

#24 | Sommer 2026

zur
freien
Entnahme



Feste in Hietzing
Handyfrei Workshop
Ferienbetreuung

www.GRÄTZLeben.at | instagr.am/graetzleben | fb.com/graetzleben | Nothartgasse 40

GRÄTZLeben Hietzing

Das Vereinsmagazin von und für Hietzinger*innen



SOMMERFEST

Sa., 30. Mai 2026, 14–21 Uhr

Im GRÄTZLherz (Nothartgasse 40)
und davor am Roten Berg

PROGRAMM

Familienolympiade, 14–18 Uhr

*Stationen: Bewegung, Geschicklichkeit,
Wissen, Kreativität, Spiel*

**Workshops zum Thema
Nachhaltigkeit, 15–18 Uhr**

**Kulinarische Leckerbissen
aus Hietzing**



Wir Danken unseren
Kooperationspartner*innen:



Foto: Karo Pernegger



4	Der Verein GRÄTZLeben
	Einkaufen
6	Alt-Hietzing
8	Hacking
10	Lainz
12	Ober St. Veit
14	Speising
16	Unter St. Veit
18	Kulinarik
20	Hietzing erzählt
22	Gesundheit
24	Vernetzungspartner*innen
26	Kultur
28	Sport
29	Bildung und Soziales
30	Demenzfreundl. Hietzing
32	Bücher
33	Hietzing schreibt
34	Menschen
36	Veranstaltungskalender

Editorial

Liebe Leserin, lieber Leser!

Hietzing kann vieles: charmant sein, entspannt wirken – und gleichzeitig voller Leben stecken. Genau diese Mischung macht unseren Bezirk für uns so besonders. Mit dem GRÄTZLeben Magazin möchten wir diese Lebendigkeit sichtbar machen und all jenen eine Bühne geben, die Hietzing mitgestalten.

Uns ist es ein großes Anliegen, wirklich ganz Hietzing abzubilden – mit all seinen Initiativen, Vereinen und Veranstaltungen. Deshalb war für uns sofort klar: Auch wenn wir am 30. Mai unser eigenes Fest feiern (Details dazu findet ihr auf Seite 2 und 5), berichten wir genauso gern über die zeitgleich stattfindenden Feste des Bildungszentrums an der Wien und des Kulturvereins Hietzing im Streckerpark. Konkurrenz? Gibt's bei uns nicht – nur Koexistenz mit Kuchen, Kultur und guter Laune! Wir freuen uns einfach riesig, dass an einem Tag so viel los ist und Hietzing sich von seiner buntesten Seite zeigt. Leider sehen dies

nicht alle so. Unsere Plakat im Streckerpark wurden wiederholt innerhalb von 24 Stunden entfernt.

Ein weiterer Schwerpunkt in dieser Ausgabe ist unsere Ferienbetreuung im GRÄTZLherz im Juli (mehr dazu auf Seite 5). Für alle, die den Sommer in Wien verbringen, bieten wir ein liebevolles, kreatives Programm – damit keine Langeweile aufkommt und auch die Großen mal durchatmen können.

Und weil gute Nachrichten selten allein kommen: Im Juni und Juli dürfen wir wieder Praktikant*innen bei uns begrüßen. Dank ihrer Unterstützung planen wir, das GRÄTZLherz regelmäßig zu öffnen – aktuell Montag bis Donnerstag von 15 bis 18 Uhr.

Wir freuen uns auf euch!
Christopher Hetfleisch

Impressum

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

Hersteller: MediaPrint Ges.m.b.H.& Co. KG
Redaktion: Christopher Hetfleisch, Mathias Kautzky, Leo K., Alexandra Steiner, Natascha Untersmayr, Carina Zabini
Grafik: Florian Schinnerl & Sarah Fuchs
Coverbild: : Michael Stamminger
Fotos und Inhalt: Wenn nicht anders angegeben von GRÄTZLeben Hietzing, den dargestellten Protago-

nist*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: 7.000 Stück
Das Magazin ist online aufrufbar unter: grätzleben.at/Angebote/Magazin

Kulturvortrag & Brötchen im GRÄTZLherz

Das Konzept ist einfach und beliebt. Donnerstags ab 15 Uhr, ca. einstündiger Vortrag zu einem kulturellen, geschichtlichen, gesundheitsspezifischen oder literarischen Thema. Die Teilnehmer*innen und die*der Vortragende bleiben nach dem Vortrag beieinander, essen Brötchen von Triple A Catering aus Ober St. Veit, trinken das eine oder andere Gläschen Sekt und tauschen sich aus. Kostenpunkt 22€.

Die nächsten Termine sind: 28.5. (Kriminalbeamter Helmut Reinmüller Oberst i.R.: „Mary Vetsera – Der Grabraub 1992 – TEIL 1“), 11.6. (Lore Brandl-Berger: „Leo Szilard“) und 25.6. (Christopher Hetfleisch: „Bezirkspolitik hautnah!“) Nach der Sommerpause starten wir wieder im September (u.a. mit Mary Vetsera Der Grabraub 1992 – Teil 2. Auch eine Exkursion zum Ort des Geschehens ist geplant).

Aus Platzgründen sind nur 30 Anmeldungen möglich. Bei Interesse wenden Sie sich an Christopher (telefonisch 0676 44 67 266 oder per E-Mail: info@grätzleben.at). Das aktuelle Programm findest du auf unserer Homepage (scanne dazu einfach diesen QR-Code)



Kostenloser Deutschkurs

GRATIS DEUTSCHKURSE FÜR FRAUEN

ab Februar 2026 NIVEAU A1-B2

Komm zu uns, lerne Deutsch!
Unsere Sprachlernetreffen in Wien

- ✓ Kompletzt kostenlos
- ✓ Bitte Aufenthaltsnachweis mitbringen!

13. Bezirk / Grätzlherz Nothardgasse 4D	Montag: 13:00 - 15:00 Uhr Mittwoch: 9:00 - 12:00 Uhr	ab Montag 02.02.2026
17. Bezirk / Wohnpartner Waltzasse 96-98/97 KAIERLE	Dienstag: 12:00 - 15:00 Uhr Donnerstag: 12:00 - 15:00 Uhr	ab Dienstag 04.02.2026

Anmeldung: Andrea Pap ☎ +43 664 6199 731 ✉ andrea.pap@bitsocial.at
Komm zu unseren Veranstaltungen und bleib aktiv - zu Fuß, mit dem Rad oder mit den Öffi.

Logo: bit social.at



Wir stellen unser Vereinslokal GRÄTZLherz kostenlos zur Verfügung, damit bitsocial Deutschkurse für Frauen (Niveau A1-B2) anbieten kann. Keine Anmeldung notwendig! Auch Heiz-, Material- und Lebensmittelkosten werden übernommen. Damit dieses wertvolle Angebot langfristig bestehen kann, sammeln wir Spenden (Vereinskonto GRÄTZLeben Hietzing, AT 27 1200 0100 3018 3031). Der Kurs wird von Oksana geleitet und findet seit Februar montags (13-15 Uhr) und mittwochs (9-12 Uhr) statt. Jede Spende stärkt Bildung, Teilhabe und echte gesellschaftliche Verbindung. Unterstützen Sie uns!

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 deren vielseitiger Nutzbarkeit, gab es bereits ganz unterschiedliche Veranstaltungen: Kindergeburtstage, Taufen, Vernissagen, Yoga, Workshops, Seminare, Kaffeeverkostungen, Filmabende, Vorträge, Malkurse und Entspannungsgruppen.

Der Raum kann für 35€ pro Stunde, Halbtags (160€) oder Ganztags (270€) gebucht werden. Für Vereinsmitglieder ist die Raumnutzung günstiger.



Anfragen unter info@GRÄTZLeben.at oder 0676 44 67 266.

Vereinssitzung: 25. Juni 18 Uhr

Transparenz und gemeinsames Gestalten stehen bei GRÄTZLeben Hietzing im Mittelpunkt. Deshalb laden wir nicht nur unsere Mitglieder, sondern auch alle interessierten Menschen herzlich zur Mitgliederversammlung 2026 ein.

Die Versammlung findet am Donnerstag, den 25. Juni, um 18 Uhr statt und bietet die Gelegenheit, einen umfassenden Einblick in die Arbeit des Vereins zu erhalten. Auf der Agenda stehen unter anderem die Finanzen mit dem Bericht des Rechnungsprüfers sowie die Entlastung des Vorstands. Darüber hinaus werden die Jahresplanung und aktuelle sowie zukünftige Projekte vorgestellt und gemeinsam besprochen.

Uns ist es ein großes Anliegen, offen und transparent zu arbeiten – daher freuen wir uns besonders über neue Gesichter, Fragen und Anregungen aus dem Grätzl. Die Mitgliederversammlung ist eine gute Möglichkeit, den Verein kennenzulernen und sich aktiv einzubringen. Für das leibliche Wohl ist selbstverständlich gesorgt: Es gibt Brötchen und Getränke in entspannter Atmosphäre.

Anmeldung bei Christopher oder Carina unter vorstand@GRÄTZLeben.at oder 0676 44 67 266 und freuen uns auf einen gemeinsamen, informativen Abend!



Programm Sommerfest



Auf Seite 2 ist der Flyer zu unserem großen Sommerfest abgebildet. Am Samstag, den 30. Mai, feiern wir mit euch von 14 bis 21 Uhr am Roten Berg und in unserem Vereinslokal (Nothartgasse 40). Das Programm kann sich sehen lassen. Von 14 bis 18 Uhr findet wieder unsere beliebte Familienolympiade mit zahlreichen Stationen statt, wie Ballspiele, Kräuterquiz, Minigolf und vieles mehr. Julia Wildeis von Wilde Hummel – Stadterntegarten gartelt von 15 bis 16 Uhr mit euch. Alexandra Fiedler von „Hietzing blüht auf“ lädt von 16 bis 17 Uhr zu einem kostenlosen Workshop zum Thema „Natur verstehen – Natur entdecken“ ein. Eltern, Kinder und Erwachsene sind herzlich willkommen.

Peter Nowotny von der Energiegemeinschaft am Lainzer Tiergarten ist mit einem Infostand vertreten.

Von 18 bis 21 Uhr gibt es spezielle Angebote für Jugendliche und Erwachsene – lasst euch überraschen! Emma und Carina sind bereits in der Planung. Natürlich wird auch für euer leibliches Wohl bestens gesorgt sein. Wir freuen uns auf einen gemeinsamen, lebendigen Tag im Grätzl!

Feriencamp 2026

Auch 2026 bieten wir wieder Ferienbetreuung im GRÄTZLherz an. Für viele Kinder und Familien ist die Ferienbetreuung schon zu einem Fixpunkt der Sommerferien geworden. Außerdem überzeugt das Konzept „Ferienbetreuung im Grätzl“. Die Kinder kennen einander, sie haben kurze Wege zu uns am Vormittag und nach Hause am Nachmittag. Die flexiblen Betreuungszeiten ermöglichen auch einmal auszuschlafen oder besonders zeitig zu uns zu kommen. Die Ferienbetreuung ist sehr familiär geführt und die Programmgestaltung auf die Kinder abgestimmt. Aufgrund des guten Betreuungsschlüssels (1 Betreuer:in auf max. 5 Kinder) ist es uns möglich, die Kinder zwischen diversen Programmpunkten wählen zu lassen. Ferien im Grätzl bedeutet auch das Grätzl besser kennen zu lernen. Die meisten Aktivitäten gibt es demnach im 13. Bezirk (Schwimmbad, Minigolf, kooperative Abenteuerspiele, Sport, Kreativangebote) und auch die Hietzinger Restaurants können auf uns zählen. 2026 wird es 2 Campwochen geben (Camp 1: 13-17, Camp 2: 20-24.7).



Anfragen unter info@GRÄTZLeben.at oder 0676 44 67 266.



Essen & Trinken

1. **1130 Wein Vinothek**; Lainzer Straße 1
Vinothek; Web: 1130wein.at; Tel.: 0699 180 000 02
2. **Bioparadies**; Altgasse 23a; Bio-Produkte und vegane Mittagsmenüs
Web: bioparadies.at; Tel.: 0699 10 47 6273
3. **Bio Bäckerei Öfferl**; Hietzinger Hauptstraße 22
Brote mit Charakter; Web: oeffler.bio; Tel.: 02522 88337
4. **Das Alt**; Altgasse 18
Restaurant; Web: das-alt.at; Tel.: 0664 991 249 62
5. **Da Ferdinando**; Hietzinger Hauptstraße 26
Neapolitanische Pizzeria; Web: daferdinando.at; Tel.: 01 877 8036
6. **Feinkost Rumpel**; Hietzinger Hauptstraße 13
Feinkost seit 1928; Web: rumpel.at; Tel.: 01 877 34 20
7. **Manolos**; Wattmangasse 66
Café, Eis, Patisserie
8. **Maxingstüberl**; Maxingstraße 7;
Gasthaus; Web: maxingstuberl.at; Tel.: 0676 41 26 126
9. **Nook Café**; Altgasse 12
Cafe; Tel.: 0677 62 79 33 96
10. **Smash Bro's**; Hietzinger Hauptstraße 22
Burgerladen; Web: smash-bros.at; Tel.: 0664 436 966
11. **Waldemar Tagesbar**; Altgasse 6
Tagesbar; Web: waldemar-tagesbar.at; Tel.: 0664 36 16 127

Gesundheit, Freizeit & Fitness

12. **Gelenk-Zentrum Hietzing**; Lainzer Straße 16; Tel.: 01 890 05 03
Orthopädie und Physiotherapie Web: gelenk-zentrum.at
13. **Kami Skincare - DR. med. Kerstin Schallaböck im Concept Store - Super**; Mittermayergasse 6; Web: kami-skincare.com
14. **Keramik-Fabrik**; Altgasse 20
Keramik selbst gestalten; Web: keramik-fabrik.at
15. **Soulrhythms**; Fasholdgasse 3; Bewegung im Rhythmus deiner Seele
Web.: soulrhythms.at; Tel.: 0676 378 34 90
16. **Sportorthopädie Zentrum**; Hietzinger Hauptstraße 22/D/23
Orthopädie & Physiotherapie; Web: sportortho-zentrum.at; Tel.: 01 361 55 38
17. **Therapieambulanz AST Wien**; Trauttmannsdorffgasse 3a
Ambulante Systemische Therapie; Web: lasf.at; Tel.: 01 478 63 00
18. **WingTsun**; Trauttmannsdorffgasse 8/1 Selbstverteidigung und Kampfsport; Web: wingtsun-hietzing.at; Tel.: 0690 8012 794

Handwerk & Reparatur

19. **CoutureWerkstatt Alexandra Gogolok-Nagl**; Altgasse 16
Damenschneiderin; Web: couturewerkstatt.eu; Tel: 0680 30 35 773

20. **Gold `n` Guitars**; Maxingstraße 2
Gitarren; Web: gitarrenwerkstatt.at; Tel.: 01 877 49 80
21. **Lederwarenmanufaktur by Silvia Proy**, Altgasse 5
Lederwaren; Web: silviaproj.at; Tel.: 0699 18 56 48 56
22. **M2 - Rahmenkunst**; Maxingstraße 2; Rahmen und Kunst
Web: m2korbei.at; Tel.: 0660 688 16 11
23. **Mister Minit**; Hietzinger Hauptstraße 22
Schlüssel- und Schuhreparatur; Tel.: 01 876 25 36

Shopping & Einkauf

24. **Adagietto**; Hietzinger Hauptstraße 22
Musikfachhandel; Web: adagietto.at; Tel.: 01 877 6210
25. **AUST Fashion Wien 13**; Hietzinger Hauptstraße 16
Modegeschäft; Web: austfashion.com; Tel.: 0660 94 13 195
26. **Checkpoint Damenmode**; Hietzinger Hauptstraße 10-16
Fairtrade Mode; Web: checkpot-hietzing.at; Tel.: 01 877 58 87
27. **Come In Geschenkboutique**; Lainzer Straße 21
Schmuck, Uhren & Accessoires; Tel: 01 876 53 44
28. **Finora Brautatelier**; Maxingstraße 4A
Detailverliebte Brautmode; Web: finora-brautatelier.at; Tel.: 0670 40 11 773
29. **Travel UPGRADE 1130**; Altgasse 20
Reisetaschen und mehr; Web: travel-upgrade.world; Tel.: 01 879 02 92
30. **Fischer Spiele**; Hietzinger Hauptstraße 22
Spielwarenhandlung; Web: fischerimnetz.at
31. **Fuchs Geschenke & Accessoires**; Hietzinger Hauptstraße 22
Web: fuchs-shop.at; Tel.: 01 876 46 81
32. **Gigi Fritz Geschenksideen**; Lainzer Straße 1
Geschenkboutique; Tel.: 01 879 88 62

Sonstiges

33. **Bezirksmuseum Hietzing**; Am Platz 2
Museum; Tel.: 01 8777688; Öffnungszeiten: Mi. 14-18h & Sa. 14-17h
34. **Blumenhaus Hietzing**; Hietzinger Hauptstraße 11
Floristik; Web: blumenhaus-hietzing.at; Tel.: 01 876 90 54
35. **Blumen Weisz**; Maxingstraße 70
Blumengeschäft; Web: blumen-weisz.at; Tel.: 01 877 25 36
36. **Sabine's Wollboutique**; Maxingstraße 4a; Fachgeschäft für Handarbeit
Web: sabinewollboutique.at; Tel.: 0664 252 58 85
37. **SkinConcept**; Wattmangasse 12/5
Schönheitssalon; Web: skinconcept.at; Tel.: 0676 61 73 766
38. **Sportpreiscenter**; Maxingstraße 6
Medaillen, Pokale u.v.m.; Web: medaillen.co.at; Tel.: 01 877 74 57 - 0

Travel UPGRADE 1130 – gut vorbereitet für die nächste Reise

In der Altgasse 20 findet man seit 2011 bei UPGRADE hochwertiges Reisegepäck renommierter Hersteller wie Samsonite für unterschiedlichste Bedürfnisse. Darüber hinaus lässt sich hier die Reisevorbereitung besonders effizient gestalten: Vom praktischen Zubehör wie Kofferwaagen über nachhaltige Körperpflegeprodukte und urbane Reiseführer bis hin zu Bade- und Strandtüchern für den nächsten Urlaub.

Ein weiterer Schwerpunkt sind stylische und funktionale Rucksäcke – für Freizeit, Business oder Reisen. Marken wie Got Bag und Piquadro bieten eine vielfältige Auswahl.

