

Veranstaltungen

In den Häusern zum Leben und Pensionist*innenklubs ist immer was los! Wegen des begrenzten Platzangebotes im Haus bzw. im Klub bitten wir um rechtzeitige Voranmeldung.



Nordic Walking

Mittwoch, 17. Dezember 2025 | 11:00 – 12:00

Wir walken gemeinsam zum roten Berg und wieder zurück zum Klub

Klub Faistauergasse 68

Klub Faistauergasse 68 1130 Wien,
Faistauergasse 68
676/832501096

gratis

Plätze: unbegrenzt



Sitzyoga

Mittwoch, 17. Dezember 2025 | 13:00 – 14:00

Yoga im Sitzen, innere Balance, Dehnen, Muskel stärken, Selbstfürsorge, Körperbewusstsein

Klub Sillerplatz 7/6

Sillerplatz 7/6 1130 Wien,
Sillerplatz 7/6
01 31399 283121

gratis

Plätze: unbegrenzt



Quiz

Mittwoch, 17. Dezember 2025 | 14:00 – 15:30

Spiel, Lernen, Spaß

Klub Trauttmansdorffgasse 18

Trauttmansdorffgasse 18 1130 Wien,
Trauttmansdorffgasse 18
01 31399 283131

gratis

Plätze: unbegrenzt



Sitztanz mit Suni

Mittwoch, 17. Dezember 2025 | 15:00 – 16:00

Tanzen im Sitzen

Klub Fasangartengasse 65a/5

Fasangartengasse 65a/5 1130 Wien,
Fasangartengasse 65a/5
01 31399 283 111

gratis

Plätze: unbegrenzt

**Quiz**

Mittwoch, 17. Dezember 2025 | 15:00 – 16:00

Ihr Wissen ist gefragt

Klub Faistauergasse 68Faistauergasse 68 1130 Wien,
Faistauergasse 68
01 31399 283101**gratis****Plätze: unbegrenzt****Gesellschaftsspiele**

Donnerstag, 18. Dezember 2025 | 11:00 – 12:00

Spiele und Spaß

Klub Faistauergasse 68Faistauergasse 68 1130 Wien,
Faistauergasse 68
01 31399 283101**gratis****Plätze: unbegrenzt****Aquarell malen**

Donnerstag, 18. Dezember 2025 | 15:00 – 16:00

Material vorhanden, freies, selbstständiges Malen

Klub Sillerplatz 7/6Sillerplatz 7/6 1130 Wien,
Sillerplatz 7/6
01 31399 283121**gratis****Plätze: unbegrenzt****Yoga im Sitzen**

Donnerstag, 18. Dezember 2025 | 15:00 – 16:00

Sitzyoga kann helfen, die Flexibilität zu verbessern

Klub Faistauergasse 68Faistauergasse 68 1130 Wien,
Faistauergasse 68
01 31399 283101**gratis****Plätze: unbegrenzt****Weihnachtsfeier**

Donnerstag, 18. Dezember 2025 | 15:00 – 17:30

Föhrenhofer Weihnachtsfeier

Haus FöhrenhofHaus Föhrenhof 1130 Wien,
Dr.-Schober-Straße 3
+43 1 313 99 1020**Preis: 20,00 €**

**Mit Einander Gesellschaftsspiele**

Freitag, 19. Dezember 2025 | 12:00 – 17:00

Div. Gemeinschaftsspiele

Klub Trauttmansdorffgasse 18Trauttmansdorffgasse 18 1130 Wien,
Trauttmansdorffgasse 18
01 31399 283131**gratis****Plätze: unbegrenzt****Yoga auf Matten**

Freitag, 19. Dezember 2025 | 13:00 – 14:00

Integrales Yoga: ineinander fließende
Bewegungsabfolgen, dynamisch, intensiv, Kräftigung der
Muskeln, Dehnen**Klub Sillerplatz 7/6**Sillerplatz 7/6 1130 Wien,
Sillerplatz 7/6
01 31399 283121**gratis****Plätze: unbegrenzt****Tarock**

Freitag, 19. Dezember 2025 | 13:00 – 16:30

Tarock

Klub Faistauergasse 68Faistauergasse 68 1130 Wien,
Faistauergasse 68
01 31399 283101**gratis****Plätze: unbegrenzt****Bingo**

Freitag, 19. Dezember 2025 | 15:30 – 16:00

Spiel mit Zufallszahlen. Ein Bingo - Los kostet € 1,00-.

