Liebe Nachbar*innen,

wir hoffen, Sie hatten einen schönen Sommer und laden Sie ein, in unserem neuen Herbstprogramm zu stöbern. Neben vielfältigen Gruppen und Workshops findet anlässlich der Kampagne „16 Tage gegen Gewalt an Frauen“ unsere Orange Fashion Show statt. Kommen Sie gern vorbei – wir freuen uns auf Sie!

Herzlichst
Ihr Team des Nachbarschaftszentrums Rudolfsheim-Fünfhaus

Mag.ª Elisabeth Kausek
Zentrumsleitung,
Selbsthilfe

Ingrid Klammer, DSA
Stadtteilarbeit, Kultur- und TuWas!Pass,
Lernhilfe

Mag.ª Tanja Hodosi
Stadtteilarbeit, Soziale Orientierungsberatung,
psychologische Beratung

Fereshteh Kamaljoo
Stadtteilarbeit,
Freiwilligenkoordination

Marina Loidl, DGKP
Stadtteilarbeit,
Gesundheitsprävention

Marijana Krizanac, Bakk.
Administration

MESSE FÜR GESUNDHEIT UND PRÄVENTION

Freitag, 2.10.2026, 9–16 Uhr
SkyDome des Wiener Hilfswerks,
Schottenfeldgasse 29, 1070 Wien

Expert*innen verschiedener Organisationen aus dem Gesundheits- und Sozialbereich beraten an Informationsständen und halten Vorträge sowie Schnupper-Workshops. Die Messe ist kostenlos zugänglich.

Ehrenschutz: Bezirksvorsteher Mag. Markus Reiter

WienIemand allein

500 Geschichten, die Wien zusammenhalten

Was macht Wien zu einem Ort des nachbarschaftlichen Zusammenhalts? Teilen Sie bei der Aktion

„WIEnIEMAND ALLEIN“

Ihre persönlichen und besonderen Erlebnisse als Video auf Instagram. Ob eine unerwartete Hilfe oder eine besondere Begegnung – was hat Ihnen das Gefühl gegeben, in Wien nicht allein zu sein?

Die Aktion endet am 31. Oktober.
Es warten bis zu 4.000 Euro.

Teilnahmebedingungen:
www.nachbarschaftszentren.at/wieniemandallein

Wiener Hilfswerk

Träger der Nachbarschaftszentren ist das Wiener Hilfswerk, eine gemeinnützige, soziale und neutrale 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 (SOMA). Mit ihrem Sozialökonomischen Betrieb, bestehend aus Haus- und Heimservice und SOMA 7, leistet die Organisation auch einen wichtigen Beitrag zur Arbeitsmarktintegration. Das Wiener Hilfswerk beschäftigt rund 2.000 haupt- und ehrenamtliche sowie freiwillige Mitarbeiter*innen.
Neben öffentlichen Förderungen sind Spenden essentiell, um soziale Projekte in Wien weiter auszubauen.

Spendenkonto Wiener Hilfswerk: AT58 2011 1284 4290 7831
Weitere Informationen: www.wiener.hilfswerk.at

ÖSTERREICHISCHES SPENDEN GÜTESIEGEL 05922 WWW.OSGS.AT

Angebote im Überblick

- Hilfe und Pflege daheim, Notruftelefon
- Tageszentren für Senior*innen
- Seniorenwohngemeinschaften
- Nachbarschaftszentren
- Freizeiteinrichtungen für Menschen mit und ohne Behinderungen
- Kindergruppe, 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

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

Schließtag
Fr., 2.10.

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: © Adobe Stock / Kay Abrahams – peopleimages.com / Sergey Nivens / JenkoAtaman / Ladanifer / fotoknips, © noun project: Nick Novell
Druck: Print Alliance, Bad Vöslau, 8/2026

Nachbarschaftszentrum 15
Rudolfsheim-Fünfhaus

HILFSWERK

PROGRAMM NACHBARSCHAFTS-ZENTRUM 15

September bis November 2026

Fonds Soziales Wien | Für die Stadt Wien

Gefördert vom Fonds Soziales Wien, aus Mitteln der Stadt Wien

nachbarschaftszentren.at

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

GROSSE HILFE, GANZ NAH.

NACHBARSCHAFTSZENTRUM 15
Programm September bis November 2026

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

Montag

10.15–12.00 **Café Aktiv**
Sie können bei Kaffee, Tee und Kuchen plaudern, Gesellschaftsspiele ausprobieren, Modeschmuck gestalten und eigene Ideen einbringen.

10.00–12.00 **Diabetes-Beratung** ⓘ
Termine: 7.9., 12.10. und 16.11.
In Kooperation mit der Österreichischen Diabetikervereinigung.

13.00–13.50 **Tut gut** ⓘ
Termine: 7.9., 21.9., 5.10., 2.11. und 16.11.
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.
UKB: sozial gestaffelt

Nach Vereinb. **Ein paar Minuten für die Gesundheit** ⓘ
Beratung zu allgemeinen Gesundheitsfragen.

Dienstag

10.30–12.00 **Gemeinsam geht's leichter** ⓘ
Freiwillige Mitarbeiter*innen helfen Ihnen beim Ausfüllen von Formularen.

10.00–11.00 **Bewegung für Körper und Geist** ⓘ
ab 8.9.
Für alle Fitnesslevels geeignet.

