





**„Gesundheit hat viele Gesichter. Und ebenso vielfältig sind die Angebote, wie Sie selbst mehr für Ihre Gesundheit tun können – gerade auch in der Gesunden Donaustadt.“**

*Sonja Wehsely, Stadträtin  
für Gesundheit, Soziales und Generationen*



**„Nutzen Sie diesen einzigartigen Überblick zu den gesundheitsfördernden Angeboten in unserem Bezirk. Ich bin sicher, es ist für alle etwas Passendes dabei.“**

*Ernst Neurivy,  
Bezirksvorsteher Donaustadt*



**„Ob Ernährung, Bewegung oder seelische Gesundheit: Die vorliegende Übersicht soll Ihnen als Anregung und Unterstützung dienen, wenn Sie mehr für Ihr Wohlbefinden tun wollen.“**

*Dennis Beck,  
Geschäftsführer Wiener Gesundheitsförderung*

---

**Impressum:** Medieninhaberin und Herausgeberin: Wiener Gesundheitsförderung gemeinnützige GmbH – WiG, Treustraße 35–43, Stiege 6, 1200 Wien, Telefon 01/4000-76905. Für den Inhalt verantwortlich: Wiener Gesundheitsförderung. Es handelt sich um einen Überblick, ohne Anspruch auf Vollständigkeit. Illustrationen: Markus Murlasits. Gestaltung: Peter Klein. Verlegerin: Bohmann Druck und Verlag Gesellschaft m.b.H. & Co. KG, Leberstraße 122, 1110 Wien.



- 1 Ab-Hof-Verkauf
- 2 Aktivspielplatz
- 3 Albert-Schultz-Eishalle
- 4 Askó Bewegungs Center Oase 22
- 5 Ballspiele, spielerische Bewegung
- 6 Bauernmärkte
- 7 Bezirksgesundheitsamt
- 8 Blumengärten Hirschstetten
- 9 Boccia
- 10 Büchereien Wien
- 11 Denkraum Donaustadt
- 12 Donaupark
- 13 Donaospital-SMZ Ost
- 14 Donaustädter Bad
- 15 Eltern-Kind-Zentrum
- 16 Familienberatung
- 17 Familienberatung bei Gericht
- 18 Fußball
- 19 Gänsehäufel
- 20 Gemeinschaftsgärten
- 21 Generationenbank
- 22 Generationen- und Fitnesspark
- 23 Gesunde Klubs
- 24 Gesundheitsfördernde Schulen
- 25 Jazzpark Epling
- 26 Jugendzentren
- 27 Kletterhalle
- 28 MAG ELF
- 29 Mühlwasser
- 30 Naturfreunde Wien
- 31 Naturlehrpfad Obere Lobau
- 32 Nachbarschaftszentrum
- 33 Naturnahe Badeplätze
- 34 Parkbetreuung
- 35 Rollstuhl-Basketball
- 36 Running Checkpoints
- 37 Sportcenter Donaocity
- 38 Sport- und Fun-Halle Donaustadt
- 39 Sportunion Transdanubien
- 40 Tischtennis
- 41 Volkshochschulen
- 42 Waldspielplatz Rautenweg



- 43 Wasserspielplatz Donauinsel
- 44 WAT 22
- 45 Wirbelsäulengymnastik
- 46 wohnpartner





Ab-Hof-Verkauf

**1** **Ab-Hof-Verkauf**

Frisch vom Bauern schmeckt’s am besten!

**Gärtnerei Bach:** 22., **Contiweg 12**, Telefon 01/280 95 34, **www.gaertnerei-bach.at**

**Gartenbau Gaderer:** 22., **Schlachthammerstraße 76**, Tel. 01/774 27 58, **www.gaderer.info**

**Gärtnerei Ganger:** 22., **Aspernstraße 15–21**, Telefon 0664/845 04 72, **www.gaertnerei-ganger.at**

**Gärtnerhof Gin:** 22., **Hänischgasse 17**, Telefon 01/202 40 45, **www.gin.at/gaertnerhof**

**Blumen Kalch:** 22., **Langobardenstraße 121**, Telefon 01/282 21 55, **www.kalch.at**

**Gartenbau Martin Kalch:** 22., **Grobenzersdorfer Straße 74**, Telefon 01/774 24 25, **www.kalch.com**

**Gärtnerei Kölbl:** 22., **Breitenleer Straße 213–215**, Telefon 0664/406 38 82, **www.gartenbau-koelbl.at**

**Standverkauf Nirschl-List:** 22., **Breitenleer Straße 449/1**, **Hausfeldstraße/An den alten Schanzen**, **Hausfeldstraße/Stadlbreiten**, Telefon 0664/212 04 34

