

#11 | Frühjahr 2023

Gesundheitswoche von 13.-18. März

Frühjahrsprogramm GRÄTZLeben

Ostermarkt 24. & 25. März

zur
freien
Entnahme

www.GRÄTZLeben.at | [instagr.am/graetzleben](https://www.instagram.com/graetzleben) | [fb.com/graetzleben](https://www.facebook.com/graetzleben) | Nothartgasse 40

GRÄTZLeben Hietzing

Das Vereinsmagazin von und für Hietzinger*innen



GRÄTZLherz 

Ostermarkt /23

Fr. 24. März 14-18 Uhr

Sa. 25. März 10-18 Uhr

Im GRÄTZLherz, Nothartgasse 40

Handgemachte Osterdeko, Zauberladen, Igor Nähwerkstatt, Kaffee, der Belgier Bier, Keramik, Geschnitztes, Naturkosmetik Delikatessen aus den italienischen Abruzzern, Chocofalla, Schokolade, Essig, Öle, Obst, Säfte u.v.m.



Inhalt

- 4** Der Verein | GRÄTZLeben
- Einkaufen**
- 6** Alt-Hietzing
- 8** Lainz
- 10** Ober St. Veit
- 12** Speising
- 14** Unter St. Veit
- 16** Kulinarik
- 18** Gesundheitswoche
- 20** Hietzing erzählt
- 22** Vernetzungspartner*innen
- 24** Kultur
- 26** Sport
- 27** Bildung
- 28** Soziales
- 30** Bücher
- 31** Hietzing schreibt
- 32** Menschen
- 34** Veranstaltungskalender

Foto: Karo Pernegger



Editorial

Liebe Leserin, lieber Leser!

Mit der 11. Ausgabe des Magazins starten wir ins Frühjahr 2023. Der Frühling ist jene Jahreszeit, in der viel in Bewegung kommt. Die Natur blüht auf. Wir Menschen werden wieder aktiver. Bei der Generalversammlung (näheres siehe S. 4) habe wir beschlossen, dass wir auch das Magazin beleben wollen. Ihnen ist sicherlich schon die neue Farbe am Cover aufgefallen. Das etwas dunkle Tannenbaumgrün ist einer helleren Grünton gewichen. Dies soll zum einen die positive und warmherzige Atmosphäre im Verein, zum anderen die Energie zur Mitgestaltung unserer Hietzinger Grätzl symbolisieren. Außerdem holen wir ab sofort die Mitglieder, die sich bisher gerne hinter mir als Obmann versteckten, mehr vor den Vorhang. Einige unserer ehrenamtlichen Mitarbeiter*innen werden auf Seite 20 vorgestellt. Und wenn Sie diese auch persönlich kennenlernen wollen, dann empfehle ich Ihnen den Besuch einer unserer

zahlreichen Veranstaltungen (siehe S. 34). Das nächste Veranstaltungshighlight lässt auch nicht lange auf sich warten. Von Montag, 13. März bis Samstag, 18. März findet wieder unsere Gesundheitswoche statt (S. 18), welche ihren Höhepunkt am Samstag mit der Gesundheitsmesse von 10-18 Uhr im GRÄTZLherz hat. Hier können Sie einfach vorbeikommen und das vielfältige Gesundheitsangebot in Hietzing kennen lernen. Oder Sie besuchen uns am Ostermarkt in der Nothartgasse 40 (siehe links & S. 5). Eine Bitte zum Abschluss: Wenn Sie das gelesene Magazin nicht mehr benötigen, schenken Sie es bitte einer Person ihres Vertrauens weiter. Das hilft uns bekannter zu werden und spart gleichzeitig auch noch kostbares Papier. DANKE!

- Christopher Hetfleisch

Impressum

Medieninhaber: GRÄTZLeben Hietzing
 Verein zur Förderung des Zusammenlebens
Herausgeber: Christopher Hetfleisch
Anschrift: Nothartgasse 40
Telefon: 0676 44 67 266
E-Mail: magazin@GRÄTZLeben.at
Homepage: www.GRÄTZLeben.at
Verlags- und Herstellungsort: Wien

Hersteller: Donau Forum Druck Ges.m.b.H.
Redaktion: Katharina Bauer, Christopher Hetfleisch, Christine Lewandowski, Christine Pasterk, Alexandra Steiner, Carina Zabini
Grafik: Florian Schinnerl & Sarah Fuchs
Coverbild: Hermes Villa, Lainzer Tiergarten
Fotos und Inhalt: Wenn nicht anders angegeben von GRÄTZLeben Hietzing, den dargestell-

ten Protagonist*innen. Die Inhalte wurden genau recherchiert. Dennoch erfolgen alle Angaben ohne Gewähr. Der Herausgeber übernimmt keine Haftung für eventuelle Nachteile oder Schäden, die aus den Inhalten resultieren.
Auflage: 8.000 Stück
 Das Magazin ist online aufrufbar unter: gratzleben.at/Angebote/Magazin

Generalversammlung

Am Donnerstag, den 26. Jänner, fand die Generalversammlung unseres Vereines statt. Dabei legte der Vorstand den Jahresabschluss vor und es wurde ein neuer Rechnungsprüfer gewählt. Das Hauptaugenmerk lag allerdings auf der Jahresplanung 2023. Und wir haben wieder viel vor: einmal im Monat den Kulturfreitag um 19 Uhr in Kooperation mit BunterLebenHietzing, die **Gesundheitswoche** (Seite 18), der **Ostermarkt** (S. 2), der **Kinderflohmarkt** (S.24), die **Familienolympiade** (3. Juni ab 14 Uhr) und der **Weihnachtsmarkt** (1.&2.12), um nur einige Highlights zu nennen.

Des Weiteren war das Wachstum unseres Vereines Thema. Aktuell haben wir 61 Mitglieder. Erika (Danke Oma!) ist das am weitest entfernte Mitglied. Zusätzlich unterstützen uns aktuell 34 Unternehmen als außerordentliche Fördermitglieder. Danke für die Unterstützung. An dieser Stelle auch vielen Dank an unsere zahlreichen Kooperations- und Netzwerkpartner*innen im Bezirk.



© Thomas Werchota

Vereinsfinanzen

Unsere Kalkulation für 2022 legten wir zum Glück sehr vorsichtig an. Auf Ausgabenseite lagen wir mit 42.443,81 € unter den budgetierten 45.000€. Die höchsten Posten waren das Vereinslokal (25.094,46€) und die Druckkosten für die 4 Magazine (14.366 €). Der Plan für 2022 sah vor, dass wir kostendeckend arbeiten. Dies gelang uns beinahe, denn der Jahresabschluss weist einen Verlust von nur 1.134,5 € auf. Die Einnahmen aus Mitgliedsbeiträgen, Spenden, Unkostenbeiträgen und Raumnutzungsgebühren betragen 41.309,31 €. Subventionen von der Stadt Wien erhält unser Verein leider nicht. Dafür wäre der Bezirk zuständig, doch dieser unterstützt keine Vereine, in denen aktive Bezirksrät*innen im Vorstand sind. 2023 gilt es also noch mehr Mitglieder und Unterstützer*innen zu gewinnen, damit wir in die schwarzen Zahlen kommen und das Darlehen für den Umbau des Lokals in Höhe von 90.000 € zurückzahlen können. Daher: **MITGLIED WERDEN – MITGLIED WERBEN**

So können wir uns finanzieren

- MIT** 500 Fördermitglieder à 10€/Monat
- ODER** 250 Einpersonenernehmen à 20€/Mt.
- ODER** 125 Klein- und Mittelbetriebe à 40€/Mt.
- ODER** 50 000 € Spenden/Subventionen



Spendenkonto: GRÄTZLeben Hietzing
Verein zur Förderung des Zusammenlebens
Bankinstitut: Bank Austria
IBAN: AT 27 1200 0100 3018 3031

Scannen Sie den QR-Code einfach mit Ihrer Bank-App!

Mitglied werden – Mitglied werben

Wie bereits beschrieben sind wir ein Mitgliederverein, der sich zu 100% durch Mitgliedsbeiträge, Spenden und Unkostenbeiträgen selbst finanziert. Dies gibt uns zwar auf der einen Seite Unabhängigkeit und viele Freiheiten. Auf der anderen Seite ist der finanzielle Aufwand allerdings enorm, trotz tausender ehrenamtlichen Stunden (bei uns bekamen 2022 nur die Praktikant*innen eine Aufwandsentschädigung für ihre Tätigkeiten).

Daher läuft nun bis zum 31.März unsere Initiative „Mitglied werden – Mitglied werben“ (Seite 35). Falls du es noch nicht bist – kannst du jetzt selbst Fördermitglied werden (nur 10€/Monat) und eine Person anwerben, schon erhältst du als Dankeschön den gemütlichen GRÄTZLeben Hoodie im Wert von 69€ von uns geschenkt. Zusätzlich verlosen wir am 6. April beim Spieleabend um 18 Uhr unter all unseren Mitgliedern (alte und neue) drei kostenlose Partys im GRÄTZLherz (Raum und Getränke) für maximal 20 Personen im Wert von 300€. Die Anmeldeformulare für Mitglieder (private Personen und Unternehmen) gibt es ausgedruckt im GRÄTZLherz und auch online unter: www.GRÄTZLeben.at/Mitgliedschaft-Spenden



Ostermarkt folgt Weihnachtsmarkt

Gemeinsam mit Alexandra Steiner von der Initiative BunterLebenHietzing organisieren wir wieder den Ostermarkt im GRÄTZLherz. Am Freitag, den 24.März (14-18Uhr), und am Samstag, den 25.März (10-18 Uhr), gibt es den gemütlichen Markt in wohliger Atmosphäre im GRÄTZLherz. Die diversen Aussteller*innen sind gut aufeinander abgestimmt und sorgen für ein vielfältiges Sortiment: GRÄTZLeben Vereinsstand (Osterschmuck, Mehlspeisen), Nähwerkstatt Verein Igor, Schnitzarbeiten, Keramikunst, Gefilztes, Osterdekoration, Geschenkkörbe, Chocofalla-Produkte, Obst, Essige, Öle, Liköre, der-Belgier Bier, Weine, Köstlichkeiten aus den Abruzzen, Kaffee und vieles mehr. Den Ostermarkt veranstalten wir vor allem, um die großartigen Grätzlbetriebe in Hietzing zu unterstützen. Diese sichern unsere Nahversorgung und machen den besonderen Charme von unserem Bezirk aus. Außerdem bieten sie noch echte Beratungsgespräche an und nehmen sich Zeit für Gespräche mit ihren Kund*innen. Da wir von den Standler*innen keine Standgebühr verlangen, freuen wir uns natürlich besonders, wenn bei unserem Vereinsstand eingekauft wird. Dort fließt stets der gesamte Umsatz direkt an den Verein.



Nothartgasse 40
Fr., 24.3. 14-18h &
Sa., 25.3. 10-18 Uhr

Raumnutzung GRÄTZLherz



Das GRÄTZLherz Vereinslokal ist als erweitertes Wohnzimmer für alle Hietzinger*innen gedacht. Daher stellen wir die Räumlichkeiten gegen eine Nutzungsgebühr gerne zur Verfügung. Einige Personen haben dieses Angebot bereits angenommen. Aufgrund der diversen Räume (großer Hauptraum, Teeküche, Beratungsraum, Spiel- & Partykeller) und vielseitiger Nutzbarkeit dieser, gab es bereits ganz unterschiedliche Veranstaltungen: Kindergeburtstage, Taufen, Vernissagen, Yoga, Workshops, Seminare, Kaffeeverkostungen, Filmabende, Vorträge, Malkurse und Entspannungsgruppen.

Der Raum kann aus rechtlichen Gründen ausschließlich von Mitgliedern (10€ Mitgliedsbeitrag/Monat) für private Veranstaltungen genutzt werden. Die Nutzungsgebühr liegt im Normalfall bei 30€/Stunde.

Spieleabend

14-tägig findet bei uns der Spieleabend statt. Von 18 bis mindestens 21 Uhr wird gemeinsam gespielt, geplaudert und gelacht. Dabei lernt man nicht nur neue Spiele kennen, sondern auch neue Freunde. Aktuell besuchen sechs Personen regelmäßig den Spieleabend. Diese würden sich aber sehr über Zuwachs freuen. Aufgrund der Räumlichkeiten ist es nämlich möglich an mehreren Tischen gleichzeitig unterschiedliche Spiele zu spielen. Außerdem verfügen wir auch über einen „Spiel- und Partyraum im Keller“. Dieser ist mit einem Tischtennistisch, einem Wuzzler und einer Dartscheibe bestens ausgestattet. Der Spieleabend ist kostenlos und Getränke gibt es gegen freie Spende. Gerne können auch Spiele ausgeborgt oder eigene Spiele mitgebracht werden.

Die nächsten Termine: 2.März, 16.März, 30. März, 6.April, 20.April, 4.Mai, 18.Mai und 1.Juni.



© fotostube.at



Sportorthopädie

Neues aus dem Sportorthopädie Zentrum

Eine Physikalistin mit Schwerpunkt Nervenleitgeschwindigkeit Messung und Akupunktur und eine Spezialistin für interventionelle Schmerztherapie und Wundmanagement vervollständigen das konservative Behandlungskonzept und ergänzen das Ärzteteam aus sechs Orthopäden mit unterschiedlichen Spezialgebieten.

Es werden sowohl akute als auch chronische Verletzungen sowie Abnutzungsercheinungen und Arthrose behandelt.

Um den Behandlungserfolg und die Heilung optimal zu beeinflussen, werden altbewährte Methoden wie Physiotherapie, Osteopathie, Podotherapie und Diätologie mit innovativen Ansätzen wie Mental Coaching und Shoulder Pacer Training und mit bioregenerativen Therapien wie Eigenblut-, Stoßwellen-, LASER-, Magnetolith- und hyperbarer Sauerstofftherapie ergänzt.

So kehren Sie möglichst rasch in den Alltag, ins Berufsleben und zu Ihrem Sport zurück! Tipp: Das Team um Dr. Lanz bietet in der Hietzinger Gesundheitswoche Schnupperangebote an (näheres auf Seite 18 & 19).



Sportorthopädie Zentrum
EKAZENT Hietzing
 Web: sportortho-zentrum.at
 Tel.: 01 361 55 38

Essen & Trinken

- Bioparadies**; Altgasse 23a; Bio-Produkte und vegane Mittagsmenüs
Web: bioparadies.at; Tel.: 0699 10 47 6273
- Das Alt**; Altgasse 18
Restaurant; Web: das-alt.at; Tel.: 0664 991 249 62
- Maxingstüberl**; Maxingstraße 7; Gasthaus; Web: maxingstuberl.at;
Tel.: 0676 41 26 126
- Feinkost Rumpel**; Hietzinger Hauptstraße 13
Feinkost seit 1928; Web: rumpel.at; Tel.: 01 877 34 20
- Nook Café**; Altgasse 12
Cafe; Tel.: 0677 62 79 33 96
- Vom Fass**; Lainzer Straße 7; Öle, Essig und Getränke
Web: vomfass-hietzing.at; Tel.: 0664 88 51 2212
- Waldemar Tagesbar**; Altgasse 6
Tagesbar; Web: waldemar-tagesbar.at; Tel.: 0664 36 16 127
- 1130 Wein Vinothek**; Lainzer Straße 1
Vinothek; Web: 1130wein.at; Tel.: 0699 180 000 02

Gesundheit, Freizeit & Fitness

- Zahnarzt Dr. Emmerich Josipovich**; Hietzinger Hauptstraße 24
Web: www.zahnarzt-josipovich.at; Tel.: 01 876 69 66
- Keramik-Fabrik**; Maxingstraße 3-5
Keramik selbst gestalten; Web: keramik-fabrik.at
- Sportorthopädie Zentrum**; Hietzinger Hauptstraße 22/D/23
Orthopädie & Physiotherapie; Web: sportortho-zentrum.at; Tel.: 01 361 55 38
- Therapieambulanz AST Wien**; Trauttmannsdorffgasse 3a
Ambulante Systemische Therapie; Web: lasf.at; Tel.: 01 478 63 00
- Gelenk-Zentrum Hietzing**; Lainzer Straße 16; Tel.: 01 890 05 03
Orthopädie und Physiotherapie Web: gelenk-zentrum.at
- Ernährungsberatung Mag. Christine Pasterk**; Elisabeththalle 61-63;
Web: medizinamkueniglberg.at/christine-pasterk; Tel.: 01 877 23 47-0
- Kami Skincare - DR. med. Kerstin Schallaböck im Concept Store - Super**; Mittermayergasse 6; Web: kami-skincare.com

Handwerk & Reparatur

- CoutureWerkstatt Alexandra Gogolok-Nagl**; Altgasse 16
Damenschneiderin; Web: couturewerkstatt.eu; Tel: 0680 30 35 773
- Gold n' n' Guitars**; Maxingstraße 2
Gitarren; Web: gitarrenwerkstatt.at; Tel.: 01 877 49 80
- Mister Minit**; Hietzinger Hauptstraße 22
Schlüssel- und Schuhreparatur; Tel.: 01 876 25 36
- M2 - Rahmenkunst**; Maxingstraße 2; Rahmen und Kunst
Web: m2korbei.at; Tel.: 0660 688 16 11

Shopping & Einkauf

- Checkpoint Damenmode**; Hietzinger Hauptstraße 10-16
Fairtrade Mode; Web: checkpoint-hietzing.at; Tel.: 01 877 58 87
- Come In Geschenkboutique**; Lainzer Straße 21
Schmuck, Uhren & Accessoires; Tel.: 01 876 53 44
- Fischer Spiele**; Hietzinger Hauptstraße 22
Spielwarenhandlung; Web: fischerimnetz.at
- Fuchs Geschenke & Accessoires**; Hietzinger Hauptstraße 22
Web: fuchs-shop.at; Tel.: 01 876 46 81
- Gigi Fritz Geschenksideen**; Lainzer Straße 1
Geschenkboutique; Tel.: 01 879 88 62
- Itzi Bieni**; Maxingstraße 2
Der kleine bunte Kinderladen; Web: itzibieni.at; Tel.: 0650 370 46 31
- mathu MODEDESIGN & MODEWERKSTATT**; Maxingstraße 11
Brautmodengeschäft; Web: mathu.at; Tel: 01 879 34 45
- Reformhaus Weiboltshammer**; Hietzinger Hauptstraße 23
Reformhaus; Web: weiboltshamer.at; Tel.: 01 879 25 43
- Schmuckdesign Petra Exenberger**; Altgasse 13
Schmuckdesign; Web: pe-schmuckdesign.at; Tel.: 0699 17 760 888
- AUST Fashion Wien 13**; Hietzinger Hauptstraße 16
Modengeschäft; Web: austfashion.com; Tel.: 0660 94 13 195
- Larifari**; Eduard-Klein-Gasse 19
Bekleidungsgeschäft für Erwachsene; Tel.: 01 876 23 70
- First Class - Second Hand**; Maxingstraße 4; Modengeschäft; Web: first-class-secondhand.at; Tel.: 01 877 1722

Sonstiges

- Blumenhaus Hietzing**; Hietzinger Hauptstraße 11
Floristik; Web: blumenhaus-hietzing.at; Tel.: 01 876 90 54
- Blumen Weisz**; Maxingstraße 70
Blumengeschäft; Web: blumen-weisz.at; Tel.: 01 877 25 36
- Sabine's Wollboutique**; Maxingstraße 4a; Fachgeschäft für Handarbeit
Web: sabines-wollboutique.at; Tel.: 0664 252 58 85
- Need for Sweets**; Maxingstraße 4a/1
Süßwarengeschäft; Web: needforsweets.at; Tel.: 0699 14 05 44 79
- Zauberladen**; Altgasse 11
Stoffe und Accessoires; Web: zauber-laden.at; Tel.: 0676 75 02 333
- Harnisch Consultancy**; Altgasse 8-10/3; Unternehmensberatung
Web: haukeharnisch.com; Tel.: 0664 202 60 74
- SkinConcept**; Wattmannsgasse 12/5
Schönheitssalon; Web: skinconcept.at; Tel.: 0676 61 73 766
- LernQuadrat**; Hietzinger Kai 5/5; Nachhilfe
Web: lernquadrat.at; Tel.: 01 879 95 95

