Senior:innenbeauftragte
der Stadt Wien

Monat der Senior:innen

Gemeinsam was erleben

1. bis 31. Oktober 2026

Wien für Senior:innen
Fonds Soziales Wien

Für die Stadt Wien

Liebe Wienerinnen und Wiener,

der Monat der Senior:innen ist ein fester Bestandteil im Veranstaltungskalender unserer schönen Stadt.

Er steht für gelebten Zusammenhalt, Austausch und die wertvolle Rolle, die Senior:innen in Wien einnehmen.

Auch heuer zeichnet sich der Monat der Senior:innen durch seine große Vielfalt aus: Von Führungen über Workshops und Informationsveranstaltungen bis hin zu Grätzltouren und kulturellen Angeboten eröffnet sich ein breites Spektrum an Möglichkeiten, Neues zu entdecken und gemeinsam aktiv zu sein.

Mein besonderer Dank gilt den zahlreichen Einrichtungen und Organisationen, die mit großem Engagement an der Umsetzung mitwirken. Ihr Einsatz schafft Räume der Begegnung und stärkt das soziale Miteinander in unserer Stadt.

Ebenso gebührt Ihnen, liebe Seniorinnen und Senioren, Anerkennung und Dank: Ihre Erfahrung, Offenheit und aktive Beteiligung bereichern Wien in vielerlei Hinsicht. Der Monat der Senior:innen setzt damit auch heuer ein starkes Zeichen für eine Stadt des Miteinanders und der Teilhabe.

Viel Vergnügen und zahlreiche schöne Begegnungen im Rahmen des diesjährigen Programms wünscht Ihnen

Ihr

Peter Hacker
Stadtrat für Soziales, Gesundheit und Sport

Vorwort

Liebe Wienerinnen und Wiener,

einmal im Jahr bietet der Monat der Senior:innen die Gelegenheit, die Vielfalt und Lebendigkeit des Miteinanders in unserer Stadt sichtbar zu machen. Ich freue mich, Ihnen das diesjährige Programm vorzustellen.

Das Thema Digitalisierung liegt mir heuer besonders am Herzen. Sie prägt unseren Alltag und bringt neue Herausforderungen mit sich. Umso erfreulicher ist es, dass zahlreiche Veranstaltungen digitale Anwendungen verständlich vermitteln und zum Ausprobieren einladen. Sie helfen dabei, Schritt für Schritt mehr Sicherheit und Selbstvertrauen im Umgang mit digitalen Angeboten zu gewinnen.

Gleichzeitig bleibt der Monat der Senior:innen das, was ihn auszeichnet: ein abwechslungsreiches Angebot, das dazu einlädt, aktiv zu bleiben und Neues zu entdecken. Im Mittelpunkt stehen Information, Austausch und die Freude am Miteinander.

Mein herzlicher Dank gilt allen, die mit ihrem Engagement, ihrer Zeit und ihrer Expertise diese Veranstaltungsreihe ermöglichen. Ebenso danke ich Ihnen, liebe Seniorinnen und Senioren, für Ihr Interesse und Ihre aktive Teilnahme.

Ich wünsche Ihnen viele inspirierende und bereichernde Momente und freue mich auf zahlreiche persönliche Begegnungen beim diesjährigen Monat der Senior:innen.

Ihre

Sabine Hofer-Gruber
Senior:innenbeauftragte der Stadt Wien

Wichtige Informationen:

Der Anmeldestart ist am **Montag, 7. September 2026.**

Die Farbgestaltung führt Sie durch das Programm: **Blau** steht für Angebote rund um das Thema Digitalisierung, **Gelb** für ein vielfältiges Veranstaltungsangebot und **Lila** für den abschließenden Blick in die Bezirke. Innerhalb der einzelnen Abschnitte erfolgt die Reihenfolge grundsätzlich chronologisch nach dem ersten Veranstaltungstermin. Weitere, der gleichen Veranstaltungsreihe, sind jeweils direkt beim ersten Termin zusammengefasst.

Demenzfreundliche Programmpunkte sind mit dem Demenzstreifen gekennzeichnet, ebenso Veranstaltungen, die sich mit Demenz beschäftigen.

Das gesamte Programm mit weiteren Veranstaltungen und aktuellen Informationen finden Sie online unter **kalender.seniorinnen.wien.** Aktivieren Sie dafür den Filter **„Monat der Seniorinnen“.**

Sollten Sie an einer Veranstaltung nicht teilnehmen können, sagen Sie bitte rechtzeitig ab. So erhalten andere Interessierte die Möglichkeit, Ihren Platz zu übernehmen.

Auf vielen Veranstaltungen im Rahmen des „Monats der Senior:innen“ wird von Seiten der Veranstalter:innen oder vom Fonds Soziales Wien fotografiert und/oder gefilmt. Mit der Teilnahme an einer Veranstaltung stimmen Sie einer möglichen Anfertigung sowie analogen oder digitalen Veröffentlichung von Bildern und Videos in direktem Zusammenhang mit der Bewerbung oder Berichterstattung zu einer einzelnen Veranstaltung bzw. zum „Monat der Senior:innen“ zu. Sie können vor Ort auch angeben, dass Sie nicht möchten, dass Fotos oder Videos von Ihnen auf der Veranstaltung angefertigt werden.

Weitere Informationen zum Datenschutz des Fonds Soziales Wien finden Sie in unserer Datenschutzerklärung unter **www.seniorinnen.wien/p/datenschutz.**

Impressum:
Medieninhaber und Herausgeber, Redaktion: Fonds Soziales Wien – Wien für Senior:innen, Guglgasse 7–9, (EG, Eingang Paragonstraße), 1030 Wien, Tel.: 05 05 379-20 842, www.seniorinnen.wien; Grafik und Fotos (wenn nicht anders angegeben): Bereich Unternehmenskommunikation; Titelbild: Getty Images/Maskot. Druck: Winkler Kuvert GmbH, Graz. Gedruckt auf ökologischem Papier. Druck- und Satzfehler vorbehalten. Stand: Juli 2026

Monat der Senior:innen 2026

Gemeinsam Wien erleben – kostenlos!

Der Oktober gehört den Wiener Senior:innen. In allen Bezirken erwartet Sie ein abwechslungsreiches Programm, das die ganze Stadt miteinander verbindet. Sie sind herzlich eingeladen, dabei zu sein!

Gleich zu Beginn setzen wir den Fokus auf Digitalisierung, den zentralen Höhepunkt im Monat der Senior:innen 2026. Wir wissen, dass dieses Thema Herausforderungen mit sich bringt, aber auch viele Chancen eröffnet. Bleiben Sie neugierig und probieren Sie Neues aus.

Wir freuen uns auf viele schöne Begegnungen und hoffen, Sie sind auch dabei!

Gemeinsam fit für die digitale Welt

Was ist künstliche Intelligenz?

VHS Floridsdorf, Angerer Straße 14, 1210 Wien

1. **1., 2.10., 10 bis 11:30 Uhr**
2. Künstliche Intelligenz ist längst Teil unseres Alltags, etwa bei Suchmaschinen, Sprachassistenten oder Übersetzungen. In diesem Kurs erfahren Sie verständlich und ohne Vorkenntnisse, was KI ist, wie sie funktioniert und wo sie eingesetzt wird. Gemeinsam betrachten wir Chancen und Grenzen, ordnen Begriffe ein und besprechen offene Fragen.

Anmeldung bis 25.9.

floridsdorf@vhs.at

www.vhs.at/de/e/floridsdorf/k/computer-internet-und-multimedia

VHS FLORIDSDORF

Sicher gesund in Wien – QR TRAINER:IN

1. bis 31.10.

Was ist QR TRAINER:IN?

Ein digitales Bewegungsangebot der Wiener Gesundheitsförderung – WiG: Kurze und abwechslungsreiche Videos mit Übungen für mehr Stabilität und Fitness in jedem Alter.

Einfach QR-Code scannen und loslegen:

Starten Sie jetzt mit mehr Bewegung!
Einfach und unkompliziert direkt am Smartphone oder Tablet – gratis und ohne Anmeldung!

www.wig.or.at/programme/gesundes-alter/sicher-gesund-in-wien

Digitalambulanz

Wiener Hilfswerk – Nachbarschaftszentrum 16
Stöberplatz 2/3, 1160 Wien

6. **6.10., 10 bis 11:30 Uhr**

Bei der Digitalambulanz haben Sie die Möglichkeit Ihre Fragen rund um digitale Themen zu stellen. Kommen Sie mit Ihrem Smartphone, Laptop oder Tablet vorbei. Wir unterstützen Sie bei Problemen, geben Tipps und suchen gemeinsam nach Lösungen – unkompliziert und praxisnah. (Keine Reparaturen!)

Max. 8 Teilnehmer:innen, **Anmeldung bis 29.9.**

01 512 36 61-3550

nbz16@wiener.hilfswerk.at

www.nachbarschaftszentren.at/standorte/nbz16

HILFSWERK NACHBARSCHAFTSZENTREN

Digitale Gesundheitskompetenz und - informationen

Wiener Hilfswerk – Nachbarschaftszentrum 6
Bürgerspitalgasse 4-6, 1060 Wien

6. **6.10., 14 bis 15:30 Uhr**

Die Fähigkeit qualitativ hochwertige gesundheitsbezogene Informationen im Internet finden, zu verstehen und zu bewerten – das ist digitale Gesundheitskompetenz. Sie erhalten Tipps zum Finden verlässlicher und kompetenter Gesundheitsinformationen im Internet, ganz ohne Nebenwirkungen. Denn nicht alles, was online steht, ist hilfreich – Achtung vor „Dr. Google“!

Anmeldung bis 5.10.

01 512 36 61-3300

nbz6@wiener.hilfswerk.at

www.nachbarschaftszentren.at/standorte/nbz6

HILFSWERK NACHBARSCHAFTSZENTREN

A1 Seniorenakademie

Bringen Sie Ihr eigenes Smartphone mit und probieren Sie Übungen direkt in den Kursen aus.

www.A1Seniorenakademie.at

Smartphone Stammtische

7. 20. 21. 29.

Gemeinsam die digitale Welt entdecken: In diesem Kurs lernen Sie, Ihr Smartphone sicher und selbstbewusst im Alltag zu nutzen. Sie erhalten hilfreiche Tipps für den Einstieg ins Internet und erfahren Wichtiges zur Sicherheit im Netz.

7.10., 9 bis 12 Uhr
Klub+ All in Penzing Käthe-Dorsch-Gasse 17/1, 1140 Wien

20.10., 13 bis 16 Uhr
Klub Sillerplatz 7/6, 1130 Wien

21.10., 13 bis 16 Uhr
Klub Fasangartengasse 65a/5, 1130 Wien

29.10., 9 bis 12 Uhr
Klub+ All in Ottaktring Hofferplatz 3
1160 Wien

Max. 12 Teilnehmer:innen, **Anmeldung bis 28.9.**

0800 808 810

Die faszinierende Welt der Apps

28.

Entdecken Sie mit uns die Welt der Apps! Lernen Sie die vielfältigen Möglichkeiten kennen und gewinnen Sie mehr Sicherheit im Umgang mit Anwendungen, die den Alltag einfacher und praktischer machen können.

28.10., 9 bis 12 Uhr
Grätzlzentrum WienZimmer Gartenstadt im Karl-Seitz-Hof
Jedleseerstr. 66-94/36/2 (Ecke Dunantgasse), 1210 Wien

Max. 12 Teilnehmer:innen, **Anmeldung bis 28.9.**

0676 828 94 0055

wienzimmer@fsw.at

KI verstehen und anwenden: Die Grundlagen einfach erklärt

Center für Informations- und Medienkompetenz der Österreichischen Nationalbibliothek
Heldenplatz, Neue Burg, Mitteltor, 1010 Wien

7. 12.

7., 12.10., 10 bis 12 Uhr

Für Senior:innen mit Basis-PC-Kenntnissen bietet dieses Training einen verständlichen Einstieg in das Thema Künstliche Intelligenz und zeigt, wie sie den Alltag unterstützen kann. Anhand praktischer Beispiele werden nützliche Anwendungen gemeinsam ausprobiert, wobei ausreichend Zeit für Fragen bleibt.

Max. 25 Teilnehmer:innen, **Anmeldung bis 5. bzw. 10.10.**

01 53 410-444

cim@onb.ac.at

www.onb.ac.at/cim

Foto: Österreichische Nationalbibliothek/Klaus Pichler

Digital dabei – Miteinander verbunden im Alltag

Online, Zoom-Link: caritas-at.zoom.us/j/92162891849

7. **7.10., 11 bis 12 Uhr**

Der Plauderraum schafft digitale Begegnungsräume gegen Einsamkeit und fördert digitale Teilhabe im Alter. Freiwillige moderieren niederschwellige Online-Gespräche, an denen Senior:innen unkompliziert teilnehmen, neue Kontakte knüpfen und digitale Formate kennenlernen können.

