

1. WIENER SCHAUKASTEN-ZEITUNG

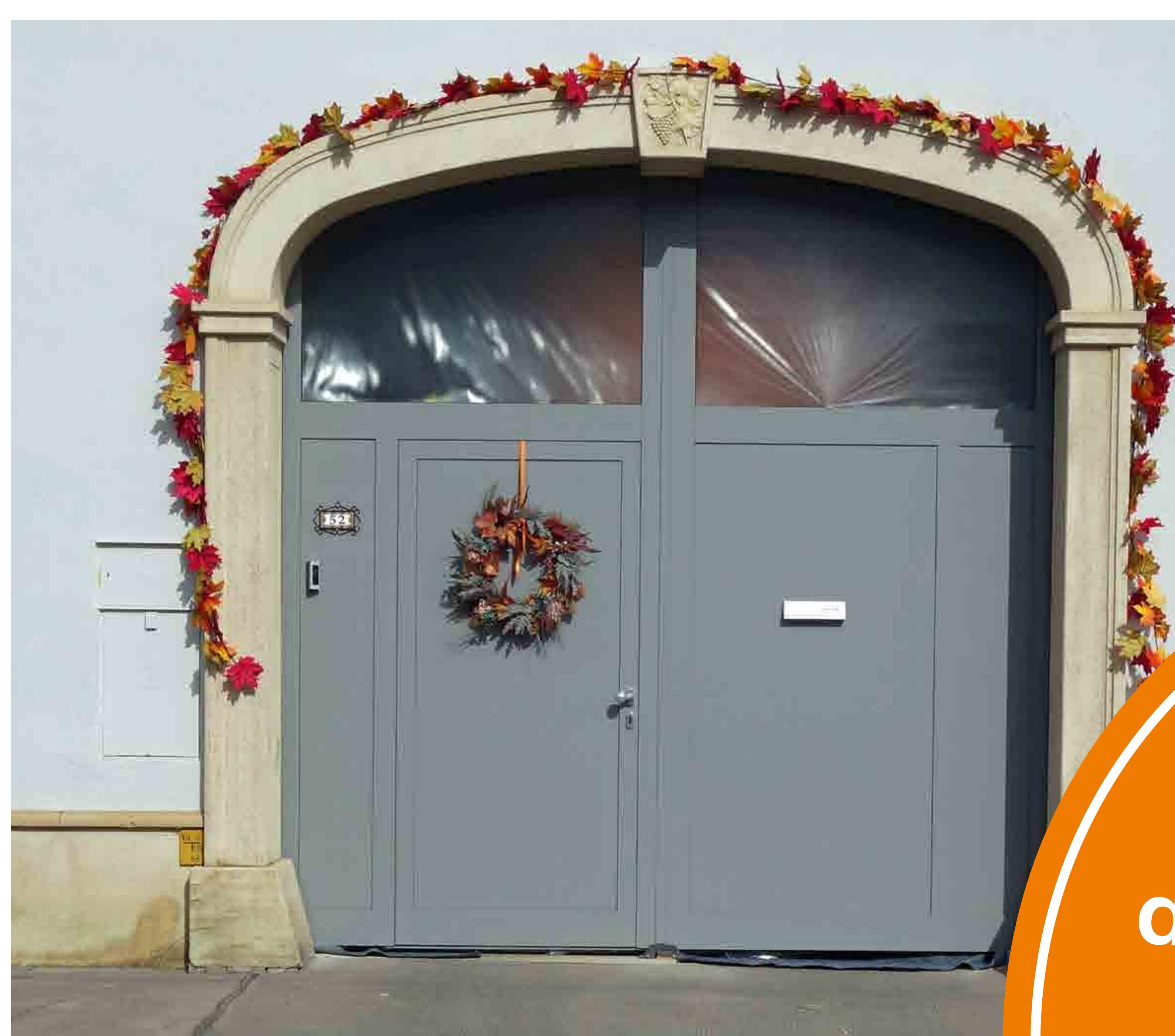
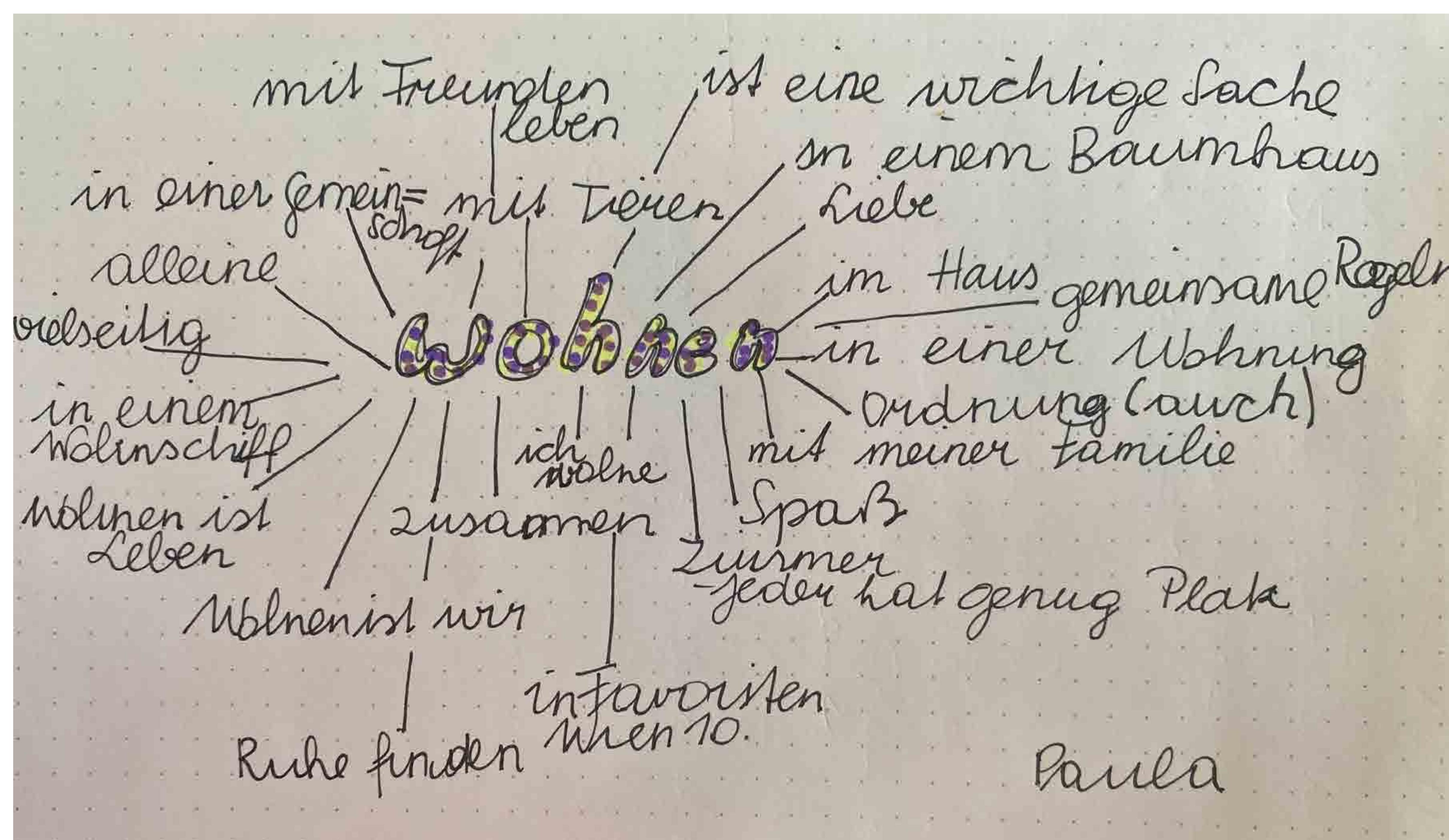
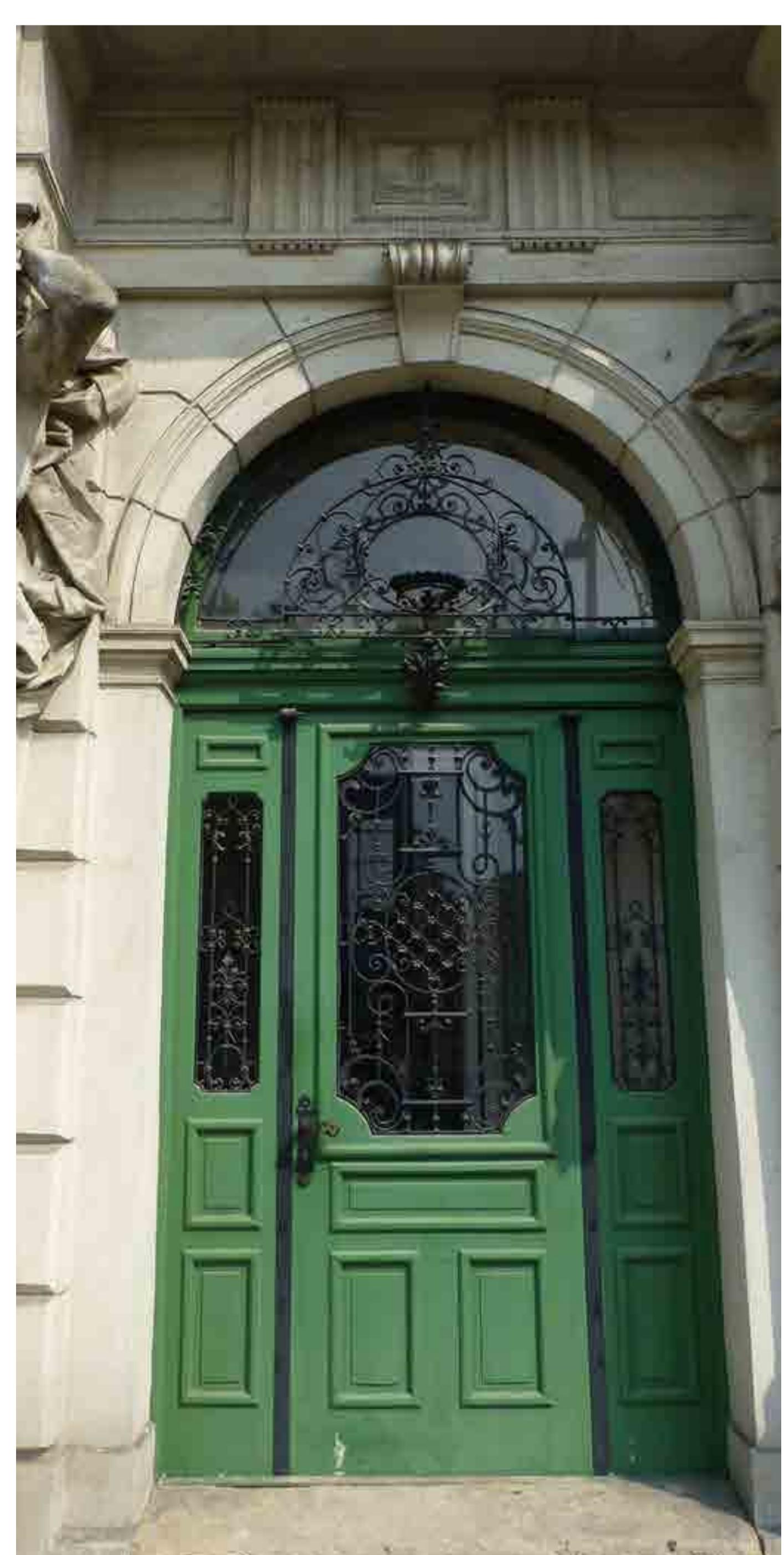
zur Förderung eines positiven, wertschätzenden und respektvollen Miteinanders in unserem Stadtteil



hier online
nachlesen:



Schwerpunktthema: **Wohnen**



Hier kannst du
die Hansson Palme
online nachlesen



© Pia P., Traude S.

WOHNPARTNER ANGEBOT



Kunst & Kreativwerkstatt

„Kreativ? Vielleicht. Talentiert? Egal! Hauptsache, du bist dabei!“

hier online
nachlesen:



Du hast Lust, kreativ zu werden – zu zeichnen, zu malen, zu basteln, zu nähen oder einfach mal etwas Neues auszuprobieren? Dann bist Du herzlich eingeladen in der Bassena 10! Egal, ob Du schon seit Jahren mit Pinsel, Schere oder Nadel umgehst oder ob Du bisher dachtest, Du hättest „zwei linke Hände“ – hier zählt vor allem die Freude am gemeinsamen Tun.

In einer gemütlichen Runde bekommt deine Kreativität freien Lauf. Wir tauschen dabei Ideen aus und probieren neue Techniken – ganz **ohne Leistungsdruck**.



Die Teilnahme ist kostenlos.
Alles Benötigte wird bereitgestellt.

Was erwartet dich?

- Raum für eigene Ideen – von kleinen Basteleien über Malereien bis hin zu größeren Gemeinschaftsarbeiten. Fehler sind erlaubt.
- Gemeinsame Workshops, zum Beispiel zu Themen wie „Knöpfe-Kunst“ oder Upcycling, bei denen Alltagsmaterialien neues Leben erhalten.
- Inspiration bei Museumsbesuchen oder spontanen Aktionen, die sich ergeben.
- Vor allem: viele nette Menschen, gute Gespräche und ganz viel Spaß!

Das Beste: für all das brauchst Du kein besonderes Talent. Neugier und Lust auf ein bisschen Farben-, Faden- oder Kleber-Abenteuer reichen völlig aus.

Greife zum Pinsel, zur Schere oder einfach zur Kaffeetasse und komm vorbei! Wir bringen Farbe in den Alltag mit einer großen Portion guter Laune!

Michel (wohnpartner)

© wohnpartner

Grätzl-Zentrum
Bassena 10

Ada-Christen-Gasse 2
(Eingang: Alaudagasse)
alle 2 Wochen, 13–16 Uhr
Tel. 01/24503-10096 od.
01/24503-10957

GRÄTZL-EINRICHTUNG



Das Bezirksmuseum Favoriten – Forschen, Bewahren, Vermitteln

hier online
nachlesen:



Das Bezirksmuseum Favoriten erforscht und dokumentiert die Geschichte, Wirtschaft, Kultur und Entwicklung des 10. Wiener Gemeindebezirks. Es sammelt, bewahrt und erhält unterschiedlichste Arten von Objekten, die diese Aspekte widerspiegeln und macht sie für die Öffentlichkeit zugänglich. In den Schauräumen des Museums werden vielfältige kulturhistorische Einblicke geboten, die Fragen aufwerfen wie: **Wie lebten die Favoritner:innen? Wo wohnten sie? Wie gestaltete sich ihr Alltag?** All diese Aspekte des menschlichen Zusammenlebens werden durch lokalhistorische Forschungen vermittelt, anhand von Objekten gezeigt und im wahrsten Sinn des Wortes „be-greifbar“ gemacht.



Von der Idee zum Museum – Favoritens kulturelles Gedächtnis

Nach der Gründung Favoritens 1874 entstand die Idee, Alltagsgegenstände zu sammeln, um die Verbundenheit der Bezirksteile zu stärken. 1923 schlug der Lehrer Klemens Dorn erstmals ein Museum vor und 1936 wurde in der Keplerschule das „Favoritner Heimatmuseum“ eröffnet. Zum 100-jährigen Bestehen Favoritens folgte 1979 die Eröffnung des Bezirksmuseums im Olof-Palme-Hof, das später erweitert wurde.



Neben Ausstellungen bietet das Museum Führungen durch die Schauräume, die Johanneskirche in Unterlaa und den Grabdenkmalhain im Waldmüllerpark an. Es organisiert Veranstaltungen und Sonderausstellungen, forscht zu lokalhistorischen Themen und veröffentlicht Ergebnisse regelmäßig in den „Favoritner Museumsblättern“.



Das Team: Alle Mitarbeiter:innen des Bezirksmuseum Favoriten sind ehrenamtlich tätig.

Öffnungszeiten: jeden Donnerstag von 16 bis 19 Uhr

Geschlossen: Schulferien und Feiertage

Telefon: +43 1 689 81 93

Patrizia Cyniburk

„Haus der Begegnung“

Ada-Christen-Gasse 2b
(Olof Palme Hof)
1100 Wien

U1 Station Alaudagasse

SCHREIBWERKSTATT



Schüttelreime

hier online
nachlesen:



Er weiß nicht warum die Kundschaft
am meisten nur den Schund kaft.

Wie heißt der neue Hausmeister?
Hab's erfahren, Maus heißt er.