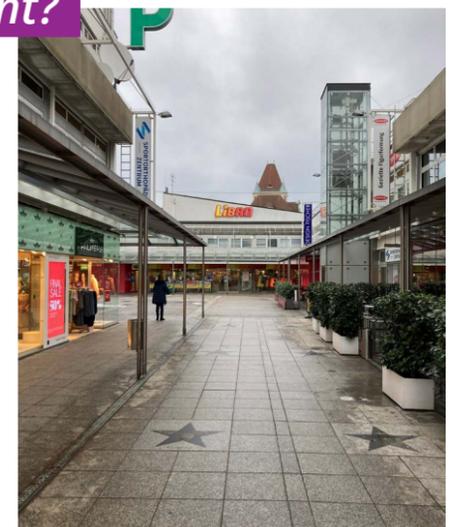
80. Ball der Vereinigung der Alt-Hietzinger

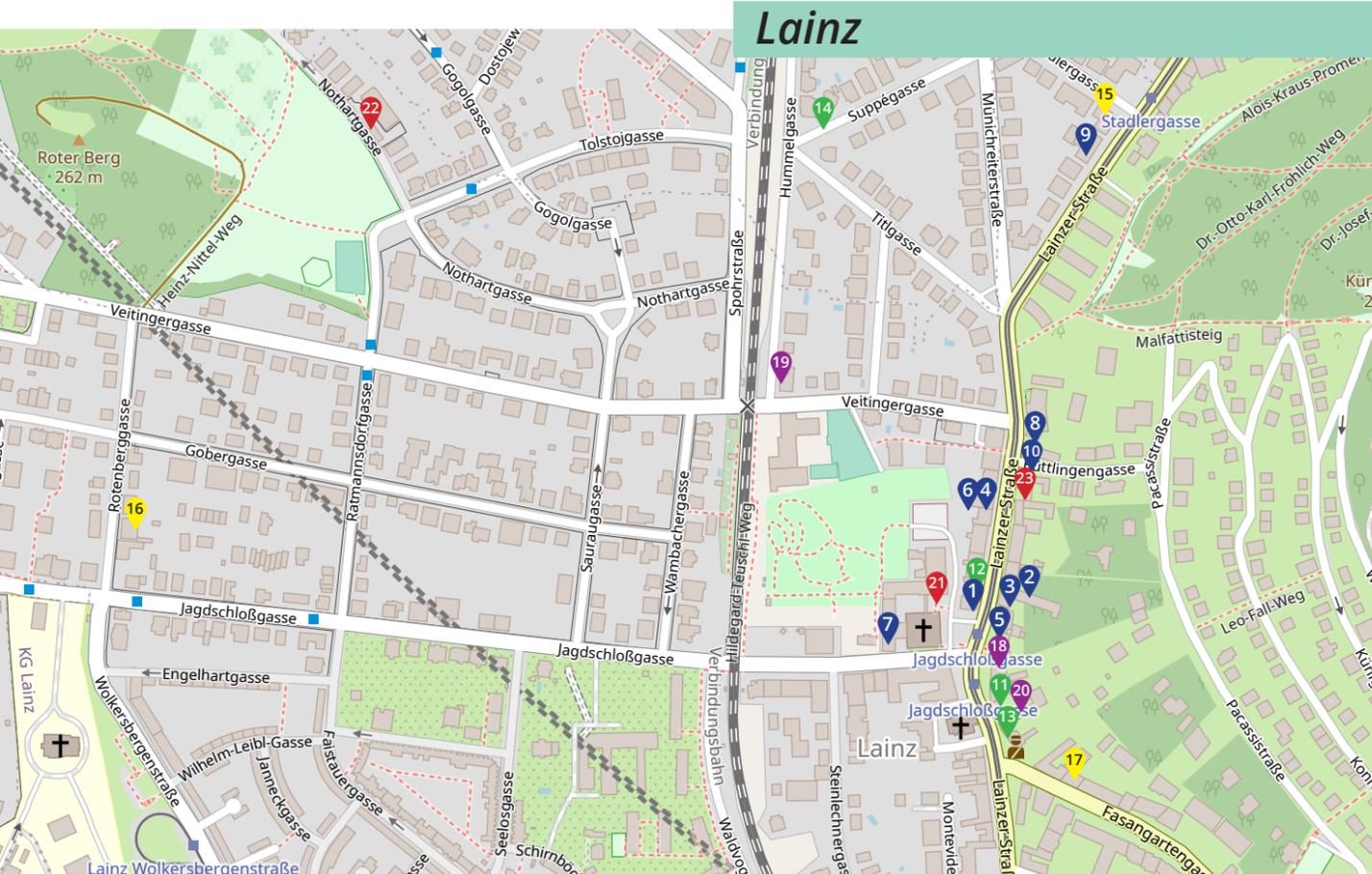


Nach zweijähriger coronabedingter Pause fand im Jänner der traditionelle Ball der Alt-Hietzinger statt. In Magazin #9 (S. 20) berichteten wir bereits über die Gründungsgeschichte der Vereinigung. **Bereits im Vorverkauf war die große Freude darauf zu spüren.** Das wunderschöne Ambiente im Parkhotel Schönbrunn, gepaart mit einem groß aufspielenden Ballorchester unter der Leitung von Wolfgang Steubl sorgten für beschwingte Ballgäste. Auch die zahlreichen Schüler*innen der BG13 Fichtnergasse und des GRG13 Wenzgasse kamen dank DJ Alex in der Disco im Souterrain auf ihre Kosten.

Quo vadis Hietzinger Ekazent?

Besorgte GRÄTZLeben Magazin Leser*innen kontaktierten uns kurz vor Redaktionsschluss mit ihren Sorgen. Das Hietzinger Ekazent steht unmittelbar vor einem größeren Umbau. Die ersten Vorböten sind schon sichtbar. Das kleine, aber feine und qualitativ hochwertige Gutmann's hat bereits zugesperrt. Die Aussicht auf eine lange Bauphase und der damit verbundenen Einschränkungen des Schanigartens sollen dazu geführt haben. Der Pop-Up Store von Sillermakronen ist abgewandert und kooperiert nun mit Anton's Tafel. Die bisher größte Veränderung ist die Fusion von Fischer Design und Fischer Spiele, welche nun im umgebauten Spielwarengeschäft zu finden sind. Aber größere Veränderungen sollen folgen. Die Gerüchte mehren sich, dass der bisherige Libro einer Billa-Filiale weichen soll. Nun schlagen Anrainer*innen Alarm und sorgen sich u.a. um die kleinen Nahversorger*innen im Grätzl wie z.B. Feinkost Rumpel, Bioparadies und Weiboltshamer. Die Anrainer*innen wollen sich nun zusammenschließen und das vielleicht Unmögliche möglich machen und alternative Vorschläge ausarbeiten (z.B.: Kulturangebote wie ein Kino, Museum oder Theaterhaus). Haben auch Sie Interesse an Alternativen zu arbeiten, dann schreiben Sie eine E-Mail an: christine.antonina@gmx.net





Lainz

BioHamster – Foodcoop für Hietz-

Die Foodcoop (Lebensmittelkooperative) BioHamster erstrahlt in neuem Glanz! Wir haben unser Lager erneuert und vergrößert, um mehr Platz für unsere Vereinsmitglieder und fair produzierte, biologische, saisonale und regionale Lebensmittel zu schaffen. Derzeit machen 100 Hietzinger*innen in unserem selbstorganisierten Verein mit, und bringen sich tatkräftig ein.

Auch im Jahr 2023 steht Spannendes am Programm! Es sind Speisereisen geplant, wo wir unsere Produzent*innen und Lieferant*innen kennenlernen und kulinarische Köstlichkeiten verkosten werden. Auf Plena-Treffen werden gemeinsame Entscheidungen getroffen und wir freuen uns schon sehr darauf, wieder Feste zu feiern! Als Highlight 2023 wollen wir eine Grätzloase vor unserem Lager realisieren, die alle Hietzinger*innen zum Verweilen und Plaudern einlädt.

Bist du neugierig geworden auf die Foodcoop BioHamster, und möchtest du selbstorganisiert in einem Verein hochwertige Produkte direkt von lokalen Bauernhöfen, Gärtnereien, Imkereien, etc. beziehen? Dann findest du mehr Informationen auf unserer Homepage. Bei unseren alle 2 Wochen stattfindenden Info-Abenden stellen wir uns und die Foodcoop vor und beantworten deine Fragen.



Lainzerstraße 123A/Top2
Web: biohamster.at
Tel.: 0676 30 45 599

Essen & Trinken

- Bäckerei Schwarz;** Lainzer Straße 134
Bäckerei; Web: bswien.at; Tel.: 01 804 46 57
- Hüftgold;** Lainzer Straße 131,
Konditorei; Web: hüftgold.wien; Tel.: 01 3949496-13
- Familie Reiter;** Lainzer Straße 131,
Web: familiereiter.org; Tel.: 01 802 54 80
- Harrer Eis;** Lainzer Straße 130
Eisdiele; Web: harrer.com; Tel.: 0676 91 16 988
- Fruchtinsel;** Lainzer Straße 135; Obst & Gemüse
- Tête-à-Tee;** Lainzer Straße 130
Teesalon; Web: teesalon.at; Tel.: 0699 10 19 0666
- Café daskardinal;** Kardinal-König-Platz 3
Web: daskardinal.at; Tel.: 01 804 75 93
- Wambacher;** Lainzer Straße 123
Restaurant; Web: wambacher.co.at; Tel.: 01 804 83 66
- WOK'in;** Lainzer Straße 84
Asiatisches Restaurant; Tel.: 01 877 17 05
- Neighbor Coffee;** Lainzer Straße 123A,
Café und Mehlspeise; Web: neighborcoffee.at

Gesundheit, Freizeit & Fitness

- Neoptik;** Lainzer Straße 141
Augenoptiker; Web: neoptik1130.at; Tel.: 01 804 81 16
- Wolfgang Mayr - Praxis für Physiotherapie;** Lainzerstraße 134/10
office@physiotherapie-mayr.at; www.physiotherapie-mayr.at
- Kinesiologie-Praxis Krainhöfner Claudia;** Lainzerstraße 141 Tür 2-3
Web: komplementaere-energetik.at; Tel.: 0676 721 41 17
- Hausärztin Dr. med. Kerstin Schallaböck;** Suppegasse 12;
Web: schallaboec.at; E-Mail: ordination@schallaboec.at

Handwerk & Reparatur

- Cycle Factory;** Stadlergasse 1
Alles rund ums Fahrrad; Web: cycle-factory.at; Tel.: 01 923 66 90

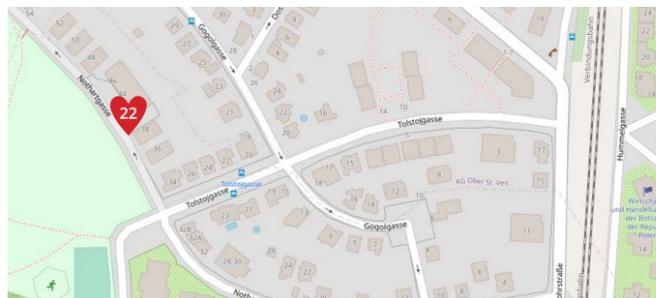
- Hitec Sports;** Rotenberggasse 6
Alles rund ums Fahrrad; Web: hitec-sports.at; Tel.: 01 879 60 06
- Schuhreparatur und Schlüsseldienst TigEd;** Fasangartengasse 3
Schuhreparatur und Schlüsseldienst; Tel.: 0650 42 00 134

Shopping & Einkauf

- Captain Jean;** Lainzer Straße 137
Bekleidungsgeschäft; Web: captainjean.at; Tel.: 01 804 81 05
- das kisterl;** Hummelgasse 2
Außergewöhnliche Feinkost; Web: daskisterl.at; Tel.: 01 890 87 61
- Lainzer Grätzlbuchhandlung;** Lainzer Straße 141
Bücher und Schreibwaren; Web: graetzbuchhandlung-lainz.at
Tel.: 01 803 91 39

Sonstiges

- Kardinal König Haus;** Kardinal-König-Platz 3
Bildungszentrum; Web: kardinal-koenig-haus.at; Tel.: 01 804 75 93
- GRÄTZLherz - Ort der Herzensbildung;**
Vereinslokal der Nachbarschaft; Web: graetzelben.at; Tel.: 0676 44 67 266
- Foodcoop Biohamster;** Lainzerstraße 123A/Top2
Einkaufsgemeinschaft für regionale Bio-Lebensmittel
Web: biohamster.at; Tel.: 0676 30 45 599



Familie Reiter



Lainzerstraße 131/Innenhof
Web: familiereiter.org
Tel.: 01 802 54 80

„Das war doch das Hudriwudri..?“ stellen einige im Innenhof der Lainzer Straße fest, bevor sie das neue Lokal „familie reiter“ betreten. Der Gastraum wirkt wie ein Wohnzimmer. Ab 08:00 Uhr gibt's Hornig Kaffee, Frühstück und frisch gebackenen Kuchen oder BIO Öfferl Mehlspeisen. Wie bei Oma zu Hause steht pünktlich ab halb 12 das Mittagessen auf dem Tisch: Saisonale Vorspeisen wie veganes Kürbis-Tartar als auch klassische Wohlfühlgerichte wie cremige Schinkenleckerl wechseln wöchentlich die Mittagskarte. Den ganzen Tag werden auch salzig oder süße Frühstücksgerichte wie grüne Eier oder der arme Reiter serviert. Lukas kocht großteils mit Zutaten, die von Bio-Landwirt*innen und heimischen Betrieben stammen. Serviert wird das Essen mit den Worten „Lass es dir schmecken!“, denn nach der Frage „Wir sind hier per Du. Außer, Sie wollen das nicht!“ kennt man sich meistens schon mit Vornamen. Gefeiert wird abends nur am ersten Freitag im Monat ab 17 Uhr oder bei geschlossenen Gesellschaften. Mitte März wird es ein Jahresfest geben – 1 Jahr familie reiter! Alle Infos findest du auf Instagram, Facebook und www.familiereiter.org

Vielfältige Begegnungsangebote gegen Einsamkeit

Es gibt viele Lebenssituationen, die einsam machen: Ein Umzug, der Tod eines Partners, Pflege von Angehörigen, Nachlassen von Körper und Geist, um nur einige zu nennen. Die Initiative „MITEINANDER im demenzfreundlichen Hietzing“ organisiert und fördert unterschiedliche Angebote, um Einsamkeit – nicht nur bei Menschen mit Vergesslichkeit – zu bekämpfen und Begegnungen zu ermöglichen. Folgende Angebote gibt es bereits in Hietzing:

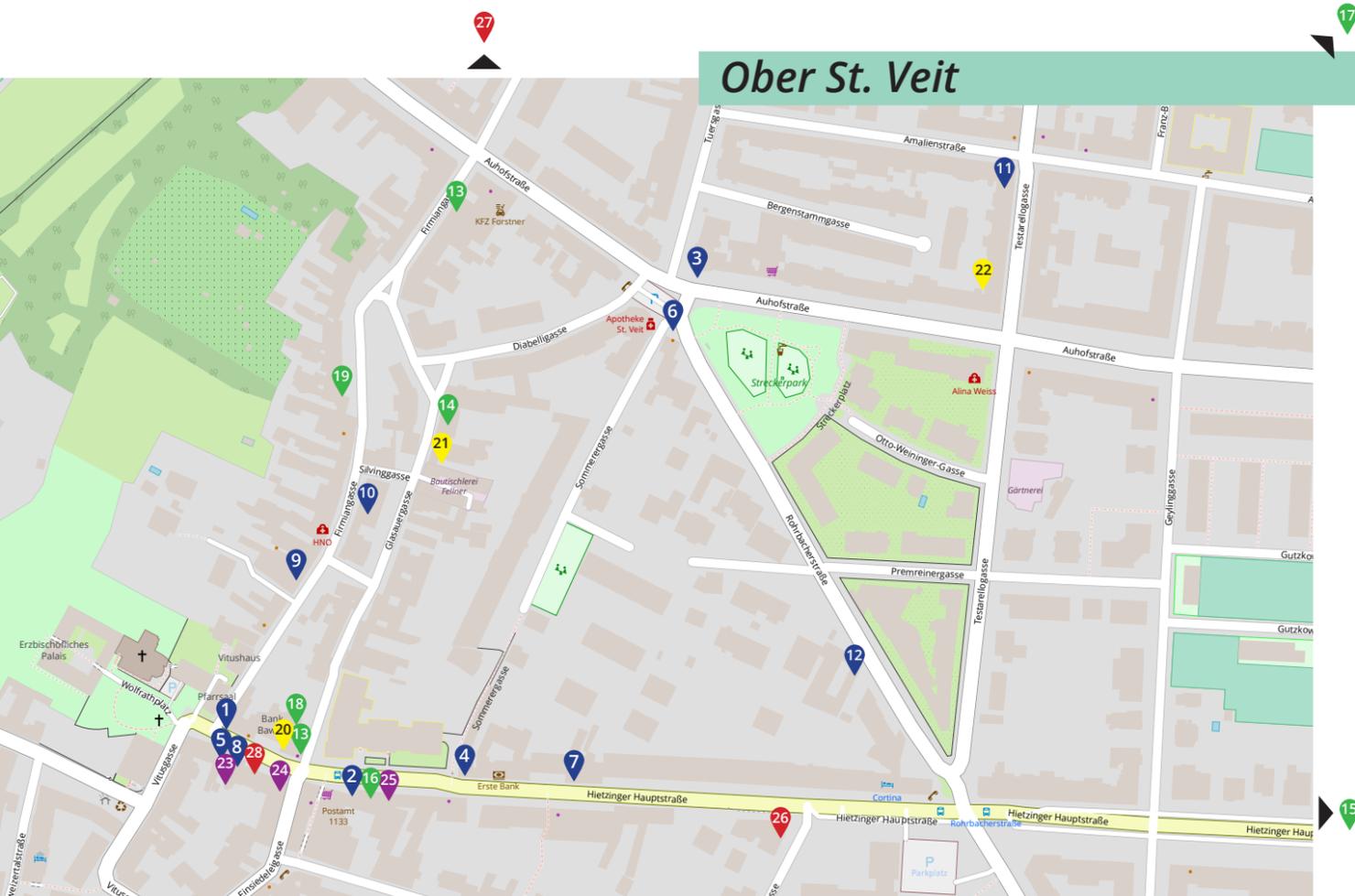
Im Café daskardinal (Kardinal König Platz 3) gibt es 14-tägig am Dienstag von 15-17 Uhr das Begegnungscafé mit Pfiif. In den Wochen dazwischen können Menschen beim Plaudertischerl im Café daskardinal ungezwungen auch ohne Konsum im Café zusammenkommen.

Begegnungscafé im Pensionistenklub in der Faistauergerasse 68, ebenfalls 14-tägig am Dienstag. Zeit: 14.00-16.30 Uhr. Hier gibt es neben abwechslungsreichen Aktivitäten auch eine kostenlose Jause. Anmeldung erbeten: Tel 01 293 69 24.

Menschen mit Vergesslichkeit treffen sich 14-tägig in der Selbsthilfegruppe PROMENZ im Kardinal König Haus.



