

FIXE ANGEBOTE		
Montags	ab 9.30	Start in die Woche mit kleinem Frühstück
Donnerstags	12.00	Mittagstisch – gemeinsam schmeckt es besser! Kosten € 5 Anmeldung bis Donnerstag 8.00 Uhr erforderlich
AKTIVITÄTEN		
Mo 05.10.	ab 9.30	Montagsbrunch Frühstücksbuffet mit einem vielfältigen Angebot. Kosten € 6 Anmeldung erforderlich
Mi 07.10.	ab 10.00	Das große Mundartquiz „Bunki bochn“ oder „Kuchen backen“? Wie gut kennst du dich mit unserem Dialekt aus? Von fast vergessenen Wörtern bis zu den lustigsten Redensarten ist alles dabei. Lachmuskelskater garantiert
Di 13.10.	13.00-14.30	Bewegung für ALLE indoor Anmeldung erforderlich
Mi 14.10.	ab 10.00	Suppenmittwoch Passend zur Jahreszeit kochen und genießen wir heute gemeinsam eine Kürbiscremesuppe
	18.00 – 20.00	Vortrag Longevity starts TODAY Wie viele Jahre Ihres restlichen Lebens wollen Sie „gesund“ verbringen? Sie erfahren, warum tägliche Gewohnheiten über ihre zukünftige Lebensqualität entscheiden. Vortragende: Mag.a Katharina Holzer-Berger Kosten: € 8 Anmeldung erforderlich
Do 15.10.	ab 10.00	Empowerment-Gruppe Handarbeiten Stricken, Nähen und Handarbeiten mit Anni, Martha und Marianne
Di 20.10.	13.00 - 14.30	Gedächtnistraining mit Theresia Anmeldung erforderlich
Mi 21.10.	9.00 – 15.00	Wanderung / Spaziergang Gallneukirchen Gruppe 1: Wanderung ca. 6 km Gruppe 2: Spaziergang entlang der Gusen Gemeinsame Einkehr im ALL-YOU-CAN-EaT Asia Restaurant. Fahrt: € 3 Anmeldung erforderlich
Mi 28.10.	9.00-16.00	Ausflug zur Käsemacherwelt in Heidenreichstein Bei einer Führung erwarten uns spannende Einblicke in die einzelnen Schritte, wie aus dem Rohstoff Milch köstlicher Käse entsteht. An unterschiedlichen Stationen kannst du Erlesenes aus dem reichhaltigen Sortiment von DIE KÄSEMACHER verkosten. Fahrt € 4 Führung € 10,90 Anmeldung bis spätestens 22.10. erforderlich.
BESPRECHUNGSTERMINE / BESONDERES		
Di 27.10.	13.00 – 14.00	Dienstbesprechung Einteilung der Kaffee-, Koch- und Kost-nix-Laden Dienste. Anwesenheit für die Übernahme von Diensten erforderlich.

Raum für Begegnung, Gespräche, Kreativität und soziale Kontakte.

Wir sind für Sie da:

- ➔ Wenn Sie Wege aus der Einsamkeit suchen und Gemeinschaft erleben möchten.
- ➔ Wenn Sie Abstand vom Alltag finden möchten.
- ➔ Wenn Sie in einem sicheren Rahmen am gesellschaftlichen Leben teilnehmen möchten.
- ➔ Wenn Sie bei Workshops und begleiteten Ausflügen ihre Freizeit bewusst gestalten möchten.
- ➔ Wenn Sie im Austausch mit anderen Ihre Fähigkeiten und Stärken (erneut) entdecken und weiterentwickeln möchten.



Unser Fahrtendienst

Montag, Mittwoch und Donnerstag besteht die Möglichkeit, gegen einen kleinen Unkostenbeitrag den Hol- und Bringdienst in Anspruch zu nehmen.

Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

Birgit Lees
Natascha Grünzweil
Theresia Koudelka

Café-Öffnungszeiten

Montag	09:00 – 12:30 Uhr
Dienstag	12:00 – 15:00 Uhr
Mittwoch	9:00 – 14:30 Uhr
Donnerstag	10:00 – 14:00 Uhr

Zu diesen Öffnungszeiten können Sie gerne jederzeit unverbindlich vorbeikommen.

Büro-Öffnungszeiten

Montag	8:00 – 13:00 Uhr
Dienstag	8:30 – 15:00 Uhr
Mittwoch	8:00 – 16:00 Uhr
Donnerstag	9:00 – 15:00 Uhr

Zu diesen Öffnungszeiten sind wir für Gespräche, Rückfragen und Anmeldungen telefonisch erreichbar.

Kost-nix-Laden Öffnungszeiten

Dienstag	9:30 – 12:00 Uhr
Donnerstag	12:30 – 14:30 Uhr

Zu diesen Zeiten kann im Kost-nix-Laden gestöbert oder auch Sachen abgegeben werden.



MONATSPROGRAMM

Oktober 2026



**Psychosozialer
Treffpunkt Sterngarten!**
Freizeit & Kommunikation

Böhmerstraße 3
4190 Bad Leonfelden
Tel: 07213 / 6101
psz.st@exitsozial.at
www.exitsozial.at
ZVR: 213121822