Klub Fasangartengasse 65a/5Fasangartengasse 65a/5 1130 Wien,
Fasangartengasse 65a/5
01 31399 283 111**gratis****Plätze: unbegrenzt****Tischtennis**

Montag, 22. Dezember 2025 | 12:00 – 17:00

Einfach vorbei kommen und an unserem Tischtennistisch
spielen**Klub Sillerplatz 7/6**Sillerplatz 7/6 1130 Wien,
Sillerplatz 7/6
01 31399 283121**gratis****Plätze: unbegrenzt**

**Gymnastik**

Montag, 22. Dezember 2025 | 12:30 – 13:30

Sitzgymnastik, Koordinationsspiele u. Meditation

Klub Trauttmansdorffgasse 18Trauttmansdorffgasse 18 1130 Wien,
Trauttmansdorffgasse 18
01 31399 283131**gratis****Plätze: unbegrenzt****Nordic-Walking-Runde**

Montag, 22. Dezember 2025 | 13:00 – 14:00

Treffpunkt beim Eingang des Pensionistenklubs Sillerplatz

Klub Sillerplatz 7/6Sillerplatz 7/6 1130 Wien,
Sillerplatz 7/6
01 31399 283121**gratis****Plätze: unbegrenzt****Gesellschaftsspiele**

Montag, 22. Dezember 2025 | 13:00 – 16:30

Spiele und Spaß

Klub Faistauergasse 68Faistauergasse 68 1130 Wien,
Faistauergasse 68
01 31399 283101**gratis****Plätze: unbegrenzt****Besinnliches beisammensein**

Montag, 22. Dezember 2025 | 13:00 – 17:00

Weihnachtsjause

Klub Trauttmansdorffgasse 18Trauttmansdorffgasse 18 1130 Wien,
Trauttmansdorffgasse 18
01 31399 283131**gratis****Exkursion zum Weihnachtsmarkt Schönbrunn**

Montag, 22. Dezember 2025 | 14:00 – 17:00

Treffpunkt: 14.00 Uhr vor dem Klub Faistauergasse 68

Klub Faistauergasse 68Klub Faistauergasse 68 1130 Wien,
Faistauergasse 68
0676/832501096**gratis****Plätze: unbegrenzt**

**Basteln mit Gitti**

Montag, 22. Dezember 2025 | 14:00 – 15:00

Kreatives Werken

Klub Trauttmansdorffgasse 18Trauttmansdorffgasse 18 1130 Wien,
Trauttmansdorffgasse 18
01 31399 283131**gratis****Plätze: unbegrenzt****Yoga**

Montag, 22. Dezember 2025 | 15:00 – 16:00

Durch achtsames Atmen die Verbindung mit Körper, Geist
und Seele verbinden**Klub Fasangartengasse 65a/5**Fasangartengasse 65a/5 1130 Wien,
Fasangartengasse 65a/5
01 31399 283 111**gratis****Plätze: unbegrenzt****Plauderrunde**

Dienstag, 23. Dezember 2025 | 11:00 – 12:00

Miteinander plaudern, sich austauschen, verschiedene
Themen**Klub Faistauergasse 68**Faistauergasse 68 1130 Wien,
Faistauergasse 68
01 31399 283101**gratis****Plätze: unbegrenzt****Gemeinsam Weihnachtslieder singen**

Dienstag, 23. Dezember 2025 | 14:00 – 15:00

Bekannte Weihnachtslieder werden gemeinsam in der
Gruppe angestimmt**Klub Sillerplatz 7/6**Sillerplatz 7/6 1130 Wien,
Sillerplatz 7/6
01 31399 283121**gratis****Plätze: unbegrenzt****Weihnachtslieder singen**

Dienstag, 23. Dezember 2025 | 14:00 – 16:00

Wir singen gemeinsam Weihnachtslieder

Klub Faistauergasse 68Faistauergasse 68 1130 Wien,
Faistauergasse 68
01 31399 283101**gratis****Plätze: unbegrenzt**

**Weihnachtliches Beisammensein**

Mittwoch, 24. Dezember 2025 | 14:30 – 15:30

Gemeinsam lauschen wir der Musik und knabbern Kekse

Haus FöhrenhofHaus Föhrenhof 1130 Wien,
Dr.-Schober-Straße 3
+43 1 313 99 1020**gratis****Um tel. Anmeldung im Haus wird gebeten****Weihnachtliches Beisammensein**

