

FÜR EIN
GESUNDES
LEBEN
IN EINER
GESUNDEN
STADT.

BROSCHÜREN-BESTELLSERVICE

01/4000-76924 | broschueren@wig.or.at

GESUNDE PLÄTZE



GESUNDES
MARIAHILF

WiG 

WIENER GESUNDHEITSFÖRDERUNG

Stadt+Wien
Wien ist anders.



„Wien bietet zahlreiche und vielfältige Angebote, die Sie für Ihr persönliches Wohlbefinden, Ihre Gesundheit nutzen können – gerade auch im Gesunden Mariahilf.“

*Sandra Frauenberger, Stadträtin
für Soziales, Gesundheit und Frauen*



„Gute Nachbarschaft ist für die Lebensqualität und die Gesundheit wichtig. Das heißt, dass wir wissen, wo wir Unterstützung finden und wie wir etwas für unsere Gesundheit tun können. Diese Aufstellung soll Sie dabei unterstützen.“

Markus Rumelhart, Bezirksvorsteher Mariahilf



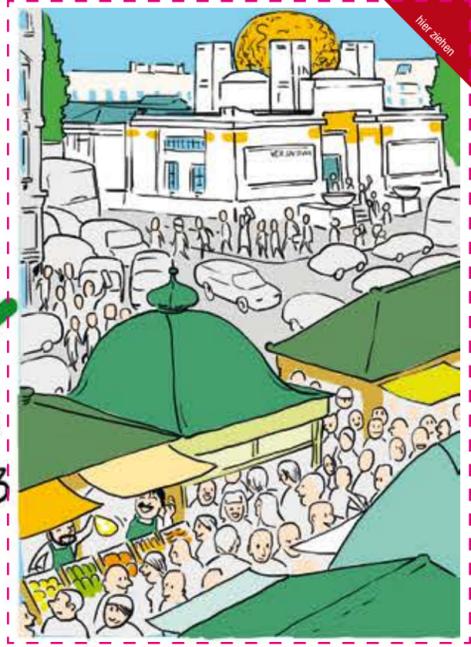
„Ob Ernährung, Bewegung oder seelische Gesundheit: Die vorliegende Übersicht soll Ihnen als Anregung und Unterstützung dienen, wenn Sie mehr für Ihr Wohlbefinden tun wollen.“

*Dennis Beck,
Geschäftsführer Wiener Gesundheitsförderung*

Impressum: Medieninhaberin und Herausgeberin: Wiener Gesundheitsförderung gemeinnützige GmbH – WiG, Treustraße 35–43, Stiege 6, 1200 Wien, Telefon 01/4000-76905. Für den Inhalt verantwortlich: Wiener Gesundheitsförderung. Es handelt sich um einen Überblick, ohne Anspruch auf Vollständigkeit. Illustrationen: Markus Murlasits. Gestaltung: Peter Klein. Verleger: Bohmann Druck und Verlag Gesellschaft m.b.H. & Co. KG, Leberstraße 122, 1110 Wien.



MITEINANDER IN MARIAHILF



- 1 Aids Hilfe Haus
- 2 AMS für Jugendliche
- 3 Amtshaus Mariahilf
- 4 aXXept
- 5 Basket Flames
- 6 Bezirksgesundheitsamt
- 7 Bücherei Mariahilf
- 8 Bücherverschenkregale
- 9 Café Ephata
- 10 COURAGE Wien
- 11 Die Gruft
- 12 EGA-Frauenzentrum
- 13 Eltern-Kind-Zentrum
- 14 Familien- und PartnerInnenberatung
- 15 Frauen* beraten Frauen*
- 16 GB* 6/14/15
- 17 Gemeinschaftsgärten
- 18 Gesunde Parks
- 19 Gesunder Klub
- 20 JUNO
- 21 JUVIVO.06
- 22 Karate Union Wien
- 23 KH.Barmherzige Schwestern Wien
- 24 Märkte
- 25 Nachbarschaftszentrum 6
- 26 Octagon Pro Gym
- 27 Orte der Begegnung
- 28 Pfarren in Mariahilf
- 29 Psychosoziale Unterstützung
- 30 s' Häterl
- 31 sam - mobile Sozialarbeit
- 32 Sozial Global
- 33 Streetwork
- 34 Suchthilfe Wien „jedmayer“
- 35 Tageszentrum Ester
- 36 Union Fedtclub Wien
- 37 Union Tanzsportclub Forum Wien
- 38 Vereinigte Ballettschulen
- 39 Vinzenzhaus
- 40 VHS Mariahilf
- 41 WGKK Gesundheitszentrum
- 42 Wohnpartner 5-6-7-12

