

#15 | Frühjahr 2024

Gesundheitswoche

Ostermarkt am 15. & 16. März

GRÄTZLkunst

zur  
freien  
Entnahme

Stefan Czurda  
Ausstellung  
»Street Melancholy«  
2. & 3. März 2024

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

# GRÄTZLeben Hietzing

Das Vereinsmagazin von und für Hietzinger\*innen

GRÄTZLherz

# Ostermarkt /24

**Fr. 15. März 14-18 Uhr**  
**Sa. 16. März 10-18 Uhr**

Im GRÄTZLherz, Nothartgasse 40

Handgemachte Osterdeko, Zauberladen,  
Igor Nähwerkstatt, Kaffee, Keramik,  
Leckerwiese und Kunst aus Hietzing,  
Naturkosmetik, Chocofalla, Schokolade,  
Essig, Öle, Obst, Säfte u.v.m.

GRÄTZLLeben  
HIETZING



Foto: Karo Pernegger



4	<b>Der Verein   GRÄTZLeben</b>
	<b>Einkaufen</b>
6	Alt-Hietzing
8	Lainz
10	Ober St. Veit
12	Speising
14	Unter St. Veit
16	<b>Kulinarik</b>
18	<b>Hietzing erzählt</b>
20	<b>Gesundheit</b>
22	<b>Vernetzungspartner</b>
24	<b>Kultur</b>
26	<b>Sport</b>
27	<b>Bildung und Soziales</b>
28	<b>Demenzfreundliches H.</b>
30	<b>Bücher</b>
31	<b>Hietzing schreibt</b>
32	<b>Menschen</b>
34	<b>Veranstaltungskalender</b>

## Editorial

### Liebe Leserin, lieber Leser!

Es verblüfft mich jedes Mal aufs Neue, dass es gelingt dieses Magazin erscheinen zu lassen. Die Finanzierung der Druckkosten ist da fast noch das Einfachste. Die Grundstruktur und die Erfahrungswerte nach 14 Ausgaben sind natürlich hilfreich, doch es fordert weiterhin sehr viel Arbeit das Magazin quartalsweise herausgeben zu können. Die redaktionelle Arbeit liegt noch hauptsächlich in meinen Händen. Doch zum Glück gibt es immer mehr Helfer\*innen. Stopp, halt! Das kenne ich doch schon alles. Ein kurzer Blick in die letzte Ausgabe und ich stelle fest, das habe ich bereits beim letzten Mal geschrieben. Mhm, warum tue ich mir das dann jedes Mal an, wenn es nun schon länger ein Thema für mich ist? Und es ist wirklich genau so, wie ich es in der letzten Ausgabe schon begründet habe. Ich mag es, Menschen miteinander zu verbinden. Die Förderung des Zusammenhaltes in der Gesellschaft und die Unterstützung jedes Individuums auf dessen Lebensweg sind mir eine Herzensangelegenheit. Die Resonanz der Hietzinger\*innen auf das Magazin und den gesamten GRÄTZLeben Verein ist genug

Lohn für all die ehrenamtlichen Stunden, die in dieses Projekt fließen. Manchmal würde ich mir jedoch wünschen, noch mehr Zeit für die Vereinstätigkeiten aufwenden zu können, doch irgendwie muss ich mir dieses kostspielige Ehrenamt ja leisten können. In diesen Momenten überlege ich mir schon, wie fein es nicht wäre, viel Geld zu gewinnen, um dann ohne Einkommensdruck mehr Zeit für die Arbeit im Grätzl und für das Gemeinwohl zu haben. Der Haken an der Sache ist schnell gefunden – ich spiele kein Lotto. Aber wer weiß, vielleicht bekommt der Verein einmal eine größere Spende oder mehr Unterstützer\*innen, so dass ich zumindest kein privates Geld mehr hineinstecken muss. Ich hoffe – mit Augenzwinkern – nun subtil ein paar Menschen den Anstoß gegeben zu haben, auch in ihrem Grätzl aktiv zu werden oder unseren Verein finanziell ein bisschen unter die Arme zu greifen. Ich wünsche viel Spaß beim Lesen und freue mich auf alte und neue Gesichter bei dem einen oder anderen Angebot im GRÄTZLherz!

- 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:** Katharina Bauer, Christopher  
 Hetfleisch, Leo K., Alexandra Steiner,  
 Carina Zabini  
**Grafik:** Florian Schinnerl & Sarah Fuchs  
**Coverbild:** Sarah Fuchs, Bilder v. Stefan Czurda  
**Fotos und Inhalt:** Wenn nicht anders angege-  
 ben von GRÄTZLeben Hietzing, den dargestell-

ten Protagonist\*innen. Die Inhalte wurden  
 genau recherchiert. Dennoch erfolgen alle  
 Angaben ohne Gewähr. Der Herausgeber über-  
 nimmt keine Haftung für eventuelle Nachteile  
 oder Schäden, die aus den Inhalten resultieren.  
**Auflage:** 6.000 Stück  
 Das Magazin ist online aufrufbar unter:  
 grätzleben.at/Angebote/Magazin

## Hietzinger Gesundheitswoche

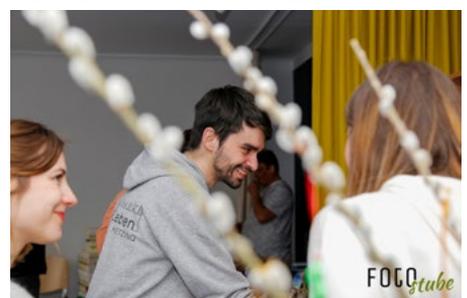
Der Frühling steht bei uns nicht nur für das Aufblühen der Pflanzen- und Tierwelt, sondern besonders auch für das der Menschen. Aufgrund unseres Leitbildes fördern wir das Zusammenleben im Grätzl. Für ein funktionierendes Miteinander sind zwei Säulen wesentlich. Die eine Säule, welche meist am naheliegendsten ist, sind gemeinsame Aktivitäten und Begegnungen schaffen. Dies geschieht vor allem über diverse Veranstaltungen: wie z.B. den Ostermarkt, die Kulturfreitage und das Sommerfest. Die zweite Säule wird meistens übersehen und zumindest unterschätzt. Hier sprechen wir von dem persönlichen und individuellen Wohlbefinden. Wir sind uns sicher, dass in einem funktionierenden Miteinander, in einer funktionierenden Gesellschaft, die Basis darin liegt, dass es jeder:m Einzelnen gut geht. Unter dem Motto „*du kannst erst anderen etwas Gutes tun, wenn es dir selbst gut geht*“, ist diese Säule schon geläufiger. Um das eigene Wohlbefinden und somit die eigene Gesundheit der Hietzinger\*innen zu verbessern, bieten wir auch dieses Jahr wieder unsere Gesundheitswoche an. Unser vielfältiges und multiprofessionelles Team hat wieder ein großartiges Programm zusammengestellt. Mehr Infos auf S. 20/21 oder auf [www.GRÄTZLeben.at](http://www.GRÄTZLeben.at)



## Ostermarkt im GRÄTZLherz



Unser alljährlicher Ostermarkt erfreut sich großer Beliebtheit. Wie gewohnt, findet dieser zwei Wochen vor dem Osterwochenende statt. Am Freitag, den 15. März 14-18 Uhr, und am Samstag, den 16. März 10-18 Uhr, ist es diesmal so weit. Neben den altbewerten Standler\*innen, wie z.B. Näherwerkstatt IGOR, GRÄTZLeben Stand, Sonnengreissler, Kaffee aus Neapel gibt es wieder Kunsthandwerk made in Hietzing. Tebea ist eine solche Künstlerin, die unter dem Label „elysian“ (griechisch für „schön, kreativ; göttlich inspiriert; friedlich und perfekt“) wirkt. „Mit meinen selbstgemachten Dingen (wie Schmuck, Taschen, Polsterüberzügen und Bienenwachstüchern) möchte ich einen Hauch von „elysian“ auch an andere weitergeben. Als begeisterte Kreative freue ich mich schon sehr, mein Kunsthandwerk (das so vielfältig ist wie ich) beim Ostermarkt präsentieren zu dürfen!“, erzählt uns Tebea in einem Gespräch.



## GRÄTZLeben Insight

Wir starten heuer in unser viertes Jahr als Verein. Sehr stolz blicken wir darauf zurück, was wir schon alles erreicht und umgesetzt haben. Mittlerweile ist das 15. GRÄTZLeben Hietzing Magazin erschienen. Wir haben ein Jahresprogramm, was sich sehen lassen kann: u.a. die Märkte, Kulturfreitage, Vernissagen, Feste und die Ferienbetreuung. Besonders erfreulich ist das stetige Wachstum unserer Mitgliederzahl. Mit Jahresanfang 2024 freuen wir uns bereits über mehr als 80 Privatpersonen und knapp 35 Partnerbetrieben – Tendenz steigend. Diese steigende Tendenz ist den einzelnen motivierten und engagierten Menschen in unserem Grätzl zu verdanken. Wir leben es gemeinsam vor, wie bereichernd Zusammenarbeit ist und welche großartigen Dinge dadurch entstehen. Die steigende Mitgliederzahl, wie auch die Bereitschaft der Menschen unserem gemeinnützigen Verein Geld zu spenden, bescherten uns 2023 ein finanzielles Plus von 4.385,68 €. 2023 standen 49.608,64 € an Einnahmen, Ausgaben in Höhe von 45.222,96 € gegenüber. Die größten Ausgabenposten waren die Miete für unser Vereinslokal (25.227,60€) und die Druckkosten für unsere Magazine und Folder (14.338,64€). Auf der Einnahmeseite stehen die Raumnutzungsgebühren (16.216,50€), die Mitgliedsbeiträge (14.240€), Spenden (11.192,14€) und Unkostenbeiträge für Sommerferienbetreuung und Kinderfußball (7.960€). Auch 2023 bekamen wir keine finanzielle Unterstützung seitens der Stadt Wien. Das bedeutet, dass wir bisher ohne einen Cent von staatlicher Hand, also ohne einen Cent von Steuerzahler\*innen, unser vielfältiges Angebot umsetzen konnten. Damit uns dies auch 2024 gelingt, hoffen wir auf die weitere Unterstützung unserer Mitglieder, Kooperationspartner\*innen und Spender\*innen.

Lesen auch Sie gerne unser Magazin? Besuchen Sie unsere Angebote wie Kulturfreitag, Spieleabend, Sommerfest, Gesundheitswoche, GRÄTZLtratsch, Vernissagen, Vorträge und Märkte? Wollen auch Sie, dass wir weiterhin das Zusammenleben in Hietzing fördern? Dann unterstützen



### So können wir uns finanzieren

- MIT 500 Fördermitglieder à 10€/Monat
- ODER 250 Einpersonenernehmen 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!

Sie uns aktiv in der Umsetzung, Spenden Sie einen Beitrag Ihrer Wahl oder werden Sie Fördermitglied. Nähere Informationen dazu gibt Ihnen unser Obmann gerne in einem persönlichen Gespräch oder besuchen Sie unsere informative Homepage: [www.GRÄTZLeben.at](http://www.GRÄTZLeben.at)

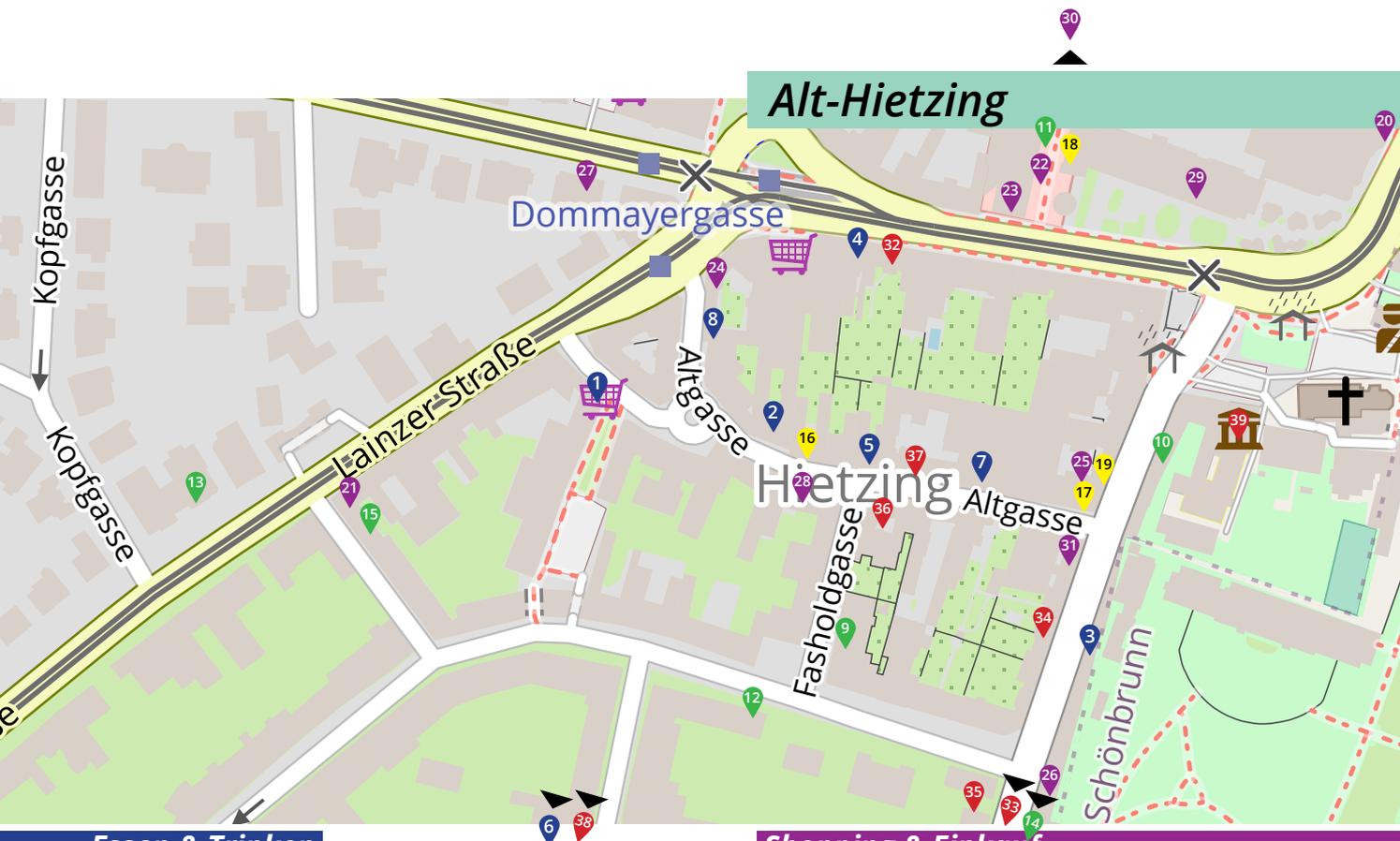
Ferienbetreuung gesucht? 2024 bieten wir wieder Ferien-Tagescamps in Hietzing an. Von 8.-12. Juli gibt es einen Fußballschwerpunkt, in den Wochen 15.-19. Juli und 22.-26. Juli bieten wir wieder ein vielfältiges Programm (z.B. Schwimmen, Minigolf, Motorikpark, Rätselrallye, Kreativangebote) an. Nähere Informationen dazu online unter: [www.grätzleben.at/Angebote/Ferienbetreuung](http://www.grätzleben.at/Angebote/Ferienbetreuung)

## 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.



## Essen & Trinken

- Bioparadies;** Altgasse 23a; Bio-Produkte und vegane Mittagsmenüs  
Web: bioparadies.at; Tel.: 0699 10 47 6273
- Das Alt;** Altgasse 18  
Restaurant; Web: das-alt.at; Tel.: 0664 991 249 62
- Maxingstüberl;** Maxingstraße 7; Gasthaus; Web: maxingstuberl.at;  
Tel.: 0676 41 26 126
- Feinkost Rumpel;** Hietzinger Hauptstraße 13  
Feinkost seit 1928; Web: rumpel.at; Tel.: 01 877 34 20
- Nook Café;** Altgasse 12  
Café; Tel.: 0677 62 79 33 96
- Manolos;** Wattmannngasse 66  
Café, Eis, Patisserie
- Waldemar Tagesbar;** Altgasse 6  
Tagesbar; Web: waldemar-tagesbar.at; Tel.: 0664 36 16 127
- 1130 Wein Vinothek;** Lainzer Straße 1  
Vinothek; Web: 1130wein.at; Tel.: 0699 180 000 02

## Gesundheit, Freizeit & Fitness

- Soulrhythms;** Fasholdgasse 3; Bewegung im Rhythmus deiner Seele  
Web.: soulrhythms.at; Tel.: 0676 378 34 90
- Keramik-Fabrik;** Maxingstraße 3-5  
Keramik selbst gestalten; Web: keramik-fabrik.at
- Sportorthopädie Zentrum;** Hietzinger Hauptstraße 22/D/23  
Orthopädie & Physiotherapie; Web: sportortho-zentrum.at; Tel.: 01 361 55 38
- Therapieambulanz AST Wien;** Trauttmannsdorffgasse 3a  
Ambulante Systemische Therapie; Web: lasf.at; Tel.: 01 478 63 00
- Gelenk-Zentrum Hietzing;** Lainzer Straße 16; Tel.: 01 890 05 03  
Orthopädie und Physiotherapie Web: gelenk-zentrum.at
- Ernährungsberatung Mag. Christine Pasterk;** Elisabethallee 61-63;  
Web: medizinamkueniglberg.at/christine-pasterk; Tel.: 01 877 23 47-0
- Kami Skincare - DR. med. Kerstin Schallaböck im Concept Store - Super;** Mittermayergasse 6; Web: kami-skincare.com