Mittwoch, 24. Dezember 2025 | 14:30 – 15:30

Gemeinsam lauschen wir der Musik und knabbern Kekse

Haus FöhrenhofHaus Föhrenhof 1130 Wien,
Dr.-Schober-Straße 3
+43 1 313 99 1020**gratis****Um tel. Anmeldung im Haus wird gebeten****Vorlesen**

Montag, 29. Dezember 2025 | 11:00 – 12:00

Vorlesen - Weihnachtsgeschichten

Klub Faistauergasse 68Faistauergasse 68 1130 Wien,
Faistauergasse 68
01 31399 283101**gratis****Plätze: unbegrenzt****Nordic-Walking-Runde**

Montag, 29. Dezember 2025 | 13:00 – 14:00

Treffpunkt beim Eingang des Pensionistenklubs Sillerplatz

Klub Sillerplatz 7/6Sillerplatz 7/6 1130 Wien,
Sillerplatz 7/6
01 31399 283121**gratis****Plätze: unbegrenzt****Basteln mit Gitti**

Montag, 29. Dezember 2025 | 14:00 – 15:00

Kreatives Werken

Klub Trauttmansdorffgasse 18Trauttmansdorffgasse 18 1130 Wien,
Trauttmansdorffgasse 18
01 31399 283131**gratis****Plätze: unbegrenzt**

**Yoga**

Montag, 29. Dezember 2025 | 15:00 – 16:00

Durch achtsames Atmen die Verbindung mit Körper, Geist
und Seele verbinden

Klub Fasangartengasse 65a/5

Fasangartengasse 65a/5 1130 Wien,
Fasangartengasse 65a/5
01 31399 283 111

gratis**Plätze: unbegrenzt****Stadt-Land-Fluss**

Montag, 29. Dezember 2025 | 15:00 – 16:00

Ihr Wissen und Ihre Schnelligkeit ist gefragt

Klub Faistauergasse 68

Faistauergasse 68 1130 Wien,
Faistauergasse 68
01 31399 283101

gratis**Plätze: unbegrenzt****Singkreis**

Montag, 29. Dezember 2025 | 15:15 – 16:16

Heilsame Lieder und Mantren

Klub Sillerplatz 7/6

Sillerplatz 7/6 1130 Wien,
Sillerplatz 7/6
01 31399 283121

gratis**Plätze: unbegrenzt****Silvesterparty nur für Klubbesucher Faistauergasse**

Dienstag, 30. Dezember 2025 | 13:00 – 16:30

Nur mit Anmeldung der Besucher*innen vom Klub
Faistauergasse

Klub Faistauergasse 68

Faistauergasse 68 1130 Wien,
Faistauergasse 68
01 31399 283101

gratis**Silvester Feier**

Dienstag, 30. Dezember 2025 | 14:00 – 17:00

Silvester Feier

Klub Trauttmansdorffgasse 18

Trauttmansdorffgasse 18 1130 Wien,
Trauttmansdorffgasse 18
01 31399 283131

gratis

**Silvesterfeier**

Dienstag, 30. Dezember 2025 | 14:30 – 16:30

Gemeinsam das alte Jahr abschließen und verabschieden
mit Brötchen und Sekt

Klub Sillerplatz 7/6

Sillerplatz 7/6 1130 Wien,
Sillerplatz 7/6
01 31399 283121

gratis**Plätze: unbegrenzt****Silvesterparty**

Dienstag, 30. Dezember 2025 | 16:00 – 17:00

Wir heißen 2026 Willkommen

Klub Fasangartengasse 65a/5

Fasangartengasse 65a/5 1130 Wien,
Fasangartengasse 65a/5
01 31399 283 111

gratis**Plätze: unbegrenzt****Tischtennis**

Freitag, 2. Januar 2026 | 12:00 – 17:00

Einfach vorbeikommen und spielen

Klub Sillerplatz 7/6

Sillerplatz 7/6 1130 Wien,
Sillerplatz 7/6
01 31399 283121

gratis**Plätze: unbegrenzt****Mit Einander Gesellschaftsspiele**

Freitag, 2. Januar 2026 | 12:00 – 17:00

Div. Gemeinschaftsspiele

Klub Trauttmansdorffgasse 18

Trauttmansdorffgasse 18 1130 Wien,
Trauttmansdorffgasse 18
01 31399 283131

gratis**Plätze: unbegrenzt****Tarock**

Freitag, 2. Januar 2026 | 12:00 – 16:30

Tarock

Klub Faistauergasse 68

Faistauergasse 68 1130 Wien,
Faistauergasse 68
01 31399 283101

gratis**Plätze: unbegrenzt**

**Bingo**

Freitag, 2. Januar 2026 | 15:30 – 16:00

Spiel mit Zufallszahlen. Ein Bingo - Los kostet € 1,00

Klub Fasangartengasse 65a/5Fasangartengasse 65a/5 1130 Wien,
Fasangartengasse 65a/5
01 31399 283 111**gratis****Plätze: unbegrenzt****Nordic Walking**