Keine Anmeldung erforderlich

www.plauderraum.at

Plauderraum

Gesundheit digital
Nutzen und Nutzung digitaler Gesundheitstools

Frauengesundheitszentrum FEM Med
Reumannplatz 7, 1100 Wien

7. **7.10., 13 bis 15 Uhr**

In diesem Workshop für Männer und Frauen zeigen wir Ihnen, wie Sie Ihr Mobiltelefon für Ihre Gesundheit nutzen können. Gemeinsam werden einfache digitale Gesundheitsdienste ausprobiert, Beispiele angeschaut und praktische Tipps gegeben. Keine Vorkenntnisse notwendig – bringen Sie einfach Ihr Handy mit!

Max. 16 Teilnehmer:innen, **Anmeldung bis 30.9.**

01 890 2222

office@femmed.at

www.femmed.at

informiert • gesund
F·E·M·Med
Frauengesundheitszentrum

Vortrag der Polizei zur digitalen Sicherheit

Grätzlzentrum WienZimmer Gartenstadt, im Karl-Seitz-Hof
Jedleseerstr. 66-94/36/2 (Ecke Dunantgasse), 1210 Wien

7. **7.10., 15 bis 17 Uhr**

Die Computer- und Internetkriminalität steigt von Jahr zu Jahr. Die digitale Welt wird immer komplexer. Computer und Internet gehören zum täglichen Leben und werden vielseitigst verwendet aber kaum einer schützt sich vor den bestehenden Gefahren.

Max. 18 Teilnehmer:innen, **Anmeldung bis 28.9.**

0676 8289-400 55

wienzimmer@fsw.at

www.wienzimmer.fsw.at

Der Zugang ist nicht barrierefrei.

WIEN ZIMMER

Senior:innentage an der Digital Austria Servicestelle Wien

Untere Donaustraße 13–15, 1020 Wien

8. **8., 15., 22.10, 8 bis 11 Uhr und 13:30 bis 16:30 Uhr**

15.
22.

Die Servicestelle bietet neben der Registrierung der ID Austria auch Unterstützung bei der Fertigstellung der ID Austria sowie eine erste Einführung in die Nutzung digitaler Verwaltungsservices.

Bitte beachten Sie, dass die ID Austria Registrierung bei der Servicestelle nur für Personen mit österreichischem Reisepass oder Personalausweis möglich ist. Nicht-österreichische Staatsangehörige werden gebeten, sich für Ihr Anliegen an die zuständige Landespolizeidirektion oder das Finanzamt zu wenden.

Max. 35 Teilnehmer:innen, **Anmeldung bis 28.9. bzw. 12.10.**

01 40 126-422 für die Vormittagstermine (ÖSB)
01 319 40 12 für die Nachmittagstermine (PVÖ Wien)

www.digitalaustria.gv.at/services

ID Austria ÖSB Um Jahre voraus. PENSIONISTEN VERBAND WIEN

Behördenwege online erledigen

VHS Simmering, Gottschalkgasse 10, 1110 Wien

8. **8.10., 15 bis 17 Uhr**

Neben wichtigen Behördenwegen erfahren Sie in dieser Informationsveranstaltung, wie Sie digitale Amtswege einfach online erledigen. Sie lernen die Funktionen von ID Austria kennen, Dokumente elektronisch zu signieren und Services wie Finanz-Online und weitere Portale zu nutzen.

Max. 20 Teilnehmer:innen, **Anmeldung bis 5.10.**

simmering@vhs.at

www.vhs.at/de/e/simmering

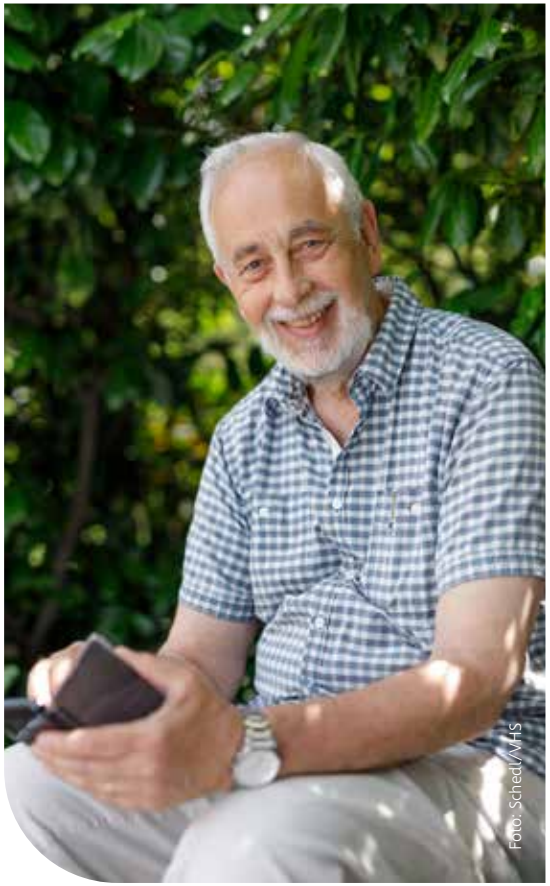
Foto: Schedl/VHS

Gut geschützt durch die Digitale Welt

Kuratorium für Verkehrssicherheit
Schleiergasse 18, 1100 Wien

8. **8., 15., 19., 27.10., 14:30 bis 16:30 Uhr**

15.

19.

27.

Die Digitalisierung bringt viele Vorteile, aber auch Risiken mit sich. Der Workshop vermittelt Senior:innen praxisnahe Informationen und leicht umsetzbare Tipps, um vor den häufigsten Betrugsformen zu bewahren.

Max. 15 Teilnehmer:innen, **Anmeldung bis 5.10.**

05 77 077-1950

senioren@kfv.at

www.kfv-aktionen.at/gut-geschuetzt-durch-die-digitale-welt

Foto: iStock/Rockaa

Digitale Selbstverteidigung im Alltag – Schutz vor Betrug und Fake News

Tageszentrum Anton Benya
Arndtstraße 67 (Erdgeschoss), 1120 Wien

8. **8.10., 13:30 bis 15 Uhr**

Sicher im digitalen Alltag: Erfahren Sie, wie Sie Betrug per E-Mail, WhatsApp („Enkeltrick 2.0“) und im Internet erkennen. Der Vortrag erklärt typische Tricks verständlich und zeigt einfache Schutzmaßnahmen, damit Sie Smartphone und Internet selbstbewusst und sicher nutzen können. Im Anschluss gibt es Kaffee und Kuchen.

Max. 30 Teilnehmer:innen, **Anmeldung bis 2.10.**

01 981 212 620

tageszentrum-antonbenya@wiso.or.at

www.wienersozialdienste.at/tageszentrum-anton-benya/

Wiener Sozialdienste
Gemeinsam. Für Menschen.

Foto: Age Without Limits/Centre for Ageing Better

Digitale Welt – mein Nutzen: Digitale Senior:innen und Wiener Wohnen informieren

wohnpartner Grätzl-Zentrum Bassena 10
Ada-Christen-Gasse 2 (Eingang: Alaudagasse/U1), 1100 Wien

12. **12.10., 10:30 bis 12:30 Uhr**

Die digitale Welt bietet viele Werkzeuge, die unser tägliches Leben erleichtern und bereichern. Gemeinsam mit der Servicestelle „Digitale Senior:innen“ werfen wir einen Blick auf die Möglichkeiten, die uns die moderne Technik bietet. Im zweiten Teil stellt Wiener Wohnen das neue Kund:innenportal vor und gibt einen Überblick, welche zentralen Services den Mieter:innen rund um die Uhr zur Verfügung stehen.

Max. 20 Teilnehmer:innen, **Anmeldung bis 7.10.**

05 75 75 75

zielgruppen@wrw.wien.gv.at

Stadt Wien | Wiener Wohnen
digitaleSenior:innen – Servicestelle für Bildungseinrichtungen
wohnpartner – Für die Stadt Wien

Was ist KI und wie kann sie mir im Alltag nützlich sein?

VHS polycollege Margareten Wieden
Johannagasse 2, 1050 Wien

13. **13.10., 9 bis 12 Uhr**

In diesem Einführungskurs lernen Sie, was Künstliche Intelligenz ist und wie sie den Alltag erleichtern kann. In drei leicht verständlichen Einheiten entdecken wir praktische Beispiele, üben den sicheren Umgang und probieren hilfreiche Anwendungen direkt aus.

Max. 8 Teilnehmer:innen, **Anmeldung bis 9.10.**

01 89174 105 000

johannagasse@vhs.at

www.vhs.at/polycollege

VHS POLYCOLLEGE MARGARETEN WIEDEN

Fragestunde Smartphone

Wiener Hilfswerk – Nachbarschaftszentrum 22
Rennbahnweg 27/Stg. 2–3/R1 (Eingang Austerlitzgasse), 1220 Wien

13. **13.10., 10 bis 12 Uhr**

Bringen Sie Ihr Smartphone einfach mit – in dieser Fragestunde sind alle Fragen willkommen! Ob Sicherheit im Netz, Handyfotos, persönliche Einstellungen, WhatsApp oder Social Media: Wir nehmen uns Zeit für Ihre Anliegen und unterstützen Sie gerne.

Max. 8 Teilnehmer:innen, **Anmeldung bis 10.10.**

01 512 36 61-3650

nbz22@wiener.hilfswerk.at

www.nachbarschaftszentren.at/standorte/nbz22

HILFSWERK
NACHBARSCHAFTSZENTREN

Workshop KI – Kompetenz im Alltag

Grätzlzentrum WienZimmer Gartenstadt im Karl-Seitz-Hof
Jedleseerstr. 66-94/36/2 (Ecke Dunantgasse), 1210 Wien

13. **13.10., 10 bis 12 Uhr**

Dieser Workshop ist für alle, die neugierig auf Künstliche Intelligenz sind – ganz ohne Vorkenntnisse, ohne Technikjargon, ohne Berührungsängste. KI ist längst im Alltag angekommen: in der Suchmaschine, im Smartphone, im Kundendienst. Aber was steckt wirklich dahinter? Und wie kann ich das für mich nutzen ohne auf die Sicherheit meiner Daten zu verzichten?

Max. 25 Teilnehmer:innen, **Anmeldung bis 28.9.**

0676 828 94 0055

wienzimmer@fsw.at

www.wienzimmer.fsw.at

Der Zugang ist nicht barrierefrei.

WIEN ZIMMER

Vortrag: Schon etwas von KI gehört?

Wiener Hilfswerk – Nachbarschaftszentrum 12
Am Schöpfwerk 31/3/R1, 1120 Wien

13. **13.10., 17:30 bis 19 Uhr**

Überall wird von „KI“ – Künstliche Intelligenz – gesprochen. Was steckt dahinter? Erfahren Sie bei einer informativen Multimedia-Präsentation über die Möglichkeiten, Chancen und Risiken im Umgang mit Künstlicher Intelligenz.

Max. 20 Teilnehmer:innen, **Anmeldung bis 6.10.**

01 512 36 61-3450

nbz12@wiener.hilfswerk.at

www.nachbarschaftszentren.at/standorte/nbz12

HILFSWERK
NACHBARSCHAFTSZENTREN

Foto: Adobe Stock/Mediteraneo

MEMOFIT Gedächtnistraining am/mit Computer

CS CARITAS SOCIALIS
Pramergasse 7, 1.Stock Tageszentrum, 1090 Wien

14. **14.10., 10:30 bis 11:30 Uhr**

„Fit im Kopf“ – mit Memofit haben Sie die Möglichkeit, an einem computergestützten individuellen, ganzheitlichen und abwechslungsreichen Gehirntraining teilzunehmen. Sie werden von unserem Team in einer fröhlichen, entspannten Atmosphäre beim Training begleitet.

Keine Anmeldung erforderlich

Seminarreihe 60+ KI, ChatGPT und Co.

Online-Teilnehmer:innen erhalten nach Anmeldung den Link

15. **15., 16.10., 10 bis 11 Uhr**

16. In diesem Webinar erhalten Wiener:innen 60+ einen kompakten Überblick über KI/ChatGPT und ihre praktischen Einsatzmöglichkeiten im Alltag.

Max. 50 Teilnehmer:innen, **Anmeldung bis 30.09.**

www.wir-bestager.jetzt/ki-webinar-seniorenmonat

Vortrag Cybercrime

Veranstaltungsort wird bei Anmeldung bekannt gegeben

15. **15.10., 16:30 bis 18:30 Uhr**

In Österreich steigen die Anzeigen von „Cybercrime-Delikten“ jährlich. Wissen Sie was Viren, Würmer und Trojaner sind? Was Phishing bedeutet oder wie Sie sicher im Internet einkaufen können? Diese und ähnliche Fragen beantworten die Helfer Wiens in Zusammenarbeit mit der Polizei Wien (Abteilung Kriminalprävention).

Anmeldung bis 14.10.

