#20 I Sommer 2025

Rettung Napoleonwald
Kleidertauschparty
Ferienbetreuung

zur freien Entnahme

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

GRÄTZLeben Hietzing

Das Vereinsmagazin von und für Hietzinger*innen

GRÄTZLeben
HIETZING

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: Mo., 7.–Fr., 11. Juli ← Fußball Schwerpunkt
2. Woche: Mo., 14.–Fr., 18. Juli

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

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).

Inhalt

Foto: Karo Pernegger

4 **Der Verein | GRÄTZLeben**

Einkaufen
6 Alt-Hietzing
8 Lainz
10 Ober St. Veit
12 Speising
14 Unter St. Veit

16 **Kulinarik**
18 **Hietzing erzählt**
20 **Gesundheit**
22 **Vernetzungspartner**
24 **Kultur**
26 **Sport**
27 **Bildung und Soziales**
28 **Demenzfreundliches H.**
30 **Bücher**
31 **Hietzing schreibt**
32 **Menschen**
34 **Veranstaltungskalender**

Editorial

Liebe Leserin, lieber Leser!

Es freut mich Ihnen hiermit das bereits 20. GRÄTZLeben Hietzing Magazin präsentieren zu können. 20 Magazine – anders ausgedrückt: rund 1.200 ehrenamtliche Stunden, 162.000 Exemplare und ca. 64.000 € Druckkosten. Das sind beeindruckende Zahlen. Ich habe in den vergangenen fünf Jahren wirklich viel Herzblut, Freizeit und auch Geld in die Leitung des Vereins und die Publikationen des Magazins investiert. Neben den Anstrengungen und Belastungen überwiegt dennoch die Freude! Es ist unglaublich schön zu sehen, wie viele Menschen wir im Bezirk zusammenbringen, Freundschaften durch uns entstehen, gemeinsame Projekt umgesetzt werden und vor allem wie viele freudvolle Momente und Begegnungen wir schaffen. Aber ich muss mir auch eingestehen, dass ich es in dieser Form nicht mehr weiterführen kann. Häufig werde ich von Hietzinger*innen darauf angesprochen, dass sie meine Tätigkeiten sehr schätzen, teilweise sogar bewundern und mich für einen Utopisten – einen Weltverbesserer halten. Das bin ich vermutlich wirklich. Ich sehe meist das Positive in jeder Situation und stelle immer das Verbindende über das Trennende. Aber ich muss auch gut auf mich und meine Familie schauen. Es ist nicht nachhaltig und keinesfalls gesund, so viele ehrenamtliche Tätigkeiten (als Obmann im GRÄTZLeben, als Grüner Bezirksrat und als Fußballtrainer beim ASV13) auszuführen und dann auch noch eigenes Geld aufzubringen (zinsfreies Darlehen von 90.000 € und 400 € Sponsoring pro Monat), damit GRÄTZLeben Hietzing die Rechnungen zahlen kann.

Daher bin ich zum Schluss gekommen, damit aufzuhören. Ich höre damit auf, weiterhin dem Verein privates Geld zu spenden. Aber ich arbeite gerne ehrenamtlich als Obmann von GRÄTZLeben Hietzing weiter. Für den Verein bedeutet das, dass das Nachbarschaftslokal GRÄTZLherz in der Nothartgasse 40 wie gewohnt weitergeführt wird. Die Zukunft des GRÄTZLeben Magazins ist aber ungewiss. Für die Weiterführung benötigen wir pro Ausgabe 5000 € an Sponsoring (Druckkosten & Aufwandsentschädigung der Grafiker*innen). Bei Interesse bitte ich um Kontaktaufnahme!

Gemeinsam schaffen wir das.

Christopher Hetfleisch

Impressum

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

Hersteller: Donau Forum Druck Ges.m.b.H.
Redaktion: Christopher Hetfleisch, Mathias Kautzky, Leo K., Alexandra Steiner, Natascha Untersmayr, Carina Zabini
Grafik: Florian Schinnerl & Sarah Fuchs
Coverbild: GRÄTZLeben Hietzing
Fotos und Inhalt: Wenn nicht anders angegeben von GRÄTZLeben Hietzing, den dargestellten Protagonist*innen. Die Inhalte wurden genau recherchiert. Dennoch erfolgen alle Angaben ohne Gewähr. Der Herausgeber übernimmt keine Haftung für eventuelle Nachteile oder Schäden, die aus den Inhalten resultieren.
Auflage: 5.000 Stück
Das Magazin ist online aufrufbar unter: grätzleben.at/Angebote/Magazin

Neues Kulturangebot im GRÄTZLherz

Seit Öffnung unseres GRÄTZLherz Vereinslokales hat der Verein Kulturzirkel XIII den Großteil seiner Veranstaltungen bei uns abgehalten. Der Verein wurde ehrenamtlich von Heinz-Peter Thiel geführt (Gründung 2006 als Hietzinger Bezirksakademie, später als Verein). Da niemand aus dem Verein die Tätigkeiten übernehmen wollte/konnte, löste sich der Kulturzirkel XIII mit Ende des Jahres 2024 auf. Wir von GRÄTZLeben Hietzing bedauerten das Ende sehr, da die Veranstaltungen sehr beliebt und stets gut besucht waren. Daher nahmen Alina und Christopher es in die Hand und übernahmen die Organisation (u.a. Einladungsbriefe, Vortragsreihe, Verpflegung). Dies gelang dank der guten Zusammenarbeit mit Herrn Thiel und Herrn Appelshäuser. Mittlerweile fanden bereits vier Veranstaltungen statt. Im Herbst geht es in einem zweiwöchigen Rhythmus weiter. Das Konzept bleibt unverändert: ein einstündiger Vortrag zu diversen Themen (Geschichte, Familiendynastien, Kunst, Literatur, u.v.m.), Brötchen von Tripel A Catering aus Ober St. Veit und Sekt solange der Vorrat reicht. Bei Interesse wenden Sie sich bitte direkt an Alina und Christopher (telefonisch unter 0676 44 67 266 oder per E-Mail: info@grätzleben.at). Wir schicken Ihnen dann sehr gerne das Programm für den Herbst zu.

Fest im Napoleonwald

IBAN: AT60 2011 1849 4334 8000
Konto lautend auf: Renee Skarke.
Verwendungszweck: Rettet den Napoleonwald

Nach dem großartigen Erfolg 2024 haben wir auch im Mai 2025 wieder ein Fest im Napoleonwald organisiert. Am Programm standen Kinderschminken, Natur-Wissensstation, Tombola, Speis & Trank, Fußball und selbstverständlich gab es wieder den Informationsstand der Bürgerinitiative zum Schutz des Napoleonwaldes. Rechtsanwalt Dr. Pyka und Vetreter:innen der Umweltorganisation „Alliance For Nature“ berichteten vom aktuellen Stand des Verfahrens. Alle Einnahmen der Veranstaltung kamen natürlich der Bürgerinitiative zugute. Da solche Verfahren teuer sind, bitten wir um weitere Spenden zum Schutz des Napoleonwaldes.

← Scanne mit deiner BankApp den QR-Code und unterstütze die Bürgerinitiative zur Finanzierung der Anwaltskosten.

Ferienbetreuung

Auch heuer 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. 2025 wird es 2 Campwochen geben (Camp 1: Mo. 7.–Fr. 11. Juli, Camp 2: Mo. 14.–Fr. 18. Juli). Ein paar Restplätze gab es zu Redaktionsschluss noch.

GRÄTZLeben Insight

Wie bereits von Christopher im Editorial beschrieben, steht die Fortsetzung des GRÄTZLeben Magazins in diesem Umfang (4x im Jahr mit einer Auflage von rund 5.000–6.500 Stk.) auf der Kippe: Grund dafür ist der Kosten-Nutzen-Faktor. Wir bringen sehr viel Zeit, Energie, aber auch Geld auf, damit dieses Magazin erscheinen kann. Bisher haben wir keine Inserate verkauft und das Vereinsmagazin durch Mitgliedsbeiträge, Spenden und kleinerem Sponsoring finanziert. Zur Weiterführung des Magazins suchen wir nun aktiv Sponsor:innen für jede einzelne Ausgabe, die Druckkosten übernehmen. Als Sponsoring-Gegenleistung erhalten Sie das Titelbild, eine Seite im Magazin und das Rückblatt. Bei Interesse kontaktieren Sie bitte unseren Obmann Christopher Hetfleisch (0676 44 67 266 oder per E-Mail: vorstand@grätzleben.at).

Der Frühling im GRÄTZLherz hatte es in sich: 5-Jahres-Feier, Gesundheitsmesse, Ostermarkt, Kleidertauschbörsen, Fest im Napoleonwald und vor allem auch unsere Workshopreihe „Nachhaltigkeit. Lernen – diskutieren – handeln!“ (gefördert von der MA 13). Für die Workshopreihe war die Sozialarbeiterin Jana Zuckerhut (Foto) zuständig. Die Teilnahme an den diversen Workshops war sehr unterschiedlich. So fand zum Beispiel ein Termin wegen fehlender Teilnehmer*innen nicht statt, ein anderer wiederum zählte über 20 Teilnehmer*innen. Besonders gespannt sind wir auf das Nachhaltigkeitsfest am Roten Berg am 23. Mai, welches nach Redaktionsschluss stattfand. An dieser Stelle möchten wir uns nochmals recht herzlich bei Jana Zuckerhut für ihren Einsatz bedanken! Ob sie weiterhin geringfügig angestellt werden kann, ist noch offen. Daher bitten wir Sie um Ihre finanzielle Unterstützung (siehe Kästchen).

So können wir uns finanzieren

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

Spendenkonto: GRÄTZLeben Hietzing
Verein zur Förderung des Zusammenlebens
Bankinstitut: Bank Austria
IBAN: AT 27 1200 0100 3018 3031
Scannen Sie den QR-Code einfach mit Ihrer Bank-App!

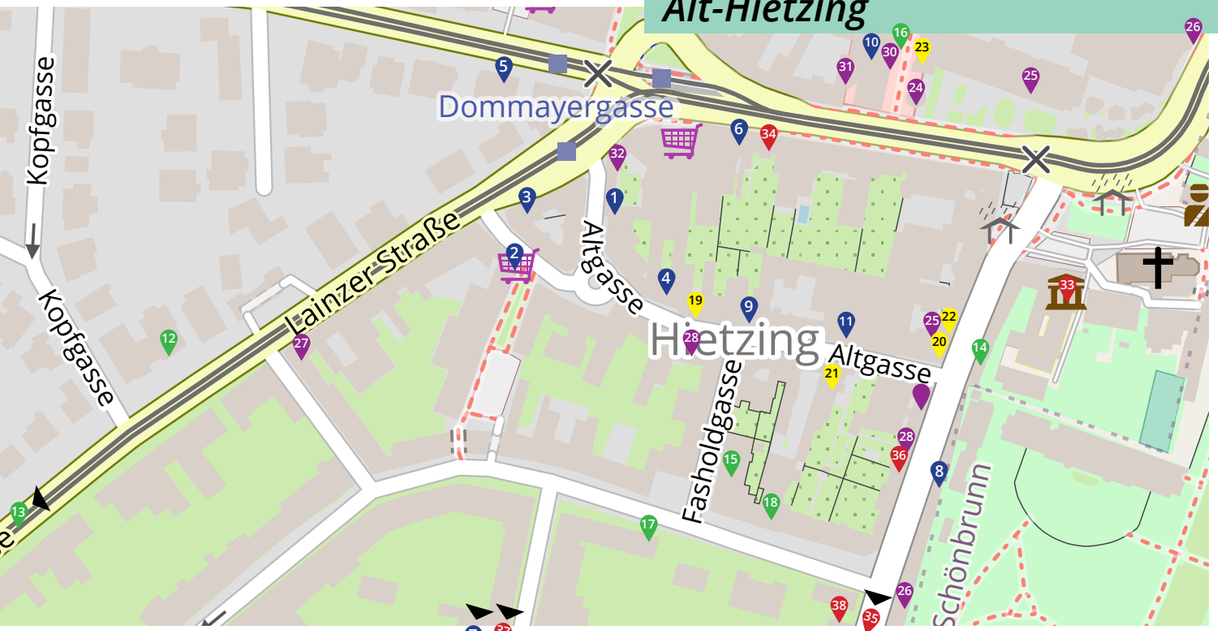
Aber es lohnt auch ein Blick in die Zukunft. Im Juni dürfen wir zwei herangehende Sozialarbeiterinnen begrüßen: Amelie und Iris werden von Jana und Christopher begleitet, damit sie das praktische Feld der Sozialen Arbeit kennen lernen. Dadurch ist es uns aber auch möglich, die Räumlichkeiten für Jung und Alt häufiger zu öffnen. Schauen Sie doch auf ein Gespräch bei uns vorbei – wir würden uns freuen! Auch im Juli haben wir dank Lara, Jonas und Christina öfters geöffnet.

Raumnutzung GRÄTZLherz

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

Der Raum kann aus rechtlichen Gründen ausschließlich von Mitgliedern (10€ Mitgliedsbeitrag/Monat) für private Veranstaltungen genutzt werden. Die Nutzungsgebühr liegt im Normalfall bei 33€/Stunde.

Alt-Hietzing



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. **Cáfe Láska Vienna**; Lainzer Straße 7
   Cáfe und Mehr; Instagram: instagram.com/cafelaskavienna
4. **Das Alt**; Altgasse 18
   Restaurant; Web: das-alt.at; Tel.: 0664 991 249 62
5. **das kisterl**; Hietzinger Hauptstraße 23;
   Außergewöhnliche Feinkost und mehr; Web: daskisterl.at; Tel.: 01 879 25 43
6. **Feinkost Rumpel**; Hietzinger Hauptstraße 13
   Feinkost seit 1928; Web: rumpel.at; Tel.: 01 877 34 20
7. **Manolos;** Wattmanngasse 66
   Café, Eis, Patisserie
8. **Maxingstüberl**; Maxingstraße 7;
   Gasthaus; Web: maxingstuberl.at; Tel.: 0676 41 26 126
9. **Nook Cafè**; 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
    Orthopödie 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: silviaproy.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. **Checkpot 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. **First Class - Second Hand;** Maxingstraße 4; Modegeschäft; Web: first-class-secondhand.at; Tel.: 01 877 1722
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: sabines-wollboutique.at; Tel.: 0664 252 58 85
37. **SkinConcept**; Wattmanngasse 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

