

Nachhaltiger

**ACHTSAMER**

[www.achtsamer.at](http://www.achtsamer.at)



# Tag der **ACHTsamkeit**

**Leben findet Stadt!  
am 15. Juni 2024  
in der Josefstadt**





**Tag der ACHTsamkeit 2023**

© Thomas Werchota

Nachhaltiger

# ACHTSAMER

[www.achtsamer.at](http://www.achtsamer.at)



## Tag der ACHTsamkeit am 15. Juni 2024

Bereits zum vierten Mal macht die Josefstadt das soziale Herz des Bezirks sichtbar.

Am 15. Juni 2024 öffnen Institutionen ihre Türen, werden Gassen und Parks zur Begegnungszone, Josefstädter\*innen schauen aufeinander und hecken neue Ideen aus, damit alle, die es brauchen und wollen, Unterstützung erhalten. Von Nachbar\*innen, Institutionen, NGOs, Menschen in Unternehmen und engagierten Bürger\*innen.

Am Tag der ACHTsamkeit gibt es an 23 Orten im Bezirk bei rund 50 Angeboten die Gelegenheit, Nachbar\*innen, Unterstützungs- und Mitmach-Möglichkeiten kennenzulernen oder eigene Ideen und Bedürfnisse einzubringen, damit die Josefstadt noch achtsamer wird.

Der Tag der ACHTsamkeit ist eine Kooperation des ACHTSAMEN 8. mit zahlreichen Institutionen und Bürger\*innen und wird vom Bezirk unterstützt.







- 1 12:30–14:00 **Begrünte Josefstadt zu Fuß entdecken mit Agendagruppen Achtsam unterwegs und Straßenleben**
- 1 13:00–14:00 **SENIOR\*innen.TANZEN mit Suni Löschner**
- 12 13:00–14:00 **Die Kraft der Gefühle mit Carina Ehrnhöfer**
- 18 13:00–15:30 **Nachbarschaftliche Schachpartie mit den wohnpartnern**
- 19 13:00–18:00 **Detailsinn: Sinne im Fokus & Spitzenentspannung mit Teresa & Maurizio Maier**
- 4 14:00–15:00 **Yoga für Jung und Alt in der Yogaria**
- 12 14:00–15:00 **Kraftquelle ATEM mit Christa Várkonyi**
- 6 14:00–16:00 **Erzählcafé Geschichten aus der Wiener „Unterwelt“ im Bezirksmuseum Josefstadt**
- 7 14:00–16:00 **4. Boccia-Turnier „Demenz, Wurst!“ von PROMENZ**
- 8 14:00–16:00 **Stimmschlüssel: No art – no life. Stimmen der Kunst**
- 23 14:00–16:00 **Wege der Achtsamkeit mit Irmtraud Karlsson**
- 13 14:00–17:00 **Vielfältiges Programm der KOR8-Bürger:innen-Redaktion (derAchte)**
- 14 14:00–18:00 **Achtsamkeitstraining in „die Schenke“**
- 20 14:00–19:00 **Kinderfest im Schönbornpark**
- 1 15:00–16:30 **Erzählcafé Geschichten vom Füreinander-Sorgen mit dem Institut für Pflegewissenschaft der Uni Wien**
- 22 15:00–16:00 **Generalprobe der Sinfonia Academica**
- 11 15:00–17:00 **Kreatives Werken im Albertgarten**
- 10 15:00–20:00 **Sommerfest der Gemeinschaftsgärten Josefstadt im Bennogarten**
- 21 16:00–18:00 **„Salon Helga“. Lesung und Musik mit Wiener Schmäh**
- 3 17:00–19:00 **5-Uhr-Tee. Ein Tanzabend wie damals für Jung und Alt im Garten des Volkskundemuseums**
- 21 18:00–20:00 **Wienerlieder für Alt und Jung zum Mitsingen mit den Wiener Saitenspringern**



Tag der ACHTSamkeit am 10. Juni 2023  
© Team Nachhaltiger ACHTSAMER 8. und Thomas Werchota