## Handwerk & Reparatur

- CoutureWerkstatt Alexandra Gogolok-Nagl;** Altgasse 16  
Damenschneiderin; Web: couturewerkstatt.eu; Tel: 0680 30 35 773
- Gold `n` Guitars;** Maxingstraße 2  
Gitarren; Web: gitarrenwerkstatt.at; Tel.: 01 877 49 80
- Mister Minit;** Hietzinger Hauptstraße 22  
Schlüssel- und Schuhreparatur; Tel.: 01 876 25 36
- M2 - Rahmenkunst;** Maxingstraße 2; Rahmen und Kunst  
Web: m2korbei.at; Tel.: 0660 688 16 11

## Shopping & Einkauf

- Checkpot Damenmode;** Hietzinger Hauptstraße 10-16  
Fairtrade Mode; Web: checkpot-hietzing.at; Tel.: 01 877 58 87
- Come In Geschenkboutique;** Lainzer Straße 21  
Schmuck, Uhren & Accessoires; Tel: 01 876 53 44
- Fischer Spiele;** Hietzinger Hauptstraße 22  
Spielwarenhandlung; Web: fischerimnetz.at
- Fuchs Geschenke & Accessoires;** Hietzinger Hauptstraße 22  
Web: fuchs-shop.at; Tel.: 01 876 46 81
- Gigi Fritz Geschenksideen;** Lainzer Straße 1  
Geschenkboutique; Tel.: 01 879 88 62
- Itzi Bieni;** Maxingstraße 2  
Der kleine bunte Kinderladen; Web: itzibieni.at; Tel.: 0650 370 46 31
- mathu MODEDESIGN & MODEWERKSTATT;** Maxingstraße 11  
Brautmodengeschäft; Web: mathu.at; Tel: 01 879 34 45
- das kisterl;** Hietzinger Hauptstraße 23; Außergewöhnliche Feinkost  
und mehr; Web: daskisterl.at; Tel.: 01 879 25 43
- Schmuckdesign Petra Exenberger;** Altgasse 13  
Schmuckdesign; Web: pe-schmuckdesign.at; Tel.: 0699 17 760 888
- AUST Fashion Wien 13;** Hietzinger Hauptstraße 16  
Modegeschäft; Web: austfashion.com; Tel.: 0660 94 13 195
- Larifari;** Eduard-Klein-Gasse 19  
Bekleidungsgeschäft für Erwachsene; Tel.: 01 876 23 70
- First Class - Second Hand;** Maxingstraße 4; Modegeschäft; Web: first-class-secondhand.at; Tel.: 01 877 1722

## Sonstiges

- Blumenhaus Hietzing;** Hietzinger Hauptstraße 11  
Floristik; Web: blumenhaus-hietzing.at; Tel.: 01 876 90 54
- Blumen Weisz;** Maxingstraße 70  
Blumengeschäft; Web: blumen-weisz.at; Tel.: 01 877 25 36
- Sabine's Wollboutique;** Maxingstraße 4a; Fachgeschäft für Handarbeit  
Web: sabinewollboutique.at; Tel.: 0664 252 58 85
- Sportpreiscenter;** Maxingstraße 6  
Medaillen, Pokale u.v.m.; Web: medaillen.co.at; Tel.: 01 877 74 57 - 0
- Zauberladen;** Altgasse 11  
Stoffe und Accessoires; Web: zauber-laden.at; Tel.: 0676 75 02 333
- Harnisch Consultancy;** Altgasse 8-10/3; Unternehmensberatung  
Web: haukeharnisch.com; Tel.: 0664 202 60 74
- SkinConcept;** Wattmannngasse 12/5  
Schönheitssalon; Web: skinconcept.at; Tel.: 0676 61 73 766
- Bezirksmuseum Hietzing;** Am Platz 2  
Museum; Tel.: 01 8777688; Öffnungszeiten: Mi. 14-18h & Sa. 14-17h

## AUFATMEN. Mehr Raum, mehr Du.

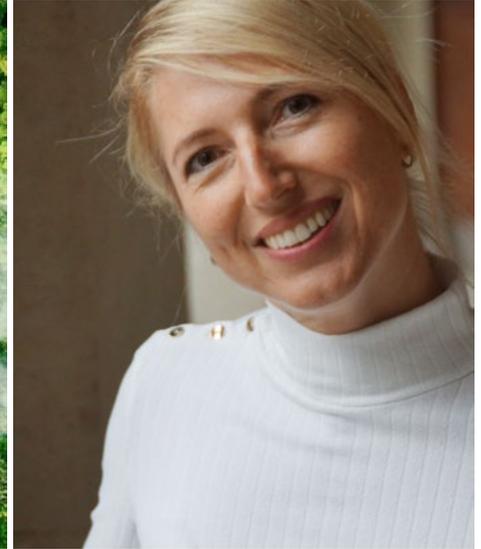
Regina Spring (Gini) bietet als Atem Coach und Yogalehrerin Atemworkshops, Yoga und Breathwork an. Ihre Atemübungen unterstützen Menschen allen Alters tiefer zu entspannen sowie die Lungenkapazität zu erhöhen. Mit Hilfe von Breathwork können Blockaden und negative Emotionen gelöst werden. Ginis Angebote sind sowohl für Einzelpersonen als auch für Firmen (Teambuilding) zugänglich. Alle Workshops, Kurse, etc. findest du hier: [www.ginitao.com/service](http://www.ginitao.com/service). Ihr Yogaunterricht findet jeden Mittwoch von 8:30–9:45 im Vedavital, Altgasse 23/8, 1130 Wien, statt.



**Web:** [ginitao.com](http://ginitao.com)

**E-Mail:** [gini.tao@outlook.com](mailto:gini.tao@outlook.com)

**Tel.:** 0660 3478474



## Auszeichnungen für die CoutureWerkstatt

Fotos: © Katharina Schiffl



**CoutureWerkstatt Alexandra Gogolok-Nagl e.U.**  
**Maßschneiderei in Hietzing**  
**Altgasse 16, 1130 Wien**



Mitte Jänner ging es bei Alexandra Gogolok-Nagl von der CoutureWerkstatt Schlag auf Schlag. Am 16.1. fand in der Heidi Horten Collection der 20. Haute Couture Austria Award statt. Für die Jubiläumsausgabe wurde von Künstler Peter Baldinger und Agnes Husslein-Arco extra ein Stoff designt, der von einer Rekordzahl von 48 Teilnehmer\*innen zu außergewöhnlichen Modellen verarbeitet wurde. Schneidermeisterin Gogolok-Nagl die ihre CoutureWerkstatt in der Altgasse in Hietzing betreibt, konnte sich als Siegerin durchsetzen. Ihr Modell wurde inspiriert vom Wellenmuster des Stoffes und den Wellen im Meer vor Antibes, dem Lieblingsort von Heidi Horten. Zum Stoff kombinierte sie rot und lila, eine Farbkombination in Anspielung auf Yves Saint Laurent, den Lieblingsdesigner von Heidi Horten.

Am 17.1. folgte das nächste große Highlight, der Couturesalon, das offizielle Sideevent des Wiener Opernballetts, in dem die Solistinnen des Staatsopernballetts von drei Designerinnen für den Ball der Bälle ausgestattet werden. Im erstmals ausgeschriebenen Wettbewerb konnten sich Alexandra Gogolok-Nagl aus Wien, Maiken Kloser aus Vorarlberg und Marlen Sabetzer aus der Steiermark unter vielen Bewerber\*innen durchsetzen. Im Jänner wurden im Hotel Bristol beim Couturesalon die Roben der Tänzerinnen präsentiert. Alexandra Gogolok-Nagl stattet Liudmila Konovalova, Aleksandra Liashenko, Alice Firenze und Gala Jovanovich aus. Besonders wichtig war es ihr, für jede der Tänzerinnen ein Kleid zu schneiden, das auch dem Typ und den Wünschen der Tänzerin entspricht.



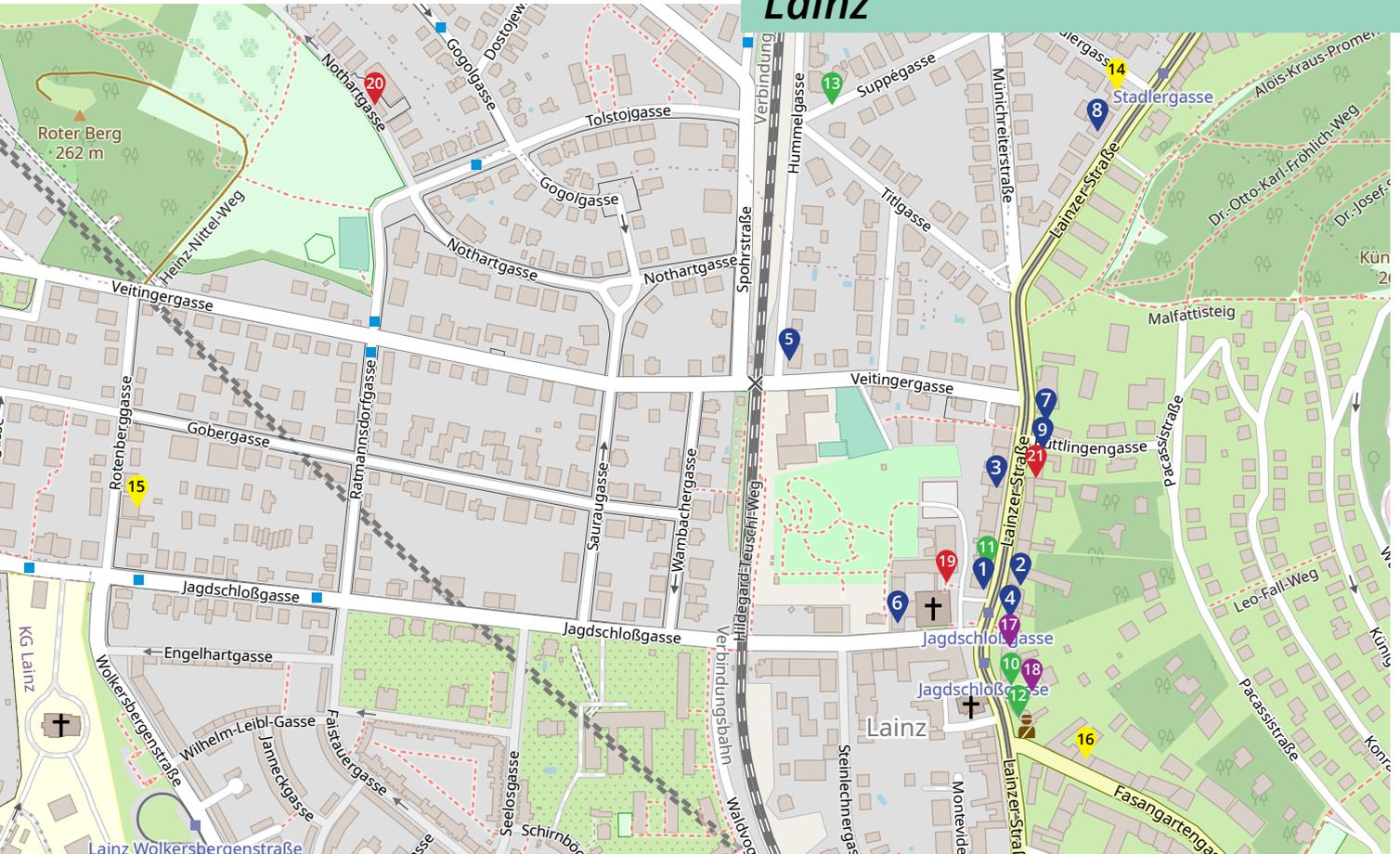
**Tel.:** +43 680 3035773

**Mail:** [office@couturewerkstatt.eu](mailto:office@couturewerkstatt.eu)

**Web:** [www.couturewerkstatt.eu](http://www.couturewerkstatt.eu)

Für den Opernball am 8.2. hat sie auch ORF Moderatorin Lilian Klebow und Schauspielerin Maxi Blaha ausgestattet. Auf diesem Wege möchten wir der sympathische Schneiderin recht herzlich zu den großartigen Auszeichnungen gratulieren!

# Lainz



## Essen & Trinken

1. **Bäckerei Schwarz;** Lainzer Straße 134  
Bäckerei; Web: bswien.at; Tel.: 01 804 46 57
2. **Familie Reiter;** Lainzer Straße 131,  
Web: familiereiter.org; Tel.: 01 802 54 80
3. **Harrer Eis;** Lainzer Straße 130  
Eisdiele; Web: harrer.com; Tel.: 0676 91 16 988
4. **Fruchtinsel;** Lainzer Straße 135; Obst & Gemüse
5. **Tête-à-Tee;** Lainzer Straße 130  
Teesalon; Web: teesalon.at; Tel.: 0699 10 19 0666
6. **Café daskardinal;** Kardinal-König-Platz 3  
Web: daskardinal.at; Tel.: 01 804 75 93
7. **Wambacher;** Lainzer Straße 123  
Restaurant; Web: wambacher.co.at; Tel.: 01 804 83 66
8. **WOK'in;** Lainzer Straße 84  
Asiatisches Restaurant; Tel.: 01 877 17 05
9. **Neighbor Coffee;** Lainzer Straße 123A,  
Cafe und Mehlspeise; Web: neighborcoffee.at

## Gesundheit, Freizeit & Fitness

10. **Neoptik;** Lainzer Straße 141  
Augenoptiker; Web: neoptik1130.at; Tel.: 01 804 81 16
11. **Wolfgang Mayr - Praxis für Physiotherapie;** Lainzerstraße 134/10  
office@physiotherapie-mayr.at; www.physiotherapie-mayr.at
12. **Kinesiologie-Praxis Krainhöfner Claudia;** Lainzerstraße 141 Tür 2-3  
Web: komplementaere-energetik.at; Tel.: 0676 721 41 17
13. **Hausärztin Dr. med. Kerstin Schallaböck;** Suppégasse 12;  
Web: schallaboeck.at; E-Mail: ordination@schallaboeck.at

## Handwerk & Reparatur

14. **Cycle Factory;** Stadlergasse 1  
Alles rund ums Fahrrad; Web: cycle-factory.at; Tel.: 01 923 66 90
15. **Hitec Sports;** Rotenberggasse 6  
Alles rund ums Fahrrad; Web: hitec-sports.at; Tel.: 01 879 60 06

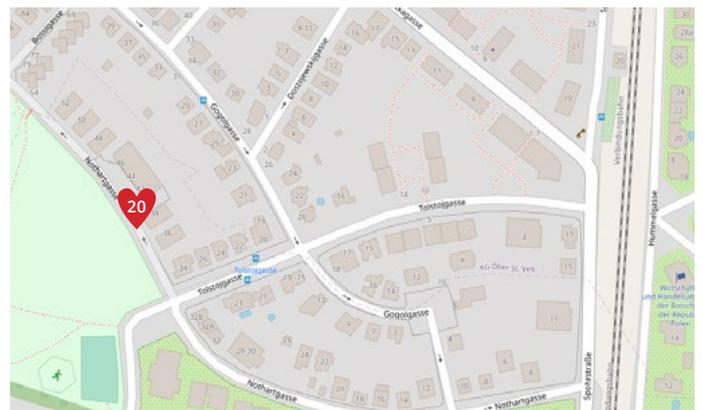
16. **Schuhreparatur und Schlüsseldienst TigEd;** Fasangartengasse 3  
Schuhreparatur und Schlüsseldienst; Tel.: 0650 42 00 134

## Shopping & Einkauf

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

## Sonstiges

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



## Schulklasse Steinlechnergasse

Wir, die Kinder der Mehrstufenklasse der GTVS 13 Steinlechnergasse / Expositur Veitingergasse 9, arbeiteten drei Wochen lang am Projekt „Altes Ägypten“. Es wurden viele großartige Referate erarbeitet, neues Lernmaterial kennengelernt, eine Expertin in die Klasse eingeladen, eine Ägypten Bücherbox aus der Bibliothek entliehen, Kunstwerke gestaltet, Skarabäen aus Salzteig und Wolle gebastelt, mit Tusche in Hieroglyphenschrift auf Papyrus geschrieben, das Thema im Englischunterricht aufgegriffen, Masken gebastelt und vieles mehr. Das Projekt zog sich durch alle Unterrichtsfächer und begleitete die Mehrstufenklassenkinder täglich. Zum Ende des Projektes gab es eine Ausstellung für alle Eltern der MSK-Kinder, bei welcher sie vor Begeisterung strahlten.



## Ayurvedastudio Sieglinde Gasser



[info@ayurveda.at](mailto:info@ayurveda.at)  
0699/15016850  
[www.ayurveda.at](http://www.ayurveda.at)

Durch Ihre bewusste Entscheidung und meine tatkräftige Unterstützung werden Sie schon bald die positiven Auswirkungen des Wissens vom langen, gesunden und glücklichen Leben erfahren können. Ayurvedische Massagen, eine individuelle Ernährung und ausgewogene Lebensweise, sowie regelmäßige Meditations- & Achtsamkeitspraxis helfen dabei, Ihre Gesundheit auf körperlicher und geistiger Ebene auszubalancieren und auch dauerhaft zu stärken. Im Rahmen der Meditationseinheiten widmen wir uns den unterschiedlichsten Varianten von Meditations- und Achtsamkeitsübungen, um wieder in unsere eigene Kraft zu kommen. Dabei kommen diverse Atemtechniken, ein Verweilen in Stille, Bewegungsmeditationen, der Einsatz aller Sinne, Erfahrung von Klang und Musik und vieles mehr zum Einsatz. Ergänzt werden meine Einheiten durch passende Themen rund um Achtsamkeit und Meditation.

