



Weitere Informationen finden Sie unter:

www.dieklubs.at

www.fsw.at

www.senior-in-wien.at

www.sozialinfo.wien.at

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.^a 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 oder hier:



Ihr Team der Pensionist*innenklubs.

Freizeitangebot

Pensionist*innenklubs für die Stadt Wien

01 313 99 170112
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

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

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		
Fonds Soziales Wien (FSW) 01 24 5 24 www.fsw.at	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.
FEM – Frauengesundheitszentrum Klinik Floridsdorf Brünner Str. 68/A3/Top 14, 1210 Wien kfl.fem@gesundheitsverband.at 01 27700 5600 www.fem.at	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.
Gerontopsychiatrisches Zentrum (GPZ) 01 4000 53090 www.psd-wien.at	Mo–Fr: 09:00–15:00	Kostenlose Abklärung und Behandlung von psychischen Beschwerden und psychiatrischen Symptomen für Wiener*innen ab dem 65. Lebensjahr.

Gesundheitsberatung Wien 1450 Die zentrale Anlaufstelle für Gesundheitsfragen aller Art, rund um die Uhr, 365 Tage im Jahr erreichbar. 1450 (ohne Vorwahl!) www.1450.wien	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.
Kontaktbesuchsdienst der Stadt Wien 01 98121 1730 oder 01 98121 1740 www.wienersozialdienste.at/kbd	Mo–Fr: 09:00–15:00	Information zu Themen wie Pflegegeld, Unterstützung für daheim, Betreuung eines Angehörigen, altersgerechtes Wohnen, Gesundheitsförderung und vieles mehr.

<p>MEN Wiener Gesundheitsverband – Klinik Favoriten</p> <p>Kundratstraße 3, 1100 Wien</p> <p>kfn.men@ gesundheitsverbund.at</p> <p>01 601 91 5454 www.men-center.at</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>Mobile Ergotherapie</p> <p>01 981 21 1620 www.wienersozialdienste.at/mobile-ergotherapie/</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>Österreichische Gesundheitskasse (ÖGK) – Gesundheitseinrichtungen und Gesundheitszentren</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>ÖGK Landstraße</p> <p>Strohgasse 28, 1030 Wien</p> <p>+43 5 0766 1140300 www.gesundheitskasse.at</p>	<p>Mo–Fr 07:00–14:00</p>	
<p>ÖGK Mariahilf</p> <p>Mariahilfer Straße 85–87, 1060 Wien</p> <p>+43 5 0766 1140600 www.gesundheitskasse.at</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>ÖGK Favoriten</p> <p>Wienerbergstraße 13, 1100 Wien</p> <p>+43 5 0766 111722 www.gesundheitskasse.at</p>	<p>Mo–Fr 07:00–14:00</p>	
<p>ÖGK Floridsdorf</p> <p>Karl-Aschenbrenner-G. 3, 1210 Wien</p> <p>+43 5 0766 1140200 www.gesundheitskasse.at</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		
FEM – Frauengesundheitszentrum Klinik Floridsdorf Brünner Str. 68/A3/Top 14, 1210 Wien kfl.fem@gesundheitsverbund.at 01 27700 5600 www.fem.at	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.
Gerontopsychiatrisches Zentrum (GPZ) 01 4000 53090 www.psd-wien.at	Mo–Fr: 09:00–15:00	Kostenlose Abklärung und Behandlung von psychischen Beschwerden und psychiatrischen Symptomen für Wiener*innen ab dem 65. Lebensjahr.
Männerberatung 01 603 28 28 www.maenner.at	Mo–Do: 09:00–12:00 15:00–19:00 Fr: 09:00–16:00	Psychologische, psychotherapeutische, soziale und juristische Hilfe für Männer.

MEN Wiener Gesundheitsverbund – Klinik Favoriten Kundratstraße 3, 1100 Wien kfn.men@gesundheitsverbund.at 01 601 91 5454 www.men-center.at	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.
Sozialpsychiatrischer Notdienst 01 31330 www.psd-wien.at	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		
Energiesparen im Haushalt: Beratung und Gerätetausch 05 17 76 300 www.caritas.at/energiesparberatung	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.
Männerberatung 01 603 28 28 www.maenner.at	Mo–Do: 09:00–12:00 15:00–19:00 Fr: 09:00–16:00	Psychologische, psychotherapeutische, soziale und juristische Hilfe für Männer.
Stadt Wien – Soziales, Sozial- und Gesundheitsrecht (MA 40) 01 4000 8040 www.wien.gv.at/kontakte/ma40	Mo–Fr: 08:00–18:00	Telefonische Erstberatung. Anlaufstelle für finanzielle oder soziale Probleme.