Im Mittelpunkt steht jedoch die persönliche Beratung. Jede Reise bringt unterschiedliche Anforderungen mit sich, und die langjährige Erfahrung des Teams fließt kompetent und mit Wiener Charme in jede Empfehlung ein.

Auch Nachhaltigkeit spielt eine zentrale Rolle: Der Fokus liegt auf recycelten Materialien wie RePET. Zudem arbeitet UPGRADE mit Werkstätten zusammen, um Produkte langlebiger zu machen. Neu im Sortiment sind Handtaschen von Coccinelle, Furla und Mandarin Duck.



Altgasse 20

Web: travel-upgrade.world

Tel.: 01 879 02 92

Sperre Maxingstraße



In der Maxingstraße kommt es derzeit zu umfangreichen Bauarbeiten: Im Auftrag von Wien Energie errichten die Wiener Netze eine neue Fernwärme-Leitung, die künftig eine klimaschonende und sichere Wärmeversorgung in Hietzing unterstützen soll. Die Arbeiten laufen seit Februar und dauern voraussichtlich bis Dezember 2026. Aufgrund des Umfangs ist die Maxingstraße von 7. April bis 18. Dezember für den öffentlichen und individuellen Verkehr gesperrt. Anrainer*innen können weiterhin zufahren, alle anderen Verkehrsteilnehmer*innen werden über Volksgasse und Hanselmayergasse umgeleitet. Auch Buslinien sind betroffen: Die Linien 56A, 56B, 58A und 58B werden umgeleitet, ein Ersatzverkehr wurde eingerichtet. Fahrgäste müssen daher mit längeren Fahrzeiten rechnen.

Neben der Fernwärme-Leitung werden auch Wasserrohre erneuert und der Straßenbelag saniert. Die Bauphase bringt Herausforderungen für Anrainer*innen und Betriebe, ist jedoch ein wichtiger Schritt in Richtung moderner, nachhaltiger Infrastruktur im Bezirk. Bei Fragen zu den Bauarbeiten können Sie von Montag bis Donnerstag (8-15 Uhr) und Freitag (8-12 Uhr) direkt Wiener Netze kontaktieren (Tel.: 050 128-91777; E-Mail: aufgrabung@wienernetze.at).

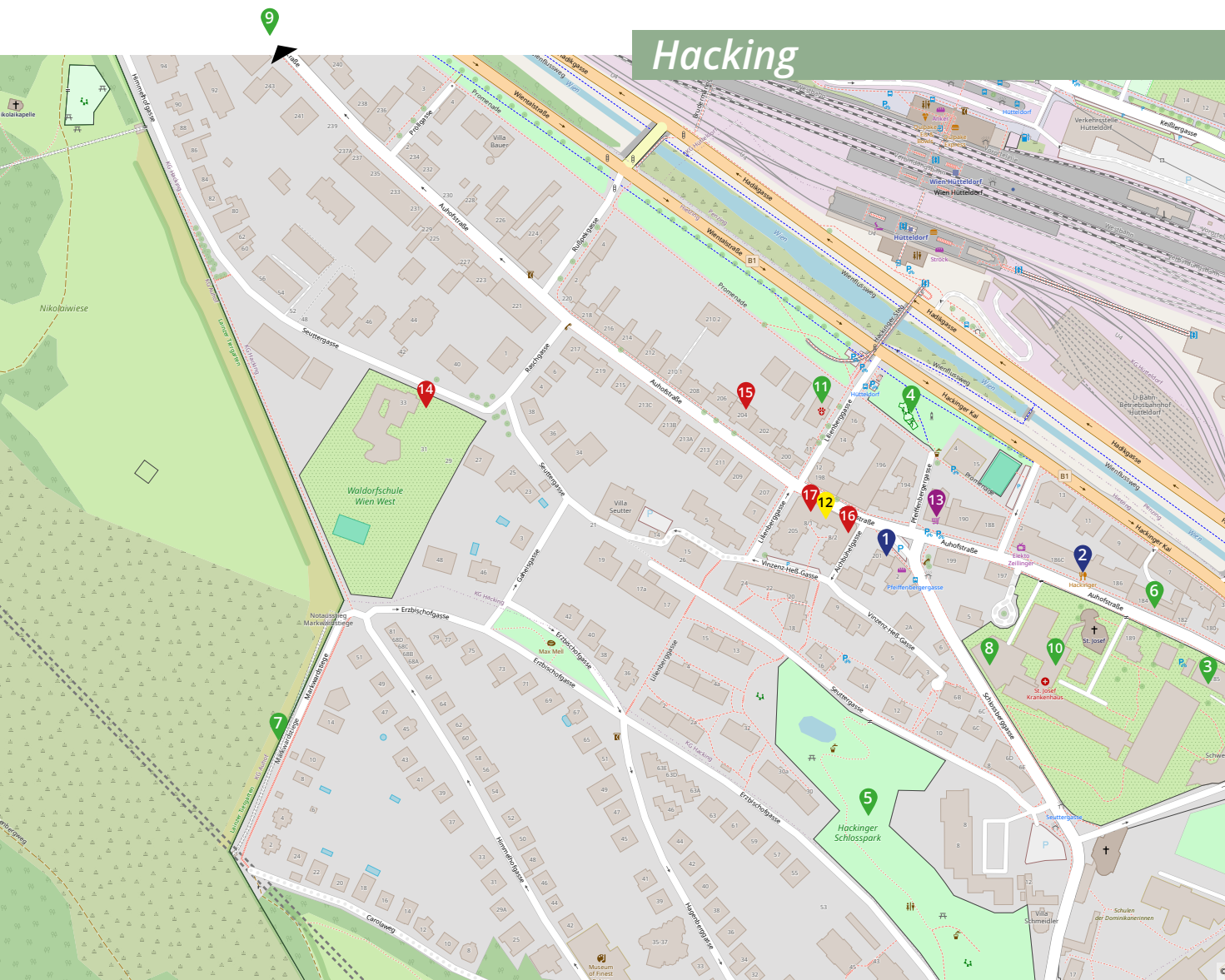
Hietzinger Bezirksfest: 12. September

Am 12. September 2026 findet von 10-18 Uhr das 42. Hietzinger Bezirksfest statt! Entlang der Hietzinger Hauptstraße, im Ekazent und in der Altgasse erwartet Sie ein buntes Programm für die ganze Familie. Live-Acts, Kinderprogramm, ein Kinderflohmarkt sowie Stände lokaler Geschäftsleute und Kunsthandwerker*innen sorgen für Vielfalt. Ein Fest im Grätzl, das zum Entdecken, Verweilen und Genießen einlädt. Auch wir von GRÄTZLeben sind wieder dabei!

Für Infos zu Kinderflohmarkt- oder professionellen Ständen schreiben Sie gerne an: info@althietzing.at



Hacking



Essen & Trinken

- Bäckerei Schwarz**, Auhofstraße 201 Tel.-Zentrale: 01 802 02 02
Bäckerei & Kaffeehaus; Web: bswien.at/standorte/hacking;
- Wirtshaus Hacking**, Auhofstraße 186a, Mi-So 11-24 Uhr
Wirtshaus/Alm/Lounge; Web: wirtshaus-hacking.at; Tel.: 01 876 46 01

Gesundheit, Freizeit & Fitness

- Doctopus**, Auhofstraße 185/2
Gruppenpraxis für Kinder- u. Jugendheilkunde; Web: doctopus.at;
Tel.: 01 876 3371
- Franz Schimon Park**, Pröllgasse 3
Öffentliche Parkanlage
- Hackinger Schlosspark**, Erzbischofsgasse 28
öffentliche Parkanlage; Teich, Schatten, Ballspielplatz, Boccia-Bahn, u.v.m.
- Kinderarzt Dr. Philipp Mad**, Auhofstraße 184
Kinderarzt; Web: kinderarzt1130.at; Tel.: 0664 2502 497
- Marwardstiege**, Markwardstiege
Touristenattraktion – Aussichtspunkt, längste Stiege Wiens
- Shahram Heilmassage & Therapie**, Schloßberggasse 7
Heilmassage; Web: heilmassage-shahram.at; Tel.: 0676 879 612 946
- Skateboard Park**, Auhofstraße 255
Skateboard Park; bis ca. 2026 geschlossen - Baustelle
- St. Josef Spital**, Auhofstraße 189
Krankenhaus mit großer Geburtenstation; Web: sjk-wien.at
- Tierarztpraxis Auhof**, Lilienberggasse 13
Tierarztpraxis; Web: tierarztpraxis-auhof.at; Tel.: 01 877 25 13

Handwerk & Reparatur

- Heckantrieb**, Auhofstraße 205
Bikes + Service; Web: heckantrieb.at; Tel.: 01 212 15 38

Shopping & Einkauf

- Spar**, Auhofstraße 192
Lebensmittelhandel; Web: spar.at

Sonstiges

- Bildungszentrum an der Wien**, Seuttergasse 29
Kindergarten, Schule, Hort, Bildungszentrum, Veranstaltungen; Web: bildungszentrum-an-der-wien.at; Tel.: 0699 150 67 912
- Hundestudio Lina**, Auhofstraße 204
Hundestyl & Hundefriseurschule; Web: hundestudio.at; Tel.: 0664 2216 156
- mel-ink Tattooatelier**, Auhofstraße 205/201B
Tattooatelier; Web: melink-tattoos.com; E-Mail: hello@melink-tattoos.com; Tel.: 0650 469 0007
- UNIQA GeneralAgentur Pieler**, Auhofstraße 205
Versicherungen; Web: uniqa-pieler.at; Tel.: 01 369 3434

Skate-Anlage Auhof

Aufgrund des Ausbaus des Wiental Kanals ist seit Juni 2025 der bei jungen Menschen sehr beliebte Skatepark gesperrt. Voraussichtlich bis 2028 dauern die Arbeiten an. Im Bereich der Skate-Anlage entsteht der Zielschacht des Wiental Kanals. Danach kann jedoch die Oberfläche genutzt werden. Aktuell läuft in der Bezirksvorstehung Hietzing eine Projektplanung. Es wird überlegt, wie der Park danach aussehen soll. An Ideen mangelt es nicht: Sitzgelegenheiten, Schatten, Wasserspender, Begrünung, eine WC-Anlage und vieles mehr. Grundsätzlich muss auch die Frage geklärt werden, ob der Skatepark danach wie bisher aus Rampen besteht oder ob Pumptracks errichtet werden sollen. Außer Frage steht die Beibehaltung der Wiener Wand (legale Graffiti-Kunst, siehe Foto).



Wienfluss – Radweg und mehr



Der Wienfluss zeigt sich im Westen Wiens, besonders auf Höhe von Hütteldorf, von seiner überraschend naturnahen Seite (siehe Foto). Während er im innerstädtischen Bereich stark verbaut ist, öffnet sich hier ein Abschnitt, der Raum zum Durchatmen bietet: mehr Grün, mehr Weite, mehr Ruhe. Entlang des Flusses finden sich Wiesen, Bäume und kleine Rückzugsorte, die zum Verweilen einladen.

Ein besonderes Highlight ist der gut ausgebaute Radweg entlang des Wienflusses. Er verbindet Hietzing mit anderen Teilen der Stadt und bietet eine sichere, attraktive Strecke für Alltagsradlerinnen ebenso wie für Freizeitsportlerinnen. Viele nutzen ihn für den Weg zur Arbeit oder für entspannte Ausflüge ins Grüne. Dass dieser Bereich heute so gut nutzbar ist, ist auch politischen Initiativen zu verdanken – insbesondere dem Einsatz der Grünen für den Ausbau von Radinfrastruktur und Naherholungsräumen.

Der Wienfluss ist hier nicht nur Verkehrsachse, sondern ein lebendiger Naturraum mitten in der Stadt – und ein echtes Stück Lebensqualität für Hietzing. Tipp: Am 27.6. und am 4.7. gibt es wieder „Musik am Fluss“ (Höhe Paul-Amann-Brücke)

Lernen, Begegnung & Kultur im Bildungszentrum an der Wien

Das Bildungszentrum an der Wien ist ein lebendiger Ort für ganzheitliche Bildung, kreative Entfaltung und gemeinschaftliches Miteinander. Eingebettet in eine naturnahe Umgebung bietet das Zentrum ein vielfältiges Angebot für Kinder, Jugendliche und Erwachsene.

Zum pädagogischen Kern zählen Kindergarten, Schule und Hort, die individuelles Lernen, Kreativität und soziale Entwicklung in den Mittelpunkt stellen. Ergänzt wird das Bildungsangebot durch eine Musikschule, Gesangs- und Stimmbildung sowie durch Wildnispädagogik, die Lernen in und mit der Natur ermöglicht. Ein besonderer Raum für freien Ausdruck ist der ARNO STERN MALORT®, in dem kreatives Gestalten ohne Bewertung stattfinden darf.

Darüber hinaus versteht sich das Bildungszentrum als Ort des Austauschs und der Zukunftsgestaltung. Regelmäßig finden Vorträge, Konzerte, Workshops und #ZukunftsBildung-Konvente statt. Am 28. Mai findet um 18:30 Uhr ein spannender Vortrag statt: „Terra Petra – die fruchtbarste Erde der Welt.“ Nur zwei Tage später ist das große Frühlingsfest. Von 12 bis 16 Uhr gibt es ein buntes Programm für Groß und Klein!

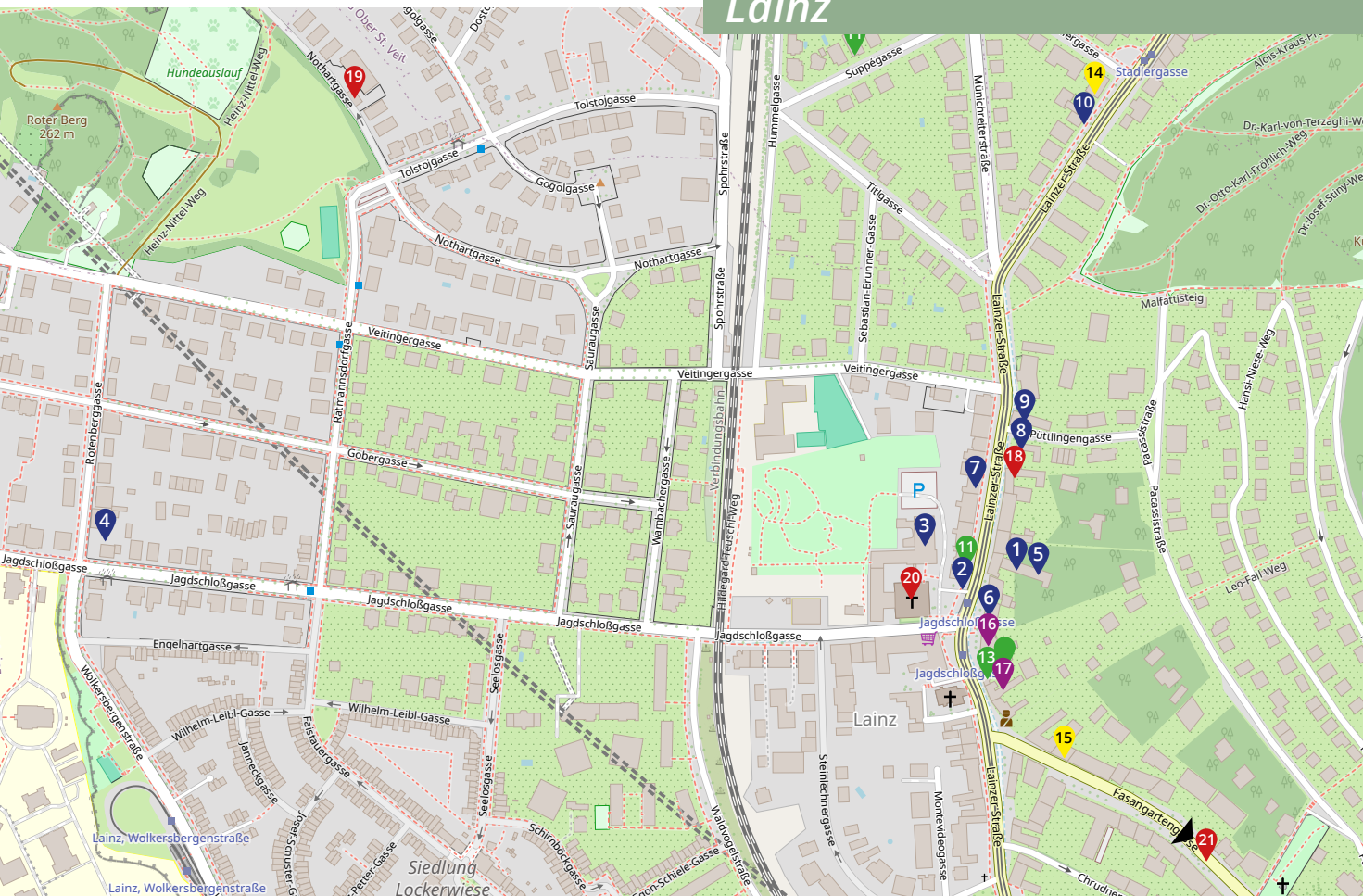


Seutergasse 29

Web: bildungszentrum-an-der-wien.at

Tel.: 0677 63660104

Lainz



Essen & Trinken

1. **Argo Restaurant**; Lainzer Straße 131
Griechisches Restaurant; Web: argo-restaurant.at; Tel.: 01 804 0776
2. **Bäckerei Schwarz**; Lainzer Straße 134
Bäckerei; Web: bswien.at; Tel.: 01 804 46 57
3. **Café daskardinal**; Kardinal-König-Platz 3
Web: daskardinal.at; Tel.: 01 804 75 93
4. **Delphi Restaurant**; Rotenbergstraße 4
Griechisches Restaurant; Web: delphi-hietzing.at; Tel.: 01 6032 824
5. **Familie Reiter**; Lainzer Straße 131,
Web: familiereiter.org; Tel.: 01 802 54 80
6. **Fruchtinsel**; Lainzer Straße 135; Obst & Gemüse
7. **Harrer Eis**; Lainzer Straße 130
Eisdiele; Web: harrer.com; Tel.: 0676 91 16 988
8. **Panchichi**; Lainzer Straße 123A,
Kaffee und Mehlspeisen (auch japanische); Tel.: 0660 37 111 81
9. **Wambacher**; Lainzer Straße 123
Restaurant; Web: wambacher.co.at; Tel.: 01 804 83 66
10. **WOK'in**; Lainzer Straße 84. Asiatisches Restaurant; Tel.: 01 877 17 05

