

Veranstaltungen

Ausflug nach Schönberg am Kamp, Straussenland

Mittwoch, 16. September 2026 | 08:00 – 18:00

Abfahrtsstellen: 08:00 Uhr - 15., Ibsenstraße 1 (Haus Schmelz) 08:15 Uhr - 15., Felberstraße 1a

(gegenüber Eingang Lidl Seite Westbahnhof) **Bitte (ganz unten) Menü vorbestellen:** Suppe /

Vorspeise: Frittaten- oder Knoblauchsuppe M1: Gebackenes Schweineschnitzel "Wiener Art"

Petersilienerdäpfel, Preiselbeeren M2: Gemüselaibchen, cremiges Gemüse, kleiner Blattsalat M3:

Gebackenes Fischfilet, Petersilienerdäpfel, Sc. Tartar

Mit Ihrer Buchung akzeptieren Sie folgende Bedingungen: Alle Angaben ohne Gewähr, Änderungen und Druckfehler vorbehalten. Termine können aus wichtigen Gründen verschoben oder abgesagt werden.

Der Ausflug findet nur bei mindestens 30 Teilnehmenden statt. Bei Stornierung durch Teilnehmende

keine Rückerstattung, sofern gesetzlich zulässig. Bitte informieren Sie sich kurz vorab auf unserer

Homepage über den aktuellen Status dieses Ausflugs.

Nordic Walking

Mittwoch, 16. September 2026 | 08:45 – 10:00

Sehr schnelles gehen mit Nordic Walking Stöcken

Ausflug nach Jois, Weinlehrpfad

Mittwoch, 16. September 2026 | 09:00 – 18:00

Abfahrtsstelle: 09:00 Uhr - 02., Rauscherstrasse 16 (Haus Augarten) **Mittagessen:** Burgenländisches Schmankerlbuffet mit Krautfleckerl, Wiener Schnitzel, Schweinsbraten mit Sauerkraut, Hühnerkeulen gebacken...

Mit Ihrer Buchung akzeptieren Sie folgende Bedingungen: Alle Angaben ohne Gewähr, Änderungen und Druckfehler vorbehalten. Termine können aus wichtigen Gründen verschoben oder abgesagt werden.

Der Ausflug findet nur bei mindestens 30 Teilnehmenden statt. Bei Stornierung durch Teilnehmende

keine Rückerstattung, sofern gesetzlich zulässig. Bitte informieren Sie sich kurz vorab auf unserer

Homepage über den aktuellen Status dieses Ausflugs.

Frühstück

Mittwoch, 16. September 2026 | 09:00 – 11:00

Frühstück klein € 2,50 Frühstück groß € 4,00

"Rede mit uns"

Mittwoch, 16. September 2026 | 09:00 – 11:00

Der Volkshilfe Workshop für alle Generationen. Ob Fragen zu Arbeit, Gesundheit oder einfach mal reden: Hier wirst du gehört.

Gemeinsam frühstücken

Mittwoch, 16. September 2026 | 09:00 – 10:30

Preis von 4€ (2 Stk Semmel, Butter, Marmelade, Schinken, Käse und Gemüse) Anmeldung im Klub erforderlich

Frauen Sprachcafé

Mittwoch, 16. September 2026 | 09:30 – 12:00

Sprachen verbinden Menschen. Trete unserem 'Sprachcafé' bei und tausche dich in entspannter Atmosphäre mit anderen aus. Kommunikation ohne Grenzen!

Gymnastik mit den Smovey-Ringen

Mittwoch, 16. September 2026 | 09:30 – 10:30

Bewegung mit Ringen - Übungen, die die Muskeln stärken und die Koordination verbessern!

Kunst-Workshop

Mittwoch, 16. September 2026 | 09:30 – 12:30

Malen im Klub

Salsa

Mittwoch, 16. September 2026 | 10:00 – 11:00

Südamerikanische Tänze

Radfahren

Mittwoch, 16. September 2026 | 10:00 – 11:00

Um unsere Körper Muskulatur zu trainieren, werden wir Fahrrad fahren.