1 Aids Hilfe Haus

Erste Anlaufstelle für kostenlose und anonyme HIV-Testung, Beratung zu Safer Sex und Übertragungswege von HIV. Beratungs- und Betreuungsangebot für Menschen mit HIV.
6., Mariahilfer Gürtel 4, Telefon 01/599 37, Test & Beratung: Mo–Mi 16–20, Do 9–13, Fr 14–18 Uhr; Sozialarbeit: Terminvergabe unter Telefon 01/599 37, Mo, Do 8.30–18.30, Di, Mi 8.30–16, Fr 8.30–14 Uhr; Tages- und Aktivzentrum: Mo 10.30–17.30, Di, Mi, Fr 11–16, Do 16–22 Uhr; Prävention: Mo–Fr 9–17 Uhr, www.aids.at

2 AMS für Jugendliche

Für Arbeitsuchende unter 21 Jahren. Erstberatung, Berufsinformation, Lehrstellensuche, Eignungstest.
6., Gumpendorfer Gürtel 2b, Telefon 01/878 71, Mo–Do 8–15.30 Uhr, Fr 8–13 Uhr, www.ams.at/wien

3 Amtshaus Mariahilf

Büro der Bezirksvorstehung und der Rechtsvertretung sowie MAG 11, WLP – Wiener Landesverband für Psychotherapie. Psychotherapeutische Erstberatung: jeden 1. Donnerstag im Monat von 16–18 Uhr.
6., Amerlingstraße 11, Telefon 01/4000-06110, Wohnberatung: Tel. 01/4000-06112, 0699/17 50 00 10 (in dringenden Fällen); Rechtsvertretung der MAG 11: Telefon 01/4000-06310; Rechtsberatung der Rechts-anwaltskammer Wien: Telefon 01/533 27 18-0; Psycho-therapeutische Erstberatung: Telefon 01/4000-06110

4 aXXept

Kontaktstelle für wohnungslose junge Erwachsene, um soziale und gesundheitliche Stabilisierung zu erreichen. Ziel ist die Reintegration in den regulären Wohnungsmarkt.
6., Windmühlgasse 30, Telefon 01/4000-59345, www.wiederwohnen.at

5 Basket Flames

Basketballtraining für Kinder und Erwachsene in der Sporthalle Mollardgasse.
6., Mollardgasse 87, www.basketflames.at

6 Bezirksgesundheitsamt

Zu den Aufgaben des Bezirksgesundheitsamts für die Bezirke 6, 7, 15 und 16 zählen zum Beispiel amtsärztliche Untersuchungen, Impfungen und Beratungen.
15., Gagasse 8–10, Telefon 01/4000-15288, Geöffnet: Mo–Fr 8–12 Uhr, Impfzeiten Mo 8–10 Uhr, Mi 13–15 Uhr (während der Schulzeit), Do 13–15 Uhr, www.gesundheitsdienst.wien.at

7 Bücherei Mariahilf

Die Büchereien Wien sind Orte des Lernens, der Begegnung und Kommunikation. Eigener Kinderbereich!
6., Gumpendorfer Straße 59–61, Mo 10–12, 14–19, Di 14–18, Do 10–12, 14–18, Fr 14–18 Uhr, Telefon 01/4000-06161, www.buechereien.wien.at