Der Oberst, wegen Nebelsicht,
fand im Duell den Säbel nicht.

Bevor sie sich um die Gräber scharte,
warteten sie im Schrebergarten.

Draußen weht ein kalter Wind,
drum nimm den Mantel Walter gschwind.

Herbert F.

Was ist ein Schüttelreim?

Eine Reimform, bei der die Anfangsbuchstaben der letzten beiden betonten Silben miteinander vertauscht werden.

Beispiel:
Heut trägt jeder Lackl
schon ein Lederjackl.

Der Esel grast am kleinen See
und frisst genüsslich seinen Klee.

Die Fliege wollte Reisen machen
und landete im Meisenrachen.

Teile gerne deine
Lieblingsschüttelreime
oder Witze mit uns!

[hanssonpalme@
wohnpartner-wien.at](mailto:hanssonpalme@wohnpartner-wien.at)

© iStockphoto/LuckyTD

SCHWERPUNKTTHEMA: WOHNEN

Krisenpflegeeltern – Warum wird man Krisenpflegeeltern?

hier online
nachlesen:



Ich habe schon als junges Mädchen eine Affinität zum sozialen Beruf gehabt, mit einer großen Anziehung für kleine Kinder. Mein Werdegang im pädagogischen Bereich war die Waldorf Ausbildung, danach Tagesmutter – begleitend zu meiner eigenen Tochter, sowie Kindergruppen Ausbildung.



Danach gründete ich zwei Waldorf Kindergruppen, die bis heute bestehen. Mein Wunsch war, noch weitere eigene Kinder bis zu meinem 40sten Lebensjahr zu bekommen. Dieser Wunsch erfüllte sich nicht, dafür die Entscheidung, ein Pflegekind aufzunehmen.

Nach langen Gesprächen mit meinem Partner, der ebenfalls geschulter Kindergruppenbetreuer ist, entschieden wir uns, Kindern eine schöne Zeit in unserem Zuhause zu ermöglichen. Wir machten gemeinsam die Pflegeausbildung. Bald war uns klar, dass es doch in Richtung Krisen- oder Kurzzeitpflege ging.

Nach ca. 9–10 Monaten Schulung waren wir ausgebildete Krisenpflegeeltern. Wir fühlten uns fit für diese riesige Aufgabe und diese Herausforderung. Meine erwachsene Tochter war gerade ausgezogen, so hatten wir viel Zeit für ein Pflegekind.

Wir waren sehr aufgeregt, was würde auf uns zukommen? Schlaflose Nächte? Sehr viel Unsicherheit und viele Fragen die ich noch nicht beantworten konnte.

Dann, im Jänner 2023 war es so weit: Wir bekamen „unser“ erstes Kind. Der Bub war 2 Wochen alt. Wir hatten zwei Wochen davor die Verständigung bekommen, so konnten wir Kinderbett, Wagen und alles, was für ein Baby gebraucht wird, organisieren.

Die Abholung war ohne Probleme, der Kleine schlief, auch im Auto bis nach Hause. Dort angekommen, mussten wir uns an die neue Situation anpassen. Ein Kind und doch nicht unseres. Wie geht man damit um? Theorie und Praxis sind doch unterschiedlich! Wir haben es gelernt, mit einer Portion Liebe und Humor, viel Durchhaltevermögen sowie Gelassenheit und emotionale Distanz.

Wir lernten schon nach einer Woche die Eltern des Babys kennen, im zuständigen Jugendamt, an einem neutralen Ort, da die Eltern nicht wissen, wo ihr Kind in der Krisenpflegezeit untergebracht ist, bis das Jugendamt entscheidet, ob das Kind wieder zu den Eltern zurückkann, oder eine andere Entscheidung getroffen wird.

Fortsetzung siehe Rückseite

A.

Fragen zum Thema
Pflegefamilie?

Referat für Adoptiv- und
Pflegekinder (RAP)

9., Schlagergasse 8
+43 1 4000-90770
kanzlei-rap@
ma11.wien.gv.at

SCHWERPUNKTTHEMA: WOHNEN

hier online
nachlesen:



Krisenpflegeeltern – Warum wird man Krisenpflegeeltern?

Fortsetzung von Rückseite

Bis dahin müssen wir wöchentlich Berichte schreiben, wie es dem Kind geht, und es sind wöchentliche Besuchskontakte anberaumt, die begleitet sind. Jede Krisenpflegefamilie hat eine begleitende Sozialarbeiterin, diese kümmert sich um alle Termine und Belange sowie Wünsche und Ängste der Familie. Wir fühlen uns gut aufgehoben, da jedes kleinste Problem besprochen werden kann. Mein tiefster Dank gilt diesen Personen, die engagiert und wohlwollend die Familien begleiten.

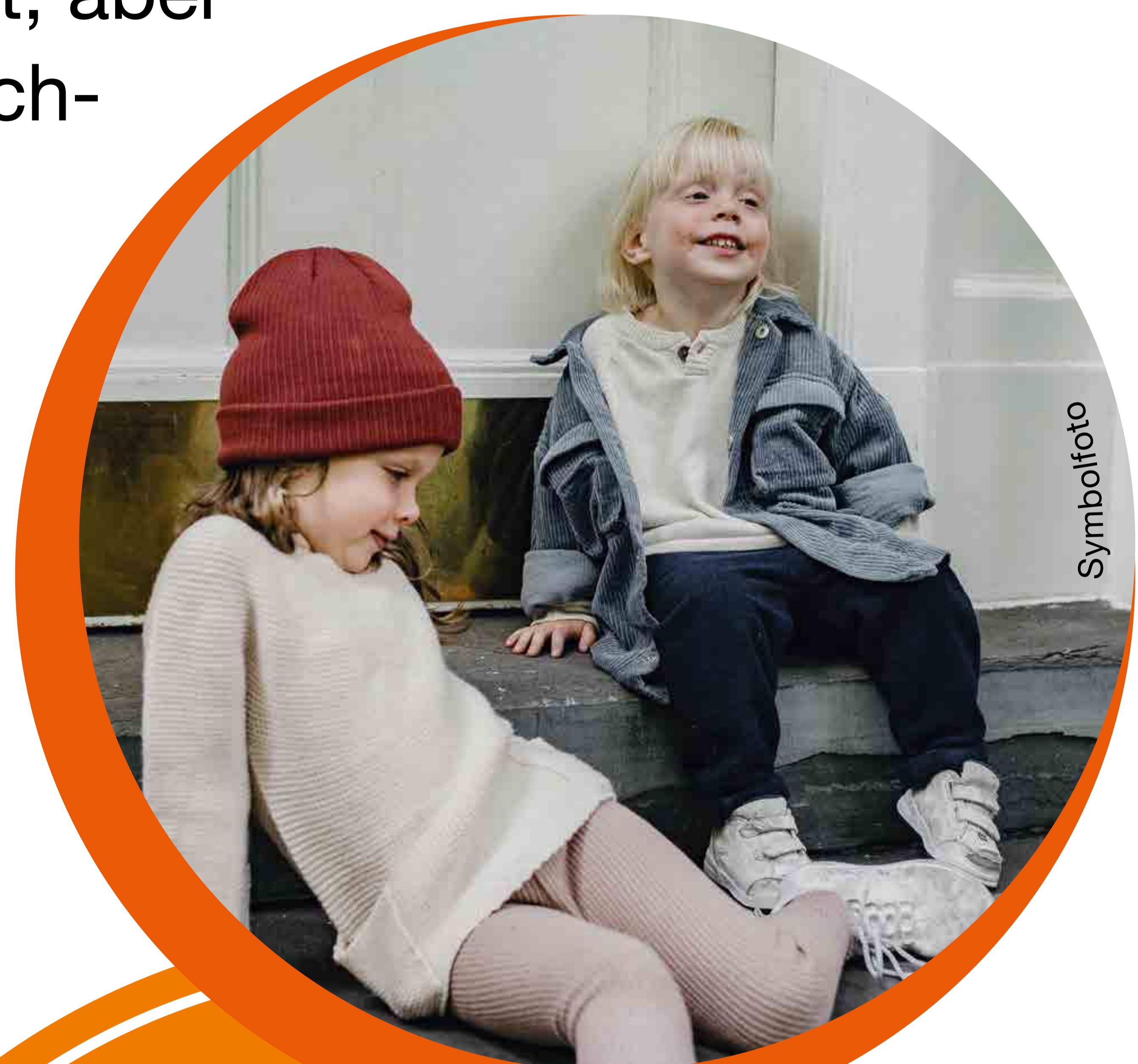


Die Zeit mit unserem ersten Pflegekind war recht anspruchsvoll, da diese Kinder viel an Bindung und Urvertrauen nachnähren müssen, dh. man hat ein Baby, das viel Körpernähe braucht. Das 1. Kind war 7 ½ Monate bei uns, zu unserer Freude durfte er in die Ursprungsfamilie zurück.

Nach zwei Wochen Pause und Gesprächen mit der Sozialarbeiterin war für uns Pflegeeltern doch ein Abschied zu verarbeiten. Dann kam ein Kind zu uns, das uns ziemlich durchgewirbelt hat. Es war sehr schwierig, wir haben alle negativen Seiten der Krisenpflege kennengelernt, die man sich vorstellen kann. Der 2-jährige Junge war nicht zu beruhigen bzw. zu beschäftigen. Nach einem Monat kam er wieder in seine Familie zurück. Wir waren sehr erleichtert. Wäre dieses Kind unser erster Fall gewesen, hätten wir garantiert aufgehört. Diese Zeit war sehr aufwühlend für uns. Wir stellten uns die Frage, ob wir diese Aufgabe überhaupt schaffen können.

Wir können uns die Kinder nicht aussuchen, die man uns bringt, aber man hat uns schon gefragt, ob wir uns die Pflege zutrauen, nachdem uns der Fall geschildert wurde.

Unser nächstes Kind war etwas älter, ein Junge, 3 Jahre alt, durch seine Vorgeschichte traumatisiert und stark entwicklungsverzögert. Zur gleichen Zeit bekamen wir auch noch ein eineinhalbjähriges Mädchen, normal entwickelt und sehr lieb und unauffällig im Verhalten. Es war nur 3 Monate bei uns. Der Bub jedenfalls war 1 ½ Jahre bei uns und konnte sich daher gut entwickeln, was wunderbar zu beobachten war.



Quintessenz aus meiner Erzählung?

Als Krisenpflegeeltern sollte man sich ganz auf die Kinder einlassen können, sie nicht verändern wollen, nur ihr Verhalten verbessern bzw. Werte mitgeben, emotional, aber auch mal auf Distanz gehen, um auch seine psychische Gesundheit aufrechtzuerhalten.

A.

Fragen zum Thema Pflegefamilie?

Referat für Adoptiv- und
Pflegekinder (RAP)

9., Schlagergasse 8
+43 1 4000–90770
kanzlei-rap@
ma11.wien.gv.at

© pixabay.com

EIN VEREIN STELLT SICH VOR



idëmo! – Die neue Stimme für den Westbalkan in Österreich

hier online
nachlesen:



**Idëmo! ist ein junges, multi-ethnisches Netzwerk,
das Menschen mit Bezug zum Westbalkan zusammenbringt.**



Wir bei idëmo! glauben: Wien ist am stärksten, wenn seine Vielfalt sichtbar wird. Deshalb vernetzen wir Menschen aus Bosnien, Serbien, Kosovo, Nordmazedonien, Albanien, Montenegro, Kroatien und alle, die sich für den Westbalkan interessieren. **Unser Ziel ist klar:** Brücken bauen zwischen der Diaspora und Österreich, Vorurteile abbauen und gemeinsam Zukunft gestalten.

Unsere Launch-Party am Wiener Badeschiff brachte über 150 Menschen aus Politik, Zivilgesellschaft und Kultur zusammen. Mit Diskussionsrunden, Kulturveranstaltungen und Filmreihen fördern wir einen offenen Dialog über Geschichte, Erinnerung und Zusammenleben. Unser gemeinsamer Abend zum 30. Jahrestag von Srebrenica mit Partnern wie dem Memorial Center Srebrenica und BIRN war ein starkes Zeichen gegen das Vergessen und für Verständigung.

Du triffst uns aber auch beim lockeren Zamstehn beim Sommerfest am Würstelstand, beim Grillen auf der Donauinsel, bei unserem monatlichen Stammtisch in wechselnden Beisl in ganz Wien oder bald dann auch bei unserem Fußballteam idëmo!-United. Dafür suchen wir übrigens noch motivierte Spieler und Spielerinnen.

Wir laden dich ein: Mach mit, vernetze dich mit anderen, bring deine Idee, dein Talent oder einfach gute Laune mit. Denn idëmo! ist mehr als ein Verein – wir sind eine Bewegung für eine offene, demokratische und solidarische Gesellschaft – in Österreich und am Westbalkan.

Verein idëmo!

Lust mitzumachen?
Melde dich einfach bei uns
und Gemma!



