



Weitere Informationen finden Sie unter:

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

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

[www.senior-in-wien.at](http://www.senior-in-wien.at)

[www.sozialinfo.wien.at](http://www.sozialinfo.wien.at)

[www.wien.gv.at/gesundheit-soziales](http://www.wien.gv.at/gesundheit-soziales)

Impressum: Kuratorium Wiener Pensionisten-Wohnhäuser, 1090 Wien, Seegasse 9;  
Fotos: Sarah Bruckner. Stand: März 2024



**Häuser zum Leben**  
eine Marke des Kuratoriums  
Wiener Pensionisten-Wohnhäuser



**Sozial-  
Wegweiser**  
der Klubs in  
Wien | 2024

**Gute  
neue Zeit.**



Die Pensionist\*innen  
**Klubs**

 Für die  
Stadt Wien



**Liebe Senior\*innen!**  
**Liebe Kooperationspartner\*innen!**  
**Liebe Leser\*innen!**

Es ist uns eine große Freude, Ihnen unseren Sozial-Wegweiser präsentieren zu dürfen. Er bietet Ihnen einen kompakten Überblick über die wichtigsten Beratungs- und Servicestellen zu den Schwerpunktthemen Gesundheit, Pflege, Soziales, Wohnen und Recht. Zudem sind Märkte und Geschäfte angeführt, bei denen günstig Lebensmittel, Kleidung und Alltagsgegenstände eingekauft werden können.

Im Bestreben, diese Leistungen in einem Leitfaden zusammenzufassen, stellen wir Ihnen diesen praktischen Helfer zur Verfügung. Er richtet sich vorrangig an die Generation 60+, deren Angehörige, sowie Netzwerk- und Kooperationspartner\*innen der Stadt Wien. Wir verstehen, dass das Navigieren durch die Vielzahl von verfügbaren Unterstützungsmöglichkeiten eine Herausforderung darstellen kann. Daher hoffen wir, mit dem Sozial-Wegweiser der Pensionist\*innenklubs dazu beizutragen, die für Sie relevanten Informationen zu finden. Finanzielle Unterstützung, Gesundheitsvorsorge, Wohnungssicherung, Rechtsberatung oder andere soziale Dienstleistungen: Wir möchten sicherstellen, dass Sie die jeweilige Unterstützung erhalten, die Sie benötigen. Gemeinsam mit unseren Partner\*innen in der Stadt Wien sind wir für Sie da.

Ihre Mag.<sup>a</sup> Madlena Komitova  
*Pensionist\*innenklubs für die Stadt Wien*

## Inhaltsangabe

### **Beratung und Information – Auf einen Blick**

Freizeitangebot . . . . .	5
Gegen Gewalt und Rassismus. . . . .	5
Gesundheit und Pflege . . . . .	6–9
Psychologische Beratung und Unterstützung . . . . .	10–11
Rechtsberatung und Finanzielles . . . . .	12–13
Sucht . . . . .	13
Tiere . . . . .	14
Wohnen. . . . .	14–15

### **Lebensmittel, Kleidung, Möbel – Wo gibt's was?**

Ausstellung Einkaufsberechtigung . . . . .	16
Lebensmittel – Sozialmärkte . . . . .	17
Kleidung, Möbel, Gebrauchsgegenstände . . . . .	18

### **Mobilpass**

Information zu Beantragung. . . . .	19
-------------------------------------	----



## Beratung und Information – auf einen Blick

In Krisen- oder Belastungssituationen kann es eine Herausforderung sein, rasch und unkompliziert die passende Telefonnummer parat zu haben. Nachfolgend finden Sie eine Sammlung an Servicestellen und Kontakten, die sich gerne um Ihre Anliegen und die Ihrer Lieben kümmern. Diese sind nach Themen geordnet.

Sie finden die Kontaktdaten auch als Links auf unserer Webseite [www.dieklubs.at](http://www.dieklubs.at) oder hier:



Ihr Team der Pensionist\*innenklubs.

