

**Bewohnerservice Itzling**  
Reimsstraße 6, 5020 Salzburg  
Tel. 0662 455 432  
bws.itzling@diakoniewerk.at  
Mo 8 – 14 Uhr, Di 8 – 12 Uhr,  
Do 14 – 17 Uhr, Fr 8 – 12 Uhr



## Herbstangebote im Bewohnerservice

# 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, ...
- Beratung in schwierigen Lebensphasen und bei Konflikten
- Ausgabe von kostenlosen Müll-Sammelhilfen
- Kleidertauschstange und Büchertankstelle
- Kostenloser Verleih von Lastenrad und Klimaticket
- Kostenlose Ausgabe von Periodenartikeln
- Schachfiguren-Verleih

Das ist sozial

Das ist sozial

## In Itzling ist was los!

### Betrugsmaschen erkennen und sich schützen

Mit der Initiative „Gemeinsam.Sicher in den besten Jahren“ möchte die Polizei Straftaten vorbeugen und den Bewohner:innen Sicherheitstipps an die Hand geben. Am Dienstag, **17. September um 14 Uhr** informieren Expert:innen der Kriminalprävention im Volkshilfe Klub Itzling über Betrugsmaschen, wie z.B. falsche Polizisten, Enkel-Neffentricks und vieles mehr, um Sie wachsam zu machen und zu Ihrer Sicherheit beizutragen.



Das **Donnerstags-Café** findet monatlich, jeweils am 1. Donnerstag von 15 bis 16 Uhr statt und steht weiterhin im Zeichen der „Gesundheit“.

- Am **3. Oktober** widmet sich Gaby Schreder, Mitarbeiterin in der Ordination Dr. Barta, dem Thema **„Achtsamkeit“**. Nach einem kurzen Ausflug in die Theorie gestaltet sie das Donnerstags-Café mit einfachen praktischen Übungen. Gelassenheit entfalten und zur Ruhe kommen, dem eigenen Atem folgen, ganz da sein im Hier und Jetzt – das Thema bietet verschiedene Facetten, lassen Sie sich darauf ein.
- Am **7. November** haben wir Bernhard Wollner von der ÖGK eingeladen. Er spricht über das Thema **„Blutdruck“** und informiert über Gefahren, Begleitscheinungen und die Möglichkeit, diesen positiv zu beeinflussen.

### Verkaufen, Tauschen und Stöbern – Flohmarkt am Veronaplatz

Wie jedes Jahr im Herbst laden wir Sie zum großen Itzlinger Flohmarkt zum Selbst verkaufen ein. Gut erhaltene Gegenstände suchen beim Flohmarkt am Veronaplatz am Freitag, den **18. Oktober, von 10 bis 16 Uhr** wieder neue Besitzer:innen. Bitte melden Sie sich bis zum 11. Oktober im Bewohnerservice an, wenn Sie sich mit einem Verkaufsstand beteiligen möchten. In der Kaution von 10 Euro ist eine Biertischgarnitur enthalten und Sie bekommen das Geld bei vollständigem Zurückerlösen wieder retour. Der Flohmarkt findet nur bei Schönwetter statt.

### Energiesparen und Heizen im Winter

Starten Sie bewusst in die Heizsaison. Ein/eine Expert:in der Energieberatung Salzburg, einer Kooperation des Landes Salzburg und der Salzburg AG, gibt am Dienstag, **22. Oktober von 17 bis 18.30 Uhr** Tipps zum Energie- und Geldsparen. Nach einem kurzen Input beantwortet der/die Berater:in Ihre Energiefragen kostenlos, produktneutral und unabhängig. Wesentliche Inhalte des Vortrags: richtige Einstellung des Heizkörperthermostats, effizient Lüften im Winter, Vermeidung von Schimmel, Stromspartipps bei Beleuchtung und Elektrogeräten, Tipps zum sparsamen Umgang mit Warmwasser. Info und Anmeldung im Bewohnerservice.

### Sprechstunde Wohnservice

Am Dienstag, **5. November** beantworten Mitarbeiter:innen des Wohnservice **von 15 bis 17 Uhr** Ihre Fragen rund um Wohnungsvergabe, Richtlinien, Wohnformen und Wohnungstausch. Anmeldung direkt im Bewohnerservice.

### Sie sind neu im Stadtteil Itzling?

Wir freuen uns, hiermit zum „Get-together“ in Itzling einzuladen. Beim zwanglosen Zusammenkommen am Donnerstag, **7. November, 17 bis 18.30 Uhr**, haben Sie die Möglichkeit mit anderen in Kontakt zu treten und sich auszutauschen. Als Bewohnerservice-Team stehen wir mit hilfreichen Informationen rund um den Stadtteil zur Verfügung.

### Gesundheit und Prävention – Seniorenberatung

Die Seniorenberatung der Stadt Salzburg kommt ins Bewohnerservice und informiert Sie am Mittwoch, **13. November zwischen 9 und 12 Uhr** zu Themen wie Pflege zu Hause, Tageszentren, Tipps für Angehörige uvm. Bitte einen Termin im Bewohnerservice vereinbaren.

### Sprechstunde für Handy, Laptop & Co

Die Sprechstunde für Senior:innen wird im Herbst fortgeführt. Wenn Sie unsicher sind oder Fragen haben, kann Ihnen Pascal vielleicht weiterhelfen. Termine finden 14-tägig am Donnerstagnachmittag statt. Bitte anmelden und Handy, Tablet oder Notebook mitbringen.