Bewegung im Freien: Nordic Walking

Mittwoch, 16. September 2026 | 10:00 – 11:00

Eine gelenksschonende Ausdauersportart, bei der schnelles Gehen durch den Einsatz von zwei speziell entwickelten Stöcken im diagonalen Rhythmus unterstützt wird.

Vortrag mit Dr Ban

Mittwoch, 16. September 2026 | 10:00 – 11:30

Vorträge zu verschiedenen Medizinischen Themen

Gymnastik für Körper und Geist

Mittwoch, 16. September 2026 | 10:00 – 11:00

Fit und Gesund in den Tag starten

Ausflug nach Mörbisch, Mulatsag

Mittwoch, 16. September 2026 | 10:00 – 18:00

Abfahrtsstellen: 10:00 Uhr - 23., Rudolf-Zeller-Gasse 58 10:15 Uhr - 23., Perchtoldsdorferstr. 1 **Bitte (ganz unten) Mittagessen vorbestellen:** Grillteller mit Kotelett, Grillwürstel vom Holzkohlengrill, Brot, Pusztasalat, oder Alternative 1: Vegetarischer Grillkäse Alternative 2: Vegane Grillwurst

Mit Ihrer Buchung akzeptieren Sie folgende Bedingungen: Alle Angaben ohne Gewähr, Änderungen und Druckfehler vorbehalten. Termine können aus wichtigen Gründen verschoben oder abgesagt werden. Der Ausflug findet nur bei mindestens 30 Teilnehmenden statt. Bei Stornierung durch Teilnehmende keine Rückerstattung, sofern gesetzlich zulässig. Bitte informieren Sie sich kurz vorab auf unserer Homepage über den aktuellen Status dieses Ausflugs.

Line Dance für Fortgeschrittene

Mittwoch, 16. September 2026 | 10:30 – 12:00

Bist du bereit für ein tänzerisches Abenteuer? Komm zum 'Miteinander Tanzen' und lass uns im Rhythmus der Musik bewegen .

Massage mit der Faszienrolle

Mittwoch, 16. September 2026 | 10:30 – 11:00

mit Iryna. Yogamatte, Faszienrolle und Faszienball bitte selbstmitbringen

Englisch für Anfänger*innen

Mittwoch, 16. September 2026 | 10:30 – 12:30

Konversation auf Englisch

Lachyoga

Mittwoch, 16. September 2026 | 10:30 – 11:30

Eine Kombination aus Klatsch-, Dehn-, und Atemübungen, verbunden mit pantomimischen Übungen, die zum Lachen anregen sollen.

Bingo

Mittwoch, 16. September 2026 | 11:00 – 12:00

Spannung und Nervenkitzel bei 'Bingo'. Rufe 'Bingo!' und gewinne fantastische Preise. Komm und erlebe den aufregenden Spielspaß!

Miteinander Spielen

Mittwoch, 16. September 2026 | 11:00 – 13:00

Im Klub stehen verschiedene Karten-, Brett- und Quizspiele zur Auswahl!

Tischtennis

Mittwoch, 16. September 2026 | 11:00 – 13:00

Es zählt zu den Kickback-Sportarten und trägt gut zur Verbesserung der Muskulatur bei.

Sitzgymnastik

Mittwoch, 16. September 2026 | 11:00 – 12:00

Entdecke die Welt der Bewegung im Sitzen bei unserer "Gymnastik im Sitzen". Sanfte Übungen für alle Altersgruppen, die Körper und Geist beleben!

Orientalischer Tanz

Mittwoch, 16. September 2026 | 11:00 – 12:00

Bauchtanz-Tanz des Ostens

Pilates

Mittwoch, 16. September 2026 | 11:00 – 12:00

Ganzkörpergymnastik zur Kräftigung von Beckenboden,- Bauch- und Rückenmuskulatur!
Bewegung auf der Matte mit Ball, Rolle und Band!

