



ZEITUNG DES WIENER SENIOREN ZENTRUM IM WUK

für Kultur, Politik, Soziales, Gesundheit, lebenslanges Lernen
Wir sind partei- und konfessionsunabhängig und bieten Hilfe zur Selbsthilfe.
Alle Veranstaltungen sind auch ohne Mitgliedschaft zugänglich

MÄRZ 2026



408 56 92

1090 Wien, Währinger Straße 59 Stiege F 1. Stock links Volksopeernähe

Mit Straßenbahn 5, 33, 37, 38, 40, 41, 42 bis Nußdorfer Straße und Bus 40A und U6 bis Volksope

WUK INFO Nr. 1599



TREFFPUNKT
bleibt...

...UNSER MONTAG-TREFF für alle,
die geistig jung bleiben wollen, die Gemeinschaft lieben und
an vielen Themen interessiert sind.

Großer Seniorenraum im WUK

Eingangshalle, 1. Türe rechts

Unser Programm beginnt (falls nichts anderes angegeben) pünktlich um 14.30 Uhr
(Gäste willkommen)



Unkostenbeitrag € 3,00

02.03. Das Auge

Frau Dr. Sigrid BONATZ erläutert uns an Hand eines Modells den Aufbau und die Funktion des menschlichen Auges und eventueller Krankheiten.

09.03. Unser Chor in China

Über Einladung von „International Culture Cooperations“ war ein Teil unseres Chores unter Leitung von Frau Prof. i. R. Angelika Hauser-Dellefant gemeinsam mit anderen Wiener Chören vom 15. bis 25. Mai 2025 auf einer Konzertreise in China. Sie hatten u. a. Auftritte in Chengdu (Hauptstadt der Provinz Sechuan) und Leshan. Mit den dortigen Betreuern unternahmen sie diverse Sightseeing-Touren. **Frau Prof. Angelika HAUSER-DELLEFANT** berichtet über verschiedene Erlebnisse und zeigt Fotos (Film), die ein begleitendes WSZ-Mitglied aufgenommen hat.

16.03. Welterbestätten der Türkei

Von den ca. 1000 Archäologischen Stätten in der Türkei besuchen wir u. a. Ephesos, Pergamon, Aphrodisias und Nekropolen von Hierapolis, sowie die traumhaften Sinterterrassen von Pamukkale und verweilen auch in der Tufflandschaft von Kappadokien mit einer Ballonfahrt als Höhepunkt. Über diese Reise erzählt uns **Herr Wolfgang SCHACK**.

23.03. entfällt aus organisatorischen Gründen

30.03. Tücken und Missverständnisse im Alltagsenglisch

„Handy“ ist im Englischen bekanntlich kein Mobiltelefon, doch auch „oldtimer“ ist kein Auto, ein „snow storm“ nicht unbedingt ein Sturm, die „city“ keine Innenstadt und „oven“ kein Ofen. Weitere Beispiele von sprachlichen Fallen, in die Deutschsprachige unvermutet tappen, werden von **Herrn Prof. Dr. Manfred DRAUDT** auf erhellende Weise behandelt.

AUSSTELLUNGEN – FÜHRUNGEN – MUSEEN

Unser Museumstag mit Frau Mag. Doris PREINDL

Mi 11.03. 15.00 Uhr **Gustave Courbet (1819-1977)** Realist und Rebell
und

Mi 25.03. 15.00 Uhr Die Ausstellung bietet mit vielen Leihgaben einen Überblick über das Schaffen des französischen realistischen Malers.



Selbstporträts, bäuerlicher Alltag, Landschaft und Frauenakte prägen sein Werk.

Ort: Leopold Museum, Museumsplatz 1, 1070 Wien

TP: jeweils 14.30 h, Foyer

Gruppenpreis € 16,00 – Bundestheatercard gilt nicht!

Karten werden gemeinsam besorgt!

Um Anmeldung wird gebeten!

WANDERUNG



Frau Erika Parovsky erreichbar unter **Tel. Nr. 0650/570 28 78**

Frühlingswanderung

So 15.03. TP: 11.00 Uhr **Heiligenstadt, oben Halle**

Weiterfahrt mit Bus um 11.08 Uhr bis Leopoldsberg.
Wanderung Richtung Kahlenberg-Cobenzl – es geht immer bergab.
Mittagessen eingeplant.

Liebe Grüße, Erika

8. März Internationaler Frauentag

02. bis 08. März Wiener Frauenwoche

Schwerpunkt der diesjährigen Frauenwoche ist die Finanzbildung

Wirtschaftliche Unabhängigkeit von Frauen ist Voraussetzung für gesellschaftliche Gleichberechtigung.