**Meditationseinheiten: 29.2., 14.3., 18.4., 23.5., 13.6. im GRÄTZLeben Hietzing. (17€ pro Einheit oder 5er-Block um 75€)** Ayurvedische Massagen sowie Ernährungs- oder Lifestyleberatungen können über mich in den Räumlichkeiten der Gemeinschaftspraxis Linzer Straße 383, 1140 Wien gebucht werden.

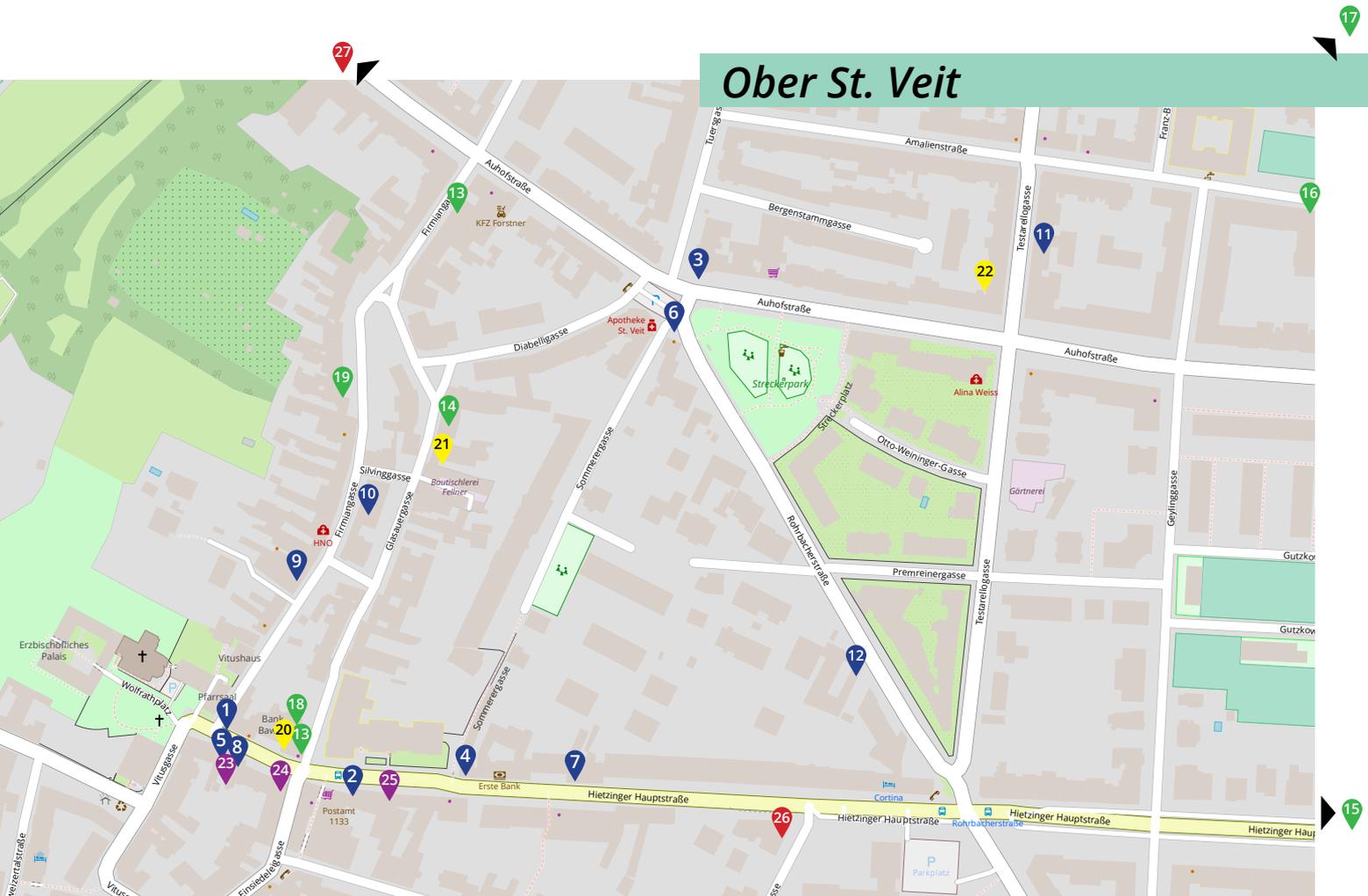
## Hietzings Foodcoop BioHamster nimmt neue Mitglieder auf

In Hietzing gibt es eine lebendige Gemeinschaft, die sich für nachhaltige Ernährung stark macht: die Foodcoop Biohamster. Wir organisieren den Einkauf von fair produzierten Bio-Lebensmitteln selbst und beziehen als Verein unsere Produkte direkt von den Erzeuger\*innen. Du willst auch frische Bio-Vielfalt in toller Qualität für Deine Küche? Dann lerne den Biohamster unverbindlich kennen. Unsere nächsten Info-Abende sind am 15. März, 24. April oder 23. Mai 2024, 19 Uhr, in unserer Foodcoop. Bitte melde dich per Mail, Telefon oder SMS an. Wir freuen uns auf Dich!



Lainzerstraße 123A/Top2  
Web: [biohamster.at](http://biohamster.at)  
E-Mail: [info@biohamster.at](mailto:info@biohamster.at)  
Tel.: 0676 30 45 599





## Essen & Trinken

- Anton's Tafel**, Hietzinger Hauptstraße 174  
Eissalon und Restaurant; Web: antons.at
- Bäckerei Schwarz**, Hietzinger Hauptstraße 145  
Bäckerei; Web: bswien.at; Tel.: 01 877 08 38
- Bäckerei Schwarz**, Auhofstraße 138  
Bäckerei; Web: bswien.at; Tel.: 01 877 24 75 21
- BUNT Restaurant & Eventlocation**, Hietzinger Hauptstraße 162  
Restaurant; Web: bunt.at; Tel.: 01 877 14 99
- Da Salvatore**, Hietzinger Hauptstraße 153  
Pizzeria; Web: pizzeriadasalvatore.at; Tel.: 0664 31 81 647
- Da Salvatore**, Rohrbacherstraße 31  
Ristorante; Web: ristorante-salvatore.at; Tel.: 0664 140 08 94
- Kalkalpenfisch**, Hietzinger Hauptstraße 150  
Fischmarkt; Web: kalkalpenfisch.at
- Schneider- Gössl Sektbar**, Hietzinger Hauptstraße 153  
Sektbar; Web: schneider-goessl.at; Tel.: 01 877 49 00
- Schneider-Gössl**, Firmiangasse 9-11  
Heuriger; Web: schneider-goessl.at; Tel.: 01 877 61 09 - 0
- Thurn Heurigen Restaurant**, Firmiangasse 8  
Gastronomie; Web: thurnwien.at; Tel.: 01 877 95 40
- Ver<kost>bar**, Testarellogasse 27  
Weinhandlung; Web: verkostbar.wine; Tel.: 0681 849 78 013
- Caffè\*Napoletano**, Rohrbacherstraße 9;  
Kaffee; Web: caffenaipoletano.at; Tel.: 0676 6117622

## Gesundheit, Freizeit & Fitness

- Ballettstudio Elisabeth Kobel**, Firmiangasse 22  
Ballettstudio, Damengymnastik, Choreografie  
Web: elisabethkobel.at; Tel.: 0676 312 46 47
- Dr. Marlies Frank**, Glasauergasse 30, Fachärztin für Innere Medizin;  
Web: diabetologie-hietzing.at; Tel.: 0664 133 88 6414
- Dr. Clemens Frisee**, Hietzinger Hauptstraße 116/4 (Eingang Preindlgasse 12)  
Facharzt für Haut- und Geschlechtskrankheiten; Web: hautarzt-hietzing.at;  
Tel.: 017 876 35 48

## Ober St. Veit

- Dr. Maria Michaelidou - Ordination für plastische Chirurgie**  
Amalienstraße 36/2/36 Web.: entdecke-schoenheit.at  
E-Mail: office@entdecke-schoenheit.at
- MOMENTUM Bewegungs & Lebensfreude GmbH**, Hietzinger Kai 133  
maßgeschneidertes Training; Web: momentum-bewegung.at;  
Tel.: 01 87626 44
- Mag. Ursula Fuhrmann - b4business**, Hietzinger Hauptstraße 170;  
Dipl. Sozial- und Wirtschaftspsychologin; Web.: b4business.at; Tel.: 0664  
884 711 98; E-Mail: praxis@sinnestglueck.at
- Nadja Sonnenschein**, Firmiangasse 25/2, Cranio, Kinesiologie,  
Ernährung; Web: cranio-sonnenschein.at; Tel.: 0699 10 77 67 14

## Handwerk & Reparatur

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

## Shopping & Einkauf

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

## Sonstiges

- Fahrschule Hietzing**, Hietzinger Hauptstraße 123  
Fahrschule; Web: fahrschule-hietzing.at
- Heckantrieb**, Auhofstraße 205  
Bikes + Service; Web: heckantrieb.at; Tel.: 01 212 15 38

## Neue Angebote im Grätzl

Mag. Nadja Sonnenschein bietet in ihrer Wohlfühlpraxis nicht nur spannende craniosacrale Behandlungen an, sie testet auch kinesiologisch Nahrungsmittelunverträglichkeiten aus, löst alte Muster auf und bietet individuelle Ernährungskonzepte mit integrativer Ernährung an. Ihre Angebote richten sich an Jung und Alt, von Schwangeren, über Babies, Schulkinder, Teenager bis zu Senior\*innen. NEU ab 2024 gibt es in der Praxis auch Workshops zu unterschiedlichen Themen, wie z.B. Achtsamkeitsnachmittage, Stress-runter-Wochen und Kochworkshops nach der 5 Elemente Küche.



**Firmiengasse 25/2**  
**Web: [cranio-sonnenschein.at](http://cranio-sonnenschein.at)**  
**Tel.: 0699 10776714**

## Sternsingeraktion 2024 – Pfarre Ober St. Veit

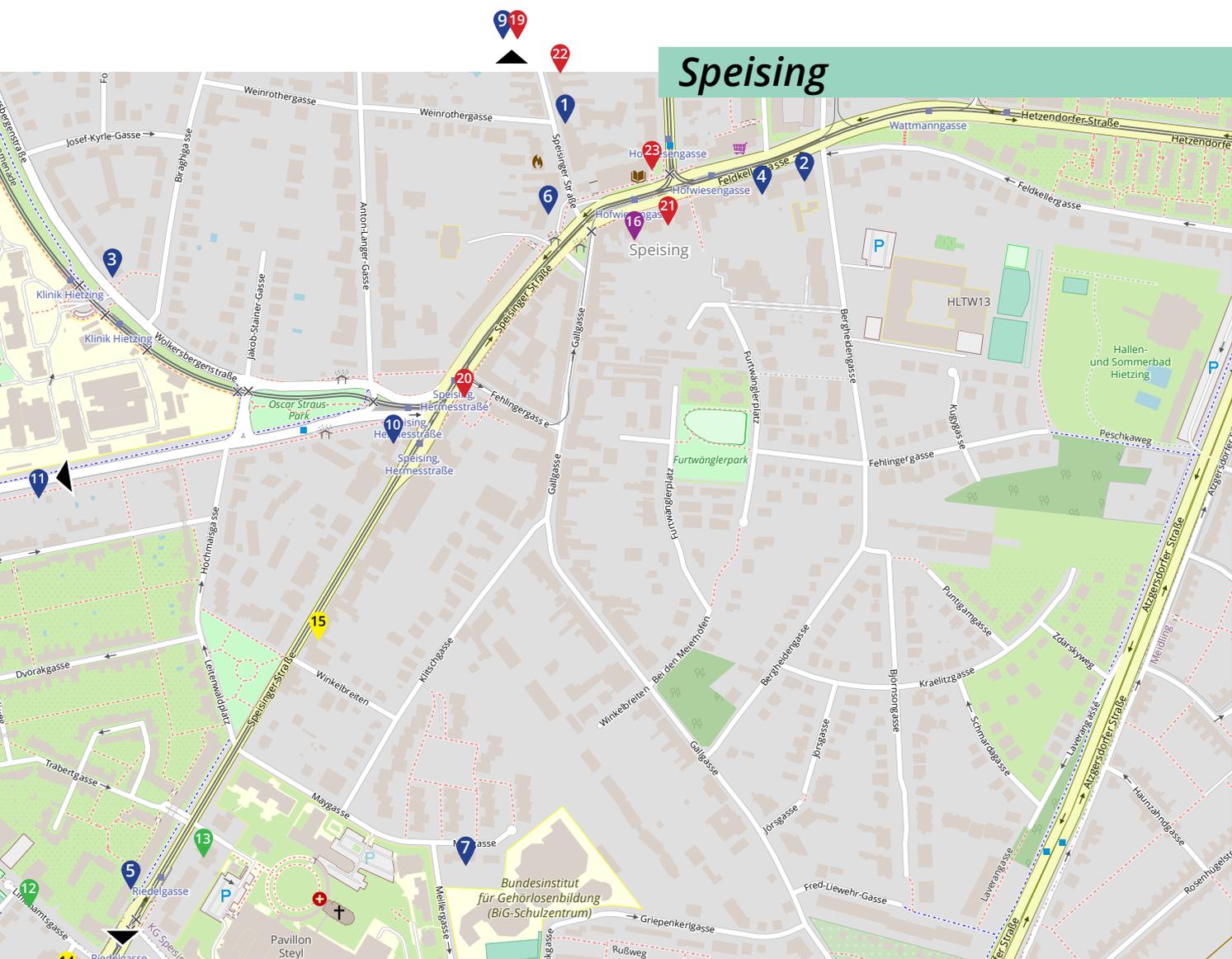


Bei der Sternsingeraktion der Katholischen Jungschar engagieren sich jedes Jahr Kinder, Jugendliche und Erwachsene ehrenamtlich. Vom 3. bis 7. Jänner gingen unsere König\*innen und Könige der Pfarre Ober St. Veit in edlen Gewändern von Haus zu Haus, sangen Lieder, sagten Segenssprüche auf und sammelten Spenden. Rund 80 Sternsinger\*innen waren bei Wind und Wetter in unserem Pfarrgebiet unterwegs, um so vielen Häusern und Wohnungen wie möglich den Segen fürs neue Jahr zu bringen und konnten so ein Pfarrergebnis von rund 18.400€ erzielen. Mit dem Geld der Dreikönigsaktion konnten dieses Jahr bis zu 500 Projekte unterstützt werden, insbesondere Kinder und Jugendliche in Guatemala, die von Armut und Gewalt betroffen sind, um ihnen eine Chance auf ein besseres Leben zu ermöglichen. **Vielen Dank an alle König\*innen und Begleiter\*innen!**

## Ober St. Veiter Grätzlfest

Am Fr., 24. und Sa. 25. Mai findet das großartige Ober St. Veiter Grätzlfest statt. Dorothea Massing, Mode Massing, ist Obfrau der Ober St. Veiter Kaufleute und organisiert dankenswerterweise auch heuer wieder das beliebte Fest für Jung und Alt. Vor allem die Streichung von Förderungen brachte das Event ins Wackeln. 2022 beschloss die Stadt Wien die Förderung aller Wiener Einkaufsvereine neu zu verteilen. Seit letztem Jahr bekommen daher von den rund 70 Einkaufstraßenvereinen, nur mehr sechs Schwerpunkt-Vereine Geld. Hietzing ist da leer ausgegangen. Umso mehr gilt unser Dank den Ober St. Veiter Kaufleuten, dass sie trotzdem das Fest für uns alle organisieren. Besuchen Sie daher nicht nur das Fest, sondern werden/bleiben Sie treue Kund\*innen der Grätzl-Nahversorger\*innen. Unser bewusstes Konsumverhalten ist ein wesentlicher Schlüssel für den Erfolg der Betriebe in unserem Grätzl. Nur so bleiben Jobs in der Nachbarschaft bestehen, wir bekommen fachliche Beratung und das schöne dörfliche Ortsbild mit den vielen diversen Geschäften bleibt erhalten, anstatt ödem Leerstand und verfallenen Häusern! *Das Programm wird, wie üblich, zeitnah in Ober St. Veit ausgehängt und Folder verteilt. Diese liegen wie gewohnt bei der Bäckerei Schwarz auf.*





## Speising

### Essen & Trinken

- Ammersin Getränkegroßhandel**; Speisinger Straße 31-33  
Getränkegroßhandel; Web: ammersin.at; Tel.: 01 804 4200
- Bäckerei Schwarz**; Feldkellergasse 26  
Bäckerei; Web: bswien.at; Tel.: 01 804 36 55
- Café Allgemein**; Wolkersbergenstraße 22-24  
Kaffeehaus; Web: cafeallgemein.at; Tel.: 01 960 57 90
- Cafeteria Dolce Cucina**; Feldkellergasse 22/1a  
Cafeteria; Tel.: 0664 512 72 22 und 23
- Eissalon**; Speisinger Straße 100; Eisdiele
- Kichererbse**; Speisinger Straße 38  
Vegetarische Gerichte; Web: kichererbse.at; Tel.: 01 804 20 06
- Restaurant May 31**; Maygasse 31; Web: restaurant-may31.at  
Italienisches Restaurant; Tel.: 0676 880 30 880
- Restaurant Split**; Hetzendorfer Straße 165-187  
Web: splithietzing.at; Tel.: 01 804 09 15
- Restaurant Waldzeile**; Speisinger Straße 2  
Web: waldzeile.at; Tel.: 01 804 53 94
- Ristorante Pizzeria iCalabresi**; Hermesstraße 1  
Web: icalabresi.at; Tel.: 01 804 49 82
- HERMES Cafe Restaurant Labstelle**; Lainzer Tiergarten  
Web: hermes-villa.at; Tel.: 01 804 13 23

