

# Wellness Berres: Ihre Erholung im Stadtteil

**Gemeinsam  
Kraft tanken**  
Auszeit für  
Bewohner\*innen



  
**Gebietsbetreuung**  
Stadterneuerung

 **Für die  
Stadt Wien**

# Gemeinsam entspannen und Kraft tanken!

Alltag kann mitunter anstrengend sein und Kraft kosten. Wellness Berres bietet Gelegenheiten zum Regenerieren und Kraft tanken.

## **Kein Organisationsstress, keine Kurskosten, pure Entspannung!**

Wellness Berres – das sind kostenfreie Entspannungs- und Sporteinheiten, die sich spontan und leicht in den Alltag integrieren lassen.

## **Nachbar\*innen kennenlernen!**

Neue Kontakte in der Nachbarschaft knüpfen – ganz einfach nebenbei beim gemeinsamen Yoga am See, bei der Strickrunde im Gemeinschaftsraum oder bei einem unserer vielen Angebote.

Für eine Nachbarschaft, in der man sich gegenseitig unter die Arme greift – nicht nur bei der Hilfestellung für den Yoga-Kopfstand.

## **Infos zu allen Angeboten finden Sie auf der Website oder im GB\*Stadtteilmanagement Berresgasse.**

Wellness Berres richtet sich an alle Bewohner\*innen rund um die Berresgasse – ganz besonders an jene, die Care-Arbeit leisten: Menschen, die in ihrem Alltag viel Organisationsarbeit für andere übernehmen und wenig Zeit und Kapazität für die eigenen Bedürfnisse haben.



GB\*Stadtteilmanagement Berresgasse  
Ziegelhofstraße 36/12/7R, 1220 Wien  
T: +43 676 699 58 13 • [ost@gbstern.at](mailto:ost@gbstern.at)  
[www.gbstern.at](http://www.gbstern.at)