## **1 Schlesingerplatz: Infos, Spaziergänge, Mitreden, Erzählen, Zuhören und Singen**

### **10:00–11:30 Alte Häuser und Gärten. Ein Bezirksspaziergang mit Hedi Ströher. In Kooperation mit Los geht's Wien**

Führung durch versteckte Gärten und die Geschichte alter Häuser in der Josefstadt. Begrenzte Teilnehmer\*innen-Zahl. Bitte um **Anmeldung**: [office@achtsamer.at](mailto:office@achtsamer.at) oder 0676 97265447

---

### **10:00–11:30 Heiteres Gedächtnistraining: Unsere Hände ein Wunderwerk der Natur mit Heidelinde Spangl und der VHS Josefstadt**

Solange unser Körper funktioniert, schenken wir ihm leider kaum Beachtung. Das ändern wir und beschäftigen uns besonders mit den vielseitigen Funktionen unserer Hände. Gehen wir achtsam mit ihnen um.

---

### **10:00–16:00 Fairtrade-Stand der Bezirksvorstehung Josefstadt**

Informieren Sie sich spielerisch zu Themen wie Fairtrade, Lieferkettengesetz und Nachhaltigkeit. In Zusammenarbeit mit dem Weltladen in der Lerchenfelder Straße gibt es ein Glücksrad und die Möglichkeit Snacks und Getränke zu verkosten.

---

### **10:00–16:30 ACHTSAMER 8. und Sorgenetz: Infostand und ins Gespräch kommen**

Wir engagieren uns für eine Caring Community in der Josefstadt – und weit darüber hinaus. Wir bringen Menschen und Institutionen zusammen – für mehr Begegnungen, Miteinander, Solidarität und Nachbarschaftshilfe. Damit auch alte Menschen, Demenz-Betroffene, Menschen in prekären ökonomischen Situationen und Menschen mit Migrations- und Fluchtgeschichte u.v.m. am gesellschaftlichen Leben teilhaben und sich beteiligen können.

---

### **10:00–16:30 Institut für Pflegewissenschaft, Uni Wien: Infostand und ins Gespräch kommen**

Nicht über Menschen forschen, sondern mit ihnen gemeinsam! Gerade mit jenen, die besonders Care-bedürftig sind: unheilbar kranke Menschen, Menschen mit chronischer Erkrankung, Hochbetagte und Menschen mit Demenz. Die betroffenen Menschen

stehen im Mittelpunkt. Mit partizipativer Forschung wollen wir deren gesellschaftliche Teilhabe fördern, entstigmatisieren und nehmen auch den größeren gesellschaftlichen Rahmen in den Blick. Und schließlich: Fragen zu Sterben, Tod und Trauer betreffen uns alle.

---

### **10:00–16:30 Caritas Pflege, Demenz & Angehörige: Infostand und Demenzparcours**

Wir sind da, wenn Sie nicht mehr weiter wissen, zum Beispiel: mit kostenloser psychosozialer Angehörigenberatung, mit dem Café Zeitreise für Menschen mit Demenz und deren Angehörige und mit den freiwilligen Buddys, die ein paar Stunden Freizeit mit Menschen, die von Demenz betroffen sind, verbringen. Der Demenzparcours macht die alltäglichen Herausforderungen erlebbar, von denen Menschen mit Demenz betroffen sind.

---

### **10:00–16:30 Fonds Soziales Wien**

Lernen Sie die Angebote des Fonds Soziales Wien kennen.

