

#23 / Frühling 2026

zur
freien
Entnahme

40 Jahre Moden Massing
Ober St. Veiter Grätzlfest
Fest Roter Berg – 30.Mai

www.GRÄTZLeben.at | [instagr.am/graetzleben](https://www.instagram.com/graetzleben) | [fb.com/graetzleben](https://www.facebook.com/graetzleben) | Nothartgasse 40

GRÄTZLeben Hietzing

Das Vereinsmagazin von und für Hietzinger*innen

GRÄTZLherz

Ostermarkt /26

Fr. 27. März 14–18 Uhr
Sa. 28. März 10–18 Uhr

Im GRÄTZLherz, Nothartgasse 40

Handgemachte Osterdeko, Bücher,
Igor Nähwerkstatt, Kaffee, Leckerwiese
und Kunst aus Hietzing, Naturkosmetik,
Nudeln, Essig, Öle, u.v.m.



Foto: Karo Pernegger

Inhalt

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

Editorial

Liebe Leserin, lieber Leser!

Voller Energie ins neue Jahr

Mit frischer Energie starten wir in ein neues Jahr voller Begegnungen, Ideen und gemeinsamer Projekte. Das GRÄTZLeben Hietzing bleibt auch 2026 ein Ort des Austauschs, des Miteinanders und der gelebten Nachbarschaft – mit viel Bewährtem und ebenso viel Raum für Neues.

Viele Veranstaltungen, die unser Grätzl seit Jahren prägen, werden uns auch heuer begleiten: Der Ostermarkt, das Sommerfest, Kultur und Brötchen, das Feriencamp, die Kleidertauschparty sowie unser stimmungsvoller Weihnachtsmarkt sind feste Bestandteile eines lebendigen Jahres und laden dazu ein, einander zu begegnen, zu genießen und gemeinsam Zeit zu verbringen.

Besonders stolz sind wir auf ein neues Angebot, das uns sehr am Herzen liegt: Ein kostenloser Deutschkurs für Frauen, der ab diesem Jahr angeboten wird. Er steht für Teilhabe, Stärkung und gegenseitige Unterstützung – Werte, die unser Grätzl seit jeher tragen.

Transparenz ist uns wichtig. Deshalb finden Sie auf Seite

5 eine detaillierte Darstellung der Finanzen aus dem Jahr 2025. Offenheit schafft Vertrauen, und dieses Vertrauen ist die Grundlage für all das, was wir gemeinsam bewegen. Ein besonderes Highlight dieser Ausgabe ist das ausführliche Doppelseiten-Interview mit Dorothea und Gernot Massing, das spannende Einblicke und persönliche Perspektiven bietet – unbedingt lesenswert.

An dieser Stelle möchten wir uns außerdem bei Dr. Robert Schreibel bedanken – und gleichzeitig entschuldigen. In der Winterausgabe 2025 haben wir leider übersehen, ihn als Autor der Kolumne „Das Haus der Opernsängerin“ zu nennen. Umso mehr freuen wir uns, dass seine Kolumne auch in dieser Ausgabe wieder auf Seite 26 zu finden ist. Wir wünschen viel Freude beim Lesen und ein Jahr voller Energie, Begegnungen und Inspiration im GRÄTZLeben Hietzing.

Herzlich

Christopher Hetfleisch

Impressum

Medieninhaber: GRÄTZLeben Hietzing

Verein zur Förderung des Zusammenlebens

Herausgeber: Christopher Hetfleisch

Anschrift: Nohartgasse 40

Telefon: 0676 44 67 266

E-Mail: magazin@GRÄTZLeben.at

Homepage: www.GRÄTZLeben.at

Verlags- und Herstellungsort: Wien

Hersteller: MediaPrint Ges.m.b.H. & Co. KG

Redaktion: Christopher Hetfleisch, Mathias Kautzky, Leo K., Alexandra Steiner, Natascha Untersmayr, Carina Zabini

Grafik: Florian Schinnerl & Sarah Fuchs

Coverbild: : Gregor Hoheneder (hietzing.at)

Fotos und Inhalt: Wenn nicht anders angegeben von GRÄTZLeben Hietzing, den dargestellten Protago-

nist*innen. Die Inhalte wurden genau recherchiert. Dennoch erfolgen alle Angaben ohne Gewähr. Der Herausgeber übernimmt keine Haftung für eventuelle Nachteile oder Schäden, die aus den Inhalten resultieren.

Auflage: 7.000 Stück

Das Magazin ist online aufrufbar unter: grätzleben.at/Angebote/Magazin

Kulturvortrag & Brötchen im GRÄTZLherz

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

Die nächsten Termine sind: 19.3. (Gerhard Jordan: „Kunst am Bau in Hietzing“), 9.4. (Susanne Länger: „Buchvorstellung und mehr“), 23.4. (Heinzpeter Thiel: „Die Welt lebt über ihre Verhältnisse“), 7.5. (Ilse Friesen: Schuberts Gesicht und Gestalt“), 28.5. (Vortragende*r und Thema noch offen), 11.6. (Lore Brandl-Berger: „Leo Szilard“) und 25.6. (Christopher Hetfleisch: „Bezirkspolitik hautnah!“). Aus Platzgründen sind nur 30 Anmeldungen möglich. Bei Interesse wenden Sie sich an Christopher (telefonisch 0676 44 67 266 oder per E-Mail: info@grätzleben.at).

Das aktuelle Programm findest du auf unserer Homepage (scanne dazu einfach diesen QR-Code)



GRATIS DEUTSCHKURSE FÜR FRAUEN



Komm zu uns, lerne Deutsch!
Unsere Sprachlernetreffen in Wien

✓ Komplette kostenlos
✓ Bitte Aufenthaltsschweis mitbringen

13. Bezirk / Grätzlherz
Nothartgasse 40

Montag: 13:00 - 15:00 Uhr
Mittwoch: 9:00 - 12:00 Uhr

ab Montag
02.02.2026

17. Bezirk / Wohnpartner
Waltzasse 96-98/1 KAUFLE

Dienstag: 12:00 - 15:00 Uhr
Donnerstag: 12:00 - 15:00 Uhr

ab Dienstag
04.02.2026



Anmeldung: Andrea Pap ☎ +43 664 6199 731 ✉ andrea.pap@bitsocial.at

Komm zu unseren Veranstaltungen und bleib aktiv - zu Fuß, mit dem Rad oder mit den Öffi.



Kostenloser Deutschkurs



Wir stellen unser Vereinslokal GRÄTZLherz kostenlos zur Verfügung, damit bitsocial Deutschkurse für Frauen (Niveau A1-B2) anbieten kann. Keine Anmeldung notwendig - einfach vorbeikommen. Auch Heiz- und Materialkosten werden von uns übernommen. Damit dieses wertvolle Angebot langfristig bestehen kann, sammeln wir Spenden (Benefizkonzert „Saxophone Affairs“: So., 8.3., 18:30 Uhr im GRÄTZLherz). Der Kurs wird von Oksana geleitet und findet ab sofort montags und mittwochs statt. *Jede Spende stärkt Bildung, Teilhabe und echte gesellschaftliche Verbindung. Unterstützen Sie uns!*

Raumnutzung GRÄTZLherz

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

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



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

Finanzen 2025

Dem GRÄTZLeben Hietzing Vorstand ist Transparenz im Verein sehr wichtig. Daher geben wir an dieser Stelle wieder gerne einen Überblick über die Finanzen 2025. Vorweggenommen, es war finanziell das bisher beste Jahr der Vereinsgeschichte. Nach 2023 (+4.355,19€), 2024 (+6.060,21€) habe wir im Jahr 2025 +7.862,99€ erwirtschaftet. Dadurch konnten wir die Vereinsschulden, welche Aufgrund der Instandsetzung des Vereinslokals 2021 noch 103.000€ betragen, mit Stichtag 31.12.2025 auf 80.246,60€ reduzieren. Wirtschaften wir so weiter, dann ist der Verein in ca. 13 Jahren schuldenfrei. 2025 wurden 58.194,35€ eingenommen. Demgegenüber stehen Ausgaben in der Höhe von 50.331,36€. Die größten Einnahmen waren Unkostenbeiträge in Höhe von 34.781,80€, gefolgt von Mitgliedsbeiträgen (12.180€), Förderungen (6.000€) und Spenden (5.232,55€). Auf der Ausgabenseite: Lokal (23.149,39€), Magazine & Öffentlichkeitsarbeit (12.571,21€), Aufwandsentschädigungen inkl. geringfügige Anstellung Jana (8.890,66€), Lebensmittel inkl. Feriencamp (1.529,68€), div. Material (1.480,36€), Eintritte beim Feriencamp (1.332,55€), Versicherungen (850,81€), Bankspesen (410,76€) und Behörde (115,94€).



Ostermarkt und Sommerfest



Wir laden wieder herzlich zum beliebten Ostermarkt ins GRÄTZLherz ein. Am Freitag, 27. März, von 14–18 Uhr und Samstag, 28. März, von 10–18 Uhr präsentieren engagierte Betriebe aus Hietzing ihre vielfältigen Produkte. Besucher*innen erwarten handgemachte Osterdekoration, die Igor Nähwerkstatt, Köstlichkeiten von Leckerwiese, Kunst aus Hietzing, hochwertige Naturkosmetik und regionale Lebensmittel. Der Ostermarkt bietet Raum für Begegnung, Nachhaltigkeit und liebevoll gestaltete Geschenkkideen – ein stimmungsvoller Treffpunkt für die Nachbarschaft. GRÄTZLeben Hietzing lädt auch wieder zu seinem beliebten Sommerfest ein! Am Samstag, 30. Mai, ab 14 Uhr verwandeln sich das GRÄTZLherz in der Nothartgasse 40 und der Roter Berg in lebendige Begegnungsorte. Familien und Kinder erwartet ein bunter Stationenbetrieb, dazu gibt es Essen, Trinken und Musik. Besonderes Highlight sind die Nachhaltigkeitsworkshops, begleitet von engagierten, nachhaltigen Betrieben aus Hietzing. Ein Fest für Nachbarschaft, Austausch und Zukunftsfreude – alle sind herzlich willkommen! Wenn du beim Ostermarkt ausstellen magst oder beim Sommerfest mithelfen magst, dann melde dich bitte bei Christopher (0676 44 67 266).

Feriencamp 2026

Auch 2026 bieten wir wieder Ferienbetreuung im GRÄTZLherz an. Für viele Kinder und Familien ist die Ferienbetreuung schon zu einem Fixpunkt der Sommerferien geworden. Außerdem überzeugt das Konzept „Ferienbetreuung im Grätzl“. Die Kinder kennen einander, sie haben kurze Wege zu uns am Vormittag und nach Hause am Nachmittag. Die flexiblen Betreuungszeiten ermöglichen auch einmal auszuschlafen oder besonders zeitig zu uns zu kommen. Die Ferienbetreuung ist sehr familiär geführt und die Programmgestaltung auf die Kinder abgestimmt. Aufgrund des guten Betreuungsschlüssels (1 Betreuer:in auf max. 5 Kinder) ist es uns möglich, die Kinder zwischen diversen Programmpunkten wählen zu lassen. Ferien im Grätzl bedeutet auch das Grätzl besser kennen zu lernen. Die meisten Aktivitäten gibt es demnach im 13. Bezirk (Schwimmbad, Minigolf, kooperative Abenteuerspiele, Sport, Kreativangebote) und auch die Hietzinger Restaurants können auf uns zählen. 2026 wird es 2 Campwochen geben (Camp 1: 13–17.7, Camp 2: 20–24.7).



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



Essen & Trinken

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

Gesundheit, Freizeit & Fitness

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

Handwerk & Reparatur

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

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

Shopping & Einkauf

24. **Adagietto**; Hietzinger Hauptstraße 22
Musikfachhandel; Web: adagietto.at; Tel.: 01 877 6210
25. **AUST Fashion Wien 13**; Hietzinger Hauptstraße 16
Modegeschäft; Web: austfashion.com; Tel.: 0660 94 13 195
26. **Checkpoint Damenmode**; Hietzinger Hauptstraße 10-16
Fairtrade Mode; Web: checkpoint-hietzing.at; Tel.: 01 877 58 87
27. **Come In Geschenkboutique**; Lainzer Straße 21
Schmuck, Uhren & Accessoires; Tel.: 01 876 53 44
28. **Finora Brautatelier**; Maxingstraße 4A
Detailverliebte Brautmode; Web: finora-brautatelier.at; Tel.: 0670 40 11 773
29. **First Class - Second Hand**; Maxingstraße 4; Modegeschäft; Web: first-class-secondhand.at; Tel.: 01 877 1722
30. **Fischer Spiele**; Hietzinger Hauptstraße 22
Spielwarenhandlung; Web: fischerimnetz.at
31. **Fuchs Geschenke & Accessoires**; Hietzinger Hauptstraße 22
Web: fuchs-shop.at; Tel.: 01 876 46 81
32. **Gigi Fritz Geschenksideen**; Lainzer Straße 1
Geschenkboutique; Tel.: 01 879 88 62

Sonstiges

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

2 Ausstellungseröffnungen

Die Malerin und Naturschützerin **Alexandra Uccusic** will mit ihrer Ausstellung „OASE HIETZING“ Mut machen, das große Potenzial des Gartenbezirks Hietzing zu nutzen, zu einer echten und zukunftsweisenden „Grün-Oase“ zu werden. Inspiriert von den Dschungelbildern und den Begegnungen mit den Tierwesen der Künstlerin wird die Vision eines Lebens im Einklang mit der Natur spürbar.

Der Fotograf und Autor **Andreas J. Hirsch** gestaltet einen Raum im Bezirksmuseum mit der Erinnerung an seine Kindheit und Jugend in Hietzing in den 1960er und 1970er Jahren. An Schlüsselorten entstandene, aktuelle Fotografien werden in der Ausstellung von historischem Bildmaterial, persönlichen Erinnerungen und kulturgeschichtlichen Kontextinformationen ergänzt.

Ausstellungseröffnung: 8. April, 18 Uhr.

Bezirksmuseum Hietzing, Am Platz 2, 1130 Wien



Alireza's Bioparadies – ein Ort für Genuss und Begegnung



Altgasse 23A

Web: bioparadies.at

Tel.: 0699 104 76273

Mitten in der Begegnungszone Altgasse liegt ein besonderer Ort für alle, die bewusst genießen möchten: Alireza's Bioparadies. Seit vielen Jahren ist das Bioparadies eine feste Größe im Grätzl und verbindet gesunde Ernährung mit echter Herzlichkeit. Besonders beliebt ist das vegane Mittagsmenü, das täglich frisch gekocht wird. Hier kommt nichts aus der Packung auf den Teller – stattdessen entstehen ausgewogene, nährnde Gerichte aus hochwertigen Bio-Zutaten, die Körper und Geist guttun. Ob wärmende Eintöpfe, kreative Gemüsegerichte oder leichte, saisonale Speisen: Das Angebot wechselt regelmäßig und zeigt, wie vielfältig und genussvoll vegane Küche sein kann. Was das Bioparadies jedoch wirklich besonders macht, ist die Atmosphäre. Alireza begegnet seinen Kund*innen mit großer Freundlichkeit, Offenheit und Aufmerksamkeit. Ein paar persönliche Worte, ein Lächeln oder eine kurze Beratung gehören hier ganz selbstverständlich dazu. Viele Menschen kommen nicht nur wegen des Essens, sondern auch wegen des menschlichen Kontakts immer wieder gerne vorbei.

So ist das Bioparadies weit mehr als ein Geschäft – es ist ein Ort der Begegnung, des Wohlfühlens und der bewussten Pause im Alltag.

Sang Sang und Kashtan

Nach der Renovierung der Wege rund um die Pavillons im Herbst/Winter 2025 präsentiert sich der Bereich an der Hietzinger Hauptstraße wieder offen, modern und einladend. Die neuen Wege schaffen mehr Raum zum Flanieren – und bringen auch frischen kulinarischen Schwung nach Alt-Hietzing.

Nach einer Pause hat das koreanische Restaurant Sang Sang Hietzing wieder geöffnet und entwickelt sich rasch zu einem neuen Szenelokal. Koreanische Küche steht derzeit hoch im Kurs – nicht zuletzt durch den aktuellen Netflix-Hype rund um K-Pop-Demon, der weltweit Begeisterung für südkoreanische Popkultur ausgelöst hat. Bei Sang Sang treffen authentische Aromen auf modernes Ambiente und eine neugierige, urbane Gästeschar.

Neu in den Pavillons ist außerdem Kashtan. Das Café begeistert mit Süßspeisen und Kaffee, kunstvoll gestalteten Desserts und feinen Kaffeespezialitäten – ideal für eine kleine Auszeit oder den spontanen Treff im Grätzl (siehe Foto).