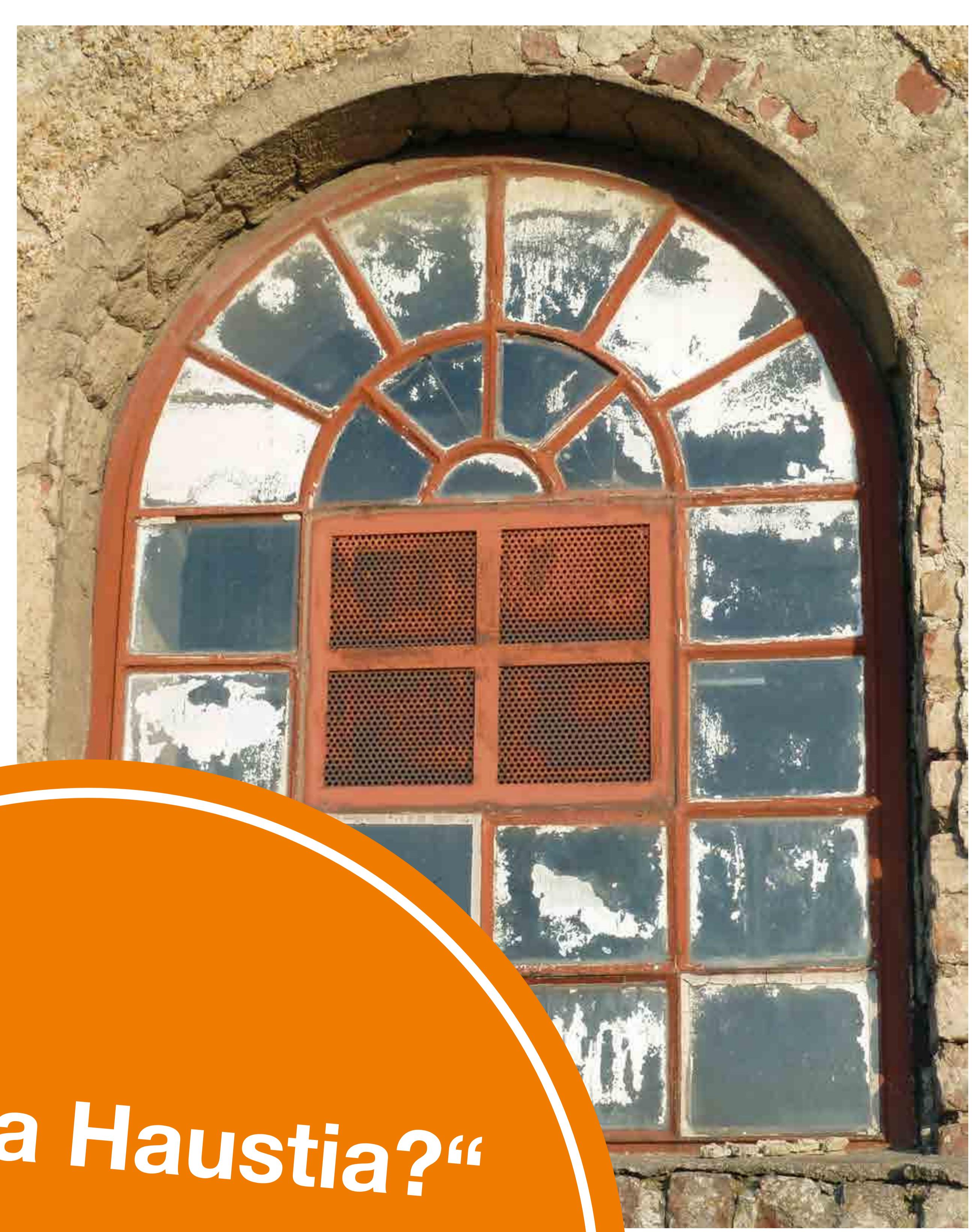
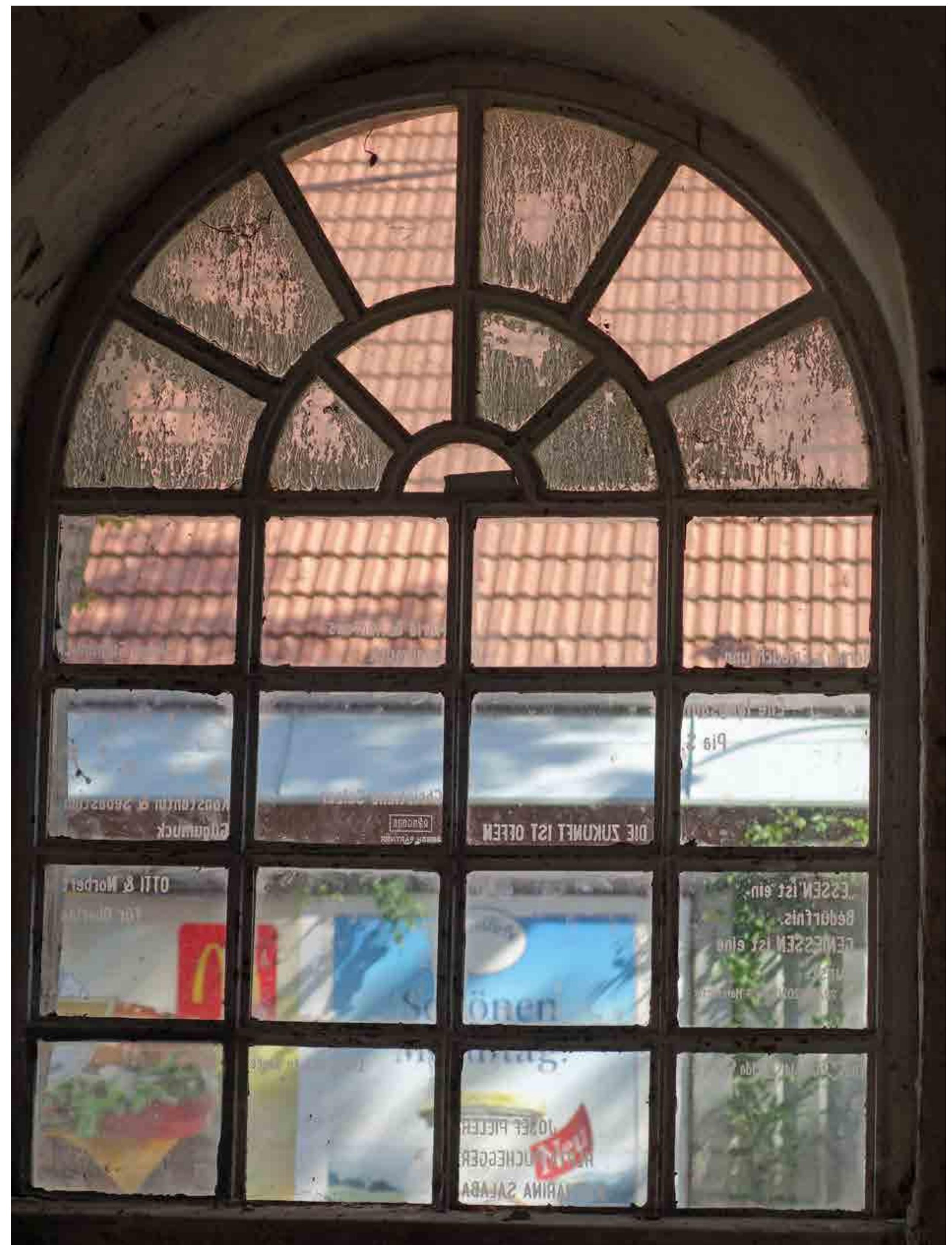
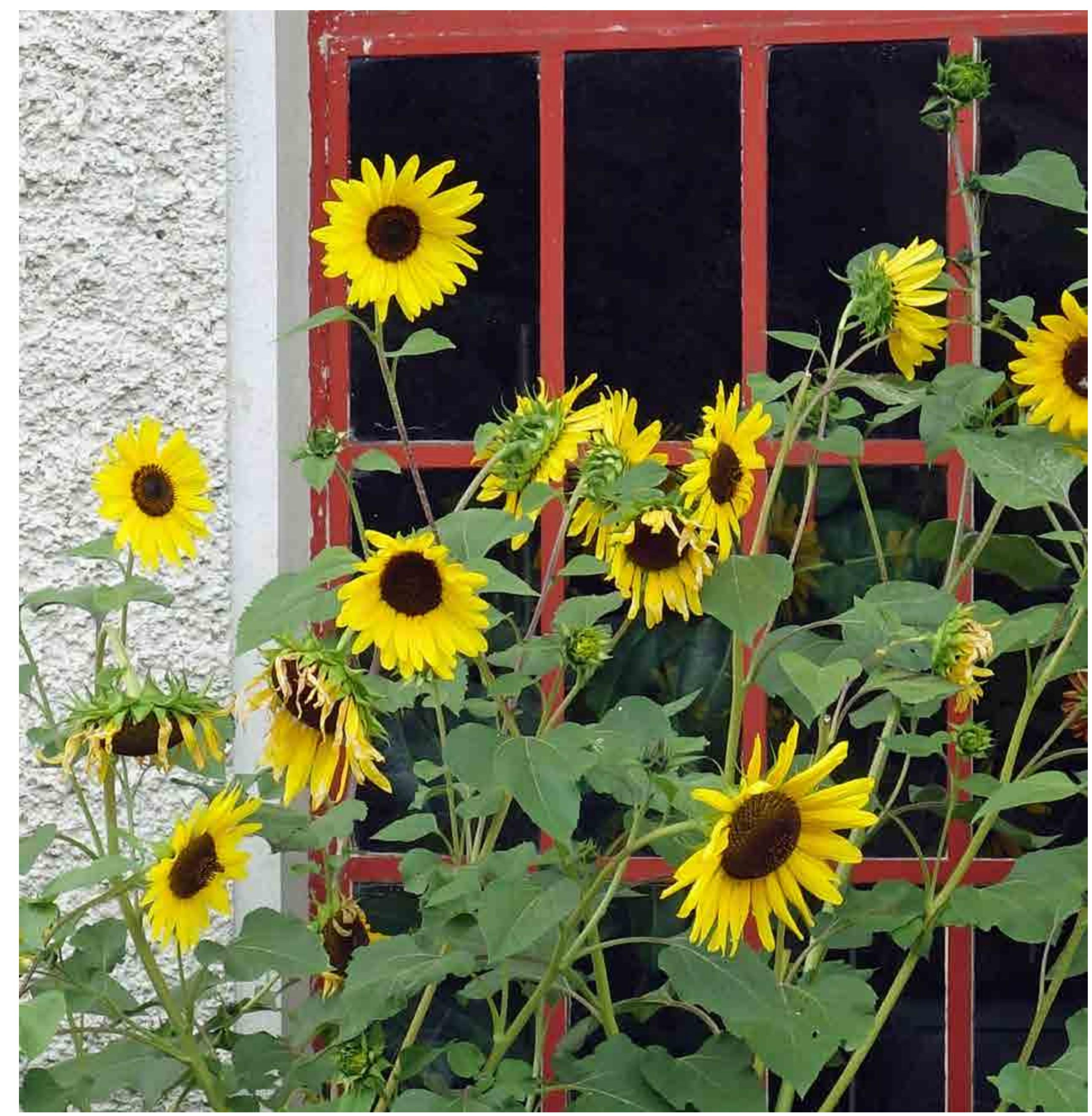
© Verein idëmo!



idëmo!

FAVORITNER FENSTER

hier online
nachlesen:



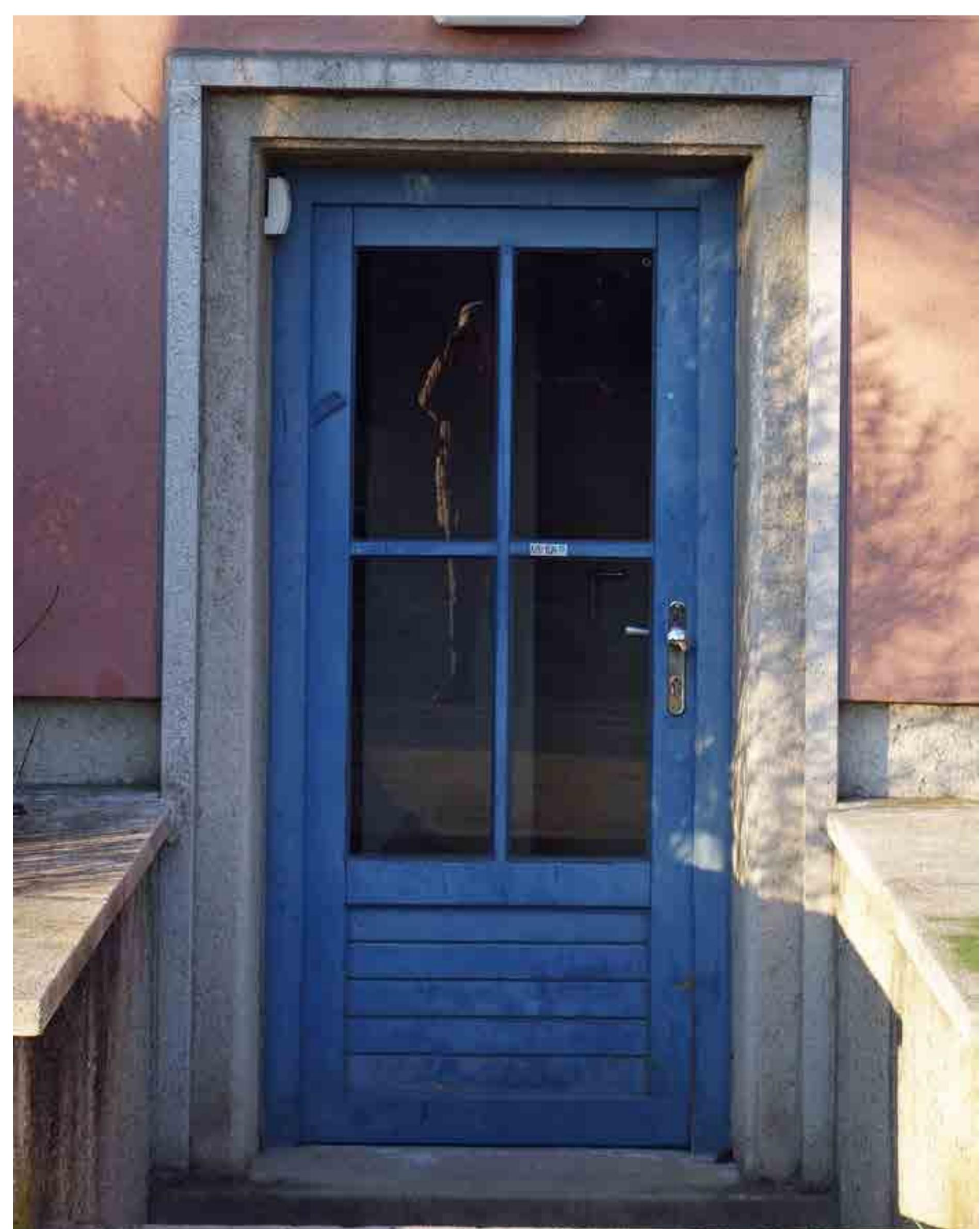
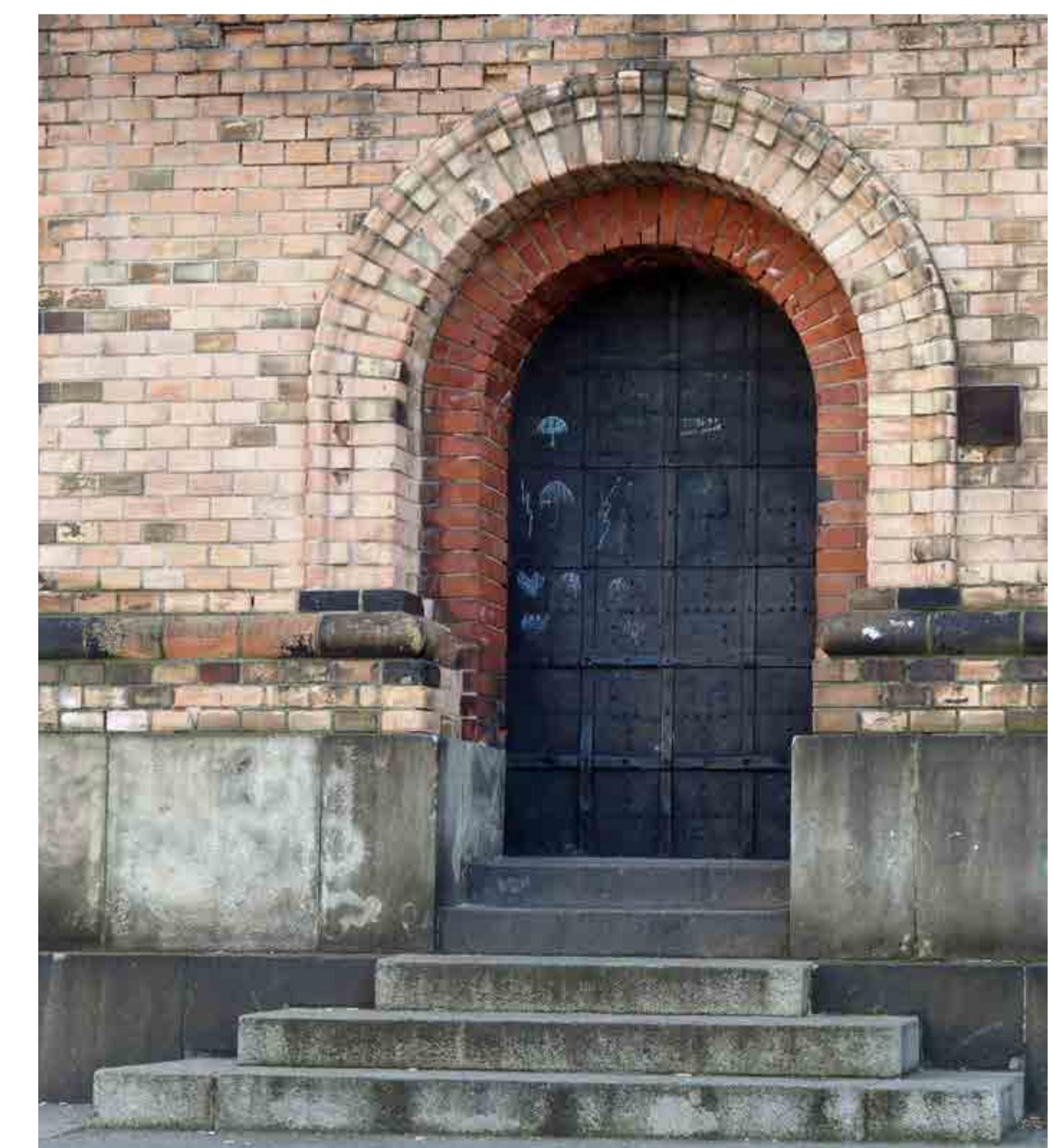
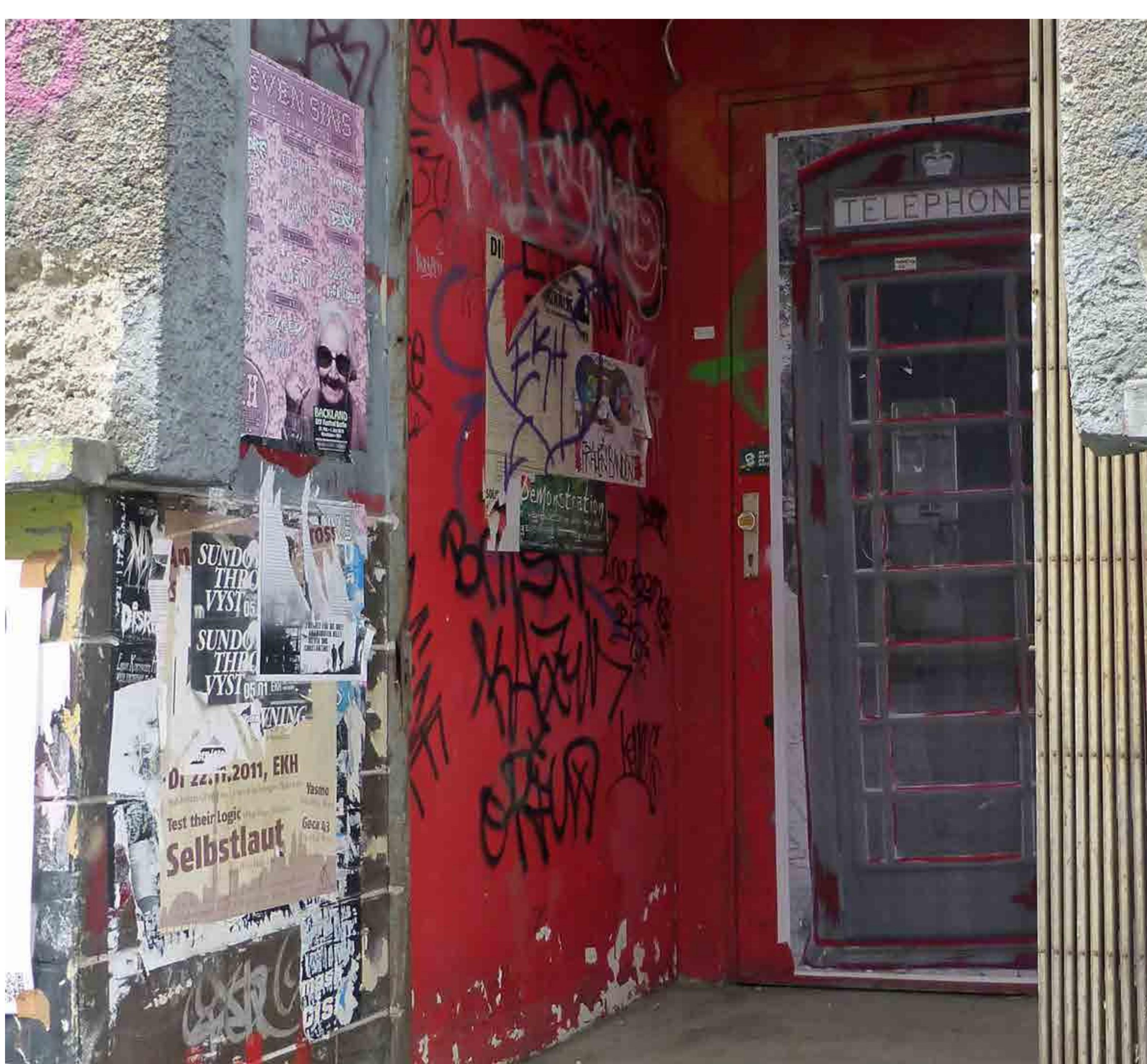
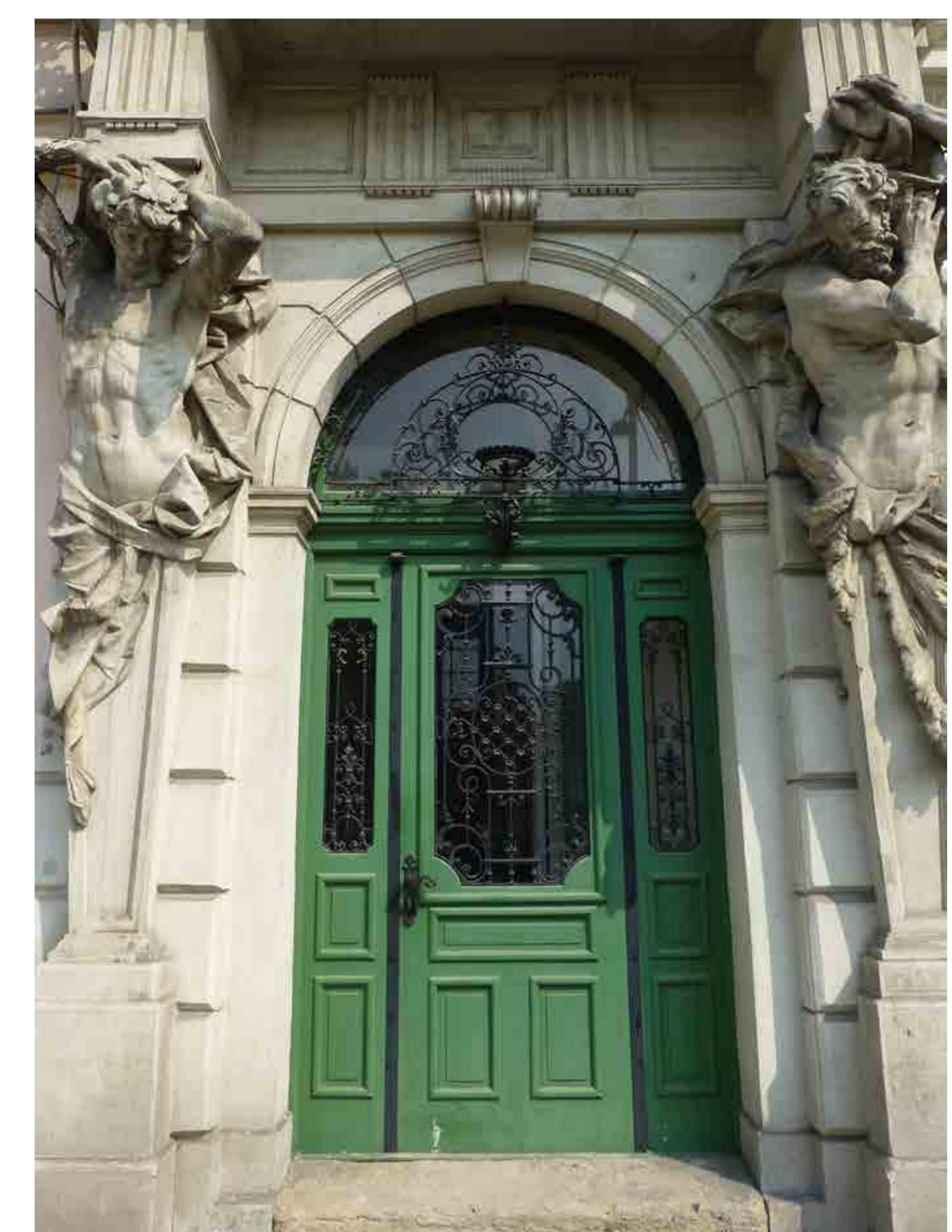
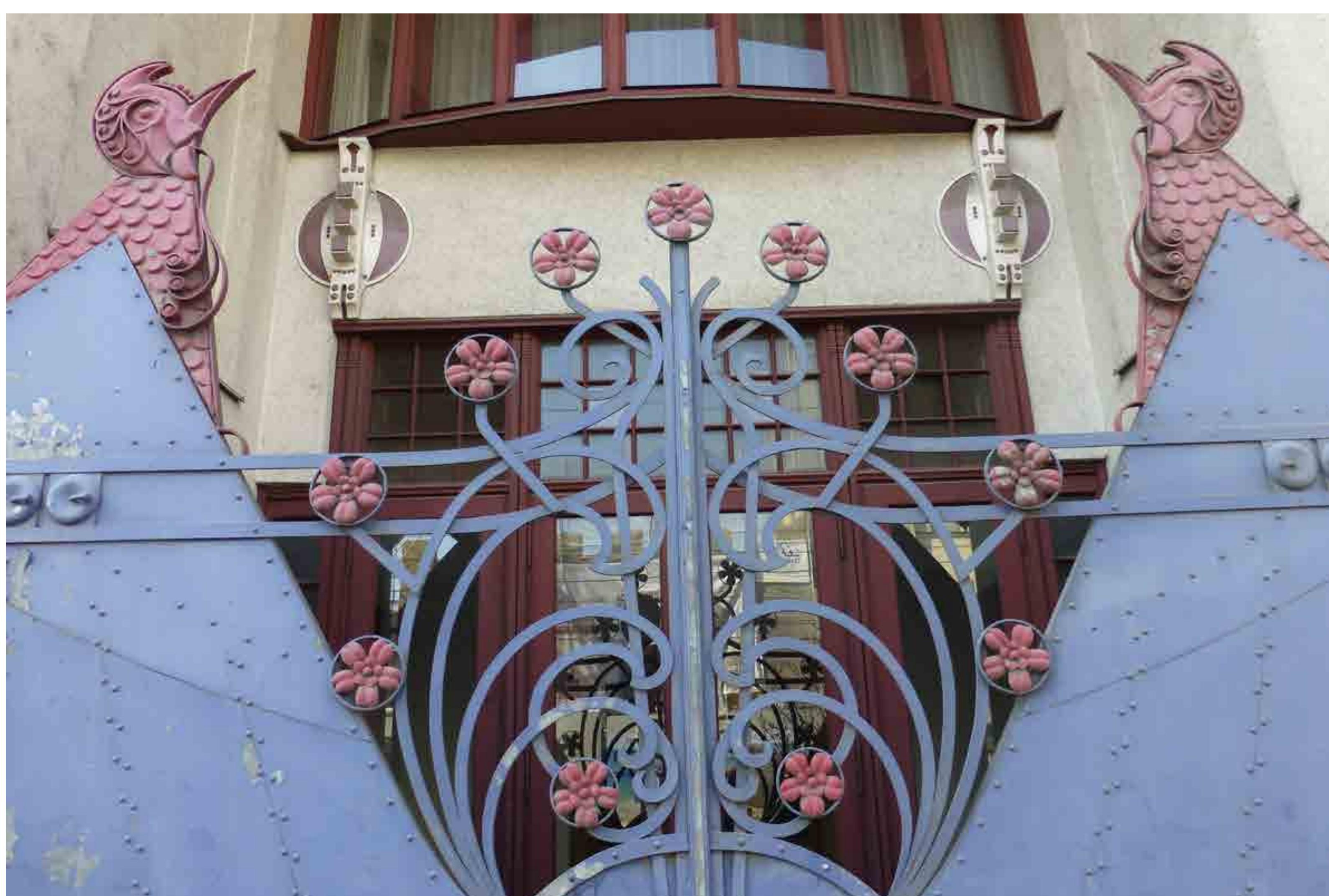
„Host a Haustia?“
„Na kloa, glaubst
i kraxl beim
Fensta eine?“

Traude S.

© Traude S.

FAVORITNER TÜREN

hier online
nachlesen:



**Wohin führt diese Tür?
Es gibt zwei Wörter, die dir im
Leben viele Türen öffnen werden
DRÜCKEN und ZIEHEN**

Traude S.

© Traude S.

WOHNPARTNER-INFO



Ein DANKESCHÖN an engagierte Lernbegleiter*innen!

hier online
nachlesen:



Am 25.11.2025 fand das wienweite Lernbegleitungs-Austauschtreffen für interessierte Bewohner*innen im Grätzl-Zentrum Lechnerstraße, 1030 Wien statt. wohnpartner Bereichsleiterin Claudia Huemer und Vizebürgermeisterin und Stadträtin Kathrin Gaál ehrten Lernbegleitungs-Teams aus dem 10., 21. und 22. Bezirk.



Seit 11 Jahren begleitet und organisiert wohnpartner die Aufgabenhilfe für Volksschulkinder und vernetzt sich mit Schulen in den jeweiligen Grätzln. Das generationsübergreifende Bildungsangebot wird von Bewohner*innen getragen, die ihre „Schützlinge“ bei den Aufgaben unterstützen, mit ihnen Lesen üben und individuelle sowie spielerische Deutschförderung anbieten.

So wird zum Beispiel in der Per-Albin-Hansson-Siedlung Ost, im Grätzl-Zentrum Bassena 10 Lernbegleitung zweimal die Woche, jeden Dienstag und Donnerstag von 14:00 bis 15:30 Uhr angeboten.

Mit einer Dankesrede sowie der Übergabe von Urkunden und Geschenken würdigten wohnpartner und die Stadt Wien das ehrenamtliche Engagement und den unermüdlichen Einsatz für Kinder und Familien in der Nachbarschaft. Im Anschluss daran konnten sich die Akteur*innen aus den verschiedenen Bezirken und Siedlungsteilen kennenlernen und Erfahrungen austauschen.

Die Lernbegleitungs-Teams freuen sich über Interessierte, die sich vor Ort ein Bild von der Aufgabenhilfe machen möchten.

wohnpartner

Sie möchten mehr über die wienweite Lernbegleitungsarbeit erfahren und sich engagieren?

Kontaktieren Sie uns unter:
01/24503 - 10941

© wohnpartner

Haus der Begegnung

hier online
nachlesen:



Das kunstvoll gestaltete Schriftbild, das seit September 2020 unser Haus der Begegnung ziert, ist nicht zuletzt der Existenz der Schaukästen entlang des Bergtaidngweges zu verdanken – und das kam so:

Im Jahr 2019 wurden vom KÖR Kunst im öffentlichen Raum 5 „Per Albin“ – Projekte veranstaltet, bei denen Künstlerinnen und Künstler die hiefür aufgestellten City-Light-Vitrinen mit „Kunst und Leben“ füllen sollten.

Am 30. März 2019 war die Eröffnung der 2. Ausstellung, die vom international erfolgreichen Künstler Andreas Fogarasi mitgestaltet wurde. Seine Werke unter dem Titel „Kultur und Freizeit“ umfassten effektvolle Logos und Schriftbilder betreffend bestehende und wünschenswerte gemeinschaftsbildende Per Albin-Einrichtungen.

Bei der Eröffnungsfeier hatte ich eine längere Unterhaltung mit Herrn Fogarasi und erwähnte beiläufig, dass auf unserem Haus der Begegnung ein entsprechender, weithin sichtbarer Schriftzug fehlt. Oft stünden Besucher direkt davor und fragten nach dem HdB.

Ich erzählte ihm auch, dass im Zuge der Generalsanierung des Olof-Palme-Hofes in den neunziger Jahren auf 3 Seiten des HdB-Vorbaues schon einmal bunte Neonröhren-Schriftzüge prangten, die aber nach kurzer Zeit vermutlich von ballspielenden Jugendlichen beschädigt und daraufhin entfernt worden sind.



Es wäre doch schön, wenn sich Herr Fogarasi als ideal geeigneter Schriftgestalter der Sache annehmen könnte – und so kam es dann auch!

Franz H.

Kennst Du auch
geschichtliche Fakten
über dein Grätzl, die
Du teilen möchtest?

[hanssonpalme@
wohnpartner-wien.at](mailto:hanssonpalme@wohnpartner-wien.at)

© Tina R., Franz H.

Tauben in der Stadt – missverstandene Überlebenskünstler

hier online
nachlesen:



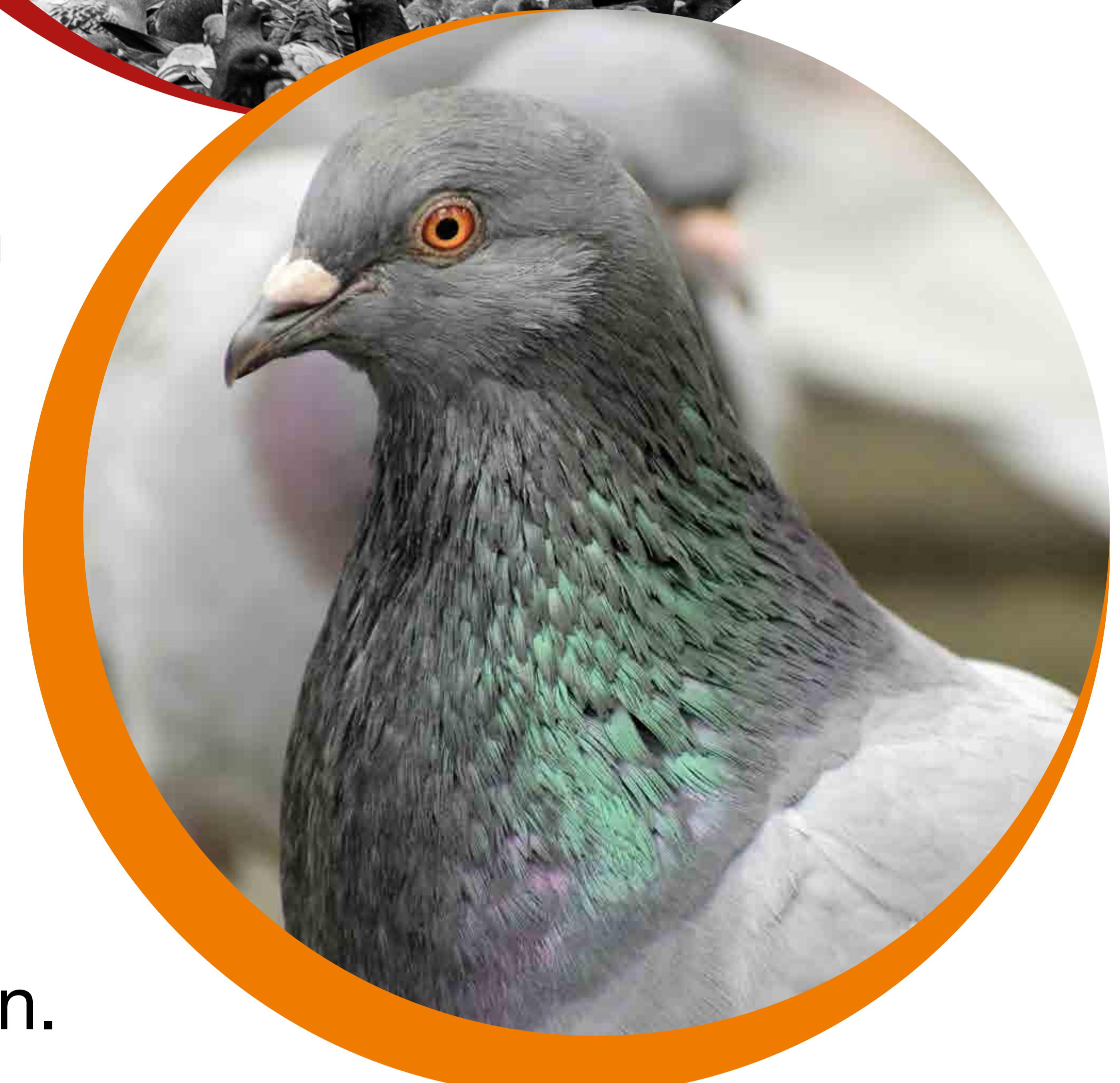
Tauben leben mitten unter uns. Viele betrachten sie nur als Störenfriede, dabei stammen sie von Felsentauben ab, die einst an steilen Küsten lebten. Als frühere Haustiere sind sie heute auf unsere Städte angewiesen.

