

club Caritas *aktiv*

Termin			Programm	Betreuung
Mo	2	13:30-17:00	KTA: Genuss- und Achtsamkeitstraining mit Christine Spevak	Michaela, Birgit, Spevak
Di	3	08:30-13:00	Kochen: Putengulasch mit Nudeln	Michaela, Birgit
Mi	4	08:30-12:00	Osterdeko gestalten	Michaela, Birgit
Do	5	08:30-13:00	Fitnessgruppe	Michaela, DSA Brunsteiner
Fr	6	08:30-12:30	Clubcafe und Fahrt ins CARLA Krems	Michaela, Dr. Lebenbauer
Mo	9	13:30-17:00	KTA: Qigong mit Oreana	Alexandra, Birgit
Di	10	08:30-13:00	Kochen: Erdäpfelauflauf mit Salat, Vorstellung von Mag.(FH) Alexandra Bunkrad	Alexandra, Birgit
Mi	11	08:30-12:00	Feuerflecken zubereiten, Spielevormittag	Alexandra, Birgit
Do	12	08:30-13:00	Fitnessgruppe	Alexandra, Birgit
Mo	16	13:30-17:00	KTA: mit Uschi Vacano	Alexandra, Birgit
Di	17	08:30-13:00	Kochen: Spaghetti mit Salat	Alexandra, Birgit
Mi	18	08:30-12:00	Spielevormittag, Grießschmarren mit Kompott	Alexandra, Michaela
Do	19	08:30-13:00	Gemeinsames Frühstück, Kegeln im Pulverturm	Alexandra, Birgit
Mo	23	13:30-17:00	KTA: Kreatives Gestalten mit Gudrun und Feldenkrais Behandlungen mit Oreana	Alexandra, Birgit
Di	24	08:30-13:00	Thailändisch Kochen	Alexandra, Birgit
Mi	25	08:30-12:00	Kuchen backen	Alexandra, Birgit
Do	26	08:30-13:00	Fitnessgruppe	Alexandra, Michaela
Fr	27	08:30-12:30	Englisches Frühstück und englische Kultur	Michaela, Birgit
Mo	30	13:30-17:00	KTA: Musiknachmittag mit DSA Pfeiffer	Alexandra, Birgit, DSA Pfeiffer
Di	31	08:30-13:00	Kochen: Kraut- und Schinkenfleckerl mit Salat	Alexandra, Birgit

Termin			Programm April 2020 - Krems	Betreuung
Mi	1	08:30-12:00	Eier färben, Basteln für Ostern	Alexandra, Birgit
Do	2	08:30-13:00	Fitnessgruppe	Alexandra, Birgit
Fr	3	08:30-12:30	Geburtstagsfeier für die März/Aprilkinder	Birgit, Dr. Lebenbauer
Mo	6	13:30-17:00	KTA: Qigong mit Oreana	Birgit, DPGKP Muhm
Di	7	08:30-13:00	Kochen: Osterschinken mit Spinat und Erdäpfel	Michaela, Birgit
Mi	8	08:30-12:00	Osterfrühstück	Michaela, Birgit
Do	9	08:30-13:00	Gemeinsames Frühstück, Kegeln beim Pulverturm	Birgit, Michaela
Di	14	08:30-13:00	Kochen: Ofengemüse mit Spiegelei und Erdäpfel	Alexandra, Michaela
Mi	15	08:30-12:00	Frühstück und Spaziergang	Alexandra, Birgit
Do	16	08:30-17:00	Fahrt in die Therme Gmünd und Einkaufsmöglichkeit in Ceske Velenice	Alexandra, Birgit
Mo	20	13:30-17:00	KTA: mit Uschi Vacano	Alexandra, Birgit
Di	21	08:30-13:00	Kochen: Fischstäbchen mit Risibisi	Alexandra, Birgit
Mi	22	08:30-12:00	Ausflug und Gratisführung im Kraftwerk Theiß	Alexandra, Birgit
Do	23	08:30-13:00	Fitnessgruppe	Birgit, Alexandra
Mo	27	13:30-17:30	KTA: Achtsamkeitsspaziergang im Wald mit DSA Pfeiffer Anschließend: Heurigenbesuch	Alexandra, Birgit
Di	28	08:30-13:00	Chinesisch Kochen: Gebratene Nudeln mit Cashewnüssen, Hühnerfleisch, Ei und Gemüse	Michaela, Birgit
Mi	29	08:30-12:00	Kreativvormittag: Frühlingsdeko gestalten	Michaela, Alexandra

Besonderes

Einen sportlichen, genussvollen Start in das aktive Frühjahr wünscht euch das Clubteam!
Wir freuen uns auf Dein Kommen!

Steiner Alexandra
0676/83844529

Nigl Michaela
0676/83844372

Walter Birgit
0676/838447591