### Gesundheit, Freizeit & Fitness

- ASV 13**; Linienamtsgasse 7  
Fußballverein; Web: ASV13.at; Tel.: 0699 1120 4516
- Gesundheitspark Wien-Speising**; Speisinger Straße 111  
Gesundheitspark; Web: gesundheitspark.at; Tel.: 01 801 823 169

### Handwerk & Reparatur

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

### Shopping & Einkauf

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

### Sonstiges

- Bücherei Hietzing**; Preyergasse 1-7  
Öffentliche Bücherei; Web: buechereien.wien.gv.at; Tel.: 01 4000 13 161
- Blumen B & B R Bigl**; Speisinger Straße 51  
Blumengeschäft; Tel.: 01 803 85 58
- Fahrschule Hietzing**; Feldkellergasse 10  
Fahrschule; Web: fahrschule-hietzing.at; Tel.: 01 239 72 90
- Streetwork Hietzing**; Speisinger Straße 19  
Offene Kinder- und Jugendarbeit; Web: rdk-wien.at; Tel.: 0699 158 577 82
- VHS Hietzing**; vorübergehend Hietzinger Kai 131  
Volkshochschule; Web: vhs.at; Tel.: 01 891 74 1130 00

## Ballonwerk

Ehrlicherweise muss ich sagen, dass ich mich schon immer gewundert habe, wie ein Geschäft allein durch den Verkauf von Luftballons bestehen kann. Der Markt an potenziellen Abnehmer\*innen erschien mir als zu klein. Außerdem waren für mich Heliumluftballons nur etwas, was Kleinkindern gefiel. Meine Meinung hat sich mittlerweile komplett geändert. Ballonwerk schenkte uns zu unserem Weihnachtsmarkt Luftballons als Dekoration. Nicht nur ich, sondern vor allem die Besucher\*innen waren begeistert. *Das Foto zeigt wie toll die Luftballons bei einer Geburtstagsfeier wirken!*



## Wir kommen zurück!



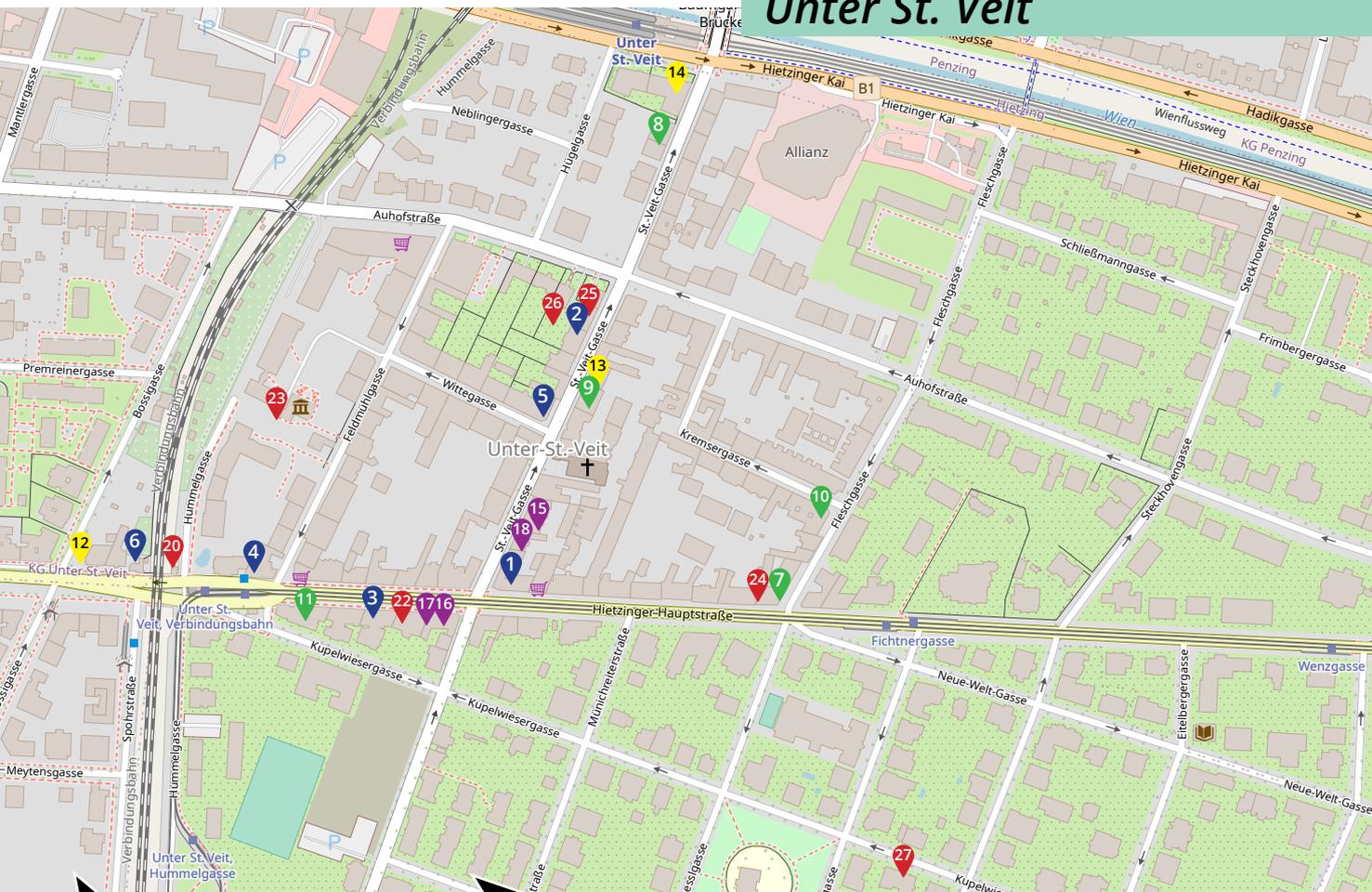
Nur mehr vier Monate, dann wird die VHS Hietzing in das generalsanierte Haus einziehen. Von außen betrachtet hat die Fassade schon Gestalt angenommen und ein Spruch der Reformpädagogin Eugenie Schwarzwald erstreckt sich über die ganze Fassade. Und was erwartet uns im neuen Haus, fragen viel Interessierte? Lichtdurchflutet ist der erste Eindruck. Durch die Übersiedlung der Bücherei gibt es zwei große Kursräume im Erdgeschoss, wobei ein Raum untertags als Geschenk an Eltern und Kleinkinder als kostenloser Indoor-Spielplatz zur Verfügung stehen wird. Im 1. Stock gibt es Duschen und Umkleidekabinen und durch die Zusammenlegung von kleineren Kursräumen mehr Platz. Im 1. Stock erlaubt eine Terrasse einen neuen Blick auf Speising. Dass die Holzvertäfelung im großen Saal erhalten geblieben ist, freut den Direktor Dr. Robert Streibel. „Der größte Saal im Bezirk punktet mit Retroschick und neuester Technik und bietet Platz für 220 Personen. Die Dreifachverglasung der Fenster ermöglicht einen ungestörten Kursbetrieb. Beheizt wird das Haus durch eine Wärmepumpe und das Flachdach wird außerdem für eine Photovoltaik-Anlage genutzt.“

## Gesundheitspark Wien Speising

Fit für den Frühling und Sommer. Informationsveranstaltung zum Thema Abnehmen, Entschlacken, Sich-fit-fühlen. Im Frühling wollen wir fit für den Sommer werden. Ein wenig abnehmen, entschlacken und Sport gehören für viele im Frühling zum jährlichen Programm. Welche Maßnahmen sinnvoll sind, wie ich meinen Körper im Frühling bestmöglich unterstützen kann und was ich für meine Gesundheit beachten sollte, erfahren Sie im Gespräch mit Apotheker Mag. pharm. Maximilian Hofbauer (Hermesapotheke). Wir laden Sie herzlich zu einem informativen Nachmittag mit Arzneitee-Verkostung ein und freuen uns auf Ihre Teilnahme. Der Informationsabend findet am Mittwoch, den 17. April 2024, von 15 bis 17 Uhr im Orthopädischen Spital Speising, Pav. Steyl, 3. Stock, Arnold-Janssen-Saal, Speisinger Straße 109 statt. Die Veranstaltung ist kostenfrei. Anmeldung erbeten unter: [www.oss.at/sommerfit](http://www.oss.at/sommerfit)



## Unter St. Veit



### Essen & Trinken

- Bäckerei Schwarz;** Hietzinger Hauptstraße 70  
Bäcker; Web: bswien.at; Tel: 01 877 22 36
- Obst & Gemüse;** Sankt-Veit-Gasse 53
- Schoko & Fiocco;** Hietzinger Hauptstraße 69  
Eismanufaktur; Tel.: 01 877 25 28
- Sun;** Hietzinger Hauptstraße 86; China-Restaurant
- Teenorissimo – kleines Teehaus;** Wittegasse 2  
Teehaus; Web: teenorissimo.at; Tel.: 0676 64 63 703
- Zum Seidl;** Hietzinger Hauptstraße 90  
Würstel-Buffer; Web: zumseidl.at; Tel.: 0699 112 24 562

### Gesundheit, Freizeit & Fitness

- Geburtshaus von Anfang an;** Hietzinger Hauptstraße 50  
Web: geburtshaus-von-anfang-an.at Tel.: 0681 81 336 556
- Optik Akustik Haller;** Sankt-Veit-Veitgasse 65  
E-Mail: optik-akustik-haller@a1.net; Tel.: 01 876 06 48
- Ortopropan;** Sankt-Veit-Gasse 56  
Sanitätshaus; Tel.: 01 402 21 25 - 3040
- Studio Zhang;** Kremsergasse 1/2  
Tai-Chi-Schule; Web: zhang.at; Tel.: 01 270 0688
- 5 Ebenen-Coach;** Hietzinger Hauptstraße 73/6  
Coaching & Aroma-Massagen; Web: 5ebenen-coach.at; Tel.: 0660 80 89 600

### Handwerk & Reparatur

- Fernsehdoktor Schwarz GmbH;** Hietzinger Hauptstraße 94  
Elektrofachgeschäft; Web: fernsehdoktor.co.at; Tel.: 01 877 92 55
- Maß- und Änderungsschneiderei E.Akgün;** Sankt-Veit-Gasse 56  
Web: schneiderei-akguen.at; Tel.: 01 876 60 48
- NRE Computer & Service;** Sankt-Veit-Gasse 67  
Computergeschäft; Web: nre.at; Tel.: 01 363 1130

### Shopping & Einkauf

- Giving & Living – Geschenke,** Sankt-Veit-Gasse 44  
Geschenkboutique; Web: gvingandliving.at; Tel.: 0664 88 71 71 88
- Jura-Store;** Hietzinger Hauptstraße 65; Kaffeevollautomaten
- Red Zac Schwarz Haushaltsgeräte;** Hietzinger Hauptstraße 65  
Elektrofachgeschäft; E-Mail: office@fernsehdoktor.co.at; Tel: 01 877 92 55
- Angel-A,** St.Veit-Gasse 42 + Hietzinger Hauptstraße 10  
Designermode; Web: angel-a.co.at; Tel.: 0650 360 4960
- Dr. Sommer Mixturen;** Rossingasse 16;  
natürliche Hautpflege; Web: mixturen.co.at; Tel.: 0660 48 500 70

### Sonstiges

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

## Jugend eine Welt

Anlässlich des „Tag der Straßenkinder“ am 31. Jänner begrüßte, die in Hietzing beheimatete österreichische Entwicklungsorganisation, Jugend Eine Welt Pater Linus Valentine Onyenagubor. Der Streetworker und Priester setzt sich in Nigerias 15-Millionen-Stadt Lagos jeden Tag – trotz großer Gefahr für das eigene Leben – für Straßenkinder ein. Bei der Veranstaltung in Wien berichtete Pater Linus von seinem Alltag und gab auch bewegende Einblicke in seine Arbeit. „Misshandlungen, Schläge, Hunger, Krankheiten und Drogen sind allgegenwärtig“, erzählte der 39-Jährige im Gespräch mit TV-Legende und Jugend Eine Welt-Botschafterin Chris Lohner. Jugend Eine Welt unterstützt seit vielen Jahren Straßenkinder-Projekte u.a. in Nigeria. Aktuell ist die Hietzinger Entwicklungsorganisation maßgeblich an einem Neubau eines Kinderschutzzentrums für rund 100 Straßenkinder in Lagos beteiligt.



**Don Bosco Entwicklungszusammenarbeit**  
**Münchreiterstraße 31**  
**Web: jugendeinewelt.at**

## Neuübernahme Happy Paper



**Hietzinger Hauptstraße 52**  
**Tel.: 01 877 35 72**

Unsere Freude war groß, als wir im Sommer 2021 darüber berichteten, dass das Papierwarengeschäft Pfleger übernommen wird. Seit damals führte Frau Gaudernak das Fachgeschäft mit viel Freude und Engagement. Mit Jahreswechsel wurde das Geschäft nun von Margit Rehberger übernommen. Frau Rehberger ist keine unbekannte Person. Immerhin führte Sie jahrzehnte lang die Papeleria auf der Lainzer Straße 123a, welche nun leider geschlossen wurde. Wir wünschen viel Erfolg und hoffen doch sehr, dass Hietzings Fachgeschäfte eine Zukunft haben.

## Dr. Sommer Mixturen GmbH & Co KG

Heike Sommer-Stern (*Fachärztin für HNO Heilkunde und Allgemeinmedizin*) führt seit vielen Jahren eine ganzheitlich orientierte Praxis. Ihr zweites Steckenpferd neben der Medizin ist ihre Manufaktur für Naturheilprodukte. Die Salben, Öle und Tees werden ohne Duft und Konservierungsstoffe eigenhändig zubereitet. Bei der Herstellung werden ausschließlich Produkte aus zertifizierten Biobetrieben verwendet. Neben der pflegenden Wirkung haben die Produkte eine intensive Heilwirkung bei HNO Problemen sowie bei Problemen an der Haut. Die Präparate können u.a. im Webshop oder in der Rossinigasse erworben werden.



**Rossinigasse 16**  
**Web: [mixturen.co.at](http://mixturen.co.at)**  
**Tel.: 0699 128 01 500**

## Sophie Philo



Sieht man sie noch am Wegesrand stehen?; die Vorboten des Frühlings: Schneeglöckchen, Narzissen, Hyazinthen,... oder werden Sie zurückgedrängt, blühen nur mehr im Verborgenen, wie all die kleinen Inhabergeführten Geschäfte und Gaststätten? Systemgastronomie statt Wirtshaus. Internationale Modelabel und Concept Stores statt Einzelunternehmen. Leerstehende Geschäfte wohin man sieht. Vorboten des Niederganges, oder des erneuten Erblühens? Werden sich die Kleinen behaupten, wie das zarte Schneeglöckchen, dem Zeichen der Hoffnung auf die wärmeren Tage, dem auch besondere Widerstandskraft zugeschrieben wird? 1183 berichtet Emil Zola beeindruckend bildreich vom Aufstieg der neuen, prächtigen Warenhäuser, wahrhaften Konsumtempeln, die die Kunden verzaubern. Die Einzelhändler mit ihren Spezialgeschäften, treibt es in die Verzweigung oder in den Ruin. „Die Hauptsache, mein Bester, ist, dass sie Feuer fangen, und dafür braucht man einen Artikel, der gefällt, der Aufsehen erregt.“ Aristide Boucicaut erfand 1852 dies revolutionäre Konzept, voilà, wo sonst, als in Paris! Die Revolutionäre von heute sind die, die sich trauen, sich mit Ihrer Leidenschaft zu spezialisieren, die Gemütlichkeit, Individualität und Kontinuität neu etablieren. Wünschen wir Ihnen die wärmenden Strahlen der Sonne, auf dass Sie bestmöglich gedeihen.

*avec plaisir... Sophie Philo*

## Grätzl Vinothek Ver<kost>bar



Lain  
Web  
Tel.:

Peter führt seit Jahren die Grätzl Vinothek in der Testarellogasse. 2023 wechselte er die Straßenseite und ist nun unter der Adresse Testarellogasse 24 zu finden. Der Weinkenner ist kein unbekanntes Gesicht in unserem Magazin, immerhin sorgt er jede Ausgabe für die Weinempfehlung zum Rezept des Restaurants May31. Aber er ist nicht nur damit aktiv tätig. Im Dezember präsentierte er ausgewählte Weine beim Vernetzungsabend für Einzelhändler\*innen im Modegeschäft AUST Fashion (Hietzinger Hauptstraße 16). Dieser Abend wurde von unserer Netzwerkpartnerin Mag. Brigitte Ordo, Shopcoach für den Einzelhandel, organisiert.

Außerdem gibt Peter selber regelmäßig Künstler\*innen die Möglichkeit in seiner Vinothek ihre Kunstwerke auszustellen. So stellte zum Beispiel im Jänner der talentierte Künstler Alexander Lindenhofer in der Grätzl Vinothek aus.

Am 26. April folgt die erste gemeinsame Veranstaltung. Unter dem Motto „Wine and Blues“ laden wir Sie recht herzlich ins GRÄTZLherz ein. Ab 18 Uhr trägt Leo K. wissenswertes zu der Geschichte des Blues, inklusive Hörbeispiele vor. Dieser Vortrag wird durch passender Weinbegleitung zu einem einmaligen Event. Wir freuen uns auf Ihr zahlreiches Kommen.