**Biobauer Manfred Radl:** 22., **Hirschstettner Straße 85**, Telefon 01/280 68 51, **www.erdbeerwelt.at**

**Schottenobst:** 22., **Breitenleer Straße 247**, Telefon 01/734 44 45, **www.schottenobst.at**

### 2 Aktivspielplatz

Basteln, kochen und Räume zum Chillen und Musikhören.

**22., Rennbahnweg 29/Hugo-Wiener-Weg 2**, Telefon 01/604 21 96-219, **www.aktivspielplatz.at**

### 3 Albert-Schultz-Eishalle

Publikumsbetrieb mehrmals pro Woche.

**22., Attemsgasse 1**, Telefon 01/204 85 80, **www.albertschultzeishalle.at**

### 4 Askö Bewegungs Center Oase 22

Kostenloser Lauftreff, Eltern-Kind-Turnen und Zumba. 15 Kurseinheiten kosten 69 bzw. 101 Euro. **22., Adelheid-Popp-Gasse 3**, Telefon 0650/249 00 86, **www.askoe-wien.at/de/sportanlagen/askoe-bewegungs-center-oase-22**

### 5 Ballspiele, spielerische Bewegung

Spezielles Angebot für Menschen mit Beeinträchtigung. 55 Euro pro Semester. **22., Kaisermühlendamm 2**, Do 17.30–18.30 Uhr, Telefon 0664/864 06 84, **http://behindertensport.wat.at**

### 6 Bauernmärkte

Milchprodukte, Aufstriche und Kinderbekleidung. **Weinviertler Bauernmarkt:** 22., **Siegesplatz**, Fr 13–19 Uhr **Bauernmarkt Kagran:** 22., **Schrödingerplatz**, jeden zweiten Fr im Monat 8–13 Uhr, **www.agendawien22.at** **Bauernmarkt Stadlau:** 22., **Stadlauer Park** (zw. altem Bahnhof und Post), jeden zweiten Fr im Monat 8–13 Uhr, **www.agendawien22.at**, **www.stadlauerkaufleute.at**

### 7 Bezirksgesundheitsamt

Impfung und Beratung zu medizinischen Fragen. **22., Siebeckstr. 7**, Tel. 01/4000-22280, Mo–Fr 8–12 Uhr

### 8 Blumengärten Hirschstetten

In den Blumengärten finden regelmäßig Führungen und Workshops statt. Auch für Gehörlose! **22., Quadenstr. 15**, Tel. 01/4000-42110, **www.wien.at/umwelt/parks/blumengaerten-hirschstetten**

### 9 Boccia

Angebot für mental behinderte Menschen. 55 Euro/Semester. **22., Prandaugasse 5**, Di 16–17.30 Uhr, Telefon 0664/864 06 84, **http://behindertensport.wat.at**

### 10 Büchereien Wien

Veranstaltungen und ganz viele Bücher und andere Medien.

**22., Siegesplatz 7**, Telefon 01/280 84 10 **22., Schüttaustraße 39**, Telefon 01/4000-22164 **22., Erzherzog-Karl-Straße 169**, Telefon 01/285 65 51 **22., Bernoullistraße 1**, Telefon 01/4000-22161

### 11 Denkraum Donaustadt

Heilkräuterwerkstatt für junge ForscherInnen, Führungen durch den Garten und Aktivitäten für Kinder. **22., Grobenzersdorfer Straße 4**, Telefon 01/282 13 82, **www.apo-aspern.at**

### 12 Donaupark

Spielplätze, Minigolf und Tennisplätze beim Donauturm. **22., Donauturmstraße**, Telefon 01/4000-8042

### 13 Donauspital – SMZ Ost

Ein besonderes Angebot des Spitals ist die „First Love-Am-bulanz“ mit anonymer und kostenloser Sexualberatung und medizinischer Untersuchung (Fr 14–16 Uhr). **22., Langobardenstraße 122**, Telefon 01/288 02-0, **www.wienkav.at/kav/dsp**