Wer genauer hinschaut entdeckt ihre Vielfalt: nicht nur graue, sondern auch weiße, rötliche und dunkel gemusterte Vögel, deren Federn im Sonnenlicht grün oder violett schimmern. Sie sind klug, treu und erstaunlich anpassungsfähig.

Oft werden sie verachtet oder vertrieben, obwohl sie nur von dem leben, was wir ihnen überlassen. Fachleute betonen, dass die meisten Verschmutzungen entstehen, weil Tauben kein geeignetes Futter finden – oder von uns mit dem Falschen gefüttert werden. Würden sie artgerechtes Futter bekommen oder selbst finden, wären auch ihre Ausscheidungen normal und nicht flüssig wie Durchfall, der in Wahrheit die Hauptursache vieler Verunreinigungen ist.

Eine tierfreundliche Lösung sind sogenannte Taubenkobel – spezielle Häuser, in denen die Tiere betreut und gefüttert werden. Dort können ihre Eier gegen Gips-Eier ausgetauscht werden, um die Vermehrung auf natürliche Weise einzudämmen. So lässt sich das Zusammenleben von Menschen und Taube friedlich gestalten.

Und manchmal, wenn eine weiße Taube durch die Straßen fliegt, denken wir an die Friedenstaube – ein Symbol für Hoffnung und Mitgefühl. Vielleicht sollten wir auch die grauen Kinder der Stadt wieder mit anderen Augen sehen.



Margit S.

Friedenstaube

Die Kombination von
weißer Taube und Olivenzweig
ist heute das klassische
internationale Symbol für Frieden:

Die Taube bringt nicht Krieg
oder Sieg – sie bringt
Versöhnung.

© pixabay.com, KI-generiert

GRÄTZL-HUMOR

Humoristische Weisheiten zum Thema Wohnen

hier online
nachlesen:



Ein Mann geht an einer Laterne vorbei wo ein Zettel hängt: „Wohnung zu vermieten“. Kommt ein Polizist und fragt: „Was machen Sie denn da?“ Sagt der Mann: „Hier steht: Eine Wohnung zu vermieten“ aber keiner macht auf! Komisch, dabei brennt da oben Licht!“

Mit welchem Schlüssel kann man keine Türen öffnen?
Mit dem Notenschlüssel.

Welcher Vogel hat kein Nest?
Der Kuckuck, weil er in der Uhr wohnt!

Womit öffnen Skelette eine Tür?
Mit dem Schlüsselbein.



Es gibt zwei Wörter, die dir im Leben viele Türen öffnen werden:
„Drücken“ und „Ziehen“!



Was waren die letzten Worte des U-Boot-Kapitäns?
„Mach das Fenster auf, es ist so schlechte Luft hier drin!“

Mein Haus ist so klein, wenn ich ein Taschentuch fallen lasse, habe ich einen Teppich von Wand zu Wand.

Ich taste panisch meine Taschen ab.
„Zu blöd, ich hab' meinen Schlüssel verloren.
Kannst du mir deinen geben, vielleicht passt der?“
Gefängniswärter:
„Nein!“



Traude S.

Teile deine Witze mit deinem Grätzl!
Wir freuen uns drauf!
hanssonpalme@wohnpartner-wien.at

GRÄTZL-REZEPT

Lebkuchen ein Blechkuchen für die Winterzeit

hier online
nachlesen:



Zutaten

300 g Zucker
4 Ei(er)
1 Pkg. Vanillinzucker
100 ml Öl
2 EL Honig
1 Pkg. Lebkuchengewürz
250 ml Milch
350 g Mehl
1 Pkg. Backpulver
100 g Haselnüsse gemahlen



Zubereitung

Alle Teigzutaten zu einem Rührteig verarbeiten.

Den Teig auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech streichen und bei 170°C etwa 20 Minuten backen.

Nach dem Auskühlen mit flüssigem Honig oder Haselnusskuvertüre bestreichen und nach Belieben verzieren.

Wahlweise kann der Kuchen auch nur mit Puderzucker bestäubt werden.



Zum Bestreichen: Je nach Vorliebe kann man es mit Honig, Marmelade und/oder Schokolade bestreichen

wohnpartner-Kochgruppe



Hast Du ein tolles Rezept, welches du teilen möchtest?

hanssonpalme@wohnpartner-wien.at

© wohnpartner

GRÄTZL-RÄTSEL

Wohnungsrätsel

hier online
nachlesen:



Ein Mensch ohne Wohnung ist ...

1. Himmelsrichtung
2. Berg in Favoriten
3. Wien liegt an der ...
4. Teil von Favoriten (ehemals Dorf)
5. Oberster Teil des Hauses
6. Daheim in meiner ...
7. Dort turne ich
8. Die Kinder spielen im ...
9. Dort lernen die Kinder ein Instrument spielen



1.	<input type="checkbox"/>								
2.	<input type="checkbox"/>								
3.	<input type="checkbox"/>								
4	<input type="checkbox"/>								
5.	<input type="checkbox"/>								
6	<input type="checkbox"/>								
7.	<input type="checkbox"/>								
8.	<input type="checkbox"/>								
9.	<input type="checkbox"/>								

Herbert F.

Konntest du das
Rätsel lösen?
Teile deine Antwort mit uns
hanssonpalme@wohnpartner-wien.at

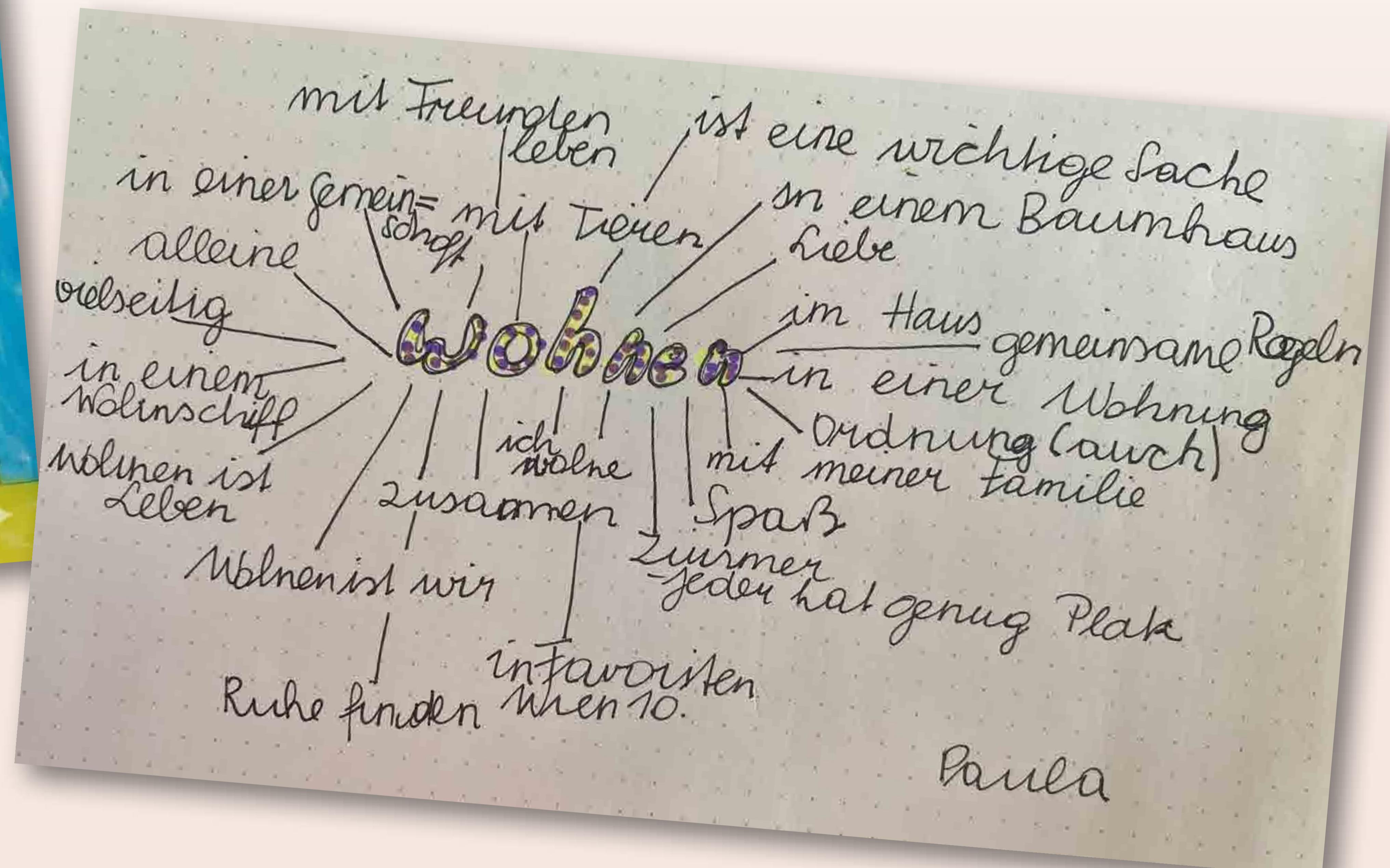
SCHWERPUNKTTHEMA: WOHNEN

Was Wohnen für Kinder bedeutet

hier online
nachlesen:

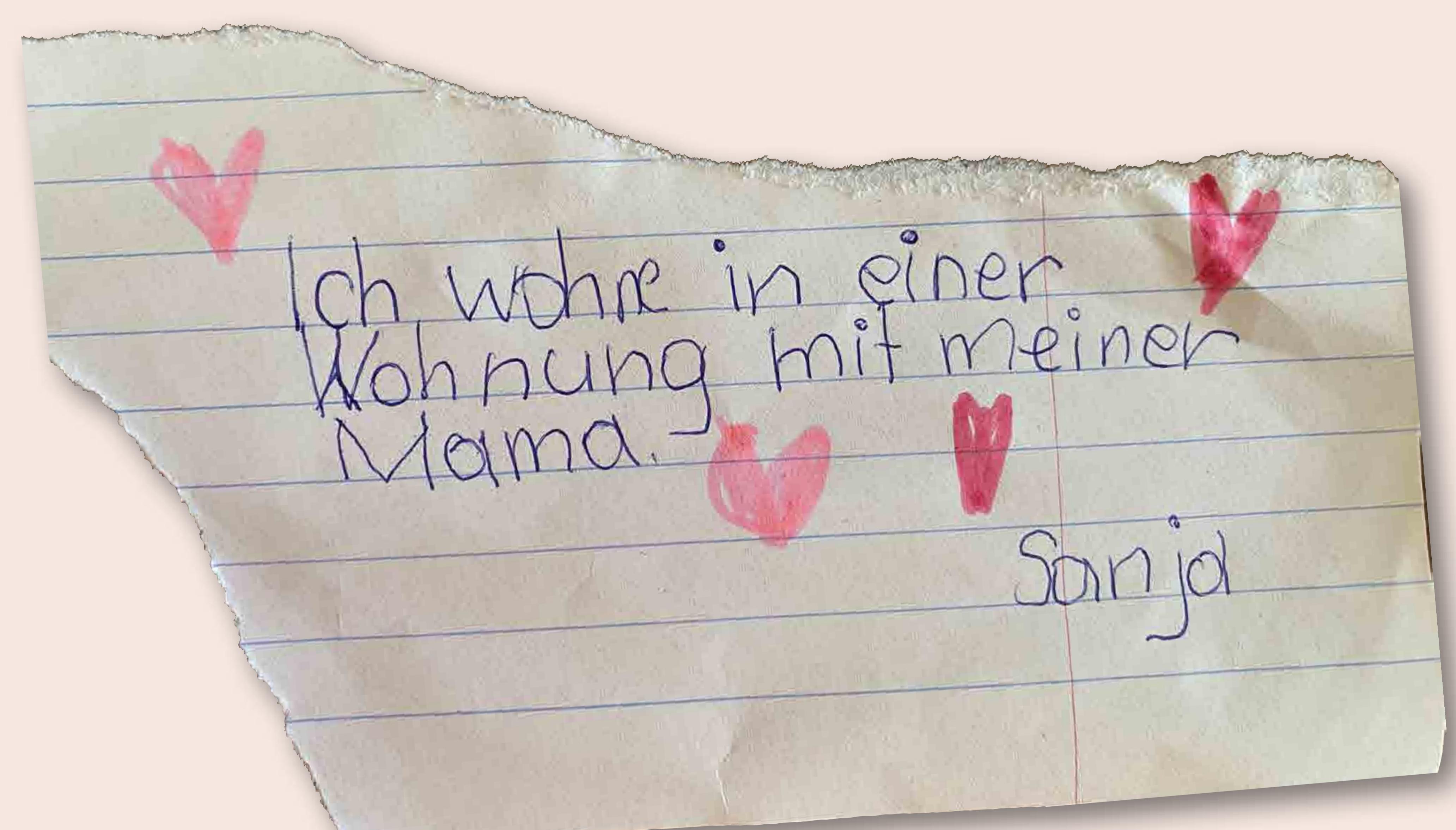
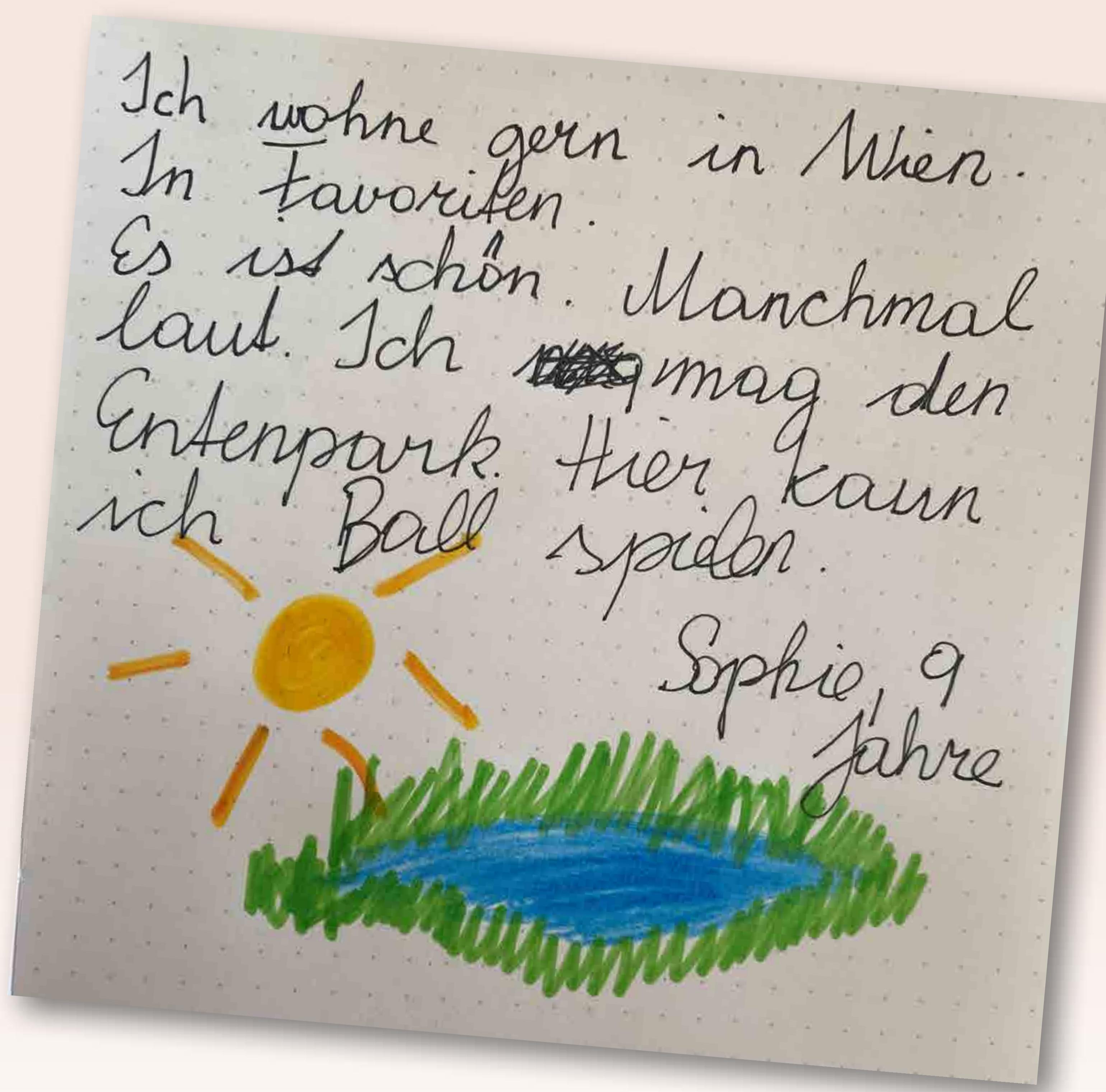