*PS: Peter ist glühender Griechenland-Fan und liebt die griechische Küche. Er hat bereits den neuen Griechen (Restaurant Delphi) in der Rotenberggasse 4 getestet und empfiehlt diesen aufs Wärmste!*



## Gnocchetti Sardi alla Campidanese con Zucchini

### für 2 Personen:

- 1 Paar Salsiccia (zB Fleischerei Hödl)
- ½ Döschen Safranfäden (ca. 0,1g)
- 3-4 Kirschtomaten
- 30g Butter
- 1 junge Zucchini
- frischer Basilikum
- 2 Stück Knoblauchzehen
- Geriebener Parmesan
- Salz & Pfeffer
- Olivenöl
- Ca. 220 g hausgemachte MAY31 Gnocchetti



Die Safranfäden ca. 30 min in 100 ml Wasser einweichen.

Die Zucchini waschen und mit einem Sparschäler dünne Scheiben runterschneiden. Knoblauch schälen und klein schneiden. Basilikumblättchen abzupfen, waschen und beiseitelegen. Die Tomaten ebenfalls waschen und halbieren.

Pasta in reichlich kochendem Salzwasser nach Packungsangabe al dente kochen. Inzwischen das Öl in einer Pfanne erhitzen, Salsiccia darin 4-5 Min. braten.

Tomaten mit Knoblauch untermischen und kurz mitbraten. Butter hinzufügen und weitere 2-3 Minuten weiterköcheln lassen. Basilikum und Safranwasser untermischen und alles offen bei schwacher Hitze noch 2-3 Min. garen.

Die Sauce mit etwas geriebenem Parmesan binden. Pasta abgießen und untermischen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken auf 2 Teller anrichten und 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



Testarellogasse 27

Web: [verkostbar.wine](http://verkostbar.wine)

Tel.: 0681 849 780 13

Die Gnocchetti Sardi sind die wohl typischsten sardischen Nudeln. Und die Gnocchetti Sardi alla Campidanese sind das bekannteste Gericht mit diesen außergewöhnlichen Nudeln. Die Salsiccia in Kombination mit Safran und junger Zucchini erzeugt ein wunderbar traditionelles mediterranes Gericht. Zu Salsiccia würde sich ein leichter Rotwein anbieten, allerdings ist der Safran eine Diva unter den Gewürzen und passt unserer Ansicht nach gut zu einem Riesling, bevorzugt mit etwas Restsüße. Riesling mit einer dezenten Süße und trotzdem lebendiger Säure ist eine deutsche Spezialität, in Österreich trinken wir unseren Riesling gerne trocken, mit eleganter Frucht, oft Steinobst, am Gaumen und gut begleitet von passender Säure. Wir haben aber auch einen österreichischen Riesling mit dezenter Süße für unsere Kunden im Programm. Unsere heutige Weinempfehlung kommt vom Weingut und Buschenschank Lehner Minkowitz aus dem schönen Weinbauort Mannersdorf an der March im südlichen Weinviertel. Der Riesling vereint eine komplexe Stilistik mit eleganter Säure, schönem Schmelz und toller Reife. Dieser wunderbare Riesling ist in der VER KOST BAR Grätzl Vinothek um 16 Euro zu erwerben.



## Die Fliegende Galerie

**Im Jänner interviewten wir Wolfgang Mühlberger (am Foto liegend) und Rudolf Schramm (am Foto fliegend). Die beiden gründeten 2017 mit Johanna Artmann die „Fliegende Galerie“, ein Verein für junge Kunst. Wolfgang und Rudolf lernten sich bereits vor Jahrzehnten kennen, eine genauere Angabe wurde uns untersagt. Sie merken, das Interview war kurzweilig und lustig.**

Nun wollen wir die beiden kurz vorstellen. Herr Mühlberger studierte Kunst in Wien und spezialisierte sich später auf Galeriewesen und Antiquariat. Seit 1984 lebt er in Hietzing und führt das Antiquariat Speising (Speisinger Straße 49). Dort gibt es An- und Verkauf, als auch Expertisen in den Bereichen Geschichte, Austriaca, Wissenschaft, Kunst, Grafiken, Plakate, Ansichtskarten und Comics. Rudolf Schramm absolvierte zwar eine Ausbildung zum Automechaniker, begann jedoch bereits mit 17 Jahren in einem Verlag zu arbeiten. Dann war er über 30 Jahre in der Werbung als Texter tätig. Rudolf hat in dieser Zeit u.a. mit seinen Freunden eine sehr erfolgreiche Werbeagentur aufgebaut. So hat er für IKEA den Elch erfunden oder für den damaligen Bundeskanzler Vranitzky im Wahlkampf für seine gelungene Wiederwahl den Slogan „Zu neuen Qualitäten“ ersonnen. In einem spannenden Podcast erzählt er, wie ihm dieser Text eingefallen ist - bei einer Zugfahrt mit seinen Freunden nach Ungarn, gleichzeitig nebenbei mit einer großen Leichtigkeit. Mit fünfzig Jahren beschloss er, die Werbeagentur zu verkaufen und neue Wege zu gehen. Rudolf Schramm schrieb ein Buch und genoss einfach die große Freiheit. Seit über zehn Jahren lebt Rudolf nun in Alt-Hietzing. Den Hang zur Kunst verspürte er bereits als kleiner Junge. Herr Schramm erinnert sich daran, dass sein Bruder ihm ein Picasso nachma-



len sollte, da war Rudi 11 Jahre alt. Die Kunstaffinität teilt Herr Schramm mit seiner Freundin, welche Künstlerin ist.

Wolfgang und Rudolf wirkten im Interview wie ein gut eingestimmtes Team. Sie beendeten gegenseitig die Sätze/Gedanken. Auch in der Arbeit im Verein „Fliegende Galerie“ ergänzen sich die beiden perfekt. Wolfgang ist der Chef wenn es um ältere Künstler bis 1970/1980 geht und Rudolf hat seine Expertise vor allem bei den jüngeren Künstler\*innen. Wer oder was ist aber nun die Fliegende Galerie Wien? „Wir alle wissen, wie schwer es für junge

und unbekannte Künstler\*innen ist, ihre oftmals großartigen Arbeiten einer breiten Öffentlichkeit zu präsentieren. Unser Verein ist ständig darum bemüht geeignete Räume zu finden, in denen wir temporäre Ausstellungen für diese Künstler\*innen ermöglichen können.“, erklärte uns Rudolf überzeugt. Diese Räume können leerstehende Geschäftslokale, Gewerberäume, Fabrikhallen oder öffentliche Orte sein, wie zum Beispiel das Palais Schey in der Goethegasse 3. Dort organisiert der Verein regelmäßige Ausstellungen – auch heuer wieder.



Wie es für einen gemeinnützigen Verein üblich ist, streift sich der Vereinsvorstand nicht die Kohle ein, sondern investiert vielmehr ehrenamtliche Arbeitszeit zur Erzielung des Vereinszwecks. Anfallende Kosten für Raumnutzungen oder Materialien werden mit Hilfe von Spenden und Kunstverkäufen beglichen. „Um unsere anfallenden Unkosten teilweise zu decken, haben wir einen Online-shop ins Leben gerufen, der Arbeiten mit uns befreundeter



Künstler\*innen, aber auch interessante andere Kunstwerke anbietet“, erklärte uns das Duo. *Kleine Werbeeinschaltung an dieser Stelle: Unterstützen Sie auch den Verein und besuchen Sie die Homepage unter: [www.fliedegaleriешop.at](http://www.fliedegaleriешop.at) Aktuelle Partner\*innen sind in den Bereichen Graffiti, Bildhauerei und Malerei beheimatet.* Wolfgang und Rudolf würden sich über Zuwachs freuen. Bei Interesse können Sie gerne telefonisch (0677 1862 3821) oder per E-Mail ([abwk@aon.at](mailto:abwk@aon.at) oder [schramm@akis.at](mailto:schramm@akis.at)) Kontakt aufnehmen.

Nebst den Ausstellungen arbeitet der Verein auch daran regelmäßig Fliegende Blätter anzubieten. Dies ist ein Journal für Sinnsuche und streben nach Höherem. Uns wurde



ein Exemplar geschenkt. Dieses kann ab sofort gerne bei uns im Vereinslokal gelesen und bestaunt werden. Darin enthalten sind Gedichte (u.a. von Robert Streibel, Valerie Springer, Stefanie Salzburger und Andrea Zelinka), gleichsam Zeichnungen von Johanna Artmann, G. Meseck und David Mase.

In unserem letzten doppelseitigen Interview (Magazin #14 Winter 2023) berichteten wir vom Maler und Bildhauer Eduard Diem. „Durchs Reden kommen d’Leut zam!“, lautete damals der erste Satz. Und so war es auch in diesem Fall. Am Ende des Gespräches vereinbarten wir ein gemeinsames Projekt. Am Freitag, den 7. Juni, wird es um 18 Uhr eine Vernissage bei uns im GRÄTZLherz (Vereinslokal in der Nothartgasse 40) geben. Unter dem Thema „Umweltverschmutzung“ werden passende Künstler\*innen vereint und gemeinsam ausstellen. Die Fliegende Galerie ist hierbei für die Ausstellung und Auswahl der Künstler\*innen verantwortlich und wir von GRÄTZLeben Hietzing sorgen für das Wohlbefinden bei der Vernissage. Außerdem werden wir auch Vorträge und Workshops zum Thema Umweltverschmutzung und Klimawandel organisieren.

**SAVE THE DATE**

**Vernissage:** Fr. 7. Juni, 17 Uhr im GRÄTZLherz  
**CALL FOR ARTISTS:** bei Interesse Mitauszustellen nehmen Sie bitte Kontakt mit Rudolf Schramm auf (0677 18 62 38 21 oder [schramm@akis.at](mailto:schramm@akis.at))

viele  
**gratis**  
Angebote  
♥

# HIETZINGER GESUNDHEITS- MESSE

**24. Februar 2024**

10-16 Uhr im GRÄTZLherz

**Mo., 26.02 bis Fr., 01.03**

**täglich verschiedene Angebote:**

Vorträge, Workshops, Tag der

Offenen Tür, Schnupperkurse etc.



← Mehr Infos auf [www.GRÄTZLeben.at](http://www.GRÄTZLeben.at)

  
**GRÄTZLeben**  
HIETZING



## Gesundheitsnetzwerk für Hietzing

Das **GRÄTZLeben Netzwerk** von Menschen aus dem **Sozial- und Gesundheitsbereich** veranstaltet zum bereits dritten Mal die Hietzinger Gesundheitswoche. Den Anfang macht die Gesundheitsmesse am Samstag, den 24. Februar. Von 10-16 Uhr können Sie ganz einfach unsere zahlreichen Netzwerkpartner:innen kennen lernen. Der Besuch der Gesundheitsmesse ist kostenlos und bietet darüber hinaus diverse Angebote an. Mit dabei sind unter anderem: **Irene Eminger** (Psychoziale Beraterin), **Christopher Hetfleisch** (Lebens- und Sozialberater, Supervisor), **Alexander Krasser** (Mediator), **Nadja Sonnenschein** (Dipl. Craniosacrale Biodynamikerin, Dipl. Kinesiologin, Integrative Ernährungsexpertin), **Elisabeth Walter** (Die Aufstellerin), **Regina Spering** (Yoga, Atemcoach), **Angelika Treml-Hofko** (EFT practitioner & Tonpunktur mit Stimmgabeln), **Sieglinde Gasser** (Ayurveda, Meditation), **Annette Ofner** (magic move), **Christine Pasterk** (Ernährungsberaterin), **Veronika Stampfl-Slupetzky** (Hebamme) und der **Gesundheitspark Speising**. Nebst den Messeangeboten und Kennenlerngesprächen gibt es zu Mittag Snacks (auch vegan und glutenfrei) von Sieglinde und Nadja zu erwerben.

In der Gesundheitswoche warten viele interessante Workshops, Schnuppereinheiten und Vorträge auf Sie. Das **Sportorthopädiezentrum Hietzing** hat sich zum Schwerpunktthema „Was tun bei Kopfschmerzen und Migräne?“ zahlreiche Angebote überlegt: „Mit gezielten Bewegungen und Therapie Kopfschmerz und Migräne entgegenwirken“ (Ines Schrempf), „Lernen Sie die Kopfschmerzen und Migräne auslösenden Faktoren rechtzeitig zu erkennen und mit gezielten Methodiken selbst zu regulieren!“ (Verena Forreth), „Ernährungsscheck bei Migräne und Kopfschmerzen“ (Stephanie Büchler), „Axomera Therapie bei Clusterkopfschmerzen

und Migräne: Informieren Sie sich über dieses neuartige Therapiesystem, das bei Schmerzserkrankungen eingesetzt wird“ (OÄ Dr. Gabriele Kiesselbach) und „Milde hyperbare Sauerstofftherapie“. (Näheres unter: sportortho-zentrum.at) Auch heuer gibt es wieder **Tage der Offenen Türe**: am Dienstag (27. Februar) von 10-16 Uhr im **Gesundheitspark Speising** (Speisinger Straße 111, Infos: gesundheitspark.at) und am Mittwoch (28. Februar) im **Momentum in Bewegung** (Hietzinger Kai 133, momentum-bewegung.at). Unser Netzwerkpartner Alexander Winter von  **AIS 24-Stunden-Betreuung** beschenkt unsere Leser\*innen mit folgendem Gutschein.







**Gutschein im Wert von EUR 100,- auf die Vermittlungsgebühr**

Für alle Besucher\*innen der Hietzinger Gesundheitsmesse 2024  
Gültig von 24.02.2024 bis 09.03.2024

Home-Care-Management Alexander Winter e.U. / Tel.: 0800 006 555 / E-Mail: alexander.winter@ais-agentur.com

### Nächste Termine

**Gesundheitsvernetzung:** Di. 9. April 9-10:30 Uhr (GRÄTZLherz), kostenfrei, Anm. info@grätzleben.at oder 0676 44 67 466

**Gruppensupervision:** Termine auf Anfrage (GRÄTZLherz), 10€ für Mitglieder sonst 20€, 2 Stunden, Anm. an christopher@ichbinwuerdig.at oder 0676 44 67 266

## BunterLebenHietzing Veranstaltungen



**Die Frauen im Karakorums**

**Fr., 1. März um 19 Uhr**

BunterLeben macht einen Ausflug ins Bezirksmuseum zur famosen Priska Seisenbacher und ihrem Diavortrag „Die Frauen im Karakorums“

**Freitage, 5. April / 3. Mai / 7. Juni von 18 – 22 Uhr**

**Drüber & Drunter – Kleidertauschparty mit Tanz & Cocktails**

- Kleidertausch by Tauschbörse Ober St. Veit: nach dem Motto „schenken und beschenkt werden“ DU bringst gut erhaltene Kleidung, die du nicht mehr brauchst und nimmst mit was dir gefällt. So bereitest ein Stück, das für dich ausgedient hat, jemand anderem große Freude.

- An den Plattentellern sorgen die Soulsisters Millie Lahouti & Barbarella mit Grooves der 1970igern bis ins Jetzt für Atmosphäre

- Cocktails by Max – wer sie noch nicht probiert hat, dem fehlt ein Schlückchen Genuss!

- Wer mag, tanzt oder sofasurft. Mit Cocktail in der Hand. Und tauscht sein Gwand\*.



**Millie Lahouti & Barbarella**



**ACH! Künstler\*innenvernetzung:**

ArtClubHietzing ein Cometogether für Künstlerinnen und Künstler aus Hietzing und Umgebung. \*Kunstschaffende untereinander zu vernetzen \* gemeinsame Ressourcen zu nützen \* sich gemeinsam im Bezirk sichtbar zu machen.

**Mi., 6.3. um 17 Uhr** im Atelier Finearts 13, Einsiedeleigasse 7  
**Mi., 3.4. & 8.5. um 10 Uhr** im Hotel Maximilian, Hietzinger Hauptstraße 16

## Rückschau Herbst 2023



**Mikro & Makrokosmos**



**Zauberladen beim Weihnachtsmarkt**

## Kulturverein Hietzing - Frühlingsprogramm



**Winterspaziergang**

Web: [kulturverein-hietzing.at](http://kulturverein-hietzing.at)

Am Samstag den 20. Jänner hat der Kulturverein Hietzing bereits das neue Veranstaltungsjahr bei bestem Wetter mit dem Winterspaziergang im Lainzer Tiergarten in Begleitung des Wiener Forstdirektors und anschließender kulinarischer und musikalischer Verpflegung im Rohrhaus eingeläutet. Auch 2024 plant der Kulturverein Hietzing wieder ein vielseitiges und vor allem frei zugängliches Programm an Kulturveranstaltungen. Einerseits werden unsere erfolgreichen Veranstaltungsreihen wie etwa das VOLXkino und die Hietzinger-Sunset Lesung am Roten Berg fortgesetzt, andererseits freut es uns auch insbesondere neue Kooperationen ermöglichen zu können. So unterstützen wir unter anderem den in Hietzing ansässigen Künstler Erik Tannhäuser vom Skulpturengarten Wien bei der Durchführung seines Projektes Entwicklungen, die fertigen, eigens zu diesem Zweck entworfenen Werke werden ab Spätsommer 2023 im Schönbrunner Schlossgarten im Rahmen einer Ausstellung zu sehen sein. Zunächst dürfen wir aber im April zu einer Veranstaltungsreihe mit Theater, Lesung und Konzert in die Rote Kapelle am Gelände der Klinik Hietzing einladen. Genauere Informationen zu unserem Programm und den Terminen werden alsbald auf unserer Website eingetragen. Wir hoffen Sie auch dieses Jahr zahlreich begrüßen zu dürfen!