---

### **10:00–16:30 Wiener Sozialdienste / Mobile Ergotherapie**

Infostand und Quiz: Hilfsmittel für die Bewältigung des Alltags

---

### **10:00–16:30 Bunter Infostand**

mit: Bezirksvorstehung Josefstadt, Fonds Gesundes Österreich (FGÖ), MA 17 – Integration und Diversität, IG24 – Interessengemeinschaft der 24h-Betreuer\*innen, Initiative psychische Gesundheit, Plattform Demenzfreundliches Wien, Volkshilfe – Frühe Hilfen, Wohnbuddy

---

### **11:00–15:00 Mit Fahrrad, Chauffeur und FAXI den Bezirk erkunden**

Entdecken Sie den Bezirk neu. Ganz gemütlich in der Rikscha, ohne selbst in die Pedale treten zu müssen. Details zur Anmeldung finden Sie auf der Rückseite des Programmheftes.

---

### **11:30–12:00 Tanz für Alle mit Katy Geertsen**

**12:00–12:30** Offizielle Eröffnung des Tags der  
**ACHTsamkeit** durch Bezirksvorsteher Martin Fabisch

---

**12:30–14:00** Begrünte Josefstadt zu Fuß entdecken.  
**Spaziergang mit den Agendagruppen Achtsam unterwegs und Straßenleben**

Wir werfen gemeinsam einen Blick auf die Aufenthaltsqualität und die Raumgerechtigkeit in unseren Straßen. Vom Mölkerhof über die Piaristengasse und Maria-Treu-Gasse bis in die Lange Gasse. **Treffpunkt:** 12:30 am Schlesingerplatz

---

**13:00–14:00** SENIOR\*innen.TANZEN mit Suni  
**Löschner**

Eine Tanzstunde im Sitzen, für Senior\*innen zu bekannten und weniger bekannten Liedern, wir öffnen uns, erweitern unsere Beweglichkeit, regen die Phantasie an. Vorkenntnisse sind nicht nötig.

---

**15:00–16:30** Erzählcafé Geschichten vom  
**Füreinander-Sorgen**

Wir wollen einander erzählen und zuhören: bei Geschichten, wie wir für jemanden gesorgt haben oder wie jemand für uns gesorgt hat. Das kann lange her sein oder gerade erst passiert sein. Es können private oder berufliche Geschichten sein, solche, die wir selbst erlebt haben, oder die uns erzählt wurden. Es kann um das gute oder weniger gute Füreinander-Sorgen gehen. Alle, die am Erzählcafé teilnehmen wollen, sind herzlich willkommen. Es braucht keine Vorbereitung und keine Anmeldung. Es moderieren Katharina Heimerl und Evelyn Hutter vom Institut für Pflegewissenschaft der Uni Wien.

**2** BAfEP 8, Lange Gasse 47 (Turnsaal)

**9:00–12:00** Bewegungslandschaft und  
**Kinderschminken (3 bis 6 Jahre)**

Schülerinnen und Schüler der Bildungsanstalt für Elementarpädagogik bieten Kindern eine Bewegungslandschaft zum freien Bewegen, Klettern, Spielen an. Verschiedene Geräte und Bereiche laden zum Ausprobieren der motorischen Fertigkeiten und dem achtsamen Umgang mit dem eigenen und dem Körper anderer ein. Hinweis: Keine Kinderbetreuung! Die Haftung und Aufsichtspflicht obliegt den Erziehungsberechtigten.

### 3 Volkskundemuseum, Laudongasse 15–19

#### **10:00–11:00 & 11:30–12:30 SPIEL-BEIN. Ein barockes Musik- und Tanzerlebnis für Jung und Alt mit dem Ensemble Affinità**

Das Menuett – zum Spielen und Tanzen: Wir lernen eine Melodie auf einer kleinen Harfe zu zupfen und erproben den Menuett-Grundschrift. Vorkenntnisse sind übrigens keine notwendig!

#### **17:00–19:00 5-Uhr-Tee**

Der 5-Uhr-Tee des Cafés Dementi! Ein Tanzabend wie damals: Funk, Swing und ein bisschen Rock'n Roll. Wer schon einmal beim 5-Uhr-Tanztee im Rahmen des Tags der ACHTsamkeit war, weiß, dass sich weder Jung noch Alt den heißen Rhythmen entziehen kann.