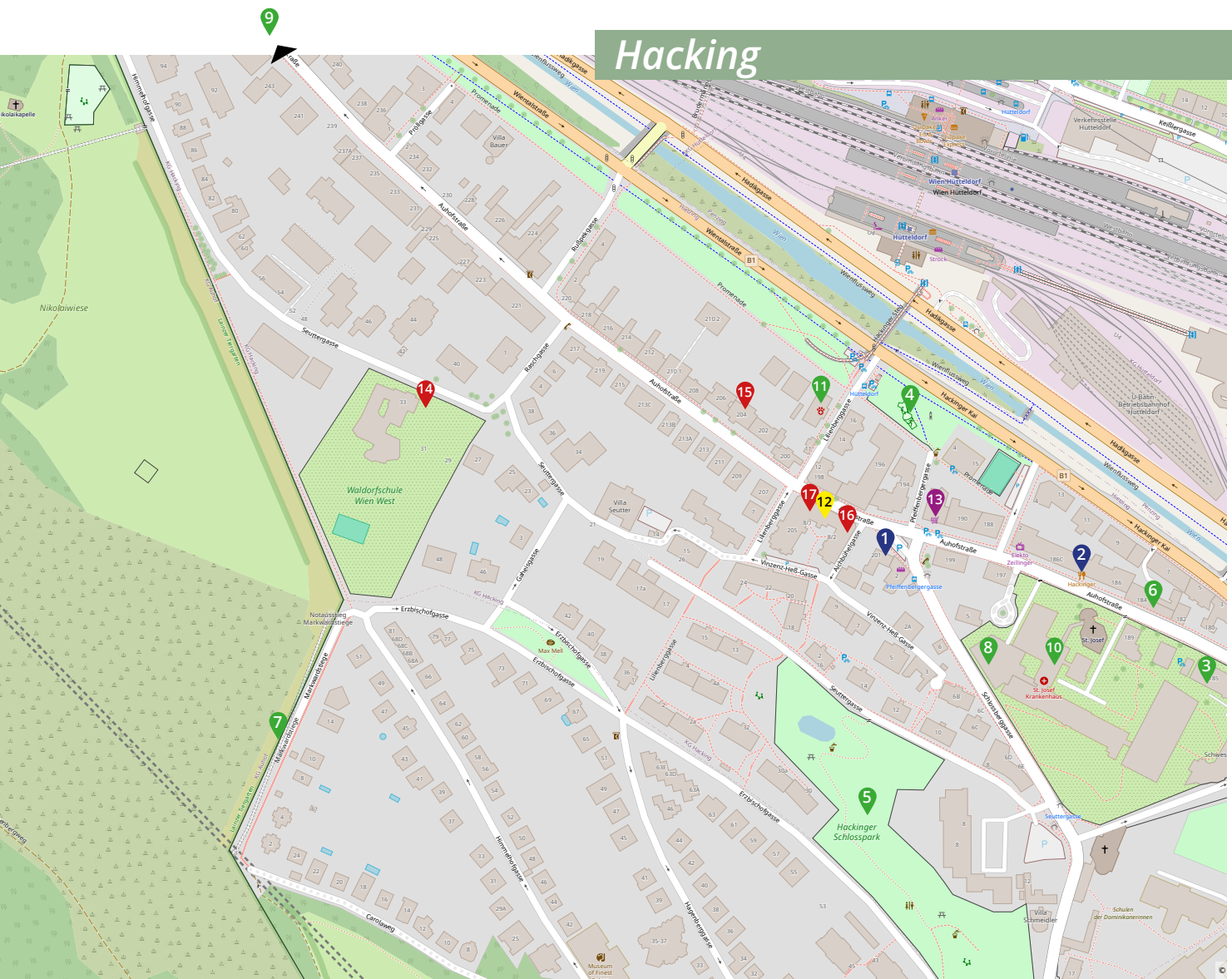
Die Pavillons zeigen sich damit neu belebt: als Ort für Genuss, Begegnung und zeitgemäße Impulse mitten in Alt-Hietzing.



Pavillons in Alt-Hietzing

Hietzinger Hauptstraße 20

Hacking



Essen & Trinken

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

Gesundheit, Freizeit & Fitness

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

Handwerk & Reparatur

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

Shopping & Einkauf

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

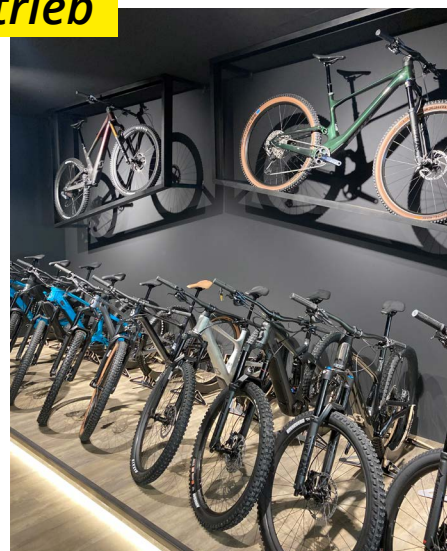
Sonstiges

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

Neuer Schauraum @HeckAntrieb

HeckAntrieb Bikes + Service auf der Auhofstraße in Hietzing ist eine der spannendsten Adressen für alle, die ihr Rad nicht „von der Stange“ wollen. Im Shop in 1130 Wien findest du Mountain-, Gravel- und Rennräder sowie E-Bikes – von ausgewählten Marken wie SCOTT und Mondraker bis zu exklusiven Boutique-Labels. Besonders stark: individuelle Konfigurationen. Das Team unterstützt bei maßgeschneiderten Aufbauten, beschafft Wunschkomponenten und veredelt auf Wunsch sogar mit personalisierten Decals für Rahmen, Gabel oder Felgen. In der Werkstatt werden Service, Reparaturen und Tuning professionell erledigt – egal ob Saison-Check, Bremsen-Upgrade oder Feinschliff fürs nächste Rennen.

Neu: Der Schauraum wurde vergrößert. Damit gibt es mehr Platz, um Bikes, Parts und Zubehör in Ruhe zu vergleichen, Fragen zu stellen und sich inspirieren zu lassen. Wer Lust auf ehrliche Beratung, Top-Qualität und ein Bike hat, das wirklich passt, sollte einfach vorbeischaun – am besten mit ein paar Minuten Zeit. Du wirst überrascht sein, was hier alles möglich wird. Adresse: Auhofstraße 205. Geöffnet Dienstag bis Freitag 10–18 Uhr (oder nach Termin). Komm vorbei, schau dir den erweiterten Schauraum an und probier's aus!



Markwardstiege – Stairway to Heaven



Die Hietzinger Bezirksfestwochen werden auch 2026 (Mai bis Juni) wieder zeigen, wie vielfältig, lebendig und gemeinschaftlich Hietzing ist. Über mehrere Wochen hinweg verwandeln Konzerte, Kulturformate, Begegnungen und außergewöhnliche Aktionen den Bezirk in eine offene Bühne für alle Generationen.

Ein besonders eindrucksvolles Highlight der vergangenen Festwochen war das Event Stairway to Heaven auf der Markwardstiege, der längsten Stiege Wiens (mit 438 Stufen und 65 Höhenmetern) im Ortsteil Hacking. Zwischen Bewegung, Musik und besonderer Atmosphäre entstand dort ein Moment, der noch lange in Erinnerung bleibt. Das Zusammenspiel aus Ort, Publikum und Programm machte deutlich, wie kreativ und überraschend die Bezirksfestwochen sein können.

Auch 2026 dürfen sich Besucher:innen wieder auf zahlreiche Veranstaltungen an bekannten und ungewöhnlichen Schauplätzen freuen. Die Hietzinger Bezirksfestwochen laden dazu ein, den Bezirk neu zu entdecken, Nachbar:innen zu begegnen und Kultur niederschwellig zu erleben.

Ob Musik, Bewegung, Begegnung oder einfach gemeinsames Dabeisein – die Bezirksfestwochen stehen für Offenheit, Vielfalt und echtes Hietzinger Lebensgefühl.

Lernen, Begegnung & Kultur im Bildungszentrum an der Wien

Das Bildungszentrum an der Wien ist ein lebendiger Ort für ganzheitliche Bildung, kreative Entfaltung und gemeinschaftliches Miteinander. Eingebettet in eine naturnahe Umgebung bietet es ein vielfältiges Angebot für Kinder, Jugendliche und Erwachsene. Zum pädagogischen Kern zählen Kindergarten, Schule und Hort, die individuelles Lernen, Kreativität und soziale Entwicklung in den Mittelpunkt stellen. Ergänzt wird das Bildungsangebot durch eine Musikschule, Gesangs- und Stimmbildung sowie durch Wildnispädagogik, die Lernen in und mit der Natur ermöglicht. Ein besonderer Raum für freien Ausdruck ist der ARNO STERN MALORT®, in dem kreatives Gestalten ohne Bewertung stattfinden darf. Darüber hinaus versteht sich das Bildungszentrum als Ort des Austauschs und der Zukunftsgestaltung. Regelmäßig finden Vorträge, Konzerte, Workshops und #ZukunftsBildung-Konvente statt. Ab März 2026 erwarten Besucher:innen unter anderem Informationsveranstaltungen zur Schule, ein Tag der offenen Tür sowie spannende Vorträge zu gesellschaftlichen Themen. Mit seinen vielfältigen Angeboten schafft das Bildungszentrum an der Wien einen offenen Raum für Lernen, Begegnung und Inspiration – für alle Generationen.

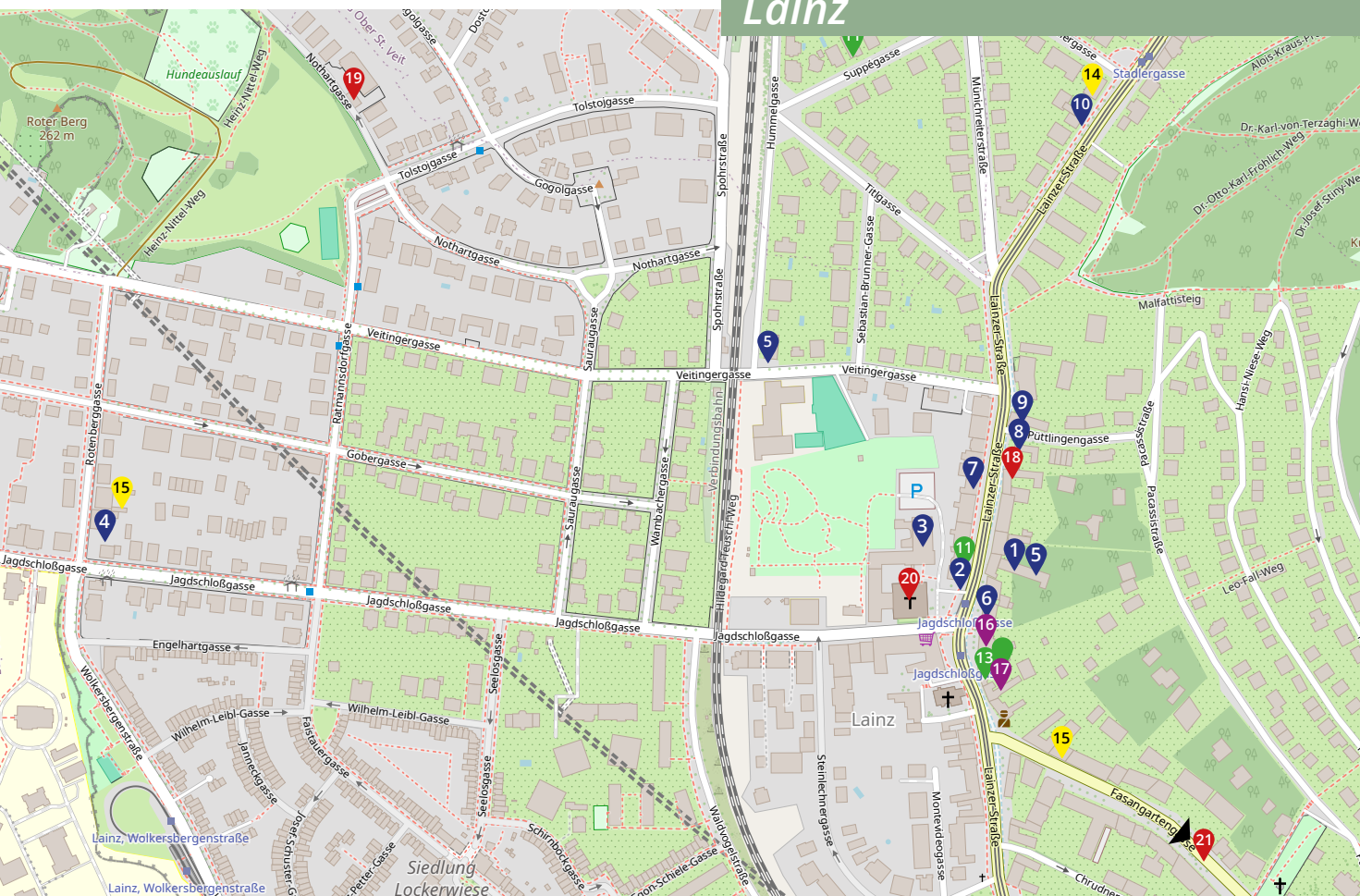


Seutergasse 29

Web: bildungszentrum-an-der-wien.at

Tel.: 0677 63660104

Lainz



Essen & Trinken

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

Gesundheit, Freizeit & Fitness

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

Handwerk & Reparatur

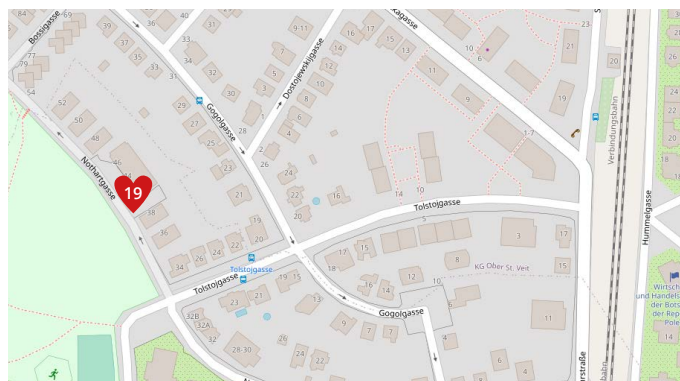
14. **Cycle Factory;** Stadlergasse 1
Alles rund ums Fahrrad; Web: cycle-factory.at; Tel.: 01 923 66 90
15. **Schuhreparatur und Schlüsseldienst TigEd;** Fasangartengasse 3
Schuhreparatur und Schlüsseldienst; Tel.: 0650 42 00 134

Shopping & Einkauf

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

Sonstiges

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



Dependance

Nach einem ereignisreichen Herbst mit Thomas Raab, Vea Kaiser, und anderen großartigen Künstler:innen und Events in unserer Dependance, geht es munter weiter mit Ideen und Plänen für 2026. Am kommenden Veranstaltungsprogramm der Dependance wird laufend gefeilt – auf www.dependance-wien.at wird das Programm stets aktuell gehalten. Wir planen Kinderveranstaltungen mit Asagan, Events zu Fach- und Sachthemen, natürlich literarisches und musikalisches, ein Buchclub wird ins Leben gerufen und und und. Wir freuen uns sehr über künstlerische und kulturelle Kooperationen aus dem Bezirk, gemeinsame Ideen und Umsetzungen. Wenn Du Lust auf ein gemeinsames Projekt hast, einfach schreiben an hallo@dependance-wien.at.

Folgende Termine sind bereits mit Datum fixiert:

Mittwoch, 11.3.26 ab 19:00 : Lesung & Coaching: III Dinge über die Wechseljahre, die man wissen muss mit Christina Gschwendtner & Babette Todt

Samstag, 30.5.26 ab 10:00: unser jährlicher Bücherflohmarkt zu karitativen Zwecken diesmal in der Dependance



Lainzer Straße 123a

Flohmarkt in Lainz



Der traditionelle Flohmarkt der Pfarre Lainz-Speising findet am 25. und 26. April 2026 statt. Am Kardinal-König-Platz wird an beiden Tagen wieder nach Herzenslust gestöbert, gehandelt und entdeckt. Besucher:innen erwarten Second-Hand-Schätze, Bücher, Haushaltswaren und vieles mehr. Der Flohmarkt ist ein fixer Treffpunkt im Grätzl und verbindet Nachhaltigkeit mit Begegnung. Der Erlös unterstützt pfarrliche und soziale Projekte. Ein Termin, den sich Flohmarkt-Fans unbedingt vormerken sollten. Die Veranstaltung zieht jedes Jahr zahlreiche Besucher:innen aus ganz Hietzing an.