01 522 33 44

diehelferwiens@wien.gv.at

diehelferwiens.wien.gv.at/vortrag-cybercrime

QR und Cocktails

Pensionist*innenklub
Meidlinger Hauptstraße 4, 1120 Wien

15. **15.10., 14:30 bis 16:30 Uhr**

Lassen Sie sich leckere Drinks bei feiner Musik und netter Gesellschaft schmecken. Die Getränke finden Sie auf keiner Karte sondern digital über unterschiedliche QR Codes.
Wir sind gerne für Sie da und helfen im Bedarfsfall bei der Auswahl.

Anmeldung bis 8.10.

01 313 99 282 141

www.dieklubs.at

Highscore statt Hilfsmittel

tech2people Therapiezentrum
Janis-Joplin-Promenade 24/501, 1220 Wien

16.
30.

16., 30.10., 16:30 Uhr bis 18 Uhr

Die Digitalisierung eröffnet auch in der Physio- und Ergotherapie neue Möglichkeiten. Moderne Therapiegeräte und digitale Anwendungen unterstützen das Wiedererlernen und Erhalten motorischer und kognitiver Fähigkeiten.

Max. 50 Teilnehmer:innen, **Anmeldung bis 13.10.**

0650 45 10 512

therapiezentrum@tech2people.at

www.tech2people.at

Foto: Bartosek

Gesundheitsplausch: Digital und kompetent

Wiener Hilfswerk – Nachbarschaftszentrum 17
Hernalser Hauptstr. 53, 1170 Wien

19.

19.10., 11 bis 12 Uhr

Wissenswertes rund um ELGA, Informationen zu Gesundheitsapps und Zeit für Ihre Fragen.

Anmeldung bis 9.10.

01 512 36 61-3600

nbz17@wiener.hilfswerk.at

www.nachbarschaftszentren.at/standorte/nbz17

Schnupperstunde Computerkurs

Wiener Hilfswerk – Nachbarschaftszentrum 17
Hernalser Hauptstr. 53, 1170 Wien

19.

19.10., 14 bis 16 Uhr

Informationsveranstaltung zu Grundlagen von Windows, Bildbearbeitung und Internet mit Zeit für Ihre Fragen.

Anmeldung bis 16.10.

01 512 36 61-3600

nbz17@wiener.hilfswerk.at

www.nachbarschaftszentren.at/standorte/nbz17

Foto: Adobe Stock/JackF

Vom Depot ins Digitale: Bezirksmuseum neu gedacht

Bezirksmuseum Alsergrund
Währinger Straße 43, 1090 Wien

19. **19.10., 15 bis 16:30 Uhr**

Univ.-Prof.in Dr.in Anja Grebe begleitet Sie durch das Bezirksmuseum Alsergrund und stellt die umfangreiche Sammlung zur Geschichte des Bezirks vor. Ein besonderer Schwerpunkt liegt auf den Schriftstellern Heimito von Doderer und Erich Fried. Sie erfahren, wie Exponate aufbereitet und digital erfasst werden und wie Digitalisierung dazu beiträgt, Sammlungen sichtbar und für Interessierte leichter zugänglich zu machen.

Max. 15 Teilnehmer:innen, **Anmeldung bis 15.10.**

01 4000-09110

post@bv09.wien.gv.at

www.wien.gv.at/alsergrund

Bezirk Alsergrund

Foto: Bezirksmuseum Alsergrund

Sicherheit am Handy und Laptop – Spams, Phishing und Betrugs-E-Mail erkennen

VHS polycollege Margareten Wieden
Johannagasse 2, 1050 Wien

20. **20.10., 9 bis 12 Uhr**

In diesem Kurs lernen Sie, wie sie ihr Handy sicher nutzen. Sie erfahren wie man Spam, Phishing und betrügerische Nachrichten erkennt, Gefahren vermeidet und praktische Schutzmaßnahmen anwendet. Mit vielen Beispielen und Raum für Fragen.

Sicherheitscheck am Smartphone

VHS polycollege Margareten Wieden
Johannagasse 2, 1050 Wien

27. **27.10., 9 bis 12:00 Uhr**

In diesem Kurs lernen Sie, wie Sie ihr Smartphone mit einfachen Einstellungen sicherer machen. Wir aktivieren wichtige Schutzfunktionen, verwalten Berechtigungen richtig und üben praktische Schritte, um das Handy vor unerwünschten Zugriffen zu schützen.

Max. 8 Teilnehmer:innen, **Anmeldung bis 17. bzw. 24.10.**

01 89174 105 000

johannagasse@vhs.at

www.vhs.at/polycollege

VHS POLYCOLLEGE MARGARETEN WIEDEN

Smartphone Workshop
GB*Stadtteilbüro
Haberlgasse 76, 1160 Wien

28. **28.10., 9:30 bis 11:30 Uhr**

Sind die wichtigsten Telefonnummern in Ihrem Handy gespeichert? Wissen Sie, wie Sie Ihre eigene Nummer finden können? Gibt es Kontakte, die Sie nicht mehr benötigen? Und wie erkennen Sie Spam- oder Fake-Anrufe? Wir unterstützen Sie gerne bei diesen Fragen und geben eine verständliche Einführung in die WienMobil-App sowie die Stadt Wien-App.

Keine Anmeldung erforderlich

www.gbstern.at

Gebietsbetreuung Stadterneuerung
Für die Stadt Wien

Was stimmt im Internet? Gesundheitsinfos verstehen und nutzen
Online-Vortrag

30. **30.10., 10 bis 11:30 Uhr**

Immer mehr Gesundheitsinformationen finden sich im Internet, doch nicht alle sind verlässlich. Der Vortrag zeigt verständlich, wie Sie gute von schlechten Quellen unterscheiden, sicher im Netz unterwegs sind und digitale Angebote sinnvoll nutzen. Auch Künstliche Intelligenz wird einfach erklärt.

Anmeldung bis 28.10.

01 60191-5201

kfn.femsued@gesundheitsverbund.at

www.femsued.at

F·E·M·Süd

Gemeinsam was erleben

Senior:innen Nordic Walking Day
Prater Hauptallee
Oswald-Thomas-Platz 1, 1020 Wien

29. **29.9., 10 bis 15 Uhr**

Stöcke in die Hand und los geht's! Beim Senior:innen Nordic Walking Day treffen Bewegung, gute Stimmung und Gemeinschaft aufeinander. Ein Tag zum Aktiv-Sein, Austauschen und Genießen: offen, herzlich und für alle Fitnesslevels geeignet. Mitmachen lohnt sich!

Mehr Infos und Anmeldung zum Wettlauf:

www.kwp.at/pensionistenklubs/die-klubs-laden-zum-8-nordic-walking-day/

Die Pensionist*innen Klubs
Für die Stadt Wien

Foto: Die Pesionist*innen Klubs

Yoga mit Sahne- das genussvolle Yogaevent

Yogastudio H1, Hormayrgasse 1, 1170 Wien
(der Eingang ist neben dem Juweliergeschäft)

1. **1.10., 10 bis 12 Uhr**

Hier verbindet sich Wohltat für den Körper mit Wohltat für die Seele. Zuerst entspannte Yogastunde und danach geht es gemeinsam ins Café nebenan, wo nach Herzenslust geplaudert werden darf! Als Sahnehäubchen
gibt es zu jedem gekauften Getränk eine kleine Mehlspeise gratis dazu!

Max. 14 Teilnehmer:innen, **Anmeldung bis 30.9.**

0660 4884438

tanja.feldbacher@web.de

www.kukurma.at

KUKURMA
yoga · mind · grow

Info-Nachmittag: Freiwillig engagieren per Telefon – wie geht das?

Kirchenschiff der Caritas
Siebenbrunnenfeldgasse 22-24, 1050 Wien

1. **1.10., 15 bis 17 Uhr**

Möchten Sie sich freiwillig engagieren – ganz bequem von zu Hause aus? Dann laden wir Sie herzlich zu unserer Plauder-netz-Infoveranstaltung ein. Bei Kaffee und Kuchen erfahren Sie, wie Sie als Plauderpartner:in ganz einfach telefonisch Zeit und Freude schenken können.

Max. 30 Teilnehmer:innen, **Anmeldung bis 30.9.**

05 1776 105

hallo@plaudernetz.at

www.plaudernetz.at/kontakt

Plaudernetz

Führungen durch die Albertina

Albertinaplatz 1, 1010 Wien

Begleiten Sie uns durch unsere aktuellen Ausstellungen! Erfahren Sie von unseren Kunstvermittler:innen die Highlights und Hintergründe der jeweiligen Schau.

01 5348 35 40

k.albertina@albertina.at

www.albertina.at

Führung durch die Ausstellung MONET – PICASSO. Die Sammlung Batliner

1. **1.10., 11 bis 12 Uhr**

Max. 25 Teilnehmer:innen, **Anmeldung bis 30.9.**

Führung durch die Prunkräume

15. **15.10., 11 bis 12 Uhr**

Max. 25 Teilnehmer:innen, **Anmeldung bis 7.10.**

Führung für Demenzbetroffene

22. **22.10., 11 bis 12 Uhr**

Max. 25 Teilnehmer:innen, **Anmeldung bis 21.10.**

ALBERTINA

Foto: Albertina

Führung durch den Wasserturm Favoriten

Wasserturm Favoriten, Windtenstraße 3, 1100 Wien

1. **1.10., 15 bis 16 Uhr**
12.10., 10 bis 11 Uhr

12. Wiener Wasser erklärt die Wiener Wasserversorgung und führt durch den historischen Wasserturm am Wienerberg. Der Aufstieg zur Aussichtsterrasse bildet den Abschluss der Führung.

Max. 35 Teilnehmer:innen, **Anmeldung bis 30.09.**

01 5995 931 006

oeffentlichkeit@ma31.wien.gv.at

www.wien.gv.at/umwelt/wasserturm-favoriten

Der Turm ist nicht barrierefrei.

Foto: Wiener Wasser

Stadt Wien | Wiener Wasser

Plaudern in der Bücherei

Sie wollen neue Menschen kennenlernen, sich mit Nachbar:innen austauschen und selbst erlebte Geschichten hören? Kommen Sie zu „Plaudern in der Bücherei“, dem kostenlosen Angebot der Wiener Gesundheitsförderung – WiG in die Büchereien der Stadt Wien.

Keine Anmeldung erforderlich

www.wig.or.at/termine/plaudern-in-der-buecherei

Bücherei im Bildungszentrum Simmering

Gottschalkgasse 10, 1110 Wien

1. **1., 29.10., 16 bis 18 Uhr**

29.

Bücherei am Leberberg

Rosa-Jochmann-Ring 5/1, 1110 Wien

9. **9.10., 14 bis 16 Uhr**

Bücherei Neues Landgut

Laxenburger Str. 4/1A, 1100 Wien

16. **16.10., 16 bis 18 Uhr**

Bücherei Per-Albin-Hansson-Siedlung

Ada-Christen-Gasse 2B, 1100 Wien

22. **22.10., 14 bis 16 Uhr**

WiG | Für die Stadt Wien

Führungen durch die Heidi Horten Collection
Hanuschgasse 3 (Atrium), 1010 Wien

www.hortencollection.com/programm

Führung: Skandalkunst

5.

5.10., 15 bis 16 und 16:30 bis 17:30 Uhr

Nicht selten empört Kunst, bevor sie begeistert! Diese Tour erstaunt mit Werken, die die Welt erst erschüttert und dann ikonischen Ruhm erlangt haben.

Max. 20 Teilnehmer:innen, **Anmeldung bis 5.10.**

Herz über Kopf

14.

14.10., 15 bis 17 Uhr

Willkommen in der Welt der Gefühle und Erinnerungen. Die gemeinsame Werkbetrachtung regt wertschätzend Gespräche über Lebenserfahrungen an. Im Anschluss wird kreativ gestaltet, Polaroidfotos entstehen als Andenken.

Max. 10 Teilnehmer:innen, **Anmeldung bis 14.10.**

Führung: Elisabeth von Samsonow

21.

21.10., 15 bis 16 und 16:30 bis 17:30 Uhr

Wie fühlt sich Geschichte an, wenn sie durch Materie spricht? Elisabeth von Samsonows kraftvolle Personale entfaltet sich als spannungsreicher Parcours.

Max. 20 Teilnehmer:innen, **Anmeldung bis 21.10.**

HEIDI
HORTEN
COLLECTION

Foto: Ouriel Morgensztern

Sonderführung: Rathaus
Rathaus, Friedrich-Schmidt-Platz 1, 1010 Wien

5.

5., 19.10., 14 bis 15:30 Uhr

19.