Gedächtnistraining

Mittwoch, 16. September 2026 | 11:00 – 12:00

Übungen zur Verbesserung der Gehirnleistung und Durchblutung

Gartenarbeit

Mittwoch, 16. September 2026 | 11:30 – 12:30

Gartenarbeit

Smovey

Mittwoch, 16. September 2026 | 11:45 – 12:15

Training mit Ringe

Line Dance

Mittwoch, 16. September 2026 | 12:00 – 13:00

Tanzen zu verschiedenen Musikrichtungen

Spielenachmittag

Mittwoch, 16. September 2026 | 12:00 – 17:00

Gemeinsames Spiel

Sitzgymnastik

Mittwoch, 16. September 2026 | 12:00 – 13:00

Entdecke die Welt der Bewegung im Sitzen bei unserer 'Gymnastik im Sitzen'. Sanfte Übungen für alle Altersgruppen, die Körper und Geist beleben!

Dart

Mittwoch, 16. September 2026 | 12:00 – 15:00

Es zählt zu den Kickback-Sportarten und trägt gut zur Verbesserung der Muskulatur bei.

Gesellschaftsspiele spielen

Mittwoch, 16. September 2026 | 12:00 – 16:45

Ein Gesellschaftsspiel ist ein unterhaltendes Spiel für mehrere Personen, das vor allem Brettspiele, Kartenspiele oder Würfelspiele umfasst. Es dient dem gemeinsamen Vergnügen, dem Zeitvertreib und dem sozialen Miteinander

Spiel und Spass

Mittwoch, 16. September 2026 | 12:00 – 17:00

Gemeinsam Kartenspiele und Brettspiele

Sprachcafé - ABGESAGT!

Mittwoch, 16. September 2026 | 12:00 – 14:00

Sprachen verbinden Menschen. Trete unserem 'Sprachcafé' bei und tausche dich in entspannter Atmosphäre mit anderen aus. Kommunikation ohne Grenzen!

Line Dance für Fortgeschrittene

Mittwoch, 16. September 2026 | 12:00 – 13:00

Gemeinsam tanzen wir zu Musik. Level: Fortgeschrittene

Tarock

Mittwoch, 16. September 2026 | 12:00 – 17:00

Tarockierer*innen treffen sich zum gemeinsamen Kartenspiel. Wollen auch Sie mitspielen oder eine Gruppe gründen dann rufen Sie im Klub an.

In 80 Tagen um die Klubs Sri Lanka

Mittwoch, 16. September 2026 | 12:00 – 16:00

Wir reisen für einen Nachmittag nach Sri Lanka

Yoga

Mittwoch, 16. September 2026 | 12:00 – 13:00

im Sitzen und Stehen

Mal Workshop

Mittwoch, 16. September 2026 | 12:30 – 17:00

Wir malen mit Acryl auf Leinwand, es ist immer ein Thema angegeben, das wir schritt für schritt bearbeiten, damit ein tolles Ergebnis entsteht, interessant für Anfänger und Fortgeschrittene, mitzubringen ist ein Gewand was schmutzig werden darf und eine Leinwand ihrer Wahl

Sonderausflug zum Cobenzl und Kahlenberg

Mittwoch, 16. September 2026 | 12:30 – 18:00



Sonder-Ausflug Dieser Ausflug ist für die Zielgruppe *Menschen mit Assistenzbedarf* und *Bewohner:innen der Häuser zum Leben* organisiert. Für externe Gäste ist eine telefonische oder persönliche Anmeldung zum Ausflug im Haus Mariahilf unbedingt erforderlich! Tel: 01 31399 121-0 --- **Bitte beachten:** Personen mit Assistenzbedarf müssen von einer begleitenden Person unterstützt werden. Diese Begleitperson ist kostenpflichtig und muss selbst organisiert werden. **Abfahrtsstelle:** 12:30 Uhr - 06., Loquaipplatz/Liniengasse
Mit Ihrer Buchung akzeptieren Sie folgende Bedingungen: Alle Angaben ohne Gewähr, Änderungen und Druckfehler vorbehalten. Termine können aus wichtigen Gründen verschoben oder abgesagt werden. Der Sonder-Ausflug findet nur bei mindestens 20 Teilnehmenden statt. Bei Stornierung durch Teilnehmende keine Rückerstattung, sofern gesetzlich zulässig. Bitte informieren Sie sich kurz vorab auf unserer Homepage über den aktuellen Status dieses Ausflugs.

