

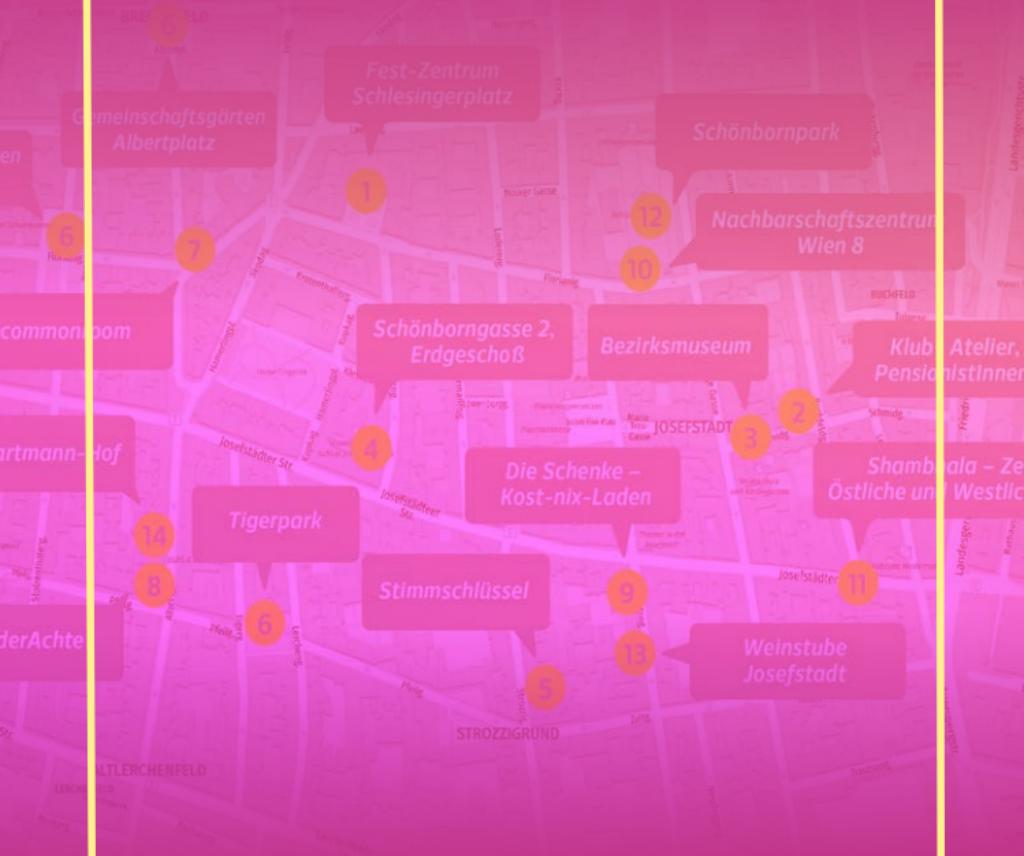
ACHTSAMER

www.achtsamer.at

87

Tag der **ACHTsamkeit**

Leben findet Stadt! 14. Juni 2025 in der Josefstadt



8



Tag der ACHTsamkeit 2024

© ACHTSAMER 8.

ACHTSAMER 8.

www.achtsamer.at

Tag der ACHTsamkeit am 14. Juni 2025

Bereits zum fünften Mal macht die Josefstadt ihr soziales Herz sichtbar. Am 14. Juni 2025 öffnen Institutionen ihre Türen, verwandeln sich Plätze und Parks in lebendige Begegnungsräume, schauen Josefstädter*innen aufeinander und schmieden gemeinsam Ideen, damit alle, die Unterstützung suchen oder anbieten, zusammenfinden – Nachbar*innen, Institutionen, NGOs, engagierte Unternehmen und Bürger*innen.

Am Tag der ACHTsamkeit laden rund 20 Orte im Bezirk mit über 40 vielfältigen Angeboten dazu ein, neue Menschen kennenzulernen, Mitmach- und Unterstützungsmöglichkeiten zu entdecken oder eigene Anliegen und Ideen einzubringen – für eine noch achtsamere Josefstadt.