## Hietzing blüht auf - Frühlingsprogramm

**Fr., 1. März um 19 Uhr im Bezirksmuseum Hietzing**

*Priska Seisenbacher* – „Die Frauen im Karakorum“

Diavortrag / Lesung

**Bezirksmuseum Hietzing**, Am Platz 1

Anmeldung erbeten: [kontakt@hietzing-blueht-auf.at](mailto:kontakt@hietzing-blueht-auf.at)

**Donnerstag, 14. März um 18 Uhr im M2**

*Alexandra Uccsic* – „Woman4Nature“ Interaktive Vernissage

**M2**, Maxingstraße 2

**Donnerstag, 11. April um 19 Uhr in der Waldzeile**

*Michaela RABITSCH & Robert PAWLIK Quartet*

**1. HIETZINGER JAZZFRÜHLING**

Die Wiener Jazz & Genussstage gehen heuer zum 12. Mal über die Bühne und machen zum ersten Mal mit dem Michaela Rabitsch & Robert Pawlik Quartet in Hietzing Station! Wiens „first couple of Jazz“ präsentiert ein abwechslungsreiches und vielschichtiges musikalisches Erlebnis der Extraklasse, getaucht in ihren Signaturesound von Jazz gewürzt mit einer Prise World! (Michaela Rabitsch - Gesang, Trompete, Flügelhorn; Robert Pawlik - Gitarre; Joe Abentung - Kontrabass und Dusan Novakov - Schlagzeug)

**Restaurant Waldzeile**, Speisingerstraße 2, 1130 Wien  
Reservierungserbeten: Tel: 01/8045394 E-Mail: [office@waldzeile.at](mailto:office@waldzeile.at)

**Donnerstag, 25. April um 19 Uhr in der Waldzeile**

*Duo drah ma's auf*

Wiener Lieder & Lieder aus Wien

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

**Restaurant Waldzeile**, Speisingerstraße 2, 1130 Wien

Reservierungserbeten: Tel: 01/8045394 E-Mail: [office@waldzeile.at](mailto:office@waldzeile.at)



**Die Frauen im Karakorum**



**Women4Nature Interaktive Vernissage**



**Michaela RABITSCH & Robert PAWLIK Quartet**



**Duo Drah ma's auf**  
[www.drahmasauf.at](http://www.drahmasauf.at)



## It's all about the blues

Unser Vereinsmitglied Leo K., der selbst jahrelang in einer Blues-Rock-Band gespielt hat, referiert über die Entwicklung eines Musikstils, der die gesamte heutige Populärmusik beeinflusst hat. Die Geschichte reicht ausgehend von den Worksongs der Sklaven auf den Baumwollfeldern der amerikanischen Südstaaten über die Minstrel-Shows an der Wende vom 19. zum 20. Jahrhundert und die Ausprägung verschiedener Spielformen und Wechselwirkungen mit dem Jazz bis zur amerikanischen Bürgerrechtsbewegung und ihren Folgen auf die gesellschaftliche Entwicklung auf der ganzen Welt bis heute (Stichwort „Black Lives Matter“). Ausgewählte musikalische Beispiele (bekannte Klassiker und obskure Internetfunde) untermalen diesen Vortrag. **Save the date: Freitag, 26. April um 18 Uhr im GRÄTZLherz (inklusive Weinbegleitung, Ver<kost>bar)**



## Ausstellungen im GRÄTZLherz



Seit Bestehen unseres Vereinslokales gibt es regelmäßig Ausstellungen. Den Anfang machte im September 2021 Jaime Carvajal (siehe Foto). Es folgten u.a. Gertraud Fuchs, eine Künstler:innen Gruppe um Katja Martin, Künstler des Vinzenzhauses der Caritas, Familie Stelzer, Rachel, Eva Lauber, ArtClubHietzing und zuletzt Erich Schopf. Diese Tradition wollen wir nicht nur weiterführen, sondern auch ausbauen. Wir versuchen zumindest monatlich einem:r Künstler:in die Möglichkeit zu geben, unsere Räumlichkeiten für eine Ausstellung zur Verfügung zu stellen. Am 2. und 3. März sind die Fotografien von Stefan Czurda zu bestaunen (siehe Seite 32). Im April stellt Sabine Schwarz bei uns aus (siehe Folgeartikel). Ganz junge Künstler:innen verschönern im Mai unsere Räumlichkeiten und am 7. Juni ist die Fliegende Galerie bei uns zu Gast (siehe Seiten 18 und 19).

## Natur – Foto – Kunst

Sabine Schwarz – Künstlerin, Fotografin, Kunsttherapeutin. Meine großen Lieben und Leidenschaften sind die Natur, die Fotografie und die Kunst. Mit meinen Werken zeige ich die Verbindung zwischen Mensch und Natur, des Inneren und des Äußeren. Eine Verbindung zwischen dem Prozess und dem Werk. Eine Verbindung zwischen Fotografie und Natur. Es kann auch als Sinnbild für den Körper und Geist (Psyche) gesehen werden, beides unterliegt einem anderem Farbspektrum und dennoch gehört es zusammen. Dies kann somit als Verbindung und Vermittler zu sehen sein. Meine haptischen Werke, welche auch zum Berühren und Erfahren der Sinne einladen, sind am 12. und 13.04.24 jeweils um 18:00 Uhr in der Vernissage im GRÄTZLeben in der Nothartgasse 40, 1130 Wien zu erkunden. Kleinere Knabberereien für den Gaumen wird es ebenfalls geben. Ich freue mich auf zahlreiches Erscheinen und Kennenlernen.



Web: [sabine-schwarz.com](http://sabine-schwarz.com)

E-Mail: [info@sabine-schwarz.com](mailto:info@sabine-schwarz.com)

Tel: 0677 620 425 82

## Bezirksmuseum

Eine neue Publikation ist im Bezirksmuseum erhältlich: „Jugendstil in Hietzing“ zeigt eine Auswahl aus dem reichen architektonischen Erbe unseres Bezirkes aus der Epoche von 1896 bis 1918. Die Ausstellung „Abba Kitaba – Vater des Buches“ anlässlich des 100. Todestages des Hietzinger Afrikaforschers Friedrich Julius Bieber wird am 24. Februar um 17:30 eröffnet. Am 10. März, dem „Tag der Wiener Bezirksmuseen“, sind alle Bezirksmuseen von 10:00 bis 16:00 geöffnet. Im Bezirksmuseum Hietzing steht an diesem Tag die Literatur im Mittelpunkt: um 11:00 wird die Ausstellung „Hietzing in Worten“ eröffnet. Es werden Texte bekannter und weniger bekannter Autor:innen präsentiert, die Menschen, Orte und Ereignisse unseres Bezirkes zum Thema haben. Auch werden Bilder mehrerer Künstler:innen mit Hietzinger Motiven gezeigt. Um 15:00 wird das Buch „Alban Berg in Bildern“ von Daniel Ender präsentiert. Am 27. April um 16:00 findet im Festsaal des Bezirksmuseums Hietzing das Gesprächskonzert zum 150. Geburtstag der Operette „Die Fledermaus“ von Johann Strauss statt, die in der Maxingstraße 18 komponiert wurde. (Anmeldung per E-Mail: [bm1130@bezirksmuseum.at](mailto:bm1130@bezirksmuseum.at))



## Kunst am Bau in Hietzing – Folge 14



### „Visuelle Streifzüge“ mit Mag. Gerhard Jordan

**1** Die Ausstellung „Kunst am Bau in Hietzing“ im Bezirksmuseum wurde mit einer interessanten „Finissage“ am **20. Dezember 2023** beendet (Foto 1). Meiner bei der Eröffnung am 22. September ausgesprochenen Einladung an die Bevölkerung, Hinweise über weniger bekannte Werke, vor allem an privaten und genossenschaftlichen Wohnanlagen im Bezirk, zu liefern, sind zahlreiche Menschen gefolgt. Zu den unterschiedlichen Feedbacks zählten z.B. Infos aus der Evangelischen Gemeinde über die „Wartburg-Siedlung“ in der Löfflergasse, über eine Portal-Umrahmung im „Hundertwasser-Stil“ von Architekt DI Peter Pelikan in der Lainzer Straße bis hin zu den temporären Installationen an der Fassade der Volkshochschule Hietzing in der Feldkellergasse. Der 1929 geborene und in Ober St. Veit wohnende Bildhauer Eduard Diem konnte sogar als „Zeitzeuge“, der selbst mit Werken zur „Kunst am Bau“ in Wien beigetragen hatte, Eindrücke beisteuern.



**2** Einem Bewohner der 1956-59 errichteten Genossenschafts-Wohnanlage „Am Schlossberg“ ist der Hinweis zu verdanken, dass das **Wandbild an der Ecke Seutergasse 8/Schlossberggasse 6E** (Foto 2) vom Maler Herbert Schütz (1903-1964) stammt. Es stellt einen Adligen dar, der „einfachen Menschen“ gegenübergestellt ist (ein Motiv, das sich übrigens schon 1951 auf einem Sgraffito von Walter Harnisch in der Hetzendorfer Straße 187 findet) und soll wohl an das 1956 abgerissene Hackinger Schloss, das sich an dieser Stelle befand, erinnern. Herbert Schütz schuf u.a. 1954 drei Mosaik-Hauszeichen mit Gemüsemotiven in der Hadikgasse 270 im 14. Bezirk.



**3** Bei der Ausstellungs-Eröffnung hatte ich auch den in Hietzing wohnenden vielseitigen Künstler Carry Hauser (1895-1985) erwähnt, der - leider nur in anderen Bezirken - zahlreiche Werke der „Kunst am Bau“ hinterlassen hat. Sehr dankbar bin ich für den interessanten Hinweis des Kunsthandels-Gründers Mag. Roland Widder, der ein Foto von einem Bild beisteuerte, das sich im 13. Bezirk befindet: eine **Wandmalerei von Carry Hauser in der Maxingstraße 34** - in einem Zimmer des Hauses Ecke Tiroler Gasse, das der Künstler von 1947 bis zu seinem Tod bewohnt hatte (Foto 3).

### Nächste Termine

Grätzlspaziergang „Kunst am Bau in Hietzing“ mit Gerhard Jordan.  
Samstag, 13. April 2024, 15 Uhr, Treffpunkt: Hadikgasse/Ecke Hochsatzengasse.  
Diesmal ein „Abstecher auf die andere Seite des Wienflusses“ (ca. 2 Gehminuten von der U4-Station Ober St. Veit). **Anmeldung: Mail an [hietzing@gruene.at](mailto:hietzing@gruene.at)**



## Lehrgang „Ich bin MERKwüRdig!“

Mein Name ist Christopher Hetfleisch und ich bin davon überzeugt, dass auch du würdig bist, dass du gemerkt wirst! In meinem 5-teiligen Lehrgang lernst du Werkzeuge bzw. Handlungsmöglichkeiten, die du benötigst, selbstbestimmt und selbstbewusst dich als Person zu entfalten. Der Lehrgang ist inhaltlich aufeinander aufgebaut. Es ist auch möglich Module einzeln zu buchen. Im 1. Modul setzen wir uns mit Kommunikationsmodellen auseinander und du wirst die Anwendung dieser gleich üben. Modul 2 hat als Schwerpunkt die Reflexion und die Förderung der eigenen Psychohygiene. Die Biografiearbeit ist das 3. Modul. Danach folgt „Lebensträume & Zielarbeit“. Zum Abschluss des Lehrgangs, 5. Modul, steht Selbstmanagement & Wirksamkeit auf dem Programm.

Der Lehrgang startet am Samstag, den 20. April. Weitere Termine sind: 25. Mai, 29. Juni, 14. September und 19. Oktober. Ein Modul dauert inklusive Pausen jeweils 7 Stunden (9-16 Uhr) und wird im GRÄTZLherz stattfinden. Der gesamte Lehrgang kostet 550€, ein einzelnes Modul 135€. Bei Interesse stehe ich dir gerne für ein kostenloses und unverbindliches Erstgespräch zur Verfügung. Terminvereinbarung am liebsten telefonisch unter 0676 44 67 266. Ich freue mich schon sehr darauf, dich auf deinem Lebensweg begleiten zu dürfen!

ICH BIN MERKWÜRDIG	
01	KOMMUNIKATIONSMODELLE >
02	PSYCHOHYGIENE & REFLEXION >
03	BIOGRAFIEARBEIT >
04	LEBENSSTRÄUME & ZIELARBEIT >
05	SELBSTMANAGEMENT & WIRKSAMKEIT >
www.ichbinwürdig.at christopher@ichbinwürdig.at 0676 44 67 266	

**GRÄTZLeben**  
HIETZING

### SPANISCH LERNEN

Selbstorganisierte Spanisch-Kinderspielgruppe (Native Speaker) mit Titi und Maria

**FÜR KINDER UND DEREN BEZUGSPERSON**

**Info's:**

- Jeden **Dienstag** (in Schulzeiten) von **15:30 bis 17 Uhr**
- Spielerisch Spanisch lernen
- Kinderspielgruppe mit Menschen aus der Umgebung
- Für **Kinder** ab 9 Monate
- kostenlos für Mitglieder**
- keine Vor-Anmeldung nötig

**Bei Fragen:**

- Facebook "Spanische Kinderspielgruppe Wien 13"



## Spanisch lernen - Kinderspielgruppe

Seit Wochen bieten unsere Vereinsmitglieder Titi und Maria die „Spanisch lernen – Kinderspielgruppe“ an. Dabei werden sie tatkräftig von unserem Praktikanten Paul unterstützt. Die selbstorganisierte Spanisch-Kinderspielgruppe ist für Kinder ab 9 Monaten und deren Bezugsperson. Jeden Dienstag (in Schulzeiten) von 15:30-17 Uhr trifft sich die Gruppe im GRÄTZLherz, Nothartgasse 40, um spielerisch spanisch zu lernen. Das Angebot ist für Vereinsmitglieder kostenlos und es ist keine Voranmeldung dafür nötig. *Falls Sie Interesse haben, kommen Sie doch einfach an einem Dienstag vorbei.*

## Kochen mit Herz - ein Konzept mit viel Leidenschaft

Mein Name ist Christina Stamminger-Schöngruber, ich bin 44 Jahre alt, verheiratet, Mutter von zwei wundervollen Kindern und Hietzingerin seit 16 Jahren. Das Thema Kochen und Backen liegt meiner Familie und mir im Blut. Bei uns zu Hause stehen mein 12-jähriger Sohn und meine 7-jährige Tochter fast täglich in der Küche und kreieren neue Gerichte für die ganze Familie. Als ich mit meinen Kochkursen angefangen habe, hatte ich zwar ein Konzept und eine Vorstellung, wie ich die Kurse gestalten möchte - was sich aber daraus entwickelt hat und wie leidenschaftlich die Kinder und Jugendlichen beim Kochen dabei sind, dieses Gefühl überwältigt mich noch immer. Ich freue mich auch sehr, dass meine Kurse und Workshops im GRÄTZLherz immer wieder weiterempfohlen werden. Die Inhalte meiner Kurse und Workshops sind eine Mischung aus spielerischer Vermittlung der Basics gesunder Ernährung in Theorie und Praxis und gleichzeitig das Erwecken der kindlichen Kreativität fürs Selbstkochen und Kreieren von eigenen Gerichten. Gleichzeitig vermittele ich die Wichtigkeit von körperlicher und mentaler Balance durch gruppenspezifische Übungen, viel Raum für Gespräche, achtsames Miteinander und Stärkung des kindlichen Selbstbewusstseins.



**6 Einheiten oder Einzelworkshops**

**Nähere Informationen:**

**Web: raumfuersherz.at**

## Demenz-Hietzing

Die Initiative „Miteinander im demenzfreundlichen Hietzing“ stellt sich, wie bereits in den letzten Ausgaben berichtet neu auf. Vielleicht kennen Sie bereits den neuen Folder des Netzwerkes (liegen u.a. im GRÄTZLherz, in der Bezirksvorstehung oder im Kardinal König Haus auf). Außerdem wurde eine neue Facebookseite (Demenz-Hietzing) und eine neue Homepage (demenz-hietzing.at) errichtet. Was noch fehlt ist eine Person, die die Bezirkskoordination übernimmt. Das diese wichtig wäre, zeigt vor allem Schwierigkeiten bei Terminvereinbarungen und der Entscheidungsfindung. Davon lassen wir uns jedoch nicht beirren und organisieren ein intergenerationelles Minigolfspiel am 11. April. Hier werden wir mit Schüler\*innen der HLW 23 für Sozialmanagement die Bewohner\*innen im Haus Rosenberg besuchen und gemeinsam Minigolf spielen. *Wir freuen uns schon sehr auf die gemeinsame Aktivität.*



## LIMA-Seniorentraining mit Brigitte



Was ist LIMA? Die vier Buchstaben stehen für Lebensqualität Im Alter, einem Trainingsprogramm für lebensfreudige SeniorInnen, die sich gemeinsam in der Gruppe körperlich, geistig und seelisch fit halten möchten. Wie arbeite ich mit Ihnen? In meiner jahrelangen Arbeit als Ergotherapeutin habe ich einiges an Erfahrung mit älteren Menschen gesammelt. Diese Erfahrungen lassen sich sehr gut mit dem LIMA-Training verbinden. Bei den Treffen möchte ich Bausteine aus den Bereichen Gedächtnis, Bewegung, Alltagskompetenz und Lebenssinn kombinieren. Von Sitztänzen über Entspannungsübungen bis zu biografischem Erzählen: All das und noch viel mehr erwartet Sie beim LIMA-Training! Auf jeden Fall sollen der Spaß und die Freude im Vordergrund stehen! Was mir dabei auch sehr wichtig ist: ein wertschätzendes und wertfreies Miteinander! Im Austausch von persönlichen Erfahrungen können und dürfen neue Kontakte entstehen! Wenn Sie neugierig geworden sind und Ihr Interesse geweckt wurde, dann lade ich Sie sehr herzlich zur Schnupperstunde am 14. März 2024 von 14.30 – 16.00 Uhr ein. Das Training findet idealerweise im 5-er Block zu folgenden Terminen statt: 28.3., 11.4., 25.4., 16.5., 6.6. Ich freue mich darauf, Sie in meiner Gruppe begrüßen zu dürfen!

