

club Caritas *aktiv*

| Termin | Programm | Betreuung |
|--------------------------|--|--------------------------------|
| Mo 1 13:30-17:00 | KTA: Summerfeeling. Tanzen mit Barbara Lantschik | Birgit, Uschi |
| Di 2 08:30-13:00 | Kochen: Gemüselabchen mit Erdäpfel und Salat | Uschi, Birgit |
| Mi 3 09:00-16:30 | Ausflug zum Viehofner See. Möglichkeit zum Schwimmen, Bootfahren und Minigolfspielen mit dem Club Lilienfeld | Alexandra, Birgit |
| Do 4 08:30-13:00 | KTA: Fitnessgruppe mit Uniqa Coach Maria Macho, Treffpunkt im Club, Spazieren zum Mauterner Teich | Alexandra, Birgit |
| Mo 8 13:30-17:00 | KTA: Achtsamkeitstraining mit Gertraude Kaindl | Uschi, Alexandra, DSA Kaindl |
| Di 9 08:30-13:00 | Kochen: Gemüse mit Erdäpfel und Grillfleisch | Uschi, Birgit |
| Mi 10 09:00-15:00 | Ausflug zum Traismaurer Badeteich | Alexandra, Birgit |
| Fr 12 09:00-15:00 | Frühstück bei Leiner in St.Pölten und Stadtbummel mit den Clubs Lilienfeld und St. Pölten | Alexandra, Birgit |
| Di 16 08:30-13:00 | Kochen: Lasagne mit Salat | Uschi, Birgit |
| Mi 17 09:00-16:00 | Ausflug ins Langenoiser Kampbad | Michaela, Birgit |
| Do 18 08:30-13:00 | Genießerfrühstück und Training am Steiner Fitnessplatz | Uschi, Birgit |
| Fr 19 08:30-12:30 | Musikinstrumente basteln | Birgit, Uschi |
| Mo 22 13:30-17:00 | KTA: Musiknachmittag mit DSA Pfeiffer | Uschi, Alexandra, DSA Pfeiffer |
| Di 23 08:30-13:00 | Kochen: Putenschnitzerl mit Salat | Uschi, Birgit |
| Mi 24 09:00-16:00 | Ausflug zum Ratzersdorfer See und indisch Essen mit dem Club St.Pölten | Michaela, Birgit |
| Do 25 08:30-13:30 | Clubcafe und Möglichkeit für einen Spaziergang | Michaela, Birgit |
| Mo 29 13:30-17:00 | KTA mit Karoline Benedikt | DSA Benedikt, Michaela |
| Di 30 08:30-13:00 | Kochen: Kartoffelauflauf | Michaela, DPGKP Muhm |
| Mi 31 08:30-16:00 | Clubcafe, Ausflug | Uschi, DSA Kaindl |

club Caritas *aktiv*

| Termin | Programm | Betreuung |
|--------------------------|---|-------------------------|
| Do 1 08:30-13:00 | Fitnessgruppe im Freien, Treffpunkt im Club! | Michaela, DSA Engelhart |
| Mo 5 13:30-17:00 | KTA: Sanftes Bewegen mit Musik mit Oreana | Birgit, Alexandra |
| Di 6 08:30-13:00 | Kochen: Überbackene Nudeln mit Salat | Birgit, Alexandra |
| Mi 7 08:30-12:30 | Kreativvormittag und Eis essen | Alexandra, Birgit |
| Do 8 09:00-17:00 | Ausflug zum Ebersdorfer See mit dem Club St. Pölten und Lilienfeld. Einkaufsmöglichkeit bei STYX Naturkosmetik. | Alexandra, Birgit |
| Mo 12 13:30-17:00 | KTA: Bewegung im Freien mit DSA Brunsteiner | Birgit, Michaela |
| Di 13 08:30-13:00 | Kochen: Salat mit Putenstreifen | Birgit, Michaela |
| Mi 14 09:00-17:00 | Ausflug zum Badeteich in Mautern | Birgit, Michaela |
| Mo 19 13:30-17:00 | KTA: Musiknachmittag mit DSA Pfeiffer | Michaela, Birgit |
| Di 20 08:30-13:00 | Kochen: Scheiterhaufen mit Kompott | Michaela, Birgit |
| Mi 21 09:00-13:00 | Besuch im Kremser Freibad | Alexandra, Birgit |
| Do 22 08:30-12:30 | Clubcafe und Möglichkeit zu einer Radtour | Michaela, Alexandra |
| Fr 23 08:30-12:30 | Genießerfrühstück, Fahrt in den Gewerbepark | Alexandra, Birgit |
| Mo 26 13:30-17:00 | KTA: Tänze aus aller Welt mit Barbara Lantschik | Alexandra, Michaela |
| Di 27 08:30-13:00 | Kochen: Pizza | Alexandra, Michaela |
| Mi 28 08:30-14:30 | Kreativvormittag: Steine bemalen, Gartenarbeit, Thunfischsalat | Michaela, Alexandra |
| Do 29 08:30-14:30 | Fitnessgruppe: Wandern in den Weingärten, Treffpunkt im Club | Alexandra, DSA Pfeiffer |