Der Tag der ACHTsamkeit ist eine Initiative des ACHTSAMEN 8., getragen von zahlreichen Institutionen, Unternehmen, Bürger*innen und dem Bezirk.





- 7 10:00–11:00 **SPIEL-BEIN**. Ein barockes Musik- und Tanzerlebnis (erste Einheit)
 - 1 10:00–11:30 **Alte Häuser und Gärten**. Ein Bezirksspaziergang mit Hedi Ströher
 - 1 10:00–14:00 **Caritas Pflege, Demenz & Angehörige: Infostand und Demenzparcours**
 - 1 10:00–15:00 **Gut leben im Grätzl: Infostand und Beratung**
 - 1 10:00–16:00 **Fonds Soziales Wien**
 - 1 10:00–16:00 **StoP – Stadtteile ohne Partnergewalt**
 - 1 10:00–16:30 **Infostand Netzwerk für pflegende An- und Zugehörige**
 - 1 10:00–16:30 **ACHTSAMER 8., Verein Sorgenetz und Institut für Pflegewissenschaft: Infostand**
 - 1 10:00–16:30 **HeldYn: Infostand und Beratung**
 - 1 10:00–16:30 **Bunter Infostand**
 - 6 10:00–16:30 **Shiatsu im Tigerpark mit Karin Maislinger und Melanie Elefante**
 - 1 10:15–11:45 **nestwärme Österreich: Aktivstation mensch-ärgere-dich-nicht**
 - 1 11:00–11:30 **Tanz für Alle mit Katy Geertsen**
 - 1 11:00–14:00 **Volkshilfe hilft – Gemeinsam hinschauen & handeln**
 - 1 11:00–15:00 **Mit Fahrrad, Chauffeur und FAXI den Bezirk erkunden**
 - 4 11:00–17:00 **Demenz aktiv begegnen mit Birgit Reiter**
 - 7 11:30–12:30 **SPIEL-BEIN**. Ein barockes Musik- und Tanzerlebnis (zweite Einheit)
 - 1 12:00–13:00 **Offizielle Eröffnung des Tags der ACHTsamkeit mit dem Bezirksvorsteher und Duo Paradeis**
 - 10 12:00–13:30 **Wohlfühlcafé im Nachbarschaftszentrum**
 - 9 12:00–15:00 **Conscious Clothesgifting**

- 2 12:00–16:00 Vernissage: „Weit und Sichtbar“, Malerei Claudia Bardach
 - 7 13:00–15:00 Töpferworkshop für Jung und Alt
 - 8 13:30–15:30 Zen-Meditation mit Eva Krennbauer
 - 11 14:00–15:00 Yoga als Übung für Achtsamkeit mit Walter Klocker
 - 1 14:00–16:00 Zwischen Gesten und Generationen: Tanz. Geschichten. Wien.
 - 5 14:00–16:00 No art – no life. Stimmen der Kunst
 - 3 14:00–16:00 Erzählnachmittag „Nach dem Krieg ...“
 - 14 14:00–16:00 Bezirksspaziergang mit Irmtraut Karlsson: „Kündigungsgrund Nichtarier“
 - 12 14:00–16:00 Heilende Architektur, gesundes Museum
 - 12 14:00–16:00 Grätzlcafé im Schönbornpark
 - 14 14:00–17:00 Speed-Boccia und Gemeinschaftsgarten: Gelebte Nachbarschaft im Ludo-Hartmann-Hof
 - 12 14:00–19:00 Kinderfest im Schönbornpark
 - 12 14:00–19:00 Sommerfest der BAfEP 8 mit Kinderschminken
 - 1 14:30–15:30 VHS Josefstadt: Achtsames Bewegen mit tänzerischen Elementen
 - 6 15:00–17:00 Albert-, Benno- und Tigergarten: Rätselrallye durch die Gemeinschaftsgärten Josefstadt
 - 1 15:30–16:30 Erzählcafé „Geschichten vom Zusammenleben in der Nachbarschaft“
 - 11 15:30–17:00 Achtsamkeitsmeditation als Basis für ein achtsames Miteinander mit Walter Klocker
 - 12 17:00–19:00 5-Uhr-Tee mit Café Dementi
 - 11 17:30–19:00 Qigong und Achtsamkeit: Workshop mit Bewegung mit Johannes Benker
 - 13 18:00–21:00 Wienerlieder für Alt und Jung zum Mitsingen mit den Wiener Saitenspringern



