

## Wie kann ich mitmachen?

Bei den Aktivitäten und Angeboten von pro sport, KuK – Kunst und Kultur bzw. des Clubhaus pro people kann man jederzeit kostenlos teilnehmen. Wir laden dich herzlich zu einer der wöchentlichen **Informations- und Hausführungen für Interessierte** ein:

- **jeden Mittwoch im Clubhaus** von 13:00 bis 14:00 Uhr  
Scharitzerstraße 6 - 8, 3. Stock, 4020 Linz

und

- **jeden Dienstag im KuK – Kunst und Kultur** von 13:00 bis 14:00 Uhr  
Lonstorferplatz 1, 2. Stock, 4020 Linz

Komm' zu einem dieser Termine vorbei, um einen Überblick zu bekommen!  
Oder mach' sofort und gleich mit, dann komm' einfach vorbei oder ruf uns an.

---

## Wo kann ich mitmachen?

### Unsere Psychosozialen Treffpunkte



**Clubhaus pro people**  
Scharitzerstraße 6 - 8, 4020 Linz  
Telefon: 0732 / 66 82 20  
E-Mail: clubhaus.propeople@promenteooe.at  
www.clubhaus-propeople.at

#### Öffnungszeiten:

Montag bis Mittwoch	08:00 bis 14:30 Uhr
Dienstag	14:30 bis 18:00 Uhr Freizeitprogramm
Donnerstag	08:00 bis 16:00 Uhr
Freitag	08:00 bis 14:00 Uhr
Sonntag	10:00 bis 16:00 Uhr, vierzehntägig (siehe Kalender)

Das „Clubhaus“ in Linz bietet Menschen mit psychosozialen Themen die Möglichkeit, durch Mitbeteiligung am Clubhausalltag ihre Fähigkeiten und Talente einzubringen, unterschiedliche Aufgaben zu erledigen und sinnstiftende Beziehungen zu erfahren. Vom Kochen des Mittagessens bis hin zum Veröffentlichen eines Magazins reichen die vielfältigen Aufgaben, bei denen Beteiligung möglich ist.

**Der Programmkalender der Psychosozialen Treffpunkte ist am aktuellsten auf [www.clubhaus-propeople.at](http://www.clubhaus-propeople.at) > Monatsprogramm**



## KuK – Kunst und Kultur

Lonstorferplatz 1, 4020 Linz

Telefon: 0664/ 8494047

E-Mail: [kuk.office@promenteoee.at](mailto:kuk.office@promenteoee.at)

[www.kuk-linz.at](http://www.kuk-linz.at)

### Öffnungszeiten:

Montag	09:00 bis 18:00 Uhr
Dienstag	09:00 bis 17:00 Uhr
Mittwoch	09:00 bis 17:30 Uhr
Donnerstag	09:00 bis 17:00 Uhr, jeden 2. Donnerstag bis 18:30 Uhr
Freitag	09:00 bis 18:00 Uhr

**Kunst und Kultur** bietet Menschen mit psychosozialen Themen die Möglichkeit, sich kreativ und künstlerisch ausdrücken zu können, um dadurch Stabilität im Alltag zu erlangen. Kreative Angebote und die Möglichkeit, mit anderen Menschen in Kontakte zu kommen, verbessern die psychosoziale Gesundheit.



## pro sport

Scharitzerstraße 6 - 8, 4020 Linz

Telefon: 0732 / 66 82 20

E-Mail: [pro.sport@promenteoee.at](mailto:pro.sport@promenteoee.at)

### Öffnungszeiten:

Montag bis Mittwoch	08:00 bis 14:30 Uhr
Montag	16:45 bis 19:00 Uhr (Sommerprogramm im Parkbad)
Donnerstag	08:00 bis 16:00 Uhr
Freitag	08:00 bis 14:00 Uhr

**pro sport** hilft Menschen, ihre psychische und körperliche Gesundheit zu verbessern. Wandern, Gymnastik, Schwimmen, Fußball, Tischtennis, Kegeln u. a. Gemeinsam aktiv die Freizeit gestalten. Freude an Bewegung in kleineren oder größeren Gruppen. Begleitet werden unsere Angebote von psychosozialen Fachpersonal. Komm vorbei und mach mit!

