

Veranstaltungskalender

im Bewohnerservice Gnigl & Schallmoos,
Fritschgasse 5, 0662 64 32 52

- **Literaturkreis:** Montag, 3. März, 7. April, 6. Mai, 14.30 Uhr. Literatur-Interessierte willkommen.
- **Stadtteilfrühstück:** Dienstag, 17. März, 15. April, 20. Mai, jeweils 9 Uhr. Beitrag 8 Euro
- **Nordic Walking:** jeden Donnerstag um 9.30 Uhr. Nähere Infos beim Bewohnerservice.
- **Around the world:** jeden Dienstag von 13.30 bis 15 Uhr. Kommunikationsübungen in englischer Sprache (A2-Niveau) mit Dr.ⁱⁿ Martina Sperling. Kurskosten: 70 Euro für 10 Einheiten.
- **Gymnastik 55+:** jeden Dienstag von 17 bis 18 Uhr mit Heidi Baldauf. Infos und Anmeldung direkt vor Ort. Kurskosten: 50 Euro für 14 Einheiten à 60 Minuten.
- **Offene Deutsch-Konversationsgruppe für fremdsprachige Frauen:** Mittwoch, 26. März, 9., 23. April, 7., 21. Mai von 9.30 bis 11 Uhr mit Barbara Sandler-Macerata. Nähere Infos beim Bewohnerservice.
- **Mittagstisch für Senior:innen:** immer am zweiten Mittwoch im Monat. Ort: Restaurant Bergblick (ASKÖ Stüberl), Parscher Straße 4.
- **Pilates:** jeden Mittwoch um 17.30 und 18.45 Uhr mit Margit Rihl. Einstieg jederzeit möglich. Kurskosten: 65 Euro für 10 Einheiten.
- **Handy, Laptop & Co.:** Montag, 3. März, 7. April, 5. Mai von 17 bis 19 Uhr, Freitag, 21. März, 25. April, 16. Mai von 10 bis 12 Uhr mit ehrenamtlichen Profis. Anmeldung erforderlich.

im Bewohnerservice Gnigl-St. Anna,
Grazer Bundesstraße 6, 0662 6385 56 131

- **Senior:innen-Café:** Montag, 10. März, 14. April, 14. Mai von 14 bis 16 Uhr. (Kuchenspenden bitte beim Bewohnerservice anmelden).
- **Sprechstunde der Seniorenberatung:** Mittwoch, 12. März von 9 bis 12 Uhr. Anmeldung erforderlich.
- **Gedächtnistraining:** jeden Dienstag von 9.30 bis 10.30 Uhr mit Katharina Puck. Selbstbehalt: 3 Euro pro Termin.
- **Leben mit Demenz – Angehörigentreff:** Dienstag, 25. März, 22. April, 20. Mai von 15 bis 17 Uhr. Information und Anmeldung: 0662 8072-2046.
- **Handarbeits- und Spielenachmittag:** 14-tägig, Mittwoch, 12., 26. März, 9., 23. April, 7., 21. Mai, jeweils von 14 bis 16 Uhr.
- **Eltern-Kind-Café:** ab 13. März, jeden Donnerstag von 9 bis 13 Uhr. Information und Anmeldung: familie@sbg.kinderfreunde.at, 0662 455 488.
- **Leserunde mit Ingrid Piberger:** Donnerstag, 20. März, 17. April, 15. Mai jeweils 14 bis 15.30 Uhr.
- **Gemeinsam Singen** mit Alice Gerschpacher: jeden Donnerstag von 19 bis 20.45 Uhr. Infos und Anmeldung unter www.voice-soul.at, 0676 5544633.
- **Kochen hat Saison:** Gemeinsam Kochen und Essen: Freitag, 14., 28. März, 11., 25. April, 9., 23. Mai von 9.30 bis 13.30 Uhr. Selbstbehalt: 5 Euro pro Termin, Anmeldung erforderlich.

Einzeltermine
im Innenteil

Frühlingsprogramm

Wir sind für Sie da!

Unser Angebot:

- Kurse und Angebote für jedes Alter
- Kopieren gegen Kopierbeitrag, Scannen, E-Mails versenden, digitale Unterstützung
- Hilfe im Umgang mit Behörden: Ausfüllen von Anträgen, Formularen, ORF-Beitragsbefreiung, Wohnbeihilfe uvm.
- Beratung in schwierigen Lebensphasen und bei Konflikten
- Ausgabe von kostenlosen Müll-Sammelhilfen
- Kostenloser Verleih von Lastenrad und Klimaticket
- Ausgabe von kostenlosen Menstruationsprodukten



Das ist sozial

Das ist sozial

Veranstaltung und Angebote im Bewohnerservice



In Gnigl & Schallmoos ist was los!

