

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 01.09.	9.30 – 12.00	Montagsbrunch Frühstücksbuffet mit einem vielfältigen Angebot. Kosten € 6 Anmeldung erforderlich
Di 02.09.	13.00 – 14.30	Gedächtnistraining mit Theresia Anmeldung erforderlich
Mi 03.09.	10.00 – 11.30	Gemeinsames Gstanzl – Singen mit Natascha Laut, auch gerne mal falsch – Hauptsache mit Begeisterung 😊 Anmeldung erforderlich
	12.00	Kürbiscremesuppe Anmeldung erforderlich
Di 09.09.	9.00 – 12.00	Wanderung mit Birgit Bienenenerlebnisweg in Zwettl/Rodl, Länge 4 km. Anmeldung erforderlich
Mi 10.09.	9.30 – 16.00	Ausflug – Sonnentor Der bedachte Umgang mit Ressourcen wird bei einer Führung durch die duftenden Kräuterrhallen erlebbar. Kosten €14 (inklusive €2 Einkaufsbö) Senioren €11, Fahrt €5
Di 16.09.	13.00 – 14.30	Bewegung indoor mit Natascha Anmeldung erforderlich
Mi 17.09.	Ab 10.00	Ratsch di xund Zeit, um etwas für unsere psychische Gesundheit tun zu können. Das Reden über unsere Gedanken und was uns im Alltag bewegt, hilft uns, uns verstanden zu fühlen und Stress abzubauen.
Di 23.09.	Geschlossen	Wegen Fortbildung kein Exit-Café
Mi 24.09.	10.00 – 14.00	Krämermuseum in Schenkenfelden Hier wird veranschaulicht, wie im frühen 19. Jahrhundert der bescheidene Bedarf an Lebensmitteln, Hausrat, Werkzeugen... in einem einzigen Geschäft gedeckt werden konnte. Kosten €2,50 Fahrt €2
Do 25.09.	Geschlossen	Betriebsausflug
BESPRECHUNGSTERMINE / BESONDERES		
Di 23.09.	10.00 – 11.00	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
Praktikantin Brigitte Dostler
Zivildienstler Florian

Café-Öffnungszeiten

Montag	09:00 – 12:00 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

September 2025



**Psychosozialer
Treffpunkt Sterngartl**
Freizeit & Kommunikation

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