Jazzwohnzimmer bei der Familie Reiter

Flip Philipp & Bertl Mayer: Mundharmonika und Vibraphon in derart empathisch-kompetentem Dialog sind schlichtweg füreinander gemacht. (Jörg Duit, Ö1) Elegant swingend, mit lyrischen Zwischentönen und Einfallsreichtum, interpretieren sie höchstpersönlich Klassiker aus der Tradition des Modern Jazz, wie auch so manche Originalkomposition. Leicht bekömmlich, mit hohem musikalischem Anspruch. Der Kulturverein Hietzing blüht auf bringt Jazz ins Wohnzimmer. Termine: Do., 19.3., Do. 16.4. und Do. 21.5. Beginn um 19 Uhr

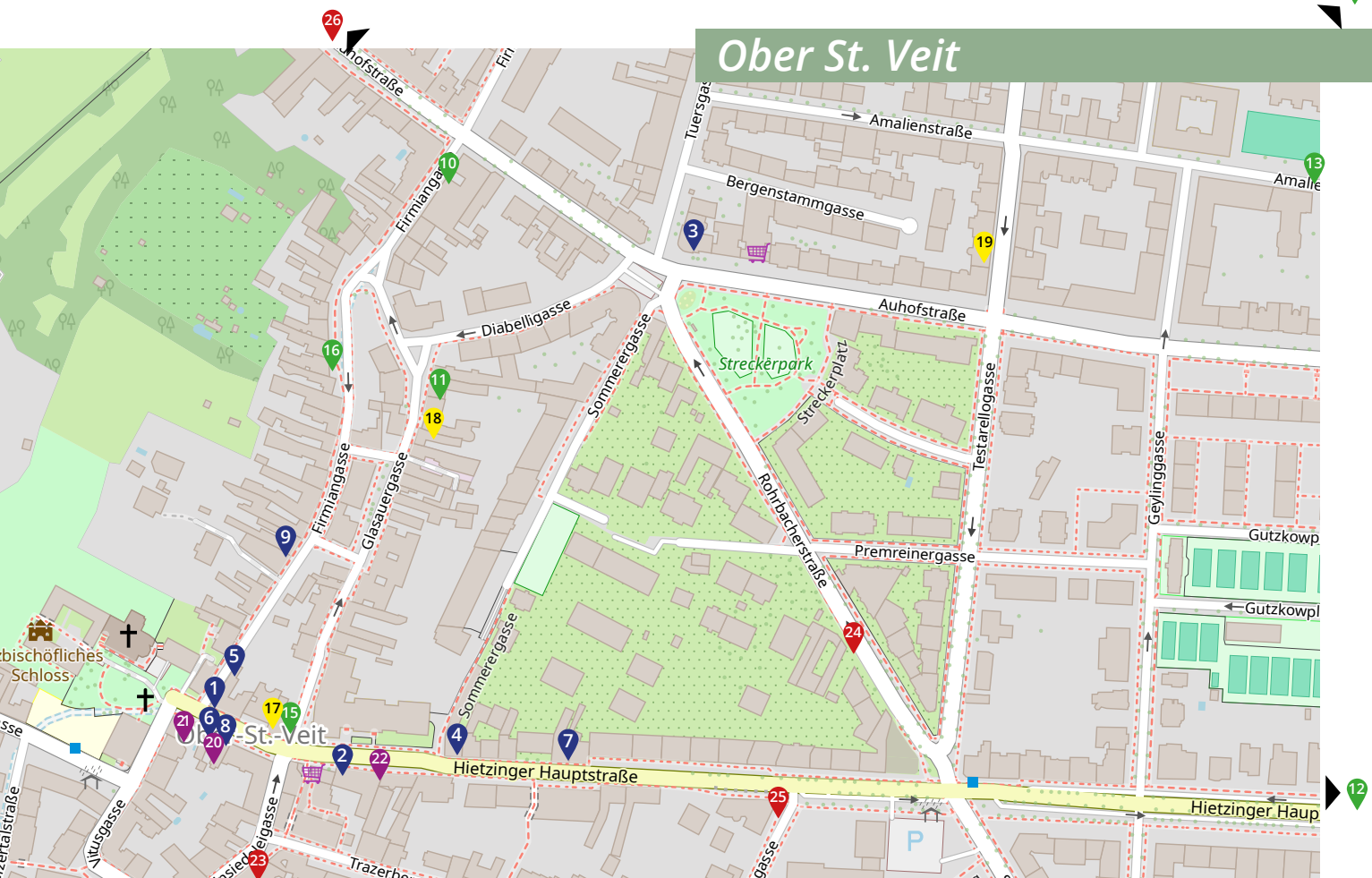


Familie Reiter

Lainzerstraße 131

Eintritt frei – Spende erbeten





Essen & Trinken

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

Gesundheit, Freizeit & Fitness

10. **Ballettstudio Elisabeth Kobel**, Firmiangasse 22
Ballettstudio, Damengymnastik, Choreografie
Web: elisabethkobel.at; Tel.: 0676 312 46 47
11. **Dr. Marlies Frank**, Glasauergasse 30, Fachärztin für Innere Medizin;
Web: diabetologie-hietzing.at; Tel.: 0664 133 88 6414
12. **Dr. Clemens Frisee**, Hietzinger Hauptstraße 116/4 (Eingang Preindlgasse 12)
Facharzt für Haut- und Geschlechtskrankheiten; Web: hautarzt-hietzing.at;
Tel.: 01/ 876 35 48
13. **Dr. Maria Michaelidou – Ordination für plastische Chirurgie**
Amalienstraße 36/2/36 Web.: entdecke-schoenheit.at
E-Mail: office@entdecke-schoenheit.at
14. **MOMENTUM Bewegungs & Lebensfreude GmbH**, Hietzinger Kai 133
maßgeschneidertes Training; Web: momentum-bewegung.at;
Tel.: 01 87626 44

15. **Mag. Ursula Fuhrmann - b4business**, Hietzinger Hauptstraße 170;
Dipl. Sozial- und Wirtschaftspsychologin; Web.: b4business.at; Tel.:
0664 884 711 98; E-Mail: praxis@sinnesglück.at

16. **Nadja Sonnenschein**, Firmiangasse 25/2, Cranio, Kinesiologie,
Ernährung; Web: cranio-sonnenschein.at; Tel.: 0699 10 77 67 14

Handwerk & Reparatur

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

Shopping & Einkauf

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

Sonstiges

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

Die Wilde Hummel erwacht aus dem Winterschlaf

Liebe Gartelfreund:innen, die Sehnsucht nach dem Frühling wird auch bei uns immer größer und wir arbeiten schon fleißig daran, die neue Saison mit vielfältigem Biogemüse zu starten. Nach dem Motto ‚Jeder kann garteln‘ sind Anfänger:innen und Kinder herzlich willkommen!

- Im Naherholungsgebiet Roter Berg
- Öffentlich gut erreichbar
- Parzellengrößen: 31m² & 45m²
- 25 Gemüsesorten inkludiert
- Wasser & Gartengeräte vor Ort

Infos und Anmeldung unter:

www.wildehummel.at, 0676 48 38 103

info@wildehummel.at



Café Zeitreise



**Pfarre Zum Guten Hirten,
Bossigasse 68, 1130 Wien**

Im Oktober 2025 öffnete das Café Zeitreise in der Pfarre Unter St. Veit – Zum Guten Hirten seine Türen. Seither bietet es einen geschützten Treffpunkt für Menschen mit Vergesslichkeit oder einer Demenzerkrankung sowie für deren Zu- und Angehörige. Demenz zeigt sich in vielen Formen und betrifft in Österreich bereits rund 130.000 Menschen – Tendenz steigend. Umso wichtiger sind Orte, die Entlastung, Austausch und menschliche Nähe ermöglichen.

Viele Betroffene werden zu Hause von Angehörigen betreut, was mit großen Herausforderungen verbunden ist. Im Café Zeitreise steht deshalb das gemeinsame Verbringen von Zeit im Mittelpunkt: in gemütlicher Atmosphäre, mit Wertschätzung, Gesprächen und dem Gefühl, nicht allein zu sein. Menschen mit Demenz nehmen an einem ganzheitlichen Programm mit Bewegungs- und Gedächtnisübungen, Singen und Aktivierung des Langzeitgedächtnisses teil. Parallel dazu gibt es für Angehörige einen moderierten Austauschraum mit Platz für persönliche Erfahrungen, Fragen und hilfreiche Alltagstipps.

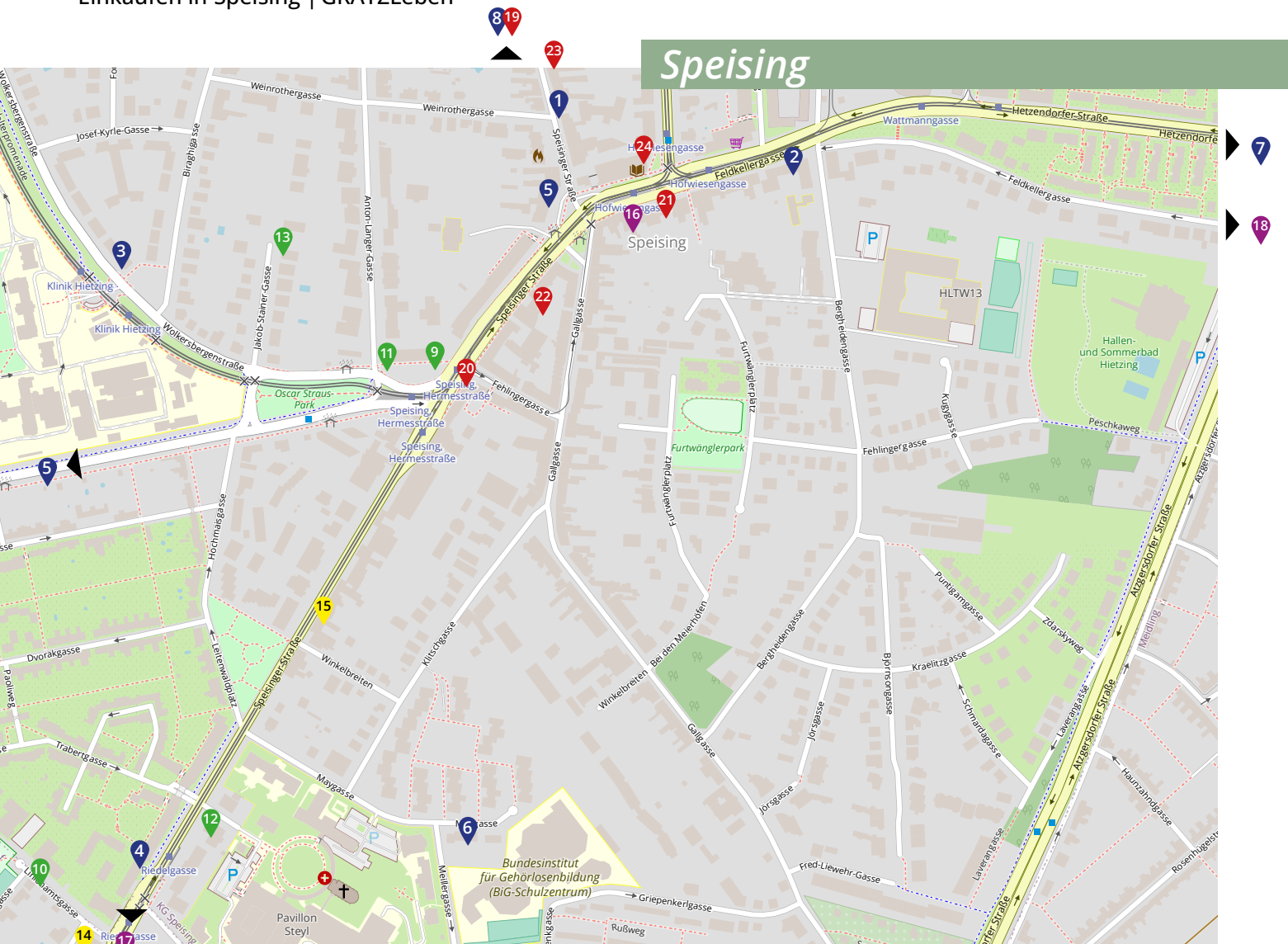
Nächster Termin: 12.3., 14:30–16:30 Uhr (Pfarre Zum Guten Hirten, Bossig. 68)

Information & Anmeldung: Brigitte Trapp, 0650 8223334

29. Ober St. Veiter Grätzlfest

Am 8. und 9. Mai 2026 lädt das 29. Ober St. Veiter Grätzlfest wieder zum gemeinsamen Feiern ein. Zwei Tage lang verwandelt sich Ober St. Veit in einen lebendigen Treffpunkt voller Musik, Kulinarik und Begegnung. Unter dem Motto Musik, Magie & Miteinander erwartet Besucher:innen ein buntes Programm für Jung und Alt – mit Live-Acts, regionalen Betrieben, Kunst, Unterhaltung und vielen Mitmachmomenten. Das Grätzlfest zeigt einmal mehr, wie lebendig, herzlich und gemeinschaftlich Ober St. Veit ist. Ein Fixtermin für das ganze Grätzl!





Essen & Trinken

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

Gesundheit, Freizeit & Fitness

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

Handwerk & Reparatur

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

Shopping & Einkauf

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

Sonstiges

19. **Bücherei Hietzing**; Preyergasse 1-7
Öffentliche Bücherei; Web: buechereien.wien.gv.at; Tel.: 01 4000 13 161
20. **Blumen B & B R Bigl**; Speisinger Straße 51
Blumengeschäft; Tel.: 01 803 85 58
21. **Fahrschule Hietzing**; Feldkellerergasse 10
Fahrschule; Web: fahrschule-hietzing.at; Tel.: 01 239 72 90
22. **Galerie und Antiquariat**; Speisinger Straße 18/8
Fliegende Galerie Shop; Tel.: 0664 567 32 82
23. **Streetwork Hietzing**; Speisinger Straße 19
Offene Kinder- und Jugendarbeit; Web: rdk-wien.at; Tel.: 0699 158 577 82
24. **VHS Hietzing**; Hofwiesengasse 48
Volkshochschule; Web: vhs.at; Tel.: 01 891 74 1130 00

IHRprojekt.at gibt Vorhaben einen Boost!

Zwischen Geschäften des Alltags gibt es in Speising auch jene Unternehmen, die man nicht auf den ersten Blick sieht. IHRprojekt.at gehört dazu. Ohne Straßenlokal, aber mit klarer Haltung, digitaler Präsenz und einem starken Netzwerk begleitet Gründerin Iris Hauck-Rameis Menschen und Organisationen dabei, ihre Projekte mit Struktur, Kreativität und Wirkung umzusetzen.

Bei kostenlosen online Events kann jeder in ihr Coaching Produkt „Projekt Booster“ reinschnuppern. Dabei gibt Iris Hauck-Rameis gleich erste Tipps für die erfolgreiche Anwendung in Ihren Projekten und Vorhaben. Keine Scheu, die Projekte müssen keine Mindestgröße haben; jedes Vorhaben, das im Team umgesetzt wird, ist passend! Egal ob privat oder geschäftliche wie ein Umbau eines Geschäftslokals, eine Softwareeinführung, ein Produktlaunch oder ein Marketingvorhaben. Schauen Sie vorbei!



Projekt Booster

Weil erfolgreiche Projekte kein Zufall sind!

Ing. Iris Hauck-Rameis, zSPM, PMP

E-Mail: iris@IHRprojekt.at

Tel: +43 699 1 913 68 18

Kostenlose ONLINE Informationsveranstaltung!



3. Hietzinger Jazzfrühling in der Waldtzeile

Hietzing blüht auf

3. Hietzinger Jazzfrühling
Waldtzeile 2026

Donnerstag 5. März
Michaela Rabitsch & Robert Pawlik Quartet

Donnerstag 12. März
Daniela Krammer Trio

Donnerstag 26. März
Bop Explosion ! Achtung: verlegt ins familie reiter !

Donnerstag 9. April
Swobodas Swing Trio

Donnerstag 23. April
Route 60

Beginn 19 Uhr
Restaurant Waldtzeile Speisingerstraße 2

Reservierung erbeten 01/8045394
Kostenlos Spenden erbeten

Der Jazz-Frühling in Hietzing verspricht hochkarätige Konzertabende bei freiem Eintritt. Am 5. März eröffnet das Michaela Rabitsch Quartett mit einem vielseitigen Mix aus Jazz und World-Einflüssen. Am 12. März groovt sich das Daniela Krammer Trio mit Eigenkompositionen und Swing-Klassikern in den Frühling. Am 26. März folgt Bop Explosion, ein Modern-Jazz-Quintett mit anspruchsvollen Eigenwerken und ausgewählten Standards (dies findet bei der Familie Reiter statt!).

Weiter geht es am 9. April mit Swobodas Swing Trio, einer seit über 25 Jahren etablierten Formation der Wiener Jazzszene, die traditionellen Jazz mit Leichtigkeit und Charme interpretiert. Am 23. April beschließt Route 60 die Reihe – ein Jazz-Trio mit Wurzeln in Wien-Hietzing, das Swing, Jazz und Latin-Standards in klassischer Besetzung präsentiert.

Fast alle Konzerte finden im Gasthaus Waldtzeile, Speisinger Straße 2, statt. Beginn ist jeweils um 19 Uhr. Eintritt frei, Spenden erbeten. Reservierungen: 01 / 804 53 94.