### 14 Donaustädter Bad

Hallenbad und Sommerbad. **22., Portnergasse 38**, Telefon 01/203 43 21, **www.wienerbaeder.at**

### 15 Eltern-Kind-Zentrum

Info und Beratung zu Geburt, Erziehung, bei wirtschaftlichen Problemen und rund um das Thema Trennung. Kostenlos. **22., Langobardenstraße 128/Stiege 10**, Telefon 01/4000-22894, Mo, Di u. Fr 9–13 Uhr, Do 9–17.30 Uhr

### 16 Familienberatung

Die Kinderfreunde beraten Familien kostenlos. **22., Wulzendorfstraße 87**, Mi 18–20 Uhr, **Anmeldung unter Telefon 0664/830 45 40**, **www.kinderfreunde.at**

### 17 Familienberatung bei Gericht

Familien- und Scheidungsberatung. **22., Dr.-Adolf-Schärf-Platz 3**, Zi. 104, 1. Stock, Telefon 01/201 35-0, Di 8–13 Uhr, **www.familienberatung.gv.at**

### 18 Fußball

Angebot für Menschen mit mentaler Beeinträchtigung. 80 Euro pro Semester. **22., Straße-der-Menschenrechte 1**, Di 18.30–20 Uhr, Telefon 0664/308 18 42, **www.mhsc.at**

### 19 Gänsehäufel

Viel mehr als nur schwimmen und planschen: Fußball, Beachvolleyball, Tischtennis und Hochseilklettergarten. **22., Moissigasse 21**, Telefon 01/269 90 16, **www.wienerbaeder.at**

### 20 Gemeinschaftsgärten

Haben Sie auch einen grünen Daumen? **Gemeinschaftsgarten Norwegerviertel:** 22., **Wulzendorfstraße/Stavangergasse**, **http://norwegerviertel.wordpress.com** **Nachbarschaftsgarten Kaisermühlen:** 22., **Kaisermühlendamm Höhe Harrachgasse** **Gärtnern in der Seestadt:** 22., Telefon 0681/205 673 67 **PermaBlühGemüseGarten:** 22., **Naufahrtweg/Otto-Weber-Gasse**, **http://permabluehgemuesegartenlobau.wordpress.com** **Ökoparzellen der Stadt Wien:** 22., **EBlinger Hauptstraße 134**, Telefon 01/712 24 99, **www.wien.at/umwelt/wald/landwirtschaftsbetrieb/parzellen.html** **Selbsterntefelder des Biobauern Radl:** 22., **Süßenbrunner Str./Breitenleer Str./Hirschstettner Str. 85**, Telefon 01/280 68 51, **www.erdbeerwelt.at**

### 21 Generationenbank

Platz nehmen, ausrasten und plaudern. **22., Quadenstraße 78**

### 22 Generationen- und Fitnesspark

Der Generationenspielpark Kagran ist ein Ort der Begeg-nung für alle Altersstufen. **22., Anton-Sattler-Gasse/Steigenteschgasse/Meißnergasse**, Telefon 01/4000-8042

### 23 Gesunde Klubs

Gesundheitsfördernde Aktivitäten und gesunde Jause. **22., Pensionistenklub Rennbahnweg 27**, Telefon 0699/12 49 66 09, **22., Pensionistenklub Schüttaustraße 1–39**, Telefon 0699/11 95 27 83 **22., Pensionistenklub Melang. 1**, Tel. 0699/10 42 27 96, **www.pensionistenklubs.at**

### 24 Gesundheitsfördernde Schulen

Die Schulen gehören dem Netzwerk Gesundheitsfördernde Schulen (**www.wiensg.at**) an. Ein gesundheitsförderndes Leben wird im Unterricht aktiv unterstützt. **WMS Plankenmaisstraße:** 22., **Plankenmaisstraße 30**, Telefon 01/282 21 67-211, **http://plankenmais.schule.wien.at** **BG/BRG/WMS Contiweg:** 22., **Contiweg 1**, Telefon 01/283 48 23, **www.contiweg.at** **VS Brioschiweg:** 22., **Brioschiweg 3**, Telefon 01/258 31 78, **www.brioschiweg.at** **VS Kaisermühlen:** 22., **Schüttaustraße 42**, Telefon 01/263 35 71, **www.volksschule-kaisermuehlen.at**