Gesundheit, Freizeit & Fitness

11. **Hausärztin Dr. med. Kerstin Schallaböck**; Suppègasse 12;
Web: schallaboeck.at; E-Mail: ordination@schallaboeck.at
12. **Kinesiologie-Praxis Krainhöfner Claudia**; Lainzerstraße 141 Tür 2-3
Web: komplementaere-energetik.at; Tel.: 0676 721 41 17
13. **Neoptik**; Lainzer Straße 141
Augenoptiker; Web: neoptik1130.at; Tel.: 01 804 81 16

Handwerk & Reparatur

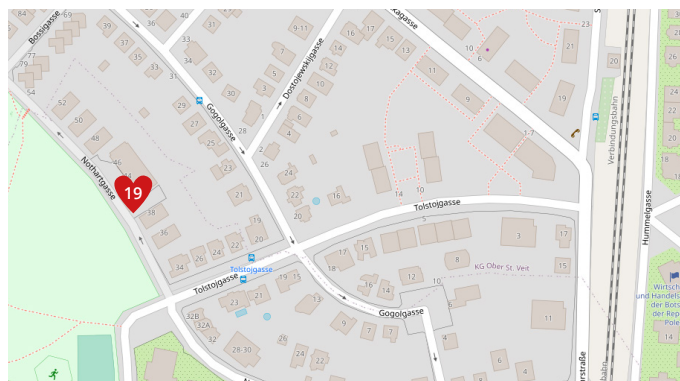
14. **Cycle Factory**; Stadlergasse 1
Alles rund ums Fahrrad; Web: cycle-factory.at; Tel.: 01 923 66 90
15. **Schuhreparatur und Schlüsseldienst TigEd**; Fasangartengasse 3
Schuhreparatur und Schlüsseldienst; Tel.: 0650 42 00 134

Shopping & Einkauf

16. **Captain Jean**; Lainzer Straße 137
Bekleidungsgeschäft; Web: Captainjean.at; Tel.: 01 804 81 05
17. **Lainzer Grätzlbuchhandlung**; Lainzer Straße 141
Bücher und Schreibwaren; Web: graetzbuchhandlung-lainz.at
Tel.: 01 803 91 39

Sonstiges

18. **Foodcoop Biohamster**; Lainzerstraße 123A/Top2
Einkaufsgemeinschaft für regionale Bio-Lebensmittel
Web: biohamster.at; Tel.: 0676 30 45 599
19. **GRÄTZLherz - Ort der Herzensbildung**;
Vereinslokal der Nachbarschaft; Web: graetzelben.at; Tel.: 0676 44 67 266
20. **Kardinal König Haus**; Kardinal-König-Platz 3
Bildungszentrum; Web: kardinal-koenig-haus.at; Tel.: 01 804 75 93
21. **Bestattung Mertl**; Hofwiesengasse 1
Bestattung; Web: bestattung-mertl.at; Tel.: 01 804 06 95



20 Jahre WOK'in

Seit nunmehr 20 Jahren bereichert Wok'in die kulinarische Vielfalt in Hietzing. Das familiengeführte Restaurant steht seit seiner Gründung für gelebte Gastfreundschaft, Zusammenhalt und die Leidenschaft für asiatische Küche.

Was Wok'in besonders macht, ist die Kombination aus Tradition und Frische: Alle Gerichte werden täglich frisch zubereitet, mit viel Liebe zum Detail und Respekt vor den ursprünglichen Aromen. Ob klassische Wok-Gerichte, Sushi oder moderne Interpretationen asiatischer Küche – hier findet jede und jeder etwas nach dem eigenen Geschmack.

Über zwei Jahrzehnte hinweg hat sich das Lokal zu einem festen Bestandteil des Grätzls entwickelt. Viele Stammgäste schätzen nicht nur die Qualität der Speisen, sondern auch die persönliche Atmosphäre und den herzlichen Empfang.

20 Jahre Wok'in stehen für Beständigkeit, Leidenschaft und Genuss – ein Ort, an dem sich kulinarische Vielfalt und gelebte Nachbarschaft auf besondere Weise verbinden.



Lainzer Straße 84
Web: wokin1130.at
Tel.: 01 877 17 05

Sommerfest in Lainz



Alt Hietzing hat das Hietzinger Bezirksfest, Ober St. Veit sein Grätzlfest und nun hat Lainz sein Sommerfest.

Am Samstag, 20. Juni von 10 bis 16 Uhr. Wo? Im Vorgarten Dependance und Panchichi (siehe Foto) und im Innenhof Familie Reiter. Was erwartet euch?

Für Kinder: * Theater * Lesung *
Schminken * Selberrmach-Station *

Für Alle: * Livemusik * IGOR *
Spielestationen * Kulinarische
Schmankerln * Bücherflohmarkt *

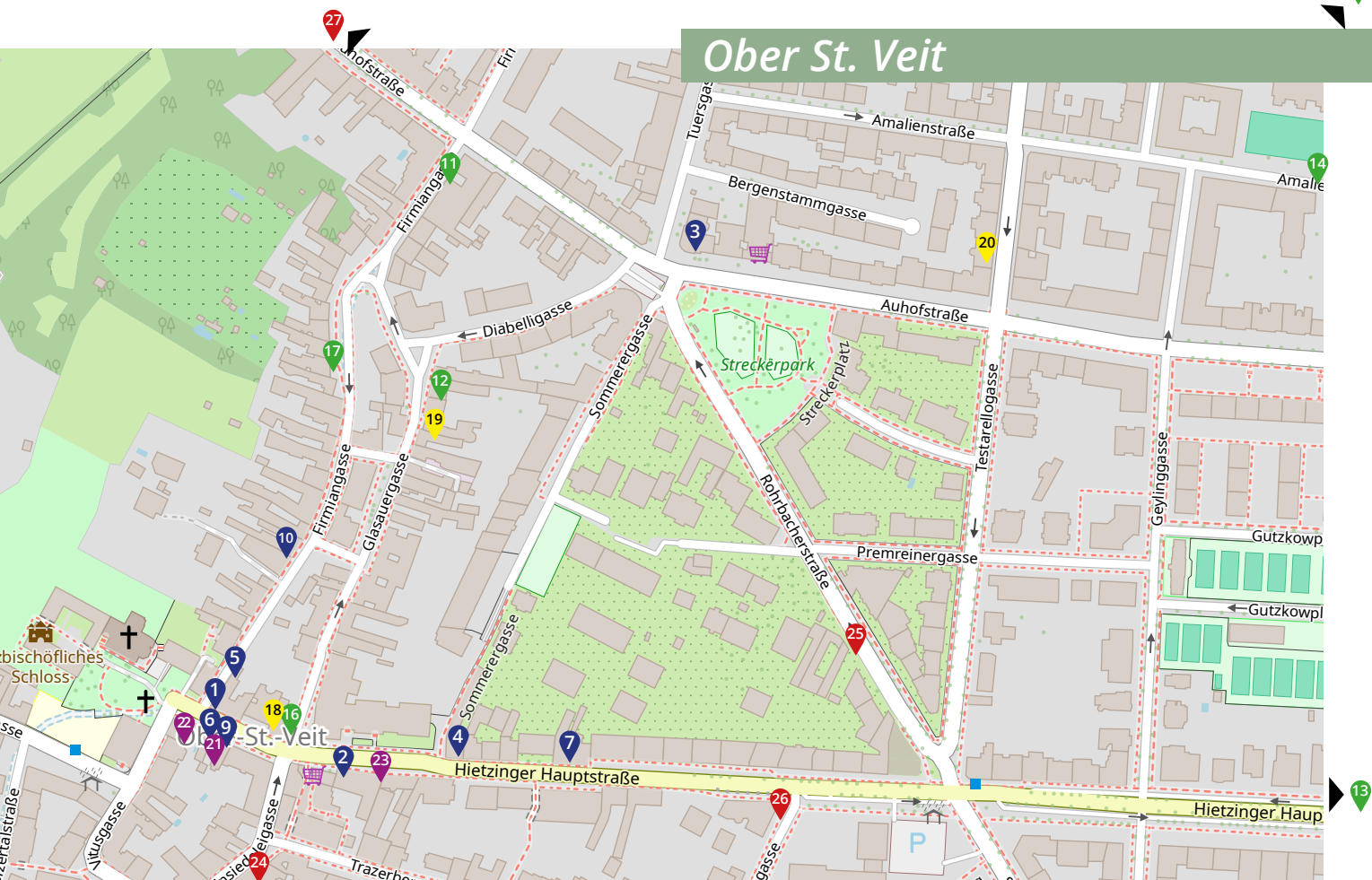
Bauen für die Zukunft

Das Kardinal König Haus investiert 8,4 Millionen Euro in die Zukunft. Brandschutz, Eingangsbereich, Rezeption und Gästezimmer werden umfassend modernisiert. Für die Umbauarbeiten bleibt das Haus von Juli bis Ende September geschlossen. Bis dahin läuft das Programm wie gewohnt weiter.

Auch das Café „Das Kardinal“ freut sich über Gäste aus dem Grätzl. Ein besonderes Highlight: das beliebte Frühstücksbuffet um 9,90 Euro.



Café daskardinal
Kardinal-König-Platz 3
Web: daskardinal.at



Ober St. Veit

Essen & Trinken

1. **Anton's Tafel**, Hietzinger Hauptstraße 174
Eissalon und Restaurant; Web: antons.at
2. **Bäckerei Schwarz**, Hietzinger Hauptstraße 145
Bäckerei; Web: bswien.at; Tel.: 01 877 08 38
3. **Bäckerei Schwarz**, Auhofstraße 138
Bäckerei; Web: bswien.at; Tel.: 01 877 24 75 21
4. **BUNT Restaurant & Eventlocation**, Hietzinger Hauptstraße 162
Restaurant; Web: bunt.at; Tel.: 01 877 14 99
5. **Cucina Alchimia**, Firmiangasse 2
Restaurant; Web: cucina-alchimia.org; Tel.: 0681 20 55 31 90
6. **Da Salvatore**, Hietzinger Hauptstraße 153
Pizzeria; Web: pizzeriadasalvatore.at; Tel.: 0664 31 81 647
7. **Kalkalpenfisch**, Hietzinger Hauptstraße 150
Fischmarkt; Web: kalkalpenfisch.at
8. **Punto Rosso**, Firmiangasse 5
Italienisches Restaurant; Tel.: 01 877 73 09
9. **Schneider-Gössl Sektbar**, Hietzinger Hauptstraße 153
Sektbar; Web: schneider-goessl.at; Tel.: 01 877 49 00
10. **Schneider-Gössl**, Firmiangasse 9-11
Heuriger; Web: schneider-goessl.at; Tel.: 01 877 61 09 - 0

Gesundheit, Freizeit & Fitness

11. **Ballettstudio Elisabeth Kobel**, Firmiangasse 22
Ballettstudio, Damengymnastik, Choreografie
Web: elisabethkobel.at; Tel.: 0676 312 46 47
12. **Dr. Marlies Frank**, Glasauergergasse 30, Fachärztin für Innere Medizin;
Web: diabetologie-hietzing.at; Tel.: 0664 133 88 6414
13. **Dr. Clemens Frisee**, Hietzinger Hauptstraße 116/4 (Eingang Preindlgasse 12)
Facharzt für Haut- und Geschlechtskrankheiten; Web: hautarzt-hietzing.at; Tel.: 01/ 876 35 48
14. **Dr. Maria Michaelidou - Ordination für plastische Chirurgie**
Amalienstraße 36/2/36 Web.: entdecke-schoenheit.at
E-Mail: office@entdecke-schoenheit.at

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

Handwerk & Reparatur

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

Shopping & Einkauf

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

Sonstiges

24. **Atelier Fine Art**, Einsiedeleigasse 7
Fine Art Atelier; Instagram: instagram.com/atelier.fineart13
25. **Caffè*Napoletano**, Rohrbacherstraße 9;
Kaffeeverkauf; Web: caffenaipoletano.at; Tel.: 0676 6117622
26. **Fahrschule Hietzing**, Hietzinger Hauptstraße 123
Fahrschule; Web: fahrschule-hietzing.at
27. **Heckantrieb**, Auhofstraße 205
Bikes + Service; Web: heckantrieb.at; Tel.: 01 212 15 38

Energie im Wandel – Heizsysteme der Zukunft

Die Energiewende ist längst Realität: Steigende Energiepreise, Klimawandel und politische Ziele führen dazu, dass immer mehr Haushalte auf nachhaltige Heizsysteme umsteigen. Im Fokus stehen klimafreundliche Alternativen wie Wärmepumpen, Holzheizungen, Fernwärme sowie Photovoltaik- und Solarthermieanlagen. Mit der Sanierungsinitiative 2026 fördert Österreich gezielt den Austausch alter Öl-, Gas- oder Kohleheizungen. Unterstützt werden moderne Lösungen ebenso wie thermische Sanierungen, um Energieeffizienz und Wohnkomfort zu steigern. Die Förderungen gelten österreichweit für verschiedene Wohnformen. Auch die eigene Stromproduktion gewinnt an Bedeutung: Photovoltaikanlagen ermöglichen sauberen Strom und mehr Unabhängigkeit. In Kombination mit Wärmepumpen entstehen nachhaltige Gesamtsysteme. Wichtig bleibt die fachkundige Beratung. Die Korkisch & Partner GmbH aus Hietzing begleitet seit vielen Jahren Kund*innen bei Planung, Umsetzung und Förderung moderner Haustechnik – von Wärmepumpen bis Photovoltaik. Weitere Informationen zur Sanierungsinitiative 2026 finden Sie unter www.sanierungsinitiative.gv.at Fragen zu individuellen Heizlösungen beantwortet Ihnen das Team von Korkisch & Partner GmbH sehr gerne!



ASK Ober St. Veit im Höhenflug



Der ASK Ober St. Veit zeigt heuer nicht nur sportlich auf: Mit einem starken 2. Platz in der Oberliga (Stand: 14. Mai) spielt das Team eine beeindruckende Saison. Einsatz, Teamgeist und Leidenschaft sind am Platz deutlich spürbar. Gleichzeitig überzeugt der Verein auch abseits des Rasens als engagierter Veranstalter – etwa beim beliebten Maibaumfest in Ober St. Veit, das Jahr für Jahr viele Besucher*innen ins Grätzl lockt.

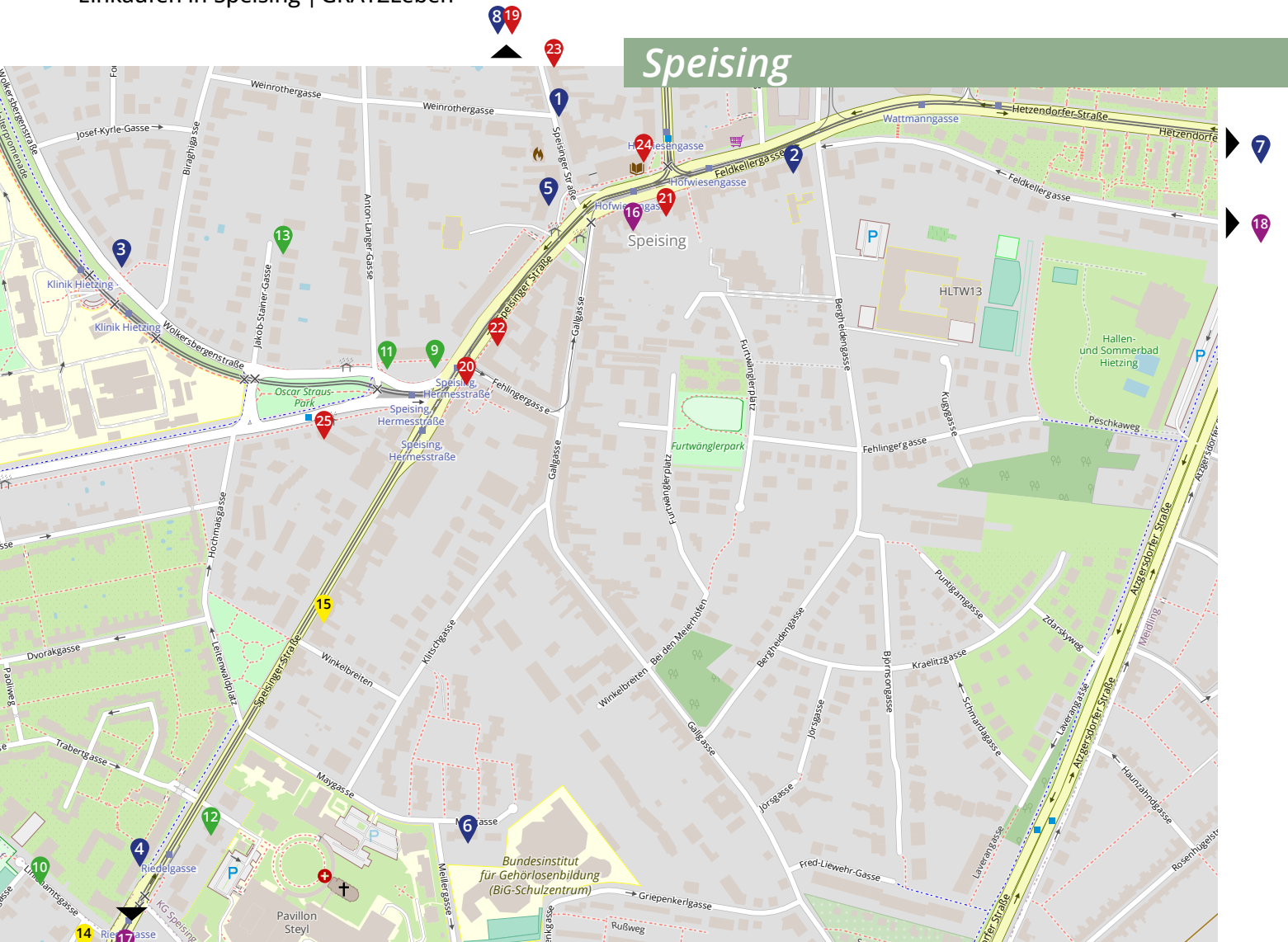
Sonnwendfeier

Die legendäre Sonnwendfeier am Girzenberg zählt auch heuer wieder zu den stimmungsvollsten Sommer-Events in Hietzing. Am Samstag, den 20. Juni 2026, sind Nachbar*innen, Familien und Freund*innen eingeladen, gemeinsam den längsten Tag des Jahres zu feiern.

Der Treffpunkt ist um ca. 17:15 Uhr an der Ecke Einsiedeleigasse. Von dort aus geht es hinauf zum Girzenberg, wo bereits eine besondere Atmosphäre wartet: Natur, Weitblick und ein Gefühl von Gemeinschaft. Mit Einbruch der Dämmerung wird traditionell das große Sonnwendfeuer entzündet – ein beeindruckendes Schauspiel, das jedes Jahr zahlreiche Besucher*innen anzieht.

