

club Caritas *aktiv*

Termin	Programm	Betreuung
Fr 3 09:00-12:30	Begegnung und Genuss	S.Hofstätter
Di 7 09:00-14:30	Singen von 10 bis 12 Uhr (KTA)	S.Hofstätter
Mi 8 09:00-15:00	Gemeinsam Kochen	S.Hofstätter
Fr 10 09:00-12:30	Club geöffnet	S.Hofstätter
Mo 13 10:00-15:00	Club geöffnet - Metakognitives Training " ...dem Kopfkino entkommen..." von 11 bis 12 Uhr 30 - bitte anmelden	S.Hofstätter, Sandra Sch.
Di 14 09:00-14:30	Kognitives Training in der Gruppe von 10 bis 12 Uhr (KTA)	S.Hofstätter, Marion
Mi 15 09:00-15:00	Gemeinsam Kochen	S.Hofstätter
Fr 17 09:00-12:30	Begegnung und Genuss	S.Hofstätter
Mo 20 09:00-14:00	Frühstücksbrunch	S.Tiefenbacher
Di 21 09:00-14:30	Kranichsilat von 10 bis 12 Uhr (KTA) - bitte anmelden	S.Tiefenbacher
Mi 22 09:00-15:00	Gemeinsam Kochen	S.Tiefenbacher, S.Hofstätter
Fr 24 09:00-12:30	Club geöffnet	S.Hofstätter
Mo 27 09:00-14:00	Pilates- und Faszientraining von 10 bis 12 Uhr	S.Tiefenbacher
Di 28 09:00-14:30	Gruppe Gesundheit von 10 bis 12 Uhr (KTA)	S.Tiefenbacher
Mi 29 09:00-15:00	Gemeinsam Kochen	S.Tiefenbacher
Fr 31 09:00-12:30	Malen mit Acryl - bitte anmelden	Monika

Termin			Programm	Februar 2020 - St. Valentin	Betreuung
Mo	3	09:00-14:00	Frühstücksbrunch		S.Tiefenbacher
Di	4	09:00-14:00	Yoga von 10 bis 12 Uhr (KTA)		S.Tiefenbacher
Mi	5	09:00-15:00	Gemeinsam Kochen		S.Tiefenbacher
Fr	7	09:00-12:30	Club geöffnet		S.Tiefenbacher
Mo	10	10:00-15:00	Kognitives Training in der Gruppe von 10 bis 12 Uhr		S.Tiefenbacher, Marion
Di	11	09:00-14:30	Singen von 10 bis 12 Uhr (KTA)		S.Tiefenbacher
Mi	12	09:00-15:00	Gemeinsam Kochen		S.Tiefenbacher
Fr	14	09:00-12:30	Begegnung und Genuss		S.Hofstätter
Mo	17	09:00-14:00	Club geöffnet - Metakognitives Training .."dem Kopfkino entgehen.." von 11 bis 12 Uhr 30 - bitte anmelden		S.Tiefenbacher, Sandra Sch., S.Hofstätter
Di	18	09:00-14:30	Kranichsilat von 10 bis 12 Uhr (KTA) - bitte anmelden		S.Tiefenbacher
Mi	19	09:00-15:00	Gemeinsam Kochen		S.Tiefenbacher
Fr	21	09:00-12:30	Clubkino		S.Hofstätter
Mo	24	14:00-17:00	Spielenachmittag		S.Hofstätter
Di	25	09:00-15:00	Gruppe Gesundheit von 10 bis 12 Uhr (KTA)		S.Tiefenbacher
Mi	26	09:00-15:00	Gemeinsam Kochen		S.Tiefenbacher
Fr	28	09:00-14:00	Malen mit Acryl - bitte anmelden		Monika

Besonderes

Liebe ClubbesucherInnen!

Sandra Scherfler bietet ab Jänner 2020 ein Mal im Monat das "Metakognitive Training" an. In diesem Training geht es darum, einen Zusammenhang zwischen Gefühlen, Gedanken und Verhalten herzustellen. Es wird über das Denken nachgedacht. Eigene Denkstile werden veranschaulicht und bewusst gemacht. Wir freuen uns über eine rege Teilnahme eurerseits. Bitte beachtet: am Montag den 24. Februar ist nachmittags von 14 bis 17 Uhr geöffnet. Sabine begleitet euch wieder durch den Spielenachmittag.

Fragen zum Clubprogramm können jederzeit persönlich oder telefonisch abgeklärt werden.

Wir freuen uns, euch im neuen Jahr bei unserem bunt gemischten und interessanten Angeboten begrüßen zu dürfen.

Eine schöne Zeit wünscht euch das Clubteam Sabine und Sabine sowie das gesamte PSD-Team

Tiefenbacher Sabine
0676/83844389

Hofstätter Sabine BA
0676/838448822

club
aktiv

Club Aktiv St. Valentin
4300 St. Valentin, Schubertviertel 10, Telefon: 07435/54680