GRÄTZLtratsch
Mi. 15-17h, 14-tägig
Vroni (0660 6916077)



Essen & Trinken

- Anton's Tafel**, Hietzinger Hauptstraße 174
Eissalon und Restaurant; Web: antons.at
- Bäckerei Schwarz**, Hietzinger Hauptstraße 145
Bäckerei; Web: bswien.at; Tel.: 01 877 08 38
- Bäckerei Schwarz**, Auhofstraße 138
Bäckerei; Web: bswien.at; Tel.: 01 877 24 75 21
- BUNT Restaurant & Eventlocation**, Hietzinger Hauptstraße 162
Restaurant; Web: bunt.at; Tel.: 01 877 14 99
- Da Salvatore**, Hietzinger Hauptstraße 153
Pizzeria; Web: pizzeriadasalvatore.at; Tel.: 0664 31 81 647
- Da Salvatore**, Rohrbacherstraße 31
Ristorante; Web: ristorante-salvatore.at; Tel.: 0664 140 08 94
- Kalkalpenfisch**, Hietzinger Hauptstraße 150
Fischmarkt; Web: kalkalpenfisch.at
- Schneider-Gössl Sektbar**, Hietzinger Hauptstraße 153
Sektbar; Web: schneider-goessl.at; Tel.: 01 877 49 00
- Schneider-Gössl**, Firmiangasse 9-11
Heuriger; Web: schneider-goessl.at; Tel.: 01 877 61 09 - 0
- Thurn Heurigen Restaurant**, Firmiangasse 8
Gastronomie; Web: thurnwien.at; Tel.: 01 877 95 40
- Ver<kost>bar**, Testarellgasse 27
Weinhandlung; Web: verkostbar.wine; Tel.: 0681 849 78 013
- Caffè*Napoletano**, Rohrbacherstraße 9;
Kaffee; Web: caffenaipoletano.at; Tel.: 0676 6117622

Gesundheit, Freizeit & Fitness

- Ballettstudio Elisabeth Kobel**, Firmiangasse 22
Ballettstudio, Damengymnastik, Choreografie
Web: elisabethkobel.at; Tel.: 0676 312 46 47
- Dr. Marlies Frank**, Glasauergasse 30, Fachärztin für Innere Medizin;
Web: diabetologie-hietzing.at; Tel.: 0664 133 88 6414
- Dr. Clemens Frisee**, Hietzinger Hauptstraße 116/4 (Eingang Preindlgasse 12)
Facharzt für Haut- und Geschlechtskrankheiten; Web: hautarzt-hietzing.at;
Tel.: 01 876 35 48

Ober St. Veit

Ober St. Veiter Grätzlfest

Save the date – 12. & 13. Mai

Auch heuer findet das allseits beliebte Ober St. Veiter Grätzlfest statt. Dieses Straßenfest wird seit Jahrzehnten von den Kaufleuten aus Ober St. Veit organisiert. Allen voran steht die aktuelle Obfrau Dorothea Massing von Massing Moden. Gemeinsam mit den Kaufleuten und anderen Kooperationspartner*innen (u.a. Pfadfindergruppe 39 und dem Sportverein ASK Ober St. Veit) stellt sie Jahr für Jahr ein großartiges Programm (u.a. Live-Musik, Tanneinlagen, Tombola) zusammen. Ringelspiele, Riesen-Wuzzler und andere Attraktivitäten für Jung und Alt runden das Programm ab. Besonders zu erwähnen sind die zahlreichen Verkaufs- und Infostände! aus dem Grätzl. Selbstverständlich wird auch heuer wieder für das leibliche Wohl gesorgt sein!

An dieser Stelle sei darauf hingewiesen, dass es neben dem ehrenamtlichen Engagement der Ober St. Veiter Kaufleute auch eine enorme finanzielle Aufwendung benötigt, um solche Straßenfeste zu organisieren. Bisher gab es eine kleine Förderung von Seiten der Stadt Wien, welche heuer leider gestrichen wurde. Die Bezirksvertretung Hietzing hat jedoch einstimmig beschlossen, das Straßenfest mit Mitteln aus dem Hietzinger Kulturbudget zu unterstützen. Ganz besonderer Dank gilt den Ober St. Veiter Kaufleuten, die für den Großteil der Finanzierung aufkommen.



- Mag. Ursula Naggies-Dinstl**, Hietzinger Hauptstraße 145/5
Psychotherapeutin; Web: naggies-dinstl.com; Tel.: 0664 238 40 17
- MOMENTUM Bewegungs & Lebensfreude GmbH**, Hietzinger Kai 133
maßgeschneidertes Training; Web: momentum-bewegung.at;
Tel.: 01 87626 44
- Mag. Ursula Fuhrmann - b4business**, Hietzinger Hauptstraße 170;
Dipl. Sozial- und Wirtschaftspsychologin; Web: b4business.at; Tel.: 0664 884 711 98; E-Mail: praxis@sinnesglueck.at
- Nadja Sonnenschein**, Firmiangasse 25/2, Cranio, Kinesiologie, Ernährung; Web: cranio-sonnenschein.at; Tel.: 0699 10 77 67 14

Handwerk & Reparatur

- A.S.S. Ober St. Veit**, Hietzinger Hauptstraße 170
Aufsperrdienst; Web: ass-oberstveit.at; Tel.: 0699 194 50 937
- Bautischlerei Fellner**, Glasauergasse 24
Bautischlerei; Web: fellner.com; Tel.: 01 877 35 69
- Korkisch Haustechnik**, Auhofstraße 120a
Gas, Wasser, Elektro, Solar; Web: korkisch.at; Tel.: 01 877 25 25 - 0

Shopping & Einkauf

- ARGE Rosenauerwald**, Hietzinger Hauptstraße 153
Lebensmittel von kleinen Bio-Bauern
Web: arge-rosenauerwald.at; Tel.: 01 988 98 230
- Bücher & Geschenkladen**, Hietzinger Hauptstraße 147
Bücher & Post; Web: buecher-geschenkeladen.at; Tel.: 01 944 01 33
- Massing Moden**, Hietzinger Hauptstraße 145
Damen- und Herrenmoden; Web: massing.at; Tel.: 01 877 68 05

Sonstiges

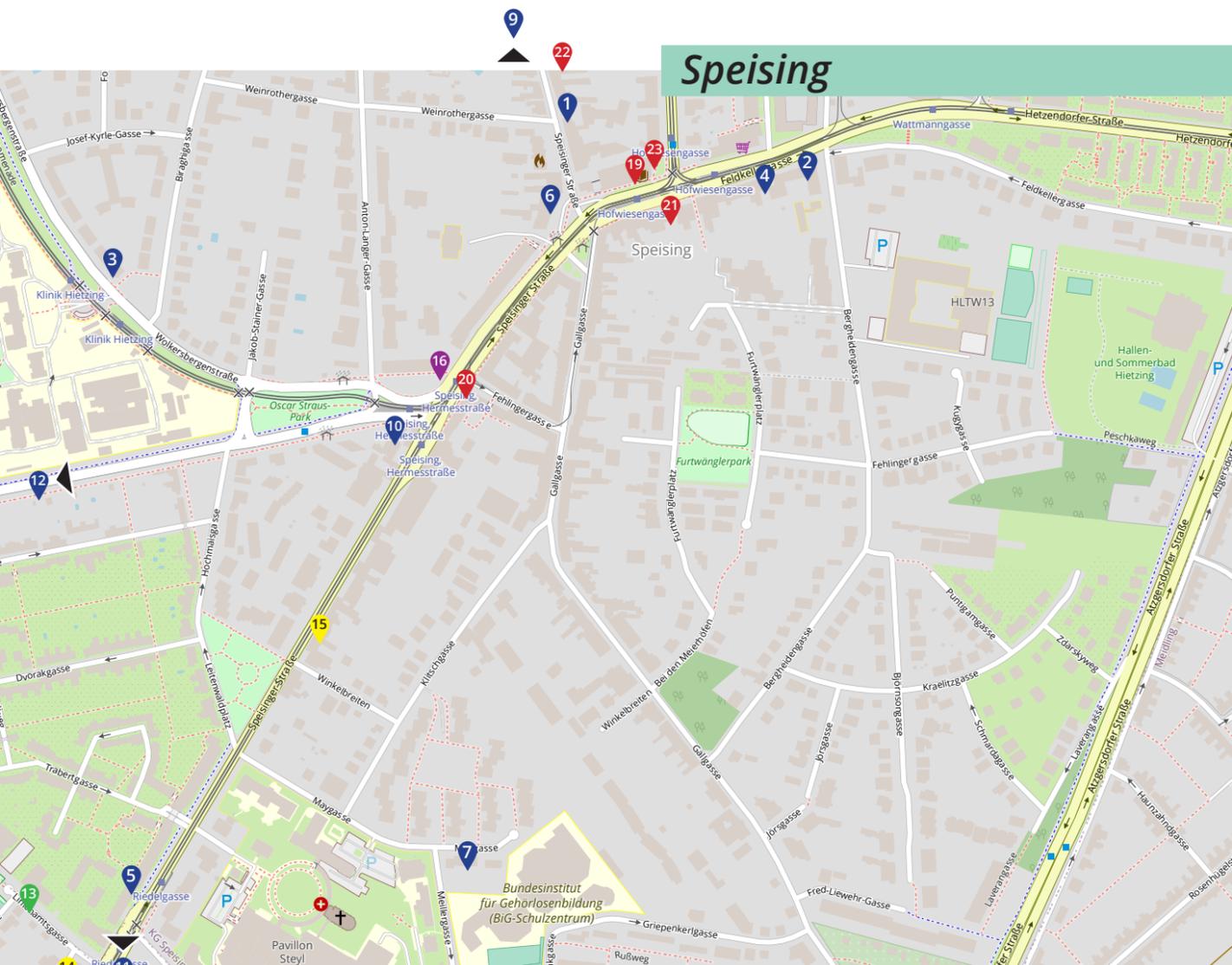
- Fahrschule Hietzing**, Hietzinger Hauptstraße 123
Fahrschule; Web: fahrschule-hietzing.at
- Fotostube - Constanze Trzebin**, Hietzinger Kai 199
Fotografin; Web: fotostube.at; Tel.: 0676 544 69 93
- Papier - Bürobedarf**, Hietzinger Hauptstraße 151

Wohlfühlpraxis in Ober St. Veit

Mag. Nadja Sonnenschein-Flurer bietet entspannende Craniosacrale Behandlungen an. Sie löst alte Muster auf und testet Nahrungsmittel-Unverträglichkeiten durch kinesiologische Muskeltests aus. Abgerundet wird ihr Angebot durch individuelle Ernährungskonzepte mit integrativer Ernährung. Nadja liebt es, mit Menschen jeden Alters zu arbeiten, vom Baby/Kleinkind bis zum Erwachsenen. Die Dankbarkeit ihrer KlientInnen, wenn sich Verspannungen lösen, persönliche Themen klären, Wohlbefinden eintritt, erfüllt sie jedes Mal mit großer Freude.



Firmiangasse 25/2
E-Mail: office@cranio-sonnenschein.at
Tel.: 0699 10 77 67 14



Essen & Trinken

- Ammersin Getränkegroßhandel;** Speisinger Straße 31-33 Getränkegroßhandel; Web: ammersin.at; Tel.: 01 804 4200
- Bäckerei Schwarz;** Feldkellergasse 26 Bäckerei; Web: bswien.at; Tel.: 01 804 36 55
- Cafè Allgemein;** Wolkersbergenstraße 22-24 Kaffeehaus; Web: cafeallgemein.at; Tel.: 01 960 57 90
- Cafeteria Dolce Cucina;** Feldkellergasse 22/1a Cafeteria; Tel.: 0664 512 72 22 und 23
- Eissalon;** Speisinger Straße 100; Eisdiele
- Kichererbse;** Speisinger Straße 38 Vegetarische Gerichte; Web: kichererbse.at; Tel.: 01 804 20 06
- Restaurant May 31;** Maygasse 31; Web: restaurant-may31.at Italienisches Restaurant; Tel.: 0676 880 30 880
- Restaurant Split;** Hetzendorfer Straße 165-187 Web: splithietzing.at; Tel.: 01 804 09 15
- Restaurant Waldzeile;** Speisinger Straße 2 Web: waldzeile.at; Tel.: 01 804 53 94
- Ristorante Pizzeria iCalabresi;** Hermesstraße 1 Web: icalabresi.at; Tel.: 01 804 49 82
- Sillermakronen;** Speisinger Straße 152 Coffeeshop; Web: sillermakronen.at; Tel.: 01 886 26 96
- HERMES Cafe Restaurant Labstelle;** Lainzer Tiergarten Web: hermes-villa.at; Tel.: 01 804 13 23

Gesundheit, Freizeit & Fitness

- ASV 13;** Linienamtsgasse 7 Fußballverein; Web: ASV13.at; Tel.: 0699 1120 4516

Handwerk & Reparatur

- Installateur Brüder Solly OG;** Speisinger Straße 110 Klempner; Web: installateur-hietzing.at; Tel.: 0664 23 32 694
- Raumausstattung Beisteiner;** Speisinger Straße 85 Raumausstatter und Tapezierer; Web: beisteiner.at; Tel.: 01 804 53 67

Shopping & Einkauf

- balloon point Austria;** Speisinger Straße 56 Werbeartikelanbieter; Web: luftballon.at; Tel.: 01 52 44 821
- Mein Bio Laden;** Atzgersdorfer Straße 10 Bio-Supermarkt; Web: Biofeld.co.at; Tel.: 0676 94 74 222
- Bikemite;** Speisingerstraße 212; Elektroroller; Web: bikemite.at; Tel.: 0680 123 11 69

Sonstiges

- Bücherei Hietzing;** Hofwiesengasse 48 Öffentliche Bücherei; Web: buechereien.wien.gv.at; Tel.: 01 4000 13 161
- Blumen B & B Bigl;** Speisinger Straße 51 Blumengeschäft; Tel.: 01 803 85 58
- Fahrschule Hietzing;** Feldkellergasse 10 Fahrschule; Web: fahrschule-hietzing.at; Tel.: 01 239 72 90
- Streetwork Hietzing;** Speisinger Straße 19 Offene Kinder- und Jugendarbeit; Web: rdk-wien.at; Tel.: 0699 158 577 82
- VHS Hietzing;** vorübergehend Hietzinger Kai 131 Volkshochschule; Web: vhs.at; Tel.: 01 891 74 1130 00

Sommerliche Leinenstoffe aus dem Hause

Leinenstoffe eignen sich hervorragend für Vorhangdekorationen. Als reines Naturprodukt sind sie ökologisch vertretbar, die Faser selbst ist von Natur aus keimtötend, antistatisch und darüber hinaus auch noch schmutzabweisend. Durch ihre Natürlichkeit und ihre edlen Knitterfalten haben Leinenstoffe einen unverwechselbaren Look. Ob in einer rustikalen Bauernstube oder einem modernen Penthouse, Leinenstoffe machen sich überall gut, sie strahlen Natürlichkeit und Ruhe aus. In hellen Pastelltönen oder den natürlichen Leinenfarben sind sie vielseitig einsetzbar, passen hervorragend zur rustikal-einrichteten Einrichtung und sorgt für ein angenehm warmes Licht in Ihren vier Wänden. Überzeugen Sie sich in unserem Schauraum selbst vom angenehm weichen Griff der feinen Stoffe, wir beraten Sie gerne, um auch für Ihr Fenster die passende Lösung zu finden. Neben sommerlichen Leinenstoffen gibt es bei uns noch diverse andere Produkte wie Polstermöbel, Böden und Betten. Wir freuen uns auf Ihren Besuch, von Montag bis Freitag von 09:00 bis 12:00 Uhr oder gerne auch nach telefonischer Vereinbarung. Übrigens: wir führen auch Tapeten- und Malerarbeiten durch.



BEISTEINER
RAUMAUSSTATTUNG

Raumausstattung Beisteiner
Speisinger Straße 51
Web: beisteiner.at

Cafeteria Dolce Cucina



Feldkellergasse 22/1a
Tel.: 0664 512 72 22

Web: cafeteria-dolce-cucina.business.site

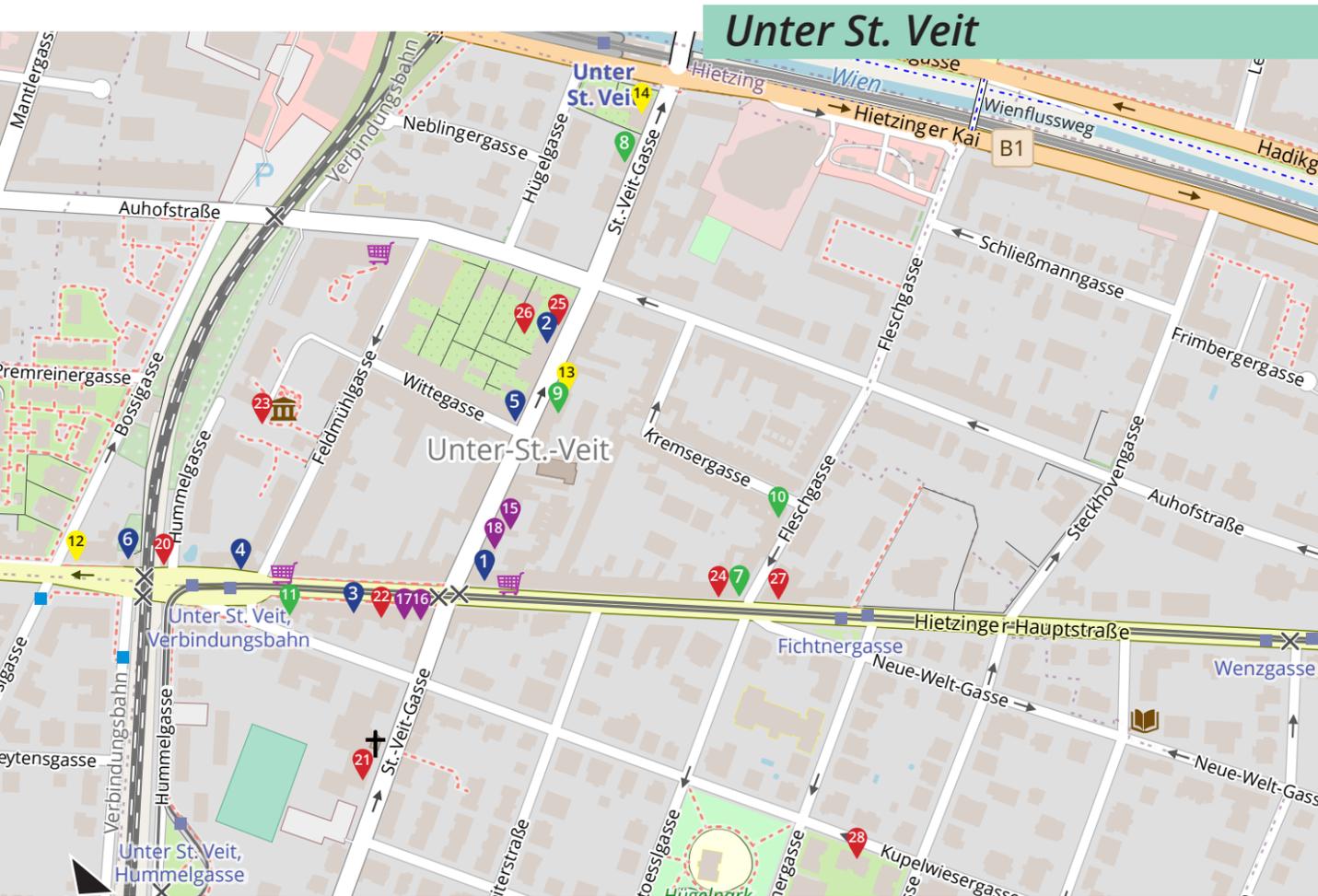
Sie sind auf der Suche nach einer individuellen Geburtstagstorte? Dann können wir Ihnen die Cafeteria Dolce Cucina wärmstens empfehlen. Die Partygäste waren bisher immer sehr angetan. Nicht nur aufgrund der wirklich persönlich abgestimmten Tortenkreation, sondern vor allem auch wegen des guten Geschmacks. Bisher ist noch kein einziges Stück Torte übriggeblieben. Außerdem gibt es bei Dolce Cucina regelmäßig Angebote wie Kaffee und Kuchen um 6,5€.
PS: Danke für die tolle Torte, die wir zum 1. Geburtstag des GRÄTZLherz Lokales geschenkt bekommen haben!