Montag, 5. Januar 2026 | 11:00 – 12:00

Wir walken gemeinsam zum roten Berg und wieder zurück
zum Klub**Klub Faistauergasse 68**Klub Faistauergasse 68 1130 Wien,
Faistauergasse 68
0676/832501096**gratis****Plätze: unbegrenzt****Gymnastik**

Montag, 5. Januar 2026 | 12:30 – 13:30

Sitzgymnastik, Koordinationsspiele u. Meditation

Klub Trauttmansdorffgasse 18Trauttmansdorffgasse 18 1130 Wien,
Trauttmansdorffgasse 18
01 31399 283131**gratis****Plätze: unbegrenzt****Nordic Walking Runde**

Montag, 5. Januar 2026 | 13:00 – 14:00

Treffpunkt beim Eingang beim Pensionistenklub Sillerplatz

Klub Sillerplatz 7/6Sillerplatz 7/6 1130 Wien,
Sillerplatz 7/6
01 31399 283121**gratis****Plätze: unbegrenzt****Workshop: "Singen tut gut" - Teil 1: MitEinander tönen**

Montag, 5. Januar 2026 | 13:00 – 13:50

In der ersten Stunde werden wir gemeinsam tönen und
Kontakt zu unserem Instrument der Stimme aufnehmen.
Wir wollen in Beziehung gehen mit unserer Stimme durch
gemeinsame Übungen**Klub Sillerplatz 7/6**Sillerplatz 7/6 1130 Wien,
Sillerplatz 7/6
01 31399 283121**gratis****Plätze: unbegrenzt**



Häuser
zum Leben

Für die
Stadt Wien



Sitzturnen mit Senada

Montag, 5. Januar 2026 | 13:00 – 14:00

Turnen im Sitzen

Klub Fasangartengasse 65a/5

Fasangartengasse 65a/5 1130 Wien,
Fasangartengasse 65a/5
01 31399 283 111

gratis

Plätze: unbegrenzt



Basteln mit Gitti

Montag, 5. Januar 2026 | 14:00 – 15:00

Kreatives Werken

Klub Trauttmansdorffgasse 18

Trauttmansdorffgasse 18 1130 Wien,
Trauttmansdorffgasse 18
01 31399 283131

gratis

Plätze: unbegrenzt



Workshop: "Singen tut gut" - Teil 2: MitEinander singen

Montag, 5. Januar 2026 | 14:00 – 14:50

Durch gemeinsames Singen von Liedern, vertiefen wir
unsere Erfahrung mit der Stimme. Wir finden zu uns
zurück, kommen in Balance und stärken das
Gemeinschaftsgefühl. Wir füllen uns mit guter Energie, die
wir gemeinsam kreieren.

Klub Sillerplatz 7/6

Externer Veranstaltungsort 1130 Wien,
Sillerplatz 7/6

Preis siehe Beschreibung

Plätze: unbegrenzt



Yoga

Montag, 5. Januar 2026 | 15:00 – 16:30

Durch achtsames Atmen die Verbindung mit Körper, Geist
und Seele verbinden

Klub Fasangartengasse 65a/5

Fasangartengasse 65a/5 1130 Wien,
Fasangartengasse 65a/5
01 31399 283 111

gratis

Plätze: unbegrenzt



Die Pensionist*innen
Klubs

Für die
Stadt Wien

Fonds Kuratorium Wiener
Pensionisten-Wohnhäuser



Häuser
zum Leben

Für die
Stadt Wien



Workshop: "Singen tut gut" - Teil 3: MitEinander entspannen

Montag, 5. Januar 2026 | 15:00 – 15:50

Im dritten Teil darfst Du entspannen, auf der Matte oder auf einem Stuhl und dich von Stimm- und Instrumentenklängen einhüllen lassen. Dies aktiviert deinen Tetawellen-Bereich, sodass deine Seele, Körper und Geist in tiefe Regeneration kommen.