Mona, 8 Jahre



Paula

Einige Kinder des Bildungsgrätzl Oberlaa
haben sich Gedanken zum Thema „Wohnen“ gemacht.
Die Ergebnisse werden hier ausgestellt!



Pia P.

Was bedeutet
für Dich Wohnen?

© Pia P.

Bewegung in der Wohnung

hier online
nachlesen:



1. Seitliches Beinheben

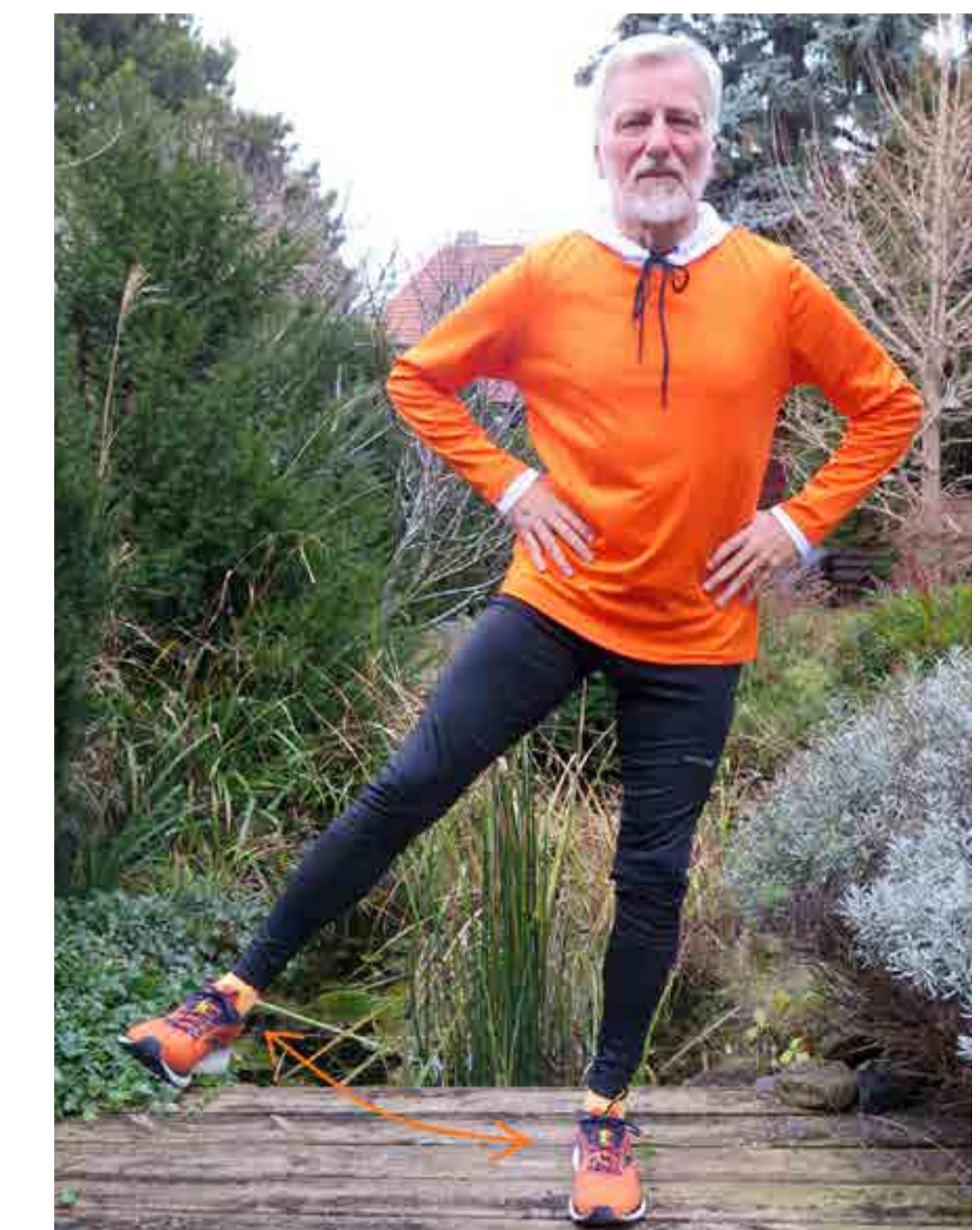
Ausgangsstellung: Aufrecht stehen, Füße hüftbreit auseinander.

Bei Bedarf an einem Stuhl festhalten.

Bewegung: Ein Bein gestreckt zur Seite heben und wieder senken.

Beachte: Die Fußspitzen zeigen während der gesamten Übung nach vorne.

Umfang: 2 Durchgänge à 10–12 Wiederholungen pro Seite.



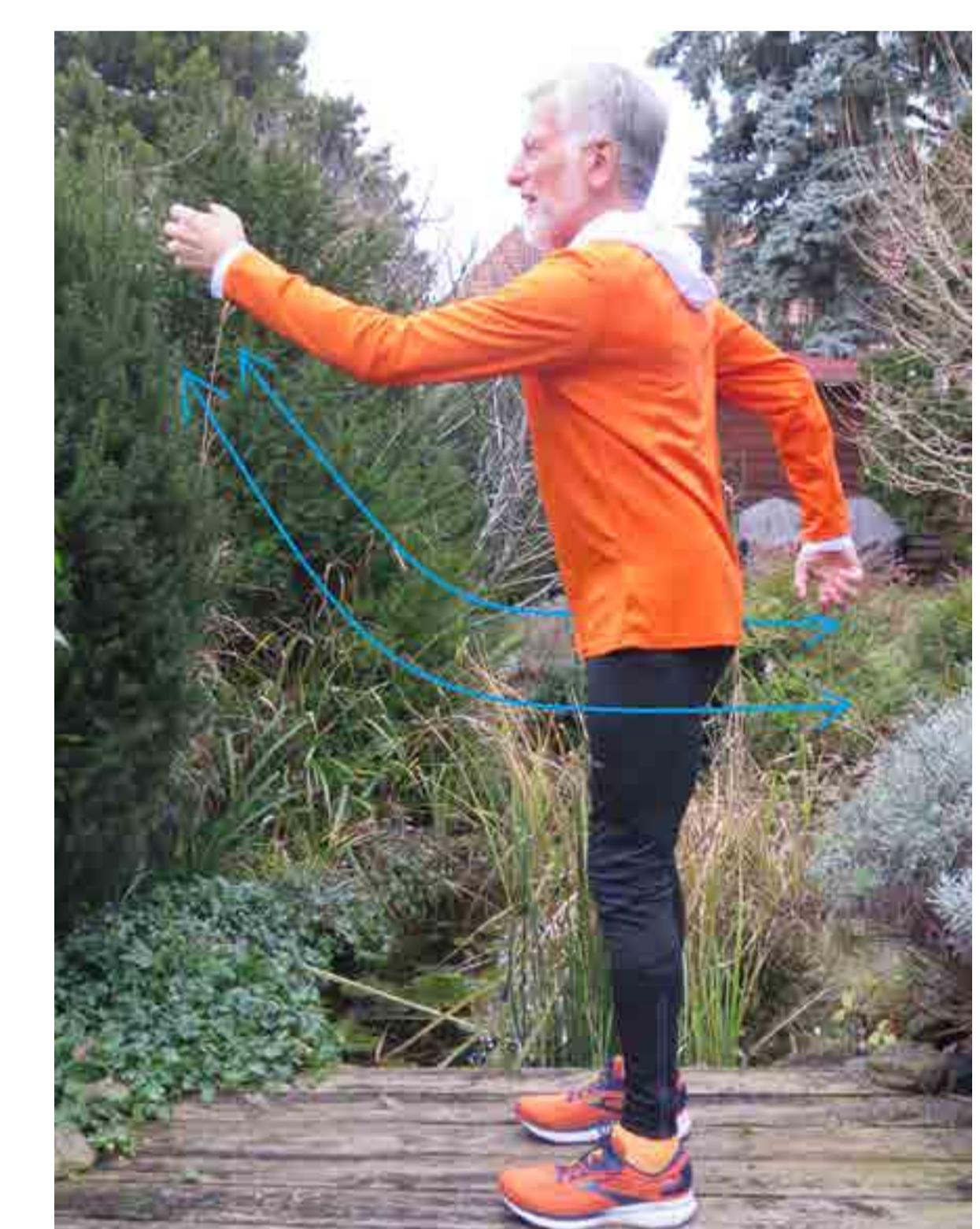
2. Arme schwingen (entgegengesetzt)

Ausgangsstellung: Sitzen oder Stehen, Arme locker an der Seite hängen lassen.

Bewegung: Einen Arm nach vorne oben schwingen, während der andere Arm gleichzeitig nach hinten schwingt. Dann die Richtung wechseln (Armwechsel).

Beachte: Die Schultern bleiben tief (nicht zu den Ohren ziehen).

Umfang: 2 Durchgänge à 10–12 Wiederholungen (Armwechsel).



3. Bizeps über Kopf (Schulterpresse kombiniert)

Ausgangsstellung: Sitzen oder Stehen, Arme hängen seitlich, Hände zu Fäusten ballen oder Gewichte halten.

Bewegung: Beide Hände zuerst zu den Schultern führen, dann die Arme nach oben über den Kopf strecken und wieder senken.

Beachte: Die Schultern bleiben tief (nicht zu den Ohren ziehen), große Reichweite in den Schultern anstreben.

Umfang: 2 Durchgänge à 10–12 Wiederholungen.



4. Knie Lift

Ausgangsstellung: Aufrecht stehen, Füße hüftbreit auseinander. Bei Bedarf an einem Stuhl abstützen.

Bewegung: Abwechselnd ein Knie bis auf Nabelhöhe anheben und wieder senken.

Beachte: Der Oberkörper bleibt ruhig, aufrecht und stabil.

Umfang: 2 Durchgänge à 10–12 Wiederholungen pro Seite.



Claudia S.

Wie hältst Du dich
in der Wohnung fit?

© Tina R.

EMPFEHLUNG DER REDAKTION

hier online
nachlesen:



KUNSTHISTORISCHES MUSEUM

Maria Theresien Platz, 1010 Wien

Mo–So 10–18 Uhr, Do 10–21 Uhr

MICHAELINA WAUTIER

**Wautiers Werk besticht durch Originalität,
feinsinniger Humor und beachtenswerten Mut**

Bis 22. Februar 2026



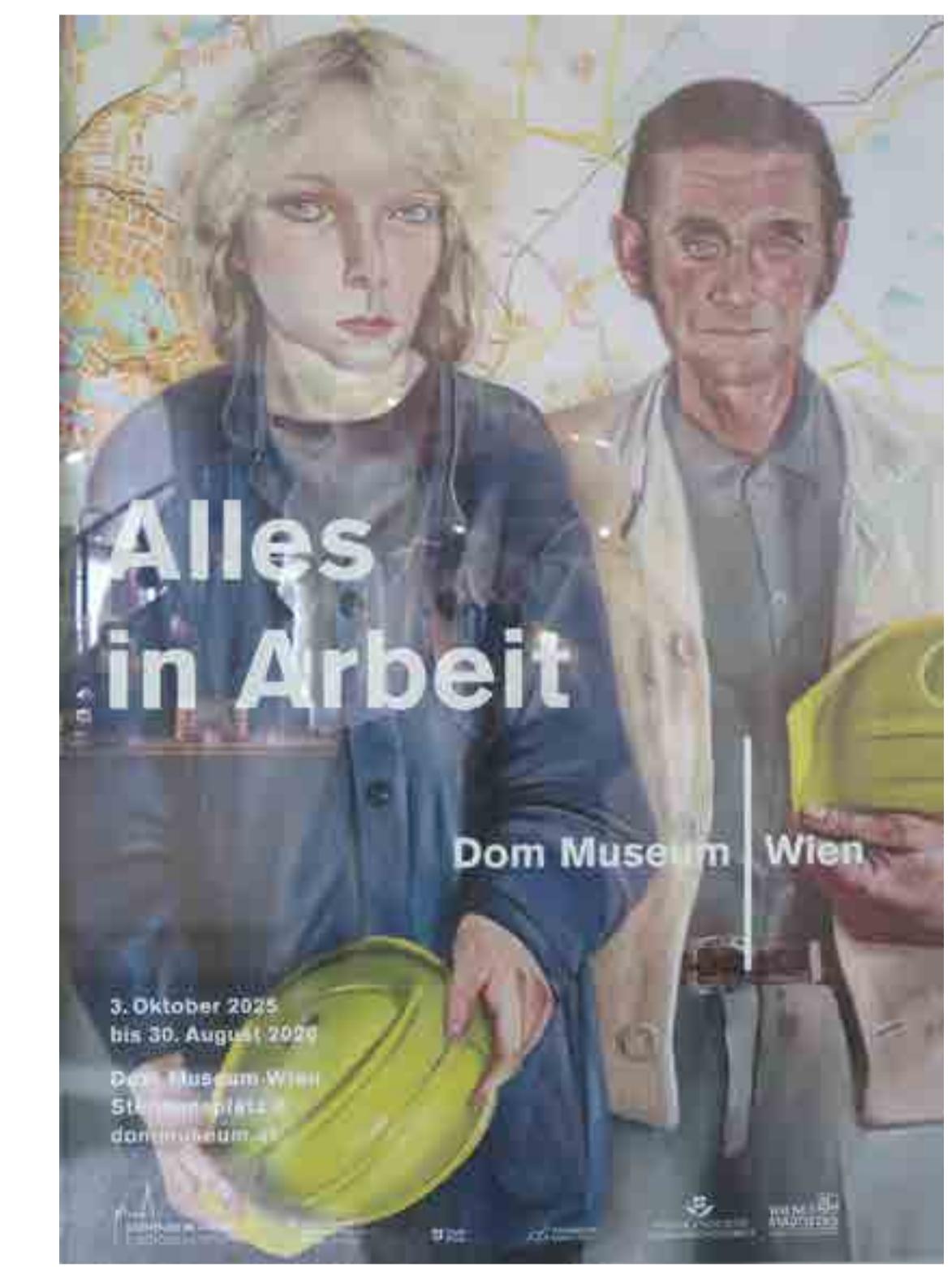
DOM MUSEUM

Stephansplatz 6, 1010 Wien

Mo–So 10–18 Uhr, Do 10–20 Uhr

ALLES IN ARBEIT – Arbeit ist nicht nur politisch brisant ...