### 4 Yogaria, Lederergasse 21A, Top 1

#### **14:00–15:00 Yoga für Jung und Alt**

Hier werden die Stundenformate „Yoga für Senior\*innen“ und „Gentle Flow Yoga“ kombiniert und so ein kurzer Einblick in die Yogawelt gegeben. Die Stunde wird je nach Anforderung der Teilnehmer\*innen entsprechend angepasst. Wir nehmen Hilfsmittel wie Stühle, Decken und Polster zur Hand, um die verschiedenen Yoga-Positionen für jede\*n machbar zu gestalten.

### 5 Format60+, Atelier der PensionistInnenklubs (KWP), Schmidgasse 11

#### **12:00–16:00 Vernissage: Alle Achtung den Farben! und Grandparents For Future**

Am Tag der ACHTsamkeit öffnet das FORMAT60+ seine Tore für eine künstlerische Suche, die weit über das Sichtbare forscht und in der Pracht der Farben sich entfaltet. Außerdem können sich Interessierte zum großartigen Projekt Grandparents For Future informieren, mit dem das FORMAT60+ kooperiert.

## 6 **Bezirksmuseum Josefstadt, Schmidgasse 18**

### 14:00–15:30 **Erzählcafé Geschichten aus der Wiener „Unterwelt“**

Keller, Bäche, Bunker und Kanäle – die aktuelle Ausstellung im Bezirksmuseum Josefstadt führt uns zu Erzählungen von verschwundenen Bächen und über das Wiener Kanalsystem (berühmt geworden nach dem „Dritten Mann“). Wir lassen uns inspirieren zu alltäglichen und außergewöhnlichen Geschichten über Keller und unterirdische Gewölbe aller Art. Und einige Menschen haben vielleicht noch Erinnerungen daran, als Keller und Bunker Zufluchtsorte waren. Moderation: Edith Auer, Pauline Bögner & Günter Müller (Dokumentation lebensgeschichtlicher Aufzeichnungen)

## 7 **Wiener Würstelstand, Ecke Pfeilgasse/Strozzigasse**

### 14:00–16:00 **4. Boccia-Turnier „Demenz, Wurst!“ von PROMENZ**

Ältere, Jüngere, mit und ohne Demenz kommen zusammen, essen, trinken und spielen Boccia. Familie, Freunde, Bekannte und Interessierte sind herzlich willkommen! Um **Anmeldung** wird gebeten:

info@promenz.at, 0664 525 33 00

## 8 **Stimmschlüssel, Strozzigasse 30**

### 14:00–16:00 **No art – no life. Stimmen der Kunst** Musik für Menschen von 0 bis über 100

## 9 **Tigerpark**

### 10:00–16:30 **Shiatsu im Park mit Karin Meislinger**

Interessierte haben die Möglichkeit, in die Welt der traditionellen Körperarbeit aus Japan einzutauchen.

**Anmeldung** vorab möglich unter:

achtsamer8@shiatsu-im-gruenen.at.

Nähere Infos auf [www.shiatsu-im-gruenen.at](http://www.shiatsu-im-gruenen.at).

**Bei Schlechtwetter:** Lerchengasse 24/1

## 10 **Gemeinschaftsgarten Bennogarten**

## **15:00–20:00 Sommerfest der Gemeinschaftsgärten Josefstadt**

Im Bennogarten wird der Sommer begrüßt. Mit kleiner Jausenstation, Spiel- und Bastelspaß und Austausch rund um das Thema Gemeinschaftsgarten und Gärtnern in der Stadt laden wir alle Generationen und Interessierten herzlich in den Bennogarten ein.

### **11 Gemeinschaftsgarten Albertgarten**

## **15:00–17:00 Kreatives Werken im Albertgarten**

Der Albertgarten, als Teil des Sommerfests der Gemeinschaftsgärten Josefstadt, lädt zum gemeinsamen Basteln mit selbsttrocknendem Ton ein. Groß und Klein sind herzlichst eingeladen, Dekorationen für drinnen und draußen zu gestalten – solange der Materialvorrat reicht!