Klub Sillerplatz 7/6

Sillerplatz 7/6 1130 Wien,
Sillerplatz 7/6
01 31399 283121

Preis siehe Beschreibung
Plätze: unbegrenzt



LIMA-Gedächtnistraining

Dienstag, 6. Januar 2026 | 13:00 – 14:30

Lebensqualität im Alter-Gedächtnis- und Bewegungsübungen miteinander

Klub Sillerplatz 7/6

Sillerplatz 7/6 1130 Wien,
Sillerplatz 7/6
01 31399 283121

gratis
Plätze: unbegrenzt



Vorlesen

Mittwoch, 7. Januar 2026 | 11:00 – 12:00

Vorlesen für Personen die schlecht sehen

Klub Faistauergasse 68

Faistauergasse 68 1130 Wien,
Faistauergasse 68
01 31399 283101

gratis
Plätze: unbegrenzt



Sitzzyoga

Mittwoch, 7. Januar 2026 | 13:00 – 14:00

Yoga im Sitzen: innere Balance, dehnen, Muskeln stärken, Selbstfürsorge

Klub Sillerplatz 7/6

Sillerplatz 7/6 1130 Wien,
Sillerplatz 7/6
01 31399 283121

gratis
Plätze: unbegrenzt



Quiz

Mittwoch, 7. Januar 2026 | 14:00 – 15:30

Spiel, Lernen, Spaß

Klub Trauttmansdorffgasse 18

Trauttmansdorffgasse 18 1130 Wien,
Trauttmansdorffgasse 18
01 31399 283131

gratis
Plätze: unbegrenzt



Die Pensionist*innen
Klubs

Für die
Stadt Wien

**Fonds Kuratorium Wiener
Pensionisten-Wohnhäuser**

**Nordic Walking**

Donnerstag, 8. Januar 2026 | 11:00 – 12:00

Wir walken gemeinsam zum roten Berg und wieder zurück
zum Klub

Klub Faistauergasse 68

Klub Faistauergasse 68 1130 Wien,
Faistauergasse 68
0676/832501096

gratis**Plätze: unbegrenzt****Spielenachmittag**

Donnerstag, 8. Januar 2026 | 12:00 – 17:00

Diverse Gemeinschaftsspiele-Tarock, Schnapsen,
Canasta, Rummy-Kub

Klub Sillerplatz 7/6

Sillerplatz 7/6 1130 Wien,
Sillerplatz 7/6
01 31399 283121

gratis**Plätze: unbegrenzt****Trommeln**

Donnerstag, 8. Januar 2026 | 12:00 – 13:00

Trommeln mit Djumbe

Klub Fasangartengasse 65a/5

Fasangartengasse 65a/5 1130 Wien,
Fasangartengasse 65a/5
01 31399 283 111

gratis**Plätze: unbegrenzt****Lima**

Donnerstag, 8. Januar 2026 | 14:00 – 15:30

Lebensqualität im Alter. Gedächtnistraining und
Bewegungstraining miteinander kombiniert.

Klub Trauttmansdorffgasse 18

Trauttmansdorffgasse 18 1130 Wien,
Trauttmansdorffgasse 18
01 31399 283131

gratis**Plätze: unbegrenzt****Yoga im Sitzen**

Donnerstag, 8. Januar 2026 | 15:00 – 16:00

Sitzyoga kann helfen, die Flexibilität zu verbessern

Klub Faistauergasse 68

Faistauergasse 68 1130 Wien,
Faistauergasse 68
01 31399 283101

gratis**Plätze: unbegrenzt**

**Mit Einander Gesellschaftsspiele**

Freitag, 9. Januar 2026 | 12:00 – 17:00

Div. Gemeinschaftsspiele

Klub Trauttmansdorffgasse 18Trauttmansdorffgasse 18 1130 Wien,
Trauttmansdorffgasse 18
01 31399 283131**gratis****Plätze: unbegrenzt****Tarock**

Freitag, 9. Januar 2026 | 12:00 – 16:30

Tarock

Klub Faistauergasse 68Faistauergasse 68 1130 Wien,
Faistauergasse 68
01 31399 283101**gratis****Plätze: unbegrenzt****Klangheilung mit Stimme und Instrument**

Freitag, 9. Januar 2026 | 15:00 – 16:00

Tiefenentspannung in der Gruppe, Regeneration für
Körper, Geist und Seele**Klub Sillerplatz 7/6**Sillerplatz 7/6 1130 Wien,
Sillerplatz 7/6
01 31399 283121**gratis****Plätze: unbegrenzt****Bingo**

