

25. April 2024

„Wellness Berres“: Für ein starkes Miteinander und mehr Wohlbefinden.

Das Projekt „Wellness Berres“ eröffnet neue Wege für ein lebendiges Miteinander in der Berresgasse und bringt Schwung in die Nachbarschaft. Bewohner*innen des Stadtteils sind eingeladen, von Mai bis November 2024 an kostenfreien Wellness-Angeboten teilzunehmen und diese mitzugestalten. Durch das Projekt soll das Wohlbefinden gesteigert und das Gemeinschaftsgefühl in der Nachbarschaft gestärkt werden.

„Wellness Berres“ bietet Bewohner*innen leicht in den Alltag integrierbare Entspannungs- und Sporteinheiten in der Umgebung. Gleichzeitig wird eine Möglichkeit geschaffen, die Nachbar*innen rund um die Berresgasse kennenzulernen und sich auszutauschen. „Wellness“ steht hier für Methoden und Aktivitäten, die das körperliche, geistige oder seelische Wohlbefinden steigern.

Das Projekt richtet sich an Bewohner*innen im und rund um das Stadtentwicklungsgebiet Berresgasse, ganz besonders an all jene, die Care Arbeit leisten. Damit sind Menschen gemeint, die in ihrem Alltag sehr viel Organisationsarbeit für andere übernehmen und wenig Zeit und Kapazität für die eigenen Bedürfnisse haben.

Kein Organisationsstress, keine Kurskosten, pure Entspannung!

Die Angebote basieren auf Ideen aus der Nachbarschaft und sind für alle frei zugänglich. Es werden Teilnehmer*innen und Anbieter*innen für Einheiten sowie Ideen aus der Nachbarschaft gesucht. Dabei ist für jede und jeden etwas dabei. Ob Bewegungskurse, Yoga, Meditation oder kreative Handarbeitsworkshops - die Vielfalt der Angebote spiegelt die Diversität der Bewohner*innen wider. Bewohner*innen bekommen die Möglichkeit, ihre Bedürfnisse und Wünsche einzubringen.

Bei Interesse sowie für Anregungen und Fragen zu dem Projekt ist das GB*Team via E-Mail unter ost@gbstern.at, telefonisch und persönlich im GB*Stadtteilmanagement Berresgasse für Sie erreichbar.

Die GB* begleitet Veränderung und stärkt die Nachbarschaft.

Wien ist eine lebendige Stadt, die wächst. Die GB* begleitet die Entstehung neuer Stadtteile mit Stadtteilmanagements und informiert über Veränderungen. Außerdem unterstützt die GB* beim Aufbau einer neuen Nachbarschaft und bei der Förderung des Zusammenlebens der neu zugezogenen Bewohner*innen und Anrainer*innen.

Zudem engagiert sich die GB* für ein gutes Zusammenleben und schafft Möglichkeiten zum Mitmachen und Mitgestalten im Stadtteil. Sie unterstützt die Menschen dabei, nachbarschaftliche Kooperationen und soziale Netzwerke aufzubauen.

Für eine gute Nachbarschaft, in der man sich gegenseitig unter die Arme greift und das nicht nur bei der Hilfestellung zum Yoga-Kopfstand.

Die Eckdaten auf einen Blick

Was? 20 Wellness-Einheiten

Wann? Mai-November 2024

Wo? Gemeinschaftsräume in der Berresgasse

Infos: Im **Stadtteilmanagement Berresgasse** oder unter www.gbsterne.at/ost/wellness-berres/

Für Rückfragen kontaktieren Sie bitte:

Anna-Lena Belz

Öffentlichkeitsarbeit

GB*Stadtteilmanagement Berresgasse

Ziegelhofstraße 36/12/L3 (Ladenzeile Berresgasse)

T: +43 676 699 55 69

anna-lena.belz@gbsterne.at

Foto: © GB*