

### Öffnungszeiten Kaffeehausbetrieb:

Montag:	13.00 - 16.00 Uhr
Dienstag:	10.00 - 14.00 Uhr
Mittwoch:	10.00 - 14.00 Uhr
Donnerstag:	10.00 - 14.00 Uhr
Freitag:	10.00 - 14.00 Uhr

Zu den Kaffeehausöffnungszeiten können Sie jederzeit und ohne  
Voranmeldung vorbei kommen.

### Erreichbarkeit Treffpunkt Büro:

Montag:	11.00 - 16.30 Uhr
Dienstag:	08.30 - 16.30 Uhr
Mittwoch:	08.30 - 16.30 Uhr
Donnerstag:	08.30 - 16.30 Uhr
Freitag:	09.00 - 16.30 Uhr

### **Besuche zu den allg. Öffnungszeiten sind nach Voranmeldung möglich!**

In dieser Zeit sind wir telefonisch erreichbar, es finden unterschiedliche Gruppen,  
Besprechungen sowie das Angebot der individuellen Beschäftigung statt.  
Weiters bieten wir Einzelbegleitung und Erstgespräche nach Terminvereinbarung  
an. Details entnehmen Sie bitte dem Programm auf der Innenseite!

### Fahrtendienst:

**Dienstags, Mittwochs und Donnerstags** kann man sich mit dem Fahrtendienst  
gegen einen kleinen Unkostenbeitrag bequem von zuhause abholen lassen.  
Anmeldung telefonisch bis zum Vortag möglich!

### **EXIT-sozial**

**Psychosoziales Zentrum Eferding**  
**Treffpunkt für Freizeit und Kommunikation**

4070 Eferding, Bahnhofstraße 3

Tel.: 07272/7030

**Mail:** [psz.ef.freizeit@exitsozial.at](mailto:psz.ef.freizeit@exitsozial.at)

ZVR: 213121822

Datenschutzhinweis: [www.exitsozial.at/Datenschutz](http://www.exitsozial.at/Datenschutz)

*Sie können weiteren Zusendungen jederzeit widersprechen.*



## **PSYCHOSOZIALES ZENTRUM EFERDING**

### **TREFFPUNKT FÜR FREIZEIT UND KOMMUNIKATION**

## **Monatsprogramm Dezember 2018**

Freie Zeit sinnvoll erleben!