Bis 30. August 2026



AUGARTEN PORZELLAN MANUFAKTUR

Schloss Augarten, Obere Augarten Straße 1, 1020 Wien

Mo–Sa 10–17 Uhr

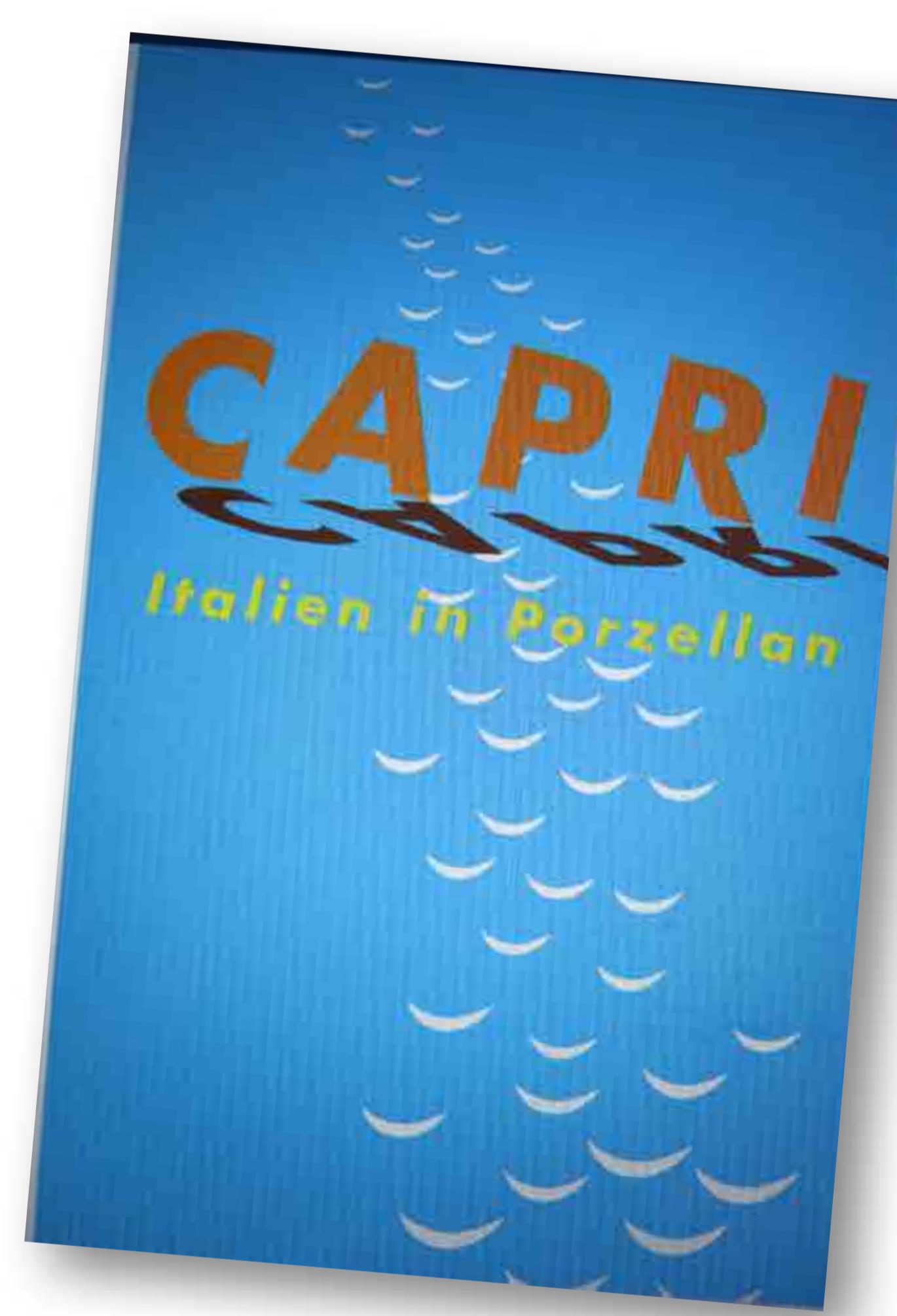
CAPRI – Italien in Porzellan

Vogelsanggasse 36, 1050 Wien

Mo–Fr 9–14 Uhr, Mi 9–20 Uhr

**Welche Farben Träume und Geschichten hinter dem
Wort Capri zu finden sind zeigen die Werke aus Porzellan**

Bis 11. April 2026



LEBEN UND WOHNEN IN WIEN – WAS WÄRE WIEN

Eine Zeitreise durch 150 Jahre Wiener Alltags- und Wohngeschichte

Vom späten 19. Jhd. bis heute

Öffnungszeiten, Führungen und Angebote für Schulen:

info@gwm.museum

Tina R.

Hast auch du
Empfehlungen,
die du mit uns
teilen möchtest?

[hanssonpalme@
wohnpartner-wien.at](mailto:hanssonpalme@wohnpartner-wien.at)

© Tina R.

Jeder Mensch hat das Recht auf ein Leben ohne Gewalt

hier online
nachlesen:



Menschen, die Gewalt durch nahestehende Menschen erfahren oder von Stalking betroffen sind, erhalten im Gewaltschutzzentrum Wien Unterstützung auf ihrem Weg aus der Gewaltsituation. Unser Angebot ist kostenlos und vertraulich. Wir beraten auf Wunsch auch anonym.



Speziell geschulte Mitarbeiter*innen beraten:

- zu Schutz und Sicherheit
- zum polizeilichen Betretungs- und Annäherungsverbot
- zu Ihren Rechten als Betroffene von Gewalt

Außerdem unterstützen wir beim Einbringen einer einstweiligen Verfügung und begleiten Sie auf Wunsch zum Gericht und zur Polizei. Unsere Mitarbeiter*innen sprechen sehr viele unterschiedliche Sprachen, bei Bedarf arbeiten wir auch mit Dolmetsch.

Wer kann sich an uns wenden?

- Alle Betroffenen von häuslicher Gewalt, Gewalt im sozialen Nahraum und/oder Stalking
 - Alle Personen, die durch ein Betretungs- und Annäherungsverbot geschützt sind
- Alter, Geschlecht und Aufenthaltsstatus etc. spielen dabei keine Rolle.

Öffnungszeiten

Telefonische Erreichbarkeit

Montag bis Freitag: 08:30–20:00 Uhr

Samstag / Sonntag / an Feiertagen: 10:00–18:00 Uhr

Persönliche Termine

Montag bis Freitag: 08:30–20:00 Uhr

Wir bitten um telefonische Terminvereinbarung unter +43 1 585 32 88.

Wenn Sie selbst Angst haben, oder den Verdacht haben, dass ein*e Nachbar*in in Gefahr ist, rufen Sie bitte die Polizei unter der Nummer 133.

Das Gewaltschutzzentrum Wien ist eine staatlich anerkannte Opferschutzeinrichtung.

Monika Jank

© iStockphoto

Kontaktieren Sie uns
unter +43 1 585 32 88

Wildstauden – Vielfalt, die summt

hier online
nachlesen:



Wer an Wildstauden denkt, sieht vielleicht bunte Blumen am Wegesrand vor sich – doch sie sind weit mehr: Wildstauden bilden die Basis eines gesunden Ökosystems. Heimische Arten bieten Insekten, Vögeln und Kleintieren Nahrung und Lebensraum und fördern so die Biodiversität. Da sie an unsere Böden und das Klima angepasst sind, benötigen sie wenig Pflege und kommen gut mit Trockenheit zurecht. Doch viele Wildstauden verschwinden, weil blütenreiche Wiesen und naturnahe Flächen seltener werden.

Mimi Hübner von *Hummel und Blume* möchte dies ändern und setzt sich im Naschgarten in der Rosiwalgasse für ihren Erhalt ein. Sie macht auf die Bedeutung heimischer Wildpflanzen aufmerksam, vermehrt sie und bringt sie auf Wiener Balkone und in Gärten. Wildstauden bieten im Gegensatz zu vielen Zuchtpflanzen echten Nektar und wertvolle Pollen, die Wildbienen, Schmetterlinge und Käfer benötigen. Besonders wichtig ist dabei die Vielfalt der Pflanzfamilien: Korbblütler wie Flockenblume oder Margerite, Schmetterlingsblütler wie Hornklee oder Esparsette, Kreuzblütler wie Wiesenschaumkraut und Raublattgewächse wie Natternkopf oder Ochsenzunge. Jede Familie versorgt andere Wildbienenarten – von kurzrüssigen Sammlerinnen bis zu spezialisierten oder langrüsseligen Arten – mit Nahrung und Lebensraum.

Im Naschgarten zeigt das Projekt, wie durch kluge Kombination verschiedener Pflanzenfamilien über das Jahr hinweg Blütenvielfalt entsteht – und wie ein Stück Erde zu einem lebendigen, summenden Lebensraum wird.

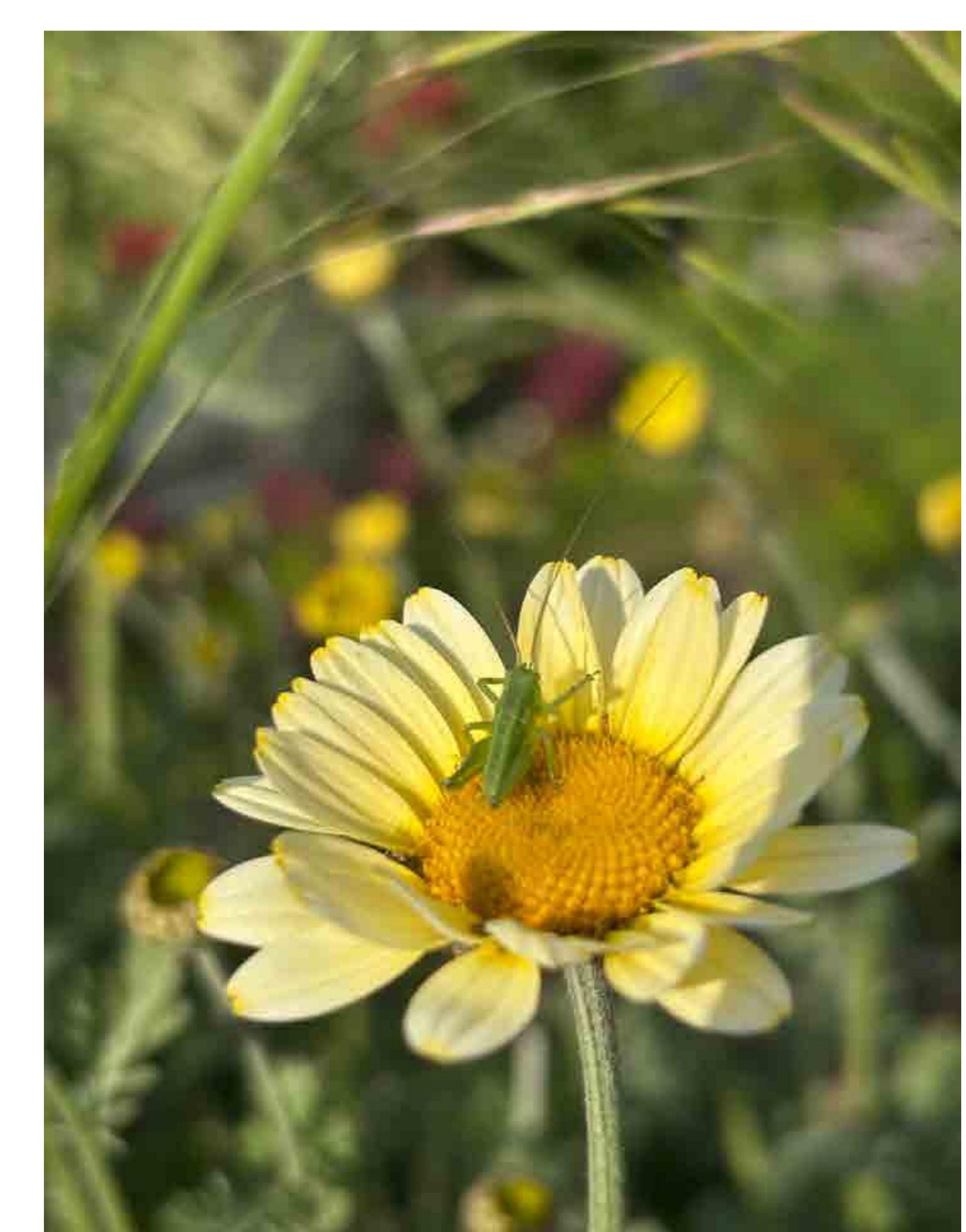
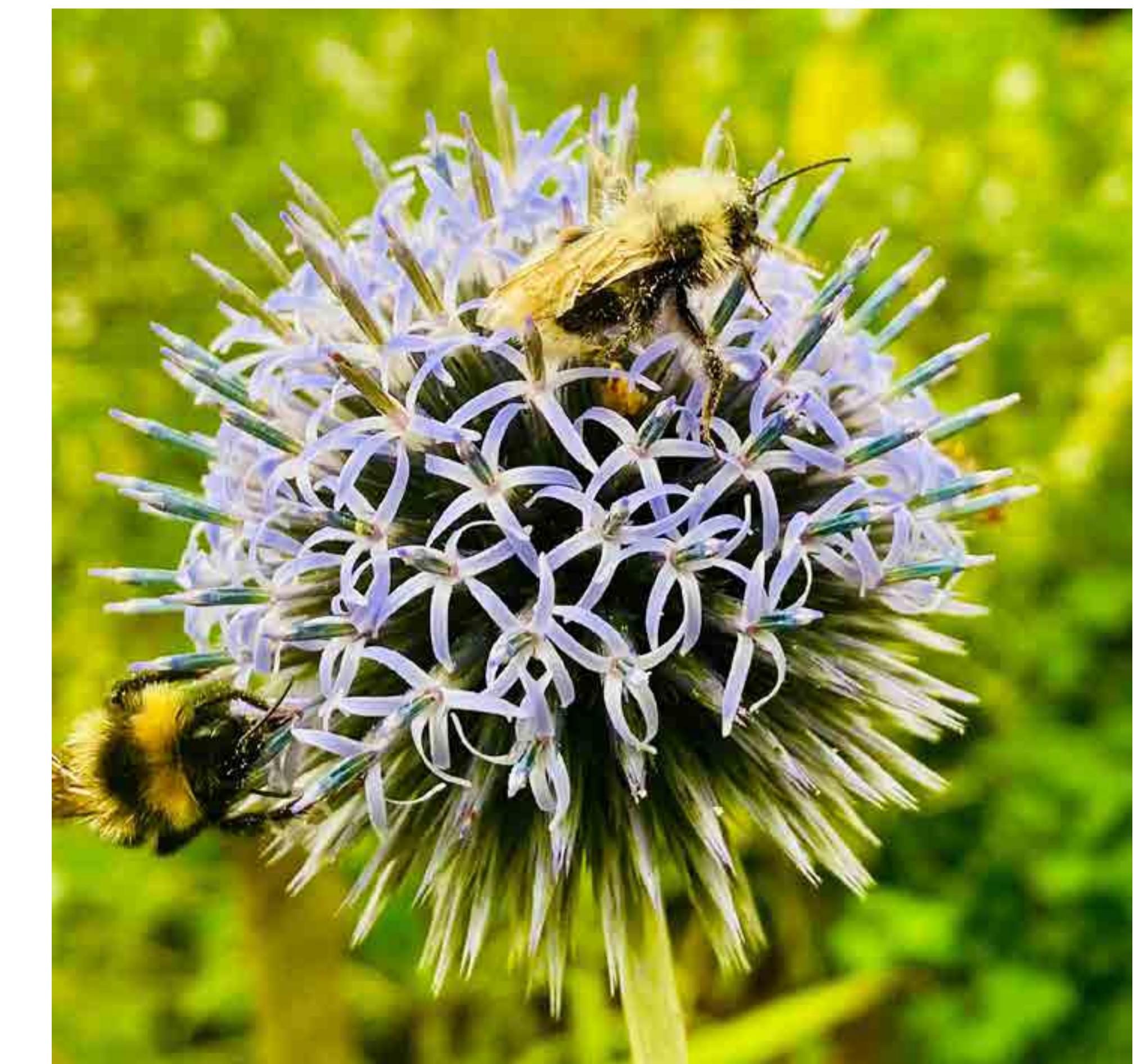
Hummel & Blume

Mimi Hübner

Naschgarten Wien –
Projekt Hummel
und Blume

mimi.huebner@
naschgarten.org

© Naschgarten Wien



SCHWERPUNKTTHEMA: WOHNEN

Die Wohngemeinschaft (WG)

hier online
nachlesen:



Für Menschen, die von zu Hause ausziehen ist die WG eine mögliche Alternative. Darüber solltest du dir aber vorher Gedanken machen:



- Willst du eine reine Zweck WG, oder eine gelebte Gemeinschaft?
- WG zu zweit oder mit mehreren zusammen?
- Gemischt oder nur Männer/Frauen?
- Ruhig und gemütlich oder turbulent?
- Immer ordentlich und sauber oder nur bei akutem Bedarf geputzt?
- Ob du dich in einer WG wohlfühlst, hängt vor allem von deinen MitbewohnerInnen ab. Schau dir daher die Menschen in der WG näher an.