Internationaler Frauentag

Das Bewohnerservice ist anlässlich des Frauentags am **Freitag, den 7. März von 11 bis 13 Uhr** beim Einkaufszentrum ZiB vor Ort und wir freuen uns, mit vielen Frauen ins Gespräch zu kommen. Eine kleine Überraschung gibt's außerdem zum Mitnehmen.



Fahrrad-Check

„Gemeinsam schrauben und plaudern“ ist das Motto der Fahrradwerkstatt am **Freitag, 14. März, 15 bis 17 Uhr**, vorm Bewohnerservice. Bernhard Kreuzer von Veloserv unterstützt Sie beim Frühjahrs-Service oder bei kleineren Reparaturen und gibt Tipps. Bitte Ersatzteile mitnehmen. Ort: Fritschgasse 5.

NEU: Sprechstunde der Seniorenberatung

Im Bewohnerservice gibt es ab März regelmäßige Sprechstunden der Seniorenberatung der Stadt Salzburg. Erhalten Sie Tipps und Informationen rund ums Älter werden, über Pflege und Betreuung und vieles mehr. Anmeldung erforderlich. **Dienstag, 4. März, 1. April und 6. Mai von 9 bis 12 Uhr.** Ort: Fritschgasse 5.



Das Präventionsprojekt „StoP – Stadtteile ohne Partnergewalt“, entwickelt von der Hamburgerin Sabine Stövesand, startet nun auch in Gnigl und Schallmoos. Gewalt in Partnerschaften kommt in allen sozialen Kreisen vor, betrifft vor allem oft Frauen und schädigt die Gesundheit und das Leben der Betroffenen. Das Projekt ermutigt dazu, Partnergewalt nicht zu verschweigen oder zu dulden!



Nachbarschaften, Vereine, Organisation oder Geschäfte im Stadtteil werden sensibilisiert und ermutigt hinzuschauen, Zivilcourage zu zeigen, ohne sich selbst zu gefährden. Partnergewalt ist ein gesellschaftliches Problem und nur gemeinsam können wir etwas bewegen. Für weitere Informationen über StoP oder wenn Sie selbst aktiv werden wollen, melden Sie sich bei Eva Engelits im Bewohnerservice Gnigl & Schallmoos

(0664/88630784 oder gnigl-schallmoos@stop-partnergewalt.at).

Stadtteilspaziergang Schallmoos

Wir starten wieder zu einem Stadtteilspaziergang unter fachkundiger Begleitung von Beatrice Bleibler und Gabriele Wagner von den Stadtgalerien. Beginnend bei den Drei-Kreuzen in Schallmoos spazieren wir die Linzergasse hinunter zur Staatsbrücke und erfahren dabei allerhand Wissenswertes über die weltliche und sakrale Kunst und Architektur. **Freitag, 28. März, 16 bis 18 Uhr.** Startpunkt: Drei-Kreuze in der Schallmooser Hauptstraße. Anmeldung erforderlich.



Stadtteilspaziergang Gnigl

Gewinnen Sie einen neuen Blick auf Gnigl. Beatrice Bleibler und Gabriele Wagner von den Stadtgalerien führen durch den Stadtteil und erzählen über Kunst und Architektur in Gnigl. St. Severin, die Vogel-siedlung, das Kunstdepot der Stadt Salzburg oder auch das Probehaus, ein Blick darauf lohnt sich. **Freitag, 9. Mai, 15 bis 17 Uhr.** Startpunkt: St. Severin. Anmeldung erforderlich.



Fest zum Tag der Nachbarschaft

Das Bewohnerservice lädt am **Freitag, den 23. Mai von 14 bis 17 Uhr** zum gemeinsamen Feiern rund ums Bewohnerservice ein. Live-Musik, Kinderprogramm und vieles mehr erwartet unsere Gäste. Einfach vorbeikommen und mitfeiern. Für das leibliche Wohl ist gesorgt. Besonders laden wir auch alle neu zugezogenen Bewohner:innen ein und freuen uns auf ein Kennenlernen. Ort: Fritschgasse 5.

Handy, Laptop & Co.

Fuchst es wieder mal beim Bedienen Ihres Smartphones oder Laptops? Kein Problem. Im Bewohnerservice erhalten Sie im Einzelgespräch von freiwilligen Profis Hilfestellungen und Tipps. **Montag, 3. März, 7. April und 5. Mai von 17 bis 19 Uhr und Freitag, 21. März, 25. April und 16. Mai von 10 bis 12 Uhr.** Anmeldung erforderlich. Ort: Fritschgasse 5.



„Singen wie ein Popstar“ für Kids & Teens von 8 bis 13 Jahren.