### Freizeitangebot

#### Pensionist\*innenklubs für die Stadt Wien

01 313 99 170112  
[www.dieklubs.at](http://www.dieklubs.at)

Mo–Fr:  
 8:00–16:00

Auskünfte über die Klubs und das gesundheitsförderliche Freizeitprogramm.

### Gegen Gewalt und Rassismus

#### Frauenhelpline

Wenn Sie Frauen-Opfer von Gewalt sind, rufen Sie um Hilfe!  
 0800 222 555  
[www.frauenhelpline.at](http://www.frauenhelpline.at)

Mo–So:  
 00:00–24:00

Kostenlose und vertrauliche Beratungs- und Hilfsangebote. Wenn Sie gerade akut von Gewalt betroffen sind, rufen Sie die Polizei!

#### ZARA – Zivilcourage und Antirassismus-Arbeit

01 929 13 99  
[www.zara.or.at](http://www.zara.or.at)

Beratungsstelle  
 Gegen Hass im Netz:  
 Mo–Mi, Fr:  
 10:00–15:00  
 Do:  
 10:00–18:00  
 Beratungsstelle  
 Gegen Rassismus:  
 Mo, Do:  
 10:00–15:00

ZARA bietet Betroffenen von Rassismus sowie Betroffenen und Zeug\*innen von Hass im Netz kostenlose Beratung an.  
  
 Der Verein setzt sich für eine rassismuskritische und inklusive Gesellschaft ein.

Gesundheit und Pflege		
<b>Fonds Soziales Wien (FSW)</b>  01 24 5 24 <a href="http://www.fsw.at">www.fsw.at</a>	Mo–So: 8:00–20:00	Beratung und Unterstützung für Menschen mit Pflege- und Betreuungsbedarf, Behinderung, Menschen ohne Obdach oder Wohnung, mit Schulden sowie für geflüchtete Menschen.
<b>FEM – Frauengesundheitszentrum</b> Klinik Floridsdorf  Brünner Str. 68/A3/Top 14, 1210 Wien  kfl.fem@gesundheitsverband.at  01 27700 5600 <a href="http://www.fem.at">www.fem.at</a>	Terminvereinbarung Mo–Do: 09:00–17:00 Fr: 09:00–12:00	FEM ist ein Gesundheitszentrum für Frauen, Eltern und Mädchen. Es bietet in unterschiedlichen Sprachen Unterstützung und Beratung bei einer großen Anzahl von Fragen und Problemen, die die körperliche und psychische Gesundheit betreffen.
<b>Gerontopsychiatrisches Zentrum (GPZ)</b>  01 4000 53090 <a href="http://www.psd-wien.at">www.psd-wien.at</a>	Mo–Fr: 09:00–15:00	Kostenlose Abklärung und Behandlung von psychischen Beschwerden und psychiatrischen Symptomen für Wiener*innen ab dem 65. Lebensjahr.

<b>Gesundheitsberatung Wien 1450</b>  Die zentrale Anlaufstelle für Gesundheitsfragen aller Art, rund um die Uhr, 365 Tage im Jahr erreichbar.  1450 (ohne Vorwahl!) <a href="http://www.1450.wien">www.1450.wien</a>	Mo–So: 00:00–24:00	Unter der Nummer 1450 bietet diplomiertes Gesundheits- und Krankenpflegepersonal Beratung zu gesundheitlichen Beschwerden und Fragen, Informationen zur richtigen Anlaufstelle im Wiener Gesundheitssystem und konkrete Handlungsempfehlungen anhand ihrer Dringlichkeitseinschätzung.
<b>Kontaktbesuchsdienst der Stadt Wien</b>  01 98121 1730 oder 01 98121 1740 <a href="http://www.wienersozialdienste.at/kbd">www.wienersozialdienste.at/kbd</a>	Mo–Fr: 09:00–15:00	Information zu Themen wie Pflegegeld, Unterstützung für daheim, Betreuung eines Angehörigen, altersgerechtes Wohnen, Gesundheitsförderung und vieles mehr.