Tag der ACHTsamkeit am 15. Juni 2024
© Team ACHTSAMER 8. und Thomas Werchota

1 Schlesingerplatz: Infos, Spaziergänge, Mitreden, Erzählen, Zuhören, Musik und Tanzen

10:00–11:30 Alte Häuser und Gärten. Ein Bezirksspaziergang mit Hedi Ströher
Führung durch verdeckte Gärten und die Geschichte alter Häuser in der Josefstadt.
Begrenzte Teilnehmer*innen-Zahl. Bitte um **Anmeldung**: office@achtsamer.at oder 0676 9725447

10:00–14:00 Caritas Pflege, Demenz & Angehörige:

Infostand und Demenzparcours

Wir sind da, wenn Sie nicht mehr weiterwissen, 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.

10:00–15:00 Gut leben im Grätzl:

Infostand und Beratung

Wie lässt sich Selbstfürsorge inmitten von Beruf, Familie und den vielfältigen alltäglichen sowie besonderen Herausforderungen achtsam und wirkungsvoll in den Alltag integrieren? Ihr Gesundheitsteam der Josefstadt begleitet Sie mit individueller Beratung rund um Ernährung, Bewegung und seelisches Wohlbefinden. Vor Ort erhalten Sie alltagsnahe Tipps und Impulse, die auf Ihre persönlichen Bedürfnisse abgestimmt sind – für mehr Balance und Wohlbefinden im Alltag.

10:00–16:00 Fonds Soziales Wien

Der Fonds Soziales Wien (FSW) unterstützt Menschen in Wien mit leistbarer Pflege und Betreuung, Schuldenberatung, Behindertenhilfe, Grundversorgung sowie Wohnungslosenhilfe. Vor Ort ist der FSW mit dem Beratungszentrum Pflege und den FSW-Tageszentren für Senior*innen vertreten.

10:00–16:00 StoP – Stadtteile ohne Partnergewalt

StoP – Stadtteile ohne Partnergewalt ist ein Nachbarschaftsprojekt zum Mitmachen. Ziel ist es, Gewalt gegen Frauen zu verhindern. Das Herzstück von StoP sind informierte und engagierte Nachbar*innen. Am Tag der ACHTSamkeit könnt ihr einen Button gestalten und eure Ideen und Wünsche für eine Josefstadt ohne Partnergewalt einbringen. Jede*r kann was sagen – was tun!

10:00–16:30 ACHTSAMER 8., Verein Sorgenetz und Institut für Pflegewissenschaft (Uni Wien): 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 alle Menschen, ob jung, älter, demenzbetroffen, in prekärer ökonomischer Situation oder mit Migrationserfahrung u.v.m. am gesellschaftlichen Leben teilhaben und sich beteiligen können.

10:00–16:30 Infostand Netzwerk für pflegende An- und Zugehörige

Das Netzwerk für pflegende An- und Zugehörige des Fonds Soziales Wien berät und informiert in allen Themen der Pflege. Besuchen Sie den Stand und machen Sie aktiv bei einem Riechtraining mit oder erleben Sie die Welt eines demenziell erkrankten Menschen.

