

club Caritas *aktiv*

| Termin | | | Programm | Betreuung |
|--------|----|-------------|--|--------------|
| Fr | 1 | 10:00-14:00 | Kochen: Gegrillte Bratwürste mit Sauerkraut | Josy |
| Mo | 4 | 13:00-17:00 | Wir fahren zu den Fallschirmspringern nach Fromberg, Mag.(FH) Carmen Renk fährt auch mit | Josy |
| Di | 5 | 13:00-17:00 | Club Cafe | Josy |
| Mi | 6 | 09:30-14:30 | Waldpädagogik in Vitis mit DSA Gabi H. und DSA Sonja W. | Josy |
| Do | 7 | 13:00-17:00 | Gartenarbeit und Grillen | Josy |
| Fr | 8 | 10:00-14:00 | Kochen: Sommersalate mit Mozzarella und Kräuterbrot | Josy |
| Mo | 11 | 13:00-17:00 | Frauenwohlfühlnachmittag mit Lizzy, Haare schneiden, Nägel lackieren | Sigrid |
| Di | 12 | 13:00-17:00 | Club Cafe + Blutdruckmessen DPGKS Carina ab 13h | Josy, Sigrid |
| Mi | 13 | 08:00-12:00 | Frühstück + Fit mit Sigrid, Gedächtnistr. 10h Josy | Josy, Sigrid |
| Do | 14 | 13:00-17:00 | Wir machen Eisbecher im Club | Josy, Sigrid |
| Fr | 15 | 10:00-14:00 | Wir fahren zum Afrika Festival nach Harbach | Josy, Sigrid |
| Mo | 18 | 13:00-17:00 | KreAktiv | Sigrid |
| Di | 19 | 13:00-17:00 | Club Cafe | Sigrid |
| Mi | 20 | 09:00-13:00 | Fit mit Sigrid und Dr. Irina - sie lädt anschl. zum "Geburtstagsessen" ein | Sigrid |
| Do | 21 | 13:00-17:00 | Tischtennisturnier mit gesunder Jause | Sigrid |
| Fr | 22 | 09:00-13:00 | Ausflug nach Kautzen - Bison Ranch, anschl. Mittagessen Gasthaus | Sigrid |
| Mo | 25 | 13:00-17:00 | Ausflug zum Mitterteich, Clubbetrieb mit DSA Cornelia | Sigrid |
| Di | 26 | 13:00-17:00 | Club Cafe | Sigrid |
| Mi | 27 | 08:00-12:00 | Frühstück, Fit mit Sigrid | Sigrid |
| Do | 28 | 13:00-17:00 | Wir machen einen Sommersalat | Sigrid |
| Fr | 29 | 10:00-14:00 | Gemeinsames Essen in CZ "Viet House" | Sigrid |

| Termin | | | Programm August 2016 - Gmünd | Betreuung |
|-----------|----|-------------|---|--------------|
| Mo | 1 | 13:00-17:00 | Ausflug Moorbad Schrems | Josy, Sigrid |
| Di | 2 | 13:00-17:00 | 13h Club Programm planen für Sept./Okt 14h Fr. MMag.phil. Elisabeth Martschini liest aus ihrem Kriminalroman "Glücksfälle" | Josy, Sigrid |
| Mi | 3 | 08:00-12:00 | Frühstück + Fit mit Sigrid, Gedächtnistr. mit Josy 10h | Josy, Sigrid |
| Do | 4 | 09:00-17:00 | Tagesausflug nach Lipno, Baumwipfelpfad, Stausee | Josy, Sigrid |
| Mo | 8 | 13:00-17:00 | Gesprächsrunde mit Dr. Prinzing 14h | Sigrid |
| Di | 9 | 13:00-17:00 | Club Cafe | Sigrid |
| Mi | 10 | 08:00-12:00 | Frühstück + Fit mit Sigrid | Sigrid |
| Do | 11 | 13:00-17:00 | Chinesisches Sommergericht mit Doris | Sigrid |
| Fr | 12 | 10:00-14:00 | Männerkochen: Spaghetti Carbonara mit Salat | Sigrid |
| Di | 16 | 13:00-17:00 | Ausflug nach Stift Zwettl, Kirche, Kräutergarten, Pilzzucht | Josy, Sigrid |
| Mi | 17 | 08:00-12:00 | Frühstück, Fit mit Sigrid, Gedächtnistr. mit Josy 10h | Josy, Sigrid |
| Do | 18 | 16:00-22:00 | Sommerfest mit anderen Clubs in Gmünd | Josy, Sigrid |
| Mo | 22 | 13:00-17:00 | Blockheide mit Mag.(FH) Gabi K. + Clubbetrieb | Josy |
| Di | 23 | 13:00-17:00 | Club Cafe, Gartenarbeit und Grillen Blutdruck messen DPGKS Carina 13h | Josy |
| Mi | 24 | 08:00-12:00 | Frühstück + Fit mit Dr. Irina T., Gedächtnistr. mit Josy 10h | Josy |
| Do | 25 | 13:00-17:00 | Bewegung mit Mag.(FH) Carmen R. | Josy |
| Fr | 26 | 10:00-14:00 | Kochen: Geselchtes mit Semmelknödel und Apfelkren | Josy |
| Mo | 29 | 13:00-17:00 | KreAktiv | Sigrid |
| Di | 30 | 13:00-17:00 | Clubbetrieb + Spaziergang Udoli - Wasserfall | Josy, Sigrid |
| Mi | 31 | 08:00-12:00 | Frühstück + Fit mit Sigrid, Gedächtnistr. mit Josy 10h | Josy, Sigrid |

Besonderes

Wir wünschen dir einen schönen Sommer und freuen uns auf dich im Club !

Ein Höhepunkt wird unser Sommerfest am 18. August von 16h - 22h sein, mit gutem Essen, Trommeln, Singen, Lagerfeuer..... werden wir ein schönes Fest haben !

Josy, Sigrid und das PSD Team

Trappl Josefine
0676/83844557

Schübl Sigrid Franziska
0676/838448809

club
aktiv

Club Aktiv Gmünd
3950 Gmünd, Pestalozzigasse 3, Telefon: 02852/51099-25