

# club Caritas *aktiv*

Termin			Programm	Betreuung
<b>Do</b>	2	08:30-13:00	Gemeinsamer gemütlicher Vormittag mit ICM	Michaela, B.Willer BSc
<b>Fr</b>	3	08:30-12:30	Genießerfrühstück, Diskussionsrunde zum Thema: Wege zur Wunscherfüllung	Michaela, Alexandra
<b>Di</b>	7	08:30-13:00	Kochen: Krautstrudel und Erdäpfel mit Butter	Alexandra, Birgit
<b>Mi</b>	8	08:30-12:00	Kreativvormittag: Rhythmus-Instrumente Basteln	Michaela, Birgit
<b>Do</b>	9	08:30-13:00	Fitnessgruppe	Alexandra, Birgit
<b>Fr</b>	10	08:30-12:30	Spielevormittag und Suppenküche	Alexandra, Birgit
<b>Mo</b>	13	13:30-17:00	KTA: Wintertanzreise mit Barbara Lantschik	Alexandra, Birgit
<b>Di</b>	14	08:30-13:00	Kochen: Schnitzel und Cordon Bleu mit Clara und Monika	Alexandra, Birgit
<b>Mi</b>	15	08:30-12:00	Dartturnier, Palatschinkenvariationen	Alexandra, Birgit
<b>Do</b>	16	08:30-13:00	Fitnessgruppe	Alexandra, DSA Pfeiffer
<b>Fr</b>	17	08:30-12:30	Diskussionsrunde zum Thema: Freundschaft macht uns glücklich und gesund	Alexandra, Michaela
<b>Mo</b>	20	13:30-17:00	KTA: Qigong mit Oreana	Alexandra, Birgit
<b>Di</b>	21	08:30-13:00	Kochen: Erdäpfelgulasch	Alexandra, Birgit
<b>Mi</b>	22	08:30-12:00	Suppenküche	Alexandra, Birgit
<b>Do</b>	23	08:30-13:00	Fitnessgruppe	Michaela, DSA Brunsteiner
<b>Fr</b>	24	08:30-12:30	Offener Club	Michaela, Birgit
<b>Mo</b>	27	13:30-17:00	KTA: "Den Alltag neu gestalten" mit Christine Spevak	Alexandra, Birgit, Spevak
<b>Di</b>	28	08:30-13:00	Kochen: Gemüsesuppe und Reisauflauf	Alexandra, Birgit
<b>Mi</b>	29	08:30-12:00	Genießerfrühstück und Spaziergang	Alexandra, Birgit
<b>Do</b>	30	08:30-13:00	Fitnessgruppe	Alexandra, Birgit
<b>Fr</b>	31	08:30-12:30	9.00 - 11.00 Uhr Feldenkrais (Einzelbehandlungen) mit Oreana, Suppenküche	Alexandra, Birgit

Termin			Programm	Februar 2020 - Krems	Betreuung
<b>Mo</b>	3	13:30-17:00	KTA: Musiknachmittag mit DSA Pfeiffer		Alexandra, Birgit, DSA Pfeiffer
<b>Di</b>	4	08:30-13:00	Kochen: Faschierte Laibchen mit Salat und Pürree		Alexandra, Birgit
<b>Mi</b>	5	08:30-12:00	Spielevormittag, gemischte Toasts		Alexandra, Birgit
<b>Do</b>	6	08:30-13:00	Fitnessgruppe		Alexandra, Bader
<b>Fr</b>	7	08:30-12:30	Offener Club		DSA Kaindl, Birgit
<b>Mo</b>	10	13:30-17:00	KTA: Qigong mit Oreana		Alexandra, Birgit
<b>Di</b>	11	08:30-13:00	Kochen: verschiedene Pizzas		Alexandra, Birgit
<b>Mi</b>	12	08:30-12:00	Tausch- und Flohmarkt im Club. Jeder kann Gewand odere kleine Artikel, die er nicht mehr braucht mitnehmenen		Alexandra, Birgit
<b>Do</b>	13	08:30-13:00	Fitnessgruppe		Alexandra, Birgit
<b>Fr</b>	14	08:30-12:30	Genießerfrühstück		Michaela, Birgit
<b>Mo</b>	17	13:30-17:00	KTA: Faschingstanz mit Barbara Lantschik		Michaela, Birgit
<b>Di</b>	18	08:30-13:00	Kochen: Knoblauchsuppe und Kaiserschmarren		Michaela, Birgit
<b>Mi</b>	19	08:30-12:00	Clubcafe, Fahrt in den Gewerbepark		Michaela, Birgit
<b>Do</b>	20	08:30-13:00	Fitnessgruppe		Michaela, DSA Engelhart
<b>Fr</b>	21	08:30-12:30	offener Club		Michaela, Birgit
<b>Mo</b>	24	13:30-17:00	KTA: Malen ohne Pinsel mit Barbara Willer		Michaela, Birgit, B.Willer BSc
<b>Di</b>	25	08:30-13:00	Kochen: Faschingsmenü		Michaela, Birgit
<b>Mi</b>	26	08:30-12:00	Kreativvormittag		Michaela, Birgit
<b>Do</b>	27	08:30-13:00	Fitnessgruppe		Michaela, Birgit

## Besonderes

Wir wünschen euch einen freudigen Start ins neue Jahr und eine ausgelassene Faschingszeit!  
Das Clubteam

Steiner Alexandra  
0676/83844529

Nigl Michaela  
0676/83844372

Walter Birgit  
0676/838447591

**club**  
*aktiv*

Club Aktiv Krems  
3500 Krems, Bahnhofplatz 4, Telefon: 02742/71000