Der PVÖ-Wien lädt zu einer Sonderführung ins Wiener Rathaus ein. Dabei erfahren Sie Wissenswertes zum historischen Gebäude und dessen interessante Geschichte. Das Rathaus ist auch eines der bekanntesten Wahrzeichen der Stadt Wien

Max. 35 Teilnehmer:innen, **Anmeldung bis 28.9. bzw. 12.10.**

01 319 40 12

pvoe-wien@pvoe.at

www.pvoe.at/wien

PENSIONISTEN
VERBAND
WIEN

Foto: Trifonov_Evgeniy

Energieberatung für Hauseigentümer:innen im Ruhestand

Servicetreff der Wiener Stadtwerke, Spittelauer Lände 45, 1090 Wien

5. **5.10., 8 bis 16 Uhr**

Ihr Zuhause zukunftsfit machen? Wir beraten Sie persönlich und planen individuell.

Max. 8 Teilnehmer:innen, **Anmeldung bis 28.9.**

0800 500 800

energieberatung@wienenergie.at

www.wienenergie.at

Foto: Wien Energie

Führung durch Allianz Stadion und Vereinsmuseum SK Rapid

Allianz Stadion, Gerhard-Hanappi-Platz 1, 1140 Wien

5. **5.10., 10 bis 11:30 Uhr**

In dieser knapp 90-minütigen Führung erhalten Sie einen Einblick in die Geschichte des SK Rapid. Neben einer ausführlichen Stadiontour durch die wichtigsten Bereiche des Stadions, wie die Kabine, Trainerbank oder die VIP-Loge, erfolgt auch eine Geschichtsstunde über die größten Erfolge des österreichischen Rekordmeisters im Vereinsmuseum.

Max. 20 Teilnehmer:innen, **Anmeldung bis 1.10.**

0676 899 444 79

museum@skrapid.com

Foto: Vereinsmuseum SK Rapid

Los geht's: „Falco Goes Vienna!“
Treffpunkt: „Falco-Stiege“, Rechte Wienzeile 49, 1050 Wien

5. **5.10., 14 bis 16 Uhr**

Die „Falco goes Vienna“ Tour führt zu Schauplätzen aus Falcos Leben – durch den 4. und 5. Bezirk. Der Spaziergang wurde von einer musikbegeisterten Wienerin entwickelt. Es erwartet Sie eine interaktive Rätsel- und Quiztour mit vielen spannenden Einblicken in das Leben des Popstars!

Max. 15 Teilnehmer:innen, **Anmeldung bis 30.9.**

0660 412 24 10

dobner@queraum.org

www.losgehts.wien/tour/falco-goes-vienna

Los geht's: Geführter Spaziergang „Rund um den Flötzersteig!“
Treffpunkt: Am Flötzersteig 4, 1160 Wien

21. **21.10., 10 bis 12 Uhr**

Erleben Sie einen interaktiven Spaziergang mit Quiz- und Rätselelementen rund um den Flötzersteig in Ottakring. Entdecken Sie das ehemalige Kinderspital, die Kuffner Sternwarte, idyllische Wege durch Kleingartensiedlungen und spannende Ausblicke.

Max. 15 Teilnehmer:innen, **Anmeldung bis 14.10.**

0660 412 24 10

dobner@queraum.org

www.losgehts-österreich.at/tour/rund-um-den-floetzersteig/

queraum.
kultur- und sozialforschung

Montagmorgen
Wiener Hilfswerk – Nachbarschaftszentrum 7
Schottenfeldgasse 29/2, 1070 Wien

5. **5., 19.10., 10 bis 12 Uhr**

19. Ein guter Start in die Woche für Körper und Geist. Wir starten mit Mobilitätsübungen für den ganzen Körper im Stehen, Sitzen und Liegen (optional). Im Zeitrahmen von 60 Min. stärken und trainieren wir unsere wichtigsten Muskeln rund um den Stützapparat. Anschließend entspannen und plaudern wir bei Obst, Kuchen und Getränken.

Max. 15 Teilnehmer:innen, **Anmeldung bis 5. bzw. 9.10.**

01 512 36 61-3360

nbz7@wiener.hilfswerk.at

www.nachbarschaftszentren.at/standorte/nbz7

HILFSWERK
NACHBARSCHAFTSZENTREN

Hietzinger Spaziergang
Treffpunkt: Vor dem Amtshaus Hietzing (im Hans-Moser-Park)

6. **6.10., 10 bis 11:30 Uhr**

Zu einem Kultur-Spaziergang durch Hietzing lädt die Bezirksvorstehung Hietzing ein. Flanieren Sie gemeinsam mit Mag. Klaus Daubeck durch die Geschichte unseres Bezirkes und erfahren Sie Wissenswertes von gestern, heute und morgen.

Anmeldung bis 1.10.

01 4000 13115

post@bv13.wien.gv.at

Wir (er)klären alles.

ebswien kläranlage & tierservice Ges.m.b.H.
11. Haidequerstraße 7, 1110 Wien

6. **6.10., 9:30 bis 11:30 und 13 bis 15 Uhr**

Aus dem Auge, aus dem Sinn? Wer den Stöpsel in der Badewanne zieht oder die Klospülung betätigt, denkt nicht unbedingt daran, was danach passiert. Dabei ist es für die Umwelt ganz wesentlich, was im Kanalnetz und damit später in der Kläranlage landet, und wie dort das Abwasser wieder sauber wird.

Max. 18 Teilnehmer:innen, **Anmeldung bis 2.10.**

01 760 99-5601

tour@ebswien.at

www.ebswien.at

ebswien Ein besonderes Service | Für die Stadt Wien

Foto: ebswien

Die Klubs auf der Kaiser Wiesn

Prater, Kaiser Wiesn, Gösserzelt

6. **6.10., 12 bis 17 Uhr**

Aufbrezelt wird. Die Klubs laden Senior:innen zu einem gemeinsamen Wiesnbesuch ein. Musik, gute Stimmung und gemütliches Beisammensein stehen im Mittelpunkt. Ein geselliger Nachmittag im großen Gösserzelt – zum Feiern, Mitsingen und Genießen in bester Gesellschaft.

Eintrittskarten werden in definierten Bezirks-Klubstandorten für die Klubmitglieder und Wiener Senior:innen ausgegeben. Nur persönliche Abholung möglich. Die Liste der Klubstandorte für die Kartenübergabe wird auf der Website veröffentlicht.

www.kwp.at/veranstaltungen/product/kaiser-wiesn-2026/

Die Pensionist*innen Klubs | Für die Stadt Wien

Foto: Die Pensionist*innen Klubs

Sicher durchs Leben: Sturzprävention
VHS Penzing Hütteldorfer Straße 112; 1140 Wien
Bewegungsraum: M.2

6. **6., 13.10., 9 bis 10 Uhr**

13. Mit zunehmendem Alter steigt das Sturzrisiko in alltäglichen Situationen deutlich an. Die Gefahr zu stürzen und sich dabei zu verletzen, lässt sich aber durch ein gezieltes Training deutlich reduzieren. Das Ziel ist mehr Sicherheit im Alltag und einfach mehr Lebensqualität.

Max. 10 Teilnehmer:innen, **Anmeldung bis 1.10.**

01 89 174 – 114 000

penzing@vhs.at

www.vhs.at/de/e/penzing

Rückenfit
SC HAKOAH Sport & Freizeitzentrum
Wehlistraße 326, 1020 Wien

6. **6., 13., 20., 27.10., 10:30 bis 11:30 Uhr**

13. Dehn- und Kräftigungstraining mit Fokus auf Rücken, Rumpf und Haltungsschulung

20.

27. **Keine Anmeldung erforderlich**

www.hakoah.at

Yoga
SC HAKOAH Sport & Freizeitzentrum
Wehlistraße 326, 1020 Wien

6. **6., 13., 20., 27.10., 9:30 bis 10:30 Uhr**

13. Beweglichkeitstraining, Balance und Entspannung

20. **Keine Anmeldung erforderlich**

27.

www.hakoah.at

Lust auf neue Begegnungen beim gemeinsamen Spaziergang?

Raus an die frische Luft, ins Gespräch kommen und neue Menschen kennenlernen – bei unserem gemeinsamen Spaziergang steht das Miteinander im Mittelpunkt. Die Plattform gegen Einsamkeit lädt zu einem Spaziergang in Wien ein! Gemeinsam unterwegs sein und neue Kontakte knüpfen.

Max. 30 Teilnehmer:innen

0676 77 52 562

hallo@socialcity.at

www.plattform-gegen-einsamkeit.at

Blumengärten Hirschstetten
Treffpunkt: 26er Straßenbahnstation Oberfeldgasse, Spargelfeldstraße

6. **6.10., 15:30 bis 17 Uhr, Anmeldung bis 5.10.**

Augarten
Treffpunkt: Gaußplatz, Ecke Bäckerei Prindl

14. **14.10., 15:30 bis 17 Uhr, Anmeldung bis 13.10.**

Wienerberg Erholungsgebiet
Treffpunkt: Straßenbahn 11 Haltestelle: Wienerfeldgasse

22. **22.10., 15:30 bis 17 Uhr, Anmeldung bis 21.10.**

Kurpark Oberlaa
Treffpunkt: U1 Endstation Oberlaa, im Außenbereich beim Ausgang Kurpark Oberlaa

30. **30.10., 15:30 bis 17 Uhr, Anmeldung bis 29.10.**

PLATTFORM GEGEN EINSAMKEIT

Öffi-Ausbau U2xU5

Infocenter U2xU5 | U2xU3 Station Volkstheater, Aufgang Burggasse (Zwischengeschoß neben dem Service Point), Burggasse 1, 1070 Wien

6.
15.

6.10., 15 bis 18 Uhr
15.10., 9 bis 12 Uhr

Bei der Führung durch das Infocenter U2xU5 erhalten die Gäste Einblicke in ein Jahrhundertprojekt des öffentlichen Nahverkehrs. Die Führung verläuft interaktiv.

Max. 20 Teilnehmer:innen, **Anmeldung bis 2. bzw. 9.10.**

01 7909 67230

u2u5@wienerlinien.at

www.wienerlinien.at/u2xu5/infocenter

Foto: Wiener Linien

Kontaktepool Sprachencafé

Wiener Hilfswerk – Nachbarschaftszentrum 15
Sechshauser Straße 76, 1150 Wien

6.
7.
8.

6., 7., 8.10., 17 bis 20 Uhr

Das Sprachencafé macht die sprachliche Vielfalt Wiens sichtbar. Es bringt Menschen mit und ohne Flucht- oder Migrationsgeschichte zusammen. Freiwillige Moderator:innen bieten ihre Erstsprachen an, die Besucher:innen setzen sich an einen Sprachen-Tisch und nehmen am Gespräch teil. So können Sprachen ausprobiert oder Sprachkenntnisse erweitert werden.

www.nachbarschaftszentren.at/kontaktepool-wien/sprachencafé

HILFSWERK NACHBARSCHAFTSZENTREN

Alles Arbeit. Frauen zwischen Erwerbs- und Sorgetätigkeit - Sonderausstellung des hdgö

Haus der Geschichte Österreich
Neue Burg, Heldenplatz, 1010 Wien

7.
20.

7.10., 15:30 bis 17 Uhr
20.10., 16:30 bis 18 Uhr

Was gilt alles als „Arbeit" – und was nicht? Für welche Tätigkeiten werden Menschen bezahlt – und für welche nicht oder nur schlecht? Welche Geschlechterrollen stehen damit in Verbindung? In dieser Führung stehen zentrale Fragen der aktuellen Sonderausstellung des hdgö im Fokus.

Max. 20 Teilnehmer:innen, **Anmeldung bis 5.10.**

01 534 10-799 (Di-Fr 10-18 Uhr)

vermittlung@hdgoe.at

www.hdgoe.at/alles-arbeit

hdgö Haus der Geschichte Österreich

© Foto: Klaus Pichler/hdgö

Führung im Haus der Mode Wien

Haus der Mode- und Bekleidungstechnik
Fütterergasse 1 (Nähe Judenplatz), 1010 Wien

7. **7.10., 17 bis 18:30 Uhr**

Wir öffnen die Schauräume für Mode und Kunst!

Max. 60 Teilnehmer:innen, **Anmeldung bis 2.10.**

01 24 5 24

Vorsorgen in der Natur – Naturbestattung Waldesruh

Naturbestattung Waldesruh in Breitenfurt
Treffpunkt am Parkplatz der Wiener Hütte 307, 2391 Kaltenleutgeben
Shuttlebus ab Bahnhof Liesing möglich.

7. **7.10., 11:30 bis 12:30 Uhr**

Zeit im Wald bedeutet Ruhe und Verbundenheit mit der Natur. Bei einer geführten Begehung des Waldfriedhofs Waldesruh erfahren Sie, was eine Naturbestattung im Biosphärenpark Wienerwald ausmacht. Wir informieren über Bestattung unter Bäumen, persönliche Vorsorgemöglichkeiten und beantworten Ihre Fragen in ruhiger, wertschätzender Atmosphäre.

Anmeldung bis 1.10.

01 50 195 28 840

office@bestattungwaldesruh.at

www.bestattungwaldesruh.at

Foto: Harald Larcher

Aktzeichnen einmal ausprobieren!