Grüner Stromtausch in Hietzing wächst

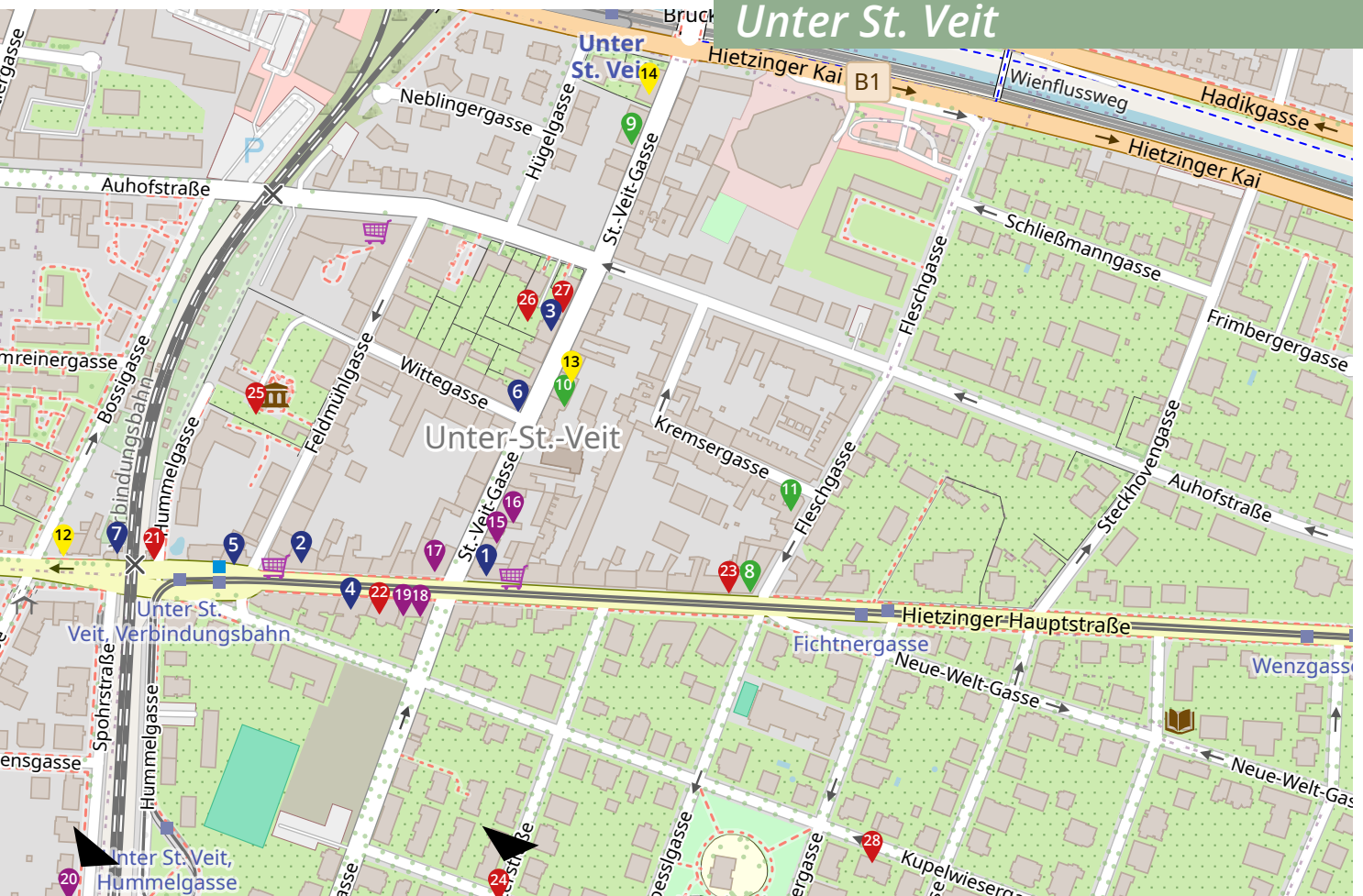
Die Erneuerbare Energiegemeinschaft am Lainzer Tiergarten wächst weiter und lädt neue Teilnehmer:innen ein. Aktuell werden vor allem Nutzer:innen gesucht, die zur Mittagszeit einen hohen Energieverbrauch haben, etwa Kaffeehäuser, Gastronomiebetriebe oder Betriebe mit laufendem Tagesbetrieb. So kann regional erzeugter Sonnenstrom optimal genutzt werden. Bei Interesse steht Peter Nowotny als Ansprechpartner zur Verfügung. Er wird auch beim Sommerfest am 30. Mai vor Ort sein und gerne informieren. Weitere Informationen zur Energiegemeinschaft sind online verfügbar.



Ansprechpartner: Dr. Peter Nowotny

Mail: eeg-amlainzertiergarten@gmx.at

Web: energiegemeinschaften.ezn.at/am-lainzer-tiergarten



Essen & Trinken

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

Gesundheit, Freizeit & Fitness

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

Handwerk & Reparatur

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

Shopping & Einkauf

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

Sonstiges

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

Natasa Untersmayr – Ein perfekter Vormittag in Unter St. Veit

Es ist ein strahlender Samstagmorgen in Unter St. Veit. Ich schlendere mit meinem Vizsla Theo die neu errichtete St. Veit-Gasse entlang in Richtung Hietzinger Kai. Ich bin positiv überrascht, über die neu angebrachten Bäume, glattes Asphalt und das endgültige Ende einer Baustelle, auf die wir mittlerweile so gewohnt waren, dass wir sie richtig vermissen. Nein, Scherz.

Mein erster Halt ist das kleine, gemütliche Teehaus, das „Teenorissimo“ am Eck der Wittegassee. Durch das große Fenster blicke ich neugierig auf die Regale voller bunter Teedosen. Es riecht nach frisch gebackenem, selbst gemachten Kuchen. Wir setzten uns an einen der kleinen Holztische, bestellen ein Frühstück und einen dampfenden Tee - habe mich von der Besitzerin, der Sandy, beraten und inspirieren lassen. Mein Vizsla Theo liegt geduldig neben mir, die Ohren aufmerksam, die Nase bewegt sich hin und her - er riecht wohl den Duft von frisch gebackenem Kuchen.

Nach dem Frühstück geht es weiter die St. Veit-Gasse entlang. Plötzlich fällt mein Blick auf einen Blumenladen, „Wilde Rose“ mit einem bunten Schaufenster voller Tulpen, Ranunkeln und frischem Grün. Es duftet nach Frühling. Kurzentschlossen gehe ich hinein, und nehme mir einen kleinen Strauß mit, ein Geschenk von mir an mich!

Das ist mein perfekter Vormittag in Unter St. Veit, mit meinem Hund Theo, gutem Tee, Frühstück, Blumen und Spaziergang in der neuen St. Veit Gasse, die sich so richtig ausgeputzt jetzt zeigen lassen kann.

Eure Nachbarin aus Unter St. Veit



Teehaus „Teenorissimo“
Wittegasse 2, 1130 Wien
www.teenorissimo.at



Blumengeschäft „Wilde Rose“
St. Veit Gasse 53, 1130 Wien
Kontakt: 01/879 6515



Teehaus innen

Wo der Tee nicht nur ein Tee ist

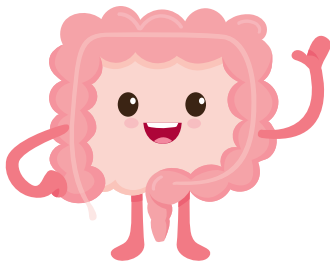


Wittegasse 2
Web: teenorissimo.at
Tel.: +43 676 646 3703

In der St. Veit Gasse Ecke Wittegasse in Richtung U4, versteckt sich ein kleines Teehaus, das beweist, dass große Genüsse nicht viel Platz brauchen, das „Teenorissimo“. Zwischen Regalen voller Dosen duftet es nach Bergamotte, Jasmin und „nur noch einer Tasse Tee bitte“. Hier weiß man: Grüner Tee ist nicht einfach grüner Tee, und Schwarztee kann sehr wohl Charakter haben. Das kleine Teehaus macht nicht nur Teeliebhaber, sondern auch Frühstücks- und Kuchenfans glücklich. Denn während der Tee frisch aufgebraut wird, duftet es nach Butter, Vanille und „Ich bleib noch ein bisschen“. Es gibt liebevoll serviertes Frühstück, das perfekt zum ersten Häferl Tee passt, aber auch Kuchen, die man „eigentlich“ teilen wollte. Ein Ort zum Sitzenbleiben, Abschalten und Sich-Verwöhnen-Lassen – ganz ohne Eile, aber mit viel Geschmack.

Die Besitzerin, Sandy Pinderak berät mit Fachwissen und Charme, erklärt Sorten, Herkunft und Ziehzeiten – und rettet nebenbei so manchen Nachmittag. Ein Laden für alle, die Tee nicht nur trinken, sondern zelebrieren wollen. Vorsicht: Man kommt selten nur für eine Sorte raus.

Briefe vom Darm



Hallo, hier spricht dein Darm. Heute möchte ich dir etwas ganz Spezielles mitgeben. Wenn du den Artikel rechts gelesen hast, dann hast du hoffentlich endlich verstanden, warum du oft gereizt bist, oder schlechte Konzentration hast, oder gar schlecht drauf bist, ohne einen einzigen Grund!

Hier gebe ich dir eine Übung mit, wie du dein Bauchgefühl stärken kannst und somit mich, deinen wohl geliebten Darm, glücklich machst. Als Dankeschön mache ich dein Gehirn glücklich.

Die Übung heißt Bauch-Check und dauert 5 Minuten. Du benötigst etwas zum Schreiben.
Ablauf:

1. Setze dich bequem hin.
2. Hand auf den Bauch legen, Augen schließen.
3. 3-5 tiefe Atemzüge: Einatmen → Bauch hebt sich, Ausatmen → Bauch senkt sich.
4. Reflexion: Was spürst du im Bauch fühlt gerade? Innehalten, abtasten...
5. Aufschreiben - ein paar Wörter zum Bauchgefühl

Die Übung kannst du für eine Woche machen. Na, was kommt raus? Wie geht im Darm? Wie im Hirn?

*Viel Freude und Erfolg,
Dein Darm*

Das Glück liegt im Darm!



Die Darm-Hirn-Achse und was passiert wenn der Bauch das Gehirn anruft

Kennst du das Gefühl, „Schmetterlinge im Bauch“ zu haben oder dass dir Stress „auf den Magen schlägt“? Das ist keine Redewendung, sondern Biologie. Willkommen bei der Darm-Hirn-Achse – der wohl unterschätztesten Dauer-WhatsApp-Gruppe in deinem Körper.

Wer spricht hier mit wem?

Dein Darm und dein Gehirn stehen in ständigem Kontakt. Und zwar über:

Nerven - vor allem den berühmten Vagusnerv

Hormone und dein Mikrobiom – also Billionen Bakterien, die wir auch als Darmflora kennen und mehr Einfluss haben, als sie optisch vermuten lassen. Rund 90 % des Glückshormons Serotonin werden nicht im Gehirn, sondern im Darm produziert. Dein Bauch ist also emotional deutlich engagierter als gedacht.

Der Darm – das heimliche zweite Gehirn

Der Darm besitzt ein eigenes Nervensystem mit über 100 Millionen Nervenzellen. Das ist mehr als im Rückenmark. Kein Wunder also, dass er manchmal einfach macht, was er will – auch gegen den Kopf.

Wenn im Darm Chaos herrscht (Stress, schlechtes Essen, wenig Schlaf), meldet er das brav ans Gehirn. Ergebnis: schlechte Laune, Konzentrationsprobleme oder das Gefühl, dass heute einfach „alles“ nervt.

Stress geht durch den Magen – wortwörtlich

Dauerstress kann die Darmflora aus dem Gleichgewicht bringen, Entzündungen fördern, die Verdauung verlangsamen oder beschleunigen (ja, beides ist möglich). Umgekehrt kann ein gesunder Darm helfen, Stress besser zu verarbeiten. Dein Bauch denkt also mit – nur nicht immer das, was du willst.

Was dein Darm glücklich findet

Dein Mikrobiom liebt: Ballaststoffe (Gemüse, Obst, Vollkorn), Vielfalt auf dem Teller, Fermentiertes (Joghurt, Sauerkraut, Kimchi), Ruhe beim Essen

Was er weniger mag: Dauerstress, ultraverarbeitete Lebensmittel, Essen „zwischen Tür und Handy“. Kurz gesagt: Dein Darm will ernst genommen werden. Und vielleicht ab und zu gestreichelt. Innerlich.

Warum das alles wichtig ist?

Die Forschung zeigt Zusammenhänge zwischen der Darm-Hirn-Achse und Stimmung & mentaler Gesundheit, Stressresistenz, Schlaf, Konzentration, sogar Entscheidungsfindung. Dein Bauchgefühl ist also kein esoterischer Quatsch – sondern ein biologisches Feature.

Fazit: Die Darm-Hirn-Achse ist wie eine langjährige Beziehung: Wenn die Kommunikation stimmt, läuft's. Wenn nicht, gibt's Drama. Also: Iss gut und gesund, frisch gekocht, langsam - kau gut - jeden Bissen mindestens 30 mal, atme tief, hör auf deinen Bauch – der weiß oft mehr, als du denkst.

Möchtest du lernen, wie du eine Darm Kur selber machen kannst?

Melde dich für den kostenlosen und unverbindlichen Online-Vortrag an:
Natascha Untersmayr, MBA | *Expertin für Darmgesundheit und Gesundheitscoach*
natascha.untersmayr@outlook.com
www.natascha-untersmayr.coach

CASARECCE, die gedrehten Klassiker



Wir stellen vor: Casarecce – leicht gedrehte, röhrenförmige Nudeln, die jede Sauce perfekt aufnehmen.

Herkunft & Besonderheit:

Die Form stammt aus Sizilien und heißt übersetzt „hausgemacht“ – ursprünglich für die Familienküche gedacht. Casarecce wurden traditionell dazu verwendet, übrig gebliebene Saucen gut aufzunehmen, da die kleine Drehung und Röhre die Sauce regelrecht „einfängt“. Heute sind sie in ganz Italien beliebt, besonders in Sizilien, Kalabrien und Apulien.

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

Serviovorschlag & Einladung:

Traditionell lieben wir unsere hausgemachten MAY31 Casarecce mit einer originalen Carbonara, die ohne Ei zubereitet wird – cremig, würzig und perfekt auf die gedrehte Form abgestimmt.

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

Rezept & Inspiration:

Das Rezept für unsere originale Carbonara finden Sie auf unserer Homepage: www.ihrewebsite.at/pasta
Passwort: „grätzleben“

Fun Fact / Insider-Tipp:

„Casarecce“ bedeutet „hausgemacht“ – ein Name, der für Geschmack und Tradition steht!

KRÄUTER-HAPPYnings: entspannt, gesund, natürlich

Mein Name ist Daniela Ferrari, ich bin Botschafterin von Kräuter-Freuden. Stoffe wie Mineralöle, Paraffine und Silikone, die täglich auf die Haut gelangen und in den Körper aufgenommen werden, sind für unseren Körper wie auch für die Umwelt Gift. In meinen Workshops zeige ich, wie schädliche Stoffe durch heimische Pflanzen ersetzt werden – für mehr Wohlbefinden und natürliche Schönheit und einen schonenden Umgang mit unserer Welt.

Die Teilnehmer:innen stellen Auszüge aus heimischen Ölen und Pflanzen her, lernen Hydrolate und Tinkturen kennen und gewinnen diese nachhaltig – mit hochwertigen heimischen und regionalen Bio-Zutaten. Es entstehen Pflegeprodukte für den Körper und Produkte zur Linderung von Erkältungen, Beruhigung von Haut- und Gelenksbeschwerden – die alle Teilnehmer:innen inkl. ausführlichem Skript und herzlichem Austausch mit nach Hause nehmen.

Nächste Termine: 28.2., Workshop „Naturkosmetik selber machen“ 13-17 Uhr | 14.3., Workshop „Einstieg in die Kräuterheilkunde“, 13-17 Uhr | Kräuter-Spaziergang am Roten Berg | 25.4., 9.5., 13.6. jeweils von 10-12:30 Uhr
www.kraeuter-freuden.at/terminbuchung oder daniela.ferrari@kraeuter-freuden.at



Moden Massing – eine Hietzinger Institution seit 40 Jahren



Seit vier Jahrzehnten ist Moden Massing ein fixer Bestandteil von Ober St. Veit. Für viele Hietzinger*innen ist das Geschäft weit mehr als ein Modehaus: Es ist ein Ort der Begegnung, der Beratung, des Ankommens. Dorothea und Gernot Massing haben hier nicht nur ein Unternehmen aufgebaut, sondern ein Stück gelebte Grätzlwirtschaft. Zum 40-jährigen Jubiläum sprechen wir über Mode, Familie, Wandel – und darüber, was ein lebendiges Grätzl heute braucht.