Lima

Mittwoch, 16. September 2026 | 12:30 – 13:30

Gedächtnistraining und Bewegungstraining miteinander kombiniert

Kegeln

Mittwoch, 16. September 2026 | 12:30 – 15:00

im Haus Neuhau

Geburtstagsfeier für Klubmitglieder

Mittwoch, 16. September 2026 | 12:30 – 17:00

Wir wollen den Klubmitglieder eine kleine Freude bereiten. Es wird um eine Anmeldung gebeten.

Ausflug nach Carnuntum Römerstadt

Mittwoch, 16. September 2026 | 13:00 – 18:00

Abfahrtsstelle: 13:00 Uhr - 05., Arbeitergasse 45 (Haus Margareten)

Mit Ihrer Buchung akzeptieren Sie folgende Bedingungen: Alle Angaben ohne Gewähr, Änderungen und Druckfehler vorbehalten. Termine können aus wichtigen Gründen verschoben oder abgesagt werden. Der Ausflug findet nur bei mindestens 30 Teilnehmenden statt. Bei Stornierung durch Teilnehmende keine Rückerstattung, sofern gesetzlich zulässig. Bitte informieren Sie sich kurz vorab auf unserer Homepage über den aktuellen Status dieses Ausflugs.

Spielenachmittag

Mittwoch, 16. September 2026 | 13:00 – 17:00

Es werden diverse Spiele gespielt wie z.B. Rummikub, Bauernschnapsen, Mensch ärgere dich nicht und vieles mehr.

Herbstfest

Mittwoch, 16. September 2026 | 13:00 – 16:00

Wir feiern die bunte Jahreszeit.

Yoga im Sitzen

Mittwoch, 16. September 2026 | 13:00 – 14:00

Sanfte Yogaübungen im Sitzen fördern Beweglichkeit, Entspannung und Wohlbefinden. Atmung, leichte Dehnungen und Achtsamkeit bringen Körper und Geist in Balance.

Feiern: Herbstfest

Mittwoch, 16. September 2026 | 13:00 – 16:00

Gemeinsam feiern wir das "Herbstfest". Um telefonische Anmeldung wird gebeten.

Herbstfest

Mittwoch, 16. September 2026 | 13:00 – 16:00

Um Anmeldung im Klub wird gebeten

Spielenachmittag

Mittwoch, 16. September 2026 | 13:00 – 15:00

Wir spielen gemeinsam verschiedene Gesellschaftsspiele.

Qigong

Mittwoch, 16. September 2026 | 13:00 – 14:00

Qigong -Ein Kombination aus Bewegung, Atmung und Konzentration für mehr Ruhe und Energie im Alltag.

Spielenachmittag

Mittwoch, 16. September 2026 | 13:00 – 16:30

Wir spielen verschiedene Kartenspiele

Line Dance für Fortgeschrittene

Mittwoch, 16. September 2026 | 13:00 – 16:00

Formationstanz mit Marik Margit

Line Dance

Mittwoch, 16. September 2026 | 13:00 – 15:00

Unsere Lindancegruppe besucht uns heute im Klub

Gemeinsam Essen

Mittwoch, 16. September 2026 | 13:00 – 14:00

Zusammen werden wir im Klub essen. Hauptspeise Kalt 4 Euro/Hauptspeise warm 5 Euro. Eine telefonische Anmeldung ist erforderlich.

Qi Gong

Mittwoch, 16. September 2026 | 13:00 – 14:00

Chinesische Meditations- Konzentrations- und Bewegungsform zur Kultivierung von Körper und Geist.

Kreatives Malen

Mittwoch, 16. September 2026 | 13:00 – 15:00

Kreatives Malen: Lass deiner Fantasie freien Lauf und erschaffe einzigartige Kunstwerke.

Tanznachmittag mit Stefan Hoesl

Mittwoch, 16. September 2026 | 13:00 – 16:00

Musik und Tanz

Kreativ Malen zum kollektiven Flow

Mittwoch, 16. September 2026 | 13:00 – 15:00

Malen, um dem eigenen Selbsta Ausdruck näherzukommen. Es wird ein Materialkostenbeitrag von 2€ pro Stunde verrechnet.

