an Heinz Conrads – eine Vortragsreihe

Dienstag, 14.4., 10.15–11.45
„Was gibt es Neues?“
Dienstag, 12.5., 10.15–11.45
„Es war keine g'machte Wies'n“
Dienstag, 26.5., 10.15–11.45
„Schau doch auf die Uhr“

Wir freuen uns auf Ihren Besuch!