Pensionistenverband Österreichs Landesorganisation Wien Alserbachstr. 23, 1090 Wien 01 319 40 12 www.pvoe.at/wien/themen/service-leistung/kostenlose-beratung	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		
Regionales Kompetenzzentrum 01 4000 53640 www.suchthilfe.wien/1/rkomz-2	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.
Suchthilfe Wien 01 4000 53600 www.suchthilfe.wien	Mo–Do: 09:00–17:00 Fr: 09:00–14:00	Informationen, Beratung und Unterstützung zum Thema Sucht und Drogen.

Tiere		
A G'spia Fürs Tier – Kompetenzstelle für Mensch-Tier-Beziehung 0676 8784 4514 www.volkshilfe-wien.at/a-gspia-furs-tier/		Temporäre Unterstützung für Personen, die aufgrund von Spitalsaufenthalt, Reha oder Gebrechlichkeit Haustiere nicht versorgen können. z. B. Gassi-gehen

Wohnen		
FAWOS – Fachstelle für Wohnungssicherung 01 218 56 90 www.volkshilfe-wien.at/fachstelle-fur-wohnungssicherung-fawos/	Mo: 08:30–12:30 13:30–15:30 Di–Fr: 08:30–12:30	Freiwillige und kostenlose Beratung zur Wohnungssicherung, bei Mietrückständen, drohender Delogierung usw. sowie Krisenintervention und Wohncoachings.
Fonds Soziales Wien (FSW) 01 24 5 24 www.fsw.at	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.

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

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

Bei Kleidung und Gebrauchsgegenständen gilt: Es muss nicht immer neu sein. In vielen Shops werden aussortierter Kleidung, Möbeln und anderen Gebrauchsgegenständen eine zweite Chance gegeben. Oft lassen sich wahre Schätze in ausgezeichneter Qualität finden.

In Sozialmärkten werden einwandfreie Lebensmittel vergünstigt angeboten, die bspw. aufgrund von beschädigten Verpackungen nicht für den herkömmlichen Verkauf bestimmt sind. Einkaufsberechtigt sind in Wien hauptgemeldete Personen, deren monatliches Einkommen folgende Grenzen nicht überschreitet (gültig für das Jahr 2024):

Ausstellung Einkaufsberechtigung				
Anbieter Sozialmarkt	Einzel-personen	Paare	Ausstellung	Erforderliche Dokumente
Samariterbund Infos unter 01 89 145 371 (09:00–14:00)	€ 1.392 12x/Jahr	€ 2.088 12x/Jahr	Mo–Do: 11:00–13:00	Meldezettel Einkommensnachweis
VinziMarkt Infos unter 0699 15018543	€ 1.050 pro Monat	€ 1.550 pro Monat	Di, Do: 09:00–12:00	Lichtbildausweis
Wiener Hilfswerk Infos unter 01 512 36 61 5300	€ 1.392 12x/Jahr	€ 2.088 12x/Jahr	Mo–Fr: 10:00–13:00 Neustiftg. 73–75	

* Die Kontaktstellen der oben genannten Anbieter sind in nachfolgender Tabelle ersichtlich

Lebensmittel – Sozialmärkte

Sozialmarkt – Samariterbund www.samariterbund.net/existenzsichernde-hilfen/sozialmaerkte	1100, Gellertg. 42–48 01 89 145 650	Mo–Fr: 09:00–14:00	Im Sozialmarkt können Menschen mit niedrigem Einkommen Dinge des täglichen Bedarfs kostengünstig kaufen.
	1120, Böckhg. 2–4 01 89 145 651	Böckhg. Zusätzlich offen:	
	1150, Pillerg. 20 01 89 145-371	Sa: 09:00–13:00	
	1210, Frömmig. 31 01 22 144 44		
1220, Wagramer Str. 94 01 22 144 44 34			
Sozialmarkt – VinziMarkt www.vinzi.at/vinzimarkt-wien	1110, Hauffg. 4a 0699 15018543	Mo–Fr: 09:00–13:00	Verkauf von Lebensmitteln zu einem Maximalpreis von 30 % des Normalwertes.
SOMA Sozialmärkte – Wiener Hilfswerk www.wiener.hilfswerk.at/sozialmarkt	1070, Neustiftg. 73–75 01 512 36 61 5300	Mo–Mi, Fr: 10:00–14:00, Do: 10:00–18:00	Günstige Einkaufsmöglichkeit für Menschen mit niedrigem Einkommen.
1140, Hickelg. 18 01 512 36 61 5400	Mo–Fr: 09:30–15:30		

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

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

Zuständige Stelle:

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

1030 Wien, Thomas-Klestil-Platz 8

E-Mail: 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