8 Bücherverschenkgale

Bücher zur freien Entnahme – an drei Standorten im Bezirk.
Amtshaus Mariahilf: 6., Amerlingstraße 11, Nachbarschaftszentrum 6 – Gumpendorf: 6., Bürgerspitalgasse 4–6, Farbenfachhandlung Görbicz: 6., Stumpergasse 54

9 Café Ephata

Kulturelle Events und persönlichkeitsbildende Workshops, Beratung und Psychotherapie (untertags im Gesprächsraum).
6., Garbergasse 14, Telefon 01/597 21 13, 0680/214 17 41, Di–Fr 18–23 Uhr, www.ephata.org, Termine Lebensberaterin: Telefon 0664/610 11 12, Termine Psychotherapeutin: Telefon 0676/707 55 33, www.heilig-psychotherapie.at

10 COURAGE Wien

COURAGE Wien – die Partner*innen-, Familien- & Sexualberatungsstelle bietet Aufklärungs- und Bildungsarbeit, Vorträge, Workshops. Kostenlose, anonyme Beratung für gleichgeschlechtliche und transgenerer Lebensweisen.
6., Windmühlgasse 15/1/7, Büro: Mo–Do 9–15 Uhr, Beratung: Mo–Fr 15–20 Uhr, Voranmeldung: Mo–Do 9–15 Uhr, Tel. 01/585 69 66, www.courage-beratung.at

11 Die Gruft

Die Gruft steht wohnungslosen Frauen und Männern ab 18 Jahren an 365 Tagen im Jahr rund um die Uhr offen.
6., Barnabitingasse 12a, Telefon 01/587 87 54, Tageszentrum: tgl. 7.30–21.30 Uhr, Notschlafstelle: täglich 21.30–7.30 Uhr, Kleiderausgabe: Mo, Mi & Fr 14.45–17 Uhr (werktags), Kältetelefon 01/480 45 53, www.gruft.at

12 EGA-Frauzentrum

Im EGA können Frauen ihre künstlerische Arbeit vorstellen. Weiterbildungsseminare, Diskussionen, Feste.
6., Windmühlgasse 26, Telefon 01/589 80, Mo–Do 9–16 Uhr, www.ega.wien

13 Eltern-Kind-Zentrum

Beratung rund um Geburtsvorbereitung, Familienplanung, Erziehungsfragen, Trennung, Besuchsrecht, wirtschaftliche Probleme oder Partner- und Familienberatung.
6., Mollardgasse 8, Eingang Richard-Waldemar-Park, Telefon 01/4000-06894, www.kinder.wien.at

14 Familien- & PartnerInnenberatung

Beratungsgespräche mit Diplomierten SozialarbeiterInnen und SozialpädagogInnen mit einer Zusatzausbildung (Psychotherapie, Mediation, Erziehungsberatung).
6., Mollardgasse 8, Voranmeldung: Telefon 01/4000-8011, Mo–Fr 8–18 Uhr, Beratung: Di 17–19 Uhr, www.familienberatung.gv.at

15 Frauen* beraten Frauen*

Die Beratungsstelle bietet Frauen Beratung, Psychotherapie und bei Bedarf gezielte Weitervermittlung an spezialisierte Einrichtungen an.
6., Lehárgasse 9/2/17, Terminvereinbarung und Beratung: Telefon 01/587 67 50, Mo 9.30–12.30, Di 13–16, Mi 9.30–12.30, Do 13–16 Uhr, www.frauenberatenfrauen.at

16 GB*6/14/15

Die Gebietsbetreuung bietet Infos und Beratungen zu Fragen des Wohnens, der Stadterneuerung, des Gemeinwesens und des Zusammenlebens in der Stadt.
15., Sechshauser Straße 23, Telefon 01/893 66 57, Mo, Di 9–12, 13–17 Uhr, Do 13–19 Uhr, Fr 9–12 Uhr, www.gbstern.at/ueber-die-gb/standorte/gb61415