Die Vorteile einer WG

- Du zahlst in der Regel weniger für das Wohnen.
- Es ist immer jemand da, mit dem du reden kannst.

Die Nachteile einer WG

- Sauberkeit und Ordnung kann sehr unterschiedlich empfunden werden.
- Bad und Küche werden von allen gemeinsam genutzt.
- Es kann schwer sein, sich und seine persönlichen Sachen abzugrenzen.
- Du bist (fast) nie allein in der Wohnung.

Klare Regeln machen das WG-Leben leichter

Je klarer der Alltag geregelt wird, auch unter besten Freunden, umso stressfreier ist das Zusammenleben. Typische WG-Regeln befassen sich z.B. mit dem Putzen, Rauchen, Einkaufen, mit Besuchen und Übernachtungen, der Lautstärke, Rücksicht aufeinander, dem Umgang mit Konflikten – und ganz wichtig: den Finanzen.

Natürlich gehört auch ein guter Mietvertrag der WG mit dem Vermieter dazu.

Herbert F.

Von der AK Wien gibt es
praxisnahe Tipps dazu

[https://wien.arbeiterkammer.at/
beratung/Wohnen/jungeswohnen/
Wohngemeinschaft.html](https://wien.arbeiterkammer.at/beratung/Wohnen/jungeswohnen/Wohngemeinschaft.html)

© iStockphoto/MicrovOne

GRÄTZL-EINRICHTUNG



Mitten im Herzen der Hansson-Siedlung befindet sich
unser Pensionisten-Wohnhaus Laaerberg.

hier online
nachlesen:



**Vielleicht sind Sie schon oft daran vorbeigegangen?
Sie sind aber auch herzlich willkommen, uns zu besuchen!**

Denn direkt im Eingangsbereich haben wir einen kleinen Markt.Platz mit Caféhaus, wo Sie unsere köstlichen Torten und Kuchen aus eigener Produktion sowie herzhafte Imbisse genießen können. Alle 6 Wochen veranstalten wir eine kleine Führung durch unser Haus. Die Termine erfahren Sie an der Rezeption, wo Sie sich auch direkt dafür anmelden können.



Sind Sie schon Mitglied bei den Pensionisten-Klubs?
Infos unter: www.kwp.at/pensionistenklubs

Mit der kostenlosen Klubkarte können alle Wiener Senior*innen an vielen Veranstaltungen bei uns im Haus – aber auch bei allen weiteren KWP Klubs – teilnehmen. Und wir feiern sehr viel und sehr gern!

Dazu suchen wir auch übrigens immer wieder

Menschen mit Herz

die gerne als ehrenamtliche Mitarbeiter*innen
bei uns tätig werden möchten.

Es gibt neben den Festen auch viele Bewohner*innen,
die sich über regelmäßige Besuche oder gemeinsames Spazieren gehen freuen!

Fragen, Wünsche, Anliegen?
Wir freuen uns über Ihre Kontaktaufnahme
Das Team vom Haus Laaerberg

Haus Laaerberg
Ada-Christen-Gasse 3, 1100 Wien
Tel: +43 1 313 99-1060
haus.laaerberg@kwp.at
www.häuserzumleben.at

Rezeptionszeiten:
Mo.-Fr.: 7:30–17:00 Uhr
Sa./So./Feiertag: 7:30–13:00 Uhr

© freepik, Haus Laaerberg



Anerkannte Einrichtung nach den Förderrichtlinien des Fonds Soziales Wien,
gefördert aus Mitteln der Stadt Wien.

Papierblumenstrauß

hier online
nachlesen:



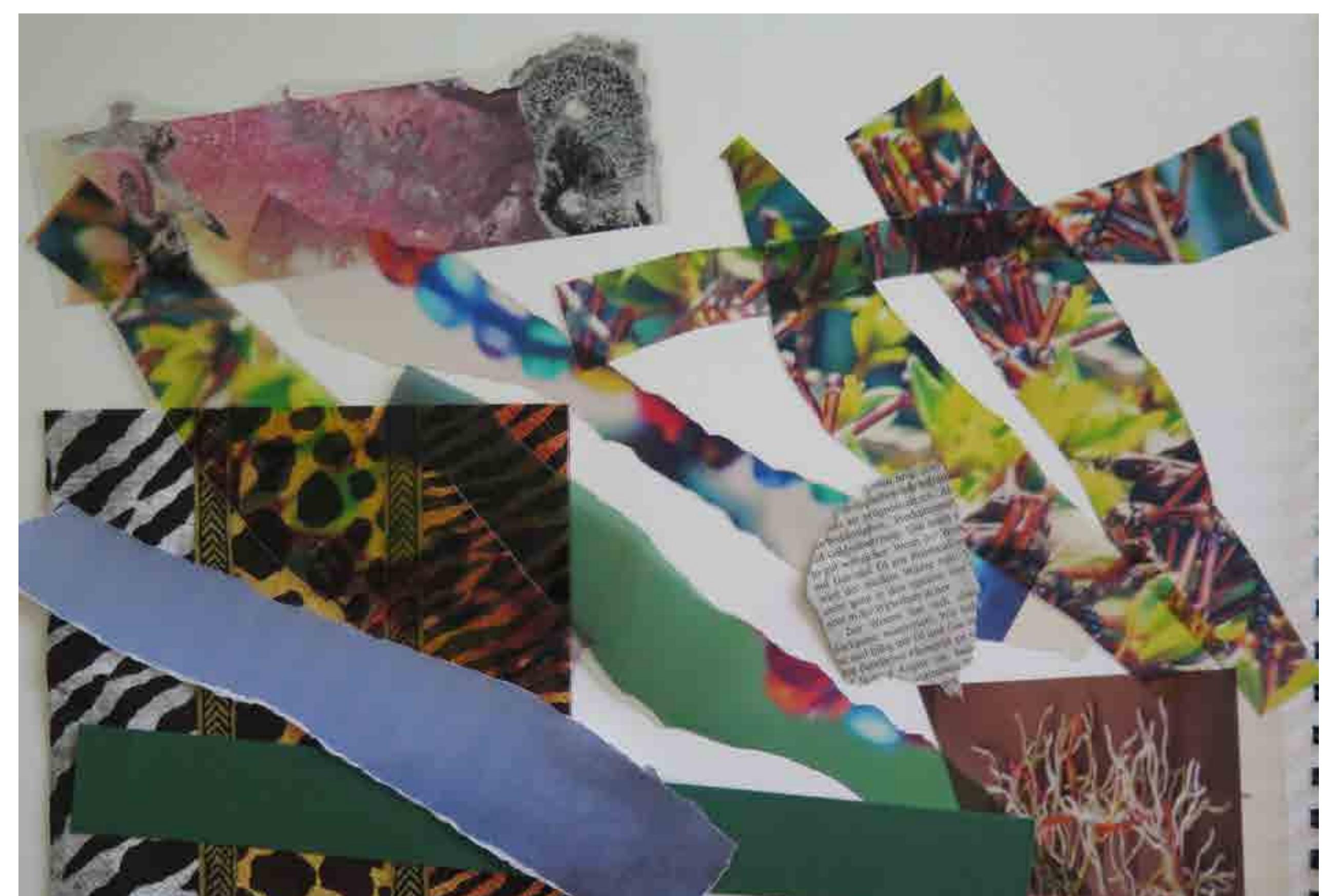
Blumensträuße aus Papier sind ohne viel Aufwand herzustellen, sind schön anzusehen und sind bezaubernde Geschenke für Mamas oder liebe Freunde.



Buntpapier einfärbig



Klebstoff und Schere



Buntes Papier ev. Servietten



Du brauchst einen Bogen weißes Zeichenpapier und buntes Papier. Du kannst auch Seiten aus Zeitungen oder Zeitschriften verwenden. Eine Schere und Klebstoff.

Dann noch Fantasie für die Formen und Spaß am Zusammenstellen der Collage.

Am Besten wirkt der Strauß wenn du eine Basis aus Papier schneidest und klebst z.B. eine Vase oder einen Blumentopf und darin die Stiele, Blätter und Blüten nach deiner Vorstellung gestaltest.

Tina R.



Für Mama zum Muttertag
von Emilia 3 Jahre



Sträuße in Blumenvasen

**Hast du ein Hobby,
das du herzeigen
möchtest, malst oder
fotografierst du gern?**

**Hier ist Platz für
deine kreativen Ideen!**

**Melde dich unter: 01/24503-10080
hanssonpalme@
wohnpartner-wien.at**

© Tina R.

„16 Tage gegen Gewalt“ – Warum wir das ganze Jahr hinschauen müssen

Vom 25. November bis 10. Dezember finden jährlich die „16 Tage gegen Gewalt an Frauen“ statt – eine internationale Kampagne, die auf Gewalt aufmerksam macht und für ein gewaltfreies Leben für alle Frauen und Mädchen eintritt.



Warum sind die 16 Tage so wichtig?

Weltweit erlebt jede dritte Frau in ihrem Leben physische oder sexualisierte Gewalt. Auch in Wien ist Gewalt gegen Frauen an 365 Tagen im Jahr trauriger Alltag – sie geschieht überall: zu Hause, am Arbeitsplatz, im öffentlichen oder im digitalen Raum. Meist geschieht sie im Verborgenen, oft im direkten Umfeld.

Während der 16 Tage wird diese Gewalt sichtbar gemacht.

Was passiert während der Kampagne?

Zahlreiche Aktionen auch auf Bezirksebene geben den Opfern eine Stimme, stärken die Aufklärung, zeigen Möglichkeiten der Unterstützung auf und richten sich an uns alle.

Diese lokalen Aktivitäten sind Infoveranstaltungen, Podiumsdiskussionen, Mahnwachen, Plakatkampagnen, Beleuchtungsaktionen von Gebäuden in Orange – der offiziellen Kampagnenfarbe – sowie kreative Projekte von Schulen, Vereinen und Initiativen.

Das Beratungsteam des **24-Stunden Frauennotrufs der Stadt Wien** ist jederzeit für gewaltbetroffene Frauen und Mädchen ab 14 erreichbar. Auch besorgte Nachbar*innen, Kolleg*innen, Lehrer*innen, Freund*innen oder Familienmitglieder hier anrufen.

Der Anruf ist der erste Schritt aus der Gewalt, alle weiteren Schritte werden professionell, vertraulich und kostenlos begleitet.

MA 57 Frauenservice

Wir unterstützen
und beraten Sie gerne:
**24-Stunden
Frauennotruf
01 71 71 9**

© Votava

GRÄTZL-WITZE



Witze für die Hansson Palme zum Thema Wohnen

hier online
nachlesen:



Freunden beim Hausbauen zu helfen ist fein.
So kann man sein Handwerksgeschick verbessern und muss nicht selbst in dem Pfusch wohnen.



Zwei Mäuse sitzen nachts auf dem Dach und beobachten den Sternenhimmel, als eine Fledermaus vorbeifliegt. „Unglaublich – ein Engel!“, raunen sie sich zu.

Sie: Du bist 25 Jahre alt und wohnst noch bei deinen Eltern!
Er: Bei wessen Eltern soll ich sonst wohnen.

Wo wohnen Katzen?
Im Mietshaus.



Gespräch zwischen Baumeister und Architekt bei Besichtigung des Hausplanes:
„Die Wände sind aber dünn!“, „bedenken sie, die sind da noch nicht tapeziert.“



„Ich weiß was ich will, daher übe ich daheim täglich 6 Stunden Klavier.
„Und was willst du“?
„Die Wohnung von meinem Nachbarn“.

Herbert F.

Teile deine Witze mit deinem Grätzl!
Wir freuen uns drauf!
hanssonpalme@wohnpartner-wien.at

1. WIENER SCHAUKASTEN-ZEITUNG

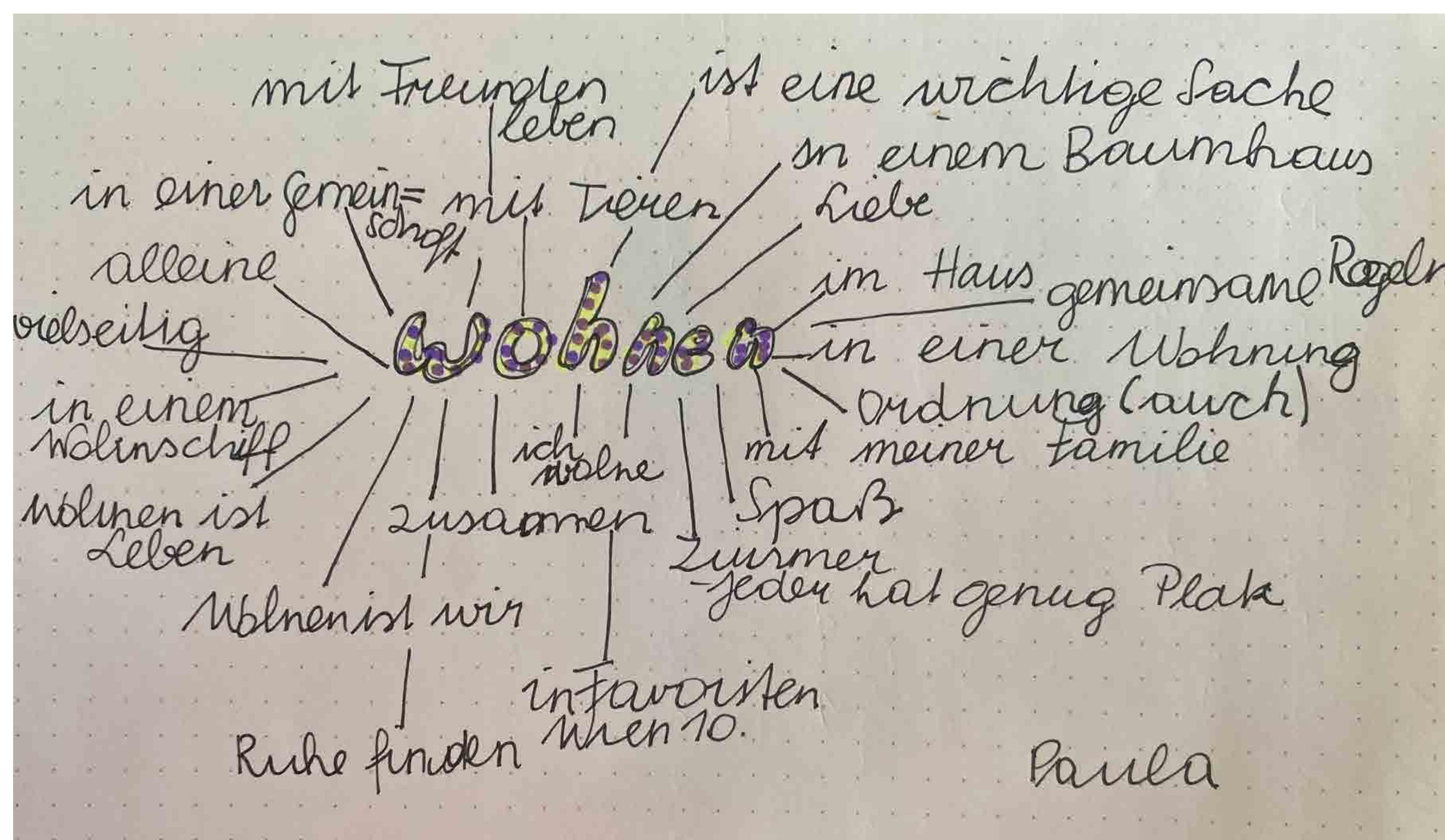
zur Förderung eines positiven, wertschätzenden und respektvollen Miteinanders in unserem Stadtteil



hier online
nachlesen:



Schwerpunktthema: **Wohnen**



Hier kannst du
die Hansson Palme
online nachlesen



© Pia P., Traude S.