Christopher Hetfleisch (CH), Obmann GRÄTZLeben Hietzing: Liebe Dorothea, lieber Gernot, Moden Massing gilt für viele als echte Hietzinger Institution. Wie fühlt es sich an, nach 40 Jahren auf diese Geschichte zu blicken?

Dorothea Massing (DM): Es ist tatsächlich ein sehr bewegender Moment. Wenn man mitten im Alltag steckt, denkt man selten in Jahreszahlen. Aber 40 Jahre – das bedeutet unzählige Begegnungen, Gespräche, Kundinnen und Kunden, die uns über Jahrzehnte begleiten. Dass wir Teil so vieler Lebensgeschichten sein durften, macht uns sehr dankbar.

Gernot Massing (GM): Und es zeigt uns auch, dass unser Weg richtig war. Wir wollten nie einfach nur Mode verkaufen, sondern einen Ort schaffen, an dem Menschen sich wohlfühlen. Dass Moden Massing heute als Institution wahrgenommen wird, ist für uns eine große Anerkennung.

CH: Seit dem Jahr 2000 gibt es neben dem Damen- und Herrenbereich auch das Kindermodengeschäft Massing in Ober St. Veit. Wie kam es zu dieser Erweiterung?

GM: Zum einen war es für die Einkaufspassage Ober St. Veit wichtig, auch für Kinder etwas anzubieten. Zum anderen wurden viele unserer Kund*innen mit der Zeit Eltern – und plötzlich kamen sie mit Kinderwägen ins Geschäft. Da wurde uns klar, dass hochwertige, bequeme und schöne Kindermode im Grätzl fehlt. So ist das Kindermodengeschäft entstanden. Auch hier gelten dieselben Werte: Tolle Qualität, hochwertige Materialien und Kleidung am Puls der Zeit, Kleidung in der man sich wirklich wohlfühlt.

CH: Ein zentrales Stichwort bei euch ist der „Wohnzimmercharakter“, was auch eine schöne Parallele zu unserem GRÄTZLherz Lokal ist. Was bedeutet euch das konkret?

DM: Für uns ist das essenziell. Wir möchten, dass Menschen bei uns ankommen dürfen – ohne Druck, ohne Hektik. Mode braucht Raum. Deshalb legen wir so viel Wert auf eine ruhige, wohnliche Atmosphäre. Es freut mich sehr, dass ihr im GRÄTZLherz eine ähnliche Idee lebt. Ein Wohnzimmer ist ein Ort der Begegnung – genau das soll auch unser Geschäft sein.

GM: Das spiegelt auch unsere Philosophie wider. Wie wir auf unserer Website schreiben: „Mode ist für uns mehr als Kleidung. Sie bringt Persönlichkeit zum Ausdruck und begleitet Menschen durch alle Lebensphasen. Deshalb stehen bei uns nicht nur Trends, sondern der Mensch mit ihrer*seiner Persönlichkeit im Mittelpunkt.“ Das funktioniert nur, wenn sich Menschen sicher und gesehen fühlen. Die Mischung macht es – wir bringen jede Saison neue Kollektionen neben unserem bewährten Markensortiment und suchen liebevoll nach neuen Designer*innen und aktuellen Highlights.

CH: Euer Geschäft bietet tatsächlich ein Markensortiment, welches seines Gleichen sucht. Dorothea, du engagierst dich seit vielen Jahren auch als Obfrau der Kaufleute Ober St. Veit. Was treibt dich dabei an?

DM: Ober St. Veit ist unser Zuhause. Grätzlwirtschaft ist für mich keine Floskel, sondern gelebter Alltag. Mir ist wichtig, dass wir als Betriebe zusammenarbeiten, unabhängig von politischen Farben. Wir wollen den Bezirk beleben, Ansprechstelle für Menschen sein und gemeinsam etwas gestalten. Ein schönes Beispiel ist das generationenübergreifende Ober St. Veiter Grätzlfest, das wir jedes Jahr organisieren – 2026 wieder am 8. und 9. Mai. Solche Feste zeigen, wie viel Kraft im Miteinander steckt.

CH: Aktuell steht der Handel aber auch vor Herausforderungen. Seit Ende August gibt es neue Busrouten in Ober St. Veit. Wie wirkt sich das auf euch aus?

GM: Leider deutlich erschwerend, für ein Grätzlgeschäft sind gute öffentliche Verbindungen enorm wichtig. Viele Hietzinger*innen haben jetzt eine schlechtere Verbindung zum Wolfrathplatz – sie müssen umsteigen oder haben lange Wartezeiten. Das merken wir unmittelbar an der Frequenz am Platz.

DM: Gerade ältere Menschen oder Stammkund*innen, die bewusst ohne Auto unterwegs sind, sind davon betroffen. Das ist schade, denn ein lebendiger Bezirk braucht Erreichbarkeit und Anbindung, zu jenen Plätzen, wo noch eine lebendige Wirtschaft kleiner Betriebe existiert.

CH: Trotzdem seid ihr bekannt für kreative Ideen. Der Herzensbus ist dafür ein gutes Beispiel.

DM: Ja, der Herzensbus ist uns eine große Freude! Zweimal im Jahr macht dieser Fashionbus direkt bei uns Station – das nächste Mal im April. Mode wird dabei zum Erlebnis, sichtbar im öffentlichen Raum. Zusätzlich gibt es zweimal pro Saison unser Schnäppchenzelt direkt vor dem Geschäft. Das bringt Bewegung ins Grätzl und macht Mode anders erlebbar.

GM: Kreativität war für Dorothea immer ein Motor. Das sieht man auch jedes Jahr zur Weihnachtszeit – da wird das Geschäft, mit Unterstützung von Geraldine, besonders liebevoll geschmückt. Diese Details machen den Unterschied.

CM: Heuer steht außerdem noch eine große 40-Jahr-Feier an.

DM: Ja, im Herbst/Winter möchten wir unser Jubiläum gebührend feiern – gemeinsam mit unseren Kund*innen und Wegbegleiter*innen. Es soll ein Dankeschön sein an alle, die uns über die Jahre begleitet haben und ohne deren Treue, wir dieses Jubiläum nicht feiern könnten.

CH: Eure Geschichte ist auch eine Familiengeschichte. Mögt ihr ein wenig über eure Wurzeln erzählen?

GM: Meine Familie stammt aus Ober St Veit. Ich komme aus einer Handelsfamilie deren Geschäfte im Burgenland waren. Der Umgang mit Menschen, Verlässlichkeit und Handschlagqualität waren immer präsent.

DM: Ich komme aus dem Salzkammergut, aus einer Gasthoffamilie mit Fleischerei. Früh habe ich gelernt in allen Bereichen mitzuarbeiten und dieses Mithelfen, Mitdenken und der Blick für Menschen prägt mich bis heute. Zum Studieren bin ich nach Wien gekommen – und hier habe ich Gernot kennengelernt und lieben gelernt.

CH: Und eure Kinder – spielen sie eine Rolle im Unternehmen?

DM&GM: Wir haben zwei Kinder. Unser Sohn hat Wirtschaft und Finanzen studiert- er gibt uns Inputs zu erleichternder Administration. Unsere Tochter ist Bühnenbildnerin – sie hat eine Modeschule besucht und Kunst studiert.

Sie ist unglaublich kreativ und unterstützt uns bei Events und bei der Dekoration. Ob sie das Geschäft einmal übernehmen, ist offen – vermutlich eher nicht. Uns ist wichtig, dass unsere Kinder ihren eigenen Weg gehen und ihren Träumen nachgehen.

CH: Ihr reist regelmäßig zu internationalen Modemessen. Worauf achtet ihr bei der Auswahl eurer Kollektionen?

GM: Unser Fokus liegt auf bequemer, hochwertiger Mode für jeden Anlass. Kleidung soll gut sitzen, ohne dass man ständig darüber nachdenken muss. Ziel ist Wohlfühlen – den ganzen Tag und natürlich Trends und Marken zu finden, die besonders und auch „anders“ sind.

DM: Viele Kund*innen sagen uns genau das: Sie kommen zu uns, weil sie hier Stücke finden, die besonders und anders sind, bei uns finden sie perfekte Outfits oder extravagante Teile zum Kombinieren. Wir haben auch internationale Stammgäste. Eine Kundin erzählt uns immer wieder, dass sie oft auf ihre Kleidung angesprochen wird – und extra zu Moden Massing kommt, weil sie hier so typgerecht beraten wird. Solche Rückmeldungen sind für uns das größte Kompliment.

CH: Zum Abschluss: Was bedeutet euch Grätzlwirtschaft ganz persönlich?

GM: Sehr viel. Wir arbeiten gerne mit anderen Betrieben zusammen, mit Initiativen, mit allen politischen Parteien. Unser Ziel ist es, den Bezirk lebendig zu halten.

DM: Damen- und Herrenmode Massing soll eine Anlaufstelle sein – für Mode, für Gespräche, für Begegnung. Wenn Menschen gerne kommen, sich gesehen fühlen und wiederkommen, dann haben wir vieles richtig gemacht.





Gesundheits- und Sozialnetzwerk für Hietzing

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

die Lebensqualität der Hietzinger*innen zu fördern und ein Gefühl der Gemeinschaft zu schaffen. Durch diese Maßnahmen wird nicht nur die soziale Teilhabe gestärkt, sondern auch das Bewusstsein für gesundheitliche Belange geschärft. Das Gesundheits- und Sozialnetzwerk ist auch Mitglied im demenzfreundlichen Hietzing. Selbstverständlich waren wir bei deren Veranstaltung „Gesund und Sicher“ vertreten (siehe Fotos und auf Seite 30).



Nächste Termine

Gesundheitsvernetzung

Do., 19. März, 18 bis 19 Uhr (GRÄTZLherz)

Do., 18. Juni, 18 bis 19 Uhr (GRÄTZLherz)

kostenfrei, Anmeldung: info@grätzleben.at
oder telefonisch unter: 0676 44 67 466



„Waldbaden“ zu jeder Jahreszeit für unsere Gesundheit



Waldbaden – was ist das und warum es so gesund sein soll?

„Waldbaden“ oder „Shinrin-Yoku“ ist eine aus Japan stammende Praxis des bewussten Aufenthalts im Wald – nicht nur spazieren gehen, sondern den Wald mit allen Sinnen erleben und seine Atmosphäre tief aufnehmen. Der Begriff bedeutet wörtlich „Baden in der Waldluft“.

Was Studien darüber sagen?

Forschende weltweit – besonders in Japan, wo Waldbaden Teil der sogenannten „Forest Medicine“ ist – haben die Auswirkungen auf Körper und Psyche untersucht:

- Studien zeigen, dass ein Aufenthalt im Wald Stresshormone wie Cortisol senkt, was zu weniger Stress und mehr innerer Ruhe beitragen kann.
- Messungen belegen, dass Blutdruck und Herzfrequenz sinken.
- Der Parasympathikus, also das Ruhe- und Erholungssystem im Nervensystem, wird stärker aktiviert, während der Stress-„Fight-or-Flight“-Modus abnimmt.
- In psychologischen Tests zeigt sich, dass Waldbaden Angst, Müdigkeit, Depression und Verwirrung reduziert, während das Gefühl von Energie steigt.

Wie wirkt sich der Waldaufenthalt auf die Gesundheit aus?

- Stressabbau: Schon wenige Minuten im Wald können Stressmarker im Körper senken, bzw. die Stresshormone im Speichel.
- Herz-Kreislauf: Waldbaden kann den Blutdruck senken und so langfristig das Risiko für Herz-Kreislauf-Erkrankungen verringern
- Stärkung des Immunsystems: Forschungen deuten darauf hin, dass bestimmte Substanzen im Wald die Aktivität von Abwehrzellen steigern können
- Bessere Stimmung & Schlaf: Viele Menschen berichten von mehr Entspannung, besserer Laune und einem ruhigeren Schlaf nach Waldbaden

Warum funktioniert Waldbaden wie eine Therapie?

Die Natur wirkt auf uns nicht nur emotional, sondern physiologisch: Wälder beruhigen das Nervensystem, bieten frische Luft, natürliche Düfte und eine Umgebung ohne ständige Reize wie Lärm oder Bildschirme. Diese Kombination scheint den Körper in einen Erholungsmodus zu versetzen, den Forscher mit messbaren Veränderungen in Stressmarkern und Nervensystemaktivität bestätigen konnten.

Kurz gesagt: Waldbaden ist keine Modeerscheinung, son-

dern hat wissenschaftlich belegte Vorteile für unser Wohlbefinden – vom Stressabbau über bessere Herzgesundheit bis hin zu mehr Gelassenheit im Alltag.

News: Waldbaden auf Krankenkassenkosten? Ja! In Bayerns Kur- und Heilwäldern können Präventionsangebote künftig mit Zuschuss der Krankenkasse genutzt werden. Möglich macht das der Heilbäder-Verband und Kompetenzzentrum für Waldmedizin und Naturtherapie. Kommt das bald zu uns nach Österreich?

Natascha Untersmayr, MBA

Expertin betriebliche Gesundheitsförderung
www.natascha-untersmyr.coach

Quellen:

- 1) Kompetenzzentrum für Waldmedizin und Naturtherapie
- 2) Assoz. Prof.in PD.in DDR.in Daniela Haluza von der Medizinischen Universität Wien (Abteilung für Umwelthygiene und Umweltmedizin) ist eine führende Expertin in Österreich, die die gesundheitsfördernde Wirkung des Waldbadens wissenschaftlich untersucht. Sie leitet Projekte zur Wirkung von Waldlandschaften, insbesondere im Rahmen des EU-Projekts „Dr. Forest“, das Stressabbau, Blutdrucksenkung und Stärkung des Immunsystems durch den Wald erforscht

5 konkrete Tipps zum Waldbaden für die ganze Familie

1. Der „Slow-Motion-Walk“ mit Aha-Moment

Geht ein paar Minuten absichtlich *extrem langsam*. Einer liest zwischendurch kurze Fun Facts, wie z. B. warum Bäume Stress senken oder was Phytonzide sind, andere hören zu. Plötzlich wird es sehr ruhig ...

2. Sinne-Bingo statt Stille-Zwang

Erstellt eine kleine Bingo-Liste:

Vogel hören, Harz riechen, Moos anfassen, Wind im Gesicht spüren... Tauscht euch aus, wer hat was gespürt?

3. Baum-Speed-Dating

Jede Person sucht sich einen Baum, beobachtet ihn 2 Minuten lang und stellt ihn danach den anderen vor: „Das ist Birke, 30 Jahre alt, elegant, stressreduzierend und sehr foto-

gen.“ Witzig – und man merkt sich nebenbei Baumarten & Eigenschaften.

4. Waldbaden-Mythen vs. Fakten

Eine Person liest Aussagen vor („Man muss meditieren“, „15 Minuten bringen nichts“, „Stadtparks wirken nicht“) – die Familie stimmt ab: Mythos oder Fakt? Danach kurz die wissenschaftliche Erklärung. Leicht, schlau, ohne Schulbank-Gefühl.

5. Picknick mit Purpose

Am Ende ein kleines gemeinsames Sitzen: Tee, Snacks, Decke. Jede:r teilt eine Beobachtung und eine Sache, die überrascht hat. Optional: „Was nehme ich aus dem Wald mit in den Arbeitsalltag?“ – das verbindet Naturerlebnis mit Reflexion.



BunterLebenHietzing

Drüber & Drunter Kleidertausch

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

P.S.: Wir haben auch einen superben Männergewand-Tauschtisch :)

Nächster Termin: Samstag 11.04. 2026 von 10 – 13 Uhr
 @bunter_leben_hietzing

Art Club Hietzing ACH Künstler:innen – Vernetzung jeden ersten Mittwoch im Monat
 Termine/Infos auf @art_club_hietzing | www.ach-wien.at



Gigi Fritz schließt nach über 23 Jahren

Abschied mit einem weinenden und einem lachenden Auge

Nach über 23 Jahren schließt Gigi Fritz ihr Geschäft in der Altgasse mit Ende April. Über all die Jahre war sie eine bevorzugte Anlaufstelle für Geschenkartikel und Kunsthandwerk aus aller Welt – mit Blick auf Nachhaltigkeit, gefertigt von Frauen oder in kleinen Familienbetrieben.