17 Gemeinschaftsgärten

Gartenwerkstadt: Auf dem Dach der Parkgarage Windmühlgasse gibt es Gesundheitstrainings – jährlicher Budgetbeitrag. Nachbarschaftsgarten: für SeniorInnen. Garteln ums Eck: Baumscheiben oder Freiflächen bepflanzen. Nachbarschaftsgarten im Fritz-Imhoff-Park: für Jugendliche und Kinder, betreut von JUVIVO.06.
Gartenwerkstadt: 6., Windmühlgasse 22–24, http://gartenwerkstadt.net; Nachbarschaftsgarten am Loquaiplatz: Pensionisten-Wohnhaus Mariahilf, Telefon 01/313 99-1210; Garteln ums Eck: Anmeldung bei der Gebietsbetreuung für den 6. Bezirk, Telefon 01/893 66 57; Nachbarschaftsgarten im Fritz-Imhoff-Park: JUVIVO.06, Telefon 0660/588 48 66, juvivo.at/juvivo06

18 Gesunde Parks

Ruhe und Erholung, Kinderspielplätze
6., Alfred-Grünwald-Park, 6., Esterházypark, 6., Franz-Schwarz-Park, 6., Fritz-Imhoff-Park, 6., Helene-Heppe-Park, 6., Hubert-Marischka-Park, 6., Loquaipark, 6., Minna-Lachs-Park, 6., Richard-Waldemar-Park, 6., Therese-Sip-Park, 6., Vinzenz-von-Paul-Park (Therapie und Ruhegarten), Garten-Telefon 01/4000-8042, www.wien.at/umwelt/parks/anlagen

19 Gesunder Klub

Gesundheitsförderliche Aktivitäten wie zum Beispiel LIMA, Vital Aktiv oder Bewegungsmix, zweimal in der Woche.
Seniorentreff: 6., Gumpendorfer Straße 117, Telefon 01/596 95 40, http://pensionistenklubs.at

20 JUNO

Zentrum für Getrennt- und Alleinerziehende: Beratung auf Deutsch, Polnisch, Spanisch, Ungarisch und Slowakisch.
6., Esterházygasse 7, Telefon 0680/318 29 34, Mo, Di 9–15 Uhr, www.alleinerziehen-juno.at

21 JUVIVO.06

Kinder- und Jugendtreffpunkt. Räume an fünf Tagen in der Woche geöffnet. JUVIVO ist im Bezirk ganzjährig mobil unterwegs. Parkbetreuung für Kinder und Jugendliche von Mitte April bis Mitte Oktober. v. a. Esterházy-, Fritz-Imhoff- und Hubert-Marischka-Park. FAIR-PLAY-TEAM-06 fördert gegenseitiges Verständnis und Rücksichtnahme. Es bietet Infos über Freizeitangebote und Beratungseinrichtungen.
JUVIVO: 6., Gumpendorfer Straße 62, Telefon 0660/588 48 66, FAIR-PLAY-TEAM-06: Telefon 0660/324 70 06, juvivo.at/juvivo06

22 Karate Union Wien

Karate für Erwachsene und Kinder. Gratis Probetraining.
6., Gumpendorfer Straße 63D, Telefon 01/586 33 47, www.karate-kurse.at

23 KH Barmherzige Schwestern Wien

Schwerpunkte des Akutspitals sind Kardiologie, Chirurgie, Orthopädie, Osteoporose, Magen-Darm- und psychosomatische Erkrankungen. Monatliche Treffen der Selbsthilfegruppe Adipositas, regelmäßige Veranstaltungen.
6., Stumpergasse 13, Telefon 01/599 88-0, geöffnet 0–24 Uhr, www.bhswien.at