Tee aus selbstgemachten Tassen schmeckt besser

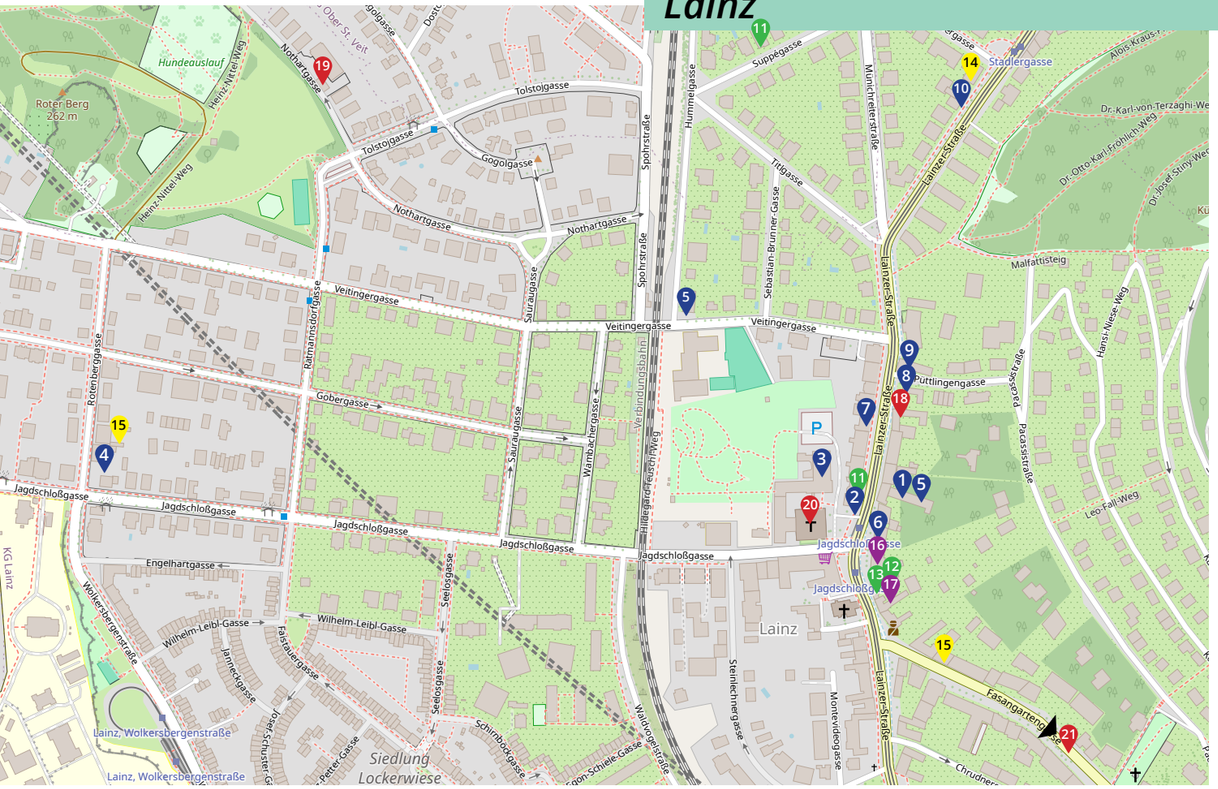
Große, hohe Fenster, schöne Innenbeleuchtung und Tische mit Blumen. In den Regalen viel Keramik: Tassen, Töpfe, Teller, Vasen, alles noch unbemalt... Menschen sitzen und gestalten mit kreisenden Bewegungen etwas, dessen Form noch nicht ganz zu erkennen ist. Ihre Hände sind ziemlich verschmiert mit hellgrauer Masse, die Blicke aufmerksam, sichtbar ist ein leichtes Lächeln auf den Lippen.
Angenehme und entspannte Atmosphäre. Es riecht nach Ton. Die Rede ist vom Töpfergeschäft in der Altgasse, dem „Fresh Ceramics". Eine ganze Bandbreite an verschiedenen Töpferkursen werden hier angeboten, wie etwa Wine & Clay oder der neun-wöchige Kurs an der Töpferscheibe. Für jede kreative Seele ist etwas dabei.
Drei Damen sitzen am Tisch und bemalen ihre selbsterstellten Produkte: eine Vase, eine Schüssel und eine Tasse. Wunderschöne, bunte kleine Kunstwerke. Sie strahlen und erzählen, wie entspannend es ist und wie viel Spaß es macht, selbst zu kreieren. Na, da schmeckt der Tee gleich besser, oder?
Für kreative Seelen – Töpfern mitten in der Begegnungszone Altgasse

Altgasse 20
Web: freshceramics.at
Tel.: 0676 3657 607

Ein Tag in Alt-Hietzing

Vor dem Tor zu einer anderen Welt, würde man meinen, wenn man vor dem Eingang des Schönbrunner Parks auf der hinteren, der Alt Hietzinger Seite, steht. Unser Grätzl beherbergt eine der schönsten Sehenswürdigkeiten der Welt könnte man sagen: das Schloss Schönbrunn, die Gloriette, das Palmenhaus, sämtliche wunderschöne Brunnen und den Park mit einer prächtigen Pflanzenvielfalt. Nicht zu vergessen, einer der schönsten Zoogärten der Welt befindet sich auch dort. Wir Hietzinger*innen sind den Schönbrunner Park gewohnt, er gehört zu unserem Alltag dazu, aber Millionen Menschen aus aller Welt reisen extra hierher, um Schönbrunn zu bewundern. Dennoch sind wir Grätzl-Bewohner*innen sehr gerne im Park oder im Zoo, vor dem Palmenhaus, oder einfach auf einer Bank entspannt sitzend.
Der Name Schönbrunn datiert aus dem Jahr 1612. Der Legende nach soll der Kaiser Matthias während der Jagd eine Quelle entdeckt haben und vor Begeisterung geschrien haben: „Welch ein schöner Brunnen!"
Und ja, wenn man so am Schloss vorbei spaziert, mit etwas Fantasie kann man sich sehr schnell etwa in das 19. Jahrhundert „beamen": Männer auf Pferden bereit zur Jagd, Vorbereitungen für einen Ball, Pferdekutschen, Hofdamen mit den Sonnenschirmen und wunderschönen Kleidern aus Samt und Seide. Ja, „Bridgerton", die beliebte Netflix Serie, pur!

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. **Coffee Raha**; Lainzer Straße 123A,
   Cafe und Mehlspeise; Tel.: 0660 375 31 93
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. **Neooptik**; Lainzer Straße 141
    Augenoptiker; Web: neooptik1130.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: graetzlbuchhandlung-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: grätzleben.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

Rudi Anschober im Kardinal König Haus

Das Kardinal König Haus in Lainz hat einiges zu bieten. In der vergangenen Ausgabe haben wir das „Café daskardinal" vorgestellt. Diesmal möchten wir auch auf das umfangreiche Seminarangebot hinweisen: u.a. Hatha-Yoga, Altern im Orden begleiten, interprofessioneller Palliativlehrgang, Zen-Meditation, Konfliktregulation und Einführung in die Validation sind am Programm (siehe Homepage).

Im April war der ehemalige Minister Rudolf Anschober zu Gast und stellte sein zweites Buch „Wie wir uns die Zukunft zurückholen" vor: Der Abend war ein großer Erfolg. Wir empfehlen das Buch sehr, welches Sie selbstverständlich auch in der Lainzer Grätzlbuchhandlung erwerben können.

© Max J.

Kardinal-König-Platz 3
Web: kardinal-koenig-haus.at
Tel.: 01 804 75 93

Nascheck – nasch dich glücklich

© Yuliia Khadzhi

Lainzer Straße 131
Mo. bis So. 12-19 Uhr
Web: nascheck.at

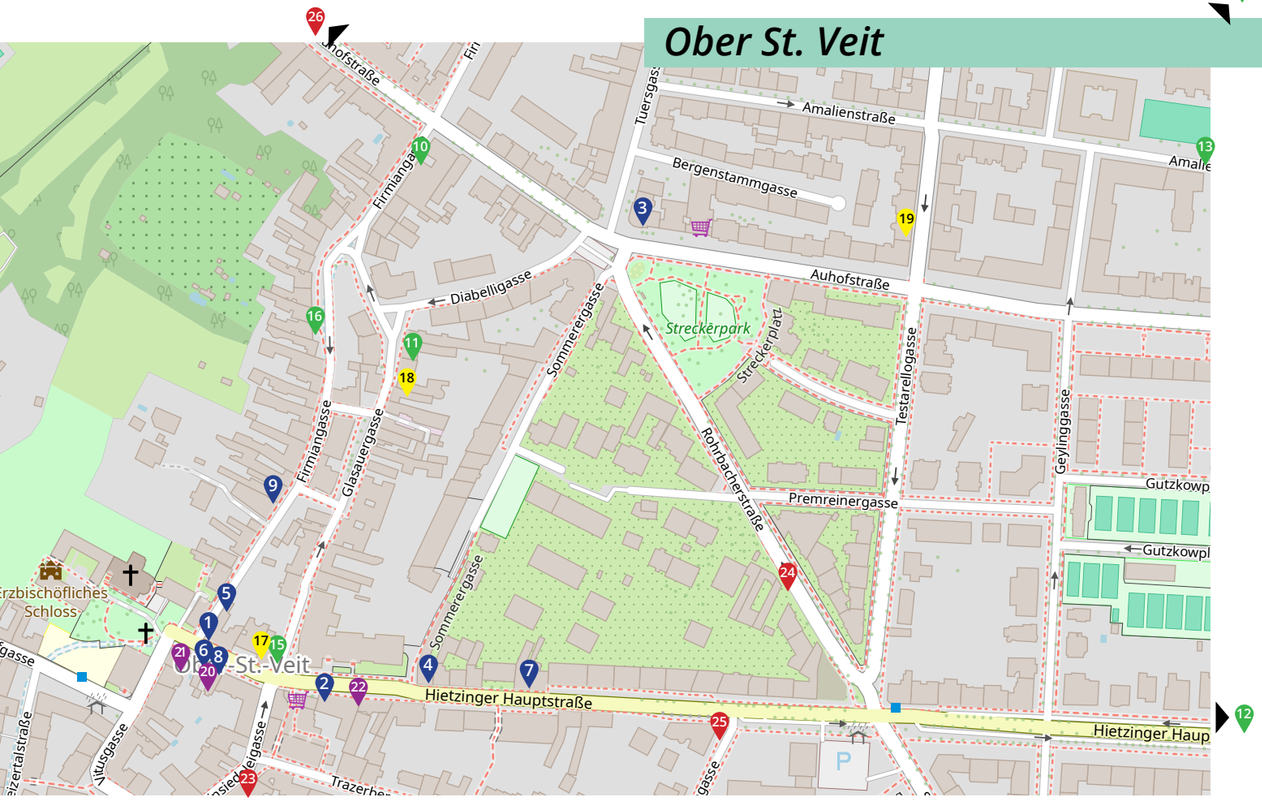
Ende September öffnete das Nascheck seine Pforte in Lainz. Am Eröffnungstag standen die Kund*innen trotz Starkregen Schlange, 1 Cent pro Waffel waren das stärkste Argument. Und die Waffeln wussten zu überzeugen. Was erwartet Sie sonst noch? Bubble Waffeln, leckere Crepes, cremige Milchshakes und eine kleine Ecke mit internationalen Snacks. Selbstverständlich wird alles hausgemacht und mit viel Liebe zum Detail zubereitet. Außerdem wird besonders viel Wert auf Qualität und Frische gelegt. So werden die Waffeln, Crepes und Milchshakes täglich frisch zubereitet.

Grünstrom teilen – gemeinsam profitieren!

Photovoltaikanlagen auf unseren Dächern produzieren echten Grünstrom. Wenn der Haushalt den erzeugten Strom nicht zur Gänze abnehmen kann, musste der Überschuss bisher ins Netz eingespeist werden. Was liegt näher, als eine Gemeinschaft im Grätzl zu bilden und die erzeugte, nicht direkt verbrauchte Energie in einem durchdachten System gemeinschaftlich zu teilen. Seit 2023 können wir in der Energiegemeinschaft am Lainzer Tiergarten jenen Mitgliedern der Gemeinschaft den Strom zukommen lassen, den sie momentan benötigen.
Gemeinsam profitieren wir davon: Der untereinander geteilte Strom wird zu selbst festgelegten und stabilen Tarifen verrechnet, die Netzgebühren sind reduziert. BesitzerInnen von Photovoltaikanlagen können Ihren Überschussstrom über die Gemeinschaft tauschen, Stromkonsument*innen können einen Teil ihres Strombedarfs günstig aus der Gemeinschaft decken. Unsere Energiegemeinschaft hat mittlerweile 40 TeilnehmerInnen in Hietzing (SAT-Siedlung, Speising, Lainz, Alt-Hietzing, Unter St. Veit, Ober St. Veit) sowie in Mauer. Jetzt im Frühjahr ist der optimale Zeitpunkt, bei uns mitzumachen, es ist nicht kompliziert: https://energiegemeinschaften.ezn.at/am-lainzer-tiergarten

Peter Nowotny
Energiegemeinschaft am Lainzer Tiergarten

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. **Schneider- Gössl Sektbar**, Hietzinger Hauptstraße 153
   Sektbar; Web: schneider-goessl.at; Tel.: 01 877 49 00
9. **Schneider-Gössl**; Firmiangasse 9-11
   Heuriger; Web: schneider-goessl.at; Tel.: 01 877 61 09 – 0

Gesundheit, Freizeit & Fitness

10. **Ballettstudio Elisabeth Kobel**, Firmiangasse 22
    Ballettstudio, Damengymnastik, Choreografie
    Web: elisabethkobel.at; Tel.: 0676 312 46 47
11. **Dr. Marlies Frank**, Glasauergasse 30, Fachärztin für Innere Medizin;
    Web: diabetologie-hietzing.at; Tel.: 0664 133 88 6414
12. **Dr. Clemens Frisee**, Hietzinger Hauptstraße 116/4 (Eingang Preindlgasse 12)
    Facharzt für Haut- und Geschlechtskrankheiten; Web: hautarzt-hietzing.at; Tel.: 01/ 876 35 48
13. **Dr. Maria Michaelidou – Ordination für plastische Chirurgie**
    Amalienstraße 36/2/36 Web.: entdecke-schoenheit.at
    E-Mail: office@entdecke-schoenheit.at
14. **MOMENTUM Bewegungs & Lebensfreude GmbH**, Hietzinger Kai 133
    maßgeschneidertes Training; Web: momentum-bewegung.at; Tel.: 01 87626 44
15. **Mag. Ursula Fuhrmann - b4business**, Hietzinger Hauptstraße 170;
    Dipl. Sozial- und Wirtschaftspsychologin; Web.: b4business.at; Tel.: 0664 884 711 98; E-Mail: praxis@sinnesglück.at
16. **Nadja Sonnenschein**, Firmiangasse 25/2, Cranio, Kinesiologie, Ernährung; Web: cranio-sonnenschein.at; Tel.: 0699 10 77 67 14

Handwerk & Reparatur

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

Shopping & Einkauf

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

Sonstiges

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

Vitmins im Einklang mit der Natur

Artur Kucharzyk ist Unternehmer und Gründer von Vitmins. Seine Vision ist es, das Leben seiner Kund*innen, Gäste, Teilnehmer*innen und aller, die mitmachen möchten, durch die Verbindung von Natur und Kulinarik zu bereichern. Mit seinem Team will er nicht nur köstliche Gerichte kreieren, sondern auch Wissen über Lebensmittelrespekt weitergeben. Durch Kochkurse, Kräuterseminare und kulinarischen Exkursionen möchte er allen zeigen, wie man Spaß, Einfachheit, Gesundheit und positive Energie aus der Natur herausholen kann. Danke Artur, dass Du auch unser Nachhaltigkeitsfest bereichert hast!