Die Kunst VHS
Lazarettgasse 27, 1090 Wien

7. **7.10., 10 bis 12 Uhr**

Der menschliche Körper wird mit zeichnerischen Mitteln erfasst. Proportionen und Perspektive, Haltung, Gestik und Mimik sowie der charakteristische Ausdruck eines Modells stehen im Vordergrund. Bitte Zeichenmaterialien mitbringen (können auch vor Ort gekauft werden).

Max. 20 Teilnehmer:innen, **Anmeldung bis 6.10.**

01 89 174 154 000

kvh@vhs.at

www.vhs.at

Wien Museum aus der Ferne

Wien Museum
Karlsplatz 8, 1040 Wien, Treffpunkt Foyer

7. **7.10., 14:30 bis 16:30 Uhr**

Präsentation des Formats „Wien Museum aus der Ferne“: Das Publikum erlebt eine Live-Videoführung aus dem Pratermuseum ins Wien Museum.

Das digitale Vermittlungsangebot wurde 2020 gemeinsam mit den „Häusern zum Leben“ im Rahmen eines Pilotprojekts entwickelt.

Max. 30 Teilnehmer:innen, **Anmeldung bis 30.9.**

01 505 87 47 85180

vermittlung@wienmuseum.at

www.wienmuseum.at/aus_der_ferne

Aquarellmalrunde
Grätzlzentrum WienZimmer Gartenstadt im Karl-Seitz-Hof
Jedleseerstr. 66-94/36/2 (Ecke Dunantgasse), 1210 Wien

7. 14. 21. 28.

7., 14., 21., 28.10., 10 bis 12 Uhr

In dieser Malrunde kommen Malbegeisterte in unterschiedlichen Level zusammen. Jeder bringt seine eigenen Malutensilien mit und arbeitet an seinen eigenen Projekten. Der große Tisch fördert den Austausch mit Tipps und Tricks und Lebensgeschichten.

Max. 15 Teilnehmer:innen, **Anmeldung bis 28.9.**

0676828940055

wienzimmer@fsw.at

www.wienzimmer.fsw.at

Simmeringer Wassergeschichten
Bezirksmuseum Simmering
Enkplatz 2, 1110 Wien

8.

8.10., 14 bis 16 Uhr

Ein gemeinsamer Rundgang durch die Sonderausstellung lädt dazu ein, sich auf kreative Art und Weise mit Aspekten der Bezirksgeschichte auseinander zu setzen, denen bislang wenig Beachtung geschenkt wurde.

Max. 15 Teilnehmer:innen, **Anmeldung bis 1.10.**

0676 81 18 25 411

bm1110@bezirksmuseum.at

www.bezirksmuseum.at

Senior:innengaudi – Musik und Lustiges
Samariterbund Wien
Hollergasse 2-6, 1150 Wien, 3. Stock, Lift vorhanden

8.

8.10., 14 bis 16 Uhr

Musiknachmittag mit humorvollen Momenten.

Max. 50 Teilnehmer:innen, **Anmeldung bis 25.9.**

01 89 145-283

gsd-info@samariterbund.net

„Demenz anders betrachtet“: Erkennen – fühlen – verstehen
FSW-Tageszentrum PLUS Oriongasse
Oriongasse 9, 1110 Wien

8.

8.10., 17 bis 18:30 Uhr

Sind nahestehende Menschen von Demenz betroffen, fühlen wir uns häufig überfordert und belastet. Die Veranstaltung bietet Informationen zu den verschiedenen Formen der Erkrankung und wie der Umgang gelingen kann.

Max. 50 Teilnehmer:innen, **Anmeldung bis 7.10.**

01 24 5 24-30 200

tz-oriongasse@fsw.at

www.tageszentren.at

Kulturspaziergang – Das Schöpfwerk und seine Umgebung

Wiener Hilfswerk – Nachbarschaftszentrum 12
Am Schöpfwerk 31/3/R1, 1120 Wien (im Hof hinter der Apotheke)

8.

8.10., 10 bis 12 Uhr

Von den Innenhöfen des Gemeindebaus über das Alte Schöpfwerk zum Khleslplatz – erfahren Sie Historisches und hören Sie besondere Anekdoten über den Gemeindebau Am Schöpfwerk und seine Umgebung.

Max. 20 Teilnehmer:innen, **Anmeldung bis 1.10.**

01 512 36 61-3450

nbz12@wiener.hilfswerk.at

www.nachbarschaftszentren.at/standorte/nbz12

HILFSWERK
NACHBARSCHAFTSZENTREN

Foto: NBZ 12

Wie beeinflussen Menschenrechte unseren Alltag?

Menschenrechtsbüro der Stadt Wien
Neutorgasse 15, Erdgeschoß, 1010 Wien

8.

8.10., 14 bis 16 Uhr

Ein interaktives Programm mit Informationen über Welt-Menschenrechts-Städte, vor allem über Wien und die Rolle des Menschenrechtsbüros in diesem Kontext.

Max. 20 Teilnehmer:innen, **Anmeldung bis 6.10.**

01 4000 81400

menschenrechtsbuero@post.wien.gv.at

www.menschenrechtsstadt.wien.at

MENSCHEN
RECHTSBÜRO

Kaffee-Plauscherl mit der Grätzelpolizei

Wiener Hilfswerk – Tageszentrum Währing
Gentzgasse 14-20/Stiege 3/ EG, 1180 Wien (Eingang im Innenhof)

8.

8.10., 16 bis 18 Uhr

In gemütlicher Atmosphäre lernen Sie das Angebot des Tageszentrums kennen. Unsere Grätzelpolizei steht zudem für Fragen zur Sicherheit im digitalen Raum zur Verfügung! Kommen Sie einfach vorbei!

Keine Anmeldung erforderlich

www.hilfswerk.at

GROSSE HILFE.
GANZ NAH.

Sicher in den Öffis
U2 Station Stadion/Infopoint

8. **8.10., 9 bis 10 Uhr, 10 bis 11 Uhr, 11 bis 12 Uhr**
19.10., 9 bis 10 Uhr, 10 bis 11 Uhr, 11 bis 12 Uhr

19. Haben Sie sich schon einmal gefragt, welche Anzeigen in einem X-Wagen der U-Bahn wirklich wichtig sind und wie die Noteinrichtungen im Zug und in der U- Bahnstation funktionieren? Bei dieser Führung werden genau diese Details anschaulich erklärt!

Max. 15 Teilnehmer:innen, **Anmeldung bis 5.10.**

017909 45130, 01 7909 45131, 01 7909 45132

praevention@wienerlinien.at

WIENER LINIEN

Gedächtnistraining
Frauengesundheitszentrum FEM, Klinik Floridsdorf
Brünner Straße 68/A3/Top 14, 1210 Wien

9. **9.10., 10 bis 11 Uhr**

Entdecken Sie unsere einfachen und unterhaltsamen Rätselspiele – perfekt für alle, die ihr Gedächtnis spielerisch trainieren möchten. Machen Sie mit und fördern Sie Ihre Konzentration und geistige Fitness!

Anmeldung bis 7.10.

01 277 00-5600

kfl.fem@gesundheitsverbund.at

www.fem.at/kurse/bewegung-entspannung

F·E·M· Frauen Eltern Mädchen

Baklava trifft Apfelstrudel
Haus Augarten
Rauscherstraße 16, 1020 Wien

9. **9.10., 12 bis 16 Uhr**

Die Häuser zum Leben stehen für das gelebte Miteinander, das unsere Stadt so lebenswert macht. Wir bringen Menschen bei Tanz und Musik und kulinarischen Köstlichkeiten zusammen, und gestalten einen Nachmittag der ganz im Zeichen des Miteinanders steht.

Max. 150 Teilnehmer:innen, **Anmeldung bis 5.10.**

01 313 99-170 112

pk@kwp.at

www.dieklubs.at

Die Pensionist*innen Klubs | Für die Stadt Wien

Ehrenamt bereichert
Pensionist*innenklubs für die Stadt Wien, Klub+ All in Essling
Telephonweg 1/3A/1, 1220 Wien

9. **9.10., 15 bis 16 Uhr**

Engagieren Sie sich ehrenamtlich bei den Klubs. Teilen Sie Zeit, Wissen und Erfahrungsschatz und bringen Sie somit Vielfalt in Ihr Leben und in das Leben unserer Senior:innen. Wir unterstützen Ihr Engagement!

Max. 20 Teilnehmer:innen, **Anmeldung bis 9.10.**

01 313 99-292 141

Pk.allinessling@kwp.at

www.dieklubs.at

Die Pensionist*innen Klubs | Für die Stadt Wien

techNOage, ab 15 Uhr Clubbing – DJ Workshop für Senior:innen

Kulturzentrum FLUCC
Am Praterstern 5, 1020 Wien

10. **10.10., 14 bis 21 Uhr**

techNOage – Musik, Stimmung und Offenheit stehen im Vordergrund. Workshop von 14 bis 15 Uhr, ab 15 Uhr Clubbing!

Max. 15 Teilnehmer:innen beim Workshop und
max. 50 Teilnehmer:innen beim Clubbing, **Anmeldung bis 7.10.**

technoagevienna@gmail.com

www.facebook.com/technoageofficial

Archäologische Neuigkeiten aus Wien

Eingang der Kirche St. Peter
Peterspatz, 1010 Wien

12. **12.10., 15 bis 16 Uhr**

Im Rahmen einer Führung werden neue archäologische Ergebnisse aus Wien präsentiert.

Max. 25 Teilnehmer:innen, **Anmeldung bis 1.10.**

0676 8118 81159

ingeborg.gaisbauer@stadtarchaeologie.at

www.stadtarchaeologie.at

Stadt Archäologie Wien Museum

Foto: Stadtarchaeologie

Energiesparberatungen

Servicetreff der Wiener Stadtwerke
Spittelauer Lände 45, 1090 Wien

12. **12.10., 8 bis 16 Uhr**

Unsere Energieberatung unterstützt Senior:innen unabhängig vom jeweiligen Energieanbieter und hilft Ihnen dabei, Ihren Alltag komfortabel zu gestalten und gleichzeitig Ihre Energiekosten zu senken. Wir zeigen Ihnen verständlich und praxisnah, wo sich im Haushalt Strom und Wärme einsparen lassen – ganz ohne große Investitionen. Unsere Expert:innen geben Ihnen konkrete Empfehlungen zu Heizen, Lüften und dem effizienten Einsatz von Haushaltsgeräten.

Max. 25 Teilnehmer:innen, **Anmeldung bis 7.10.**

0800 500 800

energieberatung@wienenergie.at

www.wienenergie.at

WIEN ENERGIE

Mit dem Kontaktbesuchsdienst in das Metro Kinokulturhaus

Metro Kinokulturhaus
Johannesgasse 4, 1010 Wien

12. **12.10., 14:30 bis 17 Uhr**

Mit dem Film „Thelma – Rache war nie süßer“ erwartet Sie eine humorvolle und spannende Actionkomödie, die sich auf überraschende Weise dem Thema Trickbetrug widmet. Der Film erzählt die Geschichte einer Seniorin, die sich zu helfen weiß.

Anmeldung bis 5.10.

01 98121 1730
01 98121 1740

anmeldung@wiso.or.at

www.wienersozialdienste.at/kbd

Wiener Sozialdienste

Finanzworkshop für Senior:innen

Grätzlzentrum WienZimmer Gartenstadt im Karl-Seitz-Hof
Jedleseerstr. 66-94/36/2 (Ecke Dunantgasse), 1210 Wien

12. **12.10., 16:30 bis 18 Uhr**

In diesem Workshop lernen die Teilnehmer:innen alles rund ums Thema Finanzen. Vom finanziellen Überblick bis zur Budgetberatung und die Inflation ist alles mit dabei.

Max. 18 Teilnehmer:innen, **Anmeldung bis 28.9.**

0676828940055
wienzimmer@fsw.at
www.wienzimmer.fsw.at

Vortrag „Blackout“

Treffpunkt wird bei Anmeldung bekannt gegeben

13. **13.10., 16:30 bis 18:30 Uhr**

Für längere Stromausfälle, wie bei einem Blackout, können Sie vorsorgen. Wie könnte ein längerfristiger und großflächiger Stromausfall entstehen? Welche möglichen Folgen hat ein Blackout für die Bevölkerung? Was macht Ihren Haushalt krisensicher? Antworten auf diese und ähnliche Fragen erhalten Sie in diesem Vortrag.

Anmeldung bis 11.10.

01 522 33 44
diehelferwiens@wien.gv.at
diehelferwiens.wien.gv.at/vortrag-blackout

Führungen durch das Belvedere

www.belvedere.at/programm

Mit Kunst in Bewegung kommen

Unteres Belvedere, Rennweg 6, 1030 Wien

13. **13.10., 15 bis 16 Uhr**

Tanzende Körper, vibrierende Vogelflüge und rotierende Maschinen: Die Kunst von Erika Giovanna Klien (1900-1957) setzte die Welt in Bewegung. Als bildende Künstlerin und Pädagogin machte sie den dynamischen Stil des sogenannten Wiener Kinetismus international bekannt. In diesem Rundgang lernen Sie die Gemälde nicht nur durch Betrachtung, sondern auch durch einfache Körperübungen kennen.