24 Märkte

Der **Naschmarkt** hat alles für eine kulinarische Weltreise. Handel: Mo–Fr 6–19.30 Uhr, Sa 6–18 Uhr, Gastronomie: Mo–Sa 6–23 Uhr. Der **Gumpendorfer Markt** beim Kurt-Pint-Platz bietet Nahversorgung. Do 10–18 Uhr.
Temporärer Markt, Vorplatz der Kirche Mariahilf: Mitte Jänner bis sechs Wochen vor Weihnachten. Mo, Mi, Fr 9–18.30 Uhr, Sa 9–17 Uhr.
Marktservice und Lebensmittelsicherheit der Bezirksabteilung für den 4. bis 8. Bezirk: 6., Naschmarkt, Eingang Marktamtsgebäude, Mo–Fr 7.30–15.30 Uhr, Sa 8–18 Uhr, Telefon 01/4000-05430, tel. Journaldienst: 01/4000-59210, Mo–Fr 15.30–21 Uhr, Sa 8–18 Uhr; Helpline Lebensmittel in Wien: 01/4000-8090, Mo–Fr 9–18 Uhr, Sa 9–17 Uhr, So 9–15 Uhr, Pilzberatungen & -begutachtungen: Mo 7.30–15.30 Uhr

25 Nachbarschaftszentrum 6

Nachbarschaftszentrum 6 – Gumpendorf: Treff für Menschen aller Generationen und Kulturen. Gesundheits-, psychologische und Sozialberatung.
6., Bürgerspitalgasse 4–6, Telefon 01/597 36 50, www.nachbarschaftszentren.at/nz6

26 Octagon Pro Gym

Kickboxen, Thai-Boxen, Selbstverteidigung. Für Kinder von 8 bis 16 Jahren und Erwachsene.
6., Mariahilfer Straße 111, Mo–Do 17–21 Uhr, Telefon 01/596 81 13, www.octagon.at

27 Orte der Begegnung

Treffpunkte mit Sitzgelegenheiten für BewohnerInnen.
6., Nevillebrücke, 6., Therese-Sip-Park 6., Kurt-Pint-Platz, 6., Mollardplatzl (Mollardgasse 74–76), 6., Oskar-Werner-Platz 6., Loquaiplatz, 6., Helene-Bauer-Platz

28 Pfarren in Mariahilf

Aktivitäten für Kinder, Familien und Frauen.
Pfarre Mariahilf: 6., Barnabitingasse 14, Tel. 01/587 87 53, Kanzlei: Mo, Mi, Fr 9–12 Uhr, Di 10–12 Uhr, Do 9–12 Uhr und 14–17 Uhr, www.pfarremariahilf.at/mariahilf; Pfarre Gumpendorf St. Ägyd: 6., Brückengasse 5, Telefon 01/597 81 17-10, Kanzlei: Mo, Di, Fr 9–12 Uhr, Mi, Do 16–19 Uhr, www.pfarre-gumpendorf.at; Evangelische Pfarre A.B. Wien Gumpendorf: 6., Lutherplatz 1, Telefon 01/597 34 30, Kanzlei: Mo, Mi, Do, Fr 9–13, Di 16–19 Uhr, gumpendorf.evang.at

29 Psychosoziale Unterstützung

Unbürokratische, professionelle psychiatrische Soforthilfe.
Psychiatrische Soforthilfe: Tel. 01/313 30, tägl. 0–24 Uhr; Sozialpsychiatrisches Ambulatorium Mariahilf: 6., Mariahilfer Straße 77–79, Tel. 01/406 16 32, 01/4000-53170, Termine nach Vereinbarung, Mo–Fr 8–16 Uhr, www.psd-wien.at/psd

30 ‘s Häferl

Selbsthilfegruppe und Tageszentrum für Haftentlassene, FreigängerInnen, Obdachlose, BezieherInnen von Mindestsicherung und andere soziale Randgruppen.
6., Hornbostelgasse 6, Telefon 01/597 40 80, www.haeferl.net