Die Sonnwendfeier ist mehr als nur ein Fest: Sie verbindet Menschen, schafft Begegnung und lässt ein Stück gelebtes Brauchtum mitten in der Stadt spürbar werden.





Speising

Essen & Trinken

1. **Ammersin Getränkegroßhandel**; Speisinger Straße 31-33
Getränkegroßhandel; Web: ammersin.at; Tel.: 01 804 4200
2. **Bäckerei Schwarz**; Feldkellergasse 26
Bäckerei; Web: bswien.at; Tel.: 01 804 36 55
3. **Café Allgemein**; Wolkersbergenstraße 22-24
Kaffeehaus; Web: cafeallgemein.at; Tel.: 01 960 57 90
4. **Eissalon**; Speisinger Straße 100; Eisdiele
5. **Kichererbse**; Speisinger Straße 38
6. **Restaurant May 31**; Maygasse 31; Web: restaurant-may31.at
Italienisches Restaurant; Tel.: 0676 880 30 880
7. **Restaurant Split**; Hetzendorfer Straße 165-187
Web: splithietzing.at; Tel.: 01 804 09 15
8. **Restaurant Waldzeile**; Speisinger Straße 2
Web: waldzeile.at; Tel.: 01 804 53 94

Gesundheit, Freizeit & Fitness

9. **Arbeiter-Samariter-Bund**; Speisinger Straße 56
Schulungszentrum; Tel.: 01 4190 731
10. **ASV 13**; Linienamts-gasse 7
Fußballverein; Web: ASV13.at; Tel.: 0699 1120 4516
11. **Bestattung Mertl**; Wolkersbergenstraße 2
Web: bestattung-mertl.at; Tel: 01 804 06 95
12. **Gesundheitspark Wien-Speising**; Speisinger Straße 11
Gesundheitspark; Web: gesundheitspark.at; Tel.: 01 801 823 169
13. **Shinkoko**; Jakob-Stainer-Gasse 17
1000-Hände Haus mit Teeshop; Web: 1000haende.at; Web: shinkoko.at

Handwerk & Reparatur

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

Shopping & Einkauf

16. **Ballonwerk**; Feldkellergasse 6
Luftballons und mehr; Tel.: 0676 59 18 180
17. **Bikemite**; Speisingerstraße 212;
Elektroroller; Web: bikemite.at; Tel.: 0680 123 11 69
18. **Mein Bio Laden**; Atzgersdorfer Straße 10
Bio-Supermarkt; Web: Biofeld.co.at; Tel.: 0676 94 74 222

Sonstiges

19. **Bücherei Hietzing**; Preyergasse 1-7
Öffentliche Bücherei; Web: buechereien.wien.gv.at; Tel.: 01 4000 13 161
20. **Blumen B & B R Bigl**; Speisinger Straße 51
Blumengeschäft; Tel.: 01 803 85 58
21. **Fahrschule Hietzing**; Feldkellergasse 10
Fahrschule; Web: fahrschule-hietzing.at; Tel.: 01 239 72 90
22. **Galerie und Antiquariat**; Speisinger Straße 47
Fliegende Galerie Shop; Tel.: 0664 567 32 82; abwk@aon.at; fliegendegaleriешop.at
23. **Streetwork Hietzing**; Speisinger Straße 19
Offene Kinder- und Jugendarbeit; Web: rdk-wien.at; Tel.: 0699 158 577 82
24. **VHS Hietzing**; Hofwiesengasse 48
Volkshochschule; Web: vhs.at; Tel.: 01 891 74 1130 00
25. **IhrProjekt**; Hermesstraße 1b
Projektmanagement, -beratung und -coaching +43 699 1 913 68 18; iris@IHRprojekt.at

Mit dem Projektbooster Zukunft gestalten!

Ob beruflich oder privat: Gute Planung ist kein Selbstzweck, sondern ein Werkzeug, um Ideen Wirklichkeit werden zu lassen. Wer sich bewusst Zeit nimmt, das Ziel zu klären, die nächsten Schritte zu strukturieren und Risiken mitzudenken, nimmt die Zukunft ein Stück weit vorweg – und erhöht die Chance, dass Vorhaben auch wirklich erfolgreich umgesetzt werden. Dabei muss Planung weder kompliziert noch starr sein. Entscheidend ist eine klare, schrittweise Vorgehensweise, die Orientierung gibt und gleichzeitig flexibel bleibt. Genau hier setzt mein Projektbooster an. In einem strukturierten, praxisnahen Format unterstütze ich Projektverantwortliche. Von der Zielklärung über die Planung bis zur konkreten Umsetzung entsteht ein roter Faden, der Sicherheit gibt – und Raum für das Wesentliche lässt. *Denn erfolgreiche Projekte sind kein Zufall. Sie sind das Ergebnis bewusster Entscheidungen, guter Vorbereitung und klarer Planung.*



Projektcoaching
**Projekt
Booster**

**Kompetenz
steigern.
Projekte
meistern.**

Ing. Iris Hauck-Rameis, zSPM, PMP
E-Mail: iris@IHRprojekt.at
Tel.: +43 699 1 913 68 18



Raumausstattung Beisteiner



Eine kleine Zeitreise: die Geschichte des Berufes Tapezierer und Dekorateur beginnt in Frankreich im Jahr 1295 als „Tapissier“. Damals stattete der „Tapissier“ am Hof von König Ludwig XIV die Räume mit Wandteppichen, Wandbespannungen und Stoffdrapierungen aus und stellte gepolsterte Sitzmöbel her. Ein paar Jahr hunderte später organisierten sich 1738 die Wiener Tapezierer und gründeten eine Innung. Die Firma Beisteiner beschäftigt sich bereits seit 8 Generationen mit dem Handwerk des Tapezierers. In Speising befindet sich der Firmensitz seit 1956, wo Markus Beisteiner den Familienbetrieb nun in der 4. Generation führt. Zu den Arbeiten des Tapezierers zählen das Verlegen von Bodenbelägen, das Bekleiden von Wänden mit Stoffen & Tapeten, Maler- & Lackierarbeiten, die Montage von Blick- & Sonnenschutzprodukten sowie Karniesen & Rundstangen, die Anfertigung von Vorhangdekorationen sowie Betten & Matratzen aber auch das Restaurieren, Aufpolstern und Beziehen von Polstermöbel aller Art. Raumausstattung Beisteiner führt all diese Arbeiten in den hauseigenen Werkstätten in Speising oder direkt vor Ort mit größter Sorgfalt aus. Raumausstattung Beisteiner hat zu Recht einen guten Ruf, überzeugen Sie sich von der hohen Qualität und Kompetenz!

ASV 13 Sommerfest: Sa.6. & So. 7. Juni

Das größte und beliebteste Fest in Speising findet heuer am ersten Juniwochenende statt. Der Fußballverein ASV 13 lädt zum Sommerfest 2026. Start ist an beiden Tagen jeweils um 9 Uhr. An den zwei Tagen kommen alle Teams zum Einsatz. Am Samstag um 17 Uhr ist das spielerische Highlight mit dem Spiel der Kampfmannschaft gegen TWL Elektra 1b. Besonders beliebt ist die attraktive Tombola mit wirklich tollen Preisen und kulinarisch überzeugt das Spanferkel.



Tombola
mit attraktiven
Hauptpreisen

ASV 13
SOMMERFEST 26

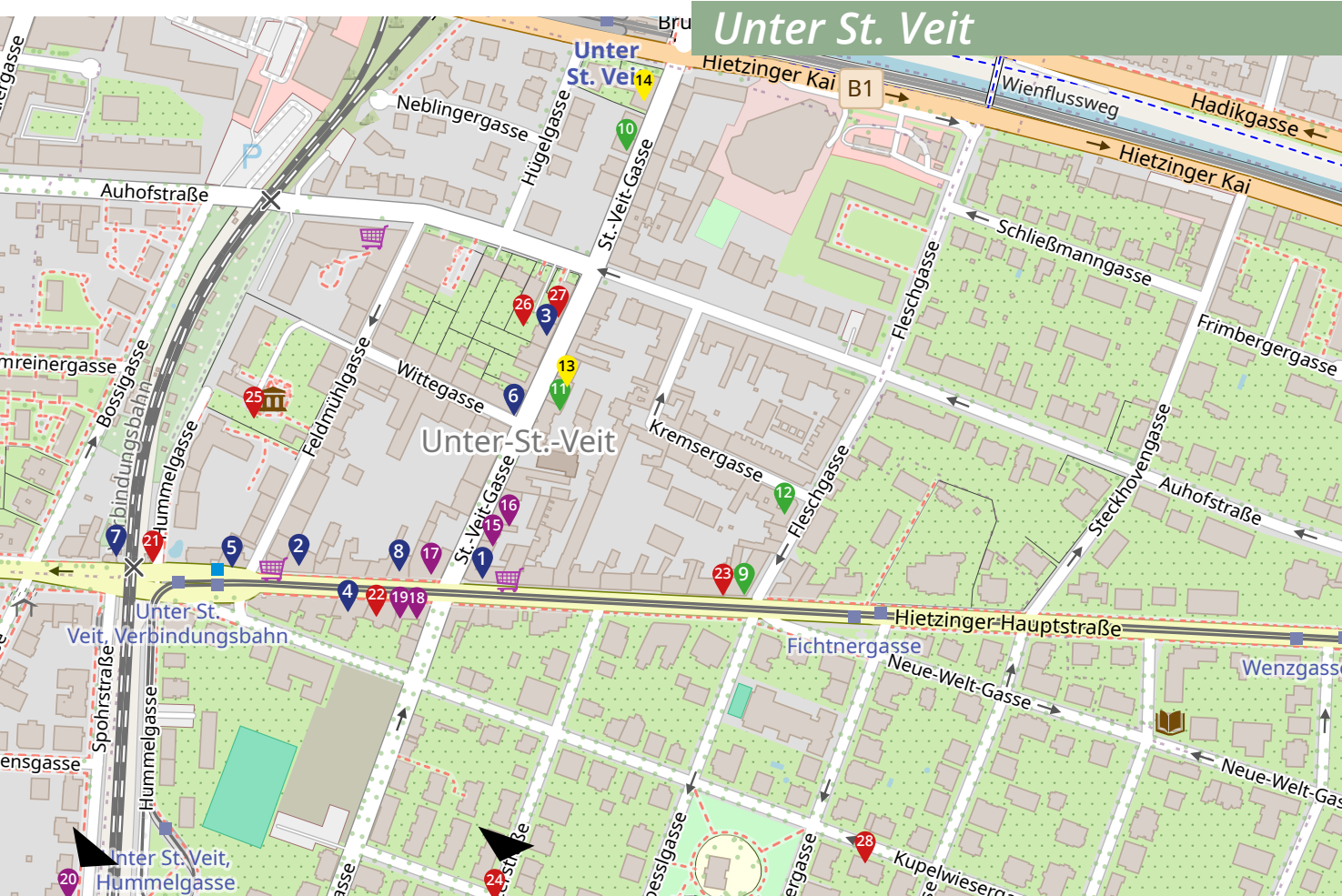
Samstag, 06. Juni & Sonntag 07. Juni 2026

Höpfung **Musik** **Spanferkel**

Nachwuchsspiele jeweils
Samstag und Sonntag ab 09:00 Uhr

**Samstag 17:00 Uhr Kampfmannschaft
ASV13 vs. TWL Elektra 1b**

Tanzeinlage von
MC Studio Hietzing
in der Pause der
Kampfmannschaft!



Shopping & Einkauf

15. **Famyls Wöod e.U.**, St.Veit-Gasse 42
2nd Hand Paradies; Tel.: 0650 599 3666
16. **Giving & Living - Geschenke**, Sankt-Veit-Gasse 44
Geschenkboutique; Web: givingandliving.at; Tel.: 0664 88 71 71 88
17. **Gewußt wie „Zum Eisbären“**; Hietzinger Hauptstraße 72
Drogeriemarkt; Web: gewusstwie.at/filialen/eisbaer Tel.: 01 877 22 89
18. **Jura-Store**; Hietzinger Hauptstraße 65; Kaffeevollautomaten
19. **Red Zac Schwarz Haushaltsgeräte**; Hietzinger Hauptstraße 65
Elektrofachgeschäft; E-Mail: office@fernsehndoktor.at; Tel: 01 877 92 55
20. **Dr. Sommer Mixturen**; Rossiniggasse 16;
natürliche Hautpflege; Web: mixturen.co.at; Tel.: 0660 48 500 70

Sonstiges

21. **Blumeneboutique Grete**; Hietzinger Hauptstraße 88a
Blumen-Nahversorgung; Web: blumengeschaef.wien; Tel.: 01 877 59 98
22. **Energy Island**; Hietzinger Hauptstraße 67
Energetische Produkte; Web: energyislandshop.at; Tel.: 01 879 57 93
23. **Happy Paper**; Hietzinger Hauptstraße 52
Papierwarenfachgeschäft; Tel.: 01 877 35 72
24. **JUGEND EINE WELT**; Münchreiterstraße 31
Entwicklungszusammenarbeit; Web: jugendeinewelt.at
25. **Klimt Villa I Gustav Klimt-Atelier**; Feldmühlgasse 11
Web: klimtvilla.at; Tel.: 01 876 11 25
26. **Sela Tours**; St.Veit-Gasse 51
Reisebüro; Web: selatours.at; Tel.: 01 877 30 25
27. **Wilde Rose**; Sankt-Veit-Gasse 53
Blumen-Nahversorgung; Tel.: 01 879 65 15
28. **weitblick architektur**; Kupelwiesergasse 19/1
Architekturbüro; Web: weitblick.space; Tel.: 0676 4660660

Essen & Trinken

1. **Bäckerei Schwarz**; Hietzinger Hauptstraße 70
Bäcker; Web: bswien.at; Tel: 01 877 22 36
2. **Hietz Kebap**; Hietzinger Hauptstraße 82/84
Kebap und Pizza; Tel.: 0676 666 13 13
3. **Obst & Gemüse**; Sankt-Veit-Gasse 53
4. **Schoko & Fiocco**; Hietzinger Hauptstraße 69
Eismanufaktur; Tel.: 01 877 25 28
5. **Sun**; Hietzinger Hauptstraße 86; China-Restaurant
6. **Teenorissimo - kleines Teehaus**; Wittegasse 2
Teehaus; Web: teenorissimo.at; Tel.: 0676 64 63 703
7. **Zum Seidl**; Hietzinger Hauptstraße 90
Würstel-Buffer; Web: zumseidl.at; Tel.: 0699 112 24 562
8. **1130 Coffee Club**; Hietzinger Hauptstraße 74
Kaffeehaus, instagr.am/coffeeclub1130

Gesundheit, Freizeit & Fitness

9. **Geburtshaus von Anfang an**; Hietzinger Hauptstraße 50
Web: geburtshaus-von-anfang-an.at Tel.: 0681 81 336 556
10. **Optik Akustik Haller**; Sankt-Veit-Veitgasse 65
E-Mail: optik-akustik-haller@a1.net; Tel.: 01 876 06 48
11. **Ortopropan**; Sankt-Veit-Gasse 56
Sanitätshaus; Tel.: 01 402 21 25 - 3040
12. **Studio Zhang**; Kremsergasse 1/2
Tai-Chi-Schule; Web: zhang.at; Tel.: 01 270 0688

Handwerk & Reparatur

13. **Maß- und Änderungsschneiderei E.Akgün**; Sankt-Veit-Gasse 56
Web: schneiderei-akguen.at; Tel.: 01 876 60 48
14. **NRE Computer & Service**; Sankt-Veit-Gasse 67
Computergeschäft; Web: nre.at; Tel.: 01 363 1130

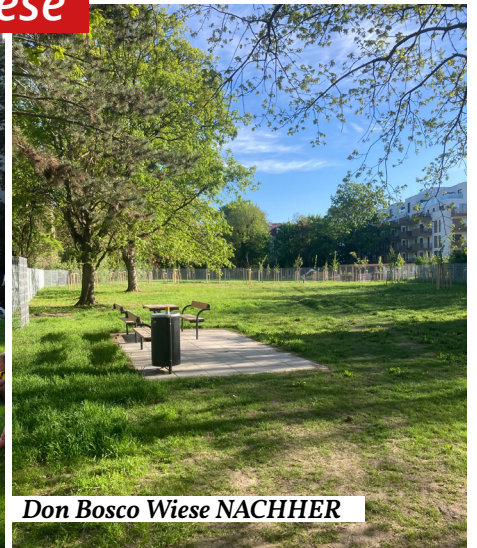
Don Bosco Wiese

Mit dem neuen öffentlichen Park auf der Don Bosco Wiese (Zugang über Hummelgasse, 8-20 Uhr geöffnet) entstand ein kleiner, aber bedeutender Ort für die Nachbarschaft.

Für den Verein GRÄTZLeben Hietzing ist dieses Gelände eng mit den eigenen Anfängen verbunden: Hier begann einst die ehrenamtliche Parkbetreuung. Heute ist nur mehr ein Teil der Wiese frei zugänglich. Was bleibt, ist ein gemischtes Gefühl – und die Erkenntnis: besser als nichts.



Don Bosco Wiese VORHER



Don Bosco Wiese NACHHER

Nicht nur Kaffee ist im Trend!



Hietzinger Hauptstraße 74
Auch auf Instagram

Im Herzen des 13. Bezirks hat sich Coffee Club 1130 längst zu einem kleinen Szene-Hotspot entwickelt. Zwischen duftendem Kaffee und entspannter Nachbarschaftsatmosphäre trifft hier moderner Lifestyle auf lokalen Charme. Besonders ins Auge fallen derzeit die trendigen Caps, die längst über Hietzing hinaus Aufmerksamkeit erregen.

Die Kappen greifen humorvoll und gleichzeitig stilvoll das Lebensgefühl des Grätzls auf. Mit Slogans wie „Hügelpark Mum“, „Streckerpark Mum“, „Hügelpark Dad“ oder „Streckerpark Dad“ sprechen sie gezielt Familien an, die sich mit den beliebten Parks der Umgebung identifizieren. Ergänzt wird die Kollektion durch frechere Statements wie „Ask your mother“, „Ask your father“ sowie das selbstbewusste „Beverly Hietzing“, das den Bezirk augenzwinkernd in eine glamouröse Liga hebt.