Neues Mitglied – Mein Bio Laden

Seit Anfang des Jahres dürfen wir Mein Bio Laden als Fördermitglied begrüßen. Dies hilft uns nicht nur finanziell, sondern freut uns ganz besonders, da uns der Geschäftsinhaber Thomas Gruber von Anfang an unterstützt hat. Unter anderem liegen unsere Magazine von Anfang an in der Filiale zur freien Entnahme auf. Der Bio Laden war letzten Sommer auch eine beliebte Anlaufstelle zur Versorgung unserer Kids in der Kinderferienbetreuung. Am Weg zum Schwimmbad besorgten wir eine gesunde Jause und am Weg retour gab es Eis zur Abkühlung.



Atzgersdorferstraße 10
Web: mein-bioladen.at
Tel.: 0676 94 74 22



Essen & Trinken

- Bäckerei Schwarz;** Hietzinger Hauptstraße 70
Bäcker; Web: bswien.at; Tel.: 01 877 22 36
- Obst & Gemüse;** Sankt-Veit-Gasse 53
- Schoko & Fiocco;** Hietzinger Hauptstraße 69
Eismanufaktur; Tel.: 01 877 25 28
- Sun;** Hietzinger Hauptstraße 86; China-Restaurant
- Teenorissimo – kleines Teehaus;** Wittgasse 2
Teehaus; Web: teenorissimo.at; Tel.: 0676 64 63 703
- Zum Seidl;** Hietzinger Hauptstraße 90
Würstel-Buffer; Web: zumseidl.at; Tel.: 0699 112 24 562

Gesundheit, Freizeit & Fitness

- Geburtshaus von Anfang an;** Hietzinger Hauptstraße 50
Web: geburtshaus-von-anfang-an.at Tel.: 0681 81 336 556
- Optik Akustik Haller;** Sankt-Veit-Weitgasse 65
E-Mail: optik-akustik-haller@a1.net; Tel.: 01 876 06 48
- Ortopropan;** Sankt-Veit-Gasse 56
Sanitätshaus; Tel.: 01 402 21 25 - 3040
- Studio Zhang;** Kremsergasse 1/2
Tai-Chi-Schule; Web: zhang.at; Tel.: 01 270 0688
- 5 Ebenen-Coach;** Hietzinger Hauptstraße 73/6
Coaching & Aroma-Massagen; Web: Sebenen-coach.at; Tel.: 0660 80 89 600

Handwerk & Reparatur

- Fernsehdoctor Schwarz GmbH;** Hietzinger Hauptstraße 94
Elektrofachgeschäft; Web: fernsehdoctor.co.at; Tel.: 01 877 92 55
- Maß- und Änderungsschneiderei E.Akgün;** Sankt-Veit-Gasse 56
Web: schneiderei-akguen.at; Tel.: 01 876 60 48
- NRE Computer & Service;** Sankt-Veit-Gasse 67
Computergeschäft; Web: nre.at; Tel.: 01 363 1130

Shopping & Einkauf

- Giving & Living – Geschenke;** Sankt-Veit-Gasse 44
Geschenkboutique; Web: givingandliving.at; Tel.: 0664 88 71 71 88
- Jura-Store;** Hietzinger Hauptstraße 65; Kaffeevollautomaten
- Red Zac Schwarz Haushaltsgeräte;** Hietzinger Hauptstraße 65
Elektrofachgeschäft; E-Mail: office@fernsehdoctor.co.at; Tel.: 01 877 92 55
- Angel-A;** St.Veit-Gasse 42 + Hietzinger Hauptstraße 10
Designermode; Web: angel-a.co.at; Tel.: 0650 360 4960
- Dr. Sommer Mixturen;** Rossinigasse 16;
natürliche Hautpflege; Web: mixturen.co.at; Tel.: 0660 48 500 70

Sonstiges

- Blumeneboutique Grete;** Hietzinger Hauptstraße 88a
Blumen-Nahversorgung; Web: blumengeschaeft.wien; Tel.: 01 877 59 98
- Don Bosco Haus;** Sankt-Veit-Gasse 25; Web: donboscohaus.at
Zentrum für Jugend- und Erwachsenenbildung; Tel.: 01 878 39
- Energy Island;** Hietzinger Hauptstraße 67
Energetische Produkte; Web: energyislandshop.at; Tel.: 01 879 57 93
- Klimt Villa | Gustav Klimt-Atelier;** Feldmühlgasse 11
Web: klimtvilla.at; Tel.: 01 876 11 25
- Happy Paper;** Hietzinger Hauptstraße 52
Papierwarenfachgeschäft; Tel.: 01 877 35 72
- Wilde Rose;** Sankt-Veit-Gasse 53
Blumen-Nahversorgung; Tel.: 01 879 65 15
- Sela Tours;** St.Veit-Gasse 51
Reisebüro; Web: selatours.at; Tel.: 01 877 30 25
- Frech Interior GmbH;** Hietzinger Hauptstraße 48
Innenarchitekturbüro; Web: frech.cc; Tel.: 01 503 81 75
- weitblick architektur;** Kupelwiesergasse 19/1
Architekturbüro; Web: weitblick.space; Tel.: 0676 4660660

Bildung überwindet Armut

Seit der Gründung im Jahr 1997 in Hietzing beheimatet, setzt sich Jugend Eine Welt – Don Bosco Entwicklungszusammenarbeit weltweit für die Verbesserung der Lebensperspektiven von benachteiligten Kindern und Jugendlichen ein. Unter dem Leitgedanken „Bildung überwindet Armut“ unterstützt die österreichische Entwicklungsorganisation Hilfsprojekte, Schulen, Straßenkinder-Programme und Bildungszentren in Asien, Afrika, Lateinamerika, dem Nahen Osten und Osteuropa. Millionen Kinder müssen weltweit arbeiten, obwohl sie eigentlich zur Schule gehen sollten, leben auf der Straße, werden zu Zwangsarbeit oder zur Teilnahme an bewaffneten Konflikten gezwungen. Hunderttausende Kinder und Jugendliche werden Waisen oder müssen ihre Familie zurücklassen, weil im Herkunftsland Konflikte und Hunger herrschen. Jugend Eine Welt setzt sich weltweit für diese Kinder und ihre Rechte in rund 100 ausgewählten Projekten und Programmen ein, bietet ihnen eine neue Heimat, Schutz und Hilfe. Gemeinsam mit langjährigen Projektpartnern, vor allem mit den Salesianern Don Boscos (15.000 Salesianer in 134 Ländern) und den Don Bosco Schwestern (11.800 Schwestern in 94 Ländern), erhalten Kinder und Jugendliche die Chance auf eine bessere Zukunft: Sie dürfen zur Schule gehen, eine Berufsausbildung machen und Straßenkinder bekommen ein Zuhause. **Jugend Eine Welt hilft auch bei Katastrophen und Notfällen rasch und unbürokratisch.** Etwa nach Erdbeben, Orkanen, Fluten oder anderen Naturkatastrophen. Das Konzept dabei: persönliche Zuwendung und die Bereitstellung von Hilfsgütern wie Nahrungsmittel, Wasser oder Medikamente. Nach der Soforthilfe unterstützt Jugend Eine Welt die Opfer oft jahrelang beim Wiederaufbau.



Jugend Eine Welt
www.jugendeinewelt.at
Büro: Münchreiterstraße 31



Spendenkonto Jugend Eine Welt



Jetzt Spenden!
Spendenkonto: Jugend Eine Welt
IBAN: AT66 3600 0000 0002 4000

Scannen Sie den QR-Code einfach mit Ihrer Bank-App!

Umbauen statt abreißen

Wir bringen frische Ideen in alte Gebäude. Mit bestehenden Gebäuden kann man viel mehr machen, als sie nur abzureißen oder leer stehen zu lassen. Denn wir sehen nicht nur den Status quo, sondern vor allem die vielen Möglichkeiten, die sich im Bestand verstecken. Egal, ob es um einen ungenutzten Dachraum, eine ungünstige Raumaufteilung, das schon lange leerstehende Tiefparterre oder den gererbten Streckhof geht, in jedem Raum können sich Träume erfüllen lassen.

Die Arbeit mit bestehenden Gebäuden bedeutet für uns wesentlich mehr als „nur“ reparieren und sanieren. Zusammen mit unseren Kund:innen entwickeln wir maßgeschneiderte, zukunftsorientierte Nutzungskonzepte. Oft kann schon eine einfache Veränderung, wie zum Beispiel das Entfernen einer Zwischenwand, eine große Wirkung haben.

Wir betreuen jedes Bauvorhaben individuell und persönlich. So können wir auch bei anspruchsvollen Zielen ein qualitatives und hochwertiges Ergebnis garantieren.

Hinter Weitblick Architektur stehen die Architekten Carina Zabini und David Kovařík. Sie haben ihr Büro mit dem Ziel gegründet, den Baubestand mit frischen Ideen zu füllen und leerstehende Gebäude wieder zu aktivieren. Seit zwei Jahren entwickeln sie Nutzungskonzepte für bestehende Räume und schwierig nutzbare Objekte. So haben sie zum Beispiel auch den Umbau des ehemaligen Konsums zum GRÄTZLherz geleitet.



Kupelwiesergasse 19/1
Web: weitblick.space
Mail: office@weitblick.space

weitblick
architektur

Sophie Philo



„DUu, gehen wir Torte essen? Ich WILL einen Kuchen!“ „JETZT!“ „Wie wäre es mit backen?“ „BAAcken? Selber? Bin ja nicht im alten Rom.“ Richtig geraten, Filou der kleine Freche ist zu Besuch. „Da liegst Du gar nicht so falsch, das älteste überlieferte Kuchenrezept stammt aus dem 17ten Jahrhundert und steht im Kochbuch einer Gräfin aus Verona.“ „Und wie heisst die?“ Anna Margaritha Sagramosin, geborene Gräfin Paradeiserin.“ „Paradeiser!!!“ Der Lachanfall nimmt kein Ende und Filou mutiert zum tanzenden Derwisch. „Willst Du jetzt Kuchen backen, oder nicht?“ „Können wir nicht beim Lieferdienst anrufen? BIIITTE!“ „Qui exactement, sonst noch Wünsche?“ Lieferdienste beglücken einen heutzutage ja mit allem. Ob Essen, Bücher, Spielzeug, das gebügelte Hemd, der Blumenstrauß,... WIEDER! sei hier angemerkt. Nur ein paar Jahrzehnte zurück war es selbstverständlich, daß vom Schneider über die Gemüsefrau, dem Fleischer, der Greißler sowieso, bis zum Floristen, alle Ihre Waren persönlich ins Haus lieferten. Welcher Aufwand - aber welche Wohltat für uns, dieses Revival der Dienstleistung vieler kleiner Geschäfte im Grätzl. Ob wohl jemand Kuchen liefert? „UUUps! Tja, das Ei hat die Talfahrt aus dem Kühlschrank nicht überstanden. „Filou!“ „Jaaaa?, DU wolltest ja Kuchen backen. WIE heißt der jetzt?, ich meine den uralten?“ „Linzer Torte...“

avec plaisir... Sophie Philo

Kinderkochkurse im GRÄTZLherz



„...Wissen um gesunde Ernährung, mit allen Sinnen, Leidenschaft für eine Sache, motivierte, begeisterte Kinder, stolz als Gruppe kreative Gerichte zu erschaffen, Respekt, Hilfsbereitschaft, Entstehung neuer Freundschaften und vor allem jede Menge Spaß ... das ist KOCHEN MIT HERZ.“

Mein Name ist Christina Stammerger-Schöngruber, ich bin 43 Jahre alt, verheiratet, Mutter von zwei tollen Kindern und Hietzingerin seit 15 Jahren. Meine berufliche Laufbahn begann als Dipl. Krankenschwester im Kinder- und Jugendbereich. In dieser 10-jährigen Tätigkeit im Krankenhaus durfte ich mit Kindern und Eltern sehr viele wertvolle Erfahrungen sammeln.

Ich beschäftige mich seit vielen Jahren mit dem Thema gesunde Ernährung. Das hat mich dazu bewogen, die Ausbildung zum Ernährungs- und Kinderernährungscoach zu machen. Gleichzeitig begann ich die Ausbildung zur Dipl. Mentaltrainerin, da für mich die Balance wertvoller Ernährung und mentaler Ausgeglichenheit die wichtigsten Bausteine für eine gesunde und glückliche Lebensweise sind. Mein persönliches Anliegen ist es, Kindern und Jugendlichen das nötige Handwerkszeug in diesen Bereichen für ihren täglichen Alltag mitzugeben.

Seit Jänner biete ich im GRÄTZLherz Koch- und Ernährungsworkshops für Kinder von 5 bis 12 Jahre in Kleingruppen an. Die Inhalte meiner Workshops sind eine Mischung aus spielerischer Vermittlung der Basics gesunder Ernährung in Theorie und Praxis, das Erwecken der kindlichen Freude fürs Selbstkochen und kreieren von eigenen Gerichten. Gleichzeitig ist mir der soziale Gedanke in meinen Gruppen sehr wichtig. Das bedeutet für mich achtsames Miteinander, Stärkung des kindlichen Selbstbewusstseins und Raum für Gespräche. Für Familien mit eingeschränkten finanziellen Mitteln biete ich einen kostenfreien Platz pro Workshop an. Fortlaufende Workshops finden sowohl unter der Woche als auch an Wochenenden statt. Zusätzlich biete ich auch Themen Einzelworkshops an Samstagen an.

Infos und Termine unter www.raumfuersherz.at
Anmeldung unter raumfuersherz@gmx.at



Cacio e Pepe „Winteredition“

Für 2 Personen
für 2 Personen:
150 g Pecorino
schwarzer Pfeffer
½ Radicchio
Eine Handvoll Pistazien
Salz
200 g hausgemachte
MAY31 LINGUINE



Radicchio vierteln und in einer Pfanne kurz anbraten (so hat man Röstaromen und den knackigen Kern). Anschließend sehr fein aufschneiden und Pistazien fein hacken.

Den Pecorino reiben. Währenddessen in einem großen Topf Wasser zum Kochen bringen. Pasta hineingeben. Währenddessen Käse in eine Schüssel, 1-2 Schöpfer lauwarmes Pastawasser dazugeben. Diese Mischung mit einer Gabel cremig rühren. Das Wasser darf nicht zu heiß sein, sonst schmilzt der Käse. Pasta al Dente kochen.

Den schwarzen Pfeffer grob mit der Mühle zerkleinern und in einer Pfanne leicht anrösten und mit Pastawasser ablöschen. Der Boden der Pfanne darf ruhig mit Wasser bedeckt sein.

Ehe man die Pasta nun abgießt, unbedingt ein wenig Kochwasser auffangen. Die fertige Pasta in die Pfanne geben. Den cremig gerührten Käse hinzugeben und die Pasta gut damit vermengen, bis eine cremige Soße entsteht. Wenn nötig etwas Pastawasser nachgießen.

Vor dem Anrichten den Radicchio untermengen und mit Salz abschmecken. Auf 2 Teller anrichten und mit den gehackten Pistazien garnieren.

Guten Appetit!

Restaurant May31
Tel.: 0676 880 30 880
Öffnungszeiten:
Mi-So, 11:30-14:30, 17:30-21:30

Grätzlvinothek Weinempfehlung zum Rezept



Cacio e Pepe ist ein Gericht mit nur drei Zutaten, von denen zwei für jeden, der mit dem römischen Dialekt vertraut ist, auf den ersten Blick erkennbar sind. Cacio steht für Schafskäse. Zusammen mit pepe, also schwarzem Pfeffer, verbindet sich der Käse - idealerweise eben Pecorino - mit den Linguine-Nudeln von May31 (und in der Winteredition noch mit der weiteren Zutat Radicchio) zu einer reichhaltigen, cremigen Sauce, die ebenso köstlich wie schwierig zuzubereiten ist. Dazu passt ein besonders trockener Weißwein mit einer kräftigen Struktur wie Chardonnay, Grau- oder Weißburgunder. Ein Chardonnay, welcher es mit der Cremigkeit des Calcio e Pepe aufnehmen kann, wäre für das Team der VER KOST BAR der Chardonnay vom Weingut Stadler aus Großwiesendorf, Weinbaugebiet Wagram. Der NÖ Gold Gewinner vereint im Glas Eleganz und Sämigkeit mit einem Hauch Nougat und ist dadurch ein perfekter Begleiter für die bitteren Noten des Radicchio und die Schärfe des Pfeffers in diesem Gericht. Röstaromen im Duft, nussig und anhaltend am Gaumen, mit 14% Alkohol auch ein sehr langer und eleganter Abgang. Dieser wunderbare Wein ist einer der beliebtesten Chardonnay in der VER KOST BAR Grätzl Vinothek und dort um 14 Euro zu erwerben.