Freitag, 9. Januar 2026 | 15:30 – 16:00

Spiel mit Zufallszahlen. Ein Bingo - Los kostet € 1,00

Klub Fasangartengasse 65a/5Fasangartengasse 65a/5 1130 Wien,
Fasangartengasse 65a/5
01 31399 283 111**gratis****Plätze: unbegrenzt****Lima (Lebensqualität im Alter)**

Montag, 12. Januar 2026 | 11:00 – 12:00

Gedächtnis und Bewegungstraining kombiniert

Klub Faistauergasse 68Faistauergasse 68 1130 Wien,
Faistauergasse 68
01 31399 283101**gratis****Plätze: unbegrenzt**

**Gymnastik**

Montag, 12. Januar 2026 | 12:30 – 13:30

Sitzgymnastik, Koordinationsspiele u. Meditation

Klub Trauttmansdorffgasse 18Trauttmansdorffgasse 18 1130 Wien,
Trauttmansdorffgasse 18
01 31399 283131**gratis****Plätze: unbegrenzt****Nordic Walking Runde**

Montag, 12. Januar 2026 | 13:00 – 14:00

Treffpunkt beim Eingang beim Pensionistenklub Sillerplatz

Klub Sillerplatz 7/6Sillerplatz 7/6 1130 Wien,
Sillerplatz 7/6
01 31399 283121**gratis****Plätze: unbegrenzt****Gesellschaftsspiele**

Montag, 12. Januar 2026 | 13:00 – 16:30

Spiele und Spaß

Klub Faistauergasse 68Faistauergasse 68 1130 Wien,
Faistauergasse 68
01 31399 283101**gratis****Plätze: unbegrenzt****Sitzturnen mit Senada**

Montag, 12. Januar 2026 | 13:00 – 14:00

Turnen im Sitzen

Klub Fasangartengasse 65a/5Fasangartengasse 65a/5 1130 Wien,
Fasangartengasse 65a/5
01 31399 283 111**gratis****Plätze: unbegrenzt****Sitzgymnastik**

Montag, 12. Januar 2026 | 14:00 – 15:00

Dehnen und stärken der Muskeln, Aufbau von
Körperbewusstsein**Klub Sillerplatz 7/6**Sillerplatz 7/6 1130 Wien,
Sillerplatz 7/6
01 31399 283121**gratis****Plätze: unbegrenzt**

**Basteln mit Gitti**

Montag, 12. Januar 2026 | 14:00 – 15:00

Kreatives Werken

Klub Trauttmansdorffgasse 18Trauttmansdorffgasse 18 1130 Wien,
Trauttmansdorffgasse 18
01 31399 283131**gratis****Plätze: unbegrenzt****Yoga**

Montag, 12. Januar 2026 | 15:00 – 16:30

Durch achtsames Atmen die Verbindung mit Körper, Geist
und Seele verbinden**Klub Fasangartengasse 65a/5**Fasangartengasse 65a/5 1130 Wien,
Fasangartengasse 65a/5
01 31399 283 111**gratis****Plätze: unbegrenzt****Nordic Walking**

Dienstag, 13. Januar 2026 | 11:00 – 12:00

Wir walken gemeinsam zum roten Berg und wieder zurück
zum Klub**Klub Faistauergasse 68**Klub Faistauergasse 68 1130 Wien,
Faistauergasse 68
0676/832501096**gratis****Plätze: unbegrenzt****Yoga im Sitzen**

Dienstag, 13. Januar 2026 | 11:15 – 13:00

Sitz Yoga kann helfen die Flexibilität zu verbessern,
Nackensretch, Schulter rollen, ect.**Klub Trauttmansdorffgasse 18**Trauttmansdorffgasse 18 1130 Wien,
Trauttmansdorffgasse 18
01 31399 283131**gratis****Plätze: unbegrenzt****LIMA-Gedächtnistraining**

Dienstag, 13. Januar 2026 | 13:00 – 14:30

Lebensqualität im Alter-Gedächtnis- und
Bewegungsübungen miteinander**Klub Sillerplatz 7/6**Sillerplatz 7/6 1130 Wien,
Sillerplatz 7/6
01 31399 283121**gratis****Plätze: unbegrenzt**

**Kochkurs für Männer**

Mittwoch, 14. Januar 2026 | 10:00 – 12:00

Wir kochen gemeinsam leichte Speisen, Anmeldung im Klub erforderlich, Unkostenbeitrag € 4,50