Auch für Kinder gibt es passende Designs: „Hügelpark Gang“ und „Streckerpark Gang“ bringen den spielerischen Zusammenhalt der jüngsten Hietzinger:innen zum Ausdruck. Alle Kappen sind für 29,90€ erhältlich und verbinden Qualität mit lokalem Stolz. So wird Coffee Club 1130 nicht nur zum Ort für guten Kaffee, sondern auch für stylische Statements.

Strada Garden

In Unter St. Veit gibt es kulinarischen Zuwachs: In der Auhofstraße 80 hat das neue Restaurant Strada Garden eröffnet. Das Lokal lädt mit stilvollem Ambiente und gemütlichem Gastgarten zum Verweilen ein. Geboten wird eine abwechslungsreiche Küche mit frischen Zutaten und viel Liebe zum Detail. Ob für ein Brunch, ein entspanntes Abendessen oder ein Treffen mit Freund*innen – Strada Garden bereichert das Grätzl um einen neuen Treffpunkt.

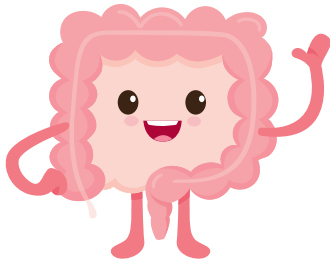


Web: stradagarden.at

E-Mail: office@stradagarden.at

Tel.: +43 676 971 18 18

Briefe vom Darm



Hallo, hier bin ich wieder - dein Darm. Naaaa, was sagst du jetzt, wo du den Artikel da neben an gelesen hast? Ich kann so manches in deinem „Hirndl“ durcheinanderbringen, ohne dass du einen Einfluss darauf hast! Daher hege und pflege mich.

Ich empfehle dir auch den Artikel auf Seite 23 zu lesen - da geht es auch um die Mentale Gesundheit und wichtige wissenschaftliche Fakten.

Wie Dr. Matthias Riedl, Deutschlands bekanntester Ernährungsmediziner in seinem Buch „Das Psyche Darm Paradox“ schreibt: „Angst aus der Pizzaschachtel? Depression aus der Müsli-Tüte? Was sich absurd anhört, ist wissenschaftlich belegt: Falsches Essen macht uns krank - vor allem psychisch. Was Depression, Ängste und ADHS mit dem Darm zu tun haben ...“

Also, als die da draußen, die diesen Brief in meinem Namen verfasst, dieses Buch gelesen hat, habe ich mich schon riesig gefreut! Sie ist auf dem richtigen Weg. Ich bin ihr dankbar und ihre Psyche weiß es auch zu schätzen :)

Somit: Mentale Hygiene + Darm Pflege = starkes Duo in der Gesundheitsförderung

Dein Darm

Der Darm & unsere Mentale Gesundheit



In der letzten Ausgabe von GRÄTZLeben haben wir über die Darm-Hirn Achse geschrieben und warum der Darm eigentlich unser zweites Hirn ist. Wir haben gesagt, dass wenn im Darm ein Chaos herrscht, meldet er alles brav ans Gehirn. Und Chaos herrscht, wenn wir Symptome haben wie Verstopfung, Durchfälle, Blähungen, Winde, Völlegefühl, Saures Aufstoßen, Müdigkeit nach dem Essen. Ursache kann u.a. der Stress, Überlastungen, schlechtes Essen und wenig Schlaf (oder schlechte Schlafqualität) sein und das Ergebnis daraus ist

meistens eine schlechte Laune, Konzentrationsprobleme, das Gefühl, dass alles nervt und wir einfach überlastet sind und nicht mehr können.

Zusätzlich zu einer „Mentalen Hygiene“, bzw. Förderung der Psychischen Gesundheit (siehe Artikel auf Seite 23), kann die Darmflora und unser Darm ziemlich dazu beitragen, dass wir wieder dieses Gefühl von Gelassenheit und „Schmetterlingen im Bauch“ spüren. Das ist keine Redewendung, sondern unsere Biologie.

Aktuelle wissenschaftliche Studien zeigen, dass unser Darm für einige Arten von Depressionen und Depressiven Verstimmungen mitverantwortlich ist und die Schlafqualität beeinträchtigen kann! Somit kann er unsere Mentale Gesundheit direkt bedrohen! Rund 90% des Glückshormons Serotonin werden nicht im Gehirn, sondern im Darm produziert. Also, Fazit ist: Darm gut - Hirn gut - wir sind für Herausforderungen des Lebens gut gerüstet.

Das heißt: ein gesunder Darm kann helfen, mit Stress besser umzugehen und die Resilienz zu stärken. Unser Bauchgefühl ist also keine Esoterik – sondern unsere biologische Ausstattung.

Was macht den Darm glücklich und wie kannst du vorbeugen: nimm dir genug Zeit für deine Mahlzeit - du nährst dich und deinen Körper, isst gesund und frisch gekochtes, wichtig: KAU GUT, jeden Bissen mindestens 30-mal und hör auf dein Bauchgefühl. Bewege dich ausreichend, der Darm liebt Bewegung und Sport! Ausreichend trinken, am besten Wasser und/oder Kräutertees. Vermeide bitte so viel es geht: süße Getränke, Zucker, Weißmehl, Alkohol, Fertiggerichte und Fast Food. Wie ich immer betone: das Ziel ist nicht der Verzicht, sondern der wahre Genuss. Also gönn dir ruhig, aber in Maßen.

Wenn du eine Darmkur nach Dr. FX Mayr machen möchtest, melde dich gerne bei mir, das erste Gespräch ist kostenlos und unverbindlich: natasa.untersmayr@outlook.com

Natascha Untersmayr, MBA
 Expertin für Darmgesundheit und Gesundheitscoach
www.natascha-untersmayr.coach

PACCHERI, die großen Verführer



Wir stellen vor: Paccheri – große, breite Röhrennudeln, die mit ihrer markanten Form für echten Genuss sorgen.

Herkunft & Besonderheit: Die Paccheri stammen ursprünglich aus Kampanien, rund um Neapel. Ihr Name leitet sich vom neapolitanischen Wort „paccharia“ ab – was so viel wie „Ohrfeige“ bedeutet. Der Grund? Wenn die großen Röhren auf den Teller fallen, machen sie ein deutlich hörbares Geräusch. Durch ihre Größe eignen sich Paccheri perfekt, um kräftige Saucen aufzunehmen oder sogar gefüllt zu werden. Unsere Variante ist bewusst rau bzw. geriffelt, wodurch Saucen noch besser haften bleiben und jeder Bissen besonders intensiv schmeckt.

Unsere hausgemachten MAY31 Paccheri werden bei uns in Speising/Hietzing/Wien aus österreichischem Hartweizengrieß aus regionaler Mühle und Wiener Hochquellwasser gefertigt – 100 % vegan und frei von Ei.

Serviervorschlag & Einladung: Traditionell lieben wir unsere hausgemachten MAY31 Paccheri entweder mit unserem langsam geschmorten Ragù alla Bolognese oder mit unserer aromatischen Haussauce „Trapani“ – intensiv, rund und perfekt abgestimmt auf die raue Oberfläche der Pasta.

Wer nicht selbst kochen möchte, ist herzlich willkommen, unsere hausgemachten MAY31 Paccheri direkt in unserer Pastastube zu genießen. Die getrocknete Paccheri-Form ist ebenfalls bei uns erhältlich, sodass Sie den Geschmack unserer Pasta auch zu Hause erleben können.

Rezept & Inspiration: Das Rezept für unsere Ragù alla Bolognese finden Sie auf unserer Homepage:

www.restaurant-may31.at/may31pastaloverrezepte

Passwort: „gratzleben“

Fun Fact / Insider-Tipp: Um die Paccheri rankt sich eine alte neapolitanische Legende: Ihre Größe soll sich sogar zum Verstecken kleiner Zutaten wie Knoblauch geeignet haben – ob wahr oder nicht, ein Hingucker sind sie allemal!

Kolumne Stammfood

Gemeinsam backen, gemeinsam helfen – Workshop im GRÄTZLherz mit Christina Stamminger und ihren Kochkindern (siehe Coverbild)

An einem Sonntag im März wurde im GRÄTZLherz nicht nur gebacken, sondern vor allem Gemeinschaft gelebt. 17 Kinder und Jugendliche im Alter von 7 bis 18 Jahren kamen zusammen, um im Rahmen eines Koch- und Backworkshops gemeinsam für einen guten Zweck aktiv zu werden.

Mit viel Kreativität und Teamgeist entstanden innerhalb von fünf Stunden 252 Köstlichkeiten: Hefe-Osterhasen, Stracciatella-Kuchen im Glas und feine Osterpralinen. Liebevoll verpackt wurden sie an die Wärmestube am Meiselmarkt übergeben und bereiteten dort 157 Menschen eine große Freude.

Im Mittelpunkt stand neben dem Kochen vor allem das gemeinsame Erleben von Zusammenhalt, Verantwortung und sozialem Engagement.

Ein herzlicher Dank gilt allen Kindern, Eltern und Unterstützern – insbesondere dem GRÄTZLherz für die Räumlichkeiten sowie den Sponsoren für ihre wertvolle Hilfe.

Ein Tag, der zeigt: Mit Herz, Kreativität und Gemeinschaft kann Großes entstehen.





HANDY NUTZUNG – die Zerreihsprobe für Familien

Die Ergebnisse der Smartphone Challenge sind da. Was Eltern jetzt damit machen? Darum geht es in einem Workshop am 27. Juni in Hietzing.

Tausende Jugendliche haben im Handyexperiment des ORF erlebt: drei Wochen ohne Handy, ohne Social Media, ohne den gewohnten digitalen Dauerstrom. Was danach blieb, waren nicht nur beeindruckende Zahlen aus der wissenschaftlichen Begleitung, sondern Fragen, die viele Eltern seitdem nicht mehr loslassen. Was jetzt? Wie geht bewusste Mediennutzung im Alltag wirklich? Und welche

Rolle spielen wir als Erwachsene dabei? Die Frage nach bewusster Mediennutzung ist also aktueller, denn je und auch die Staatsregierung plant, Social Media für Kinder unter 14 Jahren zu verbieten.

Genau diese Fragen stehen im Mittelpunkt des Workshops **„Handyfrei – so funktioniert der bewusste Umgang mit Handy & Co“** am **Samstag, den 27. Juni 2026, im GRÄTZLherz in Wien-Hietzing**. Veranstaltet von GRÄTZLeben Hietzing, richtet er sich an Eltern von Kindern und Jugendlichen, die aus der Reaktion in echte Handlungskraft kommen wollen.

Geleitet wird der Workshop von **Petra Trautwein** – SPIEGEL-Bestsellerautorin, systemische Coachin, Gründerin der SmartKids Academy und dreifache Mutter. Sie hat das Thema nicht aus dem Lehrbuch, sie lebt es täglich, arbeitet seit Jahren mit Familien und kennt die Momente, in denen Eltern einfach nicht mehr weiterwissen. In Wien war sie bereits mehrfach für Vorträge; der 27. Juni bietet erstmals die Tiefe eines ganztägigen Workshop-Formats.

An seiner Schule, der HLW 23 Sta. Christiana Rodaun, hat Vereinsobmann **Christopher Hetfleisch** gemeinsam mit seinen Schüler*innen an der Smartphone Challenge teilgenommen und dabei hautnah erlebt, was drei Wochen





Verzicht im Schulalltag auslösen. Zur Vorbereitung auf das Handyexperiment hat er gemeinsam mit einem Projektteam bestehend aus vier engagierten Schüler*innen, Petra Trautwein an seine Schule eingeladen. Als Lebens- und Sozialberater, Lehrer, Sozialarbeiter und dreifacher Vater bringt er genau die Perspektive mit, die Eltern brauchen: nicht Theorie, sondern gelebte Praxis.

Petra Trautwein stellte nicht bloß ihr Buch vor, sondern zeigte den anwesenden Teenies und Jugendlichen eindrucksvoll auf, was in ihren Gehirnen passiert, wenn sie ihr Handy und vor allem die diversen sozialen Medien nützen. Jeder Like, jede Nachricht und jedes neue Video aktiviert das Belohnungssystem im Gehirn. Dabei wird Dopamin ausgeschüttet - ein Botenstoff, der kurzfristig Glücksgefühle erzeugt und uns dazu bringt, immer wieder zum Handy zu greifen. Besonders problematisch: Diese Belohnungen kommen unvorhersehbar. Genau dieser „Zufallsfaktor“ macht Social Media so schwer kontrollierbar und kann ein suchtähnliches Verhalten fördern.



Gleichzeitig ist das Gehirn von Jugendlichen noch in Entwicklung. Bereiche, die für Selbstkontrolle, Planung und bewusste Entscheidungen zuständig sind, sind noch nicht vollständig ausgereift. Das bedeutet: Die Fähigkeit, sich selbst zu regulieren, ist eingeschränkt, während die Anfälligkeit für Reize besonders hoch ist. Die Folge: Konzentration fällt schwerer, innere Unruhe nimmt zu und echte Erholung bleibt oft aus. Genau deshalb ist es so wichtig, Jugendliche frühzeitig zu begleiten - hin zu einem bewussten, gesunden Umgang mit ihrem Smartphone.

Der Workshop Ende Juni gibt Eltern fundiertes Wissen darüber, was im Gehirn ihrer Kinder beim Scrollen und Liken passiert, warum Verbote allein nicht wirken und welche konkreten Strategien im Familienalltag tragen. Das Ziel: weniger Machtkämpfe, mehr Klarheit und eine stärkende Beziehung zum eigenen Kind - gerade im digitalen Zeitalter. Begleitet wird Petra Trautwein dabei von Christopher Hetfleisch, der als Vereinsobmann von GRÄTZLeben Hietzing und erfahrener Praktiker aus Schule und Sozialarbeit den Workshop mitgestaltet.

Samstag, 27. Juni 2026, 10 bis 17 Uhr
GRÄTZLherz, Nothartgasse 40, 1130 Wien
 Anmeldung und weitere Informationen:

HANDY NUTZUNG!?

Wie begleite ich mein Kind?

WORKSHOP

mit Petra Trautwein
 Buchautorin und Coach &
 Christopher Hetfleisch
 Lehrer und Supervisor

ANMELDUNG

- Samstag 27. Juni, 10-17 Uhr
- GRÄTZLherz,
Nothartgasse 40, 1130 Wien
- info@GRÄTZLeben.at
- 400€ pro Person
600€ für ein Elternpaar
- mind. 12 pax
max. 25 pax

BONUS

2 Gruppensupervisionen zur Ergebnissicherung mit Christopher Hetfleisch



Gesundheits- und Sozialnetzwerk für Hietzing

Das Gesundheits- und Sozialnetzwerk von GRÄTZLeben Hietzing stellt eine wertvolle Plattform zur Unterstützung der Gemeinschaft zur Verfügung. Im Zentrum stehen Programme, die Nachbarschaftshilfe, soziale Integration und Gesundheitsförderung kombinieren. Der Verein organisiert regelmäßige Veranstaltungen, die den Austausch zwischen verschiedenen Generationen anregen, und bietet Informationsveranstaltungen zu Themen wie Gesundheit, Pflege und soziale Dienste an. Zusätzlich werden individuelle Beratungen bereitgestellt, um den Bewohner*innen bei persönlichen Herausforderungen zu helfen. GRÄTZLeben arbeitet eng mit lokalen Gesundheitsdienstleistern, Pflegeeinrichtungen und sozialen Organisationen zusammen, um sicherzustellen, dass die Angebote passgenau und barrierefrei sind. Das Netzwerk zielt darauf ab, das Wohlbefinden und

die Lebensqualität der Hietzinger*innen zu fördern und ein Gefühl der Gemeinschaft zu schaffen. Durch diese Maßnahmen wird nicht nur die soziale Teilhabe gestärkt, sondern auch das Bewusstsein für gesundheitliche Belange geschärft. Das Gesundheits- und Sozialnetzwerk ist auch Mitglied im demenzfreundlichen Hietzing. Aktuell laufen schon wieder die Vorbereitungen auf die Veranstaltung „Gesund und sicher“ im Amtshaus Hietzing am Fr. 2.10. (11-17 Uhr). (Fotos aus 2025)



Nächster Termin

Gesundheitsvernetzung

Do., 18. Juni, 18-19 Uhr (GRÄTZLherz)

Kostenfrei, Anmeldung: info@GRÄTZLeben.at

oder telefonisch: +43 676 44 67 266

Mentale Gesundheit und die Diagnose Z 73.0



Die meisten von uns wissen, dass die mentale/psychische Gesundheit genauso wichtig ist, wie die körperliche/physische. Die meisten von uns möchten und wollen etwas für ihre mentale Gesundheit tun, viele machen bereits einiges.

Das kennen wir auch unter dem Namen unsere „Mentale Hygiene“.

Doch viele von uns erkennen gar nicht, dass sie bereits tief mit einem Risiko konfrontiert sind, wo die Alarmglocken läuten. Das Risiko am Erschöpfungssyndrom, bekannt als „Burnout“ zu erkranken, unter der medizinischen Diagnose Z 73.0.

Hier einige Fakten aus den aktuellen Wissenschaftlichen Daten, die besorgniserregend sind:

- Eine von vier Personen wird eine signifikante Episode einer psychischen Krankheit im Laufe des Lebens entwickeln
- Psychische Probleme werden 20% von allen Krankheiten ausmachen
- Dadurch kommen auf das Gesundheitssystem sehr hohe Kosten zu
- Die Folgen für die Wirtschaft: Kosten werden ca. 3% - 4% vom BIP sein

Hier geht es aber um ERMUTIGUNG: man kann in einer frühen Phase erkennen, ob man ein Risiko hat, oder nicht. Denn der Burnout verläuft in zwölf Phasen und daher ist er sehr früh erkennbar. In den frühen Phasen stehen viele Präventive Maßnahmen zur Verfügung, sodass es zu einer Erkrankung gar nicht kommen muss!