Eistorte von Anton's Tafel

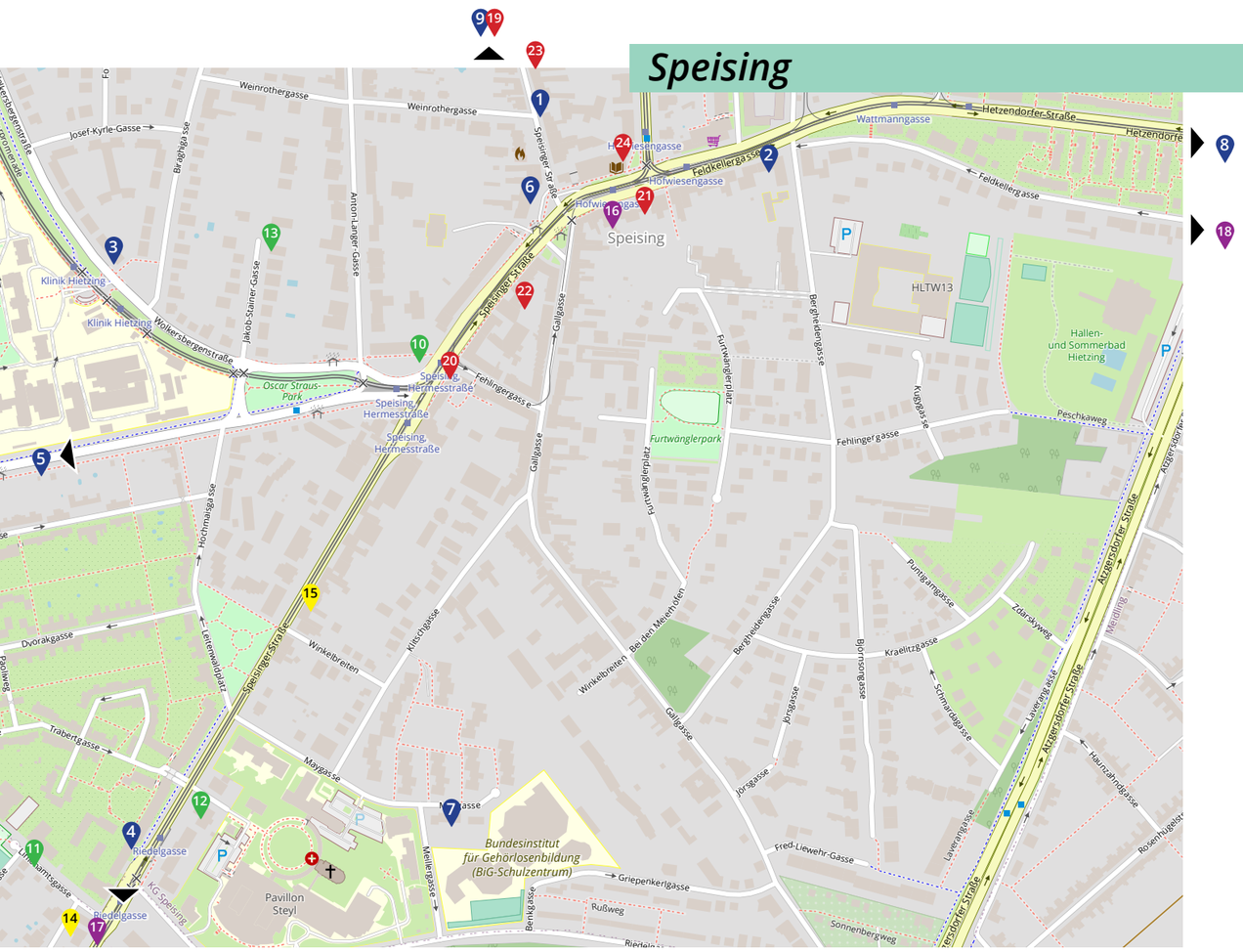
Web: antons.at
Bestellung mind. 24h vorher an reservierung@antons.at

Im Sommer 2021 (Magazin #4, S. 16-17) berichteten wir ausführlich vom Hietzinger Eisparadies, welches auch vier Jahre später keine Wünsche offen lässt. Quasi in jedem Grätzl gibt es die köstliche Abkühlung. Eisdiele Harrer in Lainz, Schoko & Fiocco in Unter St. Veit, Tuchlauben auf der Kennedybrücke, Manolos beim Montecuccolliplatz und Anton's Tafel in Alt Hietzing und Ober St. Veit. Bei so viel Konkurrenz ist Qualität und Kreativität gefragt. In jedem Eissalon gibt es tolle Spezialitäten. Wussten Sie aber auch, dass Anton's Tafel eigene Eistorten kreiert? Das perfekte Geschenk für Sommergeburtstage!

Musik & Wein & Kunst

Zum bereits 4. Mal veranstaltete Leo K. Am 30. April das großartige Event „Musik & Wein & Kunst". Diese Veranstaltung findet in Kooperation mit dem Weinexperten Peter (www.verkostbar.wine) und dem talentierten und aufstrebenden Künstler Alexander (www.alexanderlindenhofer.com) statt. Die nächste gemeinsame Veranstaltung findet am Freitag, 19. September, um 18 Uhr im GRÄTZLherz statt. Bei der Veranstaltung wird ein Unkostenbeitrag von 20 € eingehoben, damit sind die Weine und Raumkosten abgedeckt. Falls Sie jedoch ein Bild von Alexander erwerben, wird Ihnen dieser Betrag gutgeschrieben. Falls Sie nicht so lange auf die atemberaubenden Bilder von Alexander Lindenhofer warten wollen, dann schauen Sie doch in der neuen Künstler*innengemeinschaft in der Testarellogasse 24 (vormals die Grätzl Vinothek VER<KOST>BAR) vorbei!

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. **Cafè Allgemein**; Wolkersbergenstraße 22-24
   Kaffeehaus; Web: cafeallgemein.at; Tel.: 01 960 57 90
4. **Eissalon**; Speisinger Straße 100; Eisdiele
5. **HERMES Cafe Restaurant Labstelle**; Lainzer Tiergarten
   Web: hermes-villa.at; Tel.: 01 804 13 23
6. **Kichererbse**; Speisinger Straße 38
   Vegetarische Gerichte; Web: kichererbse.at; Tel.: 01 804 20 06
7. **Restaurant May 31**; Maygasse 31; Web: restaurant-may31.at
   Italienisches Restaurant; Tel.: 0676 880 30 880
8. **Restaurant Split**; Hetzendorfer Straße 165-187
   Web: splithietzing.at; Tel.: 01 804 09 15
9. **Restaurant Waldtzeile**; Speisinger Straße 2
   Web: waldtzeile.at; Tel.: 01 804 53 94

Gesundheit, Freizeit & Fitness

10. **Arbeiter-Samariter-Bund**; Speisinger Straße 56
    Schulungszentrum; Tel.: 01 4190 731
11. **ASV 13**; Linienamtsgasse 7
    Fußballverein; Web: ASV13.at; Tel.: 0699 1120 4516
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 18/8
    Fliegende Galerie Shop; Tel.: 0664 567 32 82
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

ASV 13 Sommerfest

Der Fußballverein ASV 13 lädt auch heuer wieder zu seinem Sommerfest auf den Sportplatz in der Linienamtsgasse 7 ein. Am Samstag, 31. Mai, und am Sonntag, 1. Juni, erwarten Sie nicht nur spannende und intensive Fußballspiele aller Nachwuchsteams, sondern auch eine Hüpfburg, eine Tombola mit hochkarätigen Preisen wie zum Beispiel ein Japan-Flug für zwei Personen – und natürlich einige kulinarische Leckerbissen (z.B. gibt es am Samstag ab 13 Uhr ein Spanferkel). Kommen Sie zahlreich vorbei und unterstützen Sie den ASV13 Fußballnachwuchs!

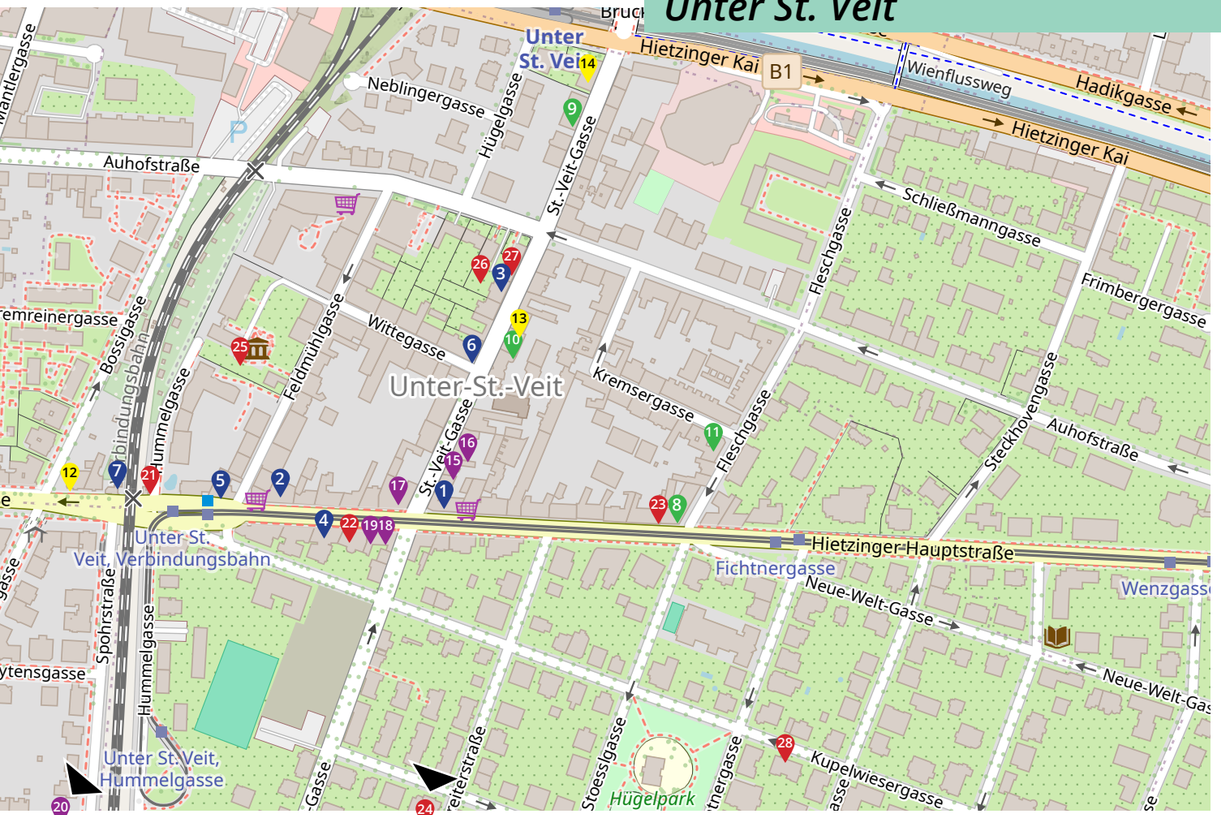
Zwei beeindruckende Vorträge zum Thema Klima

Den Anfang machte der ehemalige Sozial- und Gesundheitsminister Rudi Anschober. Er trug im Kardinal-König-Haus Teile seines Buches *„Wie wir uns die Zukunft zurückholen“* vor. Ende April war Univ. Prof. Dr. Helga Kromp-Kolb an der Reihe. Im Pfarrsaal St. Hubertus lauschten über 70 Gäste ihrem Vortrag *„Klimakrise: Was gibt uns Hoffnung“*. Und sie waren sich einig. Eine positive Zukunft für Mensch, Tier und Umwelt ist noch möglich. ABER wir müssen schneller und mutiger agieren. Konkrete Vorschläge, auch was Sie tun können, finden Sie in den Büchern der beiden Vortragenden.

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 Jahrhunderte 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!*

Unter St. Veit



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: teenorissiomo.at; Tel.: 0676 64 63 703
7. **Zum Seidl**; Hietzinger Hauptstraße 90
   Würstel-Buffet; Web: zumseidl.at; Tel.: 0699 112 24 562

Gesundheit, Freizeit & Fitness

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

Handwerk & Reparatur

12. **Fernsehdoktor Schwarz GmbH**; Hietzinger Hauptstraße 94
    Elektrofachgeschäft; Web: fernsehdoktor.co.at; Tel.: 01 877 92 55
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

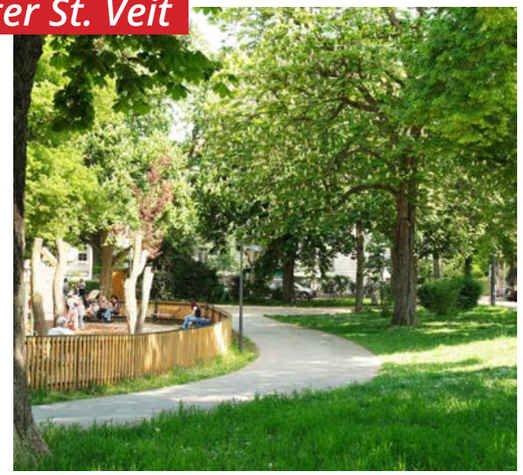
Shopping & Einkauf

15. **Angel-A**, St.Veit-Gasse 42 + Hietzinger Hauptstraße 10
    Designermode; Web: angel-a.co.at; Tel.: 0650 360 4960
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@fernsehdoktor.co.at; Tel: 01 877 92 55
20. **Dr. Sommer Mixturen;** Rossinigasse 16;
    natürliche Hautpflege; Web: mixturen.co.at; Tel.: 0660 48 500 70

Sonstiges

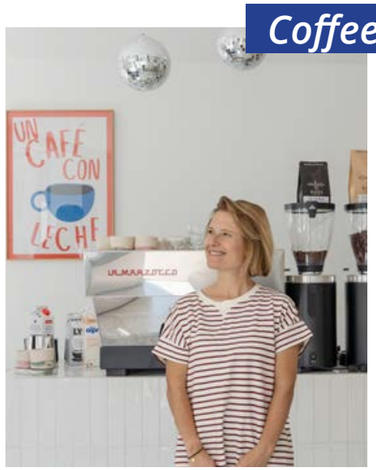
21. **Blumeneboutique Grete**; Hietzinger Hauptstraße 88a
    Blumen-Nahversorgung; Web: blumengeschaeft.wien; Tel.: 01 877 59 98
22. **Energy Island**; Hietzinger Hauptstraße 67
    Energetische Produkte; Web: energyislandshop.at; Tel.: 01 879 57 93
23. **Happy Paper**; Hietzinger Hauptstraße 52
    Papierwarenfachgeschäft; Tel.: 01 877 35 72
24. **JUGEND EINE WELT;** Münichreiterstraße 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

Ein Tag in Unter St. Veit



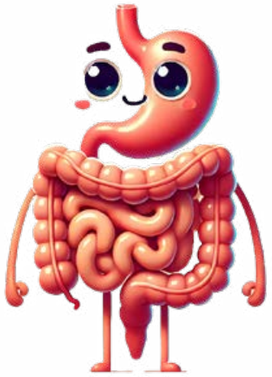
Schönes Wetter, blauer Himmel, alles so satt grün und es riecht nach Sommer. Als selbstständige Unternehmerin habe ich diesen Luxus, mir spontan einen freien Tag zu nehmen und heute habe ich das so beschlossen.Den Start in den Tag beginne ich mit dem Training im Hügelpark. Empfohlen ist zwar drei Mal die Woche, aber ich bin stolz, dass ich zwei Mal mein Kraft- und Ausdauertraining mal schaffe. Die Motivation? Mein Hund Theo! Er ist ein fünfjähriger Ungarischer Viszla, eine Rasse, die sehr aktiv und sportlich ist. Daher hält er mich immer in guter Kondition und diese kann ich gut gebrauchen, um mit Theo mithalten zu können. Übrigens, im September und Oktober mache ich wir wieder das Training für den guten Zweck im Hügelpark. Da kann jeder mitmachen, Groß und Klein, Jung und Alt. Die Teilnahme ist kostenlos und das gemeinsame Trainieren macht einfach mehr Spaß. Die genauen Termine werden noch bekannt gegeben.
Wenn ihr mich fragt, wie man ein Ganzkörpertraining im Park machen kann, da sage ich als ehemalige Leistungssportlerin, ja, das geht wunderbar. Ein paar Thera-Bänder und eine Bank im Park ist z.B. für Bauch-Beine-Po Übungen ideal und so schaffe ich in knappen 35 Minuten meinen Sport. Danach wird ausgiebig gedehnt. Es ist ein wahrer Genuss im freien und im grünen zu sporteln.
Konnte ich euch jetzt ein bisschen motivieren? Obwohl, mir ist bewusst, dass meine Hietzingerinnen und Hietzinger gesundheitsbewusste Menschen sind, die regelmäßig Bewegung machen. Mir fällt ein, dass ich meine Vitamine brauche und nach dem Training gehe ich noch schnell zur Westend Apotheke in der Hietzinger Hauptstraße, gleich in der Nähe von der Bäckerei Schwarz. Eine Apotheke, wo ich so gerne meine Besorgungen mache. Das Team ist so hilfsbereit, kompetent, und freundlich - emphatisch, dass ich ein richtiges Einkaufserlebnis habe, sogar in einer Apotheke. Auch wenn ich verschnupft bin, oder es mir nicht so gut geht. Irgendwie, schafft das Team der Westende Apotheke mich positiv zu stimmen. Probiert mal aus. Bin wirklich objektiv jetzt :)
Und der Rest des freien Tages? Na ja, ein bisschen Arbeiten schadet nicht - bei selbst und ständig kommt das halt öfter vor.
Eure Hietzingerin aus Unter St. Veit