### **12 commonroom, Florianigasse 54**

## **10:00–12:00 Töpferworkshop für Jung und Alt**

Die Teilnehmer\*innen erhalten alle notwendigen Materialien und Werkzeuge und erlernen die „Wursttechnik“. Nach einer Stunde sind alle Teilnehmer\*innen eingeladen, ihre Stücke zu bemalen, danach werden sie gebrannt und mit transparenter Glasur überzogen. Nach drei Wochen sind sie zur Abholung bereit.

---

## **13:00–14:00 Carina Ehrnhöfer: Die Kraft der Gefühle**

Zornbündel, Angsthase, Tränenmeer – vom guten Umgang mit den „schlechten Gefühlen“. Gefühle – manchmal entzücken sie uns, manchmal scheint es, als würden sie uns überrollen. Die „Guten“ wollen wir möglichst lange behalten, die „Schlechten“ möglichst schnell wieder weg haben. Das wird sich nun ändern! Hier erfährst du, welche Power und Kraft selbst in den vermeintlich schlechten Gefühlen liegt!

---

## **14:00–15:00 Christa Várkonyi: Kraftquelle ATEM – Achtsamkeit für mich**

Als Brücke zwischen dem körperlichen, dem geistigen und dem seelischen Bereich beeinflusst der Atem in hohem Maße unser Wohlbefinden und unsere Vitalität. Beim kostenfreien Atem-Schnupperworkshop lernen Sie einfache, angenehme Atem- und Bewegungsübungen, die den Atem befreien, Beweglichkeit fördern und das

Loslassen von Stress und Gedanken leicht machen.

### **13** derAchte, Albertgasse 13–15

#### **14:00–17:00 Vielfältiges Programm in der KOR8-Bürger\*innen-Redaktion**

In der Bürger\*innen-Redaktion wird es um das Thema „Kinder und Jugendliche in der Josefstadt – einst und heute“ gehen. Bürger\*innen-Redakteur\*innen lesen außerdem Artikel aus der KOR8-Bürger\*innen-Redaktion und der Verein Frankensteins Fahrrad stellt seinen umfassenden Service vor: Beratung, Tombola mit attraktiven Preisen, Live-Painting eines Fahrrads, Malecke für Kinder mit Fahrrad-Motiven. Ausstellung zwischen den Palmen mit derAchte: Buchstaben-Collagen-Texten von Peter A. Krobath.

### **14** Die Schenke – Kost-nix-Laden, Piaristengasse 33

#### **14:00–18:00 Achtsamkeitstraining für den Alltag**

14:00: Achtsamkeitstraining für den Alltag

15:00: Workshop: Achtsame(s) Schenke(n)

16:00: Plaudern bei Tee und Kaffee und individuelle Achtsamkeitsübungen

### **15** Galerie unik.at, Josefstädter Straße 40

#### **11:00–13:00 Gemeinsames Basteln**

Unter der Leitung der Schmuck-Künstlerin Tina Polisoidis und der Goldschmiedin Susanne Feigl werden Schlüsselanhänger aus unterschiedlichen Keramikperlen, Schlüsselringen und bunten, gewachsenen Baumwollbändern gebastelt. Beide Damen arbeiten auch als Arbeitstrainerinnen in der Galerie unik.at und können Fragen zum Projekt beantworten.

### **16** Nachbarschaftszentrum Wien 8, Florianigasse 24

#### **11:00–13:00 Plauscherlrunde im Nachbarschaftszentrum**

Lernen Sie das Nachbarschaftszentrum und Ihre Nachbar\*innen bei einer gemütlichen Plauscherlrunde im kennen.

### **17** Breitenfelderkirche, Florianigasse 70

#### **11:00–16:30 Ina Loitzl: hope – „Ich lass mich fallen“**

Künstlerische Textilinstallation in Form einer übergroßen Hand als Symbol für Vertrauen, Schutz, Berührung, Kommunikation, Diversity, Geborgenheit, Hilfe, Urvertrauen und Zuversicht. Zusätzlich haben Sie die Möglichkeit, eine kurze Handmassage mit wohlriechenden Ölen zu genießen.