Die zwölf Phasen des Erschöpfungssyndroms - des Burnouts nach Dr. Stefan Bienenstein (Psychotherapie Praxis Bienenstein) sind:

1. Drang, etwas leisten zu wollen
2. Leistungsstreben, Erwartungen zu erfüllen
3. Vernachlässigung persönlicher Bedürfnisse
4. Überspielen, oder Übergehen von Problemen und Konflikten
5. Zweifel an ehemals wichtigen Dingen wie Hobbys und Freunden
6. Verleugnung entstehender Probleme
7. Rückzug und Vermeidung sozialer Kontakte
8. Offensichtliche Verhaltensänderungen und zunehmende Ängstlichkeit
9. Das Leben verläuft zunehmend „mechanisch“
10. Versuche, Gefühle durch Überreaktionen zu überspielen (Sexualität, Essgewohnheiten, Alkohol und Drogen)
11. Depression mit Symptomen wie Gleichgültigkeit, Hoffnungslosigkeit, Erschöpfung und Perspektivlosigkeit
12. Suizide Gedanken als Ausweg aus dieser Situation, Gefahr eines mentalen und physischen Zusammenbruchs

(Anmerkung: wenn man selbst von suiziden Gedanken betroffen ist, kann man sich an eine Beratungsstelle oder eine Vertrauensperson wenden. Hilfe findet man auch bei der **Telefonseelsorge** (kostenfrei, anonym, rund um die Uhr erreichbar): Telefon: (01) 51 552 -3606, Notruf: 142 www.telefonseelsorge.at/wien und beim **Kriseninterventionszentrum Wien**: Telefon: (01) 406 95 95 <https://kriseninterventionszentrum.at>

In diesem Artikel geht es darum das BEWUSSTSEIN darüber zu schaffen, dass man in einer der frühen Phasen, z.B. 1 bis 4 bereits präventiv handeln kann. Man kann die eigene Reflexionsfähigkeit und die Fähigkeit zur Abgrenzung sowie die Resilienz stärken (persönliche Faktoren). Man kann aber auch die aktuellen außergewöhnlichen Belastungen überdenken und die Situation verändern (situative Faktoren).



Nehmen wir uns bitte die Zeit und schauen nach Innen, reflektieren, wie geht es uns und unserer Seele und schauen wir nach außen, ob die aktuellen Belastungen eher außergewöhnlich sind und über einen längeren Zeitraum dauern. Oder, noch besser man pflegt die „Mentale Hygiene“ und geht zu einem:r Psychotherapeuten:in präventiv, so wie die Mundhygiene beim Zahnarzt präventiv und regelmäßig gemacht wird.

Natascha Untersmayr, MBA

Expertin betriebliche Gesundheitsförderung
www.natascha-untersmyr.coach

Quelle: Dr. Stefan Bienenstein, Psychotherapie Praxis Bienenstein, www.praxisbienenstein.at



BunterLebenHietzing

Drüber & Drunter Kleidertausch

Kleidertauschparty im Sommer für Damen – Herren - Kinder
*Kleidertausch der **Tauschbörse Ober St.Veit**: nach dem Motto „schenken und beschränkt werden“ bringst du gut erhaltenen Kleidung, die du nicht mehr brauchst und nimmst mit was dir gefällt. So bereitet ein Stück, das für dich ausgedient hat, jemand anderem große Freude. (Und keine Sorge, wenn du nichts Passendes zum Tauschen hast, du kannst trotzdem kommen und stöbern...)

PS. wir haben auch einen superben Männergewand-Tauschtisch :)

Nächster Termin: Samstag 13.06. 2026 von 15 – 18 Uhr
@bunter_leben_hietzing

Art Club Hietzing ACH

Sommerfest der Künste – Bildende Kunst – Livemusik – Kindermalen

Freitag, 29. Mai von 14 – 18 Uhr in der Altgasse/Brunnen

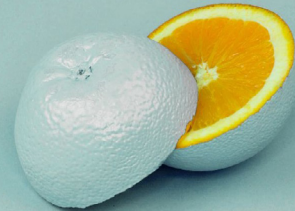
Künstler:innen – Vernetzung jeden ersten Mittwoch im Monat, Termine/Infos auf @art_club_hietzing



Art Club Hietzing!

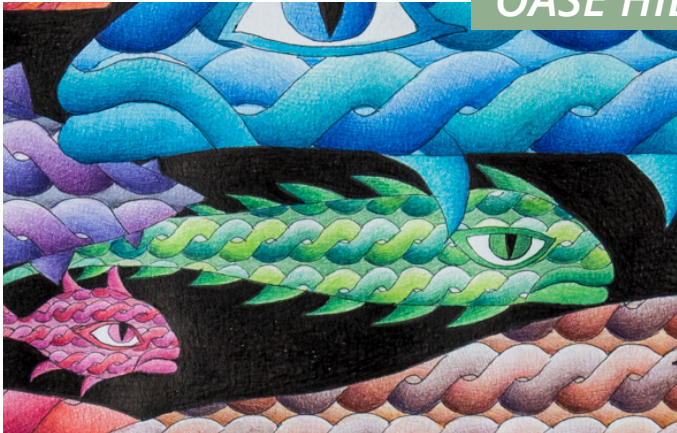


ART CLUB HIETZING!



künstler:innen vernetzungstreffen

OASE HIETZING



Alexandra Uccusic **OASE HIETZING**

Das Bezirksmuseum Hietzing lädt zu einer besonderen Ausstellung in die Gewölbegalerie ein: Unter dem Titel „Oase Hietzing“ zeigt die Malerin und Naturschützerin Alexandra Uccusic ihre neuesten Werke. Die Vernissage fand am Mittwoch, den 8. April 2026 statt und eröffnete eine künstlerische Reise, die Natur, Vision und Zukunft miteinander verbindet.

Inspiziert von üppigen Dschungelbildern und den fantasievollen Begegnungen mit Tierwesen erschafft die Künstlerin kraftvolle Bildwelten. Ihre Arbeiten machen spürbar, wie ein Leben im Einklang mit der Natur aussehen kann – und laden dazu ein, die eigene Beziehung zur Umwelt neu zu denken.

Mit ihrer Ausstellung möchte Alexandra Uccusic Mut machen, das große Potenzial Hietzings zu erkennen und zu nutzen: als Gartenbezirk mit der Möglichkeit, zu einer echten, zukunftsweisenden Grün-Oase zu werden. Begleitend zur Ausstellung wird noch eine zweite Sonderführungen am Samstag, den 13. Juni 2026, von 15 bis 17 Uhr angeboten. Die Finissage findet am Mittwoch, den 1. Juli 2026, ebenfalls von 15 bis 17 Uhr statt. Ein inspirierender Beitrag für ein grüneres Hietzing.

Kultur und Familie im Streckerpark

Der Kulturverein Hietzing lädt heuer wieder zum großen Fest im Streckerpark ein. Besucher erwartet ein buntes Programm für die ganze Familie mit Livemusik, Kinderattraktionen wie Zauberei und Schminken sowie kulinarischen Angeboten. Rund 900 Gäste, vor allem Familien, werden erwartet. Ein Kinderflohmarkt im gesamten Park rundet das Fest ab. Termin: Samstag, 30. Mai 2026, von 10 bis 17 Uhr. Bei Schlechtwetter entfällt die Veranstaltung ersatzlos.



Das Jazzwohnzimmer im Familie Reiter



Hietzing blüht auf



Flip Philipp & Bertl Mayer

Mundharmonika und Vibraphon in derart empathisch-kompetentem Dialog sind schlichtweg füreinander gemacht. (Jörg Duit, Ö1) Elegant swingend, mit lyrischen Zwischentönen und Einfallsreichtum bringen die zu beiden mit unterschiedlichen Gästen anTerminen ihre höchstpersönliche Interpretation von Klassikern aus der Tradition des Modern Jazz, wie auch so manche Originalkomposition zum Klingen. Leicht bekömmlich, mit hohem musikalischem Anspruch. PS: Im Sommer machen wir Pause, nächsten Termine ab September.

Termine: Donnerstag 18.6., Beginn um 19 Uhr

Eintritt frei – Spenden erbeten Familie Reiter Lainzerstraße 131

Villa Beer

Die frisch renovierte Villa Beer in der Wenzgasse zählt zu den architektonischen Highlights Hietzings. Das 1929/30 von Josef Frank und Oskar Wlach entworfene Gebäude gilt als Meisterwerk der Wiener Moderne und wurde nach aufwendiger Restaurierung wieder für die Öffentlichkeit zugänglich gemacht.

Heute präsentiert sich die Villa als lebendiger Ort für Kultur, Austausch und Geschichte. Besucher können im Rahmen von Führungen die besondere Architektur, die originalgetreue Gestaltung und die bewegte Vergangenheit des Hauses entdecken.

Damit wird ein lange verborgenes Juwel neu erlebbar – als Museum, Veranstaltungsort und inspirierender Raum mitten in Hietzing.



Wenzgasse 12

Tel.: +43 1 876 52 31

Web: villabeer.wien

Musik aus aller Welt

Ein musikalischer Streifzug rund um den Globus erwartet Besucher am Donnerstag, 11. Juni 2026, um 19:30 Uhr in der Rote Kapelle. Regina Außerwöger und Susanna Heilmayr – zwei außergewöhnliche Multi-Instrumentalistinnen und Sängerinnen – laden zu einem abwechslungsreichen Konzertabend ein. Ihr Repertoire reicht von Klezmer über österreichische Volksmusik und italienische Canzonette bis hin zu slowenischer Tanzmusik, Songs der The Beatles sowie Protestliedern der 1970er-Jahre. Auch Eigenkompositionen und liebevoll arrangierte Stücke sind Teil des Programms – unterhaltsam, vielseitig und mit viel Gefühl interpretiert. Susanna Heilmayr begeistert an Viola, Autoharp, Blockflöte und Rhythmusinstrumenten sowie mit Gesang. Regina Außerwöger ergänzt mit Violine, Gitarre, Blockflöte, Rhythmusinstrumenten und Gesang. Der Veranstaltungsort liegt im Gebäude E auf dem Gelände der Klinik Hietzing und ist öffentlich gut erreichbar, etwa mit der Straßenbahnlinie 62 bis Versorgungsheimplatz. *Der Eintritt ist frei – ein besonderer Abend für alle, die Musik in ihrer Vielfalt entdecken und gemeinsam genießen möchten.*



Hietzing – Riga – Karaganda – Wien

Die Fluchtgeschichte von Dr. Philipp Kornreich

Dreißig Menschen warten in der VHS Hietzing auf den Beginn der Erzählung eines Zeitzeugen. In der zweiten Reihe sitzt ein achtjähriges Mädchen mit ihrer Mutter, die an der Volkshochschule Französisch unterrichtet. Nadia hat schon Wochen zuvor das Plakat gesehen – und begonnen zu rechnen. „Der Mann ist jetzt 95 Jahre alt. Er war so alt wie ich, als er mit seinen Eltern fliehen musste.“ Ihr Entschluss stand fest: „Diesen Vortrag will ich hören.“

Es gibt Geschichten, die man nicht erfinden kann. Das gilt nicht nur für Nataschas Interesse, sondern auch für das Leben von Dr. Philipp Kornreich. Die Familie Kornreich wohnte in der Auhofstraße 78. Philipp ging genau ein Jahr in die Schule – dann kamen die Nationalsozialisten. „In den ersten Tagen zeigten die Soldaten meinem Vater und mir noch ihre Fahrzeuge“, erzählt er. „Doch bald durfte ich das Haus nicht mehr verlassen. Dann begannen auch meine Freunde im Haus, nicht mehr mit mir zu spielen. Ich habe das nicht verstanden.“

Die Kornreichs waren Juden. Bereits im September 1938 verließ die Familie Wien. „Wir haben alles zurückgelassen – auch den Steyr-Daimler, alles. Nur einen Teddy, dessen Kopf schon wackelte, durfte ich mitnehmen.“ In Riga findet die Familie Zuflucht. Der Vater arbeitet illegal, Philipp besucht die Schule, ohne ein Wort der Landessprache zu verstehen.

Als 1939 die Russen kommen, kann der Vater offiziell als Techniker in einer Knopffabrik arbeiten. Doch unmittelbar nach dem Überfall der Deutschen auf die Sowjetunion werden die Kornreichs – wie viele Juden aus Wien – als feindliche Ausländer interniert. „So seltsam das klingt: Das hat uns das Leben gerettet.“ In Waggons mit 20 Personen, einem Tisch in der Mitte und einer kleinen Kochstelle beginnt eine Reise ins Ungewisse. Sechs Wochen lang fährt der Zug bis Nowosibirsk, dann weiter nach Karaganda – mitten in die kasachische Steppe. Dort lebt Philipp nach dem Tod seines Vaters mit seiner Mutter weiter. Er besucht die Schule und entdeckt seine Leidenschaft für Mathematik und Physik. Erst 1947, nach der Rückkehr nach Wien, erfährt die Familie vom Holocaust. „Meine Mutter hat geglaubt, sie würde ihre Familie wiedersehen.“ Philipp wird am TGM aufgenommen und findet in der Hakoah neue Freunde. „Aber meine Mutter hielt es in Wien nicht aus – sie wollte nicht unter Nazis leben.“ Freunde helfen bei der Ausreise in die USA. Philipp studiert und wird Professor an der Syracuse University für *Electrical Engineering and Computer Science*. Seit 2021 lebt er wieder in Wien – zusammen mit seiner Frau Marlene. „Ganz in der Nähe“, sagt er, „wo ich 1947 mit meiner Mutter gewohnt habe.“



Philipp Kornreichs Vater mit seinen beiden Schwestern



Philipp Kornreich vor seinem Haus in der Auhofstraße



Vortrag in der VHS Hietzing

Bezirksmuseum Hietzing

Die Ausstellung „Wasser – Natur und Kultur – in Hietzing“ zeigt die vielfältige Rolle, die dieses Element in unserem Bezirk spielt: Quellen, Bäche und der Wienfluss, Hochwasser und Überschwemmungen, Brunnen, Mühlen, Brücken, Sodawasser und Weihwasser. Bedeutend für die Stadt Wien sind die beiden Wasserbehälter der ersten und zweiten Wiener Hochquellenwasserleitung in unserem Bezirk. Das Wasser als beliebtes Element des Sports zeigen die Schwimmbäder, Eislaufplätze und (früheren) Rodel- und Schipisten sowie die ehemalige Schisprungschanze. Zu sehen bis 4.11.2026. Die Künstlerin Alexandra Uccusic führt in ihrer Ausstellung „Oase Hietzing“ in magische Welten. Andreas J. Hirsch nimmt in seiner Fotoausstellung „Erinnerungen an Hietzing“ die BesucherInnen auf eine Reise zu historisch und künstlerisch bedeutenden Orten unseres Bezirks. Beide sind bis 1.7. zu sehen. Herzlich willkommen!

Bezirksmuseum Hietzing: Am Platz 2, 1130 Wien
Öffnungszeiten: Mi, 14 bis 18 Uhr & Sa, 14 bis 17 Uhr
E-Mail: bm1130@bezirksmuseum.at



Alexandra Uccusic **OASE HIETZING**

Kunst am Bau in Hietzing – Folge 23



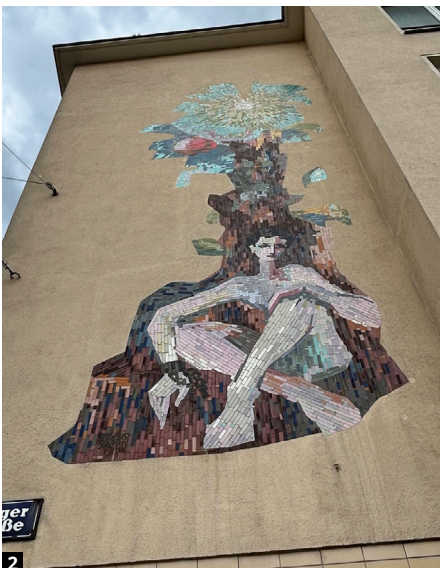
1

„Visuelle Streifzüge“ mit Mag. Gerhard Jordan

Neben den zahlreichen Objekten, die im Rahmen der „Kunst am Bau“ in den Jahrzehnten nach dem Zweiten Weltkrieg in Gemeindewohnanlagen geschaffen wurden, gibt es auch einige an privaten Eigentumswohnanlagen und Genossenschaftsbauten. Nur sehr wenige sind signiert und dadurch Künstler:innen zuzuordnen. Zwei Beispiele seien hier vorgestellt.

In der **Gloriettegasse 45**, in der Nähe des Königlbergwaldes beim Franz-Schalk-Platz, befindet sich im Vorgarten einer privaten Wohnanlage eine Steinplastik, die mit „A. WAGNER V.D. MÜHL“ signiert ist. Sie wurde 1959 geschaffen und stellt eine **Mutter mit Kind** dar (1) – ein Motiv, das an ein ähnliches Werk (von Florian Josephu-Drouot) in der Spohrstraße erinnert, wo ebenfalls eine sitzende Mutter ihr Baby zärtlich im Arm hält. Der konservative Bildhauer Adolf Wagner (1884-1962) legte sich erst 1922 den Namens-Zusatz „von der Mühl“ zu, da er in Rohrbach im Mühlviertel geboren wurde. Im 13. Bezirk (Veitingergasse 129-135, Stiegen 1 bis 3) gibt es auch drei Hauszeichen aus dem Jahr 1953 von ihm, die einen Falken, einen Adler und einen Auerhahn darstellen.

In Ober St. Veit, an der um 1957 errichteten Wohnanlage in der **Hietzinger Hauptstraße 149-151/Ecke Einsiedeleigasse**, ist ein großes Mosaik-Wandbild zu sehen, auf dem eine androgyne nackte Gestalt unter einem Baum sitzt, dessen Stamm sich über ihrem Kopf erhebt (2). Es dürfte sich um ein „**Lebensbaum**“-Motiv handeln. Nur bei genauerem Hinsehen ist links unten die Signatur „ANDREAS SCHMID“ zu entdecken. Über diesen Künstler waren jedoch bisher keine Details herauszufinden – Hinweise sind jederzeit willkommen (jordan.gerry2@gmail.com)!



2

Nächste Termine

Die nächsten „Kunst am Bau“-Grätzlspaziergänge mit Gerhard Jordan:
Samstag, **27. Juni 2026**, 14-16 Uhr: „**Gemeindeberg und Umgebung**“.
Freitag, **25. September 2026**, 14-16 Uhr: „**Unter St. Veit**“.

Anmeldung: Mail an hietzing@gruene.at (Teilnahme kostenlos, die Treffpunkte werden bekanntgegeben).

Die 2025 erschienene **Publikation „Kunst am Bau in Hietzing“** (92 Seiten) ist im Bezirksmuseum Hietzing, Am Platz 2 (Öffnungszeiten: Mittwoch 14-18 Uhr und Samstag 14-17 Uhr, außer in Ferienzeiten) sowie in der Grätzlbuchhandlung Lainz, Lainzer Straße 141, erhältlich.