Wir haben nachgefragt, was ihr besonders in Erinnerung bleiben wird: „Über die Jahrzehnte haben sich mit vielen meiner Kund:innen Freundschaften entwickelt. In meinem Geschäft war immer Raum für schöne und wertvolle Gespräche, und so konnte ich der zunehmenden Vereinsamung ein kleines Stück entgegensetzen. Ich habe erlebt, wie aus Babys junge Damen und Herren wurden und wie sich die Gesellschaft, das Einkaufsverhalten, aber auch die Altgasse verändert haben. Sehr berührt hat mich, dass nach den Corona-Lockdowns die Stammkund:innen sofort wiederkamen und ganz bewusst bei mir einkauften, um mich zu unterstützen. Ich bin dankbar, dass die Menschen zu mir ins Geschäft gekommen sind, um ein besonderes Geschenk zu kaufen – obwohl fast alles auch im Internet erhältlich ist. Nichtsdestotrotz merke ich, dass mir jetzt mit 62 Jahren langsam die Luft ausgeht. Im Einzelhandel bedeutet das eine 6-Tage-Woche, und wenn das Geschäft geschlossen ist, verdient man auch nichts. Ich sage allen meinen Kund:innen ein herzliches Danke für die vielen Jahre der Treue, für die gute Zeit, die ihr mir beschert habt. Ich wünsche mir, dass der Einzelhandel in Hietzing weiterhin so stark und erfolgreich bleibt, damit der dörfliche Charakter des Bezirks erhalten bleibt.“

Da das Geschäft mit Ende April schließt und nicht übergeben wird, gibt es im März und April einen echten, großen Abverkauf – alles muss raus, schließlich wird das Geschäft leer übergeben.



Kulturverein Hietzing

Der Kulturverein Hietzing ist seit Jahrzehnten ein wichtiger Träger der lokalen Kunst- und Kulturszene im 13. Bezirk und ermöglicht der Bevölkerung jährlich ein vielfältiges, kostenfreies Kulturprogramm. Besonders in den letzten Jahren konnten erfolgreiche Veranstaltungsreihen etabliert werden, darunter die beliebte „Hietzinger Sunset-Lesung“ am Roten Berg. Zuletzt waren dort namhafte österreichische Bestsellerautor*innen wie Daniel Glattauer, Marc Elsberg und Michael Köhlmeier zu Gast.

Neben großen öffentlichen Veranstaltungen unterstützt der Verein auch besondere soziale und inklusive Projekte, etwa die „Disco Inferno“ im Bundesinstitut für Gehörlosenbildung Hietzing. Mithilfe einer getakteten Lichtanlage und basslastiger Musik wird Schulkindern hier das Erlebnis einer Tanzveranstaltung ermöglicht.

Ende November 2025 wurde Evelyn Bauer von den Vereinsmitgliedern zur neuen Präsidentin gewählt. Sie möchte den erfolgreichen Weg des Vereins weiter ausbauen und durch Kooperationen mit befreundeten Hietzinger Initiativen ein erweitertes Kulturprogramm schaffen. Auch Bezirksvorsteherin-Stellvertreter Mag. Marcel Höckner (SPÖ) würdigte die Arbeit des Vereins und gratulierte zur neuen Funktion.



Jazz in Hietzing – 25 Jahre



Der Kulturverein Hietzing blüht auf bringt wieder Jazz nach Hietzing. In Lainz gibt es das Jazzwohnzimmer beim Lokal „Familie Reiterer“ (Seite 11) und in Speising den Jazz-Frühling im Gasthaus Waldtzeile (Seite 15). Außerdem unterstützt Hietzing blüht auf auch das Ober St. Veiter Grätzlfest und wird bei unserem Sommerfest am 30. Mai mit dabei sein. Wir sind schon neugierig, welche tollen Veranstaltungen in diesem Jahr noch auf uns zukommen werden. Danke für euren Einsatz und euer Engagement.



Sich in ein besseres Leben singen!

Gemeinsames Singen und Musizieren bewirkt einen deutlichen Anstieg des Hormons Oxytocin. Dieses „Wohlfühlhormon“ wird durch körperliche Nähe, Umarmungen sowie durch aktives Singen freigesetzt. Es kann das Immunsystem stärken und dabei helfen, Stress, Angst und Schmerzen zu reduzieren.

Nutzen Sie diese positiven Effekte bewusst und tun Sie aktiv etwas für Ihre Gesundheit! Das Vokalensemble Hietzsingers freut sich über neue Sängerinnen und Sänger – ganz gleich, ob Sie bereits Chorerfahrung mitbringen oder einfach Freude am gemeinsamen Singen haben.



Robert Fischer (Obmann)

Tel.: +43 664 351 32 81

Web: www.hietzsingers.at

E-Mail: office@hietzsingers.at

Die Rote Kapelle

Die Rote Kapelle ist ein Kulturraum im Gebäude E des ehemaligen Geriatriezentrums am Wienerwald in Wien-Hietzing. Ursprünglich als Einsegnungskapelle errichtet, wurde sie später als Patientencafé genutzt und dient seit 2015 als Ort für kulturelle Veranstaltungen. In Kooperation mit der Volkshochschule Hietzing hat sich hier ein Raum für Kultur und Diskurs entwickelt – ein genreübergreifendes Forum für Kulturschaffende. Das Frühjahrsprogramm beinhaltet eine Krimireihe „I bin's, die Präsident“ – Lesung und Autorengespräch. Die nächsten Termine jeweils um 19:30 Uhr: 12.März: Sabine Naber und 9.April: Constanze Scheib.

Am 16.April gibt es ab 19:30 Uhr das Frühjahrskonzert der „Libn Layt“.

Am 7.Mai sorgt die vielseitige Schauspielerin, Regisseurin, Autorin und Musikerin Eva Billisch mit ihrer Band „Pfarrkaffee“ für eine sicherlich unvergessliche Veranstaltung.

Einen Wienerlied-Abend mit Lesung aus Wiener Dialekttexten gibt es am Do., 21.Mai ab 19:30 Uhr.



Constanze Scheib
Am 9.April, 19:30 Uhr
Rote Kapelle



© Robert Streibel

Kolumne Robert Streibel

Geflohen aus Ungarn: Zwischen Kupelwiesergasse und Lainzer Straße

Nach der Zerschlagung der Räterepublik am 1. August 1919 mussten Linke und Fortschrittliche aus Ungarn flüchten, um nicht ermordet oder verfolgt zu werden. Zu ihnen zählten Arpad Haasz und die Familie Dr. Egon und Paulie Szécsi, die in Hietzing lebten. Sie wurden nach 1938 von den Nationalsozialisten verfolgt und ermordet.

Arpad Haasz stammte aus einer wohlhabenden jüdischen Familie und hatte sich bereits im Ersten Weltkrieg an Aktionen gegen den Krieg beteiligt. Als Jusstudent gehörte zu den Gründungsmitgliedern der ungarischen KP. Kurz nach dem KPÖ verboten wurde, fungierte Arpad Haasz als Herausgeber der Parteizeitung „Rote Fahne“. Zwischen 28. Mai und 16. Juni heißt es im Impressum der Zeitung: „Arpad Haasz, XIII, Kupelwieser 13“. Ein Monat später verbietet die Regierung unter Engelbert Dollfuß die Zeitung. Nach der Niederschlagung des Februaraufstandes 1934 wurde Arpad Haasz in Wöllersdorf inhaftiert und floh nach seiner Freilassung in die Tschechoslowakei. Er unterrichtete in der Leninschule in Moskau und half mit, den Widerstand in der Resistance in Frankreich aufzubauen. Die Stationen nach seiner Verhaftung durch die Gestapo waren die Konzentrationslager Auschwitz und Mauthausen. Er überlebte den Todesmarsch nach Ebensee und schloss sich nach der Befreiung wieder der KPÖ an. Er übersiedelte nach Ungarn und wurde Gründungsprofessor des Lehrstuhls für Internationale Wirtschaft und Politik an der Ungarischen Wirtschaftsuniversität. Er starb 1967 und ist auf dem Kerepesi-Friedhof in Budapest begraben.

Die Familie Szécsi lebte in der Lainzer Straße 74. Sophie betrieb dort zwischen 1929 und 1938 eine Leihbücherei und einen Buchhandel. Paul war Kaufmann und Filmverleiher. Die Tochter Marika war eine Jugendfreundin von Jura Soyfer und verließ 1937 Österreich und studierte Ökonomie in den USA, wo sie mit dem Biochemiker Samuel Mitja Rapoport verheiratet war. Sie kehrte nach Österreich zurück war unter dem Namen Maria Rapp Mitglied der KPÖ. Nach ihrer Kritik an der Niederschlagung des Ungarn-Aufstandes 1956 trat sie aus der KPÖ aus. Sie arbeitete in der wirtschaftswissenschaftlichen Abteilung der Arbeiterkammer. In zweiter Ehe war sie mit dem Ökonomen Eduard März verheiratet. An Arpad Haasz hat sich bislang niemand in Hietzing erinnert, während sich am Haus in der Lainzer Straße 74 dank der Genehmigung des Hausbesitzers Ali Kohlbacher, eine Gedenktafel befindet. Sie erinnert an Egon der in Dachau, Sophie die in Kielce und einen Verwandten, der in Modliborzyce ermordet wurde.



Ali Kohlbacher & Gedenktafel



Grabstein Arpad Haasz

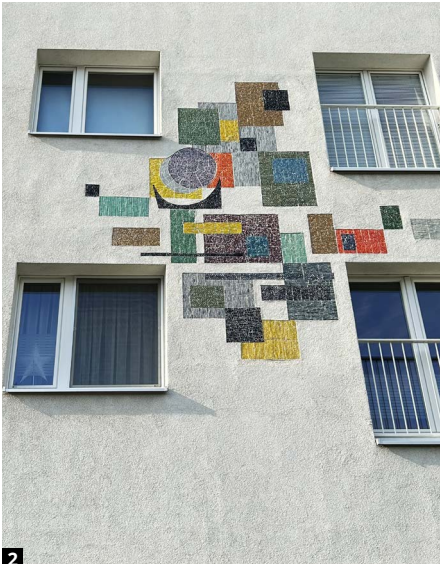
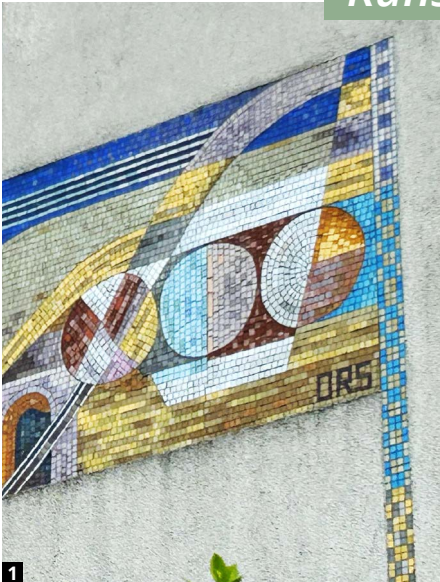
Bezirksmuseum Hietzing

Zum „Tag der Wiener Bezirksmuseen“ am 8. März 2026 von 10:00 bis 16:00 Uhr laden wir herzlich ein! In der Ausstellung „Wasser – Natur und Kultur in Hietzing“ zeigen wir die Vielfalt des Elements in unserem Bezirk: Flüsse und Bäche, Brücken, Mühlen, Bäder, Teiche, Wasserleitungen, Wasserbehälter und vieles mehr. Eine ergänzende Outdoor-Ausstellung wird an vielen Orten im Bezirk Informationen bieten. Am 8. März feiert die Hietzinger Künstlerin Roswitha Klein ihren 80. Geburtstag und eröffnet eine Ausstellung ihrer Werke. In ihrer Ausstellung „Gesehen – gefühlt – gemalt“ präsentiert die Künstlerin Inge Jung vom 7.1. bis 25.3. ihre Bilder. Die Fotoausstellung „Hietzing mit meiner Mutter“ von Andreas Kirsch ist vom 8.4. bis 1.6. zu sehen. Gleichzeitig stellt die Künstlerin Alexandra Uccusio in ihrer Ausstellung „Oase Hietzing“ ihre Werke vor. Herzlich willkommen!



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

Kunst am Bau in Hietzing – Folge 21



„Visuelle Streifzüge“ mit Mag. Gerhard Jordan

Die im Zuge der „Kunst am Bau“ in der Zeit zwischen Anfang der 1950er- und Ende der 1980er-Jahre in bzw. an Gemeindebauten im 13. Bezirk angebrachten Objekte sind zuordnenbar und dokumentiert – inzwischen auch in einer eigenen Publikation (siehe unten).

Anders verhält es sich jedoch mit **Objekten an privaten Eigentums- oder Genossenschafts-Wohnanlagen**. Genauere Informationen sind, oft mehr als 60 Jahre nach ihrer Entstehung, schwer eruierbar – besonders dann, wenn das Werk nicht signiert ist. Die Fassade des um 1955 errichteten Hauses Hietzinger Hauptstraße 171/Ecke Testarellgasse 32 ziert ein mehrteiliges **Mosaikwandbild von Otto Rudolf Schatz** (1900–1961), das mit „ORS“ signiert ist (1). Der Maler und Grafiker Schatz war bereits in der Ersten Republik sozialkritisch engagiert (u.a. mit seinen Holzschnitten), vor 1938 war er Mitglied des Hagenbunds. Durch seine Ehe galt er nach dem „Anschluss“ als „jüdisch versippt“ und lebte während des Zweiten Weltkriegs zunächst in Brünn und Prag. Schließlich kam er 1944/45 in ein Außenlager des KZ Groß-Rosen, das er überlebte. Zurück in Wien, wurde er vom damaligen KPÖ-Kulturstadtrat Viktor Matejka gefördert und schuf in der Folge zahlreiche Werke der „Kunst am Bau“ – auch mit Wiederaufbau-Sujets. In einigen taucht, wie in diesem Fall, das Brückenmotiv auf.

Die etwas später – um 1961 – errichtete private Wohnanlage **Auhofstraße 132** ist hingegen mit ihrem **abstrakten Mosaik** (2) ein gutes Beispiel für die zu dieser Zeit immer mehr verbreitete Abkehr von gegenständlichen Motiven. Über den/ die Künstler:in ist leider nichts Näheres bekannt.

Nächste Termine

Die nächsten „Kunst am Bau“-Grätzlspaziergänge mit Gerhard Jordan:

Freitag, **27. März 2026**, 14–16 Uhr: „**Ober St. Veit**“.

Samstag, **11. April 2026**, 14–16:30 Uhr: „**Oberbaumgarten**“ (14. Bezirk).

Samstag, **25. April 2026**, 14–16 Uhr: „**Von Lainz nach Speising**“.

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

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

Dein Outdoorworkout für Frauen und (werdende) Mamas

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



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

Mail: daniela.mueller@fit-mom.at

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

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

Förderung des Jugendfußballs



GRÄTZLeben Hietzing hat die U7-Mannschaft des ASV 13 mit einem neuen Trikotsatz ausgestattet. Die jungen Kicker spielen darin äußerst erfolgreich und konnten bereits mehrere Siege und Turniersiege feiern. Diese Unterstützung ist uns ein großes Anliegen. Wir hoffen daher, dass weiterhin viele Kindergeburtstage im GRÄTZLherz gebucht werden (siehe Seite 4). Denn ein Teil der Raumnutzungsgebühren fließt direkt in die Förderung des Jugendfußballs – für Bewegung, Teamgeist und Freude am Sport.

Yoga mit Silvia Knoll

In der Nothartgasse 40

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

Einzelstunden auf Anfrage
Einstieg jederzeit möglich

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



Yoga mit Helga Leeb

In der Nothartgasse 40

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

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

Jugend eine Welt

Spannende Einblicke in die Arbeit mit Straßenkindern

Die Hietzinger Entwicklungsorganisation Jugend Eine Welt veranstaltet alljährlich rund um den 31. Jänner den „Tag der Straßenkinder“. Heuer durfte Geschäftsführer Reinhard Heiserer mit Pater Rafael Bejarano Rivera SDB nicht nur einen hochrangigen Vertreter der Salesianer Don Boscos, sondern auch einen langjährigen Projektpartner von Jugend Eine Welt begrüßen.

Pater Rafael berichtete bei mehreren persönlichen Begegnungen aus der Sicht der Projektpartner und gab interessierten Besucherinnen und Besuchern wertvolle Einblicke in seine Arbeit. Bei einem Besuch im GRG 13 Wenzgasse gewährte der gebürtige Kolumbianer spannende Einblicke in die weltweite Arbeit mit Straßenkindern und stand den engagierten Schülerinnen und Schülern Rede und Antwort.

Vorschau: Nächste Jugend Eine Welt-Veranstaltung

Am 3. Juni 2026 (Beginn: 15:00 Uhr) findet ein geführter Rundgang über den Friedhof Hietzing statt, der auch einen Besuch des Don Bosco-Gedenkortes beinhaltet. Im Anschluss ist ein gemütlicher Ausklang geplant.

Infos: www.jugendeinewelt.at



Anmeldung: WhatsApp 0664 / 88 59 38 36

E-Mail: spenden@jugendeinewelt.at

telefonisch: 01 / 879 07 07 – 0.

Swingende Saxladies im GRÄTZLherz



Unter der Leitung von Saxolady Daniela Krammer gibt es am Internationalen Frauentag am 8.3. um 18.30 Uhr in der Nothartgasse 40 ein mitreißendes Spektakel. Die Saxophone Affairs spielen ein ca. 45-minütiges Konzert zu Ehren von Ingeborg Bachmann (wäre heuer 100 Jahre alt geworden).