Coffee Club 1130



Seit sie von Neubau nach Hietzing zog, vermisst Caroline die Vielfalt des Kaffeeangebots aus ihrem ehemaligen Grätzl. Als 2024 das Geschäftslokal in der Hietzinger Hauptstraße 74 frei wurde, entschied sie es zu wagen, und startete das Projekt Coffee Club 1130. "Ich habe keine Vorkenntnisse in der Gastronomie, also ging ich in meine Lieblingscafés, und sprach mit den Besitzern. Ich wurde mit Zuspruch und Unterstützung begegnet, die Specialty Coffee Community nahm mich wohlwollend auf." Sie ging eine Kooperation mit Markus Brun von Gota ein, "wenige Tage bevor das Gota zum besten Kaffeehaus Europas, und drittbesten der Welt gewählt wurde, schlossen wir den Deal!". Anfang Mai gab es ein soft opening. "Die Rufe wurden immer lauter, also öffneten wir im Testbetrieb - mit Erfolg!", so die motivierte Neugründerin.
Abgerundet wird das Angebot mit Sauerteig Backwaren von Karl aus dem 4. Bezirk und Bio Eis am Stiel aus Tirol. Kinder sind besonders willkommen, und haben ihre eigene Spielecke, denn auch das sucht die Mutter eines fast 2-jährigen im Bezirk vergeblich. "Matcha planen wir selbstverständlich auch, und regelmäßige Specials wie z.B. Yuzu Espresso Tonic. Hietzing ist bereit für Specialty Coffee, und wir freuen uns auf euch".

Briefe vom Darm



Hallo, hier spricht dein Darm. All die Arbeit hier drin mache ich selbständig, ohne dass du irgendetwas beitragen musst. Du kannst dich gemütlich zurücklehnen und einfach – nixen (nichts tun).

Was du für mich tun kannst? Bitte gründlich kauen – im Mund vorverdauen. Damit tut mein Nachbar, der Magen, sich leichter mir die Nahrung in entsprechender Größe zu schicken. Lange Rede kurzer Sinn, hier sind einige Zahlen:
Bin ziemlich groß: 400 qm Schleimhaut Oberfläche. Beherberge 100 Billionen Darmbakterien, die wiegen etwa 2-3 Kg.

Ich schütze dich vor Viren und bösen Bakterien: 80% des Immunsystems ist bei mir. Bin der Chefkoch in der „Serotonin Küche".

Habe gleich viele Zellen wie das Gehirn – also Achtung, bin mindestens genauso gescheit, wie du. Zur gleichen Zeit nehme ich die Nährstoffe auf und entsorge die Schadstoffe. Ganze 26 Tonnen Nahrung verarbeite ich in deinem Leben!

Ich könnte noch lange schreiben. Für heute mal genug.
Also, bitte achte auf mich und kaue jeden Bissen langsam.

Danke.

Wollen wir gemeinsam „Fletchern"?

Wir nehmen im Leben im Durchschnitt 26 Tonnen Nahrung auf. Dazu kommen noch rund 50.000 Liter Flüssigkeit, die wir trinken. Acht Jahre verbringen wir mit dem Essen. Und neun Monate im Leben sitzen wir auf der Toilette. Imposante Zahlen, oder?

Unser Darm verarbeitet diese 26 Tonnen Nahrung und das jeden Tag, ohne dass wir dafür etwas aktiv tun müssen.

Die meisten von uns achten wenn, dann auf das WAS wir essen. Gesund soll es sein, abwechslungsreich, nährstoffreich, regional und saisonal. Diese Empfehlungen kennen wir.

Worauf aber weniger geachtet wird, ist das WIE wir essen, oder WIE OFT wir kauen. Leider hat die Fast-Food-Gesellschaft die gute alte Esskultur abgelöst und das Wissen über das gründliche Kauen ging verloren. Die für Mahlzeiten zur Verfügung stehende Zeit wurde immer kürzer. Bei kürzeren Mahlzeiten wurde schneller und auch mehr gegessen. Gutes Kauen wurde fast unmöglich.

Vor ungefähr 100 Jahren schrieb Horace Fletcher Geschichte, indem er durch übertriebenes Kauen seine Gesundheit zum Guten wendete.

Horace Fletcher war ein erfolgreicher Geschäftsmann, der Ende des 19. Jahrhunderts in Amerika lebte. Mit seinen 1,64 cm brachte er ganze 98 Kilo auf die Waage und das im Alter von 49 Jahren. Er war krank, litt unter Herzrhythmusstörungen und konnte sich fast nicht mehr bewegen. Ihm war klar, wenn er nicht etwas tut, wird er nicht mehr lange leben. So nahm er sich ein Experiment vor: gründlich kauen und sich bewegen. Nach vier Monaten war das Ergebnis verblüffend: Er nahm 25 Kilo ab und sein Bauchumfang reduzierte sich um 60 cm! Sein Allgemeinbefinden wandelte sich in nur vier Monaten komplett. Horace Fletcher schrieb mehrere Bücher zu diesem Thema, die in viele Sprachen übersetzt wurden. Er konnte seine These über das gründliche Kauen (30 bis 40 mal pro Bissen) wissenschaftlich belegen.

Daher kommt die sogenannte Fletcher Methode: Durch gründliches Kauen und einspeicheln wird die Nahrung bereits im Mund vorverdaut, was der Verdauung gut tut und die Portionsgrößen verkleinert.

Also: wollen wir ab jetzt gemeinsam „Fletchern"?

Wenn du dich das nächste Mal zum Tisch setzt, erinnere dich bitte an diese Geschichte und nimm dir Zeit für deine Mahlzeit.

Natascha Untersmayr, MBA

Gesundheitscoach und Fachberaterin für Darmgesundheit

Hausgemachte MAY31 Trombe mit grünem Spargel

für 2 Personen:
180g grüner Spargel
ca. 6 Kirschtomaten
30g Butter
frischer Basilikum
2 Stück Knoblauchzehen
Salz & Pfeffer
GARDA DOP Olivenöl extravergine (erhältlich im Restaurant MAY31)
Zitronenöl von Olearia del Garda (erhältlich im Restaurant MAY31)
Ca. 220 g hausgemachte MAY31 Trombe
Parmesan nach belieben
2 Stk. Burrata

Den Spargel waschen, die Spitzen abschneiden und den Stängel in feine Stücke schneiden. Den Spargel blanchieren. Das Spargelwasser, kann zum Kochen der MAY31 Pasta gleich weiterverwendet werden. Die MAY31 Pasta wird in reichlich kochendem Salzwasser (und Spargelwasser) nach Packungsangabe al dente gekocht. Knoblauch schälen und klein schneiden, Kirschtomaten halbieren. Die halbierten Kirschtomaten in einer Pfanne bei mittlerer Hitze anbraten, bis sie leicht gebräunt sind. Anschließend den gehackten Knoblauch hinzufügen und weiter anschwitzen, bis er sein Aroma freigibt. Zum Schluss die Butter unterrühren und braten, bis sie eine goldbraune Farbe annimmt. Einen Schuss Pastawasser in die Pfanne geben, um die Sauce zu verdünnen und zu binden. Die gekochte MAY31 Pasta hinzufügen und gut vermengen, bis die Sauce die Pasta umhüllt. Mit dem Zitronenöl und frischem Basilikum abschmecken und beiseitestellen. Die Sauce mit etwas geriebenem Parmesan binden. Pasta abgießen und untermischen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken auf 2 Teller aufteilen und mit einer aufgebrochenen Burrata anrichten. Mit Olivenöl beträufeln und nach Belieben mit Parmesan garnieren.
Guten Appetit!

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

Grätzlvinothek Weinempfehlung zum Rezept

Frisch gestochener Spargel ist immer ein willkommener Frühlingsgruß. Die zarten Aromen des Spargels wecken Assoziationen mit dem erfrischenden Duft junger Weißweine. Wer „Spargelwein" sagt, denkt an duftige, leichte und spritzige Frühlingsweine des neuen Jahrgangs, und schon ist er auf der falschen Fährte, da in vielen Fällen körperreiche und auch gereifte Weine den optimalen Partner für das junge Gemüse darstellen. Dazu Burrata, welche sich durch cremige, obershältige Textur auszeichnet und innen flüssig ist. Mit Olivenöl und Tomaten serviert, ergibt es hier eine spannende Geschmackskombination. Das ideale Zusammenspiel dieser Produkte ist durchaus komplex und verlangt als Weinbegleitung einen reifen Wein mit mittlerem bis vollem Körper, aber nicht zu viel Alkohol, und gut eingebundener Säure. Unsere heutige Weinempfehlung kommt vom Weingut Adam Lieleg, das 2023 den internationalen Wettbewerb Concours Mondial du Sauvignon gewonnen hat und somit den weltmeisterlichen Sauvignon Blanc in der Südsteiermark herstellt. Die VER KOST BAR Grätzl Vinothek empfiehlt den Sauvignon Blanc Südsteiermark DAC, eine echte Preis-Qualität Empfehlung vom Weltmeister Weingut (um 15€ zu erwerben).

Testarelloqasse 27
Web: verkostbar.wine
Tel.: 0681 849 780 13

Frauen aus Hietzing erzählen

Auf Initiative der Grünen Frauen Hietzing entstand das Büchlein „Frauen aus Hietzing erzählen“, welches am 1.April feierlich in der Volkshochschule Hietzing vorgestellt wurde. Die Frauensprecherin der Grünen Hietzing, **Andrea Diawara**, freut sich sehr darüber unseren wunderschönen Bezirk aus weiblicher Perspektive zeigen zu können. „Als Grünen Frauen ist es uns ein Anliegen, den Stimmen von Frauen Raum zu geben, sie hör- und sichtbar zu machen. Jede Frau erzählt eine Geschichte und bringt darin ihre besondere Beziehung zu Hietzing zum Ausdruck. So entsteht ein mosaikartiges Bild von Hietzing, in dem noch viele Steinchen Platz haben“, erzählt Frau Diawara strahlend im persönlichen Gespräch.

Hauptverantwortlich für die Umsetzung dieses Projektes war **Dr. Lore Brandl-Berger**. Ihres Zeichens pensionierte AHS-Professorin an der Wenzgasse, Leiterin von etlichen Literaturkreisen in der VHS Hietzing und seit neuestem auch Leiterin einer Schreibwerkstatt. „In allen Texten kommt Verbundenheit mit Hietzing, dem schönen, grünen und sicheren Bezirk, zum Ausdruck. Aber es gibt auch kritische Anmerkungen, weil auch dort, wo Frieden herrscht und Menschen gut leben und Kultur schaffen, nicht alles schön, gut und harmonisch ist. Gerade im wohlhabenden, bürgerlichen Umfeld spricht der äußere Schein nicht immer dem wirklichen Sein. Wenn wir uns bewusst sind, können wir im Streben nach Authentizität das Nicht-perfekt-Sein merken lassen und das Vertrauen von Menschen außerhalb der bürgerlichen Blase gewinnen“, schreibt die tatkräftige Lore im Vorwort. Des Weiteren verweist Dr. Brandl-Berger auf das kleine Buch „Frauen in Hietzing – Spaziergänge durch den Bezirk“. „Auf diesen Spaziergängen gehen wir zu Orten, die an Frauen erinnern, die Besonderes geleistet haben und bekannt oder berühmt geworden sind; die meisten von ihnen sind schon gestorben“, erklärt sie in ihren einleitenden Zeilen. Im neuen Buch „Frauen aus Hietzing erzählen“ kommen nun Frauen zu Wort, die jetzt hier leben, selbst über ihre Beziehung zu Hietzing schreiben und dabei auch auf die Umstände eingehen, die sie hierhergebracht haben. „Unser kleines Buch kann als Liebeserklärung an Hietzing gelesen werden“, stellt die Leiterin der Schreibwerkstatt abschließend fest.

Eine der Autorinnen ist **Alexandra Steiner**, Klubobfrau der Grünen Hietzing. Hier ein Auszug aus ihrem Text „Der langsame Wandel“: Hietzing von Damals. Als Erstes schleißt mir der Sicherheitsaspekt ein – ich kann als Frau in Hietzing allein unterwegs sein, auch zu später Stunde, und ich muss mich nicht fürchten, auch wenn es Situationen und dunkle Orte gibt, die ein mulmiges Gefühl erzeugen. Aber im Ganzen gesehen, kann ich mit erhobenem Haupt durch den Bezirk spazieren, muss mich nicht unsichtbar machen oder mit Argusaugen die mir Entgegenkommenden durchleuchten, um ihr Gefahrenpotenzial blitzschnell einzuschätzen. Für Mädchen waren in den 70-ern sexuelle Belästigungen auch in Hietzing normal, ja, es war gesellschaftlicher Usus, dass dich der Postbote fas jedes Mal in den Hintern zwickte, wenn du ihm im Stiegenhaus begegnetest, der Stationsvorsteher auf der Kennedybrücke deine Hand packte, die Innenseite sanft streichelte und etwas von „ausgeprägten Lustlinien in deiner Handfläche“ murmelte, der Fleischhauer seltsame Bewegungen mit Zunge vollführte, wenn du ein Leberkäs-Semmerl um 5 Schilling bestellst. Das alles war unangenehm, stellte aber keine ernste Gefahr dar, ich würgte es schließlich mit zunehmendem Alter mit frechen Sprüchen ab. […] Wenn Sie wissen wollen wie es weitergeht, dann lesen Sie im Buch nach!

Zu dem Hietzing von Heute hat Alexandra Steiner auch was geschrieben: „Wenn ich heute durch Hietzing gehe, sehe ich eine Vielzahl kleiner Geschäfte und Cafés in weiblicher Hand, Frauen prägen das wirtschaftliche Ortsbild und drücken Hietzing ihren farbenfrohen stilvollen Stempel auf. Das Drumherum, die Straßen und Gehwege, Die Ver-Planung der Ortskern, das alles obliegt immer noch der männlich dominierten Herangehensweise, bei der es wichtig ist, möglichst schnell von A nach B zu gelangen. Der Raum dazwischen, meist belebt von Frauenhand, wird diesem Ziel oft untergeordnet und den Bürger*innen als Freiraum entzogen. Die planerische Struktur der einzelnen Grätzl gehört in die Hände von Frauen und auch Männern, die sie mit Leben erfüllen. Diejenigen, die in der Früh im Auto ihre Parkplätze verlassen, abends ebenso wieder heimkehren, deren Leben sich auf einem Arbeitsplatz nach und vor abgespulten Kilometern abspielt, haben wenig Ahnung vom realen Alltag im Bezirk. Trotzdem sind sie oft die lautesten Gegner*innen, wenn es darum geht, Freiraum für die Bewohner*innen zurückzugewinnen, Bänke aufzustellen, Treffpunkte zu ermöglichen, zu Fuß oder mit dem Rad Wege gefahrlos zurückzulegen, Kindern und jungen Menschen den Platz zu geben den sie für ihre Entfaltung brauchen. Die Gestaltung von Hietzings Zukunft gehört in die Hände jener Frauen und Männer, die den Focus auf weibliche beziehungsweise den ganzen Menschen betreffende Bedürfnisse legen. Ihnen soll die Stadtplanung anvertraut werden, denn nur so wird ein Bezirk lebendig und attraktiv!