<p><b>MEN Wiener Gesundheitsverband – Klinik Favoriten</b></p> <p>Kundratstraße 3, 1100 Wien</p> <p>kfn.men@ gesundheitsverbund.at</p> <p>01 601 91 5454 <a href="http://www.men-center.at">www.men-center.at</a></p>	<p>Termin- vereinbarung</p> <p>Mo: 09:00–13:00</p> <p>Mi: 09:00–13:00</p> <p>Do: 09:00–13:00</p>	<p>Die Angebote von MEN richten sich an junge und alte Männer, berufstätige, erwerbslose oder pensionierte Männer, gleich- und gegengeschlechtlich liebende Männer, hiesige und zugewanderte Männer. Gesund sein bedeutet für MEN nicht bloß die Abwesenheit von Krankheit, sondern schließt auch die Fähigkeit mit ein, seine emotionalen, sozialen und geistigen Potentiale zur Entfaltung zu bringen.</p>
<p><b>Mobile Ergotherapie</b></p> <p>01 981 21 1620 <a href="http://www.wienersozialdienste.at/mobile-ergotherapie/">www.wienersozialdienste.at/mobile-ergotherapie/</a></p>	<p>Mo–Fr: 08:30–14:00</p>	<p>Abklärung und Beratung zur barrierefreien Wohnungsadaptierung / Versorgung, Anpassung und Training bzgl. Hilfsmitteln und Gehilfen</p>

<p><b>Österreichische Gesundheitskasse (ÖGK) – Gesundheitseinrichtungen und Gesundheitszentren</b></p>		<p>Die Gesundheitszentren der ÖGK bieten ärztliche und therapeutische Versorgung durch qualifiziertes Fachpersonal an.</p> <p>Sie decken verschiedene medizinische Fachrichtungen ab. Zum Angebot zählen Vorsorgeuntersuchungen und Ambulanzen für bspw. Diabetes, Ernährungsberatung, HNO, Radiologie, Rheumatologie, Urologie u. v. m.</p>
<p><b>ÖGK Landstraße</b></p> <p>Strohgasse 28, 1030 Wien</p> <p>+43 5 0766 1140300 <a href="http://www.gesundheitskasse.at">www.gesundheitskasse.at</a></p>	<p>Mo–Fr 07:00–14:00</p>	
<p><b>ÖGK Mariahilf</b></p> <p>Mariahilfer Straße 85–87, 1060 Wien</p> <p>+43 5 0766 1140600 <a href="http://www.gesundheitskasse.at">www.gesundheitskasse.at</a></p>	<p>Mo–Fr 07:00–14:00</p>	<p>Bitte vereinbaren Sie auf jeden Fall telefonisch einen Termin.</p> <p>Bringen Sie Ihre e-card und einen Lichtbildausweis mit.</p>
<p><b>ÖGK Favoriten</b></p> <p>Wienerbergstraße 13, 1100 Wien</p> <p>+43 5 0766 111722 <a href="http://www.gesundheitskasse.at">www.gesundheitskasse.at</a></p>	<p>Mo–Fr 07:00–14:00</p>	
<p><b>ÖGK Floridsdorf</b></p> <p>Karl-Aschenbrenner-G. 3, 1210 Wien</p> <p>+43 5 0766 1140200 <a href="http://www.gesundheitskasse.at">www.gesundheitskasse.at</a></p>	<p>Mo–Fr 07:00–14:00</p>	<p>Weitere Informationen über das Angebot erhalten Sie telefonisch oder über die Website.</p>