### Vernetzungstermine

**Gesundheitsmesse  
GRÄTZLeben Hietzing**  
Samstag, 24.02.2024, 10-16 Uhr  
im GRÄTZLherz, Nothartgasse 40

**Vernetzungstreffen  
Demenzfreundliches Hietzing**  
Dienstag, 12.03.2024, 14-16 Uhr,  
in der Bezirksvorstehung Hietzing

**Sozial- und Gesundheitsvernetzung  
GRÄTZLeben Hietzing**  
Dienstag, 9.04.2024, 9-10:30 Uhr  
im GRÄTZLherz, Nothartgasse 40  
Donnerstag, 23.05.2024, 17:30-19 Uhr  
im GRÄTZLherz, Nothartgasse 40

### Beratung und Angebote

**Hilfe im Pflegedschungel bei Demenz**  
Dienstag, 14.03., 23.04., 21.05. jeweils von 16.00 bis 17.30 Uhr in  
der VHS Hietzing (Hietzinger Kai 131), kostenlose Beratung,  
Anmeldung: 01 8917 41 3000

**Begegnungscafe mit Pfiff**  
Dienstag 5.03., 19.03., 16.04., 30.04., 14.05., 28.05., 11.06. und  
25.06. 15-17 Uhr im Café daskardinal (Kardinal König Platz 3), zum  
Plaudern, Lachen, Diskutieren, Erinnern, Sinnieren, u.v.m.

**Kaffee – Klatsch & Gedächtnis – Spaß**  
Donnerstag, 14.03., 28.03., 11.04., 25.04., 14-16 Uhr in der Wol-  
kersbergenstraße 170 (SPÖ), Michaela Lauks (0699 101 88 248)

**Sozialarbeiterische Erstberatung zum Thema Leben mit Demenz**  
Nach telefonischer Vereinbarung (0676 44 67 266),  
Christopher Hetfleisch, Sozialarbeiter und Lebens-  
und Sozialberater, kostenlose Erstberatung

## Kontrapunkt am Hörndlwald

In der Serie „Architektur in Hietzing“ haben wir uns schon in zwei Ausgaben den zahlreichen Siedlungen in Hietzing gewidmet. Sie alle stammen aus der ersten Hälfte des vorigen Jahrhunderts. Doch wie ist das heute? Kann man bei aktuellen Bauten im Bezirk immer noch Spuren aus der wichtigen Siedlungsperiode finden? Das Ziel der Siedlungen aus dem 20. Jahrhundert war immer, auf einer kleinen Fläche eine möglichst große Anzahl von Privathäusern mit privaten Gärten zu errichten. Diese Siedlungen entstanden allerdings auf leeren Wiesen zwischen den ehemaligen Dorfzentren. Heutige Neubauten schließen entweder die letzten freien Lücken in der Stadtstruktur oder ersetzen abgerissene Objekte. Eine viel dichtere Bebauung ist dafür gefragt. Die Herausforderung von zeitgenössischen Wohnbauten ist deshalb, auf einer kleinen Fläche eine maximale Anzahl von Wohnungen zu realisieren. Trotzdem soll die Nähe zur Natur spürbar bleiben, gerade in einem so grünen Bezirk wie Hietzing. Die privaten Gärten treten in den Hintergrund und werden durch einen allgemein zugänglichen Grünraum ersetzt. Hier stellt sich die Frage, was für eine Qualität dieser öffentliche Freiraum bieten kann. Einen interessanten Beitrag zu dieser Diskussion bietet ein noch recht junger Wohnbau im Bezirk.



ten Gebäuden sieht man klar den Einfluss der Werkbund Siedlung an. Die über Eingängen hängenden Skulpturen erinnern wiederum an die Kunstwerke von Erwin Wurm. Jedes Haus hat außerdem eine personalisierte Fassadenbezeichnung direkt von Coop Himmelb(l)au. Die Gebäude von Delugan Meissl präsentieren sich komplett anders. Erdige olivenfarbige Fassaden, strukturierter Kratzputz und Fenster im Hochformat bilden einen Kontrapunkt zur weißen Fassade der Nachbarn. Bei einem Spaziergang durch die Anlage ist dieser Kontrast deutlich spürbar. Die beiden Teile vermitteln jeweils ein ganz anderes Gefühl. Einmal befinden wir uns im modernen, experimentellen Wien und plötzlich ändert sich die Stimmung und wir befinden uns in der ruhigen Vorstadt, in der unmittelbaren Nähe des Waldes. Dieser klare Gegensatz erzeugt eine ganz besondere Spannung. Der gemeinsam gestaltete Freiraum fügt die Gebäude schließlich zu einem Ensemble zusammen und lässt gleichzeitig mit seinen vielen Waldbäumen die Grenze zum Hörndlwald verschwimmen. Ein kleines Stück gefrorener Musik am Rande der Stadt. Mit Kontrapunkt.



Ganz in der Nähe der Werkbundsiedlung, in der Joseph-Lister-Gasse, wurde im Jahr 2021 eine für Wien eher untypische Wohnhausanlage fertiggestellt. Sie besteht aus zehn freistehenden Kuben - Eine Art der Bebauung, wie wir sie eher aus dem Westen Österreichs kennen, die sich hier aber im Maßstab gut in die Umgebung einfügt. Um die viergeschoßigen Wohnhäuser herum fließt ein offener, grüner Freiraum. Die Anlage hat einen einheitlichen städtebaulichen Masterplan, die einzelnen Häuser wurden aber von zwei verschiedenen, renommierten österreichischen Architekturbüros entworfen: COOP Himmelb(l)au und DMAA Delugan Meissl Associated Architects. Das ist auch auf den ersten Blick sichtbar. Denn die beiden Büros haben die Aufgabe jeweils anders interpretiert und die Ergebnisse stehen im starken Kontrast zueinander. Die Häuser von Coop Himmelb(l)au kann man als eine Interpretation der Wiener Moderne sehen. Den weißen, glat-

### 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](http://weitblick.space)  
Tel.: 0676 4 660 660  
E-Mail: [office@weitblick.space](mailto:office@weitblick.space)  
Addr.: Kupelwiesergasse 19/1

## Die Hietzinger Grätzlbuchhandlungen



### Lainzer Grätzlbuchhandlung

Lainzer Straße 141  
 Web: [graetzbuchhandlung-lainz.at](http://graetzbuchhandlung-lainz.at)  
 Tel.: 01 803 91 39

### Bücher & Geschenkladen Ober St. Veit

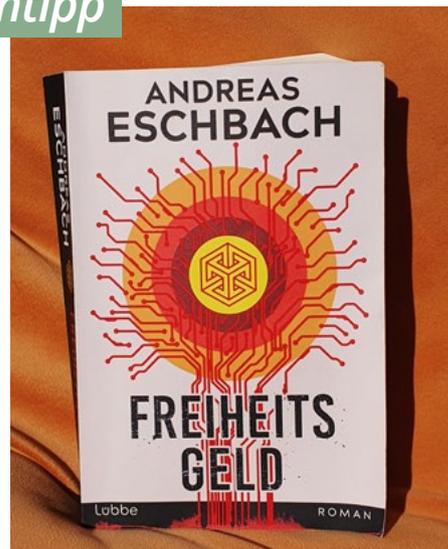
Hietzinger Hauptstraße 147  
 Web: [buecher-geschenkeladen.at](http://buecher-geschenkeladen.at)  
 Tel.: 01 944 01 33

### Buchhandlung Kral-Hietzing

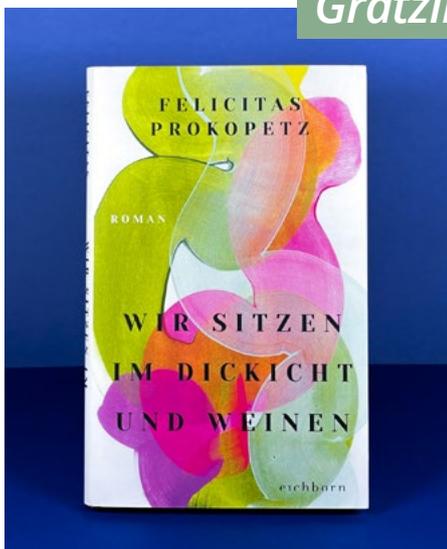
Hietzinger Hauptstraße 22  
 Web: [kral-buch.at/kralhietzing](http://kral-buch.at/kralhietzing)  
 Tel.: 01 877 61 02

## Moritz' Buchtipp

Das Buch wurde von Andreas Aschbach geschrieben und spielt im Jahre 2064 in Deutschland. Der Hauptcharakter ist ein junger Mann namens Ahmad Müller, welcher als Polizist arbeitet. Das „Freiheitsgeld“ ist ein bedingungsloses Grundeinkommen, mit dem alle Bürger, die nicht arbeiten wollen, ein bequemes Leben führen können. Am Anfang des Buches ist der junge Polizist in der Steuerabteilung tätig, lässt sich aber nach einer schweren Verletzung durch einen mysteriösen Angreifer, in die Abteilung für Schwermriminalität versetzen. Dort begrüßt ihn direkt ein schwerer Fall, den er zusammen mit dem berühmten Kriminalpolizist Ulf Pfenning zu lösen versucht. Es geht um den Altpräsidenten, welcher das Freiheitsgeld eingeführt hat, und seinen ehemaligen Widersacher. Beide wurden tot aufgefunden. Lange gibt es nur eine geringe Spur, die oft in Sackgasen führt. Doch schließlich verbinden sich die Erzählstränge und Ahmad kommt einer riesigen Verschwörung auf die Spur. Das Buch ist spannend erzählt und politisch angehaucht, da die Idee eines bedingungslosen Grundeinkommens ausführlich diskutiert wird. In der Handlung gibt es immer wieder interessante Wendungen, weshalb mir beim Lesen des Buches nie langweilig wurde.



## Grätzlbuchhandlung empfiehlt



„Wie sitzen im Dickicht und weinen“, das wunderbare Debüt der in Wien lebenden Autorin Felicitas Prokopetz, erzählt eindringlich, klarsichtig und berührend – nicht nur von gesellschaftlichen Zuschreibungen an Frauen über ein ganzes Jahrhundert hinweg, sondern vor allem über die vielen widersprüchlichen Facetten von Mutterschaft und Tochtersein.

Dreh- und Angelpunkt ist Valerie, alleinerziehende Mutter eines 16-jährigen Sohnes, deren seitjeher schwierige Beziehung zu ihrer Mutter sich noch weiter verkompliziert, als sie erfährt, dass diese an Krebs erkrankt ist. Gleichzeitig will der Sohn ein Schuljahr in England verbringen. Zum Loslassen fühlt sie sich nicht bereit. Jeder Konflikt hat eine Geschichte. Beginnend in der Kindheit von Valeries Großmüttern wirft der Roman Schlaglichter auf die Vergangenheit, die sich nach und nach zu einem intergenerationellen Frauenportrait verbinden. Es ist ein intensiver Roman über Familie, deren Bedeutung, tief verwurzelte Spannungen, Missverständnisse und der Angst vor Verlust, der beim Lesen die Zeit stillstehen lässt.

## Gedanken aus dem Gesundheits- und Sozialnetzwerk



Nothartgasse 40

E-Mail: [info@grätzleben.at](mailto:info@grätzleben.at)

Web: [grätzleben.at](http://grätzleben.at)

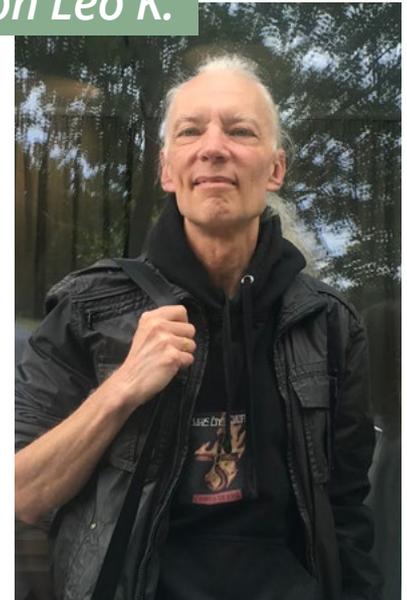
ENERGIEWERK  
LADUNGSMITTEL  
@GRANNOSSINGE  
@CHRISTHIEPASTER  
@HETTLERICH CHRISTOPHER

Beim letzten Vernetzungstreffen im Jänner kam unerwartet eine Nachbarin vorbei, welche sich eigentlich über unseren Nachbarschaftsverein informieren wollte. Da es draußen sehr kalt war boten wir an, dass sie gerne der Vernetzung lauschen kann, bis wir Zeit haben ihr alles über den Verein zu berichten. Es blieb jedoch nicht beim Lauschen und das war gut so. Sie sah das Plakat zu unserer Gesundheitswoche und schloss aus der Grafik mit der Herzfrequenz, dass wir alle Mediziner\*innen sind. Als sie bemerkte, dass wir ein multiprofessionelles Netzwerk sind, fragte Sie uns: „Was versteht ihr unter Gesundheit?“ Wir sehen Gesundheit aus einer ganzheitlichen Perspektive. Gesundheit ist mehr als nur das frei sein von Krankheiten. Es geht vielmehr um das persönliche Wohlbefinden in allen Lebensbereichen des Menschen. Die Weltgesundheitsorganisation (WHO) sieht es übrigens ähnlich. Die WHO legte 1946 in ihrer Verfassung fest, dass unter Gesundheit ein „Zustand des vollständigen körperlichen, geistigen und sozialen Wohlbefindens und nicht nur das Fehlen von Krankheit oder Gebrechen“ zu verstehen sei. In diesem Sinne, tun Sie was für ihr Wohlbefinden – unser Gesundheits- und Sozialnetzwerk begleitet Sie sehr gerne auf diesem Weg!

## Hier spricht der Boomer – Kolumne von Leo K.

Zum Zeitpunkt des Erscheinens dieses Magazins sind Weihnachten, Silvester und auch der Fasching vorbei, wobei es in dunklen Zeiten wie diesen schon ein gerüttelt Maß an Zuversicht (oder vielleicht auch Ignoranz?) braucht, um in Feierlaune zu sein. Ich möchte - anknüpfend an meine vorige Kolumne - versuchen, ein bisschen Zuversicht zu verbreiten, auch wenn es mir zugegebenermaßen selbst manchmal schwerfällt. Für mich ist Zuversicht immer auch gekoppelt mit Demut. Dazu gehört, zu wissen woher man kommt, denn dies erleichtert einem, seinen Weg zu finden. Meine Kindheit war nicht nur geprägt vom „Wirtschaftswunder“, sondern auch von den Erzählungen der Großeltern-Generation über ihre Kriegs-Erfahrungen und dem daraus resultierenden – leider zur Phrase verkommenden – „Nie wieder...!“ Auf einer Meta-Ebene ist die Herkunft der Menschheit etwas, das einen demütig werden lässt. Ich möchte hier kurz auf das Buch „Kann denn alles Zufall sein?“ des renommierten, 2015 verstorbenen österreichischen Wissenschaftlers Heinz Oberhummer eingehen. Alleine die Entstehung des für jedes uns bekannte Leben notwendigen Elements Kohlenstoff durch den sogenannten Triple-Alpha-Prozess ist ein einzigartiges Phänomen. Es findet im Inneren von Sternen bei der Verbrennung von Helium aus nicht ganz geklärten Gründen gelegentlich statt und funktioniert nur, weil die Kernkraft in unserem Universum einen ganz bestimmten Wert hat. Wäre dieser Wert nur ein halbes Prozent geringer oder größer, hätte sich wahrscheinlich nie Leben auf unserem Planeten entwickelt. Diese Erkenntnis lässt für mich keinen anderen Schluss zu, als auf dieses Leben, auf diese uns umgebende Welt, sorgsam aufzupassen und keine Ressourcen zu verschwenden. Daran anknüpfend ist die Vorstellung, bewusst Leben auszulöschen für mich undenkbar. Während ich diese Zeilen schreibe, werden in vielen Teilen der Welt Wohnhäuser und Spitäler bombardiert und mit Drohnen angegriffen, sterben Tiere, wird fruchtbares Land auf Jahre

unbrauchbar. Derweilen bringt die „hohe Politik“ in Sachen Klimaschutz nichts weiter, sei es aus Profitgier oder – wie hierzulande – um billiges politisches Kleingeld zu machen. Dort lobbyieren Erdölkonzerne gegen erneuerbare Energien, da scheint die bessere öffentliche Anbindung des Wiener Umlands (am Beispiel der Kaltenleutgebenbahn) am Unwillen des Landes Niederösterreich zu scheitern. Gerade in diesem „Superwahljahr“ mit der zu befürchtenden Unsachlichkeit im politischen Diskurs liegt es an uns allen im Kleinen, der Blindheit und Arroganz der Großen etwas entgegenzusetzen, und zwar in erster Linie durch Zusammenhalt. Das bedeutet sowohl Solidarität mit den Schwächeren als auch Vernetzung der besten Köpfe und Ideen für eine bessere Welt. Dies könnte vielleicht dazu führen, dass der vielzitierte „Wohlstandsverlust“ nicht als ein von Reaktionären an die Wand gemaltes Schreckgespenst dargestellt wird, sondern der Verzicht auf so manche Lebensgewohnheit und „Errungenschaft“ (nicht nur meiner Boomer- Generation) als Gewinn und Schritt zu einem guten Leben für Alle verstanden wird. Im Sinne der eingangs zitierten Demut frage ich mich daher immer öfters: „Brauche ich das wirklich?“ (Mehr dazu demnächst wieder hier ...)