10:00–16:30 Bunter Infostand

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

10:00–16:30 HeldYn: Infostand und Beratung

HeldYn, der häusliche Pflegedienst mit mobilen Pflegekräften, bietet schnelle, flexible Pflege und Therapie in Ihrer Muttersprache, direkt bei Ihnen zu Hause. In Notfällen sind die Pflegekräfte in weniger als

drei Stunden vor Ort. Besuchen Sie den HeldYn-Stand – hier bekommen Sie umfassende Beratung zum Thema Pflegegeld.

10:15–11:45 nestwärme Österreich: Aktivstation mensch-ärgere-dich-nicht

Nestwärme bietet mit der Aktivstation kurzweilig und spaßig Infos rund um die Themen psychische Gesundheit, Achtsamkeit und Resilienz basierend auf der gleichnamigen Seminarreihe von nestwärme Österreich. Hier kann gustiert oder am besten kurz mitgespielt werden, denn im eigenen Leben aktiv zu werden, ist der beste Garant gegen Ärger und schlechte Laune. Die Aktivstation ist für Erwachsene und Kinder geeignet.

11:00–11:30 Tanz für Alle mit Katy Geertsen

Tanz für Alle ist ein achtsames Angebot für jedes Alter und jedes Level – ganz ohne Vorkenntnisse. Gemeinsam tanzen wir uns frei, stärken Körper und Geist und fördern auf spielerische Weise unsere Gesundheit. Komm, wie du bist – und tanze, wie du dich fühlst!

11:00–14:00 Volkshilfe hilft – Gemeinsam hinschauen & handeln

Infostand im Zeichen der Unterstützung: mit Beratung, Infomaterial und einem offenen Ohr für alle Fragen rund um soziale Hilfe. Die Volkshilfe Josefstadt setzt sich für Menschen in Not ein – solidarisch, nah und engagiert.

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 Abholmöglichkeit finden Sie auf der vorletzten Seite des Programmheftes.

12:00–13:00 Offizielle Eröffnung des Tags der ACHTsamkeit durch Bezirksvorsteher Martin Fabisch mit musikalischer Begleitung vom Duo Paradeis.

Die Wiener Musiker Šimon Voseček und Johannes Langer nehmen mit feinem Humor und ruhigen Wienerliedern den Alltag, Alter und Abschied in den Blick. Ein Auftakt zum Innehalten.

14:00–16:00 Zwischen Gesten und Generationen:

Tanz. Geschichten. Wien.

Ein generationsübergreifendes Tanz- und Filmprojekt des Vereins Zu.Einander.Tanzen von Katharina Weinhuber und Suni Löschner. Das Projekt entsteht mit Personen unterschiedlichen Alters, die in einem kreativen, nonverbalen Dialog miteinander in Kontakt treten. Mit Tanz als universeller Sprache werden Verbindungen geschaffen, die weit über Worte hinausgehen.

14:30–15:30 VHS Josefstadt: Achtsames Bewegen

mit tänzerischen Elementen

In diesem Kurs werden Sie durch Achtsamkeitsübungen mehr Wohlbefinden im eigenen Körper erleben.

Angelehnt an die Prinzipien der Alexandertechnik lernen Sie mittels Dehnungsübungen und Druckpunkttechniken etwaige Verspannungen zu lösen um anschließend müheloser, dynamischer in Bewegung zu kommen.

15:30–16:30 Erzählcafé „Geschichten vom

Zusammenleben in der Nachbarschaft“

Wir wollen einander erzählen und zuhören – bei selbst erlebten Geschichten vom guten und weniger guten Zusammenleben in der Nachbarschaft. Das können Geschichten sein, die lange zurückliegen oder gerade erst passiert sind – in Wien, im Urlaub oder ganz woanders. Es moderieren Evelyn Hutter (Institut für Pflegewissenschaft, Uni Wien) und Barbara Pichler (Verein Sorgenetz).

② Klub+ Atelier, Atelier der PensionistInnenklubs (KWP), Schmidgasse 11

12:00–16:00 Vernissage: „Weit und Sichtbar“,

Malerei Claudia Bardach

Am Tag der ACHTSAMKEIT öffnet das Klub+Atelier seine Tore und zeigt unter dem Motto „Weit und Sichtbar“ Malerei von Claudia Bardach. Eröffnung um 12:00, ab 12:30 Musik und Buffet.