Psychologische Beratung und Unterstützung		
<b>FEM – Frauengesundheitszentrum</b> Klinik Floridsdorf  Brünner Str. 68/A3/Top 14, 1210 Wien  kfl.fem@gesundheitsverbund.at  01 27700 5600 <a href="http://www.fem.at">www.fem.at</a>	Terminvereinbarung Mo–Do: 09:00–17:00 Fr: 09:00–12:00	FEM ist ein Gesundheitszentrum für Frauen, Eltern und Mädchen. Es bietet in unterschiedlichen Sprachen Unterstützung und Beratung bei einer großen Anzahl von Fragen und Problemen, die die körperliche und psychische Gesundheit betreffen.
<b>Gerontopsychiatrisches Zentrum (GPZ)</b>    01 4000 53090 <a href="http://www.psd-wien.at">www.psd-wien.at</a>	Mo–Fr: 09:00–15:00	Kostenlose Abklärung und Behandlung von psychischen Beschwerden und psychiatrischen Symptomen für Wiener*innen ab dem 65. Lebensjahr.
<b>Männerberatung</b>   01 603 28 28 <a href="http://www.maenner.at">www.maenner.at</a>	Mo–Do: 09:00–12:00 15:00–19:00 Fr: 09:00–16:00	Psychologische, psychotherapeutische, soziale und juristische Hilfe für Männer.

<b>MEN Wiener Gesundheitsverbund – Klinik Favoriten</b>  Kundratstraße 3, 1100 Wien  kfn.men@gesundheitsverbund.at   01 601 91 5454 <a href="http://www.men-center.at">www.men-center.at</a>	Terminvereinbarung  Mo: 09:00–13:00  Mi: 09:00–13:00  Do: 09:00–13:00	Die Angebote von MEN richten sich an junge und alte Männer, berufstätige, erwerbslose oder pensionierte Männer, gleich- und gegengeschlechtlich liebende Männer, hiesige und zugewanderte Männer. Gesund sein bedeutet für MEN nicht bloß die Abwesenheit von Krankheit, sondern schließt auch die Fähigkeit mit ein, seine emotionalen, sozialen und geistigen Potentiale zur Entfaltung zu bringen.
<b>Sozialpsychiatrischer Notdienst</b>   01 31330 <a href="http://www.psd-wien.at">www.psd-wien.at</a>	Mo–So: 00:00–24:00	Schnelle und professionelle Hilfe für Menschen in psychischen Krisen.  Der Sozialpsychiatrische Notdienst steht rund um die Uhr als Not- und Krisendienst zur Verfügung.

Rechtsberatung und Finanzielles		
<b>Energiesparen im Haushalt: Beratung und Gerätetausch</b>  05 17 76 300 <a href="http://www.caritas.at/energiesparberatung">www.caritas.at/energiesparberatung</a>	Mo–Fr: 09:00–13:00	Der Klima- und Energiefonds bietet kostenlos eine Energiesparberatung und den Tausch von alten oder defekten Geräten (Kühlschränken, Waschmaschinen, etc.) an.  Erstberatung bei der Caritas. Bitte Nachweis über GIS-Befreiung, Heizkostenzuschuss, Sozialhilfe/Ausgleichszulage oder Wohnbeihilfe mitnehmen.
<b>Männerberatung</b>  01 603 28 28 <a href="http://www.maenner.at">www.maenner.at</a>	Mo–Do: 09:00–12:00 15:00–19:00 Fr: 09:00–16:00	Psychologische, psychotherapeutische, soziale und juristische Hilfe für Männer.
<b>Stadt Wien – Soziales, Sozial- und Gesundheitsrecht (MA 40)</b>  01 4000 8040 <a href="http://www.wien.gv.at/kontakte/ma40">www.wien.gv.at/kontakte/ma40</a>	Mo–Fr: 08:00–18:00	Telefonische Erstberatung.  Anlaufstelle für finanzielle oder soziale Probleme.