Spielenachmittag

Mittwoch, 16. September 2026 | 13:00 – 17:00

Gemeinsam spielen wir unsere Lieblingsspiele. Jede*r ist willkommen!

Tanzen für Anfänger*innen

Mittwoch, 16. September 2026 | 13:00 – 14:00

einfache Tanzschritte für Anfänger*innen

Starke Muskeln. Starke Knochen

Mittwoch, 16. September 2026 | 13:00 – 13:50

Ganzkörpertraining für den Erhalt von Muskelkraft und Knochendichte

Smovey. Anmeldung im Klub erforderlich!

Mittwoch, 16. September 2026 | 13:30 – 14:00

Gymnastik mit Smoveys. Anmeldung im Klub erforderlich!

Sitzgymnastik

Mittwoch, 16. September 2026 | 13:30 – 14:30

Sitzgymnastik für alle, die mehr Bewegung wollen - ohne vom Stuhl aufzustehen.

Sitzgymnastik

Mittwoch, 16. September 2026 | 13:30 – 14:00

Entdecke die Welt der Bewegung im Sitzen bei unserer "Gymnastik im Sitzen". Sanfte Übungen für alle Altersgruppen, die Körper und Geist beleben!

Bingo

Mittwoch, 16. September 2026 | 13:30 – 14:30

Spannung und Nervenkitzel bei "Bingo!" und gewinne fantastische Preise. Komm und erlebe den Aufregenden Spielspaß (1 Los kostet 1 Euro)

Malen

Mittwoch, 16. September 2026 | 13:30 – 14:30

Gemeinsames Malen

Gymnastik mit den Smovey Ringen

Mittwoch, 16. September 2026 | 13:30 – 14:00

Schwungvoll fit werden und bleiben! Erlebe aktive Gymnastik mit Smovey Ringen, die deine Bewegung aufpeppen. Sei dabei!

Bridge

Mittwoch, 16. September 2026 | 13:30 – 17:00

Ein spannendes Spiel mit viel Strategie! Jeden Dienstag und Mittwoch von 13:30 bis 17:00 Uhr. Jause ab 13:00 Uhr.

Tanzen mit Freddy (im ESTERHAZYPARK)

Mittwoch, 16. September 2026 | 13:30 – 15:30

Lust auf eine Portion karibische Luft mitten im Winter? Tanztrainer Freddy lädt ein zum Latin Dance im Klub Gumpendorferstraße! Kommen Sie einfach vorbei und tanzen Sie mit!

Infonachmittag

Mittwoch, 16. September 2026 | 14:00 – 15:00

Es erwartet Sie: Viel Information über die Wohn- und Serviceangebote und im Anschluss eine Wohnungsbesichtigung

Operrette

Mittwoch, 16. September 2026 | 14:00 – 15:00

Um Anmeldung im Klub wird gebeten

Workshop und Beratung: Psychologische Beratung

Mittwoch, 16. September 2026 | 14:00 – 16:00

Gemeinsames Vernetzen im multikulturellen Sprachcafé! Jede*r ist Willkommen - alle Personen, die sich für ein ungezwungenes Sprachtraining interessieren! Mit unserer Klubbetreuerin Ramona.

Qi Gong im Sitzen

Mittwoch, 16. September 2026 | 14:00 – 14:45

Wir laden Sie zu einer Qigong-Stunde im Sitzen

Gesellschaftsspiele

Mittwoch, 16. September 2026 | 14:00 – 16:30

Schach, Rummikub, Karten spielen und vieles mehr. Kommt gerne mit euren Spielpartner*innen vorbei oder auch gern alleine und lernt neue Leute kennen!

Brettspiel neu vorgestellt

Mittwoch, 16. September 2026 | 14:00 – 16:00

Anspruchsvolle Brettspiele werden unter Anleitung vorgestellt

Bingo

Mittwoch, 16. September 2026 | 14:00 – 15:00

Der Spieleklassiker in ihrem Klub

Line Dance für Fortgeschrittene (Gold LIGA)

Mittwoch, 16. September 2026 | 14:00 – 16:00

Line Dance Gold Liga

Grätzlspaziergang

Mittwoch, 16. September 2026 | 14:00 – 16:00

Den Bezirk kennenlernen

Vortrag (Albanien)

Mittwoch, 16. September 2026 | 14:00 – 15:00

Gemeinsam hören wir uns einen Vortrag über Albanien im Klub an.