Max. 20 Teilnehmer:innen, **Anmeldung bis 13.10.**

Wiener Gold

Oberes Belvedere, Prinz-Eugen-Straße 27, 1030 Wien

22. **22.10., 15 bis 17 Uhr**

Gold ist mehr als Metall – es symbolisiert das Göttliche, formte die Geschichte der Menschheit und gab der Liebe eine neue Farbe. Ausgehend von Gustav Klimts Kuss erfahren Sie mehr über das Gold in der Kunst in Wien um 1900. Im Atelier experimentieren Sie anschließend mit goldenem Blattmetall und gestalten ein edles Souvenir. Ein praxisnaher Workshop für alle, die gerne Neues ausprobieren und den Museumsbesuch kreativ abrunden möchten.

Max. 10 Teilnehmer:innen, **Anmeldung bis 22.10.**

belvedere

Foto: Belvedere Wien/ Quriel Morgensztern

5. Bowlingturnier der Klubs
Motto: Ballermann trifft Bowlingbahn

Bowlinghalle Plus
Beheimgasse 7, 1170 Wien

13. **13.10., 16 bis 20 Uhr**

Generationenverbindendes Bowlingturnier der Pensionist*innenklubs: Wenn Bowlingbahn auf Mallorca-Feeling trifft, ist gute Laune garantiert! Unter dem Motto „Ballermann trifft Bowlingbahn“ kommen Generationen in entspannter Partyatmosphäre zusammen, um gemeinsam zu spielen, zu lachen und sich auszutauschen. Kreative Outfits im Ballermann-Stil sind herzlich willkommen und sorgen für noch mehr Spaß und Urlaubsflair. Zu gewinnen gibt es den begehrten Wanderpokal.

Anmeldung bis 6.10.

01 313 99-170112
pk@kwp.at
www.dieklubs.at

Die Pensionist*innen Klubs | Für die Stadt Wien

Ein Blick hinter die Kulissen der Original Wiener Schneekugelmanufaktur

Original Wiener Schneekugelmanufaktur
Schumanngasse 87, 1170 Wien

13. **13.10., 9 bis 10 Uhr**

Erhaschen Sie einen Einblick in die Produktion der Original Wiener Schneekugel, erfahren Sie die Entstehungsgeschichte und lassen Sie sich von alten und neuen Modellen verzaubern.

Max. 30 Teilnehmer:innen, **Anmeldung bis 12.10.**

01 486 43 41
office@viennasnowglobe.at

Der Zugang ist nicht barrierefrei.

WIENER SCHNEEKUGEL DAS ORIGINAL seit 1900

Schifffahrt in Wien

Schifffahrtszentrum unterhalb der Reichsbrücke (Anlegestelle 6)
Handelskai 265, 1020 Wien

14. **14.10., 10:45 bis 12:45 Uhr**

Während der Schifffahrt auf der eleganten MS Vienna erleben Sie Wiens Skyline aus neuer Perspektive: Millennium Tower, Donauturm, DC Tower, Friedenspagode sowie Donauinsel, Nussdorf, Kahlenbergerdorf und Kuchelau.

Max. 100 Teilnehmer:innen, **Anmeldung bis 28.9.**

Pro Anmeldung maximal 2 Personen. Die Vergabe der Plätze erfolgt ab dem 07.09.2026, 00:00 Uhr in der Reihenfolge des Eingangs der Anmeldungen. Selbstverständlich erhalten Sie nach Ihrer Anmeldung zeitnah eine Rückmeldung über Ihre Teilnahme.

event@ddsg-blue-danube.at
www.ddsg-blue-danube.at

DDSG Blue Danube

Foto: DDSG Blue Danube_RenevanBakel

Die Geschichte des Marktamts und der Wiener Märkte

Marktamtmuseum
Floridsdorfer Markt 5, 1210 Wien

14. **14.10., 9 bis 11 Uhr**

Im Marktamtsmuseum erleben Sie eine Zeitreise durch die Geschichte der Wiener Märkte: Ihre Entwicklung ist tief mit der Wiener Stadtgeschichte verwurzelt und wird durch die Standler:innen, Marktamtler:innen sowie Marktbesucher:innen lebendig gehalten.

Das Museum macht die historische Verbindung für alle Interessierten erlebbar – etwa durch Exponate aus dem Arbeitsalltag vergangener Zeiten.

Max. 25 Teilnehmer:innen, **Anmeldung bis 6.10.**

01 24 5 24

Stadt Wien | Marktamt

Ein Senior:innenchor stellt sich vor

Schutzhaus Meidling
Schutzhausweg 136, 1120 Wien

14. **14.10., 15 bis 16 Uhr**

Sänger:innen des Wiener Senior:innenchors, WIENER OHRWURM OLDIES“, mit Senior:innen aus Wien und Umgebung unterhalten Sie mit beschwingten Liedern von Evergreens, Schlager, Swing, Rock´n Roll bis Musical.

Max. 100 Teilnehmer:innen, **Anmeldung bis 18.9.**

0664 496 14 19

wienerohrwurmoldies@gmail.com

www.wienerohrwurmoldies.at

Ältere Menschen mit Migrationsbiographie in ihren transnationalen Bezügen

Amtshaus Rudolfsheim-Fünfhaus
Gasgasse 8-10, Stiege 1, 1150 Wien

14. **14.10., 9:30 bis 12:30 Uhr**

Der Vortrag beleuchtet die vielfältigen Beziehungen älterer Menschen mit Migrationsbiografie über Ländergrenzen hinweg. Im Mittelpunkt stehen die Chancen und Herausforderungen, die mit diesen transnationalen Verbindungen verbunden sind, sowie ihre Bedeutung für den Alltag und die Lebenssituation der Betroffenen.
Vortragender: Christoph Reinprecht, Universität für Soziologie

Max. 45 Teilnehmer:innen, **Anmeldung bis 13.10.**

www.wien.gv.at/zusammenleben/vortragsreihe-aelterwerden

Stadt Wien | Integration und Diversität

Do it yourself! Wohnungscheck für Senior:innen

VHS KunstHandWerk
Schlossgasse 23, 1050 Wien

14. **14.10., 9 bis 12 Uhr**

Dieser Kurs richtet sich an Senior:innen, die ihre eigene Wohnung sicher und altersgerecht gestalten möchten. Anhand praktischer Beispiele wie Stolperfallen durch Teppiche, Beleuchtung im Wohnraum oder Sicherheit im Bad besprechen wir einfache Verbesserungen. Gerne können ausgedruckte Fotos der eigenen Wohnung mitgebracht werden.

Max. 8 Teilnehmer:innen, **Anmeldung bis 7.10.**

01 89174 105 000

kursanmeldung.polycollege@vhs.at

www.vhs.at/de/e/polycollege

VHS POLYCOLLEGE MARGARETEN WIEDEN

Café für Betroffene und An- und Zugehörige von Demenz

Wiener Hilfswerk – Nachbarschaftszentrum 22
Rennbahnweg 27/Stg. 2-3/R1 – Eingang Austerlitzgasse, 1220 Wien

14. **14.10., 14 bis 16 Uhr**
28. **28.10., 14 bis 16 Uhr**

Im Café Zeitreise treffen sich Menschen, denen das Thema Demenz wichtig ist, zu einem offenen Austausch bei Kaffee, Tee und Kuchen. Nach einem gemeinsamen Beginn gibt es getrennte Gesprächs- und Kreativangebote für Angehörige bzw. Interessierte und für Betroffene, bevor alle den Nachmittag wieder gemeinsam bei einer Jause ausklingen lassen.

Max. 10 Teilnehmer:innen, **Anmeldung bis 12. bzw. 26.10.**

01 512 36 61-3650

nbz22@wiener.hilfswerk.at

www.nachbarschaftszentren.at/standorte/nbz22

Bunte Pflanzenphantasien – Herbstatelier für Jung & Alt

Wiener Hilfswerk – Nachbarschaftszentrum 8
Florianigasse 24, 1080 Wien

14. **14.10., 16 bis 17 Uhr**

Intergenerativer Kreativworkshop mit allerlei Anregungen zum Gestalten mit verschiedenen Pflanzen. Gerne kann auch selbstgesammeltes Naturmaterial mitgebracht werden!

Max. 10 Teilnehmer:innen, **Anmeldung bis 9.10.**

01 512 36 61-3400

nbz8@wiener.hilfswerk.at

www.nachbarschaftszentren.at/standorte/nbz8

Foto: Fotolia/fotoknips

Abschied in Wien

Bestattung Wien GmbH
Simmeringer Hauptstraße 339, 1110 Wien, Speisesaal im 1. Stock

15. **15.10., 14 bis 16 Uhr**

Ein Trauerfall ist immer eine emotionale Ausnahmesituation, denn Trauer und Verlust treffen uns oft unvorbereitet. Die Bestattung Wien informiert Sie in diesem Vortrag, wie Sie vorab vorsorgen können. Thematisiert werden auch Trauerfeier und erste Schritte nach einem Todesfall – mit ausreichend Zeit für Ihre Fragen.

Max. 80 Teilnehmer:innen, **Anmeldung bis 9.10.**

01 50195 28 502

office@bestattungwien.at

www.bestattungwien.at

Foto: Bestattung Wien/HaraldLachner

Mein Gehirn ist öfter auf Reisen

Stadt Wien – Bücherei
Alserbachstraße 11, 1090 Wien

15. **15.10., 10 bis 12 Uhr**

Sie haben Fragen zum Thema Demenz und Demenzprävention? Expertinnen der CS Caritas Socialis Fr. Ilona Müller-Pflegerl (Leitung Tageszentrum) und Fr. Mag.ª Sigrid Steiner (Klinische- und Gesundheitspsychologin) beantworten gerne Ihre Fragen zu Diagnostik, Behandlung und Prävention.

Keine Anmeldung erforderlich

Was tun bei Krankheit im Alter? – Finanzielle Ansprüche bei Pflege- und Unterstützungsbedarf

Frauengesundheitszentrum FEM Med
Reumannplatz 7, 1100 Wien

15. **15.10., 15 bis 16:30 Uhr**

Wenn die Gesundheit nachlässt, tauchen oft viele Fragen zu Unterstützung und finanziellen Ansprüchen auf. Dieser Vortrag gibt einen verständlichen Überblick über wichtige Leistungen bei Krankheit und Pflegebedarf, darunter Pflegegeld und Zuschüsse für die Betreuung zu Hause. Sie erfahren, welche Voraussetzungen gelten und wie Anträge gestellt werden. Ziel ist es, Orientierung zu bieten und vorhandene Ansprüche bestmöglich zu nutzen.

Max. 30 Teilnehmer:innen, **Anmeldung bis 9.10.**

01 890 22 22

office@femmed.at

www.femmed.at

Museum der Illusionen: Staunen erlaubt!

Museum der Illusionen
Wallnerstraße 4, 1010 Wien

15. **15.10., 17 bis 19 Uhr**
22.10., 17 bis 19 Uhr

22.

Tauchen Sie ein in die Welt der Illusionen und optischen Täuschungen! Im Museum der Illusionen erwarten Sie interaktive Exponate, verblüffende Räume und spannende Perspektivwechsel. Ob Ames-Raum, Vortex-Tunnel oder begehbares Kaleidoskop – hier ist nichts so, wie es scheint. Staunen, Lachen und eine magische Überraschung zum Abschluss sind garantiert

Max. 50 Teilnehmer:innen, **Anmeldung bis 14. bzw. 21.10**

01 53 222 55

info@illusionen.at

Backen verbindet: Ein Nachmittag voller Leckereien und Gesprächen

VHS Rudolfsheim-Fünfhaus
Schwendergasse 41, 1150 Wien

15. **15.10., 14:30 bis 16:30 Uhr**

Im Backkurs für Senior:innen bereiten wir gemeinsam einen köstlichen Blech- und Biskuitkuchen zu. In entspannter Atmosphäre lernen Sie Schritt für Schritt das Backen dieser Kuchen. Zum Abschluss genießen wir die frischen Köstlichkeiten und tauschen Erfahrungen aus – eine schöne Gelegenheit, Backfreude und neue Kontakte zu verbinden.

Max. 8 Teilnehmer:innen, **Anmeldung bis 12.10.**

01 891 74 115 000

rudolfsheim@vhs.at

www.vhs.at/rudolfsheim

Nützliche Gegenstände mit 3D-Druck herstellen

VHS polycollege Margareten Wieden
Johannagasse 2, 1050 Wien

15. **15.10., 9 bis 12 Uhr**

In diesem Einführungskurs entdecken Sie, wie einfach sich mit 3D-Druck alltagsnahe, nützliche Gegenstände herstellen lassen. In drei übersichtlichen Einheiten lernen Sie Grundlagen, probieren eigene kleine Projekte aus und erhalten praktische Tipps für den sicheren und kreativen Umgang mit dem 3D-Drucker.