<b>Pensionistenverband Österreichs</b>  Landesorganisation Wien Alserbachstr. 23, 1090 Wien  01 319 40 12 <a href="http://www.pvoe.at/wien/themen/service-leistung/kostenlose-beratung">www.pvoe.at/wien/themen/service-leistung/kostenlose-beratung</a>	Büro- Öffnungs- zeiten  Mo, Mi, Do: 09:00–15:00 Di: 10:00–16:00 Fr: 09:00–13:00	Beratung und Information durch Expert*innen zu Anliegen rund um Pension, Steuern oder Recht.  Kostenlos für Mitglieder. Termine nur nach Voranmeldung möglich.
---	--	--

Sucht		
<b>Regionales Kompetenzzentrum</b>  01 4000 53640 <a href="http://www.suchthilfe.wien/1/rkomz-2">www.suchthilfe.wien/1/rkomz-2</a>	Mo, Di, Do: 09:00–16:00 Mi: 08:30–12:00 Fr: 09:00–15:00	Sozialmedizinische Beratungsstelle für die Erstaufnahme von Personen mit schädlichem oder riskantem Alkoholkonsum.
<b>Suchthilfe Wien</b>  01 4000 53600 <a href="http://www.suchthilfe.wien">www.suchthilfe.wien</a>	Mo–Do: 09:00–17:00 Fr: 09:00–14:00	Informationen, Beratung und Unterstützung zum Thema Sucht und Drogen.

Tiere		
<b>A G'spia Fürs Tier – Kompetenzstelle für Mensch-Tier-Beziehung</b>  0676 8784 4514 <a href="http://www.volkshilfe-wien.at/a-gspia-furs-tier/">www.volkshilfe-wien.at/ a-gspia-furs-tier/</a>		Temporäre Unterstüt- zung für Personen, die aufgrund von Spitals- aufenthalt, Reha oder Gebrechlichkeit Haus- tiere nicht versorgen können. z. B. Gassi- gehen

Wohnen		
<b>FAWOS – Fachstelle für Wohnungssicherung</b>  01 218 56 90 <a href="http://www.volkshilfe-wien.at/fachstelle-fur-wohnungssicherung-fawos/">www.volkshilfe-wien.at/ fachstelle-fur-wohnungssicherung-fawos/</a>	Mo: 08:30–12:30 13:30–15:30 Di–Fr: 08:30–12:30	Freiwillige und kos- tenlose Beratung zur Wohnungssicherung, bei Mietrückständen, drohender Delogierung usw. sowie Krisen- intervention und Wohncoachings.
<b>Fonds Soziales Wien (FSW)</b>  01 24 5 24 <a href="http://www.fsw.at">www.fsw.at</a>	Mo–So: 8:00–20:00	Beratung und Unter- stützung für Menschen mit Pflege- und Betreu- ungsbedarf, Behinde- rung, Menschen ohne Obdach oder Woh- nung, mit Schulden sowie für geflüchtete Menschen.

<b>Mietervereinigung</b>  050195 3000 <a href="http://www.mietervereinigung.at">www.mietervereinigung.at</a>	Mo, Mi: 08:30–19:00  Di, Do: 08:30–17:00  Fr: 08:30–14:00	Interessensvertretung für alle wohnenden Menschen.  Miet- und wohnrecht- liche Beratung und Rechtsvertretung für Mitglieder.
<b>Mobile Ergotherapie</b>  01 981 21 1620 <a href="http://www.wienersozialdienste.at/mobile-ergotherapie/">www.wienersozialdienste. at/mobile-ergotherapie/</a>	Mo–Fr: 08:30–14:00	Abklärung und Bera- tung zur barrierefreien Wohnungsadaptierung/ Versorgung, Anpassung und Training bzgl. Hilfsmitteln und Gehilfen.
<b>P7-Wiener Service für Wohnungslose</b>  01 892 33 89 <a href="http://www.caritas-wien.at/hilfe-angebote/obdach-wohnen/beratung/p7-wiener-service-fuer-wohnungslose">www.caritas-wien.at/ hilfe-angebote/obdach- wohnen/beratung/p7- wiener-service-fuer-woh- nungslose</a>	Mo–Fr: 08:00–18:00  Sa, So und Feiertage: 09:00–16:00	Zentrale Erstanlaufstelle für wohnungslose Erwachsene in Wien.
<b>wohnpartner</b>  office@wohnpartner-wien.at  01 24503 25960 <a href="http://www.wohnpartner-wien.at">www.wohnpartner-wien.at</a>	Mo–Fr: 08:00–16:00	wohnpartner unterstützt Bewohner*innen aus dem Gemeindebau, die für sie passende Hilfs- und Unterstützungs- möglichkeit der Stadt Wien zu finden.