Hietzinger Gesundheitswoche 13.-18. März

Montag, 13.03.2023

- Spiel- & Begegnungsraum Kinder 0-3J + Bezugsperson**
9:30-11 Uhr Im GRÄTZLherz, Spiel- und Bewegung; Austausch und Input zu Erziehungsfragen mit Angelika Korab
Anmeldung: raumfuersherz@gmx.at
- Schwangerentreff**
11:30-12:30 Im GRÄTZLherz, Infos zu pränatalem Kurs mit den Themen: erste Zeit mit dem Baby, Körperpflege/ Säuglingsbad, Stillen mit Angelika Korab
Anmeldung: raumfuersherz@gmx.at
- Kinderfußball 5-10 Jahre**
14:30-15:30 Am Sportplatz Roter Berg, Fußballtraining – Spaß an der Bewegung mit Christoph Boisits (Fußballtrainer ASV13).
Ohne Anmeldung
- Yoga mit Silvia Knoll**
18:30-19:45 Im GRÄTZLherz,
Anmeldung: 0699 182 67 507
- Krank und trotzdem gesund?**
19-21 Uhr Kardinal König Haus, Kardinal König Platz 3, Vortrag zur Salutogenese nach A. Antonovsky mit Cornelia Knipping. Kosten: € 13,—
Anmeldung: anmeldung@kardinal-koenig-haus.at
- Yoga mit Silvia Knoll**
20-21:15 Im GRÄTZLherz, Yoga für den Rücken
Anmeldung: 0699 182 67 507

Dienstag, 14.03.2023

- Beratung zu allgemeinen Gesundheitsfragen**
10-11:30 Im GRÄTZLherz, Unverblümete Fragestunde einer pensionierten Allgemeinmedizinerin (*keine Befundbesprechung*) mit Dr. Medl Gabriele Allgemeinmedizinerin und Christopher Hetfleisch (Dipl. Lebens- und Sozialberater)
Anmeldung: 0676 44 67 266
- Begegnungscafé mit Pfiff**
15-17 Uhr Im Café daskardinal, Kardinal König Platz 3
Einsamkeit macht krank, unser Café macht froh! Plaudern, Musik und Bewegung nach Lust und Laune MITEINANDER im demenzfreundlichen Hietzing
Gratis, keine Anmeldung
- Mentale und körperliche Stärkung für Kinder & Jugendliche**
16-18 Uhr Im GRÄTZLherz, Für Kinder und Jugendliche: Krafttiere, Gesunde Jause und Ernährung mit Christina Stamminger und Stefanie Erker (Psychologische Beraterin/ LSB/ Coach/ Trainerin)
Anmeldung: raumfuersherz@gmx.at
- Gratis-Schnupperstunde: Ernährungs- & Vitalstoffberatung**
17-19:30 Medizin am Küniglberg Elisabethallee 61, Statusanalyse, Körperfettmessung, Inputs für eigenverantwortliche Gesundheitsoptimierung mit Ernährungsberaterin Mag. Christine Pasterk
Kostenlose Beratung von ca. 20 min, Voranmeldung vorteilhaft aber nicht zwingend.
Anmeldung: office@pasterk.co.at
- Happy – Neck – Yoga mit Helga Leeb**
18:30-19:30 Im GRÄTZLherz, Eine fließende Abfolge von Yogaübungen/Asanas für deinen Wohlfühl-Nacken
Anmeldung: Helga.Leeb@hotmail.com

Mittwoch, 15.03.2023

- Walk & Talk mit Sandra Denk**
ganztägig Nach Vereinbarung, Lösungen zu Alltagsproblemen lassen sich im Gehen oft viel leichter finden.
Anmeldung: www.sandradenk.at | 0677 643 121 80
- Mentaltraining für Gesundheit mit Stefanie Erker**
10-11 Uhr Im GRÄTZLherz, Mentaltraining: Kommunikation mit Körpersymptom und Botschaften von Körper & Seele entdecken. Neue Gesundheits-Strategien entwickeln.
- GRÄTZLtratsch mit Veronika & Radna**
15-17 Uhr Im GRÄTZLherz, Bei Kaffee und Kuchen mit Menschen aus dem Grätzl ins Gespräch kommen
- Erkenne Dein Potential-"Bewegung ist das Tor zum Lernen"**
16-18 Uhr Lainzerstraße 141, Top 2-3 läuten, BrainGym®- Speziell konzipierte Bewegungsübungen mit Claudia Krainhöfner (Dipl. Kinesiologin, Instruktor) Teilnehmerzahl ist begrenzt. Kosten: 15 €
Anmeldung: kinesiologie.krainhoefner.c@gmail.com
- Vortrag zu TCM-Grundlagen mit Iga Lyszcz**
18-19 Uhr Im GRÄTZLherz, TCM-Grundlagen mit ein paar Alltags- und Ernährungstipps für den Frühling
Kosten: 15 € | Anmeldung: office@qi-harmony.at

Donnerstag, 16.03.2023

- Hormon-Yoga (mit Wohlfühlknacken) mit Helga Leeb**
8:15-9:30 Veda-Vital, Altgasse 23, fresh up your hormones
Anmeldung: Helga.Leeb@hotmail.com
- Cranio-Stunde zum halben Preis**
10-17 Uhr Firmiangasse 25/2, Cranio-Behandlung mit Nadja Sonnenschein-Flurer
Kosten: 45€ statt 90€ | Anmeldung: 0699 10 77 67 14
- Happy – Neck – Yoga mit Helga Leeb**
10-11:30 Im GRÄTZLherz, Eine fließende Abfolge von Yogaübungen/Asanas für deinen Wohlfühl-Nacken
Anmeldung: Helga.Leeb@hotmail.com
- Hautpflege ist Gesundheitspflege mit Melanie Neuninger**
12-13:30 Im GRÄTZLherz, Wie, warum und welche Inhaltsstoffe konventioneller Körperpflegeprodukte die Gesundheit gefährden. Naturreine Körperpflegeprodukte einfach und leicht selbst herstellen.
Kosten: 10€ | Anmeldung: melanie@5ebenen-coach.at
- Fit im Alter mit Claudia Krainhöfner (Dipl. Kinesiologin)**
14:30-16 Lainzerstraße 141, Top 2-3 läuten, Sanfte Mobilisierung, Gute Vernetzung gegen Vergessen & Stabilität/Sturzprävention
Teilnehmerzahl ist begrenzt. Kosten: 15 €
Anmeldung: kinesiologie.krainhoefner.c@gmail.com
- Hausführung KWP Föhrenhof mit Dr. Larissa Rebbe**
15-16:30 Haus Föhrenhof, Dr. Schober Straße 3, Führung durchs Pensionistenwohnhaus Föhrenhof Kaffee und Kuchen inklusive. Kostenfrei.
Anmeldung: 01-31399-1020 | haus.foehrenhof@kwp.at
- Demenz – wie fühlt sich das an?**
17-19 Uhr Kardinal König Haus, Kardinal König Platz 3, Selbsterfahrung mit dem Demenz Balance Modell, Gespräch über guten Umgang mit Demenzbetroffenen
Anmeldung: Demenz13@kardinal-koenig-haus.at
- Spieleabend**
18-21 Uhr Im GRÄTZLherz, Unser zweiwöchiger Spieleabend

Freitag, 17.03.2023

- EFT 2.0 – Emotional Freedom Techniques**
10-11:30 Im GRÄTZLherz, EFT – Emotional Freedom Techniques für Kinder & Erwachsene mit Angelika Tremml-Hofko
Anmeldung: info@grätzleben.at
- Verstopfte Nase, offener Mund – na und?**
15:30-16:15 Im GRÄTZLherz, Vortrag Gesamtkörperl. Auswirkungen von Chronischer Mundatmung mit Sophie Winkler
Anmeldung: praxis@logopaedie-sophie-winkler.at
- Mit Ernährung und Vitalstoffen Gesundheit selbst managen**
18-19:30 Im GRÄTZLherz, Interaktiver Vortrag zu grundsätzl. Themen der gesunden Ernährung mit Christine Pasterk
Anmeldung: info@grätzleben.at
- Schreiben & Körpertherapie: Thema Wut**
18:30-19:30 Elßergasse 27, 1130 Wien, Blickwinkel erkennen und physische Blockaden lösen; Dir etwas von der Seele schreiben mit Amelie Weinwurm. Max. 5 PERS.
Kosten: 30€ | Anmeldung: praxis@weinwurm.eu

Samstag, 18.03.2023

- Gesundheitsmesse**
10-16 Uhr Im GRÄTZLherz, Netzwerkpartner*innen stellen sich und ihr Angebot vor. Ohne Voranmeldung
- Vortrag Rund ums Thema Hören**
16-16:30 Im GRÄTZLherz, Inputvortrag zum Thema Hören am Anschluss der Gesundheitsmesse. Ohne Anmeldung
- Dance by day mit Amelie Weinwurm**
16:30-17:30 Im GRÄTZLherz, Es wird getanzt nach Lust und Laune mit einigen Inputs von sMove und Gaga Dance
Sonderpreis: 10€ | Anmeldung: praxis@weinwurm.eu
- (T)räume fürs Leben – Das Erlebnis Festival**
10-19 Uhr Auhofstraße 205; Nähere Informationen finden Sie online unter: <https://bit.ly/TRaemefuersLeben>
Anmeldung erforderlich

Sonderangebote der Gesundheitswoche

- Einzelsitzung psychologische Beratung mit Verena Forreth**
Mo-Fr Sportorthopädie Zentrum, Hietzinger Hauptstraße mit Termin
22/D/23, Eine Einzelsitzung psychologische Beratung à 50 min. Sonderpreis: 76 € statt 95 € | Anmeldung: v.forreth@sportortho-zentrum.at oder 069911804158
- Milde hyperbare Sauerstofftherapie**
Mo-Fr Sportorthopädie Zentrum, Hietzinger Hauptstraße mit Termin
22/D/23, Eine Sitzung milde hyperbare Sauerstofftherapie im extra großen Überdruckzelt à 45 min
Sonderpreis: 100 € statt 120 € | Testsitzung à 25 min mgl.: Kosten: 25 € | Anmeldung: 01/361 55 38 oder office@sportortho-zentrum.at
- Shiatsu zum Schnuppern**
Mo, Di, Do Hietzing, 30 Minuten Schnuppern, Shiatsu kennenlernen am Futon oder am Sessel
15-20 Uhr Kosten: 30€ (30 Min.) | Anmeldung: 0660 465522 oder doris.kapshammer@hotmail.com
- Frühe Hilfen bei Demenz mit Sabrina Forster**
Mo-Fr Ort nach Absprache, Frühe Hilfe bei Demenz. Beratungsangebot kostenlos durch Caritas Wien
Anmeldung: sabrina.forster@caritas-wien.at oder 0676/ 661 80 68



GESUNDHEITSMESSE

Samstag, 18.03.2023 von 10–16 Uhr

- Angelika Korab: Spielraum für Kinder und Schwangerentreff - Raum fürs Herz
- Angelika Tremml-Hofko: EFT 2.0– Emotional Freedom Techniques, 10-11:30 Uhr
- Christina Stamminger: Kinderkochkurse - Raum fürs Herz
- Christine Pasterk: Mit Ernährung und Vitalstoffen Gesundheit selbst managen – einfach & individuell erklärt
- Christopher Hetfleisch: Info ad Psychosoziale Beratung & Übungs-/Arbeitsblatt 5 Säulen der Identität, 10-16 Uhr
- Gerald Häfele: Infos zum Thema Hören; kostenloser Hörtest mit Erstberatung
- Helga Leeb: Happy Neck Schnupperyoga- Keine Vorkenntnisse nötig, 11-11:30
- Mag. Doris Kapshammer: Sessel-Shiatsu Schnuppern: 25€/30 Minuten, 13-16
- Melanie Neuninger: 100% naturreine Produkte (äth. Öle, Pflegeprodukte, ...)
- Petra Rösler: Demenzfreundliches Hietzing
- Sandra Denk: Tipps und Tricks für einen entspannten Familienalltag
- Verena Forreth BSc.: Information zur psychologischen Beratung zum Thema Burnoutprävention und Stressmanagement inkl. Übungen

Änderungen im Programm finden Sie online unter grätzleben.at oder als Aushang in der Nothartgasse 40



Hietzing erzählt

Diesmal schreibe ich in der Rubrik „Hietzing erzählt“ über Menschen, die im letzten Jahr sehr aktiv für unseren Verein waren. Anfangen möchte ich bei meinen Eltern. Sie kennen sicherlich den Satz „Hinter jedem starken Mann steht eine starke Frau die ihm den Rücken stärkt“. In meinem Fall passt sogar besser: „Hinter jeder starken Person steht eine starke Familie, die ihr den Rücken stärkt.“ Als ich Ende 2020 beschloss meine Vision eines Ortes der Begegnung in Hietzing zu verwirklichen waren meine Eltern skeptisch, vorsichtig und warnend. Gleichzeitig signalisierten sie mir aber auch, dass sie mich jederzeit unterstützen werden. Diese Unterstützung, als auch die bedingungslose Liebe mir gegenüber, hat mich mein ganzes Leben schon getragen. Außerdem vermittelten sie mir Werte wie familiären Zusammenhalt, Solidarität, Respekt und Gerechtigkeit. Diese Tugenden und Werte sind in der DNA unseres Vereines. Wir haben mit unserem GRÄTZLherz Vereinslokal ein erweitertes Wohnzimmer für Hietzinger*innen geschaffen. Hier begegnen sich Menschen auf Augenhöhe, sind sehr achtsam miteinander und es wird dabei stets das Verbindende über das Trennende gestellt. Aus diesen Begegnungen wurden mit der Zeit Bekanntschaften und Freundschaften. Teilweise fallen sogar Aussagen wie, „das hier ist wie eine große Familie“.

Mein Vater heißt Rudolf (Spitzname Rudi) und ist im St. Josef Krankenhaus, Wien Hietzing, geboren. Aufgewachsen ist er größtenteils jedoch im südlichen Burgenland. (Dies ist übrigens der Grund, warum wir im Lokal stets guten Wein vom Weingut Polczer aus Eisenberg lagernd haben.) Als

Sohn eines Wirtes und einer Köchin hat mein Vater schon in jungen Jahren gelernt, was es bedeutet zu arbeiten. Seine Fähigkeiten als Kellner stellt er regelmäßig bei Veranstaltungen im GRÄTZLherz unter Beweis (siehe Foto). Nebst dem freundlichen Bedienen, gehören das „Geschichten erzählen/Leute unterhalten“ als auch das Kartenspielen dazu. Beruflich ist Rudi Polizist. Er war lange Zeit Revierinspektor in Hietzing (u.a. bei den mittlerweile aufgelassenen Wachzimmern beim ORF und Lainz). Danach wurde er Kriminalbeamter. Seine streng anonymisierten Geschichten aus dem Berufsalltag amüsieren und unterhalten ganze Gesellschaftsrunden stundenlang. Falls Sie beim Lesen neugierig geworden sind, dann kommen Sie doch einmal bei uns vorbei. Rudolf sucht übrigens aktuell nach Spieler*innen für Tarockabende (20er-Rufen).



Rudi

Die meisten unserer Vereinsmitglieder und Besucher*innen kennen die Mehlspeisen meiner Mutter Veronika, aber sie selbst nicht. Sie versorgt uns nämlich regelmäßig (u.a. bei Veranstaltungen und Märkten im GRÄTZLherz) mit süßen Versuchungen. Gleichzeitig ist sie jedoch keine Person, die gerne im Rampenlicht steht und sich viel Raum in Gesellschaften nimmt. Daher freut es mich ganz besonders, dass sie seit Monaten regelmäßig unseren GRÄTZLratsch betreut. Gemeinsam mit Ratna (siehe Foto) öffnet sie jeden zweiten Mittwoch von 15-17 Uhr die Pforten unseres

Vereinslokales und lädt ein, bei Kaffee und Kuchen ins Gespräch zu kommen. Da Veronika und manche Besucher*innen gerne Stricken und Häkeln kann es schon einmal vorkommen, dass Sie bei einem Besuch meine Mutter strickend antreffen. Falls Sie vorhaben beim GRÄTZLratsch vorbeizuschauen, dann müssen sie jedoch keinesfalls strick- bzw. häkelaffin sein. Ratna betreut ebenfalls ehrenamtlich den Treff mit und versucht dabei ihre Deutschkenntnisse zu verbessern.



Ratna und Vroni

An dieser Stelle möchte ich mich von ganzem Herzen bei meinen Eltern für ihre Liebe und Unterstützung bedanken. Ich hoffe sehr, dass es mir mit dem tollen GRÄTZLeben Hietzing Team (siehe Header) gelingt, etwas von dieser Liebe weiterzugeben und in unsere unmittelbare Lebensumgebung zu tragen. Auf der nächsten Seite werde ich auf einzelne Schlüsselpersonen eingehen.



Carina und David

Carina kenne ich seit meiner Schulzeit in der Wenzgasse. Dort waren wir beide im Peers-Projekt engagiert. Gemeinsam führten wir etliche Einsätze zur Förderung der Klassengemeinschaft durch. Nach der Schule gingen unsere Wege vorerst auseinander, doch das Engagement für die Gesellschaft brachte uns 2020 wieder zusammen. Carina und ihr Freund David sind Architekt*innen und planten unser GRÄTZLherz Vereinslokal. Das Dreamteam managte außerdem ehrenamtlich die Koordination des kompletten Umbaus. Seit 2022 ist Carina auch Stellvertretende Obfrau und Schriftführerin des Vereines. Aktuell sind beide in ihrer neuen Rolle als Jungeltern vor allem montags beim Spiel- und Begegnungsraum im GRÄTZLherz anzutreffen.



Christian, Kathi und Felix

Christian und Kathi sind sehr aktive Mitglieder. So bietet Christian zum Beispiel einmal im Monat einen Selbsterfahrungsraum an. Kathi übernimmt ehrenamtlich das Lektorat für unser komplettes Magazin. Beide sind regelmäßige Teilnehmer*innen unseres Spieleabends (jeden zweiten Donnerstag ab 18 Uhr). Felix wohnt zwar seit Jahren in Salz-

burg, aber bei so gut wie jedem Wien Besuch schlägt es ihn zu uns ins Lokal. An dieser Stelle möchte ich noch eine Botschaft an alle anderen Spielfreund*innen senden: „Ich schätze euch sehr und freue mich stets auf die Spieleabende mit euch. Ihr seid tolle Menschen und ich bin sehr dankbar dafür, euch durch den Verein kennengelernt zu haben.“

Constanze war die erste Unternehmerin aus dem Grätzl die unseren Verein unterstützt hat. Diese Zusammenarbeit und Kooperation begann mit kostenlosen Fotos für unsere Öffentlichkeitsarbeit. Mittlerweile nützt sie unsere Vereinsräumlichkeiten für ihre diversen Fotoshootings und im Sommer bietet sie kreative und sehr herzliche Ferienbetreuung bei uns an (fotostube.at). Auch Barbara ist seit den ersten Stunden mit dabei und vor allem bei unseren Märkten stets vertreten. Stichwort Märkte: Hier möchte ich mich besonders bei Alexandra von der Initiative BunterLebenHietzing bedanken, die mit mir gemeinsam die Märkte organisiert. Zusätzlich ist sie für die monatlich stattfindenden Kulturfreitage verantwortlich.



Constanze und Barbara

Christoph leitet seit September 2022 ehrenamtlich die Kinderfußballtrainings am Roten Berg (Montag 14:30-15:30 für Kinder ab 5 Jahren) und führt somit das Angebot weiter, mit dem unser Verein begann. Außerdem ist er als Sonnengreißler bei unseren Märkten vertreten. Neben Christoph möchte ich hier auch Flo und Sarah erwähnen. Beide sitzen stundenlang für die grafische Gestaltung unserer Magazine vor dem Computer. Ab diesem Jahr werden wir für dieses Engagement zumindest Aufwandsentschädigungen, als Zeichen der Wertschätzung, auszahlen. Mit der Hoffnung, dass der Verein in naher Zukunft mehr Mitgliedsbeiträge und Spenden auch Honorare bezahlen kann.



Christoph

Christine (Ernährungsberaterin) ist auch ein Paradebeispiel für gelebte Mitgliedschaft. Es ist vor allem ihr, Claudia (Kinesiologin), Helga (Yoga), Petra (Demenzfreundliches Hietzing) und Alexander (Mediator) zu verdanken, dass wir es in kürzester Zeit geschafft haben, ein Hietzinger Gesundheitsnetzwerk von über 40 Personen aufzubauen (Ergebnis davon siehe Seiten 18 und 19). Dabei hilft sie besonders in der Öffentlichkeitsarbeit.



Christine

Die Liste an aktiven Mitgliedern ginge noch weiter, aber der Platz dazu fehlt mir. **Vielen Dank für eure aktive Unterstützung und ebenfalls ein großer Dank an alle Spender*innen!**

Kooperation und Zusammenarbeit

Auf Seite 20 und 21 haben wir bereits wichtige Personen für unser Vereinsleben vorgestellt. Nun sind unsere zahlreichen Kooperationspartner*innen im Fokus. Allen voran stehen natürlich unsere Grätzlbetriebe, die uns finanziell als Fördermitglied unterstützen. Die Logos dieser Betriebe befinden sich stets auf der letzten Seite unseres Magazins. Selbstverständlich arbeiten wir auch mit den Hietzinger Einkaufsstraßenvereinen (Alt-Hietzing, Lainz, Ober St. Veit und Speising) in unterschiedlicher Intensität zusammen. So waren wir zum Beispiel im September 2022 auch am Hietzinger Bezirksfest vertreten und im März 2022 gab es in Kooperation mit dem Arbeiter-Samariter-Bund Erste Hilfe Workshops im GRÄTZLherz. Wir forcieren auch die Zusammenarbeit mit Vereinen aus Hietzing, wie z.B. mit dem Fußballverein ASV 13, der Baseballschule Hietzing, dem Verein Gemeinsam im 13ten und der Nähwerkstatt des Vereins Igor. Im Sportbereich arbeiten wir auch mit dem ASKÖ Wien zusammen. Seit drei Saisonen machen wir bei der Initiative „Bewegt im Park mit“. Des Weiteren sind wir auch Netzwerkpartner der Initiative „Miteinander im demenzfreundlichen Hietzing“. Hier gilt besonderer Dank an Petra Rösler (Foto links) für ihr unglaubliches Engagement in diesem Bereich.