Sie sind nun neugierig auf das Buch geworden und wollen auch die Texte von Andrea, Dorothea, Lore, Lucia, Maria, Andrea H., Sabine, Helena, Silvia, Jaqueline, Irmgard, Jenny, Lisa, Gerda, Eva, Jutta und Doris lesen? Dann holen Sie sich kostenlos in ihrer Hietzinger Grätzlbuchhandlung des Vertrauens ein Exemplar (Adressen siehe Seite 30).

Und falls Sie nun Lust bekommen haben bei dem Folgebuch mitzuwirken und auch einen Text beizusteuern, dann kontaktieren Sie Dr. Lore Brandl-Berger per E-Mail lore.brandl-berger@gruene.at oder wir helfen Ihnen telefonisch Kontakt aufzunehmen (0676 44 67 266).

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 von GRÄTZLeben Hietzing ist somit eine essenzielle Anlaufstelle für alle, die Unterstützung suchen oder aktiv zur Gemeinschaft beitragen möchten. Das Netzwerk trifft sich in regelmäßigen Abständen (siehe nächste Termine) und wir freuen uns immer über Zuwachs. Aktuell sind über 60 Personen im E-Mailverteiler.
Am 22. März (10-16 Uhr) fand bereits zum 5. Mal unsere Gesundheitsmesse im GRÄTZLherz statt. Mit dabei waren Elisabeth Walter (Worte wirken), Natascha Untersmayer (Darmgesundheit), Sieglinde Gasser (Ayurveda und Yoga), Christopher Hetfleisch (Lebens- und Sozialberatung, Supervision und Erwachsenenbildung), Angelika Treml-Hofko (EFT 2.0-Trainerin), Isabel Grundei & Marianne Bogner-Romanik (Schriftdolmetsch Service), Alina Topf (Atemtraining und Breathwork), Familie Mertl (Bestattung Mertl), Sabine Schwarz und Birgit Gartler (Kunsttherapie mit Bisz). Leider wurde die Messe diesmal nicht so gut besucht wie gewohnt. Dies brachte unserer Stimmung keinen Abbruch. Wir nutzten die Zeit für fachlichen Austausch und die Entwicklung weiterer Projekte für die Zukunft. Die nächste Gesundheitsmesse wird im Frühling 2026 stattfinden. Sie erfahren den Termin in der nächsten Ausgabe.
An dieser Stelle möchten wir uns nochmals bei der Bäckerei Schwarz bedanken, welche uns großzügigerweise regelmäßig mit Sachspenden bei diversen Veranstaltungen unterstützt!

Auf Seite 21 stellen wir Ihnen gerne drei unserer Partner:innen des Sozial- und Gesundheitsnetzwerkes vor.

Nächste Termine

Gesundheitsvernetzung
Do., 18. September 17.30-18.30 Uhr (GRÄTZLherz)
Do., 20. November 17.30-18.30 Uhr (GRÄTZLherz)
kostenfrei, Anmeldung: info@grätzleben.at
oder telefonisch unter: 0676 44 67 466

Schritt für Schritt zum Erfolg – Projektmanagement hilft!

© Martina Siebenhandl

Nachdem die Ziele gesetzt sind, beginnt der Weg zur Umsetzung. Der Anfang kann oft schwer sein, besonders wenn das Ziel groß und weit entfernt scheint. Ein Plan muss also her! Beim Erstellen hilft das Wissen der Projektmanagementmethodik. Große Ziele werden in Teilbereiche unterteilt und zu diesen überschaubare Arbeitsaufgaben definiert. Diese wiederum werden in thematische oder zeitliche Abschnitte zusammengefasst und damit das Vorhaben in Phasen gegliedert. Meilensteine markieren darüber hinaus wichtige Ereignisse oder erreichte Zwischenziele, die dann auch gefeiert werden können. Dokumentation stellt sicher, dass nichts vergessen wird, der Überblick behalten werden kann und zusätzlich die Nachvollziehbarkeit gewährleistet wird.
Entdecken Sie, wie Iris Hauck-Rameis auch Ihre Vorhaben zum Erfolg führen kann und besuchen Sie ihre Website unter www.IHRprojekt.at. Iris Hauck-Rameis e.u. <IHR Projekt – Mein Service> steht für maßgeschneiderte Lösungen und exzellenten Service im Bereich Projektmanagement. Das Unternehmen wurde 2012 von Iris Hauck-Rameis gegründet und hat sich auf die individuelle Beratung und Betreuung von Projekten und den dazugehörigen Kundenbedürfnissen spezialisiert.

Es gibt Neuigkeiten von KOCHEN MIT HERZ

Mein Name ist Christina Stamminger-Schöngruber, 45 Jahre jung, verheiratet, Mutter von zwei tollen Kindern und Hietzingerin seit 18 Jahren.
Vor drei Jahren habe ich mir meinen beruflichen Herzenswunsch erfüllt und KOCHEN MIT HERZ gegründet: ein einzigartiges Kochkursprogramm, das Kindern und Jugendlichen die Möglichkeit bietet, ihre eigenen Kochfertigkeiten zu entdecken und ein Gefühl einer ausgewogenen Ernährungsweise zu entwickeln. Derzeit befinde ich mich in der Ausbildung zur Spirituellen Kindertrainerin nach der Heartful Kids Methode, da für mich die Balance wertvoller Ernährung und mentaler Ausgeglichenheit die wichtigsten Bausteine für eine gesunde und glückliche Lebensweise sind.
Seit Jänner 2023 biete ich im GRÄTZLherz Kochkurse, Ernährungsworkshop und Sommercamps für Kinder und Jugendliche von 6 bis 15 Jahren an. Zusätzlich arbeite ich auch mit Kindergärten und Schulen im Zuge ihres Bildungsprogrammes. Ich habe mir für 2025/26 viele neue Themen für meine fortlaufenden Kurse und Einzelworkshops überlegt, zu finden unter www.raumfuersherz.at und ab sofort buchbar.

Bestattung Mertl

Die aus Hietzing stammende Familie Mertl engagiert sich seit über 20 Jahren in der Bestattungsbranche und konnte im Laufe der Jahrzehnte ein tiefes Verständnis für die Bedürfnisse der trauernden Familien entwickeln. „Wir sind ein staatlich geprüftes Bestattungsunternehmen mit Sinn und Offenheit für Neues, fühlen uns aber gleichzeitig der Tradition und dem Altbewährten verpflichtet“, so Markus Mertl. Neben den klassischen Erd- und Feuerbestattungen auf den Friedhöfen werden auch alternative oder naturverbundene Bestattungsformen angeboten. In den Räumlichkeiten der Bestattung Mertl können sich Hinterbliebene kompetent und in Ruhe beraten lassen. Die Bürozeiten sind Montag bis Freitag von 9 bis 15 Uhr. Selbstverständlich sind Beratungsgespräche nach Terminvereinbarung auch außerhalb der Bürozeiten möglich.

Hofwiesengasse 1 / Ecke Fasangartengasse
Web: bestattung-mertl.at
Tel.: 01 804 06 95

BunterLebenHietzing

Drüber & Drunter und Young Grätzl
Kleidertauschparty – immer am 3. Freitag im Monat

*Kleidertausch by Tauschbörse Ober St. Veit: nach dem Motto „schenken und beschenkt werden" bringst du gut erhaltene 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…) Chillige Loungemusik von Millie Lahouti, köstliche Cocktails von Max.

Ganz neu, zeitgleich mit der Tauschbörse, aber doch ganz ungestört, ist unser Young Grätzl Club – der konsumfreie Jugendclub im Downstairs Backyard. Es stehen euch Tischfußball, Darts, Tischtennis und eine Karaoke-Anlage zur Verfügung, kommt mit euren Freund:innen und habt eine gute Zeit!

Nächster Termin: Freitag, 20. Juni, von 18-21 Uhr
(Juli, August pausieren wir, weiter geht's im September)

ACH! - Art Club Hietzing im Bezirksmuseum
Die große Werkschau Hietzinger Künstler:innen in Bild und Ton

Veronika Korbei und Alexandra Steiner haben mit dem Art Club Hietzing eine Vernetzungsmöglichkeit für Kulturschaffende und eine Schnittstelle zu den Bewohner:innen aus dem Bezirk etabliert. Seit Jänner 2025 haben sie fünf Ausstellungen eröffnet, großartig unterschiedlich mit Malerei, Fotografien, Textiles, Texte, Klänge und Installationen. Uneingeschränkt stehen in den Ausstellungen die Vielseitigkeit und Individualität der Hietzinger Kreativen im Mittelpunkt, von Abstraktion bis zum Zwischenmenschlichen. Eine so umfassende Schau der Kreativen des Bezirks hat es so noch nie gegeben – nutzen Sie noch die Möglichkeit, das künstlerische Potenzial von Hietzing zu entdecken!

DANKE den so zahlreich erschienenen und interessierten Hietzinger Bewohner:innen, ihr seid ein feines und kunstsinniges Publikum!

Eröffnung unserer letzten Vernissage
am Mittwoch 4.6. um 18 Uhr
Gruppe 6: 4.–28.Juni
Öffnungszeiten Bezirksmuseum:
Mi. von 14–18 Uhr / Sa. 14–17 Uhr

Kulturverein Hietzing

Aktuell lädt der Kulturverein Hietzing wieder zum Frühjahrsprogramm in die Rote Kapelle, am Mittwoch, 4. Juni, dürfen wir uns auf das Konzert des Orquesta de las siete fontanas freuen. Eine besondere Verantwortung, die wir als Verein alljährlich im Juni gerne übernehmen, ist die Unterstützung der (nicht öffentlichen) Veranstaltung „Disco Inferno" im BIG (Bundesinstitut für Gehörlosenbildung) Hietzing: Dabei wird den Kindern und Jugendlichen mittels einer speziell abgestimmten, basslastigen Soundanlage und getakteter Lichtshow das Erlebnis einer Musik- bzw. Tanzveranstaltung ermöglicht. Als DJ fungiert hierbei der im Bezirk tätige Polizeibeamte Michael Hendrich, Initiator der nunmehr seit Jahrzehnten bestehenden Veranstaltung ist der pensionierte Polizeibeamte Georg Ragyoczy, welcher für diesen Verdienst auch im letzten Jahr eine Auszeichnung durch den Bezirksvorsteher erhielt. Vorausblickend auf den Herbst und die 4. Hietzinger Sunset-Lesung am Roten Berg, in Kooperation mit der Buchhandlung Ober St. Veit, am 18. September freuen wir uns besonders bereits jetzt mitteilen zu können, dass Bestsellerautor Daniel Glattauer aus seinem neuesten Werk „In einem Zug" lesen wird. Wir hoffen Sie zahlreich begrüßen zu dürfen!
P.S.: Derzeit haben wir leider technische Probleme mit unserer Website, wir sind jedoch bemüht diese so rasch als möglich zu beheben.

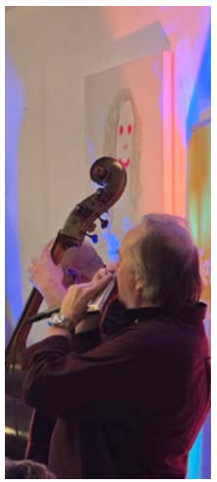
Hietzing blüht auf

Rückblick auf den 2. Hietzinger Jazzfrühling in der Waldtzeile und das jazzwohnzimmer im familie reiter`s

Der Jazzfrühling hat uns drei grandiose, ausverkaufte Konzerte im Restaurant Waldtzeile beschert.
Mit Saxolady Daniela Krammer und der Trompeterin Michaela Rabitsch standen zwei Frauen an ihren Instrumenten im Mittelpunkt – auch im Jazz (leider) eine Seltenheit. Die beiden Profimusikerinnen behaupten sich seit Jahrzehnten erfolgreich im Musikbusiness und gaben, jeweils mit ihren Bands, ein musikalisches Jazzfeuerwerk zum Besten. Der dritte Abend gehörte dem Pianisten Wolfgang Seligo, der unter anderem Vorsitzender der Austrian Jazz Composer Association ist.

Das gemütliche, voll besetzte jazzwohnzimmer im Cafe familie reiter wurde 1x monatlich zur Spielwiese von Flip Philipp & Bertl Mayer.
Der Wiener Symphoniker am Vibraphon und die Legende an der Harmonika luden sich Musikerkollegen für ihren empathisch-kompetenten Dialog ein, Tuchloses Musizieren mit beseeltem Ausgang war die Folge davon.

Großer Applaus dem aufmerksamen und begeisterungsfähigen Hietzinger Publikum – es ist ganz wunderbar, welch feine Atmosphäre mit euch entsteht!



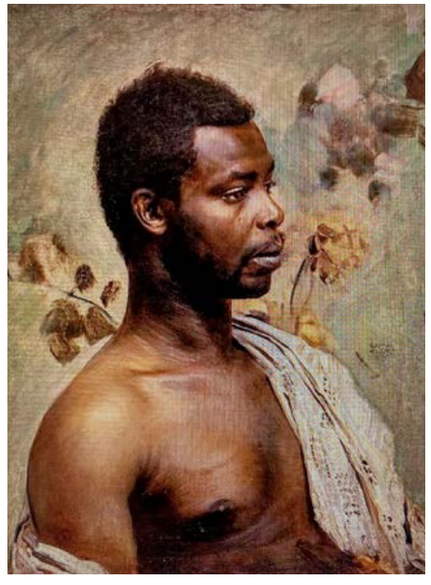
Hietzing blüht auf

Kolumne Robert Streibel

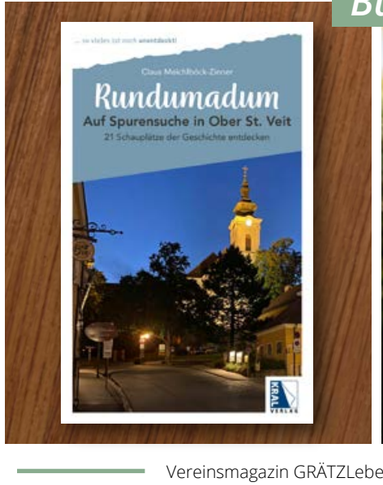
Hier hing Klimts schwarzer Prinz
Das verschollene Bild und seine Besitzer

Begonnen hat alles mit einem Interview im Jänner 1999, denn da war er plötzlich wieder im Raum: Der afrikanische Prinz, damals war es allerdings noch der N-Kopf an den sich Edith Crossmann erinnert. Sie hatte mit ihren Eltern in der sogenannten Klimt-Villa in Hietzing gewohnt, zum Zeitpunkt des Interviews ist sie bereits 92 Jahre alt. Im Zuge des Projektes Juden in Hietzing hatte ich begonnen, die Spuren der ermordeten und vertriebenen Jüdinnen und Juden aufzunehmen. Ein Langzeitprojekt als Direktor der VHS Hietzing hat in diesem Jahr seinen Anfang genommen. Die Mutter von Edith Crossmann war in zweiter Ehe mit dem Weinhändler Felix Klein verheiratet. Felix Klein hat den Ausbau über dem ehemaligen Klimt-Atelier betrieben. Die Eltern haben noch im März 1938 Österreich verlassen, die Stationen ihrer Flucht waren Südfrankreich und Monte Carlo.

