

FIXE ANGEBOTE		
Montags	ab 9.30	Start in die Woche mit kleinem Frühstück
Donnerstags	12.00	Mittagstisch – gemeinsam schmeckt es besser! Kosten € 5 Anmeldung erforderlich
AKTIVITÄTEN		
Mo 02.03.	9.30 – 12.00	Montagsbrunch Frühstücksbuffet mit einem vielfältigen Angebot. Kosten € 6 Anmeldung erforderlich
Di 03.03.	13.00 – 14.30	Gedächtnistraining mit Theresia – Anmeldung erforderlich
Mi 04.03.	Ab 10.00	Tanzen Gemeinsam in Bewegung kommen, Musik erleben und den Alltag hinter sich lassen – die Freude an der Bewegung steht im Mittelpunkt.
Mi 11.03.	9.00 – 15.00	Wanderung Kopfwegsteinweg in Eidenberg, Länge: 6,3 km, Dauer: ca. 2h. Danach gemütliche Einkehr beim Wasserwirt in Untergeng. Für Nicht-Wander:innen besteht die Möglichkeit einer Fahrgelegenheit zum Gasthaus. Fahrt: € 3 Anmeldung erforderlich
Di 17.03.	13.00 – 14.00	Bewegung für ALLE indoor Einfache Gymnastik mit anschließender Entspannungsübung. Anmeldung erforderlich
Mi 18.03.	Ab 10.00	Plenum – Besucher:innenversammlung Das Plenum bietet Raum für Austausch, Information, das Besprechen von gemeinsamen Themen und sammeln von Ideen für das Monatsprogramm. Kollegin Natascha wird uns zum Thema Resilienz informieren. Danach sind alle Teilnehmenden auf eine Suppe eingeladen. Anmeldung erforderlich.
Di 24.03.	9.00 – 12.00	Wanderung - Speckstüberlrunde Fahrt € 2 Anmeldung erforderlich
Mi 25.03.	10.00	Fotoshow In gemütlicher Atmosphäre schauen wir Bilder aus dem Treffpunkt und gemeinsamen Aktivitäten an.
Do 26.03.	10.00 – 12.00	Kreativ-Workshop – österliche Basteleien Anmeldung erforderlich
BESPRECHUNGSTERMINE / BESONDERES		
Mo 23.03.	10.00	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
Zivildienster Philipp

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

März 2026



**Psychosozialer
Treffpunkt Sterngartl**

Freizeit & Kommunikation

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