Dein Outdoorworkout für Frauen und (werdende) Mamas

fitmom by Dani bietet funktionelles Ganzkörpertraining für Frauen, Schwangere und (Jung-)Mamas im 13. & 14. Bezirk. Ganzjährig trainieren wir draußen in Schönbrunn, im Hügelpark und im Baumgartner Casinopark – für mehr Kraft, Ausdauer und ein starkes Immunsystem. Alle Gruppenkurse sind flexibel: Der Einstieg ist jederzeit möglich, ganz ohne Bindung. Vormittags trainieren Mamas (to be) gemeinsam mit Baby – im Bauch, in der Trage oder im Kinderwagen. Mit viel Motivation und Spaß mache ich dich fit für die Geburt und unterstütze dich bei Rückbildung, Beckenboden und einer starken Körpermitte. Die Übungen werden individuell an dich und deine Bedürfnisse angepasst – für Stabilität, Energie und ein besseres Körpergefühl. Für sportbegeisterte Frauen, Mamas und fitte Schwangere gibt es intensives Ganzkörpertraining im Hügelpark mit abwechslungsreichen Zirkeln, HIIT sowie Kraft- und Kraftausdauertraining. Abends, ohne Kinder – Zeit nur für dich. Wer lieber individuell trainiert, profitiert vom Personal Training mit maßgeschneiderten Einheiten und persönlicher Betreuung. Ich bin Daniela Müller, dreifache Mama und leidenschaftliche Trainerin. Mit Fachwissen, Empathie und Begeisterung begleite ich Frauen auf ihrem Weg zu mehr Stärke und Wohlbefinden.



Web: fit-mom.at/trainerinnen/daniela-mueller

Mail: daniela.mueller@fit-mom.at

Instagram: [instagram.com/fitmom_by_dani](https://www.instagram.com/fitmom_by_dani)

Facebook: [facebook.com/fitmombydani](https://www.facebook.com/fitmombydani)

Sport in Hietzing

Sport verbindet – und in Hietzing wird das besonders spürbar. Zahlreiche engagierte Vereine bieten Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen die Möglichkeit, sich zu bewegen, Gemeinschaft zu erleben und über sich hinauszuwachsen. Ein großer Dank gilt unter anderem dem ASV13, dem ASK Ober St. Veit, der Sportunion Westwien sowie der Tennisschule Mocker, die mit viel Einsatz und Herzblut das sportliche Leben im Bezirk prägen.

Bei den Sportstätten gibt es jedoch noch Bedarf: Viele Anlagen sind in die Jahre gekommen und insgesamt gibt es zu wenige. Umso wichtiger ist es, bestehende Angebote zu erhalten und weiterzuentwickeln.

Ein besonderes Herzstück ist das USZ Hietzing in der Altgasse (siehe Foto). Hinter einer unscheinbaren Fassade verbirgt sich ein vielseitiges Zentrum mit großer Veranstaltungshalle, Trainingsräumen, Tanzsaal, Indoor-Bogensportanlage und Sauna. Auch für das leibliche Wohl ist gesorgt.

Danke an alle Vereine und Einrichtungen, die Hietzing so aktiv und lebenswert machen!



Yoga mit Silvia Knoll

In der Nohartgasse 40

Rücken-Yoga und Meditation
Montag: 19-20:15
& 20:15-21:30 Uhr

Einzelstunden auf Anfrage
Einstieg jederzeit möglich

Mehr Infos auf
www.silviaknoll.at
info@silviaknoll.at



Yoga mit Helga Leeb

In der Nohartgasse 40

Hormonyoga Workshop
Yoga & Brunch
Yogalates per Zoom
Schwangeren- und
Mama-Baby Yoga
Yoga-Auszeiten

Mehr Infos auf
www.helgaleeb.com
helga.leeb@hotmail.com

Einladung: Rundgang am Friedhof Hietzing

Am Mittwoch, 3. Juni 2026, laden wir Sie herzlich zu einem besonderen Rundgang über den Friedhof Hietzing ein. Gemeinsam mit Fremdenführerin Barbara Wehr entdecken Sie den auf sanft ansteigenden Terrassen angelegten Friedhof als Spiegel österreichischer Geschichte. Stationen sind unter anderem die Gräber bedeutender Persönlichkeiten wie Otto Wagner, Franz Grillparzer, Gustav Klimt und die Familiengruft Strauss.

Ein Highlight des Rundgangs ist die Don Bosco-Gedenkstätte von Jugend Eine Welt. Im Zentrum steht eine lebensgroße Statue des Tiroler Künstlers Isidor Winkler, die den Jugendpatron Don Bosco mit drei Kindern zeigt – ein kraftvolles Symbol für Hoffnung und Menschlichkeit. Hier gedenken wir Menschen, die unsere Jugend Eine Welt-Projekte unterstützt haben.

Im Anschluss laden wir Sie herzlich zu einem gemütlichen Ausklang ein. Der Rundgang findet bei jedem Wetter statt, außer bei Starkregen. Treffpunkt ist um 15:00 Uhr beim Haupteingang des Friedhof Hietzing (Tor I, Montecuccoliplatz, 1130 Wien). Dauer: ca. 90 Minuten. Anmeldung bis 31. Mai 2026 via WhatsApp an 0664 / 88 59 38 36 oder per E-Mail an spenden@jugundeinewelt.at; Tel.: 01 / 879 07 07 – 0.



Anmeldung: WhatsApp 0664 / 88 59 38 36
E-Mail: spenden@jugundeinewelt.at
telefonisch: 01 / 879 07 07 – 0.

In schöner Kleidung singt es sich besser



GRÄTZLeben Hietzing hat 500 € gespendet, damit die SchülerInnen des Schulchors der Volksschule Steinlechnergasse einheitliche T-Shirts für ihren Auftritt erhalten. Unterstützt wurde dies aus Wertschätzung für den großen Enthusiasmus der Kinder und das Engagement der Lehrkraft Frau Rösslhuber. Die neuen T-Shirts brachten offenbar Glück: Der Chor wurde ausgewählt und durfte als einer von zehn Schulchören im Rathaus auftreten. Ein schöner gemeinsamer Erfolg!

Umgang mit Handy in der Familie

Die Herausforderungen rund um die Handynutzung von Kindern und Teenagern beschäftigen viele Eltern. Zwischen Sorgen um übermäßigen Konsum, Konflikten im Alltag und der Frage nach sinnvollen Regeln entsteht oft Unsicherheit. Genau hier setzt das Gruppensupervisionsangebot von Christopher Hetfleisch an. Als Lehrer, Sozialarbeiter, Supervisor, dreifacher Vater sowie Lebens- und Sozialberater bringt er vielfältige Perspektiven und viel praktische Erfahrung mit. In einem geschützten Rahmen bietet die Gruppensupervision Raum für Austausch, Reflexion und konkrete Lösungsansätze im Umgang mit digitalen Medien im Familienalltag. Das Angebot richtet sich insbesondere an Teilnehmerinnen des Workshops am 27. Juni (siehe Seite 20 und 21), steht aber auch allen anderen interessierten Eltern offen. Ziel ist es, mehr Klarheit, Sicherheit und Handlungsspielraum im Umgang mit der Handynutzung zu gewinnen – ohne Druck, dafür mit Verständnis und gegenseitiger Unterstützung.

Die Termine werden individuell vereinbart und finden im GRÄTZLherz (Nottgartgasse 40) statt. Die Kosten betragen 30 Euro pro Person für eine Doppelseinheit (2 x 45 Minuten).

BEWUSSTE HANDY NUTZUNG begleiten

Gruppensupervision für Eltern

Viele Eltern kennen es: Diskussionen rund um's Handy, Unsicherheit bei Regeln, Sorgen um Social Media & Bildschirmzeit. Du musst damit nicht alleine bleiben.

Christopher Hetfleisch
 Lehrer • Sozialarbeiter • Supervisor
 3-facher Vater • Lebens- & Sozialberater
 begleitet dich in einem geschützten Rahmen dabei:

- 👤 Klarheit zu gewinnen
- 👥 deinen eigenen Umgang zu reflektieren
- 🛠 konkrete Lösungen für den Alltag zu entwickeln

Gemeinsam mehr Klarheit, Sicherheit und Verbindung.

WAS DICH ERWARTET:

- 🗣 Austausch auf Augenhöhe
- 💡 Impulse aus Praxis & Erfahrung
- 🛡 Mehr Sicherheit im Umgang mit digitalen Themen

TERMINE
nach Vereinbarung
Individuelle Abstimmung in der Gruppe

KOSTEN
30 € pro Person (2 x 45 Minuten)
Bezahlbar, Fair, Wertvoll.

DAUER
2 x 45 Minuten
in geschützten Rahmen

♥ Weniger Konflikte. Mehr Verbindung. Mehr Orientierung.

Demenzfreundliches Hietzing

Am Freitag, 2. Oktober 2025, findet wieder die Veranstaltung „Gesund und sicher im Alter“ im Amthaus Hietzing statt (11-17 Uhr). Organisiert wird das Event von der Initiative „Miteinander im demenzfreundlichen Hietzing“ mit tatkräftiger Unterstützung von Frau Bruckner aus dem Büro der Bezirksvorstehung Hietzing. Ca. 25 Aussteller*innen rund um das Veranstaltungsthema werden wieder dabei. Die Veranstaltung ist wie gewohnt für die Besucher*innen kostenlos. Zusätzlich lädt die Initiative einmal pro Monat zu einem interessanten Vortrag ins Amtshaus Hietzing ein. Am Dienstag 23.06. referiert Mag. Veronika Macek-Strokosch zum Thema „Ernährung Eat2day“, am Mittwoch 23.09. ist das Thema „Grätzlpolizei“. Diese Vorträge sind kostenlos.

Das Netzwerk „Miteinander im demenzfreundlichen Hietzing“ trifft sich in regelmäßigen Abständen. Falls Sie an den Tätigkeiten und Inhalten des Netzwerkes interessiert sind oder sogar aktiv mitarbeiten wollen, dann kontaktieren sie gerne den Koordinator Helmut Lutz (info@demenzfreundliches-hietzing.at). Weitere Informationen zum Netzwerk finden Sie online unter: www.demenzfreundliches-hietzing.at



„Selfcare – Point“



Die Sprechstunde für pflegende An- und Zugehörige: Seit März findet an jeden 3. Mittwoch (8-12 Uhr) im Monat die kostenlose Beratung im Amthaus Hietzing (kleiner Festsaal) statt. Sie sind pflegende:r An- oder Zugehörige:r und kennen die Herausforderungen im pflegerischen Alltag? Dann kommen Sie in eine unserer Sprechstunden und profitieren von Frage- und Austauschmöglichkeit, sowie von Beratung in pflegerischen, medizinischen, rechtlichen und sozialen Belangen. Die nächsten Termine sind: 17. Juni, 15. Juli, 19. August und 16. September

Vernetzungstermine

Sozial- und Gesundheitsvernetzung GRÄTZLeben Hietzing (GRÄTZLherz)
Donnerstag, 18.06.2026 18 - 19 Uhr

Gesund und sicher im Alter
Fr. 2. Oktober 11-17 Uhr, im Amthaus Hietzing (Hietzinger Kai 1/3), diese Veranstaltung wird vom überparteilichen Netzwerk Demenzfreundliches Hietzing organisiert

Begleitung im Alltag
Wir von GRÄTZLeben Hietzing bieten private Begleitungen und Unterstützungen für ältere Menschen an. Bei Bedarf: 0676 44 67 266

Beratung und Angebote

Hilfe im Pflegedschungel bei Demenz
Dienstag, 26.5., 23.6. jeweils 16.00 bis 17.30 Uhr in der VHS Hietzing (Hofwiesengasse 48), kostenlose Beratung, Anm.: 01 8917 41 3000

Begegnungscafe mit Pfiff
Dienstag, 26.5., 9.6. und 23.6., dann Sommerpause jeweils 15-17 Uhr im Café daskardinal (Kardinal König Platz 3), zum Plaudern, Lachen, Diskutieren, Erinnern, Sinnieren, u.v.m.

Fachvortrag im Amthaus Hietzing
Di., 23.06.: Mag. Veronika Macek-Strokosch zum Thema „Ernährung Eat2day“
Mi., 23.09.: „Grätzlpolizei“

Promenz - Gruppentreffen
Di., 2.6., 16.6. und 30.6., dann Sommerpause jeweils 15-17 Uhr im Café daskardinal (Kardinal König Platz 3), für Betroffene von Vergesslichkeit, Demenz oder Alzheimer als auch deren Angehörige

Pioniergeist in Beton: Das Ekazent Hietzing im Wandel

Wie wir schon immer wieder festgestellt haben, treffen wir bei fast jedem Spaziergang durch Hietzing auf ein Stück Architekturgeschichte Österreichs. Heute spazieren wir durch das Ekazent, das im Laufe der Jahre ganz natürlich mit dem Bezirk zusammengewachsen ist. Einst war es aber ein visionäres Projekt: das erste Einkaufszentrum des Landes. Mit dem Abschluss der aktuellen Renovierung steht es heute an der Schwelle zu einer neuen Ära.

Als das Ekazent Hietzing zwischen 1961 und 1964 errichtet wurde, glich es einer kleinen Revolution. In einer Zeit, in der das Wort „Shoppingcenter“ in Wien noch ein Fremdwort war, schufen die Architekten Traude und Wolfgang Windbrechtinger ein Ensemble, das weit mehr sein wollte als eine bloße Ansammlung von Geschäften.



Ein „Dorf“ in der Stadt

Die städtebauliche Besonderheit des Ekazents lag in seiner Offenheit. Inspiriert von den Konzepten Roland Rainers, setzten die Windbrechtingers nicht auf einen abgeschlossenen Konsumtempel, sondern auf ein passagenartiges Ensemble. Vier Baukörper gruppierten sich um einen zentralen Platz, der durch Durchgänge mit den umliegenden Straßen – der Hietzinger Hauptstraße und der Eduard-Klein-Gasse – verbunden war.

Besucher flanierten unter freiem Himmel, geschützt durch markante Vordächer, während Kunst am Bau – wie das bekannte Mosaik von Maria Bilger – für eine menschliche Note sorgte. Es war der Versuch, die Intimität eines dörflichen Marktplatzes in die moderne Urbanität des 13. Bezirks zu übertragen.



Architektur als Blaupause

Das Ekazent wurde zur architektonischen Blaupause für Dutzende weitere Einkaufszentren in Wien. Doch während spätere Bauten oft autozentriert auf der „grünen Wiese“ entstanden, blieb das Hietzinger Original fest im gewachsenen Bezirkszentrum verwurzelt. Die Kombination aus Gewerbe im Erdgeschoss und Büroflächen in den oberen, teils zurückgestaffelten Etagen nahm das Prinzip der „Mixed-Use-Architektur“ vorweg, das heute als Goldstandard der Stadtplanung gilt.

Nachhaltige Erneuerung

Nach über sechs Jahrzehnten ist das Ekazent nun Schauplatz einer umfassenden Modernisierung. Seit 2023 wird das Areal ausführlich saniert und nachverdichtet. Dabei wird der historische Kern respektiert, während moderne Anforderungen an Nachhaltigkeit Einzug halten.

Besonders spannend: Nur wenige Jahren vor dem Bau des Ekazents hat ein anderer österreichischer Architekt die Welt verändert: Victor Gruen gilt als der Erfinder der Shopping Malls. Im Jahr 1956 wurde in Minneapolis, USA nach seiner Vision die erste Shopping Mall der Welt eröffnet. Neben Geschäften war hier auch eine Schule, ein Hörsaal oder ein Eislaufplatz zu finden. Auch im Ekazent konnte man einmal ins Kino gehen. Das Ekazentkino ist aber heutzutage leider nur mehr Geschichte.

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-geschenkeladen.at

Tel.: 01 944 01 33

Buchhandlung Kral-Hietzing

Hietzinger Hauptstraße 22

Web: kral-buch.at/kralhietzing

Tel.: 01 877 61 02

Buchhandlung Ober St. Veit empfiehlt

Nachdem „Drei“ von Dror Mishani zu meinen absoluten Lieblingsbüchern zählt und hier in Ober St. Veit ein Bestseller war, war ich gespannt auf sein neues Werk. Es hat meine Erwartungen nicht nur erfüllt, sondern übertroffen. Mishani schreibt so rasant und fesselnd, dass man das Buch kaum aus der Hand legen kann. Gleichzeitig ist seine Sprache klar, atmosphärisch und feinfühlig. „Nicht“ ist für mich der Favorit dieses Lesesommers. Ehrlich gesagt bin ich fast neidisch auf alle, die es noch vor sich haben.

Zum Inhalt: Eli, ein Mann in seinen Fünfzigern, steht an einem Wendepunkt. Die Kinder sind aus dem Haus, künstliche Intelligenz bedroht seine Arbeit als Übersetzer, und vor allem hat der Tod seiner Frau alles erschüttert. Eine solche Liebe, glaubt er, wird er nie wieder finden. Doch dann begegnet er bei Freunden der Cellistin Lia. Zwischen ihnen entsteht scheinbar mühelos eine neue Verbindung. Bald jedoch wird diese von einem zerstörerischen Geheimnis überschattet, das Eli vor eine folgenschwere Entscheidung stellt.



Grätzbuchhandlung empfiehlt



Samantha Harvey „Umlaufbahnen“: 24 (Erd)Stunden lang befinden wir uns auf einer Raumstation mit sechs Astronaut*Innen und erleben mit ihnen in 16 Umlaufbahnen alle 90 Minuten einen Sonnenaufgang und einen Sonnenuntergang. Voller Poesie blickt dieser Roman auf die Erde und das Menschsein und bringt uns den eigenen Planeten durch den Blick aus der Distanz so nahe, dass man nicht umhin kann, dieses kleine Wunder mit großem Staunen schützen zu wollen. Existentialistische Gedanken wechseln sich mit den Banalitäten des Alltags im Weltall ab. Dieser Roman ist ein kleines Therapeutikum, in dem die gesamte Ambivalenz des Menschen, des Universums in seiner Bedeutungslosigkeit oder Zufälligkeit und den gleichzeitig bedeutungsvollen Handlungen und Empfindungen erfahrbar wird.

Was uns die Öffnung des Engelstor lehrt?



Imagebild erstellt von ChatGPT

Gut Ding braucht Weile – und manchmal auch ein gutes Maß an Beharrlichkeit. Kaum ein Beispiel zeigt das so anschaulich wie die geplante Öffnung des Engelstors in Hietzing. (Damit die Schönbrunn-Besucher:innen direkt neben der Kennedybrücke in den Schlosspark können und nicht entlang der Mauer neben der stark befahrenen Straße gehen müssen). Bereits im Jahr 2001 brachten die Grünen Hietzing als erste Partei die Idee ein, das Tor zu öffnen. Es folgte eine probeweise Öffnung (nach Antrag der Grünen 2003), die von vielen positiv aufgenommen wurde. Dennoch scheiterte eine dauerhafte Umsetzung damals an den Kosten. Die Idee verschwand jedoch nie ganz aus den Köpfen.