BunterLebenHietzing



Die Kooperation mit der Initiative BunterLebenHietzing von Alexandra Steiner besteht seit unserem ersten GRÄTZLeben Magazin. In jeder Ausgabe informiert uns Alexandra über die vielfältigen Angebote bzw. Aktivitäten ihrer Initiative, wie z.B. der Hietzinger Künstler*innen Vernetzung in Zusammenarbeit mit ACH! (ArtClubHietzing). Besonders freuen uns die seit Herbst 2022 stattfindenden Kulturfreitage im GRÄTZLherz (nähere Informationen zu den nächsten Terminen sind auf Seite 24 zu finden). Außerdem organisieren wir gemeinsam regelmäßig Märkte in unserem Vereinslokal. Bisher waren dies bereits Neujahrs-, Oster- und Weihnachtsmärkte. Am Samstag, den 22. April, wird es von 10-16 Uhr erstmalig auch einen Flohmarkt in unseren Räumlichkeiten geben. Bei Interesse können Sie sich gerne per E-Mail an: bunterlebenhietzing@gmail.com wenden.

Kulturzirkel XIII

Seit der GRÄTZLherz Eröffnung im September 2021 finden durchschnittlich zweimal im Monat Kulturveranstaltungen des Kulturzirkels XIII bei uns statt. Heinz-Peter Thiel sorgt gemeinsam mit seiner Gattin für ein abwechslungsreiches Programm. Ihre Veranstaltungen sind vereinsintern innerhalb weniger Tage ausgebucht. Für 2023 haben wir eine vertiefende Zusammenarbeit vereinbart. So wird z.B. Herr Appelhäuser, Autor und Mitglied vom Kulturzirkel XIII (nächste Seite), am 17. Mai um 17:30 Uhr davon erzählen, wie man ein Buch herausbringt – Tipps inklusive.



Ein spätberufener Autor



Als DKFM Gerhard Appelhäuser 1980 mit seiner Frau nach Ober St. Veit übersiedelte, dachte er keine Minute daran, einmal einen Roman zu schreiben. Im Gegenteil, hätte man ihn gefragt, ob er sich das irgendwann vorstellen könnte, er hätte abgewunken und so etwas wie „sorry kein Talent“ gesagt. Was er damals schrieb, waren höchstens Analysen und Geschäftsberichte und die nicht in Deutsch, sondern in Englisch. Unser Autor war Mitglied im oberen Management eines internationalen Konzerns. Der versetzte ihn ein paar Jahre zuvor von Deutschland nach Wien, wo er sich mit seiner Frau sofort zu Hause fühlte.

Als er im Jahr 2003 in Pension ging, fragte ihn eine Frau: „Was fängst du jetzt mit deiner vielen Zeit an?“ Körperlich fit, geistig rege und neugierig war er immer noch. Auf Sport oder einen Hund hatte er keine Lust. Beim Nachdenken fiel ihm ein, als Student hatte er Texte für ein Studentenkabarett geschrieben. Die bekamen damals viel Applaus, wie er sich erinnerte. Also beschloss er: „Dann probiere ich es einmal mit der Schreiberei“.

Er begann erste Kurzgeschichten zu verfassen; las sich in die Theorie der Dramaturgie ein und konsumierte Bücher, wie man gute Texte schreibt. Viele Zuhörer fanden seine Kurzgeschichten gut. Er aber zweifelte, ob die Kommentare nicht wohlwollend waren, weil man ihn nicht entmutigen wollte. Dann fing die Suche nach einem Verlag an. Er musste leidvoll erfahren, dass es zwar viele, vor allem kleinere Verlage gibt, dass aber auch dort täglich viele Manuskripte von meist unbekanntem Autoren abgegeben werden. Die wenigsten Verlage schrieben ihm einen Absagebrief. Irgendwann veröffentlichten erste Literaturjournale seine Ergüsse und Verlage nahmen seine Geschichten in Anthologien auf. Als sie ihm dafür auch noch, wenn auch nur bescheidene Honorare zahlten, dachte er, jetzt ist es Zeit, sich an einen Roman zu wagen. Nach vielen Versuchen und Irrtümern erstand nach vier Jahren sein erster Roman. Seinen damaligen Verlag fand er zufällig, weil der Verleger den Ort kannte und liebte, an dem der Roman spielte. Auch bei seinem derzeitigen Verlag spielte der Zufall eine große Rolle.

Die vielen Reisen mit seiner Frau in ferne Länder, das Zusammentreffen mit Personen verschiedener Kulturkreise während seiner Berufstätigkeit und der Humor, der ihn ein Leben lang begleitete, finden sich in seinen Werken wieder. Wahre Begebenheiten in Vergangenheit und Gegenwart sind der Ideenpool aus dem der Autor schöpft.



Bislang wurden folgende Kriminalromane aus seiner Feder – die meisten beim medimont Verlag in Dasing bei München – veröffentlicht:

„Der Tote auf Bahn 4“, „Das Geheimnis der Mozartova Nr. 4“, „Der Maler der zwei Mal starb“, „Auch der Tod arbeitet im Weinberg“, „Tod in der Puszt“, „Das versperrte Paradies“, „Als der Renoir aus dem Rahmen fiel“

Seinen letzten Krimi: „Mord nach dem letzten Akkord“, erschienen im medimont-Verlag, stellt er am 17. Mai 2023 im Haus des Vereins GRÄTZLeben im 13. Bezirk in der Nothartgasse 40 vor. Worum geht es? Nach einem Konzert explodiert auf dem Parkplatz ein Auto. Darin eine bis zur Unkenntlichkeit verbrannte Leiche. Das Auto gehört dem Direktor einer Munitionsfabrik, der sich einen Tag später bei der Polizei meldet. Wer saß wirklich im Auto? Hat das Attentat etwas mit der dubiosen Fabrik zu tun? Oder war die Monarchistenvereinigung, in deren Räumen das Konzert stattfand, in den Fall verwickelt? Musste der Redakteur einer Zeitung sterben, weil er den Tätern zu nahe gekommen war? Erst als auf die ermittelnden Beamten geschossen wurde, kommt die Polizei den Tätern auf die Spur. **Tipp: Das Buch kann auch in den Buchhandlungen des 13. Bezirks erworben werden.**

BunterLebenHietzing



Dominik Nostiz

KULTURFREITAGE im GRÄTZLherz: jeder erste Freitag ist für Künstler*innen aus Hietzing reserviert, der Eintritt ist frei – Pay as you wish. Einlass 18 Uhr. Beginn 19 Uhr. Getränke gegen Freie Spende.

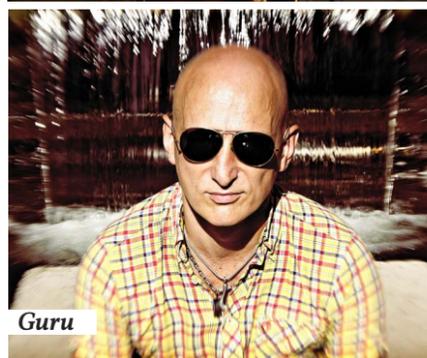
Freitag 3.3: Dominik Nostiz – Gitarrist mit 100% künstlerischer Freiheit – ein Abend voller Überraschungen. Er ist Musiker, Kurator und Kulturmanager und lebt in Wien. Seit 2002 entwirft und produziert er Kunst- und Kulturprojekte für Institutionen und Festivals sowie innovative und partizipative Kulturvermittlungsproduktionen im öffentlichen Raum. Dominik Nostiz ist Gründer und Leiter des Kulturvereins „Vereino8 – zur Förderung multimodaler Kommunikationsformen“, einer Schnittstelle und soziales Biotop für Kunst, Kultur sowie Wissenschaft. Dominik Nostitz arbeitet querdisziplinär und Genre-übergreifend und schafft Räume für Begegnung und Partizipation.



The Art of Duo

Freitag 31.3: The Art of Duo

Prickelnd, aufregend und edel wie ein Glas Champagner! Dieses exquisite Duo von Sängerin Patrizia Ferrara und Gitarrist Martin Spitzer entführt die ZuhörerInnen in die von Charme und Elan geprägte Jazz-Ära. Die beiden swingen mit Eleganz und Leichtigkeit und schaffen eine musikalische Landschaft, in der raffinierte Harmonien und Melodien mit Stil und Humor gefärbt werden. Patrizia Ferrara ist nicht nur als die neue Stimme von Szenemusiker Waldeck bekannt, sondern auch für ihre weitreichende musikalische Tätigkeit zwischen Pop, Soul, Weltmusik und Jazz, die sie unter anderem nach New York und Israel führte. Martin Spitzer zählt zu den renommiertesten Jazzgitarristen Österreichs, dessen musikalisches Spektrum von Jazz in seinen zahlreichen Varianten bis hin zu Latin, Funk und Soul reicht. Ein harmonisches gemeinsames Ganzes, das sich sowohl in Interpretationen von Songs aus dem Great American Songbook widerspiegelt als auch in Patrizias wunderbaren Eigenkompositionen.



Guru

Freitag 5.5: Guru aka Georg Hübner

Hier betritt der Elder Statesman der Wiener Szene mit seinem Solo-Programm die Szene: traditionelle und neue Wienerlieder sowie Eigenkompositionen über den Kleinbürger in uns, mal mit einem Augenzwinkern, mal bissig humorvoll, manchmal scheinbar nur Dada. Immer mit einem versteckten kleinen Rufzeichen und einem schelmischen Grinsen zwischen den Zeilen. Guru hat als Musiker (Billy Rubin Trio, The O5, StMarX) Auftritte und Tourneen im gesamten Europäischen Raum von Istanbul bis Liverpool auf seiner CV; als Produzent (Billy Rubin Trio, Gurus Šrāmł Kvařet, Plexus Solaire, Walter Pucher...) Veröffentlichungen in Europa und Fernost. Sagen Sie nicht Urgestein, das klingt nach Mineralwasser. Dies hier ist ein Jahrgangswein.



Kinderflohmarkt

Kinderflohmarkt im GRÄTZLherz Samstag 21.4. 10 – 16Uhr

Spielsachen, Gewand, Bücher, ... – schenkt den Dingen ein neues Leben! Die übergebliebenen Kindersachen können gerne im Anschluss an karitative Einrichtungen gespendet werden! Anmeldung unter: bunterlebenhietzing@gmail.com

Künstler*innen Vernetzung

Jeden ersten Mittwoch im Monat veranstaltet ACH! ArtClubHietzing ein Cometogether für Künstlerinnen und Künstler aus Hietzing und Umgebung. Ziel ist es, die Kunstschaffenden untereinander zu vernetzen, gemeinsame Ressourcen zu nützen und sich gemeinsam im Bezirk sichtbar zu machen. Termine: Mittwoch 1.3/ 12.4 (!) / 3.5. um 10 Uhr – insta & fb: [art_club_hietzing](https://www.facebook.com/art_club_hietzing)

künstler:innen
vernetzungstreffen



im café des hotel maximilian // mehr infos: ach-wien.at

Bezirksmuseum Hietzing

Das Bezirksmuseum Hietzing lädt herzlich ein: Die Ausstellung „Bildung in Hietzing“, wird am Tag der Wiener Bezirksmuseen am 12. März 2023 eröffnet. Unsere Präsentation, die die Schulen des 13. Bezirks vorstellt, ist bis zum 28.6.2023 zu sehen.

Der beliebte Komponist Leo Fall (1873 – 1925), Schöpfer vieler erfolgreicher Operetten, lebte von 1909 bis zu seinem Tod in seinem Landhaus in der Lainzer Straße 127, der „Villa Dollarprinzessin“. Der Feier seines 150. Geburtstags ist ein Festkonzert am 1. Juni gewidmet. Es spielen Mitglieder der Musik und Kunst Privatuniversität der Stadt Wien.

Künstler*innen aus dem 13. Bezirk bietet das Bezirksmuseum die Möglichkeit an, ihre Werke (Malereien, Grafiken, Fotos etc.) in seinen Räumlichkeiten zu präsentieren. Anfragen bitte an: bm1130@bezirksmuseum.at

Das Bezirksmuseum mit all seinen Veranstaltungen, Ausstellungen und Konzerten lebt nur von der Tätigkeit seiner ehrenamtlichen Mitarbeiter*innen. Alle, die das Team verstärken möchten, sind daher herzlich willkommen! Wir freuen uns über alle, die ihre Kenntnisse aus den Bezirksteilen mit anderen teilen wollen, z.B. Alt-Hietzing, Lainz, Speising, Ober- und Unter-St. Veit und Hacking.



Kunst am Bau in Hietzing – Folge 10



1

„Visuelle Streifzüge“ mit Mag. Gerhard Jordan

In der Zeit des „Roten Wien“ und in den „Wiederaufbau-Jahren“ nach dem Zweiten Weltkrieg fanden sich bei den Werken der „Kunst am Bau“ des Öfteren solche mit Bezug zu ArbeiterInnen. Auch im „bürgerlichen“ Hietzing sind Spuren davon zu sehen – in den sozialdemokratisch geprägten Bezirksteilen Lainz und Speising.

1 Im Zentrum der großen Gemeindewohnanlage „Siedlung Lockerwiese“ (mit über 760 Wohnungen) befindet sich in der Faistauergasse 68 ein Sgraffito mit dem Titel „Arbeitswelt“ (Foto 1, oben). Es wurde 1929, zur Zeit der Entstehung der Anlage, von Georg Samwald (1891-1969) geschaffen und stellt ein Arbeiterpaar mit einem Kleinkind dar – in einer Art, die (wohl nicht ganz zufällig) an die „Heilige Familie“ denken lässt. 1949 wurde das Werk in leicht veränderter Form neu angebracht, wobei u.a. die umgebenden Symbole Hammer und Sichel durch Figuren Werkstätiger ersetzt wurden.



2

2 In der Hetzendorfer Straße 165-187 (Speising) befindet sich ein 1950-52 errichteter Gemeindebau. An der Wand bei der Ecke zur Atzgersdorfer Straße ist ein Bild „Bauarbeiter“ zu sehen, das aus insgesamt 8 Kunststeinreliefs zusammengesetzt ist, die Arbeiter – und auch eine Arbeiterin – mit ihren Werkzeugen darstellen (Foto 2, Mitte). Entworfen wurden die Werke von Leopold Hohl (1886-1969) und Richard Ruepp (1885-1958).



3

3 Und ausnahmsweise sei ein kurzer „Abstecher“ nach Hetzendorf, nur wenige Meter über die Bezirksgrenze, gestattet. Dort steht in der Wundtgasse vor Nr. 36-38 die Kunststein-Skulpturengruppe „Ziegelschupferinnen“ aus dem Jahr 1985 (Foto 3, unten). Der Bildhauer und Wotruba-Schüler Oskar Höfinger (1935-2022) hat hier eine Szene aus den Gründungsjahren der 1921-26 errichteten genossenschaftlichen „Siedlung Rosenhügel“ verewigt – die übrigens durch eine vor dem Kunstwerk aufgestellte Fototafel gut nachvollziehbar ist.

Nächste Termine

GRÄTZLSPAZIERGÄNGE „Kunst am Bau im 13. Bezirk“ mit Gerhard Jordan

- **Küniglberg und Umgebung: Samstag, 15. April 2023, 15-17 Uhr.**
 - **Der Südosten des 13. Bezirks: Samstag, 6. Mai 2023, 15-17:30 Uhr.**
- Teilnahme gratis; Anmeldung per Mail an hietzing@gruene.at (Treffpunkt, Verständigung über etwaige Verschiebung o.ä. werden rechtzeitig bekanntgegeben).

BICIBUS Hietzing

Im letzten GRÄTZLeben Magazin (#10 Winter 2022) haben wir auf Seite 13 vom BICIBUS Hietzing berichtet. Die Hietzingerin Eva-Maria S. hat gemeinsam mit Nicole H. und der Hietzinger Radlobby bereits am 22. September 2022 eine Bici-Bus Toru geplant. Unter dem Motto „Gemeinsam in die Schule radeln“ ging es mit einer Polizei-Eskorte begleitet auf den Zweirädern durch den Bezirk von Schule zu Schule.

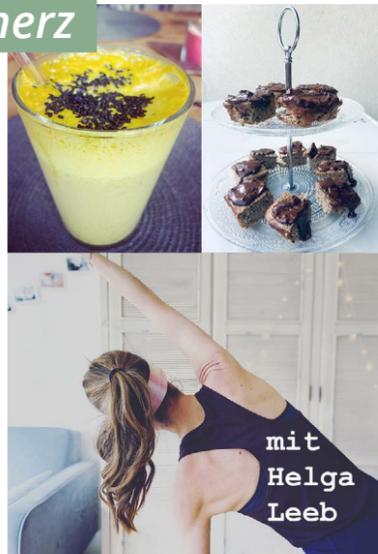
Nun sind Fortsetzungen geplant: Freitag, 21. April und am Freitag, 23. Juni. Die Route bleibt vermutlich unverändert (Sillerplatz, VS Speisinger Straße, GTVS Steinlechnergasse, NKMS Otto-Glöckel-Gasse, BG/BRG Fichtnergasse, BG/BRG Wenzgasse und VS Am Platz).

Sie haben Fragen oder wollen diesmal dabei sein? Dann melden Sie sich per E-Mail an wien13@radlobby.at



Namaste im GRÄTZLherz

Silvia Knoll und Helga Leeb verwandeln regelmäßig unser Vereinslokal in eine Yoga-Wohlfühloase. Ob am Abend oder am Vormittag, bei uns finden Sie den für sie passenden Termin. Neu im Angebot gibt es nun Yoga & Brunch – Brunch & Yoga, als auch einen Kinder-Yoga-Nachmittag. Nähere Informationen entnehmen Sie bitte den beiden Flyern. Falls Sie einmal Yoga-Luft schnuppern wollen, dann ist für Sie Schnupperryoga am 18.3 um 11 Uhr im Rahmen unserer Gesundheitsmesse (Seite 18) genau das Richtige



yoga & brunch brunch & yoga

Samstag, 15. April 2023 um 9:30
im Grätzlherz in der
Nothartgasse 40 am Roten Berg

Es erwartet dich eine feine
75-minütige Yogastunde für
Anfänger und Geübte mit
anschließendem Brunch.
Ja, es gibt auch Kaffee :-)

Deine Investition: 35,-

Ich freue mich auf deine
Anmeldung:
www.helgaleeb.com
helga.leeb@hotmail.com
0650/8126522

Yoga im GRÄTZLherz In der Nothartgasse 40

Yoga mit Silvia Knoll
Montag 18:30-19:45h
& 20:00-21:15h

silviaknoll.at | 0699 1826 7507

Yoga mit Helga Leeb
Dienstag 18:30-19:30h
& Donnerstag 10-11h
helgaleeb.com / helga.leeb@hotmail.com



Mehr Infos auf
www.grätzleben.at

Kinder-Yoga- Nachmittag mit Helga

Samstag, 15. April 2023
von 12:30 bis 15:00

im Grätzlherz in der
Nothartgasse 40 am Roten Berg

- * Kinderyoga-Stunde
- * Spiel und Spaß mit
Yoga-Materialien
- * Gesunde Jause

Preis: 35,-
für Geschwisterkinder + 10,-

Ich freue mich auf dein Kind!
www.helgaleeb.com
helga.leeb@hotmail.com



Bunte Tagung rund um ZUSAMMENHALT

Sie kennen das Kardinal König Haus nur vom Vorbeigehen? Oder waren schon lange nicht mehr bei uns? Dann ist unsere Tagung im Mai vielleicht ein guter Anlass, sich von der Buntheit unserer Angebote zu überzeugen, dann an dieser Veranstaltung wirken alle Bildungsbereiche mit!