Gefördert von



LAND  
OBERÖSTERREICH



# tagesablauf

## Wie läuft ein Tag im Clubhaus pro people ab?

09:00 bis 09:30 Uhr

Morgenbesprechung – hier wird besprochen wer sich wann und wo an diesem Tag beteiligt und aktuelle Infos werden ausgetauscht.

---

09:00 bis 11:30 Uhr

Zubereitung des Mittagessen oder Teilnahme am Barbetrieb oder gemeinsames Arbeiten in der Bürogruppe: alles was das Clubhaus am Laufen hält und kreative Umsetzungen.

---

11:45 bis 12:30 Uhr

Gemeinsames Mittagessen

---

12:00 bis 14:30 Uhr

weiterer Barbetrieb und Vorbereitungen in der Küche auf den nächsten Tag

---

12:30 bis 14:30 Uhr

Bürogruppe: hier werden Karten an Clubhausmitglieder versendet, zuvor selbst gestaltet und die Teilnahme am Clubhausalltag verwaltet.

---

Darüber hinaus bieten wir einige Freizeitgestaltungsmöglichkeiten, die du aus dem Programmkalender entnehmen kannst.

Innerhalb der Öffnungszeiten kannst du jeder Zeit kommen und gehen – ganz wie du das magst!

---

## Wie läuft ein Tag im KuK ab?

09:00 bis 16:00 Uhr

Atelier und alle Angebote lt. Programmkalender

---

Innerhalb der Öffnungszeiten kannst du jeder Zeit kommen und gehen, ganz wie du das magst!

# peerangebot

## Peers im Clubhaus

In den Einrichtungen der Psychosozialen Treffpunkte begleitet ein multiprofessionelles Team an hauptamtlichen MitarbeiterInnen (SozialpädagogInnen, SozialarbeiterInnen, Fachspezifische KünstlerInnen) und PraktikantInnen, Zivildienstler bzw. freiwillige MitarbeiterInnen.

Darüber hinaus unterstützen Peer- BegleiterInnen. Sie sind speziell ausgebildete MitarbeiterInnen, die selbst von einer psychischen Erkrankung betroffen sind oder waren und ihre persönliche Erfahrung nutzen, um damit anderen bei der Bewältigung ähnlicher Probleme zu helfen. Dies kann in Gruppensettings, Einzelgesprächen oder im Alltag unserer Einrichtungen sein.

**Im Clubhaus sind für dich derzeit 3 PeerbegleiterInnen da!**

---

Bei Interesse bitten wir dich um deine Kontaktaufnahme über die Teamleitung des Clubhauses:  
Sabine Funk: Telefon: 0664 / 88 54 72 76 (Montag bis Donnerstag 09:00 bis 15:00 Uhr)  
oder E-Mail: funks@promenteooe.at

# freiwillige mitarbeit

## Freiwillige Mitarbeit & Laienhilfe in unseren Einrichtungen

Für pro mente OÖ ist die Einbindung von freiwilligen MitarbeiterInnen und LaienhelferInnen ein wichtiger Beitrag zur Inklusion, Entstigmatisierung und zur Öffentlichkeitsarbeit in der Gesellschaft. Es werden im Bereich der psychosozialen Einrichtungen immer freiwillige MitarbeiterInnen und LaienhelferInnen gesucht.

**So kannst du als freiwillige/r MitarbeiterIn mithelfen:**

- bei organisatorischen und administrativen Tätigkeiten,
- Unterstützung beim Arbeitsalltag am Standort,
- Unterstützung der hauptamtlichen MitarbeiterInnen bei Gruppenaktivitäten am Standort und bei Freizeitaktivitäten außerhalb vom Standort (z. B. Ausflüge, ...),
- selbständige Durchführung von Gruppenangeboten, bei denen die freiwilligen MitarbeiterInnen ihre Kompetenzen und Ressourcen einbringen, als Ergänzung zum professionell begleiteten Angebot (z. B. Theater Workshop, Line-Dance-Gruppe, Fußball, Singen...).