Lerne so zu singen, wie deine Stars mit Mikrofon und fetzigen Playbacks. Du bekommst Tipps wie deine Stimme richtig gut klingt, wie du deine Bühnenshow gestalten kannst uvm. Abschlussshow für deine Eltern & Freunde am Donnerstag, 17. April ab 16 Uhr. **16. und 17. April jeweils von 10 bis 17 Uhr.** Beitrag: € 150,- / erm. € 120,- Information und Anmeldung: Alice Gerschpacher: 0676/ 5544633. Ort: Grazer Bundesstraße 6.

Yoga im Bewohnerservice Schallmoos

Ob Anfänger:in oder bereits fortgeschritten – jede:r ist willkommen. Der Kurs mit Leonie Koch gibt die Möglichkeit, sich mit Gleichgesinnten zu verbinden und dabei die eigene Yoga-Praxis zu intensivieren. Ab 1. April, immer am **Dienstag von 19 bis 20:15 Uhr** (ausgen. 3. Juni). Kursbeitrag: 200 € für 12 Termine. Information und Anmeldung: koch.leoniesophie@gmail.com. Ort: Fritschgasse 5.

Yoga im Bewohnerservice St. Anna

mit Anita Unterthiner. Jeden **Montag, 17:45 bis 19 Uhr.** Keine Vorkenntnisse notwendig – einfach zum Schnuppern vorbeikommen! Information und Anmeldung: Yoga@anitaunterthiner.com, 0676 355 9688, Ort: Grazer Bundesstraße 6.

Eltern-Kind-Café

Ab 13. März bieten die Kinderfreunde jeden **Donnerstag von 9 bis 11 Uhr** Eltern mit ihren Babys und Kleinkindern die Gelegenheit, sich regelmäßig zu treffen, Erfahrungen auszutauschen oder Sorgen zu besprechen sowie Kontakte zu knüpfen. Es gibt Spiele, Bastelsachen, Kaffee, kleine Snacks und vieles mehr. Der erste Besuch ist kostenlos, ab dem zweiten Besuch werden 3 Euro für Material, Kaffee, Kuchen usw. eingehoben. Information und Anmeldung: familie@sbg.kinderfreunde.at, 0662 455488, Ort: Grazer Bundesstraße 6.

Osterdekoration basteln



Das Zentrum für Freizeit – Sport und Bildung (kurz FRISBI) in der Leopold-Pfost-Straße bietet am **10. April von 13 bis 17 Uhr** einen inklusiven Workshop zum Ostereier färben, bemalen, verzieren und Ostersträuße gestalten, an. Kostenbeitrag: 20 Euro. Information und Anmeldung: 0664 87 39 96 77,

frisbi.salzburg@diakoniewerk.at, Ort: Grazer Bundesstraße 6



Einführung in das Digitale Amt Österreich

In diesem kostenlosen Workshop erhalten Sie einen Überblick über die Dienste des digitalen Amtes. Der Schwerpunkt liegt insbesondere auf der Registrierung und Nutzung der ID-Austria. Anmeldung erforderlich. **Donnerstag, 24. April von 14 bis 17 Uhr.** Ort: Grazer Bundesstraße 6.

Tipps

Klimaticket

Bewohner:innen der Stadt Salzburg können das Klimaticket Salzburg Plus für den öffentlichen Verkehr im Land Salzburg beim Bewohnerservice gratis für bis zu drei Tage ausleihen.

Lastenräder gratis ausleihen

Oscar ist ein sportliches Elektro-Lastenrad mit einem Kindersitz und einem Regendach. Für größere Einkäufe oder kleinere Umzüge ist Ylvi, ein Dreirad ohne Elektroantrieb, zu empfehlen. Ausleihen ist auch online möglich: www.radverteiler.at

Kostenlose Menstruationsartikel

Viele Frauen und Mädchen können während der Regel nur eingeschränkt am gesellschaftlichen Leben teilnehmen, weil die notwendigen Hygieneartikel oft nicht leistbar sind. Holen Sie sich einfach und unbürokratisch Ihren Monatsbedarf an Binden, Tampons und Co im Bewohnerservice!



Christine Schneider-Worliczek, Egon Gartner, Sonja Brötzner, Eva Engelits

Wir sind für Sie da!

Bewohnerservice Gnigl & Schallmoos

Fritschgasse 5, 5020 Salzburg
Tel. 0662 64 32 52, bws.gnigl-schallmoos@diakoniewerk.at
Mo 9 – 13 und 17 – 19 Uhr,
Di, Do und Fr 9 – 13 Uhr

Standort St. Anna

Grazer Bundesstraße 6, 5023 Salzburg
Tel. 0662 6385 56 131
Di 16 – 18 Uhr,
Do und Fr 9 – 12 Uhr