Am 25. Mai dreht sich alles um den Zusammenhalt. Bei einer Tagung werden wir dieses hochaktuelle Thema in Vorträgen und Workshops „wahrnehmen und weiter denken.“ Die Beiträge reichen vom Klimaschutz über Bildung, sorgende Gemeinschaften, Wohnformen und Spiritualität bis zu frühkindlicher Bindung und konstruktiver Kritik. Ebenso bunt ist das Rahmenprogramm mit Kunst und einem interaktiven Ausklang im Garten.

Das Detailprogramm und alle weiteren Infos finden Sie auf www.kardinal-koenig-haus.at/zusammenhalt.



Hietzinger Ferienbetreuung im GRÄTZLherz

FERIENBETREUUNG

Angebot: **Abwechslungsreiche Ferienwoche in Hietzing für Kids von 6 - 14 Jahren**

(Schwimmen, Tiergarten, Ballspiele, kooperative Spiele, Turniere, Schnitzeljagd, Fotoworkshop, Kochen, Kreatives u.v.m.)

9-16 Uhr Betreuungszeit

(Early Check in & Late Check Out auf Anfrage)

Guter Betreuungsschlüssel

(mind. 2 Personen für 10 Kinder)

Wann:
1. Woche: Mo. 10.- Fr. 14. Juli
2. Woche: Mo. 17.- Fr. 21. Juli
3. Woche: Mo. 24.- Fr. 28. Juli



Wo: im **GRÄTZLherz Vereinslokal beim Roten Berg**
(Nothartgasse 40, 1130)

Kosten: Bei Buchung für eine komplette **Woche 295€/Person** inklusive Verpflegung und Eintritte.
Buchung einer 2ten Woche oder Geschwisterkind **250€/Person**.
Zusatz **30€** bei Übernachtung Donnerstag auf Freitag

Anmeldung:
Anmeldung ab sofort per E-Mail (info@grätzleben.at) oder telefonisch (**0676 44 67 266**) unter Angabe des Namens und Alter des Kindes.
Kostenlose Stornierung bis 14 Tage vor Campwoche (abzüglich 15€ Bearbeitungsgebühr). Danach 50% der Gesamtkosten (ausgenommen Erkrankung).

Wir freuen uns sehr über die gemeinsame Zeit mit dir!

www.GRÄTZLeben.at

Durch die geschlossenen Schulen im Sommer pausiert nicht nur die Bildung der Schüler*innen für 9 Wochen, sondern diese Tatsache stellt viele Eltern vor offene Fragen und Sorgen. „Wie soll ich mein Kind versorgen, wenn ich doch arbeiten muss?“ oder „Die Ferienbetreuungen sind so weit weg und meine Kinder kennen dort niemanden.“ Wir haben die Lösung für Sie. Unter der Leitung von Christopher Hetfleisch (Sozialarbeiter, Lehrer & Lebens- und Sozialberater mit langjähriger Erfahrung in der offenen Kinder- und Jugendarbeit) bietet unser Verein in drei Juli-Wochen abwechslungsreiche Ferienwochen in Hietzing für Kids von 6-14 Jahren an. Die Freizeitgestaltung wird individuell auf die Bedürfnisse der Kinder abgestimmt. Dies ist möglich, da wir einen Betreuungsschlüssel von 1:5 haben und das Betreuungsteam diverse Fähigkeiten und Interessen mitbringen. Außerdem nehmen wir maximal 20 Kinder pro Woche an (Mindestkinderzahl sind 4). Der Preis für eine komplette Woche inklusive Verpflegung und Eintritten beträgt für MitgliedsKinder lediglich 250€. Scannen Sie einfach den QR-Code und sichern Sie einen Platz für Ihr Kind.

Neben unseren drei Betreuungswochen bietet auch die liebe Constanze von fotostube.at Kinderferienbetreuung im GRÄTZLherz an (1. Juliwoche und 3./4. Augustwoche). Hier stehen künstlerische Freizeitgestaltungen im Vordergrund. Die Kernzielgruppe für den Sommerfotokurs sind 10-14 Jährige, wobei auf Nachfrage auch eine Gruppe für Volksschulkinder aufgemacht wird.



Spendenaufruf fürs Notquartier

Seit Ende Herbst gibt es in Hietzing ein Notquartier für vertriebene Menschen. In dieser Unterkunft sind vor allem ukrainische Familien untergebracht, die innerhalb weniger Tage zu einer Dauerunterkunft innerhalb Österreichs vermittelt werden sollen. Unser Vereinsobmann Christopher hat sich im Jänner mit der Hausleitung getroffen und erfragt, wie wir Hietzinger*innen helfen können. „In den Tagen des Wartens brauchen die Kinder und Erwachsenen Möglichkeiten zur Freizeitgestaltung, daher wünschen wir uns Spielmöglichkeiten wie Bälle, Federball und dergleichen. Besonders toll wären kleine Fußballtore“, antwortete die Hausleitung. Nun sammeln wir Geld, um dem Notquartier die gewünschten Utensilien kaufen zu können. Bitte geben Sie bei Überweisungen den Betreff „Notquartier“ an. Selbstverständlich nehmen wir auch passende Sachspenden entgegen. Die Übergabe soll spätestens zu Ostern stattfinden. **Wir bedanken uns bereits an dieser Stelle für Ihre Spende!**



Scannen Sie den QR-Code einfach mit Ihrer Bank-App!



GRÄTZLeben Hietzing
IBAN: AT 27 1200 0100 3018 3031
Betreff „Notquartier“

Elisabeth Walter, die Aufstellerin



die Aufstellerin
ELISABETH WALTER

Der Weg zur Aufstellerin ist Elisabeth Walter ein bisschen „passiert“. Ihr Ziel, bei der beruflichen Neuorientierung war lediglich: Ein Angebot für Menschen, soll es sein. Bei den Aufstellungen wusste sie instinktiv: das ist ihr Weg, das passt zu ihr. Viele Jahre später ist sie immer noch begeistert von den vielfältigen Möglichkeiten, die sich bieten. Egal ob Beruf, Partnerschaft oder Familie, Kinder oder Körperbewusstsein, oft ist es die Wut, die Trauer, die Angst, die Schockerlebnisse, die das Leben belasten und beim einen oder anderen Weg, die Blockaden oder Hindernisse schwer zu überwinden erscheinen lassen.

So hält sie sich an Goethes Zitat: „Auch aus großen Steinen, die im Weg liegen, kann man schöne Dinge bauen.“ Und das ist auch ihr Angebot für ihre Kund*innen: Eine maßgeschneiderte Begleitung mit Aufstellung und psychologischem Training

Web: elisabethwalter.com

Tel.: 0699 1100 5408

E-Mail: office@elisabethwalter.com

(T)Räume fürs Leben – das Erlebnis-Festival

20 Frauen haben sich zusammengetan und präsentieren in zauberhaftem Ambiente die unterschiedlichsten Ideen, die auch dich inspirieren, deine Lebens(t)räume wahr werden zu lassen.

Dich erwartet:

Duftendes und Pflegendes, Rechtsberatung, Digitalisierungsberatung, Finanztips, Kräuterkunde, Yoga-Impulse, Kinesiologie, Frauenkraft aus uralten Weisheiten, Psychologisches, Schmückendes, Kulinarisches u.v.m.

Einen ganzen Tag kannst du in Impulsvorträge, Kreativworkshops, kinesiologische Testungen, Verkostungen von Prickelndem und Köstlichem, individuelle Beratungen eintauchen und Raum für Raum deine Träume, deinen Weg ausprobieren.

Wann: 18. März 2023 | 10:00 – 14:00 und 14:00 – 19:00 Uhr

Ort: MADAME MAMA – der Salon

Auhofstraße 205 – Eingang Aichbühelgasse, 1130 Wien



Eine „moderne“ Kirche?

Wie immer stellen wir in der Artikelserie „Architektur in Hietzing“ vor allem Gebäude vor, die nicht unbedingt in Reiseführern zu finden sind, aber den Charakter unseres Viertels prägen. Zu diesen gehört zweifelsfrei auch die St.-Hemma-Kirche, die etwas abgelegen in der Wattmanngasse zu finden ist. Kirchen liegen oft an prominenten Stellen und bilden dadurch eine bauliche und geistige Ortsdominante. Wir kennen Kirchen als Dorfzentren oder Stadtwahrzeichen und wir kennen Barockkirchen, die so prominent in der Landschaft platziert sind, dass die Landschaft fast in den Hintergrund gerät. Für die St.-Hemma-Kirche gilt keine dieser Aussagen. Trotzdem repräsentiert die Kirche einen interessanten (Kontra)Punkt in der Architekturgeschichte ihrer Zeit.

In einer früheren Ausgabe haben wir schon über die Konzilsgedächtniskirche am Lainzer Platz, geplant von Architekt Josef Lackner, aus den Jahren 1966–1968 geschrieben. Es ist ziemlich überraschend, dass die St.-Hemma-Kirche zur gleichen Zeit entstanden ist. Sie wurde nach einem Entwurf von Architekt Erwin Plevan gebaut, im Jahr 1966 fertiggestellt und 1967 eröffnet. Doch obwohl die beiden Kirchen aus derselben Zeit stammen, ist ihre Architektur völlig unterschiedlich.

Bei der Konzilsgedächtniskirche Lainz zeigen sich die neuen, revolutionären Ideen des zweiten Vatikanischen Konzils ganz klar auch in einer modernen Architektursprache. Die St.-Hemma-Kirche hingegen bleibt bekannten, traditionellen Prinzipien des Kirchenbaus treu: Starke Symbolik, ein hoher, einheitlicher Raum mit frontal ausgerichtetem Altar und zwei Seitenschiffen, sowie ein Kirchturm prägen ihr Erscheinungsbild. Trotzdem ist die Architektur der St.-Hemma-Kirche für die damalige Zeit nicht altmodisch. Dank einer ausgeglichenen Raumproportion wirkt der Innenraum nicht überwältigend. Man hat das Gefühl, eher einen größeren Wohnraum als ein Kirchenschiff zu betreten, wo man anderen Menschen ganz offen begegnen kann. Durch die verglaste Frontseite kommuniziert die Kirche mit der Straße und ladet zu einem Besuch ein. Obwohl die St.-Hemma-Kirche architektonisch viel mehr einer traditionellen Kirche entspricht, hat sie doch auch einiges mit der Lainzer Kirche gemeinsam - vor allem die Idee, dass eine Kirche hauptsächlich ein Treffpunkt für Menschen sein soll. Diese Idee verfolgen die Architekten der beiden Kirchen aber jeweils mit unterschiedlichen Methoden. Bei der Konzilsgedächtniskirche sehen wir ein Abwenden von der Tradition, ein typisches Phänomen der Moderne. Im Gegensatz dazu geht es bei der St.-Hemma-Kirche mehr um eine

Adaptierung der Tradition an neue Bedürfnisse. Diese Herangehensweise entspricht einer anderen, damals erst am Anfang stehenden Strömung in der Architektur - der so genannten Post-Moderne. Somit können wir bei der St.-Hemma-Kirche über einen der ersten Bauten mit Elementen aus der Post-Moderne in Österreich sprechen.

Oft spiegelt die Architektur aktuelle gesellschaftliche Themen wieder, wie in diesem Fall die Frage, wie man mit Traditionen umgehen soll. Während die katholische Kirche in der Zeit des zweiten Vatikanischen Konzils noch ihren eigenen Zugang zur Moderne gesucht hat, waren andere schon wieder auf der Suche nach einem Weg aus der Zeit der Moderne hinaus.

An diesem Beispiel von zwei gleich alten, aber doch ganz unterschiedlichen Kirchen, wird gut sichtbar, dass die Geschichte der Architektur nicht immer eindeutig ist, sondern auch verschiedene Strömungen nebeneinander verlaufen sind. In der Architekturgeschichte gibt es viele solcher parallelen Linien, die sich gegenseitig bereichern haben. Wie man sieht, sind auch in Hietzing spannende Beispiele für diese parallelen, oft gegensätzlichen Strömungen zu finden.

Über die Autor*innen:

Arch. Carina Zabini, MArch. & MgA. David Kovařík PhD.

Nicht nur die berühmten Villen der Moderne haben den 13. Bezirk geprägt. In der Artikelserie „Architektur in Hietzing“ widmen wir uns nicht ganz so bekannten, aber mindestens genauso spannenden Bauten in unserem Bezirk. Mit unserem Büro Weitblick Architektur sind wir auch in Hietzing zu Hause. Wir beschäftigen uns vor allem mit bestehenden Gebäuden, für welche wir neue Nutzungsstrategien entwickeln – von Renovierungen, über Interior Design, bis hin zu Zubauten und Erweiterungen. So haben wir auch den leerstehenden Supermarkt am Roten Berg zum GRÄTZLherz umgebaut.



Web: weitblick.space

Tel.: 0676 4 660 660

E-Mail: office@weitblick.space

Addr.: Kupelwiesergasse 19/1

Die Hietzinger Grätzbuchhandlungen



Lainzer Grätzbuchhandlung
Lainzer Straße 141
Web: graetzbuchhandlung-lainz.at
Tel.: 01 803 91 39

Bücher & Geschenkladen Ober St. Veit
Hietzinger Hauptstraße 147
Web: buecher-geschenkladen.at
Tel.: 01 944 01 33

Buchhandlung Kral-Hietzing
Hietzinger Hauptstraße 22
Web: kral-buch.at/kralhietzing
Tel.: 01 877 61 02

Moritz' Buchtipp

Die Warrior Cat Reihe von Erin Hunter. Katzen leben in einem Wald, wo selten Menschen vorbeikommen. Sie sind in verschiedene Clans unterteilt, zwischen den Gruppen herrscht manchmal Frieden, manchmal Krieg. Die Katzen müssen alle möglichen Abenteuer bestehen, wie zum Beispiel ihr Revier verteidigen, andere Charaktere retten und mehr. Alle Anführer eines Clans haben neun Leben. Die Geschichten sind immer spannend aufgebaut und hängen alle zusammen, was oft für Überraschung sorgt. Man sollte nur aufpassen, dass man die Bücher in der richtigen Reihenfolge liest, da es sonst sehr verwirrend ist. Die Bücher sind in mehreren Staffeln unterteilt, in denen immer andere Katzen die Hauptrolle spielen. Manchmal spielen andere Gruppen wie zum Beispiel die Menschen oder andere Tierarten eine Rolle, weshalb es nie langweilig wird. Die Geschichte wird aus der Sicht mehrerer Figuren erzählt, was das Leseerlebnis sehr authentisch macht. Man muss die Handlung konzentriert verfolgen, um den Faden nicht zu verlieren. Das und andere Faktoren, wie zum Beispiel der Humor und die Spannung, führen zu einem tollen Leseerlebnis.



GRÄTZLbuchhandlung Tipp

Wir lieben Milena Michiko Flašar! Mit dem fein gezeichneten Roman „Ich nannte ihn Krawatte“ (2012) erzählte die Autorin vom Phänomen des »Hikikomori«, dem kompletten Rückzug aus der Gesellschaft - aber auch von Wegen, die zurück ins Leben führen. In „Herr Kato spielt Familie“ (2018) zeichnete sie mit wenigen Strichen und viel Wärme ein ganz normales Leben. Im Mittelpunkt stand ein Pensionist, der sich von einer Agentur als Opa, Exmann oder Vorgesetzter vermitteln lässt und so viele ganz unterschiedliche Menschen trifft - ein zarter Roman über einen späten Neuanfang und über das Glück.

Nun ist der neue Roman von Flašar erschienen: „Oben Erde, unten Himmel“ erzählt reduziert und zugleich einfühlsam von den Menschen, ihren Ängsten, ihrem Verdruss - und ihrem Sterben: »Kodokushi« ist das japanische Wort für »unbemerkt Sterbefälle«. Und Herr Ono ist genau das: unbemerkt verstorben. Es gibt viele wie ihn. Erst wenn es wärmer wird, rufen die Nachbarn die Polizei. Und dann rückt Herr Sakai mit seinem Putztrupp an, der auf solche Fälle spezialisiert ist. Zu diesem gehört ganz frisch „Fräulein Suzu“. Sie lernt schnell... »Oben Erde, unten Himmel« ist ein heiterer, hellwacher Roman über Nachsicht, Umsicht und die »letzten Dinge«.



Christine Lewandowski



Christine Lewandowski
Ehe-, Familien- und Lebensberaterin
www.beratung-lewandowski.at

Veränderungen – wofür?

Der Frühling kommt – ein Sinnbild für Neuanfang, Aktivität und Leben. Vielleicht sind Sie dabei, etwas Neues anzugehen, sich Ziele zu setzen und Ihre Vorhaben (endlich) umzusetzen? Ich bemerke immer wieder, dass Menschen nach einigen Veränderungsversuchen aufgeben und diese dann bleiben lassen. Klar, Veränderungen umzusetzen ist für uns Gewohnheitstiere mitunter das Schwierigste überhaupt. Manches Mal liegt es an der Zielsetzung an sich. Sie wissen bestimmt oft genug, was Sie nicht mehr wollen (z.B. den Job) – jedoch: was wollen Sie stattdessen? Also wohin soll Sie die Zielerreichung führen und wofür wollen Sie es überhaupt erreichen? Ist die Zielerreichung attraktiv genug (denn nur attraktive Ziele lohnen sich erreicht zu werden)? Ist das Ziel auch messbar? Also, woran merken Sie, dass Sie Ihr Ziel erreicht haben? Und natürlich: ist Ihr Ziel überhaupt und unabhängig von Dritten erreichbar? Alles ganz schön kompliziert. Darum hilft es, Ziele möglichst konkret und „klein“ zu definieren. Also, was wäre der nächste kleine Schritt in die richtige Richtung? Ich wünsche Ihnen viel Erfolg bei all Ihren Vorhaben.

Hier spricht der Boomer – Kolumne von Leo K.

Hallo und Willkommen in meiner Kolumne! Mein Name ist Leo Kienmandl und ich bin Jahrgang 1962, somit Angehöriger einer Generation die man seit einigen Jahren leicht spöttisch „Boomer“ nennt. Ich hatte diesbezüglich unlängst ein Gespräch mit einer jüngeren Arbeitskollegin, die meinte: „Du hast es gut, du kannst bald in Pension gehen. Ich werde mindestens bis zu meinem 67. Lebensjahr arbeiten müssen. Jetzt gehen die ganzen Boomer in Pension und ich verstehe die Jungen, die angefressen sind, die müssen das alles bezahlen ...“

Für mich ist diese Diskussion Synonym eines gesellschaftlichen Phänomens unserer Zeit, nämlich dem Abhandkommen von Solidarität und mangelndem Gefühl für Gerechtigkeit. Denn natürlich müssen die Pensionen bezahlt werden, in unserem Land mit einem (noch) halbwegs intakten Sozialsystem gilt bekanntermaßen der sogenannte Generationenvertrag, d.h. dass die im Arbeitsleben stehende Generation die Renten für die Generation im Ruhestand erarbeitet.