Jetzt ist das unsignierte Bild von Gustav Klimt, das im Schlafzimmer ihrer Eltern hing, ein Porträtkopf wieder aufgetaucht und soll um rund 15 Mio. Euro verkauft werden, nachdem sich die jetzigen Besitzer mit den Nachkommen der Familie Klein geeinigt haben. Mit meinem Artikel 1998 wurde zum ersten Mal auf den Raub an der Familie Klein hingewiesen. Mehr unter: https://streibel.at



Buchvorstellung Ober St. Veit



Bereits der Winterausgabe (#18 Winter 2024 auf Seite 32) haben wir Claus Meichlböck-Zinner und sein Buch „Rundumadum. Auf Spurensuche in Ober St. Veit“ vorgestellt. Am 17. Juni gibt Claus eine Lesung zum Buch im GRÄTZLherz Vereinslokal: Um 18 Uhr starten wir. Selbstverständlich haben Sie die Gelegenheit, das Buch direkt vor Ort zu erwerben und vom Autor signieren zu lassen.

Fünf glückliche GRÄTZLeben Mitglieder können das Buch gewinnen: Die ersten fünf Mitglieder, die sich melden bei der Veranstaltung mitzuhelfen, erhalten ein Buch geschenkt!

Bezirksmuseum Hietzing

Die Ausstellung „Hietzing von 1945 bis 1955“ ist noch bis 25. Juni zu sehen. Im Rahmen dieser Ausstellung lädt das Bezirksmuseum zum Gesprächsabend „Bezirkspolitik damals“, moderiert von BV a. D. Heinz Gerstbach, am 11. Juni um 18.00 Uhr herzlich ein. Am 5. Juni um 18.30 Uhr hält Prof. Dipl.-Ing. Dr. h.c. Jürgen Stockmar einen Vortrag zur Entwicklung der Elektromobilität. Am 6. Juni um 19.30 Uhr veranstaltet die Sängerin und Bratschistin Susanne Stockhammer mit ihren Musikern im Rahmen der Hietzinger Bezirksfestwochen ein Jazzkonzert. Die Ausstellung „Works in Wood“ mit abstrakten Holzskulpturen von Zsolt Nagy ist noch bis 25. Juni zu sehen (siehe Foto). Im Gewölbe des Museums zeigen die Mitglieder des Art Club Hietzing ACH! noch bis 25. Juni ihre Werke. Nach den Sommerferien ist das Museum wieder ab 3. September geöffnet. Mittwoch, 10. September, 18.30 Uhr, referiert Dr. Gerhard Stadler zum Thema „Conrad von Hötzendorf: Mensch und Feldherr“. Conrad von Hötzendorf ist auf dem Hietzinger Friedhof begraben.

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

Kunst am Bau in Hietzing – Folge 19

1

2

3

„Visuelle Streifzüge“ mit Mag. Gerhard Jordan

Lokal-Bezüge (wie auf den bereits in früheren Folgen erwähnten Wandbildern zur Barockzeit und Gegenwart in Hetzendorf aus 1951 und mit den Kindern am Wienfluss aus 1953 im Steinitzhof) sind in Hietzing auch noch an anderen Stellen zu finden: In der Fasangartengasse 65a etwa gibt es ein Majolikarelief, das den Lokalbezug bereits im Namen trägt: „Fasanenbaum“ aus 1953 von Gustav Jekel (1877-1955). Es stellt die Fasane dar, die früher in den nahen, zum Schloss Schönbrunn gehörenden Garten- und Waldbereichen gehalten wurden und eine Lieblingsspeise der Reichen waren [1]. Im Lainzer Tiergarten, nicht weit hinter der Hermesvilla, steht ein Franz-von-Assisi-Denkmal. Der in Breitensee geborene Bildhauer Josef Josephu (1889-1970) – sein älterer Bruder Florian war ebenfalls Bildhauer, von ihm stammt die Statue der Mutter mit Kind in der Spohrstraße – war schon zur Zeit des „Roten Wien“ tätig. 1939 emigrierte er, da er mit einer jüdischen Frau verheiratet war, in die USA, wo er bis zu seinem Tod in New York lebte. Doch noch 1934 schuf er für den damals neu angelegten Vogelschutzpark im Lainzer Tiergarten eine Statue des Heiligen Franz von Assisi, umgeben von Tauben, Eulen, Hasen, Eichhörnchen und anderen Tieren. 1982, zum 800. Geburtstag des Schutzpatrons der Tiere, wurde die Statue ins Wiener Tierschutzhaus am Khleslplatz im 12. Bezirk verlegt. Doch vierzig Jahre später kehrte das Werk – restauriert und mit einem Sockel und einer Vogeltränke versehen – wieder in den Lainzer Tiergarten zurück, wo es im Oktober 2022 anlässlich des Welttierschutztages aufgestellt wurde [2].

Und in Unter St. Veit, an der Südfassade der sogenannten „Klimt-Villa“ in der Feldmühlgasse 11, wurde im Juli 2022, anlässlich des 160. Geburtstags von Gustav Klimt (1862-1918), der hier von ca. 1912 bis zu seinem Tod sein letztes Atelier hatte, ein originelles Werk des 1957 in Haag geborenen bildenden Künstlers Erwin Kastner enthüllt: eine Metallskulptur, die die Umrisse des Malers darstellt – auf diese Weise bewirkt das Sonnenlicht, dass Klimt an seinem einstigen Aufenthaltsort auch im wahrsten Sinn des Wortes seinen „Schatten wirft“ [3].

Nächste Termine

Die nächsten „Kunst am Bau“-Grätzlspaziergänge mit Gerhard Jordan:
Samstag, **18. Oktober** 2025, 14 Uhr: „**Alt-Hietzing**“.
(Wiederholung wegen des Schlechtwetters am 14. März)
Anmeldung: Mail an hietzing@gruene.at (Treffpunkt und Uhrzeit werden bekanntgegeben).

75 Jahre Tennisverein Ober St. Veit

Heuer feiert der Tennisverein Ober St. Veit sein 75-jähriges Bestehen, knapp 50 Jahre davon am heutigen Standort. Die Anlage des Vereins hat einiges zu bieten: sieben Tennisplätze (vier im Airdome), zwei Padelplätze, Fitnessraum, Pool und einem Multifunktionsplatz (geeignet für Fußball, Volleyball und Badminton). Selbstverständlich muss an dieser Stelle auch der atemberaubende Blick über Wien erwähnt werden. Aktuell zählt der Verein über 350 Mitglieder. Am Standort gibt es auch eine eigene Tennisschule, welche von Mario Kargl geführt wird. Auch fürs leibliche Wohl wird hier gesorgt. Für kulinarische Leckerbissen ist Rainer Dietrich (Triple-A Catering) verantwortlich, der das Restaurant führt. Unsere GRÄTZLeben Gäste sind stets von der Qualität der diversen Buffets im GRÄTZLherz Vereinslokal begeistert (Kontakt zu Rainer: 0676 5612 427).
Der Tennisverein Ober St. Veit ist auch bekannt für seine unvergesslichen Feste/Events: Allen voran die White-Night im Frühling und das Oktoberfest im Herbst. Aufgrund des schönen und einladenden Ambientes gibt es häufiger längere Abende auf der Anlage, nicht immer zur Freude der Anrainer:innen. Hier hoffen wir auf gegenseitiges Verständnis und Rücksichtnahme für eine funktionierende Nachbarschaft!

Ober St. Veiter Tennis Club
Jennerplatz 25
Web: otc-tennis.at

Gesundheits-Challenge und guter Zweck im Doppelpack

E-Mail: office@movevo.at
Web: movevo.app

Wie eine Gesundheits-Challenge zu mehr Bewegung im Alltag motiviert und einem guten Zweck dient, zeigt das Start Up Unternehmen Movevo vor. Bereits zum vierten Mal organisiert Movevo in der Fastenzeit die MOVE DAYS – die beliebte digitale Gesundheits-Challenge für Unternehmen, wo jeder Schritt dem guten Zweck dient. „Die MOVE DAYS haben auch dieses Jahr wieder richtig was bewegt", betont Marion Kanalz, Co-Founderin des Unternehmens. „Vom 5. März bis 18. April haben sich über 100 Unternehmen der digitalen Gesundheits-Challenge gestellt. Somit konnten wir vier Sportrollstühle für mobilitätseingeschränkte Kinder finanzieren – die Nico Langmann Foundation", erzählt Marion stolz. Und das zu Recht, hier einige Zahlen:
Über 6.000 Mitarbeiter*innen
567 Millionen Schritte - entspricht 10 Runden um die Erde!
Über 174.000 Aktivitätsminuten täglich gesammelt
Unternehmen können sich unter www.movevo.app erkundigen und anmelden.
Auf dem Foto ist Hietzings Paralympics-Teilnehmer im Tennis, Nico Langmann, mit Marion Kanalz und Michael Omann, Gründer und CEO von Movevo.

Yoga mit Silvia Knoll

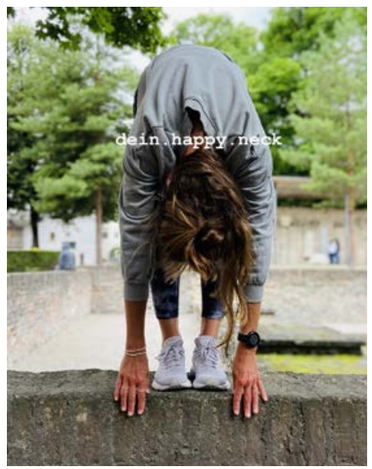
In der Nothartgasse 40

Rücken-Yoga und Meditation
Montag 19:30-20:30 Uhr

Einzelstunden auf Anfrage

Einstieg jederzeit möglich

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



Yoga mit Helga Leeb

In der Nothartgasse 40

Hormonyoga Workshop
Yoga & Brunch
Yogalates per Zoom
Schwangeren- und
Mama-Baby Yoga
Yoga-Auszeiten 2025

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

Gesundheitsförderung im Unternehmen? Pro & Kontra

Warum ein Unternehmen in die Gesundheitsförderung der Mitarbeiter*innen Zeit und Ressourcen investieren soll? Gute Frage, die sich jedes Unternehmen, egal welcher Größe stellen soll und stellen muss. Denn es gibt kein einziges Kontra dagegen und aus Erfahrungswerten sämtlicher Projekte im deutschsprachigen Raum, sehr viele Pros dafür. Die Gesundheit und Gesundheitskompetenz der Mitarbeitenden zu fördern gehört genauso dazu, wie eine gemeinsame Weihnachtsfeier oder ein Sommerfest. Neben den positiven Auswirkungen auf den Teamspirit steigen die Motivation, die Zufriedenheit am Arbeitsplatz und die Leistungsfähigkeit. Dabei sind gesunde Arbeitsverhältnisse genauso wichtig, wie das Verhalten der Teams. Ausschlaggebend sind die Unternehmenskultur und Sensibilität der Führungsebene für diese Themen. Ein Unternehmen, das sich zur Mission gemacht hat, die Art und Weise, wie die Welt arbeitet zu verändern, indem es unterstützt, resilientere, erfolgreichere und nachhaltigere Unternehmen zu schaffen, ist „Great Place To Work". Das Team lebt so richtig seinen Namen und ist das Vorzeigebeispiel, wie Gesundheitsförderung und Teambuilding in der Praxis umgesetzt werden können.

Das Team von Great Place To Work feiert die Erfolge der Gesundheits-Challenge
E-Mail: willkommen@greatplacetowork
Web: greatplacetowork.at

MIT LEGO® DEINE ZUKUNFT BAUEN

Was wäre, wenn Antworten greifbar wären – im wahrsten Sinne des Wortes? Viele Menschen fragen sich heute: Wo will ich eigentlich hin? Was kann ich wirklich gut – und was hält mich zurück? Ob Jugendliche auf der Suche nach ihrer Richtung oder Erwachsene mitten im beruflichen oder privaten Wandel: Wer bereit ist, dem biete ich einen ungewöhnlichen, aber wirkungsvollen Zugang.
Mit der LEGO® Serious Play® Methode wird Denken sichtbar. In einem kreativen Workshop, der auf ausgewählten Fragen beruht, baust du mit LEGO® aus intuitiven Gedanken greifbare 3D-Modelle. Ich erkläre dir wie. Die Workshops sind altersgerecht konzipiert. Die Methode ist spielerisch und tiefgründig, überraschend und nachhaltig wirksam. Sie lädt dazu ein, auf neue Weise über sich selbst nachzudenken und klare Impulse für die persönliche Entwicklung zu gewinnen. Deine intuitiven Antworten sind ein Startpunkt – für die nächsten Schritte, die man gehen möchte. Und wer will, erhält auf Wunsch auch weiterführende Begleitung von mir.
Neugierig geworden? Am Samstag, 7. Juni, findet von 10.00-12.00 Uhr ein SCHNUPPER EVENT im GRÄTZLherz Clubhaus statt. Der Eintritt ist frei. Ich freue mich auf euch! Euer Hauke

Mit dem letzten Willen jungen Menschen helfen

Als Dankeschön an alle Hietzinger für ihre treue Unterstützung überreichte Reinhard Heiserer, Geschäftsführer der im 13. Bezirk ansässigen österreichischen Entwicklungsorganisation Jugend Eine Welt, Passanten in Hietzing einen Vergissmeinnicht-Samentopf. Zu den Blumen gab es einen kleinen Flyer, der auf die Möglichkeit einer Testamentsspende aufmerksam macht.
Denn für Jugend Eine Welt sind Testamentsspenden ein elementarer Beitrag zur Realisierung weltweiter Bildungs- und Sozialprogramme für benachteiligte Kinder und Jugendliche. So lassen sich etwa die unterstützten Schul- und Ausbildungszentren für junge Menschen in Afrika, Asien, Lateinamerika, im Nahen Osten oder Osteuropa langfristig erhalten, dringend notwendige Maßnahmen einleiten oder neue Programme der Entwicklungszusammenarbeit etablieren. „Bitte helfen Sie mit Ihrem letzten Willen jungen Menschen aus der Armutsspirale und verändern so deren Leben zum Positiven", so Heiserer.
Sie haben Interesse an einer Testamentsspende? Wir stehen Ihnen gerne für ein persönliches Gespräch zur Verfügung! www.jugendeinewelt.at/testatment

Gründer und Geschäftsführer
Ing. Reinhard Heiserer
Tel.: +43 1 879 07 07 - 07
Mail: r.heiserer@jugendeinewelt.at

Demenzfreundliches Hietzing

Die Veranstaltung „Gesund und sicher im Alter“ 2024 war ein großer Erfolg! In Kooperation mit der Bezirksvorstehung Hietzing verwandelte sich der Festsaal des Hietzinger Amtshauses in eine lebendige Infomesse. Zahlreiche Vertreter:innen aus dem Sozial- und Gesundheitsbereich stellten ihre Angebote vor und ermöglichten den Besucher:innen unkomplizierte Erstgespräche und Informationen. Wir, das GRÄTZLeben Gesundheits- und Sozialnetzwerk, waren selbstverständlich mit dabei und freuen uns auf die nächste Veranstaltung am Mittwoch, 1. Oktober 2025 (siehe Termine).
Das Netzwerk „Miteinander im demenzfreundlichen Hietzing“ trifft sich das nächste Mal am Donnerstag, 12. Juni, um 17.30 Uhr im Amthaus Hietzing. Falls Sie an den Tätigkeiten und Inhalten des Netzwerkes interessiert sind oder sogar aktiv mitarbeiten wollen, dann kommen Sie auch ohne Voranmeldung vorbei. Weitere Informationen zum Netzwerk finden Sie online unter: demenzfreundliches-hietzing.at
An dieser Stelle laden wir Sie auch recht herzlich zu den Beratungsangeboten, als auch Begegnungscafes ein. Die Termine hierfür finden Sie auf dieser Seite unten in den schwarzumrahmten Kästchen.