### 25 Jazzpark Eßling

Aktivpark, Kulturstadt und „Fatty George Jazzmuseum“. **22., EBlinger Hauptstraße 96**, Telefon 01/4000-8042

### 26 Jugendzentren

**Jugendtreff Donaustadt:** 22., **Bernoullistraße 1**, Telefon 01/203 31 49 **www.jugendzentren.at** **Jugendzentrum Rennbahnweg:** 22., **Lieblgasse 4**, Telefon 01/258 11 96, **www.facebook.com/jugendzentrum.rennbahnweg** **Jugendzentrum Hirschstetten:** 22., **Pirquetgasse 7**, Telefon 01/282 61 46, **www.hirschstetten.org** **Junge Box Aspern:** 22., **Heldenplatz 9**, Telefon 0664/977 31 51, **www.jungeboxaspern.at** **Junge Box Eßling:** 22., **Raphael-Donner-Allee 17**, Telefon 0699/18 22 76 55 **Mobile Jugendarbeit SEA:** 22., **Seestadt Aspern**, Rollbahn, Telefon 0676/897 06 02 23, **http://sea.jugendzentren.at** **JuZeS – Jugendzentrum Stadlau:** 22., **Gemeindeaugasse 5**, Telefon 0676/87 72 77 59, **www.juzes.at**

### w27 Kletterhalle

2.000 Quadratmeter Kletterfläche. Eintritt 9–13 Euro. **22., Erzherzog-Karl-Straße 108**, Telefon 01/890 46 66, **www.kletterhallewien.at**

### 28 MAG ELF

Das Amt für Jugend und Familie bietet kostenlos Vorträge und Beratung an. **22., Langobardenstraße 128/Stiege 10**, Telefon 01/4000-22894, **Mo 16.30–18.30 Uhr**, **Mi 16.30–18.30 Uhr**, **www.kinder.wien.at**

### 29 Mühlwasser

Im Landschaftsschutzgebiet Mühlwasser gibt’s zum Beispiel den Nessi-Erlebnisspielplatz.

### 30 Naturfreunde Wien

Breites Angebot an Freizeitaktivitäten für Jung und Alt. **22., Erzherzog-Karl-Straße 108**, Telefon 01/893 61 41, **www.wien.naturfreunde.at**

### 31 Naturlehrpfad Obere Lobau

Naturlehrpfad über das Ökosystem Auwald. **22., Zugang bei der Saltenstraße und beim Dechantweg**

### 32 Nachbarschaftszentrum

Sportliche und soziale Angebote. **Line Dance f. Erwachsene:** Do 9–10.30 Uhr, kostenlos **Tischtennis für Erwachsene:** jede zweite Woche Di oder Do 13–14 Uhr, kostenlos **Walking & Talking:** Nordic Walking in der Gruppe jeden Mi 9–10 Uhr, kostenlos, mit Anmeldung! **Gesundheitsberatung inkl. Blutdruckmessung:** Termine nach Vereinbarung, kostenlos **Bewegungsgruppe – Koordination und Entspannung:** jeden Do Termine am Vormittag und Nachmittag, kostenlos, Termin-Infos per Telefon **22., Rennbahnweg 27/3/R1**, Telefon 01/256 57 90, **www.nachbarschaftszentrum.at**

### 33 Naturnahe Badeplätze

Keine Lust aufs Freibad? Naturnahe Badeplätze testen! **Badeteich Hirschstetten:** 22., **Spargelfeldstraße/Bibernellweg**, Telefon 01/269 79 21 **Kaiserwasser:** 22., **Wagramer Straße/Weissauweg**, Telefon 01/269 79 21 **Mühlwasser:** 22., **Biberhaufenweg/Mühlwasserprom.** **Schillerwasser:** 22., **Schillwasserweg** **Badeteich Süßenbrunn:** 22., **Wagramer Straße Lobau**, **Dechantlacke:** 22., **Dechantweg Lobau**, **Panozzalacke:** 22., **Lobgrundstraße**