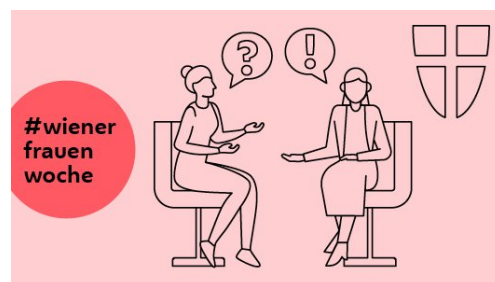
Die Wiener Frauenwoche ist ein Signal, dass die Anliegen der Mädchen und Frauen in unserer Stadt nicht ins Hintertreffen geraten dürfen.

Unter dem Motto „Sicher mit Geld umgehen“ findet dazu ein telefonischer Thementag statt. Frauenzentrum und Schuldenberatung Wien geben Auskunft.

Frauenzentrum: Telefonischer Thementag „Sicher mit Geld umgehen“, **04.03.**, 09-17 Uhr, Tel. 01/408 70 66
Wiener Frauenwoche, **02.03. – 08.03.**, Anmeldung ab 16.02.: wienerfrauenwoche.at

Offenes Rathaus

Die Informationsmesse im Rathaus bietet Selbstverteidigungsworkshops, die Führung „Wege der Frauen durchs Rathaus“ und die Ausstellung „Wien. Stadt der großen Töchter“ im Arkadenhof.



BUNT GEMISCHT

FOLKLORETÄNZE AUS ALLER WELT

mit **Herrn Werner ACKERL** jeden Montag

17.00 h

Unkostenbeitrag € 3,00

Großer Seniorenraum

GARTEN / BALKON / FENSTER / ZIMMER

Unkostenbeitrag € 3,00

Alle Fragen, die beim „Garteln“ anfallen, beantwortet der Gärtnermeister **Herr Robert HNAT**. Bitte bringen Sie abgefallene Blätter oder Pflanzenteile bzw. Erdproben o. Ä. Ihres „Sorgenkindes“ mit, damit Herr Hnat eine Diagnose stellen und Sie dementsprechend beraten kann.

Mi 18.03. 14.00 Uhr im WSZ Büro, Stiege F, 1. Stock



MORGENGYMNASTIK

Unkostenbeitrag € 3,00

Ganzkörper-Training mit **Frau Eva BERGER**

jeden Freitag 09.00 Uhr Harry- Spiegel-Saal
Bitte Gymnastikmatte mitnehmen!

SPIELE-NACHMITTAG

Unkostenbeitrag € 3,00

Jeden 3. Donnerstag im Monat!

Do 19.03. 14.30 Uhr im WSZ-Büro Stiege F / 1. Stock



SCHREIBWERKSTATT mit Frau Renate WELSH

Mi 04.03. 16.00 Uhr Zieglergasse 32

Bei Interesse wenden Sie sich bitte an Frau Parovsky unter der Tel. Nr. 0650/570 28 78.

∞ ∞ ∞ ∞ ∞ ∞ ∞ ∞ ∞ ∞

Leitung: **Frau Prof. i. R. Angelika HAUSER-DELLEFANT:**

JEDEN Donnerstag

Harry-Spiegel-Saal

A/ MUSIKGRUPPE „Keine Angst vor falschen Tönen“

Unkostenbeitrag € 3,00

Wenn Sie gerne mitsingen möchten, wir heißen Sie herzlich willkommen.

15.00 – 16.30 Uhr

Sollte Euch etwas unklar sein, könnt Ihr Euch gerne an Frau Edith Fojtik, 0699/1000 55 84, wenden.

B/ RHYTHMIK / MUSIK UND BEWEGUNG FÜR SENIOR*INNEN Unkostenbeitrag € 3,00

Es ist wissenschaftlich erwiesen: die aktive und spielerische Auseinandersetzung mit den Zusammenhängen von Musik und Bewegung bringen und halten Körper, Seele und Geist äußerst effektiv in Schwung!

16.45 – 17.30 Uhr

LITERATUR

freier Eintritt!

ALTE SCHMIEDE WIEN

1., Schönlaterngasse 9

01 512 83 29

Eintritt frei!

Di 24.03. 19.00 h

101. Grundbuch der österreichischen Literatur seit 1945

Käthe Recheis *Der weiße Wolf* Roman

Andrea Winkler liest Ausschnitte und kommentiert

Referat: **Heidi Lexe**

Redaktion, Moderation: **Klaus Kastberger, Kurt Neumann**

gemeinsam mit dem Adalbert-Stifter-Haus, Linz (23.03.)



LITERATURHAUS

7., Seidengasse 13

01 5262044-0

Mo 16.03. 19.00 h

Keine Angst vor KI

Im Rahmen der Ausstellung *Ein kenntnisreicher und hingebungsvoller Betreuer der österreichischen Literatur* hinterfragt **Elias Hirschl** gemeinsam mit dem Autor und Bühnenkünstler **Lukas Diestel**, ob die eigentliche Bedrohung nicht die Maschinen sind, sondern ein kapitalistisches System, das Kunst auf „Content“ reduziert und menschliche Arbeit unsichtbar macht.