Es wird um Spenden für unseren Deutschsprachkurs für Frauen gebeten! Getränke und kleine Knabbereien gibt es selbstverständlich auch. Wir freuen uns auf eine tollen gemeinsamen Sonntagsabend.

The Little Music Den

Stell dir vor, dein Kind drückt sich durch Musik aus – singt frei, bewegt sich selbstbewusst und möchte diese Freude sogar mit Freund*innen und Familie teilen. Musik zu lernen muss weder starr noch von Druck geprägt sein. Es kann spielerisch, sinnstiftend und zutiefst unterstützend für die ganzheitliche Entwicklung deines Kindes sein.

Im The Little Music Den werden Kinder behutsam durch Musik begleitet – auf eine Weise, die sowohl ihre musikalischen Grundlagen als auch ihre wachsenden Köpfe und Körper stärkt. Die Stunden sind sorgfältig gestaltet und voller ansprechender, altersgerechter musikalischer Aktivitäten. Es gibt Kurse für verschiedene Altersgruppen – von Babys, die gemeinsam mit ihren Familien kommen, bis hin zu Grundschulkindern, die bereit sind, ein Instrument zu erlernen. Die Kurse finden auf Deutsch und Englisch statt.

The Little Music Den ist ein Ort, an dem Musik mehr wird als eine Fähigkeit – sie wird zu einer Sprache für Wachstum, Kreativität und Verbundenheit.

Neugierig auf aktuelle oder kommende Kurse? Schau hier vorbei:

<https://sophielusty.com/>



Demenzfreundliches Hietzing

Am Freitag, 2. Oktober 2026, findet wieder die Veranstaltung „Gesund und sicher im Alter“ im Amtshaus Hietzing statt (11-17 Uhr). Organisiert wird das Event von der Initiative „Miteinander im demenzfreundlichen Hietzing“ mit tatkräftiger Unterstützung von Frau Bruckner aus dem Büro der Bezirksvorstehung Hietzing. Ca. 25 Aussteller*innen rund um das Veranstaltungsthema werden wieder dabei. Die Veranstaltung ist wie gewohnt für die Besucher*innen kostenlos.

Zusätzlich lädt die Initiative einmal pro Monat zu einem interessanten Vortrag ins Amtshaus Hietzing ein. Am 25.03. kommt Birgit Meinhard-Schiebel als Präsidentin der Interessensgemeinschaft pflegender Angehöriger. Am 21.04. hält Dr. Ursula Koch-Turner einen Fachvortrag zu Diabetes im Alter. Diese Vorträge sind kostenlos. Das Netzwerk „Miteinander im demenzfreundlichen Hietzing“ trifft sich in regelmäßigen Abständen. Falls Sie an den Tätigkeiten und Inhalten des Netzwerkes interessiert sind oder sogar aktiv mitarbeiten wollen, dann kontaktieren sie gerne den Koordinator Helmut Lutz (info@demenzfreundliches-hietzing.at). Weitere Informationen zum Netzwerk finden Sie online unter: demenzfreundliches-hietzing.at



Die Bank gegen Einsamkeit



Die Plauderbank ist eine gekennzeichnete Sitzbank im öffentlichen Raum, die Menschen dazu einlädt, miteinander ins Gespräch zu kommen. Wer dort Platz nimmt, zeigt Offenheit für Begegnung, Austausch und kurze Gespräche im Alltag. Bänke mit solchen Aufschriften hat Christopher Hetfleisch in seiner Funktion als Bezirksrat bereits 2023 in Hietzing aufstellen lassen. Sehr zu seiner Verwunderung, lies die Stadt Wien die Plauderbank-Sticker wieder entfernen. In anderen Bezirken nicht. In Hietzing dürfen diese Bänke scheinbar nur auf privaten Vorplätzen von Pflgewohnhäuser stehen.

Vernetzungstermine

**Sozial- und Gesundheitsvernetzung
GRÄTZLeben Hietzing (GRÄTZLherz)**
Donnerstag, 19.03.2026 18 - 19 Uhr

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

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

Beratung und Angebote

Hilfe im Pflegedschungel bei Demenz
Dienstag, 24.2., 24.3., 21.4., 26.5., 23.6. jeweils 16.00 bis 17.30 Uhr in der VHS Hietzing (Hofwiesengasse 48), kostenlose Beratung, Anm.: 01 8917 41 3000

Begegnungscafe mit Pfiff
Dienstag, 3.3., 17.3., 31.3., 14.4. (14 tägig) jeweils 15-17 Uhr im Café daskardinal (Kardinal König Platz 3), zum Plaudern, Lachen, Diskutieren, Erinnern, Sinnieren, u.v.m.

Fachvortrag im Amtshaus Hietzing
25.03.: Birgit Meinhard-Schiebel, Präsidentin der Interessensgemeinschaft pflegender Angehöriger

21.04.: Dr. Ursula Koch-Turner: Fachvortrag zu Diabetes im Alter

Promenz - Gruppentreffen
Dienstag, 10.3., 24.3., 7.4., 21.4. (14-tägig) jeweils 15-17 Uhr im Café daskardinal (Kardinal König Platz 3), für Betroffene von Vergesslichkeit, Demenz oder Alzheimer als auch deren Angehörige

Das GRÄTZLherz als Vorbild für Europa

Anfang dieses Jahres gastierte die Wanderausstellung FIX IT! -Umbau statt Abriss der Initiative „House Europe!“ in Wien. Die Europäische Bürgerinitiative „House Europe!“ setzt sich dafür ein, Renovierungen und Umbauten einfacher, günstiger und sozialer zu machen. Die Ausstellung macht Möglichkeiten und Chancen, die der Umbau und die Umnutzung von leerstehenden Gebäuden bieten, sichtbar. Neben vier ausgewählten Umbauten in Deutschland zeigte die Wanderausstellung auch drei Projekte aus Österreich – eines davon der Umbau zum GRÄTZLherz.



Flexibilität und einer möglichst abwechslungsreichen Verwendung gerecht werden. Erfolgreiche Umnutzungsprojekte inspirieren andere Menschen dazu, ähnliche Konzepte zu wagen und umzusetzen. Somit freuen wir uns sehr, dass die Geschichte des GRÄTZLherz als Teil der Ausstellung FIX IT! -Umbau statt Abriss für viele Menschen sichtbar wird. Hoffentlich können wir in Zukunft noch öfter ähnliche Umbau- statt Abriss-Geschichten lesen.



Bei der Eröffnung am 8.1.2026 im Atelier 3 in Wien durfte David Kovarik von Weitblick Architektur das Projekt genauer vorstellen. Die Transformation des ehemaligen Konsums am Roten Berg zum Nachbarschaftszentrum GRÄTZLherz stieß bei den Besucher:innen auf großes Interesse. Denn viele, auch größere Gebäude, haben ähnliche Probleme wie das GRÄTZLherz vor dem Umbau: eine schwierige Lage für kommerzielle Flächen, veralteter bautechnischer Zustand und eine nicht passende Raumaufteilung für die gewünschte Nutzung.

Der Prozess zur Umnutzung, den das GRÄTZLherz durchlaufen hat, kann somit auch als Vorbild für andere Gebäude mit ähnlichen Herausforderungen herangezogen werden. Für ein erfolgreiches Umnutzungsprojekt braucht es nämlich nicht nur eine schöne Gestaltung, sondern auch viel Arbeit im Vorfeld. So gab es beispielsweise noch vor dem Beginn der Planung mehrere Workshops zur gewünschten Nutzung. Dort wurde klar, dass die Räumlichkeiten sehr flexibel und schnell veränderbar sein müssen. Natürlich war auch ein betriebswirtschaftliches Konzept von Seiten des Vereins unerlässlich, um den Umbau zu ermöglichen und zu garantieren, dass die neuen Räumlichkeiten auch langfristig genutzt bleiben. Erst im Anschluss an diese Vorarbeiten konnte das Gestaltungskonzept für das GRÄTZLherz entwickelt und der Umbau umgesetzt werden. Im Herbst dieses Jahres feiert das GRÄTZLherz schon seinen fünften Geburtstag. Ein Blick in das bunte Programm bestätigt, dass die Räumlichkeiten dem Wunsch nach



Über die Autor*innen:

Arch. Carina Zabini, MArch. & MgA. David Kovařík PhD. Nicht nur die berühmten Villen der Moderne haben den 13. Bezirk geprägt. In der Artikelserie „Architektur in Hietzing“ widmen wir uns nicht ganz so bekannten, aber mindestens genauso spannenden Bauten in unserem Bezirk. Mit unserem Büro Weitblick Architektur sind wir auch in Hietzing zu Hause. Wir beschäftigen uns vor allem mit bestehenden Gebäuden, für welche wir neue Nutzungsstrategien entwickeln – von Renovierungen, über Interior Design, bis hin zu Zubauten und Erweiterungen. So haben wir auch den leerstehenden Supermarkt am Roten Berg zum GRÄTZLherz umgebaut.



Web: weitblick.space
Tel.: 0676 4 660 660
E-Mail: office@weitblick.space
Addr.: Kupelwiesergasse 19/1

Die Hietzinger Grätzlbuchhandlungen



Lainzer Grätzlbuchhandlung

Lainzer Straße 141

Web: graetzbuchhandlung-lainz.at

Tel.: 01 803 91 39

Bücher & Geschenkladen Ober St. Veit

Hietzinger Hauptstraße 147

Web: buecher-geschenkladen.at

Tel.: 01 944 01 33

Buchhandlung Kral-Hietzing

Hietzinger Hauptstraße 22

Web: kral-buch.at/kralhietzing

Tel.: 01 877 61 02

Buchhandlung Ober St. Veit empfiehlt

Gisele Pelicot – Eine Hymne an das Leben

Im Jahr 1989, wurde ich gerade 6 Jahre alt, im Jahr 1989 wurde die Vergewaltigung in der Ehe in Österreich strafbar. Seit dem Jahr 2014, da waren meine beiden Töchter 4 und 1 Jahr alt ist Vergewaltigung in der Ehe in Österreich ein Offizialdelikt.

Aus heutiger Sicht total undenkbar - und undenkbar grausam. Die Geschichte von Gisele Pelicot und ihrem Schicksal ging um die Welt-in ihrem Buch „Eine Hymne an das Leben“ erzählt sie Ihre Geschichte-verzichtet auf ihr Recht auf Anonymität. Es ist ein Streben nach Gerechtigkeit und Selbstbestimmung. Lesen wir alle dieses Buch Männer und Frauen - weil „Die Scham die Seite wechseln muss“.

Ein unfassbar gutes Buch - eine unfassbar starke Frau!



Grätzlbuchhandlung empfiehlt



Elias Hirschl - „Schleifen“

Franziska Denk wächst im Umfeld des Wiener Kreises auf und leidet als Kind an einer seltsamen Krankheit: Jedes Symptom, von dem sie hört oder liest, bekommt sie sofort. In Otto Mandl, einem genialen Mathematiker, findet die junge Franziska ihren Seelenverwandten. Sie lernt, sich mit Wörtern aus toten Sprachen gegen ihr Leiden zu immunisieren. Die beiden entwickeln eine absolute Sprachbesessenheit und forschen fortan und bis an alle denkbaren Grenzen gemeinsam nach der perfekten Sprache.

»Schleifen« ist ein großer vor Ideen sprudelnder Roman über die Macht und den Einfluss von Sprache auf unser Leben, den man mit größtem Vergnügen liest. Immer wieder stellt sich bei Elias Hirschl das schier Unglaubliche als wahr heraus, und der Rest ist extrem gut erfunden.

6 Tage offline im Nationalpark Gesäuse



Mehr Infos →

Go Wild Matura-Retreat

Für alle Maturanten und Maturantinnen, die nach mehr Sinn im Leben streben, es lieben Zeit in der Natur zu verbringen und die Erfahrung machen wollen unter freiem Sternenhimmel zu schlafen, gibt es heuer erstmalig die Möglichkeit beim Go Wild Matura-Retreat dabei zu sein. Mit diesem Angebot möchte die Weltenwandlerin Lucia Steinbacher speziell die Jugendlichen ansprechen, die große Träume für ihre Zukunft haben.

Das Retreat findet in Kooperation mit Sebastian Burdis und dem Nationalpark-Ranger Oliver Daxböck statt. Die Plätze sind begrenzt. Bewerbungen werden bis 28. Februar entgegengenommen.

Termine: 04.–10. Juli, 16.–22. Juli

Diesmal spricht leider nicht der Boomer

VOR DEN VORHANG: Der Alltag auf einer Wiener Intensivstation - Arbeiten am Limit

Die Intensivstation eines Wiener Spitals ist ein Ort, an dem sich die Extreme des Lebens verdichten: Hoffnung und Verzweiflung, technische Höchstleistung und menschliche Nähe, Routine und Ausnahmezustand. Wer hier arbeitet, bewegt sich täglich auf einem schmalen Grat zwischen professioneller Distanz und emotionaler Betroffenheit – und trägt gleichzeitig enorme Verantwortung.

Der Arbeitsalltag auf einer Intensivstation ist geprägt von hoher Arbeitslast. Pflegende und Ärzt:innen betreuen schwerstkranke Menschen im Minutentakt, überwachen Vitalparameter, passen Beatmungseinstellungen an, verabreichen Medikamente und reagieren auf plötzlich eintretende Komplikationen. Zur ständigen Beobachtung sind die Patient*innen an einen Überwachungsmonitor angeschlossen, welcher laufend aktuelle Werte der Herzfrequenz, des Blutdruckes etc. anzeigt.

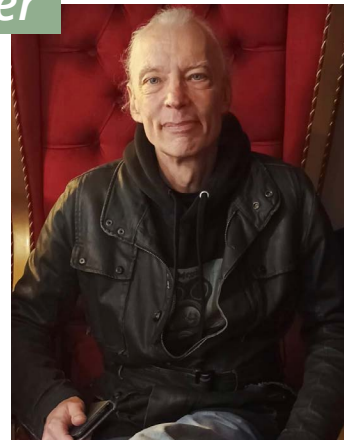
Um auf einer Intensivstation arbeiten zu können, braucht es eine umfangreiche Ausbildung. Speziell die Intensivpflege erfordert eine mehrmonatige Zusatzausbildung, in der medizinisches Wissen vertieft und der Umgang mit komplexen Geräten vermittelt wird. Die Lernkurve ist steil, denn der medizinische Fortschritt schreitet stetig voran, und neue Therapieformen gehören zum Alltag. Weiterbildungen gehören daher selbstverständlich zum Beruf. Jede Entscheidung zählt, jede Handlung kann lebensentscheidend sein.

Trotz aller Technik ist der Umgang mit Patient*innen der sensibelste Teil der Arbeit. Viele Intensivpatient*innen sind nicht ansprechbar, sediert oder künstlich beatmet und können während dieser Zeit nicht sprechen und viele erhalten starke Medikamente damit sie die intensivmedizinische Behandlung tolerieren können. Das Pflegepersonal übernimmt daher oft eine Stellvertreterrolle – spricht

mit den Patient*innen, erklärt jeden Schritt, obwohl ungewiss ist, ob die Worte ankommen. Dieses Ritual gibt Halt und bewahrt die menschliche Würde auch in Momenten größter Hilflosigkeit. Das Team einer Intensivbettenstation begleitet die Patient*innen in dieser schwierigen und extremen Situation mit dem Ziel, dass die Patient*innen nach Überwindung des lebensbedrohlichen Zustandes die Intensivstation schnellstmöglich wieder verlassen und an anderen Stationen weiterbehandelt werden kann.

Genauso anspruchsvoll ist der Kontakt mit Angehörigen. Sie befinden sich meist in Ausnahmesituationen, müssen keine medizinischen, aber existenzielle Entscheidungen treffen. Ärzt*innen und Pflegekräfte müssen komplexe Sachverhalte erklären, Hoffnung geben, ohne falsche Versprechen zu machen, und gleichzeitig realistische Erwartungen formulieren. Diese Gespräche sind zeitintensiv und emotional fordernd, aber ein zentraler Bestandteil der Intensivmedizin.

Der Alltag auf einer Wiener Intensivstation zeigt, wie unverzichtbar und gleichzeitig kräftezehrend diese Arbeit ist. Jeder einzelnen Mitarbeiter einer Intensivbettenstation, stellvertretend genannt Ärzt*innen, Pflegekräfte, Therapeut*innen, Service-Assistent*innen, Reinigungskräfte, und viele mehr, leistet Außergewöhnliches – jeden Tag. An dieser Stelle vielen Dank für eure Arbeit! Danke, dass ihr euch so professionell um unseren Leo kümmert. Dieser Text stammt aus den Federn von Peter.



