

**Unser Büro ist für Sie da:**


Dienstag	10:00 bis 20:00 Uhr
Mittwoch	08:00 bis 17:00 Uhr
Donnerstag	08:15 bis 17:00 Uhr
Freitag	08:15 bis 17:00 Uhr

**Unser Café ist zu diesen Zeiten geöffnet:**




Dienstag	14:00 bis 19:00 Uhr
Mittwoch bis Freitag	11:00 bis 16:00 Uhr

**Zu folgenden Zeiten gibt es im Café eine kurze Bedienpause:**

Dienstag:	16:15 bis 16:45 Uhr
Mittwoch bis Freitag	13:15 bis 13:45 Uhr



Für Anfragen: 0732 / 73 70 53  
Kreuzstraße 4, 4040 Linz



[www.exitsozial.at](http://www.exitsozial.at)

**Empowermentgruppen im Bagua**

Gruppenangebote von Besucher:innen für Besucher:innen!

Bei Interesse an einer Empowermentgruppe können Sie jederzeit ohne Anmeldung teilnehmen.

**Strick- und Häkelgruppe** – Das Gruppenangebot für alle, die bereits Erfahrungen im Handarbeiten haben oder es erlernen möchten.

**Spazier- & Bewegungsgruppe** – Findet bei jeder Witterung statt. Es sind keine Vorkenntnisse notwendig. Bei Bedarf bitte eine Wasserflasche mitnehmen!

**„Do you speak english?“** – Der Englischkurs findet einmal monatlich im Bagua statt und erfordert keine Vorkenntnisse. Wir bitten um Anmeldung im Bagua-Büro!

**Tischtennisgruppe**– Der Bagua-Keller bietet einen Indoor-Tischtennistisch, der jeden Freitag bespielt werden kann. Eine Anmeldung ist nicht notwendig, Tischtennisschläger und Bälle können im Bagua ausgeliehen werden.

**Flotte Stadtwanderung mit Theresia & Susi**–Diese Gruppe pausiert im Jänner!



**Offene Musikgruppe – Leitung Verena Heilmann**

Die Gruppe richtet sich an musikinteressierte Männer und Frauen ab 16 Jahren, die gerne mit anderen musizieren und/oder singen und bietet die Möglichkeit:

\*durch einen gemeinsamen Schaffensprozess teil zu haben und eine besondere Form von Gemeinschaft zu erleben

\*der eigenen Kreativität freien Raum zu lassen und Neues auszuprobieren

\*sich eigener Fähigkeiten (wieder) bewusst zu werden

\*belastende Gedanken für eine Weile loszulassen und sich auf Momente der Freude und Unbeschwertheit einzulassen.

Musikalische Vorkenntnisse sind nicht notwendig; Mitnahme eigener Instrumente/Noten ist erwünscht, jedoch nicht erforderlich.

Teilnahme kostenlos!

Info & Anmeldung unter 0732 / 719 719 (Verena Heilmann)

**Freiwilligenarbeit im Bagua**

Die Freiwilligen sind regelmäßig dienstags bis freitags im Bagua anzutreffen. Es besteht die Möglichkeit mit den Freiwilligen in Kontakt zu treten und gemeinsam Spiele zu spielen.

Jänner 2026

Donnerstag 01.01.	Feiertag-Heute bleibt das BAGUA geschlossen!		
Freitag 02.01.		Tischtennisgruppe 12:00 bis 16:00 Uhr	
Dienstag 06.01.	Feiertag-Heute bleibt das BAGUA geschlossen!		
Mittwoch 07.01.			
Donnerstag 08.01.	Spazier- und Bewegungsgruppe Treffpunkt um 10:30 Uhr im Bagua	BAGUA-Frühstück ab 11:00 Uhr	
Freitag 09.01.		Tischtennisgruppe 12:00 bis 16:00 Uhr	
Dienstag 13.01.	Strick- und Häkelgruppe ab 13:00 Uhr	Movie Talk! ab 13:00 Uhr offene Gesprächsrunde zu neuen und alten Kinofilmen.	
Mittwoch 14.01.			I Bus
Donnerstag 15.01.	Spazier- und Bewegungsgruppe Treffpunkt um 10:30 Uhr im Bagua	BAGUA-Frühstück ab 11:00 Uhr	Pferdeschlittenfahrt Hinterstoder- Wir werden vom Parkplatz „Schiederweiher“ mit dem Pferdeschlitten bzw. alternativ mit der Pferdekutsche abgeholt und fahren zum Gasthaus „Polsterlucke“, wo wir den Panoramablick auf die Bergwelt des Tales so richtig genießen können.  Fahrtkosten € 4,- Schlittenfahrt ca. €20,-sind bei Anmeldung zu bezahlen! Anmeldung im Bagua-Büro!
Freitag 16.01.		Tischtennisgruppe 12:00 bis 16:00 Uhr	
Dienstag 20.01.	Strick- und Häkelgruppe ab 13:00 Uhr	„Do you speak english?“ ab 12:30 Uhr	Offene Musikgruppe  13:30 bis 15:30 Uhr, Bagua-Kellerraum  Telefonische Voranmeldung  erforderlich! 0732 / 719 719
Mittwoch 21.01.			
Donnerstag 22.01.	Spazier- und Bewegungsgruppe Treffpunkt um 10:30 Uhr im Bagua	BAGUA-Frühstück ab 11:00 Uhr	I Bus
Freitag 23.01.		Tischtennisgruppe 12:00 bis 16:00 Uhr	Stift Schlierbach- Wir besuchen den imposanten Stift Schlierbach und bekommen vor Ort eine 2-stündige Führung mit anschließender Käseverkostung.. Fahrtkosten: € 3,50- Führung: € 19,20 (mit Behindertenpass €13,40)- Anmeldung im BAGUA-Büro!
Dienstag 27.01.	Strick- und Häkelgruppe ab 13:00 Uhr		
Mittwoch 28.01.			I Bus
Donnerstag 29.01.	Spazier- und Bewegungsgruppe Treffpunkt um 10:30 Uhr im Bagua	BAGUA-Frühstück ab 11:00 Uhr	Männerausflug Karikaturmuseum Krems - Wir fahren in die schöne Wachau und besuchen das Karikaturmuseum in Krems. Mit dem Kulturpass ist der Eintritt gratis! Fahrtkosten: € 5,- Eintritt €10,- Anmeldung im Bagua-Büro!
Freitag 30.01.		Tischtennisgruppe 12:00 bis 16:00 Uhr	
Ausflugsinfos und Stornobedingungen: Ausflugsabfahrt immer um 9:00 Uhr im Bagua. Bitte beachten: Leider haben wir nur ein kleines Kontingent an Plätzen bei Ausflügen 1x Anmeldung pro Person + 1x Wartelistenplatz. Storno mit Fahrtkosten retour bis spätestens einen Öffnungstag vorm jeweiligen Ausflug um 14:00 Uhr!			