MITEINANDER

im demenzfreundlichen Hietzing

Intergenerative Begegnungen

Auch diesen Sommer ist wieder geplant, Begegnung zwischen Jung und Alt zu ermöglichen. In der Vergangenheit haben wir Spielenachmittage, Gesprächsrunden, Tanzeinheiten und Minigolfrunden gemeinsam erlebt.

Dies werden wir diesen Sommer wiederholen. Wir freuen uns auf die Gespräche und gemeinsamen Aktivitäten. An dieser Stelle auch nochmals vielen Dank an die großartigen Mitarbeiter*innen der Wohnhäuser Trazerberg, Rosenberg und Föhrenhof: Ohne eurem Engagement und Kooperationswillen wäre dies so nicht möglich. DANKE!

Vernetzungstermine

Sozial- und Gesundheitsvernetzung GRÄTZLeben Hietzing (GRÄTZLherz)
Donnerstag, 18.09.2025 17.30-18.30 Uhr
Gesund und sicher im Alter
Mittwoch, 01.10.2025, 11-19 Uhr im Amtshaus Hietzing (Hietzinger Kai 1/3), diese Veranstaltung wird vom überparteilichen Netzwerk Demenzfreundliches Hietzing organisiert
Vernetzung Demenzfreundliches Hietzing:
Donnerstag, 12.06.2025, 17:30 Uhr im Amthaus Hietzing kleiner Festsaal
Begleitung im Alltag
Im gesamten Juni bieten wir von GRÄTZLeben Hietzing private Begleitungen und Unterstützungen für ältere Menschen an. Bei Bedarf: 0676 44 67 266

Beratung und Angebote

Hilfe im Pflegedschungel bei Demenz
Di., 10.6. jeweils von 16–17.30 Uhr, VHS Hietzing (Hofwiesengasse 48), kostenlose Beratung, Anm.: 01 8917 41 3000
Begegnungscafe mit Pfiff
Dienstag, 10.06., 24.06., 05.08. & 19.08. jeweils 15-17 Uhr im Cafè daskardinal (Kardinal König Platz 3), zum Plaudern, Lachen, Diskutieren, Erinnern, Sinnieren, u.v.m.
Kaffee – Klatsch & Gedächtnis – Spaß
Donnerstag, 13.06. & 27.06. jeweils 14-16 Uhr in der Wolkersbergenstraße 170 (SPÖ-Lokal). Michaela Lauks (0699 101 88 248)
Promenz - Gruppentreffen
Dienstag, 03.06. & 17.06. (14-tägig) jeweils 15-17 Uhr im Cafè daskardinal (Kardinal König Platz 3), für Betroffene von Vergesslichkeit, Demenz oder Alzheimer als auch deren Angehörige

Der Hietzinger Förster

Berühmte Bauwerke prägen Hietzing – würde man sagen. Auf ein Meisterwerk kommen aber sicher hundert „namenlose“ Bauten, an denen wir jeden Tag vorbeigehen und die den Charakter des Viertels prägen. Hinter diesen „namenlosen“ Bauten stehen aber natürlich genauso Menschen. Einer davon ist Architekt Josef Beer, der Anfang des 20. Jahrhunderts in Hietzing überraschend viele Gebäude geplant und gebaut hat.

Hietzinger Villen
In den 1920ern etablierte sich in Hietzing ein neuer Bautypus, die sogenannte „Hietzinger Villa“: ein mehrgeschoßiges Mietshaus mit mehreren hochwertigen Wohnungen, das aber wie ein Einfamilienhaus mit Garten wirkt. Josef Beer hat im 13. Bezirk insgesamt 11 solche Wohnhäuser geplant, wobei er das Konzept der Hietzinger Villa perfektionierte.
Spannend ist, dass Beer eigentlich gar kein Architekt oder Baumeister war. Er war nur zwei Semester an der Akademie der bildenden Künste unter Otto Wagner inskribiert. Dann musste er die Uni wieder verlassen, weil er die Studiengebühren nicht bezahlte. Trotzdem baute er schon während des Studiums drei Mietshäuser und leitete später ein ziemlich erfolgreiches Planungsbüro, das auf Villenbauten sowie Wohn- und Gewerbebauten spezialisiert war.

Ökonomie der Umsetzung
An der Akademie verbrachte Josef Beer zwar nur kurze Zeit, aber von seinem Lehrer Otto Wagner nahm er trotzdem einiges mit: unter anderem auch den Sinn fürs Geschäft. Ähnlich wie Otto Wagner war er nämlich nicht nur Planer, sondern auch Erbauer und Besitzer einiger Villen, die er selbst verwaltete und weiterverkaufte. Außerdem war er ein Meister des ökonomischen Arbeitens: Was gut funktionierte und ankam, wurde bei anderen Projekten wiederverwendet. So finden sich bei seinen Villen etliche Motive mehrfach, wie zum Beispiel die gleichen Balkonbrüstungen oder Fensterteilungen. Beer konnte so sehr effektiv Planungszeit und Herstellungskosten sparen.

Doch nicht unsichtbar?
Die Architektur von Josef Beer entspricht eher dem „Mainstream“ der damaligen Gesellschaft. In einer Zeit, in der Adolf Loos schon seine kontroversen Raumkonzepte und schmucklosen Fassaden umsetzte, erfüllte Beer eher die konservativen gesellschaftlichen Erwartungen an die Architektur. Das macht seine Arbeit aber nicht schlechter. Mit seinen Bauten hat er die Stimmung und den Genius Loci des Bezirks verstanden und weiterentwickelt. Das bekannte Sprichwort besagt: „Der sieht den Wald vor lauter Bäumen nicht!“ In diesem Sinne hat Josef Beer in Hietzing etliche Bäume gesetzt und damit den Wald gut gepflegt.

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 Grätzlbuchhandlungen

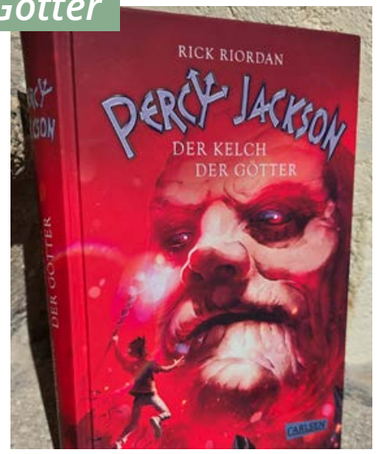
Lainzer Grätzlbuchhandlung
Lainzer Straße 141
Web: graetzlbuchhandlung-lainz.at
Tel.: 01 803 91 39

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

Buchtipp Moritz – Der Kelch der Götter

Rick Riordan, der US-amerikanische Autor der Percy-Jackson Reihe, kehrt mit „Der Kelch der Götter“ zurück (6. Band). Percy Jackson startet sein Abschlussjahr an der Highschool und hofft auf ein wenig Normalität. Bedauerlicherweise muss er, um an der „New Rome University“ angenommen zu werden, drei Empfehlungsschreiben verschiedener Götter besorgen. Das erste Schreiben verspricht Ganymed, der Mundschenk der Götter. Percy muss dessen Kelch zurückbringen. Er erfährt erst später, dass dieser Kelch jedem, der daraus trinkt, die Unsterblichkeit verspricht. Gemeinsam mit seinen treuen Freunden Annabeth Chase und Grover Underwood beginnt Percy, Verdächtige wie Hebe und Iris zu identifizieren und diesen Spuren nachzugehen. Währenddessen muss er sich noch um die Schule kümmern. Was zuerst nach einem schnell erledigten Auftrag aussah, entwickelte sich schnell zu einer verschachtelten Mission… Ich fand den Band sehr erfüllend, da sich viele Fans gefragt haben, wie es nach der „Hauptstory“ weitergeht. Nun muss der Hauptcharakter noch zwei weitere Aufträge erledigen, um seine Empfehlungsschreiben zu bekommen, was auf weitere Fortsetzungen hinweist. Jedoch sollte man auf keinen Fall mit diesem Teil der Reihe quereinsteigen, da man sich sonst gar nicht auskennt.



Grätzlbuchhandlung empfiehlt

Was uns bei der Lektüre von „Wie wir die Welt retten, ohne uns dauernd Sorgen zu machen“ durch den Kopf geht, ist ein altes Bonmot, das heute aktueller denn je ist: Die Steinzeit ist nicht wegen Steinmangels zu Ende gegangen. Wenn wir mit bestehenden Strategien nicht mehr weiterkommen, ist es Zeit für Innovation und Neues. Um der lähmenden Angst vor dystopischen Zukunftsvisionen zu entkommen, braucht es Zuversicht und Humor und auf dieses Rezept setzt Roger Hackstock à la „Humor ist, wenn man trotzdem lacht.“
Anhand von historischen Ereignissen und aktuellen Forschungsergebnissen beleuchtet dieses Buch, wie wir mit den Folgen des Klimawandels umgehen können, um auch für kommende Generationen einen lebenswerten Planeten zu gestalten. Hoffnungsvoll wird das Bild einer klimaneutralen Zukunft lebendig, eines genussvollen Lebens ohne sinnlose Verschwendung von Ressourcen. Es nimmt uns mit auf eine Reise zu erfolgreichen klimaschonenden Projekten an den unterschiedlichsten Orten der Welt. Dieses Buch schenkt Mut, macht fröhlich und gibt die Kraft, hier und jetzt damit zu beginnen. Informativ und zuversichtlich führt uns Roger Hackstock durch das wohl brennendste Thema unserer Zeit.

Know your poop – kenne deine Kacke!

Mit dem täglichen „auf die Toilette gehen“ – sprich Stuhlgang – glauben wir, unsere Verdauung sei in Ordnung. Dabei beschäftigen sich die wenigsten von uns mit Farbe, Konsistenz und Geruch des Stuhles. Wie die Studienergebnisse der FX Mayr Medizin zeigen, sollte der tägliche Blick in die Toilettenschüssel zur Routine werden, daher bringen wir hier einige Empfehlungen.
Es gibt einfache Qualitätskriterien, die wir in unserem Toilettenraum, sprich der WC Muschel, selber ablesen können: geformter Stuhl (siehe die Bristol-Stuhlformenskala – ideal Abbildung 3 oder 4). Nächstes Kriterium sind wenig Winde und keine Blähungen – sprich ein angenehmes Bauchgefühl, dann wenig Toilettenpapier, kein Schmieren und keine Geruchsbelästigung. Die Stuhlfrequenz sollte täglich ein bis zwei Mal sein.
Selbstverständlich ist jeder Mensch ein Individuum für sich und vieles hängt vom persönlichen Ernährungsverhalten und dem Lebensstil ab. Du möchtest mehr über die Verdauung wissen? Schau auf www.fxmayr.com vorbei, da gibt's nützliche und praktische Informationen, was du für eine gesunde Verdauung tun kannst.

Hier spricht der Boomer - Kolumne von Leo K.

Ich hätte mir als junger Mensch nie träumen lassen, einmal eine reale Bestandsaufnahme so beginnen zu müssen: Wir schreiben das Jahr 2025, die Welt versinkt zusehends im Dunkel von Gewalt, Kriegen und Elend. Das einstmals mächtigste Land der Welt wird von einem rechtskräftig verurteilten Milliardär regiert, der täglich neue Ungeheuerlichkeiten von sich gibt und Konflikte befeuert. Wenn es auch hierzulande zum Glück gelungen ist, noch Schlimmeres abzuwenden, so ist jetzt also sparen, sparen und nochmal sparen angesagt! Ich fürchte, dass dies sozial nicht immer treffsicher gelingen wird, sodass eine bestimmte politische Gruppierung noch mehr als bisher gegen „das System“ wettern wird, wiewohl sie gegen vermögensbezogene Steuern ist und verantwortlich für den 12-Stunden-Tag und für eine Gesundheitskasse, die das Gegenteil der versprochenen „Patientenmilliarde“ gebracht hat – aber das ist eine andere Geschichte …

Ich möchte an dieser Stelle folgenden Vorschlag zur Sanierung der Finanzen machen. Warum reformieren wir nicht den Föderalismus radikal? Ich wälze diese Gedanken schon viele Jahre und habe sie daher auch nicht einer Partei, die derzeit in der Regierung sitzt, geklaut. Dazu muss man wissen: Der Föderalismus hat in unserer Verfassung aus dem Jahr 1920 deshalb einen so hohen Stellenwert, weil nach dem Ende des Vielvölkerstaates dem „Wasserkopf“ Wien die Bundesländer mit weitreichenden Kompetenzen gegenübergestellt werden sollten, lebte doch zu diesem Zeitpunkt in der Bundeshauptstadt rund ein Viertel der gesamten Bevölkerung Österreichs inklusive einem für das kleine Österreich nunmehr völlig überdimensionierten Beamtenapparat. Dass durch diese Verfassung der damals schon bestehende Gegensatz zwischen „braver und fleißiger“ Landbevölkerung gegen die „faule und verlotterte“ Stadt noch verstärkt wurde – inklusive „Kulturkampf“ – ist ebenso eine andere Geschichte, wie die im 21. Jahrhundert völlig veränderten Begleitumstände in einem vereinten Europa.
Die negativen Auswüchse des österreichischen Föderalismus haben sich zuletzt in der Pandemie gezeigt: Überlappende Zuständigkeiten und Verantwortlichkeiten führten zu Verzögerungen bei der Umsetzung von Maßnahmen im Gesundheitswesen (neun Bundesländer = z.B. neun verschiedene Impfpläne…)
Das Grundproblem des Föderalismus ist die Finanzgebarung: Die Steuern werden vom Bund eingenommen, den Ländern obliegt aber die Verwaltung – somit geben diese auch das Geld aus. Dazu kommt eine Institution, die verfassungsmäßig überhaupt nicht legitimiert ist, nämlich die Landeshauptleutekonferenz. Sie bildet ein Machtzentrum, das die Bundespolitik entscheidend beeinflusst. In irgendeinem Bundesland ist ja immer gerade Wahlkampf und somit wird von den „Landesfürsten“ immer wieder Druck auf die Bundes-Parteizentralen ausgeübt, im Sinne von Bundesländerinteressen.