Hietzing – Alsergrund - Japan

Zen-Meditation hat mich immer schon fasziniert. Nicht nur weil ich Japanologin bin, sondern weil es mir hilft, auch in turbulenten Zeiten innezuhalten und tiefer zu schauen. Hietzing bietet zwar ruhige Oasen, doch um innere Stille zu erfahren braucht es mehr. Das hat mich bewogen vor rund 20 Jahren den Verein Zen-Zentrum „Mishoan“ („Ort des Lächelns“) zu gründen. Zen ist simpel, aber nicht einfach - eine gegenstandslose Art der Meditation, die uns einen klaren Rahmen zum Einüben innerer Stille und Gelassenheit bietet. Das Zentrum befindet sich im 9. Bezirk, doch auch in Hietzing organisierten wir einige Sommer lang „Outdoor“-Meditationen in einem ruhigen Garten nahe der Tiergartenmauer. Auch eines meiner Bücher, nämlich „Innehalten“ (Kösel Verlag) durfte ich mittels einer Lesung im Hietzinger Bezirksamt vorstellen. (Weitere Bücher: „Souverän vortragen“, „Gelassen auftreten“, „Tag für Tag ein guter Tag“.



Mehr Hietzing im Stadtparlament



Abgeordnete zum Wiener Landtag und Gemeinderat
E-Mail: Arabel.Bernecker@neos.eu

Im Juni hat Dr. Arabel Bernecker-Thiel den Bezirksrat verlassen, um für NEOS in den Wiener Landtag und Gemeinderat einzuziehen. Die Politologin, die 20 Jahre lang für internationale Organisationen als Migrationsexpertin tätig war, ist begeisterte Hietzingerin und lebt mit ihrer Familie in Ober St. Veit. Als Gemeinderätin ist sie für ein thematisch breites Spektrum verantwortlich: Soziales, Inklusion und Generationenfragen; Internationales und Tierschutz. In Hietzing bleibt sie als Teil des NEOS Bezirksteams aktiv.

Tatjana Gregoritsch

„Samotans Leiche“ ist ein Zeitgeschichteroman der Wiener Autorin, PEN Club Mitglied Tatjana Gregoritsch, erschienen im Löckerverlag. Ein Psychogramm zweier gegensätzlicher Männer, undurchsichtiger Anwalt und Womanizer, eifriger Kaffeehausbesucher in Wien und Schachspieler, mit prekärem Vorleben, der andere korrekter Beamter – entsteht eine unmögliche Männerfreundschaft? Abrechnung mit der Kriegszeit, im GULAG, persönlicher Schuld während der russischen Besatzung. Nein, der Roman ist kein Krimi, doch Samotan stolpert über seine Leichen im Keller.

Tatjana Gregoritsch, 1962 in Wien geboren, wuchs in der Inneren Stadt und in Kärnten auf, studierte in Wien und Helsinki, veröffentlichte erstmals 1980. Beruflich in Verlagen, Werbung, e-commerce und IT-Prozessmanagement tätig. Ab 2011 gab sie, nach Auslandsaufenthalten, in kurzer Folge erfolgreiche Sachbücher heraus. Es folgten Krimis, short stories und Lyrik.

„Samotans Leiche“, Roman. Gb., 300 S. ISBN 978-3-99098-226-6. Löcker Verlag 2025. Im Buchhandel und online erhältlich LP 24,80.

Lesetermine ab 2026 in Buchhandlungen sowie in der VHS Hietzing geplant, Näheres auf www.gregoritsch.net.



Businessfotoshooting und Mehr

Constanze und Madeline haben gemeinsam ein besonderes Angebot für dich zusammengestellt:

Constanze sorgt wie gewohnt für ausdrucksstarke Fotos, während Madeline dein Unternehmen mit eindrucksvollen Videos in Szene setzt.

Das Ergebnis: Authentische Fotos und Bewegtbilder, die deine Marke lebendig machen!

Neugierig geworden? Dann melde dich gleich bei Constanze – das Komplettpaket gibt's schon für nur 360€.

Die Fotos und Videos kannst du vielseitig verwenden: für Print, deine Website oder Social Media.

PS: GRÄTZLeben-Mitglieder erhalten einen besonderen Bonus – und wir unterstützen dich zusätzlich dabei, online sichtbar zu werden!



Web: fotostube.at

Mail: office@fotostube.at

Tel.: 0676 544 69 93

Kunsttherapie mit BisZ



Web: kunsttherapiemitbisz.at

E-Mail: info@kunsttherapiemitbisz.at

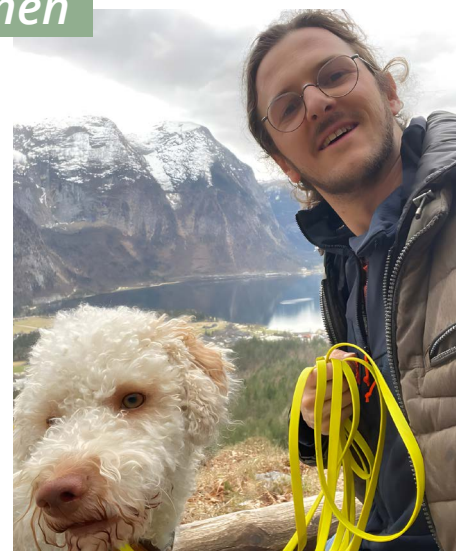
Tel.: 0677 620 425 82

Die Veranstaltung des gemeinnützigen Vereins Kunsttherapie mit BisZ am 20.12.2025 in der Nothartgasse war ein großer Erfolg. Zahlreiche Besucher:innen nutzten die Gelegenheit, den jungen Verein kennenzulernen, mitzufeiern und Einblick in die Arbeit des ersten Vereinsjahres zu erhalten.

Gegründet wurde der Verein im November 2024 von den beiden Kunsttherapeutinnen Sabine Schwarz, M.A., und Birgit Gartler. Ihr Ziel ist es, Menschen in schweren Lebensphasen kostenfrei kunsttherapeutisch zu begleiten – etwa während oder nach onkologischen Therapien, bei chronischen oder lebensverkürzenden Erkrankungen, bei Demenz sowie im Palliativ- und Hospizbereich. Das Angebot richtet sich an Menschen jeden Alters und erfolgt mobil in Wien, Niederösterreich und dem nördlichen Burgenland. Die positive Stimmung des Abends zeigte eindrucksvoll, wie wichtig und wertvoll dieses Angebot ist. Kunsttherapie kann durch kreatives Schaffen Leichtigkeit, Lebensfreude und neue Ausdrucksmöglichkeiten eröffnen – nicht nur für Betroffene, sondern auch für ihr Umfeld. GRÄTZLeben Hietzing unterstützte die Veranstaltung, indem die Räumlichkeiten kostenlos zur Verfügung gestellt wurden – ein schönes Beispiel gelebter Solidarität im Grätzl.

Geheimtipp für Hundebesitzer:innen

Ich bin Christian Knapp, lebe seit bald 10 Jahren in Hietzing, und bin stolzer Hundebesitzer. Als solcher plagt mich seit langer Zeit das Problem, dass es oft mühsam und kompliziert ist herauszufinden, wo das Mitbringen des Hundes willkommen ist, und wo der Hund lieber zuhause bleiben sollte. Vor allem bei der Urlaubsplanung ist das immer wieder schwierig, aber auch bei Besuchen in Restaurants, Cafés, oder bei der Suche nach hundefreundlichen Badeplätzen im Sommer. Das hat mich dazu veranlasst, vor etwa einem Jahr das Projekt DogHive zu starten. DogHive ist eine App, in der Hundebesitzer*innen ihre liebsten Orte teilen, auf Gefahren aufmerksam machen, und damit zusammen das Leben von allen Hundebesitzer*innen etwas schöner und einfacher machen. Die App steht für iPhones und Android gratis zum Download zur Verfügung, ich freue mich über jede neue Nutzer*in, und nehme auch jederzeit sehr gerne Feedback entgegen. Mehr Infos zu meinem Projekt gibt es auf dog-hive.com



Veranstaltungen in Hietzing

Wöchentliche Angebote

Jeden Montag Deutschkurs für Frauen

13-15 Uhr im GRÄTZLherz; Seite 4

Jeden Montag Yoga mit Silvia

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

Jeden Mittwoch Deutschkurs für Frauen

9-12 Uhr im GRÄTZLherz; Seite 4

Jeden ersten Mittwoch ACH!KünstlerInnenvernetzung

Web: ach-wien.at; Insta: @art_club_hietzing



Fast jeden Donnerstag Spieleabend

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

März

Do., 5.03. Jazzfrühling

19 Uhr in der Waldtzeile (Speisingerstraße 2), Michaela Rabitsch & Robert Pawlik Quartet, Seite 15

So., 8.03. Tag der Wiener Bezirksmuseen

10-16 Uhr Bezirksmuseum Hietzing (Am Platz 2), Ausstellung
„Wasser – Natur und Kultur in Hietzing“, Seite 27

So., 8.03. Saxolady Saxophone Affairs

18:30 Uhr im GRÄTZLherz, Am Internationalen Weltfrauentag spielen die Saxoladys zu Ehren von Ingeborg Bachmann (wäre heuer 100 Jahre alt geworden), keine Anmeldung notwendig, Spenden zu Gunsten unseres Deutschsprachkurses (Seite 4) erbeten

Mi., 11.03. Lesung & Coaching

19 Uhr in der Dependance (Lainzerstraße 123a), 111 Dinge über die Wechseljahre, die man wissen muss mit Christina Gschwendtner & Babette Todt, Seite 11

Do., 12.03. Jazzfrühling

19 Uhr in der Waldtzeile (Speisingerstraße 2), Daniela Kramer Trio, Seite 25

Do., 12.03. Krimireihe: Sabine Naber

19:30 Uhr Rote Kapelle (Wolkersbergenstraße Gebäude E), S. 26

Sa., 14.03. Einstieg in die Kräuterheilkunde

13-17 Uhr im GRÄTZLherz, Daniela Ferrari, Seite 19

Do., 19.03. Kulturvortrag & Brötchen

15-16:30 Uhr im GRÄTZLherz, Vortrag Gerhard Jordan: „Kunst am Bau in Hietzing“, inkl. Brötchen und Sekt, 22€/Person, Anmeldung unter: 0676 44 67 266, Seite 4

Do., 19.03. Gesundheit- und Sozialnetzwerk Treffen

18 Uhr im GRÄTZLherz, offen für alle Interessierten, Seite 22

Fr., 19.03. familie reiter's jazzwohnzimmer

19 Uhr bei der familie reiter (Lainzer Straße 131), Flip Philip & Bertl Mayer, Seite 39

Do., 26.03. Jazzfrühling

19 Uhr bei der familie reiter (Lainzer Straße 131), Bob Explosion, Seite 15

Fr., 27.03. Kunst am Bau Spaziergang

14-16 Uhr Ober St. Veit, mit Mag. Gerhard Jordan, Seite 27

Fr., 27.03. Ostermarkt

14-18 Uhr im GRÄTZLherz, regionale & handgefertigte Produkte

Sa., 28.03. Ostermarkt

10-18 Uhr im GRÄTZLherz, regionale & handgefertigte Produkte

April

Mi., 8.04. Eröffnung zweier Ausstellungen

18 Uhr im Bezirksmuseum Hietzing (Am Platz 2), Alexandra Uccusio & Andres J. Hirsch, Seite 7

Do., 9.04. Kulturvortrag & Brötchen

15-16:30 Uhr im GRÄTZLherz, Vortrag Susanne Länger: „Buchvorstellung und mehr“, inkl. Brötchen und Sekt, 22€/Person, Anmeldung unter: 0676 44 67 266, Seite 4

Do., 9.04. Jazzfrühling

19 Uhr in der Waldtzeile (Speisingerstraße 2), Swobodas Swing Trio, Seite 15

Do., 9.04. Krimireihe: Constanze Scheib

19:30 Uhr Rote Kapelle (Wolkersbergenstraße Gebäude E), S. 26

Sa., 11.04. Kleidertauschparty mit Brunch

10-13 Uhr im GRÄTZLherz, Seite 24

Sa., 11.04. Kunst am Bau Spaziergang

14-16:30 Uhr Oberbaumgarten (14.Bez.), mit Mag. Gerhard Jordan, Seite 27

Fr., 16.04. familie reiter's jazzwohnzimmer

19 Uhr bei der familie reiter (Lainzer Straße 131), Flip Philip & Bertl Mayer, Seite 39

Do., 23.04. Kulturvortrag & Brötchen

15-16:30 Uhr im GRÄTZLherz, Vortrag Heinzpeter Thiel: „Die Welt lebt über ihre Verhältnisse (UNO2007)“, inkl. Brötchen & Sekt, 22€/Person, Anmeldung: 0676 44 67 266, S. 4

Do., 23.04. Jazzfrühling

19 Uhr in der Waldtzeile (Speisingerstraße 2), Route 60, S. 15

Sa., 25.04. Kräuter-Spaziergang am Roten Berg

10-12:30 Uhr im GRÄTZLherz, Daniela Ferrari, Seite 19

Sa., 25.04. Kunst am Bau Spaziergang

14-16 Uhr Von Lainz nach Speising, mit Mag. Gerhard Jordan, S. 27

Mai

Fr., 1.05. Maibaumfest Ober St. Veit

Ab 10 Uhr in der Glasauergasse/Silvingasse, ASK Ober St. Veit, vielseitiges Programm, reichlich Speis & Trank

Do., 7.05. Kulturvortrag & Brötchen

15-16:30 Uhr im GRÄTZLherz, Vortrag Prof. Dr. Ilse Friesen: „Schuberts Gesicht und Gestalt“, inkl. Brötchen und Sekt, 22€/Person, Anmeldung unter: 0676 44 67 266, Seite 4

Do., 7.05. Eva Billisch mit Band „Pfarrkaffee“

19:30 Uhr Rote Kapelle (Wolkersbergenstraße Gebäude E), Seite 26

Fr., 8.05. Ober St. Veiter Grätzlfest

10-22 Uhr Ober St. Veit/Hietzinger Hauptstraße, Veranstaltung der Kaufleute Ober St. Veit

Sa., 9.05. Ober St. Veiter Grätzlfest

10-22 Uhr Ober St. Veit/Hietzinger Hauptstraße, Veranstaltung der Kaufleute Ober St. Veit

Fr., 21.05. familie reiter's jazzwohnzimmer

19 Uhr bei der familie reiter (Lainzer Straße 131), Flip Philip & Bertl Mayer, Seite 39

Do., 28.05. Kulturvortrag & Brötchen

15-16:30 Uhr im GRÄTZLherz, Vortragende*r noch offen, inkl. Brötchen und Sekt, 22€/Person, Anmeldung unter: 0676 44 67 266, Seite 4

Sa., 30.05. karitativer Bücherflohmarkt

Ab 10 Uhr in der Dependance (Lainzerstraße 123a), Bücherflohmarkt der Grätzlbuchhandlung für den guten Zweck, Seite 11

Sa., 30.05. GRÄTZLeben Sommerfest

15-21 Uhr im GRÄTZLherz und am Roten Berg; Familienolympiade inkl. Nachhaltigkeitsworkshops bis 18 Uhr; danach



FERIEN BETREUUNG

Abwechslungsreiche Ferienwoche in Hietzing
für Kids von 6–14 Jahren

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

HARD FACTS

Betreuungszeit: 9–16 Uhr

(Early Check in & Late Check Out auf Anfrage)

Guter Betreuungsschlüssel

(mind. 2 Personen für 10 Kinder)

1. Woche: 13.–17. Juli 2026

2. Woche: 20.–24. Juli 2026

Kosten:

Komplette Woche: 339€

Weitere Woche/Geschwister/Mitglied: 295€

Preis bleibt
unverändert!

Anmeldung ab sofort per E-Mail (info@grätzleben.at)
oder telefonisch (0676 44 67 266) unter Angabe des
Namens und Alter des Kindes.

Kostenlose Stornierung bis 14 Tage vor Campwoche (abzüglich
15€ Bearbeitungsgebühr). Danach 50% der Gesamtkosten
(ausgenommen Erkrankung).





Korkisch

KAMI



DIABETOLOGIE HIETZING
DR. MARLIES FRANK



Vielen Dank an unsere Kooperationspartner!



Hietzing blüht auf

familie reiter`s jazzwohnzimmer 2026

Andi Sagmeister Trio

Freitag 23.1 um 19 Uhr



Flip Philipp & Bertl Mayer

und very special friends

Donnerstage 19.2 / 19.3 / 16.4 / 21.5 / 18.6



***Speis` und Trank ab 17 Uhr Konzert um 19 Uhr**

Lainzerstraße 131

Eintritt frei - Spende erbeten

Kultur MA7





SOMMERFEST

Sa., 30. Mai 2026, 14–21 Uhr

Im GRÄTZLherz (Nothartgasse 40)
und davor am Roten Berg

PROGRAMM

Familienolympiade, 14–18 Uhr

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

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

**Kulinarische Leckerbissen
aus Hietzing**



Wir Danken unseren
Kooperationspartner*innen:

**KRÄUTER
FREUDEN**
DANIELA FERRARI



Hietzing blüht auf