Max. 6 Teilnehmer:innen, **Anmeldung bis 13.10.**

01 891 74 105 000

johannagasse@vhs.at

www.vhs.at/polycollege

Das beste Alter: Finanziell sicher und entspannt im Ruhestand

VHS Simmering
Gottschalkgasse 10, 1110 Wien

15. **15.10., 18 bis 19 Uhr**

In diesem Kurs stärken Sie Ihre finanzielle Sicherheit, erkennen Risiken frühzeitig und lernen praktische Möglichkeiten für eine selbstbestimmte Vorsorge kennen.

Max. 15 Teilnehmer:innen, **Anmeldung bis 8.10.**

simmering@vhs.at

www.vhs.at/de/e/simmering

Spaziergang durch den Kunstpark & Tai Chi

Startpunkt: André Heller Park
An der Oberen Alten Donau 111, 1210 Wien
Am Kunstwerk „Eingang zu den Schätzen“

Endpunkt: ASKÖ WAT Bewegungszentrum Floridsdorf
Pius-Parsch-Platz 6a, 1210 Wien

16. **16., 23.10., 10 bis 11:30 Uhr**

23.

Genießen Sie einen Spaziergang durch den André-Heller-Park an der Alten Donau. Anschließend lädt ein erfahrener Trainer zu Tai Chi ein – sanfte Bewegungen für Körper und Geist.

Max. 18 Teilnehmer:innen, **Anmeldung bis 12.10.**

01 22 600 17

sportangebot@askoewat.wien

www.askoewat.wien/de/fit-gesund-heitssport/sportangebot

Foto: ASKÖ

Pflege für die Psyche: Praktische Werkzeuge für mehr Lebensfreude

Favoritenstraße 83, 1100 Wien, Eingang über Empfang

16. **16.10., 10 bis 12 Uhr**

Die Expert:innen der sozialpsychiatrischen Pflege zeigen anhand praktischer Beispiele, wie schon kleine Veränderungen im Alltag die psychische Gesundheit stärken können.

Max. 15 Teilnehmer:innen, **Anmeldung bis 9.10.**

01 360 64 5902

bpm@volkshilfe-wien.at

www.volkshilfe-wien.at

LGBTIAQ+ Lesung im Klub+ Regenbogentreff

Klub+ Regenbogentreff
Gumpendorfer Straße 117, 1060 Wien

19. **19.10., 14:30 bis 15:30 Uhr**

Queere Geschichten erleben mit dem Regenbogentreff!
Der Klub+ Regenbogentreff lädt herzlich zu einem besonderen Literaturnachmittag ein. Die Mitglieder präsentieren ihre eigenen Texte in verschiedenen Erzählformen. Komm vorbei und lass dich von Vielfalt und Kreativität begeistern! ALLE Lebens- und Liebesweise sind willkommen.

Max. 15 Teilnehmer:innen, **Anmeldung bis 9.10.**

www.kwp.at/pensionistenklubs/klubs/unsere-klubs/regenbogen-treff/

Studieren in der Pension – auch ohne Matura

VHS Ottakring
Ludo-Hartmann-Platz 7, 1160 Wien, im Veranstaltungssaal „Wolke“

19. **19.10., 19 bis 21 Uhr**

Studieren ohne Matura? Das ist auch in der Pension möglich. In dieser Veranstaltung erfahren Sie, wie die Berufsreifeprüfung oder die Studienberechtigungsprüfung den Zugang zu einem Studium eröffnen. Wir informieren über Voraussetzungen, Unterschiede und den Ablauf beider Bildungswege.

Max. 20 Teilnehmer:innen, **Anmeldung bis 19.10.**

01 89 174 116510

Edith.ruisinger@vhs.at

www.vhs.at/ottakring

Führung: Abfallverwertungsanlage Spittelau

MVA Spittelau
Spittelauer Lände 45, 1090 Wien Treffpunkt im Servicetreff

19. **19.10., 10:30 bis 12:30 Uhr**

Ein Kunstwerk. Eine Müllverbrennungsanlage. Ein Wahrzeichen.

Max. 25 Teilnehmer:innen, **Anmeldung bis 14.10.**

0800 500800

tour@wienenergie.at

www.wienenergie.at

Achtung: Die Führung ist nicht barrierefrei. 7 Stockwerke sind ausschließlich über Stiegen zu erreichen.

Foto: Wien Energie

Gemeinsam kochen

Wiener Hilfswerk – Nachbarschaftszentrum 17
Hernalser Hauptstraße 53, 1170 Wien

20. **20.10., 10 bis 12:30 Uhr**

Wir kochen gemeinsam ein vegetarisches, saisonales Gericht. Keine Vorkenntnisse notwendig.

Anmeldung bis 19.10.

01 512 36 61-3600

nbz17@wiener.hilfswerk.at

www.nachbarschaftszentren.at/standorte/nbz17

Foto: Fotolia/Picture-Factory

Gemeinsam statt einsam – Dinner mit Lesung

Grätzlzentrum WienZimmer Gartenstadt im Karl-Seitz-Hof
Jedleseerstr. 66-94/36/2 (Ecke Dunantgasse), 1210 Wien

20. **20.10., 16:30 bis 20 Uhr**

Genießen Sie ein Abendessen in bester Gesellschaft. Vor dem gemeinsamen Dinner sorgt eine kurze Lesung für einen stimmungsvollen Auftakt.

Max. 25 Teilnehmer:innen, **Anmeldung bis 28.9.**

0676 828 940 055

wienzimmer@fsw.at

www.wienzimmer.fsw.at

Gut leben im Grätzl

Ort wird bei Anmeldung bekannt gegeben.

20. **20.10., 14 bis 18 Uhr**

Lernen Sie die Grätzl Teams der Fachgruppe Wien Personenberatung und Personenbetreuung kennen. Mit der Initiative „Gut leben im Grätzl“ bringen Expertinnen und Experten aus den Bereichen mentale Gesundheit, Sport, Ernährung und Personenbetreuung Beratung und Unterstützung direkt in die Wiener Grätzl. Für mehr Wohlbefinden, Gesundheit und Lebensqualität im Alltag.

Anmeldung bis 25.9.

01 51450 2302

personenberatung@wkw.at

www.gutleben.wien

Ein Abend auf der Kuffner-Sternwarte

Kuffner-Sternwarte (Garten)
Johann Staud-Straße 10 (gegenüber Ottakringer Bad), A-1160 Wien

21. **21.10., 18 bis 20 Uhr**

Auf den Spuren von Moriz von Kuffner und der Ringstraßenzeit als Ottakring ein Zentrum astronomischer Spitzenforschung war. Besichtigung der 1886 gegründeten und im Originalzustand erhaltenen Sternwarte. Je nach Wetterlage Beobachtung von Mond, Saturn und anderen Himmelsobjekten mit den historischen Instrumenten.

Keine Anmeldung erforderlich

www.kuffner-sternwarte.at

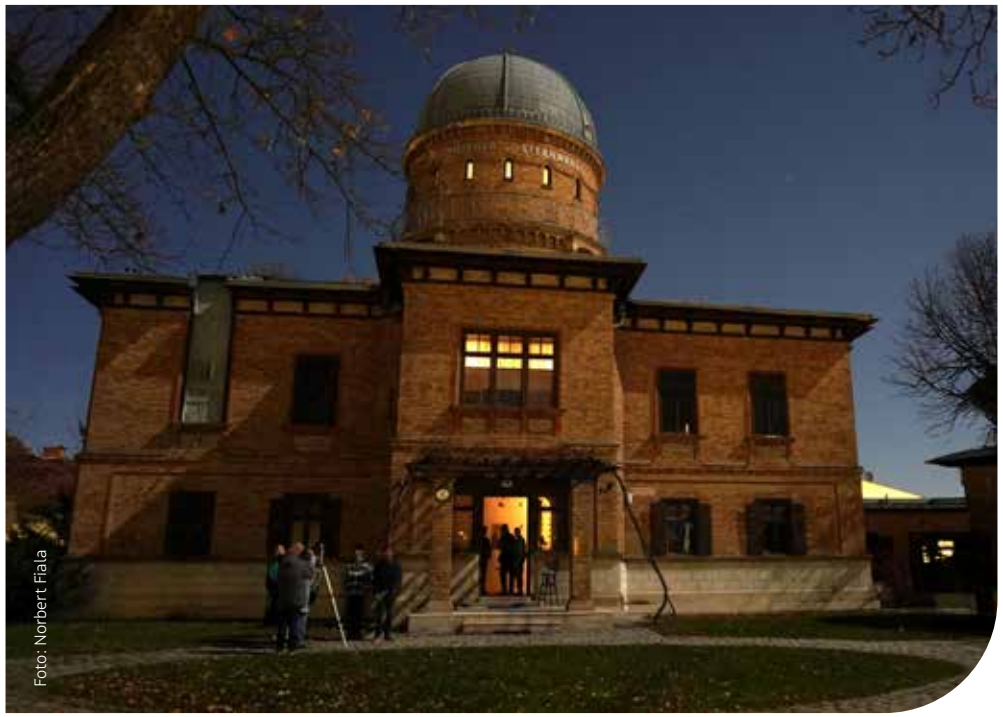

Foto: Norbert Fiala

Von der Mülltrennung zur Kreislaufwirtschaft: Die Wiener Abfallwirtschaft und die 48er

48er-Tandler Margareten
Siebenbrunnenfeldgasse 3, 1050 Wien

21. **21.10., 10 bis 11:30 Uhr**

Die Teilnehmer:innen erhalten spannende Einblicke in die Wiener Abfallwirtschaft und die MA 48. Danach gibt es die Gelegenheit, Fragen zu stellen. Abgerundet wird der Besuch mit einem Rundgang durch den 48er-Tandler.

Anmeldung bis 20.10.

01 4000 48021

besichtigung@ma48.wien.gv.at

www.ticket.wien.gv.at/M48/monatdersenioren26

Stadt Wien | DIE 48ER | Abfallwirtschaft, Straßenreinigung und Fuhrpark

Frauengesundheit in der zweiten Lebenshälfte

Wiener Hilfswerk – Nachbarschaftszentrum 17
Hernalser Hauptstr. 53, 1170 Wien

21. **21.10., 14:30 bis 15:30 Uhr**

Dr. Wolfgang Knogler, Facharzt für Gynäkologie sowie Humangenetik beleuchtet die zentralen Lebensphasen der Frau und die natürlichen Veränderungen des Körpers im Lebensverlauf. Im Mittelpunkt steht die Zeit rund um die Menopause und danach, in der hormonelle, körperliche und persönliche Entwicklungen ineinandergreifen und Gesundheit sowie Lebensqualität prägen.

Max. 20 Teilnehmer:innen, **Anmeldung bis 19.10.**

01 512 36 61-3600

nbz17@wiener.hilfswerk.at

www.nachbarschaftszentren.at/standorte/nbz17

HILFSWERK NACHBARSCHAFTSZENTREN

Musik liegt in der Luft

Altes Rathaus
Wipplingerstraße 8, 2. Stock, Festsaal

22. **22.10., 14:30 bis 17 Uhr**

Songs for happiness und allerlei Lustiges!

Max. 40 Teilnehmer:innen, **Anmeldung bis 15.10.**

01 24 5 24

INNERE STADT BEZIRKSVORSTEHUNG

Demenz im Dialog – Austausch. Vernetzung. Wissen.

Fonds Soziales Wien Bildungszentrum
Bildungsakademie, Erdbergstraße 200, 1030 Wien

22. **22.10., 10 bis 15 Uhr**

Informationen zum Krankheitsbild Demenz, Austausch mit Sozialorganisationen und Überblick über Unterstützungsangebote.

Keine Anmeldung erforderlich

05 05 379-70 400

netz@fsw.at

www.bildungszentrum-wien.at

Pflege- und Betreuungsdienste Fonds Soziales Wien | Für die Stadt Wien

Foto: Gettyimages/Jacob Wackerhausen

Klub66 – Tanz dich glücklich
U4 Vienna
Schönbrunner Str. 222/702, 1120 Wien

22. **22.10., 17 bis 22 Uhr**

Disco, Glitzer und pure Tanzfreude im U4. Der Klub66 bringt tanzbare Musik, legendäres Discofeeling und eine Tanzfläche, auf der Lebensfreude im Mittelpunkt steht. Einfach tanzen, lachen und den Abend genießen.

Anmeldung bis 22.10.

www.klub66.at

Der Zugang ist nicht barrierefrei.