③ Bezirksmuseum Josefstadt, Schmidgasse 18

14:00–16:00 Erzählnachmittag „Nach dem Krieg ...“

Man muss das Jahr 1945 nicht selbst erlebt haben, um doch etwas von den „Nachwirkungen“ des Krieges

gesehen, gehört oder verspürt zu haben. Aus den Erzählungen älterer Menschen, aus ihrem Schweigen, aus der Abwesenheit von Personen oder aufgrund materieller Verluste. Welche Herausforderungen stellte der „Neubeginn“? Was wissen Sie noch vom damaligen Alltagsleben in Familie, Schule, Freundeskreis ...?

Bringen Sie persönliche Erinnerungen an die Zeit Ihrer Kindheit vor oder nach 1945 mit. Spinnen Sie mit an gemeinsamen Erzählfäden und lassen Sie sich mit uns überraschen, welche Geschichten daraus entstehen! Es moderieren Günter Müller und Jessica Richter von der Doku Lebensgeschichten (Uni Wien).

Anschließend – auf Wunsch: Führung durch die aktuelle Ausstellung „Zwischen Trümmern und Neubeginn. Die Josefstadt 1945–1955“

4 Schönborngasse 2, Erdgeschoß

11:00–17:00 Demenz aktiv begegnen mit Birgit Reiter

Sie sind herzlich eingeladen, das Trainingsprogramm kennenzulernen und mitzumachen. Denksport, Bewegung und Musik bilden die Grundlagen. Spiel und Spaß kommen ebenfalls nicht zu kurz. **Start jeweils um 11:00, 13:00, 15:00 Uhr.** Begrenzte Teilnehmer*innenzahl. **Anmeldung** und Rückfragen telefonisch unter: 0660 373 16 32

5 Stimmschlüssel, Strozzigasse 30

14:00–16:00 No art – no life. Stimmen der Kunst

Musik für Menschen von 0 bis über 100

6 Gemeinschaftsgärten Josefstadt

10:00–16:30 Shiatsu im Tigerpark mit Karin Maislinger und Melanie Elefante

Interessierte haben auch heuer wieder die Möglichkeit, in die traditionelle japanische Körperarbeit einzutauchen. Karin Maislinger und Melanie Elefante bieten kurze Kennenlern-Behandlungen mitten im grünen Tigerpark.

Anmeldung vorab möglich unter

www.shiatsu-im-gruenen.at

Bei Schlechtwetter: Praxis Lerchengasse 24/1, 1080 Wien

15:00–17:00 Albert-, Benno- und Tigergarten: Rätselrallye durch die Gemeinschaftsgärten Josefstadt

Erlebt eine abenteuerliche Rätselrallye durch die Josefstadt, die Euch von den Gemeinschaftsgärten im Albertgarten über den Tigergarten zum Bennogarten führt. Wer die richtigen Antworten findet, darf einen Schatz bergen. Darüber hinaus laden die Gemeinschaftsgärten im Rahmen ihres jährlichen Sommerfestes zum Austausch über das Thema urbanes Gärtnern ein. Essen und Trinken, liebevoll zubereitet von den Gärtner*innen, stehen für Euch bereit.

7 commonroom, Florianigasse 54

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

SPIEL-BEIN: Das Menuett zum Spielen und Tanzen: Wir lernen eine Melodie auf einer kleinen Harfe zu zupfen und erproben dann den Menuett Grundschritt! Keine Vorkenntnisse nötig!

13:00–15:00 Töpferworkshop für Jung und Alt

Die Teilnehmer*innen erhalten alle notwendigen Materialien und Werkzeuge und erlernen die „Plakattechnik“ für eine kleine Schale oder Teller. 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.

8 derAchte, Albertgasse 13–15

13:30 – 15:30 Ein Zen-Meditation-Schnupperkurs mit Eva Krennbauer

...Stille, an nichts denken, nur Sitzen, Achtsamkeit...uiiii, das kann ich sicher nicht...