### 34 Parkbetreuung

In vielen Parks gibt’s Kinderbetreuung, Musik und kreatives Gestalten. Infos direkt bei den Trägerorganisationen. Stand-orte sind u. a. die Wohnhausanlage Alfred-Klinkan-Hof (Donaustadtstr. 30), der Albert-Schultz-Grüngürtel, der Josef-Bohmann-Hof oder der Sportplatz Gemeindeaug. 5. **IFEP:** Telefon 01/604 21 96-219, **www.aktivspielplatz.at** **Wiener Jugendzentren:** Telefon 01/278 76 45 **Zeit!Raum:** Telefon 01/892 74 00 **Magone Austria:** Telefon 0676/877 72 77 59 **Kinderfreunde Donaustadt:** Telefon 01/203 03 03

### 35 Rollstuhl-Basketball

56,50 Euro pro Semester. **22., Bernoullistraße 9**, Mo 17–19 Uhr, Do 17–19 Uhr, Telefon 0676/352 52 53, **www.absv-wien.at**

### 36 Running Checkpoints

Die gut beschilderten Laufstrecken enthalten nützliche Informationen und Kilometermarkierungen. **Running Checkpoint Alte Donau:** 22., **An der oberen Alten Donau/Cherubinistraße** **Running Checkpoint Reichsbrücke:** 22., **Reichsbrücke**, **Donauinsel** **Running Checkpoint Steinspornbrücke:** 22., **Steinspornbrücke**, **Donauinsel**, **www.wienläuft.at/strecken**

### 37 Sportcenter Donaucity

Fußballfelder, Tennisplätze und vieles mehr. **22., Arbeiterstrandbadstraße 128**, Tel. 01/269 96 30, **www.sportcenter-donaucity.at**

### 38 Sport- und Fun-Halle Donaustadt

Sportgeräte können gratis gegen Vorlage eines amtlichen Lichtbildausweises ausborgt werden. Eintritt: 2–4 Euro. **22., Erzherzog-Karl-Straße 108**, Telefon 01/4000-51322, **www.sportundfun.at/donaustadt.html**

### 39 Sportunion Transdanubien

Kinder- und Babyschwimmkurse, Ballspiele für Kinder ab 5 Jahren, Volleyball, Badminton und vieles mehr. **22., Steigenteschgasse 36**, Telefon 0650/203 63 19 (**Badminton und Mixed Volleyball**) oder 0676/920 23 71 (**Schwimmen für Babys**, **Volleyball Jugend und Ballspiele**), **www.sputd.at**

### 40 Tischtennis

Spezielle Angebote für Menschen mit Beeinträchtigung. **22., Kaisermühlendamm 2**, Do 16.30–17.30 Uhr, Tel. 0664/864 06 84, **http://behindertensport.wat.at**, 55 Euro **22., Straße-der-Menschenrechte 1**, Di 18.30–20 Uhr, Telefon 0680/402 22 43, Preis: 83 Euro, **www.mhsc.at**

### 41 Volkshochschulen

Volkshochschulen bieten u. a. Tanz- und Kochkurse an. **VHS Donaustadt:** 22., **Bernoullistr. 1**, Tel. 01/891 74-122000 **VHS Eibengasse:** 22., **Eibeng. 57**, Tel. 01/891 74-122500

### 42 Waldspielplatz Rautenweg

Naturmaterialien als Spielgeräte. **22., Rautenweg/Steinnelkenweg**

### 43 Wasserspielplatz Donauinsel

Spielen, lernen und vor allem nach Herzenslust planschen. Geöffnet von April bis September. **22., Donauinsel**, **U1 Donauinsel**

### 44 WAT 22

Von Wirbelsäulengymnastik über Volleyball bis Zumba. **WAT Sport in Kaisermühlen:** 22., **Schiffmühlenstraße 50–52/2/12**, Tel. 0676/939 11 23, **www.wat-kaisermuehlen.at** **WAT Wiener Askö-Team:** 22., **Hans-Steger-Gasse 15**, **www.wat-stadlau.at**

### 45 Wirbelsäulengymnastik

Spezielles Angebot für Menschen mit Beeinträchtigung. 55 Euro pro Semester. **22., Kaisermühlendamm 2**, Do 18.30–19.30 Uhr, Telefon 0664/864 06 84, **http://behindertensport.wat.at**

### 46 wohnpartner

Aktivitäten und Projekte für ein gutes Zusammenleben. **22., Viktor-Kaplan-Straße 11**, Telefon 01/245 03-22080, und **Rennbahnweg 27/3/R2**, Telefon 01/245 03-22090, **www.wohnpartner-wien.at**