### Schach am Veronaplatz

Die Herbsttage lassen noch viele Schachspiele zu – wir **suchen eine:n Freiwillige:n**, der/die Kindern und auch Erwachsenen vor Ort etwas beibringen kann. Vielleicht entsteht eine Schachgruppe – die Figuren werden während der Öffnungszeiten im Bewohnerservice an Erwachsene kostenlos verliehen.



### Origami – die Kunst des kreativen Papierfaltens

Wie aus einem Blatt Papier eine Vielzahl an wunderbaren Kunstwerken entstehen können, lehrt die Faltkunst Origami. Dazu braucht es nur ein Stück Papier und zwei Hände. Origami fördert Konzentration, Gedächtnis, Feinmotorik, Geduld, Genauigkeit und räumliches Vorstellungsvermögen und eignet sich hervorragend als Demenzprävention. In Kooperation mit dem Japanese Cultural Club Salzburg bieten wir am Donnerstag, **26. September, 31. Oktober und am 28. November, von 10 bis 11 Uhr**, drei Workshops an. Es sind keine Vorkenntnisse notwendig, bitte um Anmeldung.



Bei diesem Gewaltpräventionsprojekt geht es darum, die Nachbarschaft zu ermutigen und dabei zu unterstützen, Zivilcourage zu zeigen und Partnergewalt nicht zu verschweigen oder zu dulden. Dazu braucht es ein WIR. Machen Sie mit bei StoP! Werden Sie aktiv und helfen Sie mit, häusliche Gewalt, Partnergewalt und Femizide zu verhindern – gemeinsam können wir mehr bewegen! Nähere Information bei Birgit Radwanovsky im Bewohnerservice Itzling.

## Tipps

### Benzinfrei-Tage im September

Am Tag des Sportes (7. September) und während des Rupertikirtages (20. bis 24. September) können Sie im ganzen Bundesland Salzburg gratis mit den öffentlichen Verkehrsmitteln fahren. Alle Bus- und Bahnlinien des Salzburger Verkehrsverbundes sind an den Aktionstagen im Bundesland Salzburg ohne Fahrschein nutzbar.

### Kostenlos Lastenrad ausleihen

Anmeldung bzw. Erstregistrierung für die Ausleihe erfolgt im Bewohnerservice, danach kann das Fahrrad über die Seite [radverteiler.at](http://radverteiler.at) gebucht werden.

### Aktiv-Karte

Aktiv:Karte, Aktiv:Karte plus, Aktiv:Karte kids ermöglichen Vergünstigungen in vielen Bereichen. Wir informieren Sie gerne!

### Klimaticket: Ausleihe und Förderung

Bewohner:innen der Stadt Salzburg können über das Bewohnerservice das Klimaticket Salzburg Plus für den öffentlichen Verkehr im Bundesland Salzburg kostenlos ausleihen. Wenn Sie bereits ein Klimaticket besitzen, können Sie für dieses eine Förderung beantragen. Nähere Informationen und Hilfe bei der Beantragung im Bewohnerservice.

## Einzelveranstaltungen

- Vortrag „Betrugsmaschen erkennen und sich schützen“: Dienstag, 17. September, 14 Uhr, Volkshilfe Klub Itzling
- Flohmarkt: Freitag, 18. Oktober, 10 bis 16 Uhr, Veronaplatz
- Sprechstunde Wohnservice: Dienstag, 5. November, 15 bis 17 Uhr, Bewohnerservice
- Willkommen in Itzling: Donnerstag, 7. November, 17 bis 18.30 Uhr, Bewohnerservice
- Sprechstunde Seniorenberatung: Mittwoch, 13. November, 9 bis 12 Uhr, Bewohnerservice
- Vortrag Energieberatung – Energiesparen und Heizen im Winter: Dienstag, 22. Oktober, 17 bis 18.30, Bewohnerservice

## Regelmäßige Veranstaltungen

- Sprechstunde für Handy, Laptop & Co: Donnerstag, 19. September, 10. und 24. Oktober, 14. und 28. November, 16 bis 17 Uhr, Bewohnerservice
- Donnerstags-Café: 5. September, 3. Oktober und 7. November, 15 bis 16 Uhr, Bewohnerservice
- Deutsch-Sprachtraining: unterschiedliche Niveaus, genaue Infos im Bewohnerservice
- Gedächtnistraining: ab 9. September, jeden Montag, 2 Gruppen: Beginn 13.15, 14.30 Uhr, Bewohnerservice
- Sing Mit: jeden zweiten Mittwoch, 18. September, 2., 16. und 30. Oktober, 13. und 27. November, 16 bis 17.30 Uhr, Volkshilfe Klub Itzling, Kirchenstraße 55a
- Sessलगymnastik: ab 23. September, jeden Montag, 10.30 bis 11.30 Uhr, Antonius-Saal, Kirchenstraße 32-34
- Origami: Donnerstag, 26. September, 31. Oktober und 28. November, 10 bis 11 Uhr, Bewohnerservice
- Yoga für alle: ab 27. September, jeden Freitag, 9 bis 10 Uhr, Volkshilfe Klub Itzling, Kirchenstraße 55a

Infos und Anmeldung für Veranstaltungen im Bewohnerservice unter **+43 662 455 432** oder [bws.itzling@diakoniewerk.at](mailto:bws.itzling@diakoniewerk.at)