

# Programm des Kommunikationszentrums OASE



## N O V E M B E R 2020

Öffnungszeiten: MO-FR 14:00-18:00 Uhr  
Gemütliches Beisammensein: SONNTAG 14:00-18:00 Uhr

### Regelmäßige Angebote:

Montag

**Kreatives Gestalten:**

**2.11. Perlenschmuck herstellen, 09. und 23.11. Nähen mit Carmen, 14:30 Uhr**

**30.11. Postkarten gestalten**

**Englisch Advanced 16:45 Uhr**

Jeden Dienstag

**Nordic Walking mit Andrea 14:15 Uhr**

**English Intermediate 15:30 Uhr**

**English Advanced 16:30 Uhr**

Jeden Mittwoch

**Tanz wie der Wind – ein Tanzprojekt in der Tanzschule Tanzstern 14:00 Uhr**

Falls es hier zu Änderungen kommt, geben wir euch Bescheid

### Angebote an bestimmten Tagen:

Mittwoch 04.11. Landart Spaziergang zum Mönchsberg 14:30 Uhr

Donnerstag 05.11. Fließende Yogaübungen an der frischen Luft 15:00 Uhr

Mittwoch 11.11. Kochgruppe – Borschtsch – russischer Eintopf 14:30:Uhr

Donnerstag 12.11. Spaziergang nach Maria Plain 14:00 Uhr

Treffpunkt: Oase

Freitag 13.11. Herbstliches Basteln 14:30 Uhr

Montag 16.11. Schreibwerkstatt 14:30 Uhr

Mittwoch 18.11. Bratäpfel und Punsch zubereiten 14:30 Uhr

Donnerstag 19.11. Gruppe für Menschen mit Psychoseerfahrung 15:00 Uhr

Thema: wie kann ich mehr Achtsamkeit in mein Leben integrieren

Freitag 20.10. Fließende Yogaübungen an der frischen Luft 15:00 Uhr

Mittwoch 25.11. Adventkranzbinden 1 14:30 Uhr

Tannengrün ist vorhanden, Deko und Kerzen mitbringen, bitte anmelden!

Donnerstag 26.11. Tee zum Thema 15:00 Uhr

Freitag 27.11. Adventkranzbinden 2 14:30 Uhr

Bitte anmelden!

Freitag 27.11. Lustige Geschichten gelesen von Martin 15:00 Uhr

An allen Gruppen können die Besucher\*innen des Kommunikationszentrums OASE kostenlos teilnehmen, außer es wird im Programm erwähnt!

In den Innenräumen können maximal 5 Personen an einer Gruppe teilnehmen, ihr könnt euch auch anmelden  
Die derzeitigen Hygiene – und Abstandsregeln sind zu beachten.

Kommunikationszentrum OASE

Johann-Wolf-Straße7, 5020 Salzburg, TEL. 0662-880490, E-Mail: oase-kom@aon.at