Im Laufe der Jahre wuchs die Unterstützung – parteiübergreifend, besonders auch seitens der SPÖ. Nun ist es endlich so weit: Im Herbst 2026 soll das Engelstor tatsächlich eröffnet werden. Aktuell entsteht eine Portierloge, die sich am historischen Vorbild der alten Wachstube orientiert.

Manchmal zeigt sich: Nicht alles muss schnell gehen. Manche Vorhaben brauchen Zeit, Geduld und viele Stimmen – und genau dadurch gewinnen sie an Wert und Bedeutung.

Wir schreiben über den Boomer

LEO K. ist vielen im Grätzl nicht nur als engagiertes Mitglied von GRÄTZLeben Hietzing bekannt, sondern vor allem als jemand, der mit seinen Gedanken bewegt. In seiner regelmäßigen „Boomer-Kolumne“ gelingt es ihm, pointiert, humorvoll und zugleich tiefgründig aktuelle Themen aufzugreifen und zur Reflexion anzuregen. Seine Texte sind ehrlich, manchmal unbequem und immer einladend, die eigene Perspektive zu hinterfragen.

Beruflich war LEO K. viele Jahre als Ingenieur der Elektrotechnik tätig. Parallel dazu war Musik stets ein fester Bestandteil seines Lebens. Als Bassist stand er über viele Jahre auf der Bühne und brachte mit seinem Spiel Rhythmus und Gefühl in unterschiedlichste Formationen. Nach seiner Pensionierung wollte er sich verstärkt seinen kreativen Leidenschaften, insbesondere dem Schreiben widmen. Mit seinem Krimi „Im Tode vereint“, seinem Roman „Zwischen-Zeit“ und seinem Rock'n'Roll Schundroman „Zoff“ zeigt er bereits seine Vielseitigkeit und sein Gespür für Spannung und Atmosphäre. Seine Geschichten sind geprägt von feinen Beobachtungen und einer tiefen Auseinandersetzung mit menschlichen Abgründen. Im Rahmen von GRÄTZLeben Hietzing hat LEO K. zudem zahlreiche Vorträge gehalten, die stets auf großes Interesse stießen. Mit seinem breiten Wissen und seiner lebendigen Art verstand er es, komplexe Themen verständlich und spannend zu vermitteln.

Aktuell befindet sich LEO K. nach einer schweren Krankheit auf dem Weg der Rehabilitation. Diese Phase ist herausfordernd, zugleich aber auch von Hoffnung und Stärke geprägt. Sein unermüdlicher Geist, seine Neugier und seine Fähigkeit, sich mit dem Leben auseinanderzusetzen, begleiten ihn auch auf diesem Weg.

LEO K. ist ein Mensch, der das Grätzl bereichert – durch seine Worte, seine Erfahrungen und seine Offenheit. Wir wünschen ihm weiterhin viel Kraft, Zuversicht und alles Gute für seine Genesung.



Photo meets Video

Constanze (am Foto im GRÄTZLherz bei der Präsentation des Angebotes) und Madeline bringen mit „Photo meets Video“ frischen Schwung in die visuelle Unternehmenspräsentation. Ihr gemeinsames Angebot vereint professionelle Fotografie mit hochwertiger Videoproduktion und sorgt so für maximale Sichtbarkeit auf Social Media – von Instagram bis LinkedIn.

In Zusammenarbeit mit Crossroad Filmproduction entsteht ein durchdachtes Content-Paket, das Unternehmen ganzheitlich in Szene setzt. Ob 9 starke Bilder oder ein Jahrespaket mit 24 Fotos und 24 Videos – alles wird individuell geplant und auf die jeweilige Marke abgestimmt.

Der große Vorteil: Fotos und Videos entstehen in kombinierten Terminen. Das spart Zeit, reduziert Aufwand und ermöglicht eine effiziente Zusammenarbeit mit zwei erfahrenen Profis. Gleichzeitig entwickeln Constanze und Madeline eine maßgeschneiderte Strategie, die genau zur Zielgruppe passt.

Die Shootings sind flexibel über das Jahr verteilt und werden so organisiert, dass sie sich optimal in den Arbeitsalltag integrieren lassen. Das Ergebnis: authentischer Content, der wirkt – professionell, stimmig und mit Leichtigkeit umgesetzt.

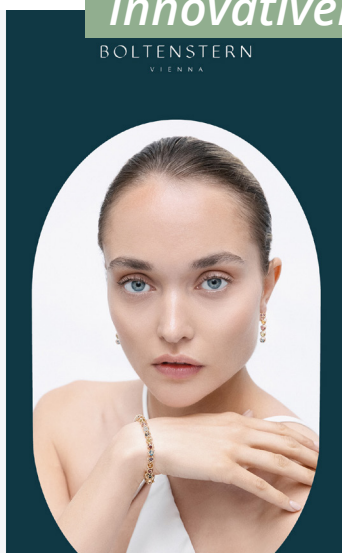


Web: fotostube.at

Mail: office@fotostube.at

Tel.: 0676 544 69 93

Innovativer Schmuck aus Hietzing



Die Marken BOLTENSTERN und FABNORA stehen für zeitgenössisches Design, das Technologie und traditionelles Handwerk auf höchstem Niveau vereint. Beide Marken zeichnen sich durch bewegliche, leichte und anschmiegsame Schmuckstücke aus. Seit der Übernahme des Familienunternehmens vor elf Jahren prägt Marie Boltenstern die Neuausrichtung und treibt mit visionärem Ansatz technologische Innovationen in der Schmuckwelt voran. Gemeinsam mit ihrem Mann Raoul Boltenstern führt sie das Unternehmen vom Hietzinger Atelier aus in die Zukunft. Heute ist der Schmuck europaweit bei rund 300 Partnern erhältlich – im 13. Bezirk finden Sie BOLTENSTERN (18 Karat Gold) bei Juwelier Kruzik und FABNORA (Superleichte Mix-&-Match Ohringe) bei Ina Schulz.

Daniela Ferrari

Daniela Ferrari ist eine jener Persönlichkeiten, die man sofort ins Herz schließt: lebensfroh, offen und mit einer ansteckenden Begeisterung für die Natur. Als „Botschafterin von Kräuter-Freuden“ lädt sie Menschen ein, die Kraft der Pflanzen neu zu entdecken und mehr Leichtigkeit in den Alltag zu bringen. Ihr Weg dorthin war vielseitig: Von Verwaltung und Marketing über Eventmanagement bis hin zu Führungspositionen im Personalbereich einer internationalen Nothilfeorganisation – Daniela bringt viel Erfahrung und Menschlichkeit mit. Geboren in Graubünden mit Wurzeln in Trentino, war die Natur stets ihr Begleiter. In der Corona-Zeit begann sie, selbst zu gärtnern – ein Wendepunkt. Es folgten Ausbildungen zur diplomierten Kräuterpädagogin, Selbstversorger-Expertin und Permakultur-Praktikerin. Heute verbindet Daniela Wissen, Humor und Herz, um anderen den Zugang zur Natur näherzubringen – authentisch, inspirierend und voller Freude.

Unser Verein profitiert sehr von Menschen wie Daniela - sie beleben das Gemeinschaftsleben! Daniela ist selbstverständlich auch bei unserem großen Fest am 30. Mai dabei. Sie betreut von 14 bis 18 Uhr eine Station für jung & alt zum Thema – wie sollte es auch anders sein – KRÄUTER.



© Verena-Prinz

KRAUTER FREUDEN

Daniela Ferrari

Web: kraeuter-freuden.at

Der Garten der Gesund macht

Dr. Fritz Neuhauser ist Therapeut in der Klinik Hietzing und ehrenamtlicher Obmann des Vereins Igor. Ihm und seinem Team ist es maßgeblich zu verdanken, dass seit 2020 ein Therapiegarten rund um Pavillon 1 entstanden ist. Natur wird hier als heilsamer Raum für Körper und Geist erlebbar. Gepflegte Wiesen, Beete und Sitzplätze laden zum Verweilen ein. Der Garten ist öffentlich zugänglich – ein Besuch lohnt sich.



Wenn Not an der Frau oder Not am Mann ist, ...



dann sind Vroni und Rudi da! In einem Nachbarschaftsverein gibt es immer etwas zu tun. Mitgliederbetreuung, Finanzen, Reinigung des Vereinslokals, Veranstaltungen, Magazin erstellen und verteilen, Instandsetzung des Vereinslokales u.v.m. Oft muss spontan und schnell reagiert werden. Dies ist dem Vereinsvorstand, alle im Berufsleben, nicht immer möglich. Da ist es Goldes wert Vereinsmitglieder zu haben, die hier einspringen können. Dies ist noch nicht genug. Vroni versorgt uns bei diversen Events mit leckerer Mehlspeise und ist bei jedem Markt mit ihrem selbstgemachten Kunsthandwerk dabei (alle Einnahmen spendet sie dem Verein!). Rudi ist Gastgeber der 14-tägigen „Kultur & Brötchen“-Veranstaltungsreihe und aktuell auch als zweiter Rechnungsprüfer im Einsatz.

Liebe Vroni, lieber Rudi, vielen herzlichen Dank für eure Verfügbarkeit, für euren Einsatz und für euer Engagement. Es ist bei weitem nicht selbstverständlich – auch wenn es bei euch oft so aussieht. Danke, danke und nochmals Danke!

Menschen aus dem Grätzl für das Grätzl

Unser Vereinsmitglied Ioan-Petru Avram, alias „Gerhard Schramke“, bringt sich aktiv ins Grätzl ein und bereichert unser Vereinsleben mit seiner Musik. Der angesagte Jazzpianist und Komponist wird im Herbst ein besonderes Klavierkonzert für uns spielen. Von seiner Allstar-Band „Bop-Explosion“, von der bald das dritte Album erscheint, kennt man ihn bereits – diesmal ist er jedoch solo zu erleben und präsentiert ein abwechslungsreiches Programm aus Jazzstandards, Balladen und Eigenkompositionen.

Freuen Sie sich auf einen stimmungsvollen Abend voller musikalischer Vielfalt und virtuoser Klänge. Der Reinerlös der freiwilligen Spenden kommt einem GRÄTZLeben Hietzing Projekt zugute.

Solche Initiativen zeigen, wie lebendig ein Verein durch die Menschen wird, die ihn mitgestalten. Genau dafür stehen wir bei GRÄTZLeben Hietzing: Wir bieten Raum, Infrastruktur und Unterstützung – doch es sind die Ideen und das Engagement der Menschen, die daraus etwas Besonderes machen.

Haben auch Sie eine Idee, ein Talent oder Lust, sich einzubringen? Dann melden Sie sich bei uns! Gemeinsam können wir das Grätzl gestalten, beleben und weiterentwickeln.



Veranstaltungen in Hietzing

Wöchentliche Angebote

Jeden Montag Deutschkurs für Frauen
13-15 Uhr im GRÄTZLherz; Seite 4

Jeden Montag Yoga mit Silvia
19-20:15 Uhr und 20:15-21:30 Uhr im GRÄTZLherz;
info@silviaknoll.at, silviaknoll.at, Seite 26

Jeden Mittwoch Deutschkurs für Frauen
9-12 Uhr im GRÄTZLherz; Seite 4

Jeden ersten Mittwoch ACH!KünstlerInnenvernetzung
Web: ach-wien.at; Insta: @art_club_hietzing



Fast jeden Donnerstag Spieleabend
18.30-21 Uhr im GRÄTZLherz, gemeinsam Spielen,
Spiele mitbringen & ausborgen;
WhatsApp Gruppe zur Koordination
(Nachricht an 0676 44 67 266)

Juni

Montag bis Donnerstag im Juni „Offene Tür“
15-18 Uhr im GRÄTZLherz, vorbei kommen zum Quatschen,
Spielen, Ideen austauschen, kennenlernen

Mi., 3.06. Rundgang Friedhof Hietzing
15 Uhr Friedhof Hietzing, Tor 1 Montecuccolipplatz,
Anmeldung notwendig, Seite 29

Sa. 6.06. ASV 13 Sommerfest
Ab 9 Uhr auf der ASVÖ Sportanlage Speising,
Linienamtsgasse 7, Seite 15

So. 7.06. ASV 13 Sommerfest
Ab 9 Uhr auf der ASVÖ Sportanlage Speising,
Linienamtsgasse 7, Seite 15

Do., 11.06. Kulturvortrag & Brötchen
15-16:30 Uhr im GRÄTZLherz, Dr. Lore Brandl-Berger: „Leo Szilard
– der ungarische Biologe und Nuklearphysiker GEGEN
die Atombombe“, inkl. Brötchen und Sekt, 22€/Per-
son, Anmeldung unter: 0676 44 67 266, Seite 4

Do., 11.06. Musik aus aller Welt
Ab 19:30 Uhr in der Roten Kapelle, Regina Außerwöger und
Susanna Heilmayr, Seite 26

Sa., 13.06. Kleidertauschparty
15-18 Uhr im GRÄTZLherz, Seite 24

Do., 18.06. Gesundheit- und Sozialnetzwerk Treffen
18 Uhr im GRÄTZLherz, offen für alle Interessierten, Seite 22

Do., 18.06. familie reiter's jazzwohnzimmer
19 Uhr bei der familie reiter (Lainzer Straße 131), Flip Philip &
Bertl Mayer, Seite 25

Sa., 20.06. Grünes Sommerfest in Lainz
10-16 Uhr in Lainz, Straßenfest für Jung und Alt, Seite 11

Sa., 20.06. Sonnwendfeier
Ca. 17:30 am Girzenberg, Seite 13

Do., 25.06. Kulturvortrag & Brötchen
15-16:30 Uhr im GRÄTZLherz, Christopher Hetfleisch & Gast:
„Bezirkspolitik hautnah, inkl. Brötchen und Sekt“, 22€/Person,
Anmeldung unter: 0676 44 67 266, Seite 4

Do., 25.06. GRÄTZLeben Vereins-sitzung
18 Uhr im GRÄTZLherz, Anmeldung erbeten siehe Seite 5

Sa., 27.06. Handynutzung!? Wie begleite ich mein Kind?
10-17 Uhr im GRÄTZLherz, Workshop mit Petra Trautwein und
Christopher Hetfleisch, Seiten 20-21

Sa., 27.06. „Kunst am Bau“-Grätzlspaziergang
14-16 Uhr Gemeindeberg und Umgebung mit Mag. Gerhard Jordan,
Seite 27

Sa., 27.06. Musik am Fluss
19 Uhr Wienfluss unter der Paul-Amann-Brücke, kostenloses
Musikkonzert der Grünen, Seite 9

Juli

Mi., 1.07. Finissage „Oase Hietzing“
15-17 Uhr im Bezirksmuseum Hietzing,
Ausstellung Alexandra Uccusio, Seite 24

Sa., 4.07. Musik am Fluss
19 Uhr Wienfluss unter der Paul-Amann-Brücke,
kostenloses Musikkonzert der Grünen, Seite 9

Mo., 13.07. bis Fr., 17.07. Campwoche 1
9-17 Uhr Ferien-camp im GRÄTZLherz, Seite 5

Mo., 20.07. bis Fr., 24.07. Campwoche 2
9-17 Uhr Ferien-camp im GRÄTZLherz, Seite 5

August

Mo. 10.- Fr. 14.08. Ferien-camp Raum fürs Herz
9-15 Uhr im GRÄTZLherz, Web: raumfuersherz.at

Save the Date

Sa. 12.09. Hietzinger Bezirksfest
10-20 Uhr in Alt Hietzing (Ekazent, Altgasse, Hietzinger Haupt-
straße), organisiert vom Einkaufsstraßenverein Alt Hietzing,
Seite 7

Fr., 2.10. „Gesund und Sicher“ – Infoveranstaltung
11-17 Uhr im Amtshaus Hietzing, Seite 22

Fr., 27.11. Weihnachtsmarkt
14-18 Uhr im GRÄTZLherz, regionale und handgefertigte Produkte

Sa., 28.11. Weihnachtsmarkt
10-18 Uhr im GRÄTZLherz, regionale und handgefertigte Produkte



FERIEN BETREUUNG

Für Kids von 6–14 Jahren

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

Betreuungszeit: 9–16 Uhr
(Early Check in & Late Check Out auf Anfrage)

Guter Betreuungsschlüssel
(mind. 2 Personen für 10 Kinder)

1. Woche: 13.–17. Juli 2026
2. Woche: 20.–24. Juli 2026

Kosten:
Komplette Woche: 339€
Weitere Woche/Geschwister/Mitglied: 295€

← Preis bleibt unverändert





Tombola
mit attraktiven
Hauptpreisen



ASV 13

SOMMERFEST 26

Samstag, 06. Juni & Sonntag 07. Juni 2026



Hüpfburg



Musik



Spanferkel

Nachwuchsspiele jeweils
Samstag und Sonntag ab 09:00 Uhr

**Samstag 17:00 Uhr Kampfmannschaft
ASV13 vs. TWL Elektra 1b**



Tanzeinlage von
MC Studio Hietzing
in der Pause der
Kampfmannschaft!

Das Sommerfest findet am Rasenplatz statt

ASVÖ Sportanlage Speising, 1130 Wien, Linienamtsgasse 7



HANDY NUTZUNG!?

Wie begleite ich mein Kind?



WORKSHOP

mit Petra Trautwein

Buchautorin und Coach &

Christopher Hetfleisch

Lehrer und Supervisor

ANMELDUNG



Samstag 27. Juni, 10-17 Uhr



GRÄTZLherz,
Nothartgasse 40, 1130 Wien



info@GRÄTZLeben.at



400€ pro Person
600€ für ein Elternpaar



mind. 12 pax
max. 25 pax

BONUS

2 Gruppen-
supervisionen
zur Ergebnissicherung
mit Christopher
Hetfleisch



FERIEN BETREUUNG

Abwechslungsreiche Ferienwoche in Hietzing
für Kids von 6–14 Jahren

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

HARD FACTS

Betreuungszeit: 9–16 Uhr

(Early Check in & Late Check Out auf Anfrage)

Guter Betreuungsschlüssel

(mind. 2 Personen für 10 Kinder)

1. Woche: 13.–17. Juli 2026

2. Woche: 20.–24. Juli 2026

Kosten:

Komplette Woche: 339€

Weitere Woche/Geschwister/Mitglied: 295€


Preis bleibt
unverändert!

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).