14.00–15.30 **Frei sprechen – Deutsch für alle** ⓘ
Für Anfänger*innen und Fortgeschrittene.

Mittwoch

10.30–11.30 **Frühstücks-Treff** ⓘ
Termine: 9.9., 7.10. und 4.11.
Frühstücken Sie gesund mit uns.

14.00–16.00 **Schau, wie schlau!** ⓘ
Lernclub für Volksschulkinder
Unsere freiwilligen Mitarbeiter*innen unterstützen Schulkinder bei deren Hausübung und beim Verstehen des Schulstoffes.
UKB: sozial gestaffelt

Flohmärkte

Nachbarschafts-Flohmarkt
Montag, 19.10., 13.00–16.00
Kleidung, Schuhe, Bücher, Geschirr, Krimskrams. Einfach vorbeikommen und stöbern.
€ 5,– Spende / Tasche für alles, was reinpasst.

Gratis-Flohmarkt:
„Verschenken statt Entsorgen"
Dienstag, 20.10., 10.00–11.00

Donnerstag

10.30–11.30 **Einfach zeichnen lernen** ⓘ
Termin: Termine: 10.9., 1.10., 15.10., 29.10., 12.11. und 26.11.
Jede*r kann zeichnen – es ist kein Talent, sondern eine Fähigkeit, die man entwickeln kann. Lernen Sie in diesem Kurs die wichtigsten Grundlagen des Zeichnens.
Für Anfänger*innen.

13.00–13.50/ 14.00–14.50 **Psychologische Beratung:** ⓘ
Raum für die Seele – Raum für neue Wege ⓘ
Termine: 17.9., 24.9., 1.10., 15.10., 22.10., 29.10., 5.11., 12.11., 19.11. und 26.11.
Psychologische Einzel-, Familien- und Paarberatung durch Dr. Monika Wagner, Klinische und Gesundheitspsychologin.

Freitag

11.00–12.00 **Gemeinsames Singen für alle** ⓘ
Termine: 18.9., 25.9. und 9.10.
Singen aus Spaß an der Musik! Keine Vorkenntnisse und kein Notenlesen notwendig, jede Stimme ist willkommen. Wir singen bekannte österreichische Lieder und Welthits.

10.15–11.30 **Tanz der Hände** ⓘ
Termine: 16.10., 30.10. und 20.11.
Spielerischer Umgang mit Percussion.

Sonntag

16.00–18.00 **Silent Café – Sprachcafé in österreichischer Gebärdensprache**
Termine: 6.9., 4.10., 18.10., 8.11. und 22.11.
In ÖGS (österreichischer Gebärdensprache) plaudern, Gebärden üben und Kaffee trinken. Alle gehörlosen, schwerhörigen und hörenden Menschen sind herzlich eingeladen!

Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

Veranstaltungen

Vortrag von Psychotherapeut Dr. Klaus Skoupy ⓘ
Donnerstag, 10.9., 13.00–15.00
Thema: „Wie können Frauen und Männer ins Gleichgewicht kommen?"

Wanderung Lainzer Tiergarten ⓘ
Mittwoch, 16.9.
TP: 10.00, im Nachbarschaftszentrum.

Community Cooking ⓘ
Freitag, 18.9., 16.10. und 20.11., 11.00–13.00
Gemeinsam vegetarisch kochen und das Essen genießen.
UKB: € 4,– / Termin

Achtsamkeit im echten Leben ⓘ
Mittwoch, 23.9. und 21.10., 10.00–11.00
Gewinnen Sie mit einfachen Übungen und alltagstauglichen Impulsen mehr Ruhe und Klarheit.

Sicherheit und Gesundheit zu Hause ⓘ
Montag, 5.10., 10.15–12.00
Erfahren Sie praktische Tipps, nützliche Hilfsmittel und einfache Erste-Hilfe-Maßnahmen für mehr Sicherheit im Alltag.

Stadtwanderung ⓘ
Mittwoch, 14.10.
Gemeinsam die Wiener Innenstadt erkunden.
TP: 10.00, im Nachbarschaftszentrum.

Systemische Aufstellung ⓘ
Samstag, 17.10., 21.11., 14.00–18.00
Bringen Sie Ihr persönliches Anliegen mit und entdecken Sie neue Perspektiven und Lösungswege. Leitung: Sibylle Eisenburger und Melanie Hetterich, pädagogische Ausbildungen und Aufstellungsleiterinnen.

Halloween-Party ⓘ
Donnerstag, 29.10., 13.30–15.30
Gruselspaß für Kids von 5 bis 12 Jahren.

Einfach da sein ⓘ
Freitag, 27.11., 10.15–11.30
Meditatives und Besinnliches zur Adventszeit.

Orange Fashion Show

Montag, 30.11., 17.00–19.30
Unsere Modenschau im Rahmen der Kampagne „16 Tage gegen Gewalt an Frauen". Erhalten Sie Informationen, entdecken Sie die Foto- und Stöberecke, bestaunen Sie die Ausstellung und genießen Sie die Kulinarik.

Raumvermietung

Schöne Räume für Familienfeiern, Selbsthilfegruppen und Workshops. Nähere Infos erhalten Sie im Nachbarschaftszentrum.

HILFSWERK NACHBARSCHAFTSZENTRUM 15 – RUDOLFSHEIM-FÜNFHAUS
Sechshauser Straße 76, 1150 Wien, T: +43 1 512 36 61-3500, E: nbz15@wiener.hilfswerk.at