Darüber hinaus kannst du als LaienhelferIn ein einfaches, freundliches und verlässliches Beziehungsangebot für einige Zeit und ohne Veränderungswünsche an einzelne KlientInnen anbieten.

---

**Kontakte:**

Freiwillige Mitarbeit – Sabine Funk: Telefon: 0664 / 88 54 72 76, E-Mail: funks@promenteooe.at  
Laienhilfe – Heidemarie Lehmann: 0664 / 88 87 62 52, E-Mail: lehmannh@promenteooe.at

**Resi – moderierte Selbsthilfegruppe:**

hier fördern wir unsere Fähigkeiten / Ressourcen und pflegen unsere Stärken  
Gemeinsamer Austausch von Menschen nach einer psychischen Krise oder mit psychosozialen  
Erfahrungen. Der Fokus liegt auf Ressourcen und Stärken.  
Donnerstag von 14:30 bis 15:30 Uhr in der Scharitzerstraße 6-8

---

**Lebensfreude entdecken mit Paula:**

Lebensfreude erfahren und entdecken mit allen Sinnen – mit Impulsen aus der Kräuterpädagogik  
Dienstag 10:30 bis 11:30 Uhr

---

**Gesprächsangebot von Peter in der Cafe´-Bar des Clubhauses:** Mittwoch 10:00 bis 11:30 Uhr

---

**Leben mit Schizophrenie mit Peercoach Christa:** Jeden 1. Montag im Monat 13:00 bis 15:00 Uhr

---

**Freizeitangebot:**

Dienstag 14:30 bis 18:00 Uhr, Anmeldung im Clubhaus  
06. Juni 2023: Radfahrausflug und Picknick am Pleschingersee  
13. Juni 2023: Swingolf in Urfahr  
20. Juni 2023: Vernissage Ausstellung Mary Kircher im Clubhaus  
27. Juni 2023: Cafehausbesuch und Vernissage von Hans Dieter Aigner im Empowerment Center

---

**Redaktionssitzung – hier wird die Clubhauszeitung gemacht:** Donnerstag 13:00 bis 14:30 Uhr

---

**Textiles Gestalten\_Handarbeiten:** Montag 13:00 bis 14:15 Uhr

---

**Computerarbeit mit Kurt, Anmeldung im Clubhaus:** Dienstag 10:30 bis 11:30 Uhr

---

**Englisch für Anfänger:** Montag 09:30 bis 10:15 Uhr

---

**Englisch für Fortgeschrittene:** Donnerstag 09:30 bis 10:15 Uhr (selbstorganisierte Gruppe)

---

Jeden 2. **SONNTAG BRUNCH** und gemeinsame Unterhaltung – siehe Kalender

---

**TEP (Transitional Employment Program) Treffen:** Dienstag, 13. Juni 13:45 bis 14:30 Uhr  
externe, zeitlich befristete Arbeitsplätze auf dem ersten Arbeitsmarkt im Rahmen  
geringfügiger Beschäftigung

---

**Arbeitsreflexion mit Siegrid Gfrerer** geplant für 28. Juni 2023 (noch nicht bestätigt)  
09:30 bis 11:30 Uhr

---

**Clubhausversammlung – rede mit – entscheide mit:** Dienstag von 12:30 bis 13:30 Uhr

---

# news / termine



## **Line Dance, im KuK:**

Line Dance ist eine choreografierte Tanzform, bei der einzelne TänzerInnen in Reihen vor- und nebeneinander tanzen (Reihentanz). Die Tänze sind passend zur Musik choreografiert.  
Dienstag 13:30 bis 14:50 Uhr

---

## **Konaschu – Gym im KuK – Nacken oder Schultern verspannt?**

Wer diese Regionen nicht durchbewegt, rostet leicht ein!  
Bei dieser speziellen Gymnastik ist alles was Du brauchst, ist ein Handtuch und Zeit in die Waagrechte zu gehen! Komm und probier's aus!  
Dienstag 10:00 bis 10:30 Uhr