### **18** Beim Kronawetter-Hof, Pfeilgasse 47–49

#### **13:00–15:30 Nachbarschaftliche Schachpartie mit wohnpartner**

Schachpartie für Jung und Alt, auch mit großem Freiluftschach. Schachtrainer\*innen stehen für Fragen zur Verfügung. Lerne Schach spielen, zeige dein Können und tausche dich mit anderen Interessierten aus.

### **19** Detailsinn, Schönborngasse 10

#### **13:00–18:00 Teresa & Maurizio Maier: Sinne im Fokus & Spitzenentspannung**

Entschleunigung & Entspannung erfahren durch die Aktivierung der Sinne: Eintauchen in eine Naturgeräusche-Playlist, Natur-Fotoprints & heilende Wirkung von Grün auf Augen erfahren. Außerdem sind Impulsgespräche für Interessierte über Stressabbau, Meditation & Burnoutprävention möglich.

### **20** Schönbornpark

#### **14:00–19:00 Kinderfest im Schönbornpark**

Ab 14:00 Uhr gibt es ein buntes Angebot für Klein und ein wenig Größer: Mit der Agendagruppe, den Kinderfreunden Josefstadt, dem Nachbarschaftszentrum Josefstadt und vielen mehr.

### **21** Weinstube Josefstadt, Piaristengasse 27

#### **16:00–18:00 „Salon Helga“ – Redn & Singan wia der Schnabl gwachsn ist**

Eva Bilisch liest aus ihrem Buch „Salon Helga“ – Mundart-Textsammlungen mit viel Wiener Schmä und musikalischer Begleitung von Werner Rabl.

#### **18:00–20:00 Wienerlieder für Alt und Jung zum Mitsingen mit den Wiener Saitenspringern**

Das generationenübergreifende Ensemble Wiener Saitenspringer versetzt mit Zitherklängen in Wiener

Stimmung.

## 22 Maria Treu – Piaristenkirche, Jodok-Fink-Platz

### 15:00–16:00 Sinfonia Academica: Generalprobe für die Benefizveranstaltung der Krebsabteilung des Krankenhaus St. Josef

Ganz nach dem Motto „achtsam zuhören“ spielt das Orchester Sinfonia Academica am Tag der ACHTsamkeit seine Generalprobe in der Piaristenkirche.

Dirigent:

Peter Schreiber

Programm:

Charles Gounod: Petite Symphonie für Bläser D-Dur

Saverio Mercadante: Flötenkonzert e-moll

Solistin: Zdenka Kruml

Joseph Haydn: Symphonie Nr 87 A- Dur

**Während der Probe wird um Ruhe gebeten.**

**Spenden erwünscht.**

## 23 Hamerlingplatz 8 (vor der Schule)

### 14:00–16:00 Wege der Achtsamkeit mit Irmtraud Karlsson in Kooperation mit dem Bezirksmuseum

Sie sind nur klein und liegen zu unseren Füßen: die Steine der Erinnerung. Sie erinnern an die verlorene, ermordete, vertriebene Nachbarschaft in der Josefstadt, Mitmenschen, die unter uns gewohnt haben. Manche der Steine sind verschmutzt, manche zerkratzt. Man muss sich bücken, um zu lesen, sich verneigen. Wir werden einige Steine besuchen und über die Lebensgeschichten der Menschen hören. Zum Abschluss findet eine Führung durch die Ausstellung zu Lore Segal im Bezirksmuseum statt. Begrenzte Teilnehmer\*innen-Zahl. Bitte um **Anmeldung**: office@achtsamer.at oder 067697265447

# Alle Anbieter\*innen

## **ACHTSAMER 8.**

Überall in der Josefstadt, [www.achtsamer.at](http://www.achtsamer.at)