Die Pensionist*innen Klubs | Für die Stadt Wien

Zuhause im Grätzl: Älter werden, wohnen bleiben
Gebietsbetreuung Stadterneuerung für den 22. Bezirk
Attemsgasse 38/3/1C, 1220 Wien

22. **22.10., 17:30 bis 19:30 Uhr**

Welche Möglichkeiten gibt es, auch bei veränderten Lebenssituationen im gewohnten Umfeld zu bleiben? Dieser Abend gibt einen Überblick über bestehende Angebote und Unterstützungsformen. Ein Vortrag des Fonds Soziales Wien (FSW) bietet Einblicke in verschiedene Wohn- und Betreuungsangebote für ältere Menschen. Im Anschluss gibt es Raum für Austausch und persönliche Gespräche.

Keine Anmeldung erforderlich

www.gbstern.at/zuhause-im-graetzl

Gebietsbetreuung Stadterneuerung | Für die Stadt Wien

Chorfestival
Haus Prater
Engerthstraße 255 16, 1020 Wien

22. **22.10., 14 bis 16 Uhr**

Hier treten Hobby- und Klubchöre aus ganz Wien auf und zeigen auf großer Bühne ihr Können.

Kommen Sie vorbei und genießen Sie ein abwechslungsreiches Musikprogramm.

Max. 200 Teilnehmer:innen, **Anmeldung bis 20.10.**

01 313 99-170112

pk@kwp.at

www.dieklubs.at

Die Pensionist*innen Klubs | Für die Stadt Wien

Geh-Café von Wien zu Fuß: Brigittenau im Wandel
Maria-Restituta-Platz, 1200 Wien

22. **22.10., 16 bis 18 Uhr**

Dieser geführte Spaziergang von Wien zu Fuß führt Sie durch den 20. Bezirk. Zum Ausklang des Geh-Cafés gibt es Raum für gute Gespräche bei Erfrischungen und kleinen Snacks. Der Spaziergang findet bei jedem Wetter statt.

Max. 100 Teilnehmer:innen, **Anmeldung bis 18.10.**

www.wienzufuss.at/event/geh-cafe-brigittenau-im-wandel

Foto: Wien zu Fuß

Achtsamer Spaziergang im Grätzl

Wiener Hilfswerk – Nachbarschaftszentrum 16
Stöberplatz 2/3, 1160 Wien

22. **22.10., 10:30 bis 11:30 Uhr**

Spaziergang mit allen Sinnen in Ottakring zum Thema Achtsamkeit.

Anmeldung bis 19.10.

01 512 36 61-3550

nbz16@wiener.hilfswerk.at

www.nachbarschaftszentren.at/standorte/nbz16

HILFSWERK NACHBARSCHAFTSZENTREN

Foto: Adobe Stock/Cyril

Wiener Sicherheitsfest

Rathausplatz, 1010 Wien

25. **25.10. und 26.10., 9 bis 16 Uhr**

26. Beim "Wiener Sicherheitsfest" dreht sich alles um das Thema Sicherheit. "Die Helfer Wiens" präsentieren sich gemeinsam mit den Wiener Hilfs- und Einsatzorganisationen, Abteilungen der Stadt Wien und befreundeten Organisationen. Geboten wird die größte Sicherheitsleistungsschau Österreichs und ein informatives und spannendes Programm für die ganze Familie.

diehelferwiens.wien.gv.at/wiener-sicherheitsfest

Foto: Marlena König

Erste Hilfe für Senior:innen
Johanniter Residenz Schichtgründe
Erna-Musik-Gasse 1, 1210 Wien

23. **23.10., 10 bis 14 Uhr**

Wie erkenne ich einen Schlaganfall? Wie helfe ich bei einem Herzinfarkt? Gerade mit zunehmendem Alter ist es hilfreich auf Notfälle vorbereitet zu sein. Im Erste-Hilfe-Kurs für Senior:innen frischen die Johanniter Ihr Erste-Hilfe-Wissen auf. Neben den lebensrettenden Sofortmaßnahmen erfahren Sie, wie akute Erkrankungen erkannt und in der Praxis versorgt werden.

Max. 15 Teilnehmer:innen, **Anmeldung bis 16.10.**

01 470 70 30 2259

erstehilfe.wien@johanniter.at

Bitte bei der Anmeldung das Kennwort **„Seniorenmonat 2026“** angeben.

JOHANNITER

TSCHUUK-BOX – ein Wunschkonzert zum Mitsingen und Zuahuachn
Bezirksvorstehung Meidling, Ferdinand-Kral-Saal
Schönbrunner Straße 259, 1120 Wien

29. **29.10., 15:30 bis 17:30 Uhr**

Geboten wird eine bunte Mischung aus Evergreens, Schlagern, Lamuahhadscha, Wienerliedern, Volksliedern und noch mehr. Das Besondere daran ist – das Publikum macht das Programm und es wird gemeinsam gesungen.

Max. 30 Teilnehmer:innen, **Anmeldung bis 23.10.**

0664 460 45 33

anna.bolovich@spw.at

„Demenz anders betrachtet“: Was geht noch, wenn nichts mehr geht?
FSW-Tageszentrum PLUS Favoriten
Laaer Wald 1/2/1, 1100 Wien

29. **29.10., 17 bis 18:30 Uhr**

Sind nahestehende Menschen von Demenz betroffen, fühlen wir uns häufig überfordert und belastet. Die Veranstaltung bietet Informationen zu den verschiedenen Formen der Erkrankung und wie der Umgang gelingen kann.

Max. 50 Teilnehmer:innen, **Anmeldung bis 28.10.**

01 24 5 24-30 120

tz-favoriten@fsw.at

www.tageszentren.at

Pflege- und Betreuungsdienste Fonds Soziales Wien
Für die Stadt Wien

Bewegte Momente
Künstlerhaus Vereinigung
Karlsplatz 5, 1010 Wien, Treffpunkt im Foyer bei der Hauptstiege

29. **29.10., 14 bis 16 Uhr**

Djane Johanna & Alice laden Menschen mit Demenz und deren Begleitpersonen ein: Wir flanieren durch die Ausstellungsräume, plaudern und genießen die künstlerische Atmosphäre. Danach begeben wir uns in den Salon wo wir uns mit motivierenden Visuals und Musik zum Tanzen auch mit Rollator und Rollstuhl inspirieren lassen. Inklusive Damen- und Herrenwahl! Zur Stärkung werden Brötchen und alkoholfreie Getränke angeboten.

Max. 10 Teilnehmer:innen inkl. Begleitpersonen, **Anmeldung bis 22.10.**

01 587 96 63 15

kunstvermittlung@kuenstlerhaus.at

www.kuenstlerhaus.at/erleben/barrierefrei-angebote

KÜNSTLERHAUS VEREINIGUNG
KÜNSTLERHAUS

Mental-Health-Spaziergang

Wiener Hilfswerk – Nachbarschaftszentrum 2
Vorgartenstraße 145-157, Stiege 1, EG, 1020 Wien

29. **29.10., 9:30 bis 10:30 Uhr**

Spaziergänge tun Körper, Geist und Seele gut – besonders in netter Gesellschaft. Knüpfen Sie neue Kontakte, entdecken Sie unbekannte Ecken des Bezirks und genießen Sie sanfte Bewegung sowie kleine Übungen an der frischen Luft. Eine wohltuende Auszeit vom Alltag, die für Entschleunigung sorgt und rundum guttut.

Max. 15 Teilnehmer:innen, **Anmeldung bis 22.10.**

01 512 36 61-3200

nbz2@wiener.hilfswerk.at

www.nachbarschaftszentren.at/standorte/nbz2

Foto: AdobeStock/Robert Kneschke

VHS-Senior:innen-Quiz

Pensionist*innenklubs für die Stadt Wien, Klub+ All in Essling
Telephonweg 1/3A/1, 1220 Wien

30. **30.10., 15 bis 17 Uhr**

Pro Quiz spielen 4-er-Teams gegeneinander. Die Gewinner-Teams 1. bis 3. Platz werden prämiert.

Max. 48 Teilnehmer:innen, **Anmeldung bis 29.10.**

01 313 99 170 112

Pk@kwp.at

www.dieklubs.at

Kochkurs: Gesunde Ernährung im Alter

VHS Hernals
Rötzergasse 15, 1170 Wien

30. **30.10., 9 bis 13 Uhr**

Der Kochkurs lädt ältere Menschen ein, ihre Ernährung bewusst, ausgewogen und mit Freude zu gestalten. Im Mittelpunkt stehen einfache, alltagstaugliche Rezepte und praktische Tipps, die speziell auf die Bedürfnisse im höheren Lebensalter abgestimmt sind. Anschließend genießen Sie gemeinsam die frisch zubereiteten Gerichte in entspannter Atmosphäre.

Max. 12 Teilnehmer:innen, **Anmeldung bis 23.10.**

01 89174 117 000

hernals@vhs.at

www.vhs.at/hernals

Foto: VHS

Gemeinsam in den Bezirken

Messe für Gesundheit und Prävention
Wiener Hilfswerk – SkyDome, Schottenfeldgasse 29, 1070 Wien

2. **2.10., 9 bis 16 Uhr**

Gesundheit für alle! Vorträge, Schnupper-Workshops, Gesundheitsstraße mit gratis Fit-Card, Gesundheitsberatung und Selbsthilfe.

Senior:innen-Sprechstunde Ottakring
Bezirksvorstehung Ottakring, Richard-Wagner-Platz 19, 1160 Wien

7. **7.10., 10 bis 12 Uhr**

Die Senior:innen-Sprechstunde mit Kaffee und Kuchen bietet Ihnen die Möglichkeit mit Bezirksvorsteherin Stefanie Lamp und Vertreter:nnen des Bezirksparlaments zu sprechen, Fragen zu stellen und sich auszutauschen.

Senior:innentag Floridsdorf
Pius-Parsch-Platz, 1210 Wien

7. **7.10., 11 bis 16 Uhr**

Ein umfangreiches Programm wartet auf die Senior:innen des Bezirkes mit Senior:innen-Sprechstunde des Bezirksvorstehers Georg Papai.

Margaretner Senior:innentag
Amtshaus Margareten (Festsaal, 2. Stock), Schönbrunner Straße 54, 1050 Wien

8. **8.10., 13 bis 17 Uhr**

Informationen, Beratung, Musik und vor allem Spaß für alle Margaretner:innen ab 60 Jahren.

Anmeldung bis 7.10.

01 4000 05110

post@bv05.wien.gv.at

Tag der offenen Tür - Willkommen im Klub
Pensionist*innenklubs für die Stadt Wien
Rennbahnweg 27/Passage 12, 1220 Wien

8. **8.10., 13 bis 16:30 Uhr**

Lernen Sie den neugestalteten Klub kennen!

Senior:innennachmittag Penzing
Bezirksvorstehung Penzing, Hütteldorfer Straße 188, Pav. 1, 1140 Wien

15. **15.10., 15 bis 17 Uhr**

Neugierige und aktive Penzinger*innen 60+ erwartet ein abwechslungsreicher Nachmittag mit Infoständen, Beratung und Vorträgen.

Informationstag „Selbstbestimmt im Alter“
Amtshaus Währing
Martinstraße 100, 1. Stock und 2. Stock, 1180 Wien

20. **20.10., 15 bis 18 Uhr**

Information zu Vorsorge und Pflege, Wohnen, Sicherheit und Freizeit im Alter direkt von den zuständigen Organisationen.

Pop-Up Pensionist:innenklub
Bezirksvorstehung Penzing, Hütteldorfer Straße 188, Pav. 1, 1140 Wien

21. **21.10., 14 bis 17 Uhr**

Lernen Sie die Pensionist*innenklubs kennen und entdecken Sie das vielfältige Angebot inklusive Smartphone-Stammtisch und Registrierung der ID-Austria.

Senior:innentag Brigittenau
Haus der Begegnung Brigittenau, Raffaelgasse 11, 1200 Wien

23. **23.10., 13 bis 17 Uhr**

Entdecken Sie vielfältige Informationsangebote und erleben Sie ein abwechslungsreiches Programm, das das Engagement der Brigittenauer:innen sichtbar macht.

Senior:innenbeauftragte
der Stadt Wien

Monat der Senior:innen

1. bis 31. Oktober 2026

Das gesamte Programm mit weiteren Veranstaltungen und aktuellen Informationen finden Sie online unter **kalender.seniorinnen.wien.** Aktivieren Sie dafür den Filter **„Monat der Seniorinnen“.**

Bleiben Sie informiert!

Die Senior:innenbeauftragte der Stadt Wien, Sabine Hofer-Gruber, setzt sich mit Engagement und Herz für Ihre Anliegen ein. Sie ist Vermittlerin zwischen der Bevölkerung, den Institutionen und der Politik.
Als Impulsgeberin und strategische Gestalterin der Altersfreundlichkeit in Wien trägt sie Senior:innen-relevante Themen in alle Lebensbereiche.

Mehr Informationen unter **www.seniorinnen.wien** und auf Facebook: **www.facebook.com/WienerSeniorInnenbeauftragte**

Wien für Senior:innen
Fonds Soziales Wien

Für die Stadt Wien