---

## **Freundlich Fit – Gymnastik im Clubhaus:** Einfache Gymnastikübungen

Donnerstag 10:30 bis 11:45 Uhr

---

## **Vertrauensübungen:** Gymnastische Übungen, die Selbst- das gegenseitige Vertrauen fördern.

Donnerstag 14:00 bis 14:45 Uhr

---

## **Beckenbodenpower:** Aktivierende Übungen für Mann und Frau

Donnerstag 13:00 bis 13:45 Uhr

---

**NEU Yoga-Atem & Bewegung:** Keine Vorkenntnisse nötig. Falls du eine Yogamatte hast, bring diese gerne mit. Leihmatten stehen bei uns zur Verfügung. Kleidung in der du dich gerne bewegst, die deine Bewegungen nicht einschränkt, ist hilfreich.

Dienstag 16:00 bis 17:00 Uhr

---

## **Linzer-Wanderungen:** Jeden Donnerstag 09:15 bis 11:30 Uhr

Treffpunkt im Clubhaus; genauere Wegangaben laut Aushang im Clubhaus

01. Juni 2023: Pöstlingberg

08. Juni 2023: Weikerlsee

15. Juni 2023: Magdalena - Pferdeeisenbahn

22. Juni 2023: Wasserwald

29. Juni 2023: Auberg - Dießenleitenweg

---

## **Dart:** Montag 13:00 bis 14:00 Uhr

**Tischtennis:** Mittwoch 13:00 bis 14:00 Uhr und jeden Donnerstag 15:00 bis 15:50 Uhr

---

## **Sport und Spaß im Parkbad:** Schwimmen, Volleyball, Badminton, ...

Montag 17:00 bis 19:00 Uhr – Treffpunkt vor Ort beim Eingang – 16:45 Uhr

---

**Schwimmen im Parkbad:** Jeden zweiten Donnerstag 11:30 bis 14:30 Uhr laut Kalender

---

**NEU Gym-Kooperation mit FPH und Sporttage** siehe Seite 11

---

**Kegeln und Billiard im BBRZ:** Mittwoch 13:00 bis 15:00 Uhr, Treffpunkt 12:45 Uhr im Clubhaus.

---

## **TeilnehmerInnen Besprechung – rede mit – entscheide mit:**

Donnerstag 15. Juni von 12:15 bis 13:00 Uhr

# news / termine



## **Atelier, hier hat deine Kunst Platz!**

Montag 09:00 bis 18:00 Uhr, Dienstag 09:00 bis 16:30 Uhr,  
Mittwoch bis 17:30 Uhr, jeden 1. Donnerstag bis 17:00 Uhr,  
Jeden 2. Donnerstag bis 18:30 Uhr (Fachpersonal ist bis 16:00 Uhr  
anwesend), Freitag bis 18:00 Uhr

---

**Textiles Gestalten / Innenräume Gestalten:** Montag 10:30 bis 11:50 Uhr

---

**Zeichnen am Montag:** Montag 13:00 bis 14:00 Uhr

---

**Freies Malen – „Lass es raus“:** Die Entdeckung der freien Entfaltung beim Malen  
wann immer du willst während der Atelierzeiten, angeleitet jed. Mittwoch 11:00 bis 12:30 Uhr

---

**Soziale Kompetenz ein weites Übungsfeld –wie gehen wir miteinander um,  
wie bringen wir uns in die Gesellschaft ein?**

Montag 12:00 bis 13:00 Uhr

---

**Gesprächswerkstatt Wie kommunizieren wir?**

Dienstag 10:45 bis 12:30 Uhr

---

**Resilienzgruppe Wie stärken wir unsere Widerstandskraft?**

Mittwoch 14:00 bis 15:30 Uhr

---

**NEU Atem-Stimme-Sprechen:**

Dienstag 14:00 bis 15:30 Uhr

Gemeinsam die Bandbreite der persönlichen Stimme erforschen. Wie kann ich meine Stimme  
raumfüllend und dennoch schonend einsetzen? Welche Übungen gibt es, wenn ich meine Aus-  
sprache schärfen will?