**Wir wünschen allen ein friedvolles Weihnachtsfest und  
einen schwungvollen Start ins Neue Jahr!**

Sophie, Nici, Leopoldine, Thomas, Ulli und Julian



Montags	14 Uhr	<b>Montagsrunde</b> Die Besucher*innen erzählen, wie sie ihr Wochenende verbracht haben & was sie sonst noch beschäftigt.
Dienstags	14 Uhr bis 15 Uhr	<b>Offene Redaktionsgruppe</b> Gestaltung des Treffpunkt-Blatts, als Beilage des Monatsprogramms durch die Besucher*innen, unter der Leitung von Peer Hans.
Freitags	14 Uhr	<b>Bewegungsgruppe</b> Bewegung, so sanft oder anspruchsvoll wie gewünscht, wie z.B. spazieren gehen oder Yoga.
Di, 4.12.	Abfahrt: 14 Uhr	<b>Nachmittagskino mit Kaffee und Kuchen: „Book - Club“</b> Im Starmovie Wels genießen wir Kaffee und Kuchen und die Komödie „Book – Club“. <b>insgesamt € 7,50. Fahrtkosten: € 1,50. Um Anmeldung wird gebeten!</b>
Mi, 5.12.	10:30 bis 12 Uhr	<b>Treffpunkt-Versammlung</b> Alle Besucher*innen sind eingeladen, ihre Fragen, Wünsche oder Vorschläge einzubringen und an Entscheidungsprozessen mitzuwirken, welche unser Zusammensein regeln.
Mi, 5.12.	14 Uhr	<b>Besuch im Kaffeehaus Vogl</b> Wir treffen uns im Kaffeehaus Vogl und freuen uns auf interessierte Besucher*innen, welche diesen Rahmen für ungezwungenes Beisammensein nutzen wollen.
Do, 6.12.	14 Uhr	<b>Kreativangebot: Wir gestalten gemeinsam unseren Schaukasten.</b>
Fr, 7.12.	11 Uhr	<b>Freie Bahn fürs Wohlbefinden</b> Thomas zeigt, wie wir mit energetischen Gruppenübungen das Wohlbefinden steigern können.
Fr, 7.12.	13 Uhr	<b>Vorbereitungstreffen für die Weihnachts- und Jahresabschlussfeier</b> Wie jedes Jahr planen wir unsere gemeinsame Weihnachts- und Jahresabschlussfeier. Alle, die sich daran beteiligen möchten, sind herzlich willkommen.
Di, 11.12.	13 Uhr	<b>Sing Runde mit Leopoldine</b> Unser Motto: „Jeder Mensch kann singen!“. Für alle, die Freude am Singen haben.
Mi, 12.12.	Abfahrt: 10 Uhr	<b>AUSFLUG: Lentos Kunstmuseum und Christkindlmarkt in Linz</b> Das Lentos Kunstmuseum Linz zählt mit seiner internationalen Sammlung zu den wichtigsten Museen moderner Kunst in Österreich <b>Eintritt: € 8,- (ermäßigt € 4,50) Fahrtkosten: € 1,50</b>
Do, 13.12.	13 Uhr	<b>Weihnachtsdekoration</b> Gemeinsam schmücken wir unseren Gruppenraum passend zur Weihnachtszeit.
Fr, 14.12.	11 Uhr	<b>Frühstück im Treffpunkt</b> Alle, die gerne mitessen möchten, können sich im Treffpunkt dafür anmelden. <b>Kosten: € 4 (Kaffee nicht inkludiert)</b>
Fr, 14.12.	13 Uhr	<b>Vorbereitungstreffen für die Weihnachts- und Jahresabschlussfeier</b> Wir planen unsere gemeinsame Weihnachts- und Abschlussfeier. Alle, die sich daran beteiligen möchten, sind herzlich willkommen.
Mo, 17.12.	13 Uhr	<b>Gestaltung eines Vision Boards mit Helene Sternstaub und Ulli</b> Jede/r gestaltet eine persönliche Collage aus Bildern, Affirmationen der eigenen Träume und Wünsche, die als Inspirations- und Motivationsquelle dient. <b>Um Anmeldung bis 14. Dezember wird gebeten. Unkostenbeitrag: € 6,-</b>
Mi, 19.12.	11 Uhr	<b>Entspannungsgruppe mit Sophie</b> Speziell in der stressigen Vorweihnachtszeit ist es wichtig für innere Ruhe zu sorgen und sich selbst damit etwas Gutes zu tun.
Mi, 19.12.	14 Uhr	<b>Filmnachmittag im Treffpunkt: „Single Bells, Weihnachten – der ganz normale Wahnsinn“</b> Dieser Film zeigt das alljährliche Drama von Weihnachten im Schoß der Familie als hinreißend boshafte Familienhasser-Komödie.
Do, 20.12.	13 Uhr	<b>Gedächtnistraining mit Leopoldine</b> Mit Übungen & Spielen wird die geistige Leistungsfähigkeit aktiviert, trainiert und verbessert.
Fr, 21.12.	14 Uhr bis 17 Uhr	<b>Weihnachtsfeier im Treffpunkt</b> Wir freuen uns, mit euch Weihnachten zu feiern. Um Anmeldung bis zum 19.12. wird gebeten.
Mo, 24.12.		<b>Heiliger Abend – Treffpunkt geschlossen</b>
Di, 25.12.		<b>Christtag – Treffpunkt geschlossen</b>
Mi, 26.12.		<b>Stefanitag – Treffpunkt geschlossen</b>
Do, 27.12.	13 Uhr	<b>Arbeitsbesprechung für Jänner 2019</b> Tätigkeiten für den Treffpunkt können als sinnvolle Tagesstruktur genutzt werden.
Fr, 28.12.	14 Uhr bis 17 Uhr	<b>Jahresabschlussfeier im Treffpunkt</b> Wir laden euch ein, das letzte Jahr Revue passieren zu lassen und das Neue Jahr zu begrüßen. Für das leibliche Wohl ist gesorgt. Um Anmeldung wird gebeten. <b>Unkostenbeitrag: € 4,-</b>
Mo, 31.12.		<b>Silvester – Treffpunkt geschlossen</b>