Spielerisch und mit allen Sinnen nähern wir uns der ZEN* Meditation. Einfach kommen und ausprobieren! Für weitere Informationen und Fragen: e.krennbauer@aon.at

*Zen: Die Übung des Zazen (nur Sitzen) ist eine gegenstandslose Achtsamkeitsmeditation. Es werden keine Inhalte angeboten. „Es geht darum im Hier und Jetzt präsent zu sein.“ (Karl Obermayer)
Bitte mit bequemer Kleidung kommen. **Anmeldung** unter office@achtsamer.at oder 0676 972 54 47

9 Die Schenke – Kost-nix-Laden, Piaristengasse 33

12:00–15:00 Conscious Clothesgifting

Die Schenke veranstaltet ein „Conscious Clothesgifting“. Im gemütlichen Ambiente und bei Kaffee, Kuchen & Snacks haben Besucher*innen die Möglichkeit, die Schenke-Philosophie kennenzulernen. Das Team freut sich auf Ihren Besuch!

10 Nachbarschaftszentrum Wien 8, Florianigasse 24

12:00–13:30 Wohlfühlcafé im Nachbarschaftszentrum

Lernt das Nachbarschaftszentrum mit all seinen Angeboten in entspannter, achtsamer Atmosphäre kennen.

11 Shambhala - Zentrum für Östliche und Westliche Heilkünste, Josefstadtter Straße 5/7

14:00–19:00 Vielfältiges Programm für mehr Achtsamkeit

Seit 40 Jahren ist der gemeinnützige Verein Shambhala ein Ort der Ruhe, Kraft und Inspiration in der Josefstadt, am Tag der ACHTSamkeit können sie an folgendem Programm teilnehmen:

14:00–15.00 Yoga als Übung für Achtsamkeit mit Walter Klocker

15:30–17:00 Achtsamkeitsmeditation als Basis für ein achtsames Miteinander mit Walter Klocker

17:30–19:00 Qigong und Achtsamkeit: Workshop mit Bewegung mit Johannes Benker

12 Schönbornpark

14:00–19:00 Kinderfest im Schönbornpark

Großes Kindersommerfest des Vereins Josefstädter Kinderfeste mit viel Musik, Tanz, Kinderflohmarkt und vielen Mitmach-Stationen im gesamten Park verteilt. Mit dabei sind dieses Jahr u. a. die BAfEP, die Volkshilfe Josefstadt und das Musische Zentrum Wien.

14:00–16:00 Heilende Architektur, gesundes Museum

Das Vermittlungsteam des Volkskundemuseum Wien präsentiert Umbaupläne des barocken Palais im Schönbornpark, sammelt Ideen für Achtsamkeit im neuen Museum und erzählt von Projekten im Ausweichquartier (OWA – Otto Wagner Areal). Kinder haben die Möglichkeit zu zeichnen.

14:00–16:00 Grätzlcafé im Schönbornpark

Gemütlich bei Kaffee und Kuchen plaudern, neue Nachbar*innen kennenlernen und gemeinsam Ideen fürs Grätzl teilen. Diesmal kommt das Grätzllabor mit dem Grätzlcafé in den Schönbornpark, um sich auszutauschen und zu überlegen, wie unser Grätzl gemeinsam gestaltet werden kann.

14:00–19:00 Sommerfest der BAfEP 8 mit Kinderschminken

Schüler*innen der BAfEP 8, Bildungsanstalt für Elementarpädagogik in der Lange Gasse, betreuen im Zuge des Kinderfestes einen Stand mit Kinderschminken.

17:00–19:00 5-Uhr-Tee mit Café Dementi

Wer schon einmal am Tag der ACHTsamkeit beim 5-Uhr-Tanztee des „Café Dementi“ war, weiß, dass einem gar nichts anderes übrig bleibt, als das Tanzbein zu schwingen. Ob alt oder jung, niemand kann sich den Klassikern aus Soul, Funk und ein bisschen Rock'n Roll entziehen. Kostbares Vinyl aus den Sammlungen unserer DJs. Powered by Katharina Klee.