Klub Faistauergasse 68

Faistauergasse 68 1130 Wien,
Faistauergasse 68
01 31399 283101

Preis siehe Beschreibung
Plätze: unbegrenzt

**Sitzyoga**

Mittwoch, 14. Januar 2026 | 13:00 – 14:00

Yoga im Sitzen: innere Balance, dehnen, Muskeln stärken, Selbstfürsorge

Klub Sillerplatz 7/6

Sillerplatz 7/6 1130 Wien,
Sillerplatz 7/6
01 31399 283121

gratis
Plätze: unbegrenzt

**Quiz**

Mittwoch, 14. Januar 2026 | 14:00 – 15:30

Spiel, Lernen, Spaß

Klub Trauttmansdorffgasse 18

Trauttmansdorffgasse 18 1130 Wien,
Trauttmansdorffgasse 18
01 31399 283131

gratis
Plätze: unbegrenzt

**Sittanz mit Suni**

Mittwoch, 14. Januar 2026 | 15:00 – 15:45

Tanzen im Sitzen

Klub Fasangartengasse 65a/5

Fasangartengasse 65a/5 1130 Wien,
Fasangartengasse 65a/5
01 31399 283 111

gratis
Plätze: unbegrenzt

**Vorlesen**

Donnerstag, 15. Januar 2026 | 11:00 – 12:00

Vorlesen für Personen die schlecht sehen

Klub Faistauergasse 68

Faistauergasse 68 1130 Wien,
Faistauergasse 68
01 31399 283101

gratis
Plätze: unbegrenzt

**Line Dance**

Donnerstag, 15. Januar 2026 | 11:15 – 13:00

Tanzen zu verschiedenen Musikrichtungen

Klub Trauttmansdorffgasse 18Trauttmansdorffgasse 18 1130 Wien,
Trauttmansdorffgasse 18
01 31399 283131**gratis****Plätze: unbegrenzt****Spielenachmittag**

Donnerstag, 15. Januar 2026 | 12:00 – 17:00

Diverse Gemeinschaftsspiele-Tarock, Schnapsen,
Canasta, Rummy-Kub**Klub Sillerplatz 7/6**Sillerplatz 7/6 1130 Wien,
Sillerplatz 7/6
01 31399 283121**gratis****Plätze: unbegrenzt****Lima**

Donnerstag, 15. Januar 2026 | 14:00 – 15:30

Lebensqualität im Alter. Gedächtnistraining und
Bewegungstraining miteinander kombiniert.**Klub Trauttmansdorffgasse 18**Trauttmansdorffgasse 18 1130 Wien,
Trauttmansdorffgasse 18
01 31399 283131**gratis****Plätze: unbegrenzt****Yoga im Sitzen**

Donnerstag, 15. Januar 2026 | 15:00 – 16:00

Sitz yoga kann helfen, die Flexibilität zu verbessern

Klub Faistauergasse 68Faistauergasse 68 1130 Wien,
Faistauergasse 68
01 31399 283101**gratis****Plätze: unbegrenzt****Yoga im Sitzen**

Freitag, 16. Januar 2026 | 09:30 – 10:30

Sitz Yoga kann helfen die Flexibilität zu verbessern,
Nackensretch, Schulter rollen, ect.**Klub Trauttmansdorffgasse 18**Trauttmansdorffgasse 18 1130 Wien,
Trauttmansdorffgasse 18
01 31399 283131**gratis****Plätze: unbegrenzt**

**Tischtennis**

Freitag, 16. Januar 2026 | 12:00 – 17:00

Einfach vorbeikommen und spielen

Klub Sillerplatz 7/6Sillerplatz 7/6 1130 Wien,
Sillerplatz 7/6
01 31399 283121**gratis****Plätze: unbegrenzt****Mit Einander Gesellschaftsspiele**

Freitag, 16. Januar 2026 | 12:00 – 17:00

Div. Gemeinschaftsspiele

Klub Trauttmansdorffgasse 18Trauttmansdorffgasse 18 1130 Wien,
Trauttmansdorffgasse 18
01 31399 283131**gratis****Plätze: unbegrenzt****Tarock**

Freitag, 16. Januar 2026 | 13:00 – 16:30

Tarock

Klub Faistauergasse 68Faistauergasse 68 1130 Wien,
Faistauergasse 68
01 31399 283101**gratis****Plätze: unbegrenzt****Bingo**

Freitag, 16. Januar 2026 | 15:30 – 16:00

Spiel mit Zufallszahlen. Ein Bingo - Los kostet € 1,00

Klub Fasangartengasse 65a/5Fasangartengasse 65a/5 1130 Wien,
Fasangartengasse 65a/5
01 31399 283 111**gratis****Plätze: unbegrenzt****Nordic Walking**