---

**NEU Bühne auf: A bis Z – Jandl, Du oder Goethe:**

Dienstag 16:00 bis 17:00 Uhr

Raum für „Textarbeit“ und zur Entschleunigung. Mit Selbstgeschriebenem oder diversen Texten  
oder Kurzgeschichten. Diese lesen, sprachlich gestalten oder eben einfach nur dabei sein und  
lauschen. In diesem Rahmen können wir früher oder später auch szenische Lesungen erarbeiten  
und auf die Bühne bringen.

---

**Schauspiellabor:**

Montag 16:00 bis 18:00 Uhr und ab 12. April – Mittwoch 15:30 bis 17:30 Uhr

Hier wird schauspielerisch geforscht, geübt und improvisiert! Doch im Theater gibt es noch viel  
mehr zu entdecken als nur das Spiel auf der Bühne. Was hat es mit der Bühnentechnik auf sich?  
Wie reguliere ich ein Mischpult oder interessiere ich mich etwa für Lichtstimmungen? Wenn ja,  
wie kann ich mit Bühnenlicht etwas in Szene setzen?

---

**Filmabend auf der KuK-Bühne:**

Jeden 2. Donnerstag von 16:00 bis 18:30 Uhr – siehe Programmkalender

---

**Move on:** Mittwoch 11:30 bis 12:30 Uhr

eine abwechslungsreiche Mischung an Tanzstilen (Street dance, Jazz...) – beinhaltet Warm up,  
Erlernen von Choreografien zu grooviger, moderner Musik, Cool down.

**Sesseltanz:** Mittwoch 12:45 bis 13:45 Uhr  
Bewegungseinheit mit Musik am und um den Sessel

---

**Körperwahrnehmung:** Durch bewusste Übungen, Improvisationen ins Bewegen und Tanzen kommen, gemeinsame Bewegungsspiele, Ideen und Tänze entwickeln.  
Donnerstag 10:45 bis 12:15 Uhr

---

**Muskelstärkung:** Effektives ganzkörperliches Mattentraining mit Übungen aus Pilates (für eine starke Mitte), Donnerstag 13:30 bis 14:30 Uhr

---

**Entspannt ins Wochenende:** Traumreisen und Entspannungsübungen  
Freitag 11:00 bis 12:15 Uhr

---

**Tanz ins Wochenende:** Freitag 14:00 bis 14:40 Uhr

---

**Schreibwerkstatt (offene Gruppe) ∞ Schreibwerkstatt (Autobiografisches Schreiben):**  
Donnerstag 13:30 bis 15:30 Uhr  
Ideen festhalten, Erlebtes aufschreiben, Geschichten erfinden und Texte für die Zeitung oder die Bühne verfassen. Der Fantasie freien Lauf lassen ...

---

**Fotogruppe:** Alles ums fotografische bis hin zum bewegten Bild  
Montag 14:00 bis 16:00 Uhr

---

**KuK-Gartensprechstunde, sei dabei & let it grow:**  
Jeden 2. Mittwoch und jeden Donnerstag 10:30 bis 11:30 Uhr (siehe Kalender)  
Je größer die Gruppe desto mehr kann gedeihen! Hier wird besprochen was im Garten wächst. Wir starten gemeinsam die Gartensaison! Interessiert? Dann komm dazu ... ein ständig wachsendes Projekt.

---

**Leichtes Blockflötenspiel (Gruppenangebot für max. 5 Personen):**  
Dienstag 14:00 bis 15:00 Uhr im Musikzimmer

---

**Understanding Music:** Aussagekräftige englische Liedtexte werden auf Deutsch übersetzt und deren Inhalt sprachlich, inhaltlich und emotional interpretiert – spielerisches Englisch lernen.  
Donnerstag 14:30 bis 15:30 Uhr

---

**Percussion:** Donnerstags abwechselnd 12:30 bis 13:30 und 16:00 bis 17:00 Uhr (siehe Kalender) Percussion, ausgehend vom Händeklatschen, gehört zu den ältesten Formen des Musizierens. Wir bringen die Instrumente mit Hilfe unserer Hände rhythmisch zum Klingen.