Man muss die Bundesländer ja nicht gleich abschaffen, aber eine Modernisierung ist seit mehr als drei Jahrzehnten überfällig. Zur Erinnerung: beim sogenannten Perchtoldsdorfer Abkommen zwischen dem Bund und den Ländern anlässlich der Beitrittsverhandlungen zur EU sollte eine umfassende Bundesstaatsreform erarbeitet werden, inklusive einer völligen Neuordnung der Kompetenzen. Auf die Umsetzung warten wir heute noch …

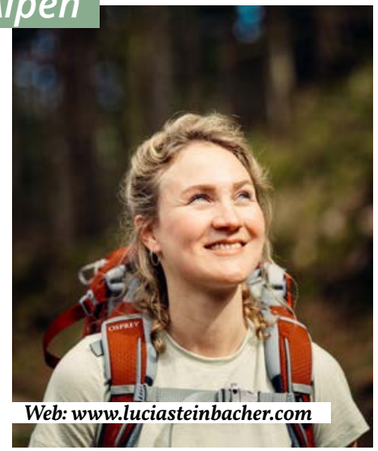
Meditationseinheiten mit Dr. Maria Anna Pabst

Meditation lässt uns mit unserem Inneren in Kontakt treten. Es ist ein Zustand jenseits des Denkens, ein Zustand des inneren Gewahrseins. Wir leeren dabei unser Bewusstsein von den alltäglichen Inhalten und schaffen Platz für all das, was aus unserer Psyche aufsteigen will. Wir können Bereiche in uns erleben, die uns bisher unbekannt waren. Durch Meditation werden wir kein anderer / keine andere, sondern finden zu uns selbst. Der Kontakt zu uns selbst kann auf verschiedene Weisen geschehen: durch Stille, Bewegung, Achtsamkeitsübungen, Fantasiereisen, Imaginationen, Musik und Klänge. Dr.in Pabst nützt dabei die Meditationsmethoden Achtsamkeit, Atem, Bewegung und Musik.
Meditation kann hilfreich sein, wenn Sie sich vom Stress des Alltags erholen wollen oder wenn Sie innere Ruhe und Lebenslust erlangen möchten und auch wenn sie einen liebevollen Umgang mit sich pflegen wollen.
Die nächsten Termine finden am 10. und 24. Juni von 19.30 bis 21 Uhr statt. Ort der Meditation ist die Praxis „physio&co“ in der Fasholdgasse 3/4. Eine telefonische Anmeldung unter 0664 266 6740 ist aufgrund der begrenzten Teilnehmer*innenzahl notwendig. Die Kosten für einen Abend betragen 15€.

Dr. Maria Anna Pabst
Fasholdgasse 3/4
Tel.: 0664 266 6740

Wander-Retreat in den Alpen

All jene, die ihren Urlaub sinnerfüllt, bewusst und naturverbunden verbringen wollen, lädt Lucia Steinbacher zum Wander-Retreat in den Alpen und entlang des Jakobswegs ein. Das Wander-Retreat in den Alpen ist speziell geeignet für Menschen, die sich für Persönlichkeitsentwicklung interessieren, sich nach Digital Detox sehnen und es lieben, hohe Berge zu erklimmen. Übernachtet wird in Alpenvereinshütten und urigen Gasthäusern. **„7 Tage Sisterhood – Dein Weg zu dir entlang des Jakobswegs“** richtet sich an alle Frauen, die es lieben, im Kreise wundervoller Frauen unterwegs zu sein – Frauen, die sich gegenseitig ermutigen, bestärken und die nach Wachstum und innerer Weisheit streben. Als Assistentin steht Sarah Paul (Yogalehrerin) unterstützend zur Seite und bereichert die Gruppe täglich mit Yoga-Einheiten.
Lucia Steinbacher, B.A. (Dipl. Lebens– und Sozialberaterin, Mentaltrainerin, Musikerin) nennt sich die Weltenwand(l)erin. Nach vielseitigen Reisen und spirituellen Auslandsaufenthalten arbeitet sie seit 2024 selbstständig als Coach, in ihrer Praxis und begleitet Menschen auf einzigARTige Weise. Informationsabend zu den Wander-Retreats: Donnerstag, 5. Juni 2025, 18.00 Uhr im GRÄTZLherz Anschließend: Buffet & Vernetzung



Web: www.luciasteinbacher.com

Akademie für Sozialmanagement in Lainz

Web: asom.at
E-Mail: office@sozialmanagement.at
Tel.: 01 803 98 69

Die ASOM (Akademie für Sozialmanagement) wurde mit dem neuen EAN Heimleiter*innen Zertifikat ausgezeichnet. Die offizielle Übergabe der Akkreditierungsurkunde erfolgte Ende Februar im Rahmen der Diplomfeier für 14 neue diplomierte Sozialmanager*innen. Das EAN-Zertifikat steht für Führungskompetenz speziell im Management sozialer Einrichtungen.

Für Interessierte, die sich für das neue EAN-Heimleiter*innen-Zertifikat qualifizieren möchten, startet der nächste Lehrgang am 24. Juni. Der Lehrgang richtet sich an Führungskräfte mit umfassenden Leitungsaufgaben aus dem Sozial-, Gesundheits- und Bildungsbereich, die Veränderung in der Organisation umsetzen und ihre Ausbildung vertiefen möchten.

Vokalensemble Hietzsingers sucht Verstärkung!

Robert Fischer (Obmann)
Web: hietzsingers.at
Tel.: 0664 351 32 81

Das Vokalensemble Hietzsingers sucht Sängerinnen und Sänger – egal ob erfahren, mit wenig oder keiner Erfahrung! Wir sind ein kleiner, aber feiner Chor und freuen uns über neue Stimmen, die unser Ensemble bereichern. Wir proben einmal wöchentlich, montags von 19.00 bis 21.00 Uhr im großen Saal in der Wolkersbergenstraße 170. Zusätzliche Proben finden gelegentlich vor unseren Konzerten statt. Jährlich präsentieren wir unser Können in zwei bis drei Konzerten – meist im Sommer und vor Weihnachten. Manchmal stellen wir unsere Chormusik auch bei anderen Veranstaltungen zur Verfügung. Die Programme sind abwechslungsreich und umfassen Volkslieder, Gospels, Musicals und mehr – je nach der aktuellen Programmidee. Das Repertoire variiert von Konzert zu Konzert. Die regelmäßige Teilnahme an den Proben ist wichtig, um den Spaß am gemeinsamen Singen zu erhalten und den Anschluss an die anderen Sängerinnen und Sänger nicht zu verlieren. Sie können jederzeit zu einer Probe kommen, um uns kennenzulernen, zuzuhören und mitzusingen. Wir bieten einen gemütlichen Einstieg in unser Ensemble. Eine unverbindliche Schnupperprobe ist jederzeit möglich. Einfach vorbeikommen, zuhören, mitsingen!

Erleben Sie die Kraft der heimischen Pflanzenwelt

Haben Sie sich schon einmal gefragt, wie viele herkömmliche Körperpflegeprodukte Mineralöl, Paraffin oder Silikon enthalten? Vielleicht nehmen auch Sie diese Stoffe regelmäßig über die Haut auf – „ernähren“ damit Ihren Körper tagtäglich? Doch es geht auch anders. Mit meinem Unternehmen „Kräuter-Freuden Daniela Ferrari“ zeige ich Ihnen, wie Sie heimische Wildkräuter, die direkt vor Ihrer Haustür wachsen, einfach und praktisch in Ihren Alltag integrieren können. In meinen Kräuter-Spaziergängen in Wien lernen Sie die wichtigsten heimischen Wildpflanzen und ihre wertvollen Inhaltsstoffe kennen. In den Workshops stellen Sie unter meiner Anleitung Ihre eigenen Produkte her – von Naturkosmetik über Ihre individuellen Heilmittel, umweltschonende Reinigungsmittel bis hin zu kulinarischen Kräutergenüssen. Was meine Angebote besonders macht? Ich lebe und vermittle die Grundsätze der Permakultur – einer nachhaltigen und ressourcenschonenden Lebensgestaltung –, bei der alles im Einklang mit der Natur wächst. So wächst auch Ihr Wohlbefinden mit jedem KRÄUTER-HAPPYning!
Gestalten Sie Ihr Leben ab heute natürlicher, gesünder und genussvoller!
Einladung Eröffnung: Sa., 28.06. ab 14 Uhr im GRÄTZLherz (Nothartgasse 40)

Daniela Ferrari
Web: kraeuter-freuden.at
E-Mail: daniela.ferrari@kraeuter-freuden.at

Dein Gesundheitsteam von „nebenan" stellt sich vor!

Wir, Christine Stehling-Bahn, Christina Pasterk, Beate Spangl-Rausch und Alexander Winter, sind hier um dir ganz in deiner Nähe Unterstützung bei der Gesundheitsförderung für Körper, Geist und Seele zu bieten.
Egal, ob du Fragen hast oder einfach nur mehr über unsere Angebote erfahren möchtest – wir sind für dich da!
Komm zu unserer Veranstaltung und nutze die Gelegenheit, deine Fragen zu stellen oder herauszufinden, wie wir dich auf deinem Weg zu mehr Wohlbefinden unterstützen können.
Wir freuen uns auf dich und lass dich gerne inspirieren!

Veranstaltungen in Hietzing

Wöchentliche Angebote

Jeden Montag Yoga mit Silvia
19-20 und 20-21 Uhr im GRÄTZLherz, Kursangebot mit Sommerpause, info@silviaknoll.at, silviaknoll.at, Seite 26

Jeden ersten Mittwoch ACH! KünstlerInnenvernetzung
10 Uhr im Cafe Vanillas (Hietzinger Hauptstraße 16), ev. Sommerpause

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

Spontane Öffnung des Vereinslokales
Im gesamten Juni versuchen wir so oft wie möglich das GRÄTZLherz für euch zu öffnen, Plaudern, Spielen, gemeinsam Zeit verbringen, du/sie können gerne vor Ihrem Besuch anrufen: 0676 44 67 266

Mi., 04.06. Vernissage Werkschau Hietzinger Künstler:innen
18 Uhr im Bezirksmuseum Hietzing, Hietzing am Platz, Seite 22

Do., 05.06. Das Geheimnis der Mozartova 4
15-16.30 Uhr im GRÄTZLherz, Vortrag Autor Gerhard Appelshäuser, inkl. Brötchen und Sekt, 22€/Person, Anmeldung unter: 0676 44 67 266

Do., 05.06. Info-Abend Wanderretreat
18 Uhr im GRÄTLherz, inkl. Buffet und Vernetzung, Seite 33

Do., 05.06. „Entwicklung der Elektromobilität“
18.30 Uhr im Bezirksmuseum Hietzing, Vortrag Prof. Dr. Jürgen Stockmar, Seite 25

Do., 05.06. Spieleabend
19.30 Uhr im GRÄTZLherz, gemeinsam Spielen, Spiele mitbringen & ausborgen; WhatsApp Gruppe zur Koordination (Nachricht an 0676 44 67 266)

Fr. 06.06. DIY-Workshop für Erwachsene
9:30-11 Uhr im GRÄTZLherz, Anmeldung: danielahuebsch03@gmail.com; Weben mit T-Shirt und Garn, Unkostenbeitrag

Fr., 06.06. Jazzkonzert
19.30 Uhr im Bezirksmuseum, Sängerin und Bratschistin Susanne Stockhammer, Seite 25

Sa., 07.06. Mit Lego deine Zukunft bauen
10-12 Uhr im GRÄTZLherz, Schnupperevent, Seite 27

Di., 10.06. Meditationsabend mit Maria Anna Pabst
19:30-21 Uhr in der Praxis „physio&co“, Fasholdgasse 3/4, Anmeldung (0664 266 6740), Seite 32

Mi., 11.06. „Bezirkspolitik damals“
18 Uhr im Bezirksmuseum Hietzing, Moderation BV a. D. Heinz Gerstbach, Seite 25

Do., 12.06. Spieleabend
18.30-21 Uhr im GRÄTZLherz, gemeinsam Spielen, Spiele mitbringen & ausborgen; WhatsApp Gruppe zur Koordination (Nachricht an 0676 44 67 266)

Do., 12.06. Das Leben ist schön!
18-20 Uhr im Bergwirt, Maxingstraße 76, Vernetzung, Beweglichkeit in allen Lebenssituationen, Seite 33

Di., 17.06. Buchvorstellung „Rundumadum. Auf Spurensuche in Ober St. Veit“
18 Uhr im GRÄTZLherz, Autor Claus Meichlböck-Zinner, Seite 24

Do., 19.06. Spieleabend
18.30-21 Uhr im GRÄTZLherz, gemeinsam Spielen, Spiele mitbringen & ausborgen; WhatsApp Gruppe zur Koordination (Nachricht an 0676 44 67 266)

Fr., 20.06. „Drüber und Drunter“ – Party
18-21 Uhr im GRÄTZLherz, Djane und Cocktails & Kleidertausch, Seite 22

Di., 24.06. Meditationsabend mit Maria Anna Pabst
19.30-21 Uhr in der Praxis „physio&co“, Fasholdgasse 3/4, Anmeldung (0664 266 6740), Seite 32

Sa., 28.06. Eröffnung „Kräuter Freuden“
14 Uhr im GRÄTZLherz, Daniela Ferrari lädt ein, Seite 32

Juli

Mo., 01. bis Fr. 04. Juli: Offene Tage im GRÄTZLherz
Uhrzeit variabel, im GRÄTZLherz, schau einfach vorbei oder rufe vorher an!

Do., 03.07. Spieleabend
18.30-21 Uhr im GRÄTZLherz, gemeinsam Spielen, Spiele mitbringen & ausborgen; WhatsApp Gruppe zur Koordination (Nachricht an 0676 44 67 266)

Fr. 04.07. DIY-Workshop für Erwachsene
9.30-11 Uhr im GRÄTZLherz, Anmeldung: danielahuebsch03@gmail.com

Feriencamp im GRÄTZLherz
Campwoche 1: Mo. 7. – Fr. 11. Juli, Seite 4

Do., 10.07. Spieleabend
18.30-21 Uhr im GRÄTZLherz, gemeinsam Spielen, Spiele mitbringen & ausborgen; WhatsApp Gruppe zur Koordination (Nachricht an 0676 44 67 266)

Feriencamp im GRÄTZLherz
Campwoche 2: Mo. 14. – Fr.18.Juli

Do., 17.07. Spieleabend
18.30-21 Uhr im GRÄTZLherz, gemeinsam Spielen, Spiele mitbringen & ausborgen; WhatsApp Gruppe zur Koordination (Nachricht an 0676 44 67 266)

Mo., 21. bis Fr. 25. Juli: Offene Tage im GRÄTZLherz
Uhrzeit variabel, im GRÄTZLherz, schau einfach vorbei oder rufe vorher an!

Do., 24.07. Spieleabend
18.30-21 Uhr im GRÄTZLherz, gemeinsam Spielen, Spiele mitbringen & ausborgen; WhatsApp Gruppe zur Koordination (Nachricht an 0676 44 67 266)

August

Der Vorstand macht Urlaub!

Jeden Donnerstag ist potenziell Spieleabend
18.30-21 Uhr im GRÄTZLherz, dies wird in der WhatsApp Gruppe koordiniert (0676 44 67 266)

Mo., 11. bis 14.08. Feriencamp Kochkurs für Kinder
9-14.30 Uhr im GRÄTZLherz, 0680 33 22 831, raumfuersherz@gmx.at, www.raumfuersherz.at

Save The Date

Sa., 06.09. Hietzinger Bezirksfest
9-18 Uhr Zentrum Althietzing, Bühne am Platz der Altgasse

Do., 18.09. 4. Hietzinger Sunset-Lesung
Uhrzeit noch offen, am Roten Berg, Daniel Glattauer „In einem Zug“, Seite 24

Fr., 19.09. Musik & Wein & Kunst
18 Uhr im GRÄTZLherz, Musikvortrag Leo, Wein von Peter und Bilder von Alexander, Seite 11

Fr., 28.11. Weihnachtsmarkt im GRÄTZLherz
14-18 Uhr in der Nothartgasse 40, Kunsthandwerk, Lebensmittel und mehr

Sa., 29.11. Weihnachtsmarkt im GRÄTZLherz
10-18 Uhr in der Nothartgasse 40, Kunsthandwerk, Lebensmittel und mehr

Hier

könnte Ihre Werbung stehen!

Titelblatt **1500€**
⅓ PR Artikel **330€**
Kästchen am Plan **150€**
U2 **1000€**
U3 (diese Seite) **1000€**
U4 (Rückseite) **1400€**

Kontaktieren Sie uns unter
info@GRÄTZLeben.at
oder 0676 44 67 266

Vielen Dank an unsere Kooperationspartner!