## **Affinità – Ensemble für Alte Musik**

Feldgasse 23, 1080 Wien

## **BAfEP Bildungsanstalt für Elementarpädagogik**

Lange Gasse 47, 1080 Wien

## **Bezirksmuseum Josefstadt und Irmtraud Karlsson**

Schmidgasse 18, 1080 Wien

## **Bezirksvorstehung Josefstadt**

Schlesingerplatz 4, 1080 Wien

## **Café Dementi / Katharina Klee**

[www.cafe-dementi.at](http://www.cafe-dementi.at)

## **Carina Ehrnhöfer**

[www.higher-potentials.at](http://www.higher-potentials.at)

## **Caritas Pflege, Demenz & Angehörige**

Strozsigasse 5, 1080 Wien

## **Christa Várkonyi / Kraftquelle Atem**

Fuhrmannsgasse 8/3, 1080 Wien

## **commonroom**

Florianigasse 54, 1080 Wien

## **derAchte**

Albertgasse 13–15, 1080 Wien

## **Detailsinn**

Teresa und Maurizio Maier, Schönborngasse 10, 1080 Wien

## **Die Schenke – Kost-nix-Laden**

Piaristengasse 33, 1080 Wien

## **Doku Lebensgeschichten (Uni Wien)**

Universitätsring 1, 1010 Wien

## **FAXI**

Bennogasse 31/7, 1080 Wien

## **Fonds Gesundes Österreich (FGÖ)**

Aspernbrückengasse 2, 1020 Wien

## **Fonds Soziales Wien (FSW)**

Guglgasse 7–9, 1030 Wien

## **FORMAT60+ Atelier der PensionistInnenklubs (KWP)**

Schmidgasse 11, 1080 Wien

## **Galerie unik.at**

Josefstädterstraße 40, 1080 Wien

## **Gemeinschaftsgärten Josefstadt**

[www.facebook.com/ggjosefstadt](https://www.facebook.com/ggjosefstadt)

## **Grandparents For Future Austria**

<https://grandparentsforfuture.wordpress.com>

## **IG24 – Interessengemeinschaft der 24h-Betreuer\_innen**

<https://ig24.at>

## **Institut für Pflegewissenschaft (Uni Wien)**

Alser Straße 23/12, 1080 Wien

## **Karin Maislinger**

[www.shiatsu-im-gruenen.at](http://www.shiatsu-im-gruenen.at)

## **Katy Geertsen / ARTS for HEALTH AUSTRIA**

[www.artsforhealthaustria.eu](http://www.artsforhealthaustria.eu)

### **Ina Loitzl**

Albertplatz 1, 1080 Wien

### **Lokale Agenda 21, Agendabüro Josefstadt**

Albertgasse 13–15, 1080 Wien

### **MA 17 – Integration und Diversität**

Friedrich-Schmidt-Platz 3, 1080 Wien

### **Musisches Zentrum Wien**

Zeltgasse 7, 1080 Wien

### **Nachbarschaftszentrum 8 (Wiener Hilfswerk) Josefstadt**

Florianigasse 24, 1080 Wien

### **Plattform Demenzfreundliches Wien**

[www.seniorinnen.wien/p/demenzfreundliches-wien](http://www.seniorinnen.wien/p/demenzfreundliches-wien)

### **PROMENZ. Eine Initiative von und für Menschen mit Vergesslichkeit**

[www.promenz.at](http://www.promenz.at)

### **queraum. kultur- und sozialforschung,**

Obere Donaustraße 59/7a, 1020 Wien

### **SENIOR\*innen.TANZEN Suni Löschner**

[www.suni-loeschner.com](http://www.suni-loeschner.com)

### **Sinfonia Academica**

[www.sinfa.at](http://www.sinfa.at)

### **Sorgenetz. Verein zur Förderung gesellschaftlicher Sorgekultur**

[www.sorgenetz.at](http://www.sorgenetz.at)