Gehirn bleib fit

Mittwoch, 16. September 2026 | 14:00 – 15:00

Gehirn trainieren und im Alter fit halten.

Gesellschaftsspiele und Kaffeekränzchen

Mittwoch, 16. September 2026 | 14:00 – 17:00

Wir laden Sie herzlich zu einem fröhlichen und geselligen Nachmittag mit Brett- und Kartenspielen ein - in entspannter Runde und bei einer Tasse Kaffee.

Sudoku

Mittwoch, 16. September 2026 | 14:00 – 15:00

Gemeinsam spielen wir Sudoku im Klub.

Damen Runde

Mittwoch, 16. September 2026 | 14:00 – 15:00

Unsere Damen-Runde am Marktplatz. Ein gesellige Plauderrunde gemeinsam mit unseren Bewohnerinnen vom Haus.

Gemeinsam statt einsam - Zeit zum Reden & Zuhören

Mittwoch, 16. September 2026 | 14:00 – 17:00

In gemütlicher Atmosphäre bietet diese Gesprächsrunde Raum zum Plaudern, Zuhören und Austauschen. Gemeinsame Gespräche helfen, Einsamkeit vorzubeugen, stärken das Gemeinschaftsgefühl und schaffen neue soziale Kontakte. Hier zählt das Miteinander und die Freude an gemeinsam verbrachter Zeit.

Spielenachmittag

Mittwoch, 16. September 2026 | 14:00 – 17:00

Karaoke

Sitzgymnastik

Mittwoch, 16. September 2026 | 14:00 – 14:30

Bewegung im sitzen in der Gruppe

Qi Gong

Mittwoch, 16. September 2026 | 14:00 – 15:00

chinesische Meditations-, Konzentrations- und Bewegungsform zur Kultivierung von Körper und Geist.

gesundes schlafen

Mittwoch, 16. September 2026 | 14:00 – 16:00

Vortrag über Schlafqualität, organisiert vom fondes Soziales Wien , warum guter Schlaf wichtig für unsere Gesundheit ist und wir unsere Schlafqualität verbessern können

Gedächtnistraining

Mittwoch, 16. September 2026 | 14:00 – 15:00

Merkspiele

Sesselgymnastik

Mittwoch, 16. September 2026 | 14:00 – 14:30

Sanfte Mobilisierung, Kräftigung und Dehnung auf und mit dem Sessel

Linedance 1

Mittwoch, 16. September 2026 | 14:00 – 15:00

Linedance

Quiz

Mittwoch, 16. September 2026 | 14:15 – 15:00

Gedächtnistraining

Jazzdance

Mittwoch, 16. September 2026 | 14:30 – 17:00

Jazzdance für Anfänger & Fortgeschrittene

Fitness +60

Mittwoch, 16. September 2026 | 14:30 – 15:30

Sanftes Training für Menschen +60 zur Beweglichkeit, Kraft

Burgerparty

Mittwoch, 16. September 2026 | 14:30 – 17:00

Genießen Sie einen feierlichen Nachmittag mit schmackhaften Burgern und musikalischer Unterhaltung des Alois Göller Duos. Eintritt für Klubmitglieder gratis; Externe 10,- EUR. Wir freuen uns auf Sie!

LIMA: Lebensqualität im Alter

Mittwoch, 16. September 2026 | 14:30 – 16:00

Lebensqualität im Alter: Wortspiele, kleine Rechenaufgaben, themenbezogene Gedächtnisübungen, Kreisspiele

Miteinander Chor singen

Mittwoch, 16. September 2026 | 14:30 – 15:00

Singen in der Gruppe

Palatschinkenparty

Mittwoch, 16. September 2026 | 14:30 – 17:00

Es wird süß und gemütlich! Wir laden Sie herzlich zu unserer Palatschinkenparty ein. Genießen Sie köstliche Palatschinken, nette Gesellschaft und einen fröhlichen Nachmittag.