31 sam – mobile Sozialarbeit

Ziel: Das subjektive Sicherheitsgefühl im öffentlichen Raum erhöhen und die gegenseitige Akzeptanz verbessern.
6., Gumpendorfer Gürtel 8, Telefon 01/4000-53710, www.suchthilfe.wien/mobile-soziale-arbeit/sam

32 Sozial Global

Beratung, Betreuung, Pflege: Heimhilfe, Besuchsdienst, Hauskrankenpflege, Kinderbetreuung daheim.
6., Sandwirtgasse 16, Telefon 01/58 9 58-0, 7.30–20 Uhr, www.sozial-global.at

33 Streetwork

SozialarbeiterInnen sind im Grätzel rund um die Gruft sowie die Suchthilfe an mehreren Tagen der Woche unterwegs.
Streetwork der Suchthilfe Wien: Telefon 01/4000-53680, www.suchthilfe.at; Streetwork der Gruft: Telefon 01/587 87 54, www.gruft.at/unsere-hilfe/streetwork

34 Suchthilfe Wien „jedmayer“

Prävention, Weiterbildung, Information, Aufklärung über Sucht sowie Beratung, Behandlung und Betreuung von suchtgefährdeten und suchtkranken Personen.
6., Gumpendorfer Gürtel 8, Telefon 01/4000-53600, www.suchthilfe.wien

35 Tageszentrum Ester

Hilfe, Schutz und Beratung für wohnungslose Frauen. Angebote von Frauen für Frauen: Wäsche waschen, duschen, Essen kochen, zur Ruhe kommen.
6., Gumpendorfer Straße 64/Ecke Esterházygasse, Telefon 01/4000-59295, www.wiederwohnen.at

36 Union Fechtclub Wien

Schwerpunkt: Florett- und Degenfechten. Spaß an der Bewegung und am Fechtssport.
6., Hofmühlgasse 15, Telefon 01/317 39 29-130, www.sportfechten.at

37 Union Tanzsportclub Forum Wien

Tanz-Angebote für AnfängerInnen und Fortgeschrittene. Jeden Dienstag (19–20.30 Uhr) Gruppentraining.
6., Mariahilfer Straße 115 (im Hof), Telefon 0664/210 31 61, www.forumwien.at

38 Vereinigte Ballettschulen

PRE-Ballett ab 3–4 Jahren, Ballett und Jazztanz für Mädchen ab 5 Jahren. Unterricht für Erwachsene.
6., Webgasse 17, Telefon 01/596 13 22, www.ballettschulen.at

39 Vinzenzhaus

Sozialtherapeutisches Übergangwohnhaus für obdachlose Männer, die wieder selbstständig in einer eigenen Wohnung leben wollen. Alkohol- und Drogenverbot. Weiters gibt es ein Notquartier mit fünf Betten.
6., Gfrornergasse 12, Telefon 01/597 16 00, www.caritas-wien.at

40 VHS Mariahilf

Entspannungs-, Turn- und Kochkurse: In der VHS Mariahilf können Sie alles erlernen, was Sie für einen gesunden Lebensstil brauchen. Anmeldung erforderlich!
6., Damböckgasse 4, Telefon 01/891 74-106000, www.vhs.at/mariahilf

41 WGKK Gesundheitszentrum

Ambulanz für Psychotherapie, Jugendambulanz/Jugend-psychotherapie, Ombudsstelle für Selbsthilfegruppen, Ernährungsberatung, Zahngesundheitszentrum.
6., Mariahilfer Straße 85–87, Telefon 01/601 22-8000, Mo–Fr 7–14.30 Uhr, www.wgkk.at

42 wohnpartner 5_6_7_12

Sie begleiten und unterstützen die MieterInnen im Gemeindebau und vermitteln dabei zwischen verschiedenen Interessen und Bedürfnissen.

12., Schönbrunner Straße 259, Telefon 01/893 66 57, Mo–Fr 9–18 Uhr, www.wohnpartner-wien.at