Dass sich das alles mit steigender Lebenserwartung irgendwann nicht mehr ausgeht ist seit langem ebenso bekannt wie es Aufgabe der Politik gewesen wäre, für die Sicherung des Fortbestandes des Sozialsystems zu sorgen, z.B. mit einer gerechten Besteuerung. Laut einem OECD-Vergleich aus dem Jahr 2017 (Quelle Momentum Institut) betrug der Anteil an Vermögenssteuern am Bruttoinlandsprodukt in Österreich 0,5% (zum Vergleich Deutschland 1%, Schweiz 2%, USA ca. 4%). Daraus ist ersichtlich, dass hierzulande Vermögen sehr schonend geparkt werden kann und umgekehrt Vermögende vergleichsweise wenig für das Gemeinwohl beitragen. Dies soll nun keine Neid-Debatte werden, sondern nur aufzeigen, dass genug „Luft nach oben“ für die Finanzierung der Pensionen und des Sozialsystems insgesamt besteht. Es sollte also nicht heißen „jung VS. alt“ sondern „jung UND alt“

gemeinsam und solidarisch für ein gerechteres System und ein besseres Leben! Wenn man meiner Generation etwas vorwerfen kann, dann dass wir neben all dem jahrzehntelangen emsigen Arbeiten für den sogenannten Wohlstand, es verabsäumt haben die Politik diesbezüglich in die Pflicht zu nehmen. Und die sogenannte „Generation Z“ kann uns wohl zu Recht vorwerfen, dass wir es mit Blick auf die kommende Klima-Katastrophe versemelt haben. Weder haben wir den Bericht des Club of Rome zur Lage der Menschheit „Die Grenzen des Wachstums“ (1972) wirklich zur Kenntnis genommen, noch so naheliegende kritische Musikstücke wie das Album „Die letzte Welt“ der Schmetterlinge (1982) ausreichend gewürdigt und entsprechend gehandelt. 2022 stehen wir kurz davor, alle gemeinsam zur Generation Z zu werden: das könnte einem grantigen alten Mann (in welchem politischen Machtzentrum der Welt auch immer) mit dem berühmten roten Knopf in Sekunden gelingen oder uns allen, wenn wir so weitermachen, in ein paar Jahrzehnten.

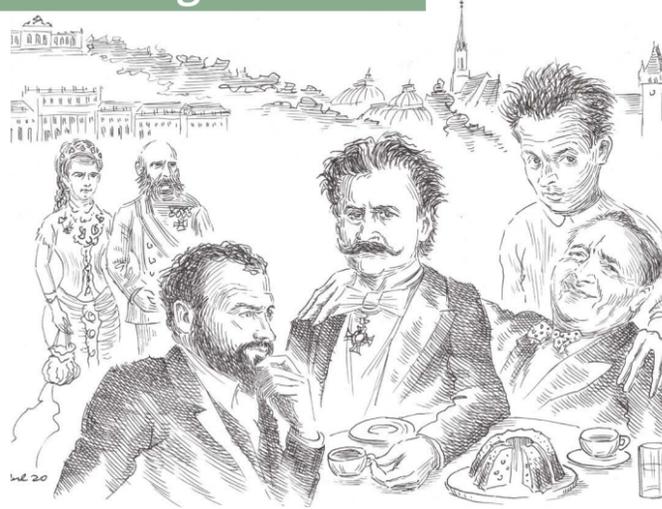
Vielleicht hilft es in dieser ausweglos scheinenden Situation, sich zurückzubedenken auf jene Aufbruchsstimmung vor drei Jahrzehnten, die dem Lichtermeer auf dem Wiener Heldenplatz (Anfang 1993) innewohnte – übrigens etwas, worauf wir Boomer durchaus stolz sein können! Mehr dazu demnächst hier ...

Leo Kienmandl lebt in Ober St. Veit und ist Vereinsmitglied



Hietzing in Zahlen

In Hietzing leben aktuell ca. 54.000 Menschen und ca. 24.000 Menschen haben ihren Arbeitsort hier. Einige von diesen Personen durften wir bereits in dieser Rubrik vorstellen. Auch diesmal ist wieder Platz für interessante und aktive Persönlichkeiten, welche in und über Hietzing hinaus wirken und sich auf unterschiedlichen Arten in die Gesellschaft einbringen. Doch im Grunde könnte jede und jeder Einzelne hier vorgestellt werden. Jedes Individuum ist einzigartig, interessant und wertvoll und könnte eine Geschichte über sich erzählen. Aber nicht Jede*r will das. Und auch nicht Jede*r kann das. Wir alle sind jedoch Menschen und als diese verbindet uns das soziale Bedürfnis. Wir Menschen nähren uns von sozialen Kontakten. Aus diesem Grund ist es uns als Verein so wichtig Orte der Begegnung zu schaffen, wie zum Beispiel die Plauderinseln am Tag der Nachbarschaft!



© Thomas Werchota

Plauderinseln am Tag der Nachbarschaft



Nohartgasse 40
Web: grätzleben.at
Tel.: 0676 44 67 266

Am 26. Mai findet europaweit der Tag der Nachbarschaft statt. In Hietzing gibt es an diesem Tag an 5 Orten Plauderinseln (koordiniert von der Initiative demenzfreundliches Hietzing: HYPERLINK "<http://www.demenzfreundlich.at/1130>"). Selbstverständlich sind wir als Nachbarschaftsverein mit von der Partie und laden an diesem Tag von 15 bis 21 Uhr ein zu uns ins Nachbarschaftslokal zu kommen. Für Kaffee, Kuchen und andere Getränke sorgen wir selbstverständlich. Wir freuen uns darauf mit euch ins Gespräch zu kommen und eine nette gemeinsame Zeit zu erleben.

Spielraum für Kinder von 0-3 Jahren

Mein Name ist Angelika Korab. Ich bin 43 Jahre alt, verheiratet und Mutter von zwei Kindern. Als diplomierte Kinderkrankenschwester konnte ich bereits viele Erfahrungen sammeln. Die Arbeit mit Kindern ist für mich sehr wertvoll und wichtig. Eng damit verbunden sind natürlich auch die Eltern, die mit ihren Kindern eine Einheit bilden.

Seit Jänner biete ich im GRÄTZLherz Eltern-Kind-Gruppen an. Besonders wichtig ist mir dabei, dass hier ein Raum geschaffen wird, in dem Kinder und ihre Bezugspersonen neue Kontakte knüpfen können. Im oft stressigen Alltag fehlt vielen jungen Eltern meist die Zeit, zur Ruhe zu kommen und auch einmal offen über ihre Sorgen und Ängste zu sprechen. Diese Ruhe und Sicherheit möchte ich in meiner Gruppe schaffen. Jede Stunde beginnt und endet mit einem Lied und Kniereitern. Während die Eltern sich bei einer Jause austauschen, können die Kinder frei spielen. Eintritt ist jederzeit möglich.

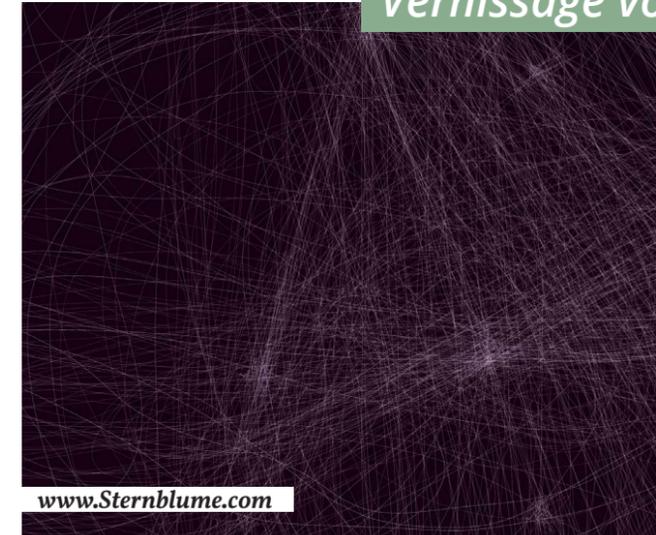
Ab April plane ich auch Gruppen für Schwangere, in denen die erste Zeit mit dem Baby als Thema im Vordergrund stehen wird.

Gerne mache ich auch persönliche Einzelberatungen in Form von Hausbesuchen.



Kontakt und Anmeldung:
raumfuersherz.at

Vernissage von Rachel



www.Sternblume.com

Rachel Jag, bildende Künstlerin aus Wien, lädt zu ihrer Print Ausstellung „schweben“ ein. Ihre digitalen Arbeiten werden von 24. April bis 5. Mai im GRÄTZLherz ausgestellt. Die Vernissage findet am 23. April um 17 Uhr statt. Intuitiv entstandene Bilder, Formen wie aus anderen Welten, Klangbilder und digitale Zeichnungen, die den*die Betrachter*in auf eine Reise in inspirierende Atmosphären mitnehmen soll. Die Künstlerin möchte im Verein demnächst malpädagogische Kurse in kleinen Gruppen zu Themen wie „Kraftorte“, „intuitiv malen“, „Mein bunter Sternenhimmel“ u.v.m. anbieten. Es sind keine Vorkenntnisse notwendig, es geht ausschließlich um kreativen Ausdruck, einfach abzuschalten und die Freude am Malen wieder zu entdecken. Bei Interesse für eine Schnupperstunde bitte einfach eine Mail an: art@sternblume.com senden. Wir freuen uns auf Euer Kommen.

Gallery Gundula Gruber

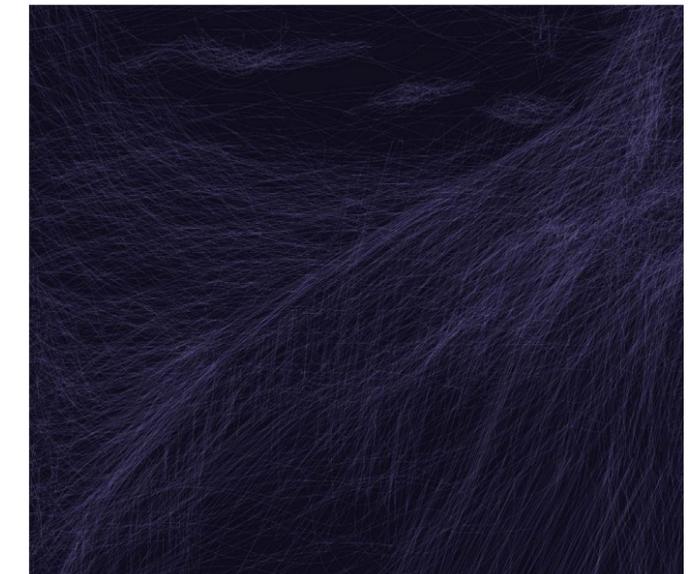
Gundula Gruber und unser Verein haben viel gemeinsam. Wir waren beide in den Corona Lockdowns sehr aktiv und mutig genug Räume anzumieten. GRÄTZLeben Hietzing hat sein Nachbarschaftslokal beim Roten Berg und Gundula Gruber ihre Galerie in Ober St. Veit eröffnet. Im Jänner besuchten wir die inspirierende Ausstellung „If i can't break through the roof, I will make out with wall“ von Simon Kubik und Bianca Regl. Wir freuen uns sehr über das neue Kulturangebot im Grätzl!



Gundula Gruber und Künstlerin Bianca Regl



Schweizertalstraße 4/1
Web: gallerygundulagruber.net



Veranstaltungen in Hietzing

Wöchentliche Angebote

Jeden Montag Spiel- und Begegnungsraum

9:30-11 Uhr im GRÄTZLherz, Anm.: raumfuersherz@gmx.at

Jeden Montag Kinderfußball – ausgenommen Ferien

14:30-15:30h Fußballplatz am Roten Berg für Kinder von 5-10 Jahren

Jeden Montag Yoga mit Silvia

18:30 Uhr & 20 Uhr im GRÄTZLherz, Kursangebot,
info@silviaknoll.at, 0699 18 26 7507

Jeden Dienstag Yoga mit Helga

18:30-19:30h im GRÄTZLherz, Kursangebot,
helga.leeb@hotmail.com, www.helgaleeb.com

Jeden Donnerstag Yoga mit Helga

10-11 Uhr im GRÄTZLherz, Kursangebot,
helga.leeb@hotmail.com, www.helgaleeb.com

März

Do., 2.03. Spieleabend

18-21 Uhr im GRÄTZLherz, gemeinsam Spielen,
Spiele mitbringen & ausborgen

Fr., 3.03. Hietzing erzählt Treff

17-18 Uhr im GRÄTZLherz bei Kaffee und Kuchen mit Menschen
aus Hietzing über Hietzing sprechen

Fr., 3.03. Kulturfreitag – Dominik Nostiz

19 Uhr im GRÄTZLherz, Einlass ab 18:30 Uhr, Gitarrist mit
100% künstlerischer Freiheit, Getränke und Unter-
haltung gegen freie Spende

Sa., 4.03. Kinder-Koch-Workshop

10:30-13 Uhr im GRÄTZLherz, Siehe Seite 16,
Anm.: raumfuersherz@gmx.at

Do., 9.03. Kinderkochkurs

16-18 Uhr im GRÄTZLherz, Anm.: raumfuersherz@gmx.at

Sa., 11.03. Kinder-Koch-Workshop

10:30-13 Uhr im GRÄTZLherz, Anm.: raumfuersherz@gmx.at

Mo. 13.03. – Fr. 17.03. Gesundheitswoche

Das vielfältige Programm finden Sie auf den Seiten 18 und 19

Mi., 15.03. GRÄTZLratsch

15-17 Uhr im GRÄTZLherz, spontan vorbei kommen auf ein
Getränk und ins Gespräch mit Menschen kommen
oder auch einfach nur den Raum für sich nutzen,
ohne Anmeldung, für Alle geöffnet

Do., 16.03. Spieleabend

18-21 Uhr im GRÄTZLherz, gemeinsam Spielen,
Spiele mitbringen & ausborgen

Sa., 18.03. Gesundheitsmesse im GRÄTZLherz

10-16 Uhr im GRÄTZLherz, kostenlose Angebote wie Hörtest,
Körperfettwaage und Beratungsgespräche,
Programm siehe Seite 18 und 19

Sa., 18.03. (T)räume fürs Leben – Festival der Erlebnisse

10-18 Uhr in der Auhofstraße 205, Ticketkauf im Vorfeld
notwendig! siehe Seite 28

Mi., 22.03. GRÄTZLratsch

15-17 Uhr im GRÄTZLherz, spontan vorbei kommen auf ein
Getränk und ins Gespräch mit Menschen kommen
oder auch einfach nur den Raum für sich nutzen,
ohne Anmeldung, für Alle geöffnet

Mi., 22.03. Westeinfahrt - und Ausfahrt

19-20:30 Uhr im GRÄTZLherz; Der Obmann von "Für ein Lebenswertes
Hacking" lädt zur Informationsveranstaltung ein

Do., 23.03. Selbsterfahrungsraum

19:30 Uhr im GRÄTZLherz, Anm.: christian.zabini@chello.at

Fr., 24.03. & Sa. 25.03. Ostermarkt

14-18 Uhr im GRÄTZLherz, Kulinarik, Geschnitztes, Genähtes,
Kunsthandwerk und vieles mehr

Mi., 29.03. GRÄTZLratsch

15-17 Uhr im GRÄTZLherz, spontan vorbei kommen auf ein
Getränk und ins Gespräch mit Menschen kommen
oder auch einfach nur den Raum für sich nutzen,
ohne Anmeldung, für Alle geöffnet

Do., 30.03. Spieleabend

18-21 Uhr im GRÄTZLherz, gemeinsam Spielen,
Spiele mitbringen & ausborgen

Fr., 31.03. Kulturfreitag – The Art of Duo

19 Uhr im GRÄTZLherz, Einlass ab 18:30 Uhr, Sängerin Patrizia
Ferrera und Gitarrist Martin Spitzer, Swing,
Getränke und Unterhaltung gegen freie Spende

April

Do., 6.04. Spieleabend im GRÄTZLherz

18-21 Uhr gemeinsam Spielen, Spiele mitbringen & ausborgen

Mi., 12.04. GRÄTZLratsch

15-17 Uhr im GRÄTZLherz, spontan vorbei kommen auf ein
Getränk und ins Gespräch mit Menschen kommen
oder auch einfach nur den Raum für sich nutzen,
ohne Anmeldung, für Alle geöffnet

Sa., 15.04. Yoga & Brunch & Yoga

9:30 Uhr im GRÄTZLherz mit Helga Leeb, siehe Seite 26,
Anm.: helga.leeb@hotmail.com

Sa., 15.04. Kinder-Yoga Nachmittag

12:30 Uhr im GRÄTZLherz mit Helga Leeb, siehe Seite 26,
Anm.: helga.leeb@hotmail.com

Sa., 15.04. Kinderkochkurs siehe Seite 16

15:30-18 Uhr im GRÄTZLherz, Anm.: raumfuersherz@gmx.at

Sa., 15.04. Kunst am Bau Führung

15 Uhr mit Mag. Gerhard Jordan, Anm.: hietzing@gruene.at

Do., 20.04. Spieleabend im GRÄTZLherz

18-21 Uhr gemeinsam Spielen, Spiele mitbringen & ausborgen

Sa., 22.04. Kinderflohmarkt im GRÄTZLherz, siehe Seite 24

10-16 Uhr BunterLebenHietzing,
Anm.: bunterlebenhietzing@gmail.com

So., 23.04. Vernissage Print Ausstellung „schweben“

17 Uhr im GRÄTZLherz mit Künstlerin Rachel Jag, bis 5.Mai

Mi., 26.04. GRÄTZLratsch

15-17 Uhr im GRÄTZLherz, spontan vorbei kommen auf ein
Getränk und ins Gespräch mit Menschen kommen

Sa., 29.04. Kinder-Koch-Workshop Siehe Seite 16

10:30-13 Uhr im GRÄTZLherz, Anm.: raumfuersherz@gmx.at

Mai

Do., 4.05. Spieleabend im GRÄTZLherz

18-21 Uhr gemeinsam Spielen, Spiele mitbringen & ausborgen

Fr., 5.05. Kulturfreitag – Guru aka Georg Hübner

19 Uhr im GRÄTZLherz, Einlass 18:30 Uhr, traditionelle und
neue Wienerlieder, Getränke und Unterhaltung,
freie Spende

Sa., 6.05. Kunst am Bau Führung

15 Uhr mit Mag. Gerhard Jordan, Anm.: hietzing@gruene.at

Do., 11.05. Selbsterfahrungsraum

19:30 Uhr im GRÄTZLherz, Anm.: christian.zabini@chello.at

Mi., 17.05. Bücher schreiben & veröffentlichen - wie geht das?

17:30 Uhr im GRÄTZLherz mit Autor Ing. Gerhard Appelshäuser,
Anmeldung: 0676 44 67 266

Do., 18.05. Spieleabend

18-21 Uhr im GRÄTZLherz, gemeinsam Spielen,
Spiele mitbringen & ausborgen

Fr. 26.05. Tag der Nachbarschaft

15-21 Uhr im GRÄTZLherz, Internationale Kuchen und
Plauderinseln, keine Anmeldung, freie Spende

Jetzt dabei sein!

Bist du bereits Teil des GRÄTZLeben?

Dann erzähle deinen Freunden davon

und erhalte einen GRÄTZLeben Hoodie gratis!*

*Bei der Anwerbung eines neuen Mitglieds gibt es einen GRÄTZLeben Hoodie im Wert von 69€ geschenkt!



VERLOSUNG: Unter allen Mitgliedern (neue & alte) werden drei kostenlose Partys (Raum und Getränke) für maximal 20 Personen im Wert von 300€ verlost!

Teilnahmeschluss 31. März 2023



« **Beitragsformular**
Mehr Infos dazu gibt's auf
www.gratzleben.at/Mitgliedschaft-Spenden/



GRÄTZLeben

HIETZING



247 musicdesign.com



Korkisch

FOCO stube



POLZER

KAMI



DIABETOLOGIE HIETZING
DR. MARLIES FRANK

Dr. Kerstin Schallaböck
Ärztin für Allgemeinmedizin



Kardinal König Haus

SPORTORTHOPÄDIE ZENTRUM

MIXTUREN von

Dr. Mike Sommer



weitblick architektur



fUCHS www.fuchs.wien



Der Mediator
Dr. Alexander Krasser



die Villa INTERIOR & LIVING

das kistert ...voll Österreich

TÊTE À TEE www.teesalon.at

RAHMEN KUNST VERONIKA KORBEI

M2

Kunsthandel Widder

Sinnesglück Beratung & Coaching

Vielen Dank an unsere Kooperationspartner!