13 Weinstube Josefstadt, Piaristengasse 27

18:00–21:00 Wienerlieder für Alt und Jung zum Mitsingen mit den Wiener Saitenspringern

Das Generationen-Ensemble Wiener Saitenspringer versetzt mit Zitherklängen in Wiener Stimmung. Wienerlied und Lieder aus den Bezirken zum Mitsingen.

14 Ludo-Hartmann-Hof, Albertgasse 13–17

14:00–17:00 Speed-Boccia und Gemeinschaftsgarten: Gelebte Nachbarschaft im Ludo-Hartmann-Hof

Speed-Boccia: ein schnelles Bocciaspiel mit einer anderen gerade anwesenden Person. Vereinfachte Regeln, „krummes“ Spielfeld, schnell fertig! Hauptsache viel Spaß – und einen kleinen Preis für Gewinner*innen gibt es obendrauf. Wie danach die Reise weitergeht, kann jede*r selbst entscheiden. UND: Besichtigung eines Nachbarschaftsgartens in Form einer Hochbeet-Kolonie im asphaltierten Innenhof des Ludo-Hartmann-Hofs.

14:00–16:00 Bezirksspaziergang mit Irmtraut Karlsson: „Kündigungsgrund Nichtarier“

Vier alte Gemeindebauten gibt es in der Josefstadt: Therese Schlesinger-Hof, Kronawetterhof, Faberhof und Ludo Hartmann-Hof. In diesen wütete die NS-Bürokratie des Bösen. Langjährige Mieter*innen wurden über Nacht gekündigt und auch gewaltsam aus ihren Wohnungen entfernt. In jedem der Josefstädter Gemeindebauten gab es Opfer. Für einige von ihnen gibt es bereits Steine der Erinnerung. Beim Spaziergang wird auch auf die Frage eingegangen, wie es so weit kommen konnte? Vorurteile – Verordnungen – Vernichtung. Auch heute müssen wir achtsam bleiben, damit dieser Weg nie mehr gegangen wird.

Treffpunkt: vor dem Ludo-Hartmann-Hof

Alle Anbieter*innen

ACHTSAMER 8.

Überall in der Josefstadt, www.achtsamer.at

Affinità – Ensemble für Alte Musik

Feldgasse 23, 1080 Wien

BAfEP 8 – Bildungsanstalt für Elementarpädagogik

Lange Gasse 47, 1080 Wien

Bezirksmuseum Josefstadt

Schmidgasse 18, 1080 Wien

Bezirksvorstehung Josefstadt

Schlesingerplatz 4, 1080 Wien

Birgit Reiter

www.demaugenblick.at

Café Dementi / Katharina Klee

www.cafe-dementi.at

Caritas Pflege, Demenz & Angehörige

Strozzigasse 5, 1080 Wien

commonroom

Florianigasse 54, 1080 Wien

derAchte

Albertgasse 13–15, 1080 Wien

Die Schenke – Kost-nix-Laden

Piaristengasse 33, 1080 Wien

Doku Lebensgeschichten (Uni Wien)

Universitätsring 1, 1010 Wien

Duo Paradeis

www.vosecek.eu

Eva Krennbauer

www.eva-krennbauer.at

FAXI

Bennogasse 31/7, 1080 Wien

Fonds Gesundes Österreich (FGÖ)

Aspernbrückengasse 2, 1020 Wien

Fonds Soziales Wien (FSW)

Guglgasse 7–9, 1030 Wien

Gemeinschaftsgärten Josefstadt

www.facebook.com/ggjosefstadt

Grätzllabor Lokale Agenda 21

<https://la21.wien/graetzzlabor/>

Gut leben im Grätzl

www.wko.at/wien/gewerbe-handwerk/personenberatung-betreuung/gut-leben-im-graetzl

HeldYn CARE GmbH

Singrienergasse 26/1, 1120 Wien

IG24 – Interessengemeinschaft der 24h-Betreuer_innen

www.ig24.at

Institut für Pflegewissenschaft (Uni Wien)