## „Urban Ghosts“ - Die abstrakte Straßenfotografie

Stefan Czurda ist ein Wiener Street Photographer, der seinen Lebensmittelpunkt seit über 40 Jahren in unserem schönen Hietzing hat. Im Zentrum seiner abstrakten Fotografie stehen seine Stadtgeister, oder „Urban Ghosts“. Seine atmosphärischen Straßenportraits, die der Fotograf mithilfe seines zentralen Stilelements, der Bewegungsunschärfe, künstlerisch umsetzt, entstehen vorwiegend in der Wiener Innenstadt. 2023 konnte Stefan Czurda bereits erste internationale Erfolge mit seiner Fotografie erzielen. Am 2. & 3. März 2024 wird er im Rahmen einer Ausstellung seine neue Serie „**Street Melancholy**“ im Hietzinger GRÄTZLherz vorstellen, die auch einen Vortrag über seine fotografische Arbeit beinhalten wird. Das Coverbild zeigt eines der Werke aus seiner neuen Fotoserie. Stefan Czurda freut sich auf Ihr Kommen! Mehr Infos zu seinen „Stadtgeistern“ finden Sie auf seiner Webseite [www.stefanczurda.at](http://www.stefanczurda.at).

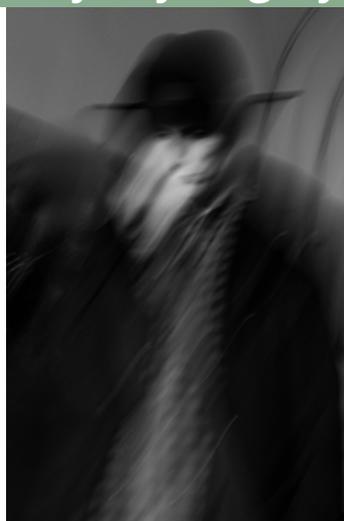


Foto: © José Aguilusa

## Ziele im Fokus – Mittel und Wege zum Erfolg



**Irene Eming, Coaching**

Web: [jobtopx.at](http://jobtopx.at)

Tel.: 0664 343 7447

Zugegeben – Veränderung ist nicht immer ein Honiglecken. Doch Ihre Ziele sind zu wichtig, um sie dem Zufall zu überlassen. Wenn Sie zum wiederholten Male gescheitert sind, haben Sie vielleicht noch nicht die richtigen Methoden und Strategien gefunden. Deshalb schwärmen, fantasieren Sie nicht länger von Ihren Zielen, sondern tun Sie endlich etwas! Erst im hohen Alter darüber nachzudenken, was Sie alles erreichen wollten, ist eindeutig zu spät. Menschen, die sich in ihrer Komfortzone eingerichtet haben, tun sich schwer, Neues zu wagen und sich auf neue Erfahrungen und Menschen einzulassen. Logisch, denn wir haben uns gewisse Verhaltensweisen und Einstellungen über Jahrzehnte hinweg eingeprägt. Doch unser Gehirn ist sehr mächtig und in der Lage, neue Muster zu bilden, wenn man weiß WIE. In einem Workshop „Komfortzone verlassen – Das Ziel vor Augen allein reicht nicht!“ werde ich Ihnen verschiedene Übungen vorstellen, die Sie gezielt ins Handeln bringen sollen und die Sie unterstützen, Ihre Komfortzone zu verlassen. Erkenntnisse aus der Gehirnforschung werden ebenso Platz finden. Während der Vermittlung diverser Strategien wird auch viel Spaß dabei sein! Workshop im GRÄTZLherz: 13. April, 10-16 Uhr (70€)

## Entspanntes Radeln in Hietzing – auch mit Kind!

Radfahren im Stadtverkehr kann stressig sein. Wenn dann auch noch das Kind dabei ist, wird es schwierig entspannt zu bleiben. Sich gleichzeitig auf den Verkehr konzentrieren und immer wieder das Kind im Blick haben – wer es schon ausprobiert hat, weiß, wie fordernd das sein kann. Mit guter Vorbereitung und etwas mehr Know-how wird es leichter, das gemeinsame Radeln macht dann richtig Spaß. Schulterblick – Die Radfahrschule bietet dafür Eltern-Kind Kurse an, auch in Hietzing. Für alle, die Wege gemeinsam absolvieren wollen und ihre Kinder gekonnt an das selbständige Radfahren im Verkehr heranführen wollen. Schulterblick bringt mehr Sicherheit und Freude am Radfahren im Straßenverkehr. Anmeldung und Infos unter [www.schulterblick.at](http://www.schulterblick.at)



Web: [www.schulterblick.at](http://www.schulterblick.at)

E-Mail: [info@schulterblick.at](mailto:info@schulterblick.at)

## Regionale Erneuerbare Energiegemeinschaft

Peter Nowotny ist einer jener Menschen, die ich als Visionär betiteln würde. Ich traf ihn bereits vor gut einem Jahr und er berichtete mir von seinem Vorhaben die erste Hietzinger Erneuerbare Energiegemeinschaft (EEG) zu gründen. Zu diesem Zeitpunkt gab es in Großstädten wenig Erfahrung damit. Da Peter nicht nur Visionär ist, sondern auch ein akribischer und genauer Arbeiter, dauerte es nicht lange und er setzte seine Vision in die Tat um. Mit Förderung des Klima- und Energiefonds gründete er gemeinsam mit einem Partner im August 2023 einen Verein und im Oktober fand die erste Generalversammlung (siehe Foto) statt. Für die Erstellung der nötigen Verträge zwischen Mitgliedern, Verein und Netzbetreiber wurde der Verein durch EZN (Energie Zukunft Österreich) als externer professioneller Begleiter unterstützt. Im Weiteren wird EZN auch die Datenübernahme und Rechnungsstellung durchführen. Somit ist die professionelle Abwicklung abgesichert. Bereits Ende 2023 erfolgte der operative Start der EEG „am Lainzer Tiergarten“. Mit an Bord sind bereits 11 Mitglieder (4 davon sind Prosumer, also Personen die elektrische Energie aus Photovoltaikanlagen auf dem Dach ihres Hauses erzeugen, und 7 sind Stromkonsument\*innen).

Nun werden **weitere Mitglieder für die Energiegemeinschaft gesucht**. Aus mehreren Gründen könnte dies für Sie interessant sein: 1. Wollen Sie aktiv die Energiewende herbeiführen? 2. Wollen Sie Einfluss auf ihre Tarifgestaltung nehmen? 3. Sind Sie selbst daran interessiert eine Photovoltaikanlage zu errichten und sind daher an einem Informationsaustausch interessiert? 4. Wollen Sie sauberen Strom, auch wenn Sie selbst keine PV-Anlage errichten können bzw. wollen? 5. Wollen Sie den Überschuss-Strom aus ihrer PV-Anlage optimal regional nutzen? Wenn Sie eine der fünf Fragen mit „Ja“ beantworten, dann sollten Sie unbedingt den nächsten **Informationsabend** besuchen. Dieser findet am Donnerstag, den 7. März, ab 18:30 Uhr im



Infoabend: 7. März ab 18:30

Web: [energiegemeinschaften.ezn.at/am-lainzer-tiergarten](http://energiegemeinschaften.ezn.at/am-lainzer-tiergarten)



Pfarrsaal St. Hubertus, Granichstaedtengasse 73, statt. Eine exklusive Kurzinformativ wird es für unsere Vereinsmitglieder am 24.2. ab 16 Uhr auf **unserer Generalversammlung** geben. Falls wir nun ihr Interesse geweckt haben, kommen Sie doch einfach zu den Infoveranstaltungen oder schauen Sie gleich heute online unter: [energiegemeinschaften.ezn.at](http://energiegemeinschaften.ezn.at). Auf dieser Seite können Sie sich einfach unverbindlich vormerken. Peter und sein ehrenamtliches Team melden sich dann zeitnah mit weiteren Informationen bei Ihnen.

## Tauschpartys dank Jana



Ab sofort gibt es regelmäßig Tauschpartys bei uns im Vereinslokal. Die Idee hatten schon viele im Verein und nun sind wir sehr froh, dass diese auch endlich umgesetzt wird. Rund um den Jahreswechsel meldete sich Jana bei uns und fragte an, ob sie unsere Räumlichkeiten für eine Tauschparty bekommen könnte. Sofort sagten wir zu und fanden einen geeigneten Termin. Am 17. Februar gab es den ersten Probegalopp und dieser verlief vielversprechend. Weitere Tauschpartys werden folgen!

Als wir von BunterLebenHietzing hörten, dass sie an einem neuen Partyevent arbeiten, dachte wir sofort an eine Kombination mit Jana's Tauschparty. **An den Freitagen, 5. April, 3. Mai und 7. Juni jeweils von 18–22 Uhr, gibt es nun unsere neue Eventreihe „Drüber & Drunter“** (nähere Informationen auf Seite 22). Jana ist für die Kleidertauschparty verantwortlich, die Soulsisters Millie Lahouti & Barbarella sorgen musikalisch für die Stimmung und Max mixt uns leckere Cocktails. Wer öfters tauschen möchte, sollte sich unbedingt bei Jana melden, da sie die Tauschbörse „Ober St. Veit“ führt. Am besten ihr kommt gleich am 5. April vorbei und lernt Jana persönlich kennen!

## Veranstaltungen in Hietzing

### Wöchentliche Angebote

#### Jeden Montag Yoga mit Silvia

19–20 & 20–21 h im GRÄTZLherz, Kursangebot,  
info@silviaknoll.at, silviaknoll.at, Seite 26

#### Jeden Dienstag GRÄTZLtratsch mit Paul

13–15 Uhr im GRÄTZLherz, Kaffee- bzw. Teetratsch  
mit Nachbar\*innen (nicht in den Schulferien)

#### Jeden Dienstag Spanisch Lernen Kindergruppe

15:30–17 h im GRÄTZLherz, mit Titi und Maria, Seite 27

#### Jeden Dienstag Yoga mit Helga

18:45–19:45 h im GRÄTZLherz, Kursangebot,  
helga.lee@hotmail.com, helgaleeb.com, Seite 26

#### Jeden Donnerstag Yoga mit Helga

10–11 Uhr im GRÄTZLherz, Kursangebot,  
helga.lee@hotmail.com, helgaleeb.com, Seite 26

#### Jeden Donnerstag Offener Eltern-Kinder-Treff

16–18 Uhr im GRÄTZLherz, Vereinsmitglied Sonja K.,  
kostenloses Angebot für alle Vereinsmitglieder

#### Jeden Freitag Magic Move

10–11 Uhr im GRÄTZLherz, mit Annette, 0677 618 33 533

### März

#### Fr., 1.03. Vortrag Teresa Lyszcz

16–17:30 h im GRÄTZLherz, Allergien? Damit sie wieder gut  
durchatmen können"

#### Sa., 2.03. Vernissage Stefan Czurda

17 Uhr im GRÄTZLherz, siehe Seite 32

#### So., 3.03. Ausstellung Stefan Czurda

14 Uhr im GRÄTZLherz, Seite 32

#### Do., 7.03. Informationsabend Energiegemeinschaft

18:30 Uhr im Pfarrsaal St. Hubertus (Granichstaedeng. 73), S. 33

#### Do., 7.03. Spieleabend

18:30–21 h im GRÄTZLherz, gemeinsam Spielen,  
Spiele mitbringen & ausborgen

#### Sa., 9.03. Kinderkochkurs

10:30–13h im GRÄTZLherz, Raum fürs Herz, siehe Seite 27

#### Do., 14.03. Meditationsgruppe

19–20 Uhr im GRÄTZLherz, Meditationskurs, Sieglinde Gasser,  
Web: ayurveda.at, Anm.: info@ayurveda.at, Seite 9

#### Fr., 15.03. OSTERMARKT

14–18 Uhr im GRÄTZLherz, u.a. Lebensmittel, Kunsthandwerk,  
Geschenkideen u.v.m., siehe Seite 4

#### Sa., 16.03. OSTERMARKT

10–18 Uhr im GRÄTZLherz, Seite 4

#### Do., 21.03. Spieleabend

18:30–21 h im GRÄTZLherz, gemeinsam Spielen,  
Spiele mitbringen & ausborgen

#### Do., 28.03. LIMA-Gruppe

14:30–16 h im GRÄTZLherz, Seite 28

#### Mi., 20.03. Filmabend Grüne Frauen

19 Uhr im GRÄTZLherz

#### Sa., 9.03. Puppentheater

14 Uhr im GRÄTZLherz, sparkle.puppet.theatre@gmail.com

### April

#### Do., 4.04. Spieleabend

18:30–22 h im GRÄTZLherz, gemeinsam Spielen,  
Spiele mitbringen & ausborgen

#### Fr., 5.04. „Drüber und Drunter“ - Party

18–22 Uhr im GRÄTZLeben, Djane und Cocktails & Kleidertausch,  
siehe Seite 33

#### Sa., 6.04. Kinderkochkurs

10:30–13h im GRÄTZLherz, Raum fürs Herz, siehe Seite 27

#### Di., 9.04. Gesundheits- und Sozialvernetzung

9 Uhr im GRÄTZLherz, siehe Seite 21

#### Do., 11.04. LIMA-Gruppe

14:30–16 h im GRÄTZLherz, Seite 28

#### Do., 11.04. Spieleabend

18:30–22 h im GRÄTZLherz, gemeinsam Spielen,  
Spiele mitbringen & ausborgen

#### Fr., 12.04. Vernissage Sabine Schwarz

18 Uhr im GRÄTZLherz, Ausstellung, siehe Seite 24

#### Sa., 12.04. Workshop Irene Eminger

10–16 Uhr im GRÄTZLherz, „Ziele im Fokus – Mittel und Wege  
zum Erfolg“, siehe Seite 32

#### Sa., 12.04. Ausstellung Sabine Schwarz

18 Uhr im GRÄTZLherz, Ausstellung, siehe Seite 24

#### Do., 18.04. Meditationsgruppe

19–20 Uhr im GRÄTZLherz, Meditationskurs, Sieglinde Gasser,  
Web: ayurveda.at, Anm.: info@ayurveda.at, Seite 9

#### Sa., 20.04. 1.Modul „Kommunikationsmodelle“

9–16 Uhr im GRÄTZLherz, Lehrgang ich bin MERKwüdig, S. 27

#### Do., 25.04. Spieleabend

18:30–22 h im GRÄTZLherz, gemeinsam Spielen,  
Spiele mitbringen & ausborgen

#### Fr., 26.04. Blues and Wine

18 Uhr im GRÄTZLherz, Lesung Leo. K und Weinbegleitung  
Ver<kost>bar, Seite 16

#### Sa., 27.04. Puppentheater & Workshop

14–16 Uhr im GRÄTZLherz, sparkle.puppet.theatre@gmail.com

### Mai

#### Do., 2.05. Spieleabend

18:30–22 h im GRÄTZLherz, gemeinsam Spielen,  
Spiele mitbringen & ausborgen

#### Fr., 3.05. „Drüber und Drunter“ - Party

18–22 Uhr im GRÄTZLeben, Djane und Cocktails & Kleidertausch,  
siehe Seite 33

#### Do., 16.05. LIMA-Gruppe

14:30–16 h im GRÄTZLherz, Seite 28

#### Do., 16.05. Spieleabend

18:30–22 h im GRÄTZLherz, gemeinsam Spielen,  
Spiele mitbringen & ausborgen

#### Do., 23.05. Meditationsgruppe

19–20 Uhr im GRÄTZLherz, Meditationskurs, Sieglinde Gasser,  
Web: ayurveda.at, Anm.: info@ayurveda.at, Seite 9

#### Sa., 25.05. 2. Modul „Reflexion & Psychohygiene“

9–16 Uhr im GRÄTZLherz, Lehrgang ich bin MERKwüdig, S. 27

#### Fr. 24. und Sa. 25. Mai Ober St. Veiter Grätzlfest

Fr.–Sa. in Ober St. Veit, Seite 11

#### Do., 30.05. Spieleabend

18:30–22 h im GRÄTZLherz, gemeinsam Spielen,  
Spiele mitbringen & ausborgen

#### So., 26.05. Puppentheater & Workshop

14–16 Uhr im GRÄTZLherz, sparkle.puppet.theatre@gmail.com



**Nichts mehr  
verpassen!**

Melden Sie sich hier für den  
GRÄTZLeben Newsletter an!





# 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., 8.–Fr., 12. Juli**

**2. Woche: Mo., 15.–Fr., 19. Juli**

**3. Woche: Mo., 22.–Fr., 26. Juli**

← Fußball  
Schwerpunkt

**Kosten:**

Komplette Woche: 325€

Weitere Woche/Geschwister/Mitglied: 275€

Anmeldung ab sofort per E-Mail ([info@grätzleben.at](mailto: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).





# GRÄTZLeben

HIETZING



## Korkisch



Bewegung  
Tanz  
Yoga



DIABETOLOGIE HIETZING  
DR. MARLIES FRANK

Dr. Kerstin Schallaböck  
Ärztin für Allgemeinmedizin

Entdecke Schönheit  
PRIVATPRAXIS FÜR PLASTISCHE CHIRURGIE  
UND MEDIZINISCHE ÄSTHETIK



Vielen Dank an unsere Kooperationspartner!