---

**Lieder mit Gitarre:** Mittwoch 12:00 bis 13:30 Uhr im Musikzimmer

---

**Jodelbar:** Hier wird im Erlernen und Trainieren des Jodelns nicht nur die Stimme gestärkt  
Mittwoch 13:30 bis 15:00 Uhr

---

**Chor:** In geselligem Beisammensein werden hier Lieder erlernt  
Freitag 16:00 bis 18:00 Uhr

---

**TeilnehmerInnen Besprechung – rede mit – entscheide mit:**  
Dienstag 13. Juni, 12:30 bis 13:30 Uhr

---



# programm auf der KuK- bühne

**Autorenlesung:** Krimi von Josef Ebner, Schneebergers irrer Plan

Freitag 02. Juni, 19:00 bis 21:00 Uhr

---

**Liederabend:** KuK Chor, Was im Leben wirklich zählt

Samstag 3. Juni , 19:00 bis 21:00 Uhr

---

# ausstellungen und veranstaltungen

**NEU** Ausstellung im Clubhaus pro people - Bilder von Maria Kircher

Vernissage am 20. Juni 2023 um 15:30 Uhr - 18:00 Uhr

---

**Ausstellung VIELFALT #5 – laufend**

in den Gängen des NMC – Neuromed Campus Linz

Rund um den Bereiche Mensch, Stadt, Natur und Abstraktion umspielt die Ausstellung die Themenvielfalt der im Malatelier und der Fotogruppe von Kunst und Kultur entstandenen Werke.

---

**Ausstellung VIELFALT #4 – laufend**

im Gang des Lonstorferplatz 1, Bilder aus dem Atelier von Kunst und Kultur, einem Psychosozialen Treffpunkt von pro mente OÖ

---

# workshops und externe angebote

## NEU

### Gym - Kooperation mit Freizeitsport der Pädagogischen Hochschule

ab 01.Juni (Achtung kein Angebot in den Ferienzeiten)

bei Nutzung des FPH-Gymnastikangebots bekommen pro sport, Clubhaus

pro people und KuK- TeilnehmerInnen die Einheit statt um 7,-€ um 5,- €

(vorzuweisende Ausweise bekommst du im Clubhaus und im KuK) - ausgenommen sind die Angebote Yoga, Rückenschulung, Kickboxen, Volleyball, Basestball und Kraftkammer



Gym - Angebote sind: Step-Intervall, Rücken Fit, Bauch-Bein-Po, Functional Fitness, Strong Nation, Pilates, Workout, Cardio, Pilates Flow, Body Work, Body Art, Body Styling, Kick Punch, Body Pump

Näheres zum Programm und den Angeboten bzw. Stundenplänen unter:  
die Sportkurse sind für alle offen - es gibt keine Bindung.

<https://www.fph.at>



Wohin? --> FPH Linz, Kaplanhofstraße 40, 4020 Linz

Bei der kleinen Schiebetüren (links vom Haupteingang) die Treppen hoch (Nähe der Turnhallen).

Dort bitte bei der Dame am Tisch anmelden. Parkplätze vorm Haus können genutzt werden.

Die Tiefgarage ums Eck (zwischen Pädak & Polizei) kann Mo-Fr ab 16.30 Uhr mit der Parkkarte (10/15€ für ein/zwei Semester) mitbenutzt werden.