Alser Straße 23/12, 1080 Wien

Irmtraut Karlsson / Steine der Erinnerung

www.steine08.wien

Karin Maislinger

www.shiatsu-im-gruenen.at

Katy Geertsen / ARTS for HEALTH AUSTRIA

www.artsforhealthaustria.eu

Klub+ Atelier

Schmidgasse 11, 1080 Wien

MA 17 – Integration und Diversität

Friedrich-Schmidt-Platz 3, 1080 Wien

Musisches Zentrum Wien

Zeltgasse 7, 1080 Wien

Nachbarschaftszentrum 8 (Wiener Hilfswerk)

[Florianigasse 24, 1080 Wien](http://www.florianigasse24.at)

nestwärme Österreich

www.nestwaerme.org

Plattform Demenzfreundliches Wien

www.seniorinnen.wien/p/demenzfreundliches-wien

PROMENZ. Eine Initiative von und für Menschen

mit Vergesslichkeit

www.promenz.at

Shambhala – Zentrum für Östliche und Westliche Heilkünste

Josefstädterstraße 5/7, 1080 Wien

Sorgenetz. Verein zur Förderung gesellschaftlicher Sorgekultur

www.sorgenetz.at

Stimmschlüssel

Strozzigasse 30, 1080 Wien

Verein Josefstädter Kinderfeste

Florianigasse 7/9, 1080 Wien

Verein Zu.Einander.Tanzen

www.katharina-weinhuber.com // www.suni-loeschner.com

VHS Josefstadt

Schmidgasse 18, 1080 Wien

Volkshilfe – Frühe Hilfen

www.volkschilfe-wien.at/fruehe-hilfen-wien

Volkshilfe Josefstadt

Albertgasse 23, 1080 Wien

Volkskundemuseum

Laudongasse 15–19, 1080 Wien

Weinstube Josefstadt

Piaristengasse 27, 1080 Wien

Wiener Gesundheitsförderung - WiG

Treustraße 35–43, 1200 Wien

Wiener Saitenspringer

Tel. 0699 1922 96 56

wohnpartner

Brandmayerergasse 37/6/1, 1050 Wien

Impressum

Sorgenetz

Verein zur Förderung gesellschaftlicher Sorgekultur.
Leben, Alter, Demenz und Sterben
Lerchenfelder Straße 162, 1080 Wien
www.sorgenetz.at

Team ACHTSAMER 8.:

Daniela Martos, Gert Dressel, Valerie
Pechhacker-Preiß, Klaus Wegleitner,
Katharina Heimerl, Lorena Hoermann,
Ilona Wenger

Grafikdesign: Christoph Höbart

Druck: druck.at, Leobersdorf

Wien 2025

Der Tag der ACHTsamkeit ist eine öffentliche Veranstaltung, bei der Fotos gemacht und diese veröffentlicht werden. Mit dem Besuch der Veranstaltung erklären sich Teilnehmer*innen damit einverstanden. Wenn Sie nicht fotografiert werden möchten, wenden Sie sich bitte direkt an die Fotograf*innen vor Ort.



Mobilitätsunterstützung:

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. Wenn Sie zu den Angeboten des Tags der ACHTsamkeit von zu Hause abgeholt und begleitet werden wollen, melden Sie sich bis 11. Juni bei uns. Der Chauffeur wartet dann auch vor Ihrer Haustüre.

Sie erreichen uns unter
0676 972 54 47 oder office@achtsamer.at

Wir danken



und Heidemarie Penz
für Ihre Unterstützung

ACHTSAMER 8.

www.achtsamer.at

Der ACHTSAME 8. ist eine Initiative von

SORGENETZ

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

Gefördert aus Mitteln der

Josefstadt