### **Stimmschlüssel**

Strozzigasse 30, 1080 Wien

### **Verein Josefstädter Kinderfeste**

Florianigasse 7/9, 1080 Wien

### **VHS Josefstadt und Heidelinde Spangl**

Schmidgasse 18, 1080 Wien

### **Volkshilfe – Frühe Hilfen**

<https://www.volkshilfe-wien.at/fruehe-hilfen-wien>

### **Volkskundemuseum**

Laudongasse 15–19, 1080 Wien

### **Weinstube Josefstadt**

Piaristengasse 27, 1080 Wien

### **Weltladen Josefstadt "Die Lerche"**

Lerchenfelderstraße 18–24, 1080 Wien

### **Wiener Saitenspringer**

0699 1922 96 56

### **Wiener Sozialdienste**

Camillo-Sitte-Gasse 6, 1150 Wien

### **Wiener Würstelstand**

Ecke Strozzigasse / Pfeilgasse, 1080 Wien

### **Wohnbuddy**

[www.wohnbuddy.com](http://www.wohnbuddy.com)

### **wohnpartner**

[www.wohnpartner-wien.at](http://www.wohnpartner-wien.at)

### **Yogaria**

Lederergasse 21A, Top 1, 1080 Wien

Nachhaltiger

**ACHTSAMER**

[www.achtsamer.at](http://www.achtsamer.at)



## Impressum

### **Sorgenetz**

Verein zur Förderung gesellschaftlicher Sorgeskultur.

Leben, Alter, Demenz und Sterben

Schottenfeldgasse 29/5, 1070 Wien

[www.sorgenetz.at](http://www.sorgenetz.at)

Team ACHTSAMER 8.:

Daniela Martos, Gert Dressel, Valerie

Pechhacker, Klaus Wegleitner, Katharina

Heimerl, Lorena Hoormann, Ilona Wenger

Grafikdesign: Christoph Höbart

Druck: druck.at, Leobersdorf

Wien 2024

Der Tag der ACHTSamkeit ist eine öffentliche Veranstaltung, die mit Fotos dokumentiert und veröffentlicht wird. Durch den Besuch der Veranstaltung erklären sich die Teilnehmer\*innen damit einverstanden. Wenn Sie nicht fotografiert werden möchten, sprechen Sie bitte direkt den\*die Fotograf\*in an. Fotos, die an privaten Orten entstehen, dürfen aus Datenschutzgründen nicht verbreitet werden.



## Mobilitätsunterstützung:

Wenn Sie zu den Angeboten des Tags der ACHTsamkeit von zu Hause abgeholt und begleitet werden wollen, melden Sie sich bitte bis 10. Juni bei uns. Wenn Sie den Bezirk mit Fahrrad-„Kutsche“ und Chauffeur erkunden wollen, kommen Sie am Tag der ACHTsamkeit zwischen 11:00 und 15:00 zum Schlesingerplatz oder melden Sie sich bis 13. Juni bei uns. Dann wartet der Chauffeur auch vor Ihrer Haustür.

Sie erreichen uns unter  
0676 972 54 47 oder [office@achtsamer.at](mailto:office@achtsamer.at)

Wir danken



Der ACHTSAME 8. ist eine Initiative von

# SORGENETZ

VEREIN ZUR FÖRDERUNG GESELLSCHAFTLICHER SORGEKULTUR  
LEBEN / ALTER / DEMENZ / STERBEN

Teil der FGÖ-Initiative



## Auf gesunde Nachbarschaft!

Gefördert aus Mitteln der

# Josefstadt

Das Projekt Nachhaltiger ACHTSAMER 8.  
wurde gefördert aus Mitteln von

 **Bundesministerium**  
Soziales, Gesundheit, Pflege  
und Konsumentenschutz

**Gesundheit Österreich**  
GmbH

 **Fonds Gesundes**  
**Österreich**

 **Kompetenzzentrum**  
**Zukunft**  
**Gesundheitsförderung**  
Agency  
Gesundheitsförderung