## Kleidung, Möbel, Gebrauchsgegenstände

<b>Carla-Läden</b>  <a href="http://www.carla-wien.at">www.carla-wien.at</a>	<b>1050, Mittersteig 10</b> 01 505 96 37	Mo–Fr: 09:00– 17:30	Die Second-Hand-Läden der Caritas bieten schöne Gebrauchtwaren (Kleidung, Bücher, Möbel u. v. m.)
	<b>1210, Steinheilg. 3</b> 01 259 85 77	Sa: 09:00– 14:30	
<b>Vinzi -Shop</b>  <a href="http://www.vinzi.at/vinzishop-erdberg">www.vinzi.at/vinzishop-erdberg</a> <a href="http://www.vinzi.at/vinzishop-wien">www.vinzi.at/vinzishop-wien</a>	<b>1030, Erdbergstr. 81</b> 01 23 96 262	Mo–Fr: 10:00– 17:45	Große Auswahl an Kleidungsstücken, Kinderspielzeug, Bettwäsche und diversen Haushaltswaren.
	<b>1160, Veronikag. 25</b> 01 40 63 354		
<b>Volkshilfe-Shop</b>  01 3707734401 <a href="http://www.volkshilfe-wien.at/vintage-shops/">www.volkshilfe-wien.at/vintage-shops/</a>	<b>1030, Modecenterstr. 10</b>	Mo–Fr: 10:00– 18:00	Gut sortierte Second-Hand-Shops für Mode, Möbel, Bücher, Geschirr, Kinderwagen, u. v. m.
	<b>1090, Bergg. 20</b>		
	<b>1100, Favoritenstr. 83</b>		
	<b>1160, Thaliastr. 130</b>		
	<b>1210, Scheydg. 21–25</b>		

## Mobilpass

### Was ist ein Mobilpass?

Der Mobilpass gewährt finanziell benachteiligten Wiener\*innen bestimmte Ermäßigungen. Empfänger\*innen einer „Mindestpension“ (Ausgleichszulage) oder Personen mit niedrigem Einkommen können einen Mobilpass beantragen, sofern sie die erforderlichen Kriterien erfüllen. Falls Sie bereits Mindestsicherung und Mietbeihilfe für mindestens einen Monat erhalten, erfolgt die Zustellung des Mobilpasses automatisch ohne Antragsstellung. Den Antrag können Sie online herunterladen, ausfüllen und postalisch oder per E-Mail senden, oder direkt bei der Abteilung Soziales, Sozial- und Gesundheitsrecht (MA 40) Fachzentrum Soziale Leistungen abgeben.

### Informationen und mehrsprachige Einreichformulare

finden Sie auf: [www.wien.gv.at](http://www.wien.gv.at)

### Zuständige Stelle:

Soziales, Sozial- und Gesundheitsrecht (MA 40)  
 Fachzentrum Soziale Leistungen

1030 Wien, Thomas-Klestil-Platz 8

E-Mail: [mobilpass@ma40.wien.gv.at](mailto:mobilpass@ma40.wien.gv.at)

Telefonische Auskunft: 01 4000 8040 | Mo–Fr: 08:00–18:00 Uhr

### Erforderliche Dokumente:

- > Identitätsnachweis (Lichtbildausweis)
- > Meldebestätigung
- > Staatsbürgerschaftsnachweis oder Aufenthaltstitel/Anmeldebescheinigung oder Anerkennungsbescheid
- > Heiratsurkunde oder rechtskräftiges Scheidungsdekret oder Scheidungsvergleich
- > Aktuelle Nachweise des monatlichen Nettoeinkommens