## NEU

### Probenbesuch im Musiktheater

School of Rock mit voriger Musiktheaterführung

Bitte um Anmeldung am Aushang im KuK

Treffpunkt Mittwoch 28. Juni um 17:00 Uhr beim Musiktheater Haupteingang

Am Volksgarten 1, 4020 Linz

# workshops und externe angebote



**NEU KuK - Bühnentechnik Workshop:** Wir haben eine Bühne und brauchen Interessierte, die unsere Bühnentechnik bedienen wollen und dann auch können. Dazu gibt es nun einen Workshop, für Licht und Ton. Du bist interessiert? Dann bitte melde dich im KuK an ... Montag 12. Juni 10:00 bis 16:00 Uhr

**NEU YOGA - Atem & Bewegung im KuK:** Es gibt bereits eine Reihe von Studien die nachweisen, dass Yoga und Meditation gut für die körperliche und seelische Gesundheit sind. Weltweit wird in Mittagspausen meditiert, nach der Arbeit und generell ist Yoga eine guter Ausgleich zu den Anforderungen des Alltags.

Bereits 25 Minuten Hatha-Yoga oder Achtsamkeitsmeditation täglich wirken sich positiv auf unsere Handlungsfunktionen und unsere geistigen Fähigkeiten aus.

Darüber hinaus wurde auch herausgefunden, dass Hatha-Yoga und Achtsamkeitsmeditation sich positiv auf den Energiehaushalt auswirken.

Keine Vorkenntnisse nötig. Falls du eine Yogamatte hast, bring diese gerne mit. Leihmatten stehen bei uns zur Verfügung. Kleidung in der du dich gerne bewegst, die deine Bewegungen nicht einschränkt, ist hilfreich.

Jeden Dienstag 16:00 bis 17:00 Uhr



## **KuK – KERAMIK mit Helene Huemer**

### **\*play with clay\***

Nach den Workshopterminen im Februar gibt es die Möglichkeit der Teilnahme am gemeinsamen Arbeiten an Mittwochen von 17:00 bis 20:00 Uhr

\*play with clay\* für Erwachsene

**Kosten:** EUR 15,- (KuK-Preis) / EUR 30,- (Normalpreis) pro Termin (á 3 Stunden) pro KuK-TeilnehmerIn – je Termin sollten 6 Personen zusammenkommen.

20 Teilnahmen (Plätze) werden vom KuK zu diesem Preis vergeben!  
Anmeldung direkt im Atelier.

# sporttage bad ischl

**NEU Sporttage 2023:** pro sport, Clubhaus und KuK - TeilnehmerInnen können sich heuer auf drei gemeinsame Sporttage freuen: vom 13. bis 15. September 2023 im Jugendgästehaus Bad Ischl  
Kosten: Aufenthalt mit Frühstück inkl. Fahrtkosten á €105,-  
Unterbringung: in 2 Bett und 4 Bettzimmer  
Mit einer Anzahlung von 60,-- € bist du fix angemeldet

Letzte Chance zur Anmeldung ab sofort bis 13. Juni möglich!  
ACHTUNG begrenzte TeilnehmerInnenzahl

nächster Infotag: Donnerstag 15.06., 12:15 Uhr Scharitzerstraße 6-8  
Infos zum Jugendgästehaus Bad Ischl:

- alle Zimmer mit Dusche/WC,
- das Frühstück wird als Frühstücksbuffet angeboten
- mehrgängiges Mittag- und Abendessen, auch für Vegetarier - optional
- Aktivraum mit Kletterwand, Hangelpfad, Tischtennis, Tischfußball

Infos zu Bad Ischl (Angebote nicht im Preis inkludiert):

- Freibad gegenüber des Jgh, Salzkammergut-Therme
- Café Zauner
- Kaiservilla, Museum Bad Ischl, Léharvilla
- mit Seilbahn auf die Kathrin

Angedachte Angebote und Ausflüge:

- Altaussee Runde
- Blinklingmoos, Wolfgangsee
- Offenseerunde mit Einkehr
- Salzbergwerk Hallstatt
- Kathrin, Predigtstuhl, Rettenbachalm
- Wanderungen in unterschiedlicher Länge und Intensität
- Ball- und Brettspiele wie Volleyball, Tischtennis, Tischfußball, Schach, Backgammon
- Schwimmen und Baden