Montag, 19. Januar 2026 | 11:00 – 12:00

Wir walken gemeinsam zum roten Berg und wieder zurück
zum Klub**Klub Faistauergasse 68**Klub Faistauergasse 68 1130 Wien,
Faistauergasse 68
0676/832501096**gratis****Plätze: unbegrenzt**

**Gymnastik**

Montag, 19. Januar 2026 | 12:30 – 13:30

Sitzgymnastik, Koordinationsspiele u. Meditation

Klub Trauttmansdorffgasse 18Trauttmansdorffgasse 18 1130 Wien,
Trauttmansdorffgasse 18
01 31399 283131**gratis****Plätze: unbegrenzt****Nordic Walking Runde**

Montag, 19. Januar 2026 | 13:00 – 14:00

Treffpunkt beim Eingang beim Pensionistenklub Sillerplatz

Klub Sillerplatz 7/6Sillerplatz 7/6 1130 Wien,
Sillerplatz 7/6
01 31399 283121**gratis****Plätze: unbegrenzt****Sitzturnen mit Senada**

Montag, 19. Januar 2026 | 13:00 – 14:00

Turnen im Sitzen

Klub Fasangartengasse 65a/5Fasangartengasse 65a/5 1130 Wien,
Fasangartengasse 65a/5
01 31399 283 111**gratis****Plätze: unbegrenzt****Basteln mit Gitti**

Montag, 19. Januar 2026 | 14:00 – 15:00

Kreatives Werken

Klub Trauttmansdorffgasse 18Trauttmansdorffgasse 18 1130 Wien,
Trauttmansdorffgasse 18
01 31399 283131**gratis****Plätze: unbegrenzt****Singkreis**

Montag, 19. Januar 2026 | 15:00 – 16:00

Heilsame Lieder und Mantren mit Gitarrenbegleitung

Klub Sillerplatz 7/6Sillerplatz 7/6 1130 Wien,
Sillerplatz 7/6
01 31399 283121**gratis****Plätze: unbegrenzt**

**Stadt-Land-Fluss**

Montag, 19. Januar 2026 | 15:00 – 16:00

Ihr Wissen und Ihre Schnelligkeit ist gefragt

Klub Faistauergasse 68Faistauergasse 68 1130 Wien,
Faistauergasse 68
01 31399 283101**gratis****Plätze: unbegrenzt****Yoga**

Montag, 19. Januar 2026 | 15:00 – 16:30

Durch achtsames Atmen die Verbindung mit Körper, Geist
und Seele verbinden**Klub Fasangartengasse 65a/5**Fasangartengasse 65a/5 1130 Wien,
Fasangartengasse 65a/5
01 31399 283 111**gratis****Plätze: unbegrenzt****Vorlesen**

Dienstag, 20. Januar 2026 | 11:00 – 12:00

Vorlesen für Personen die schlecht sehen

Klub Faistauergasse 68Faistauergasse 68 1130 Wien,
Faistauergasse 68
01 31399 283101**gratis****Plätze: unbegrenzt****Yoga im Sitzen**

Dienstag, 20. Januar 2026 | 11:15 – 13:00

Sitz Yoga kann helfen die Flexibilität zu verbessern,
Nackensretch, Schulter rollen, ect.**Klub Trauttmansdorffgasse 18**Trauttmansdorffgasse 18 1130 Wien,
Trauttmansdorffgasse 18
01 31399 283131**gratis****Plätze: unbegrenzt****LIMA-Gedächtnistraining**

Dienstag, 20. Januar 2026 | 13:00 – 14:30

Lebensqualität im Alter-Gedächtnis- und
Bewegungsübungen miteinander**Klub Sillerplatz 7/6**Sillerplatz 7/6 1130 Wien,
Sillerplatz 7/6
01 31399 283121**gratis****Plätze: unbegrenzt**

**Sitzgymnastik**

Dienstag, 20. Januar 2026 | 13:00 – 14:00

Sitzgymnastik, Koordinationsspiele und Meditation

Klub Faistauergasse 68Faistauergasse 68 1130 Wien,
Faistauergasse 68
01 31399 283101**gratis****Plätze: unbegrenzt****Nordic Walking**

Mittwoch, 21. Januar 2026 | 11:00 – 12:00

Wir walken gemeinsam zum roten Berg und wieder zurück
zum Klub**Klub Faistauergasse 68**Klub Faistauergasse 68 1130 Wien,
Faistauergasse 68
0676/832501096**gratis****Plätze: unbegrenzt**