

Zäwas Programm

Mai Programm



Zeitraum: 1.05.2024 – 31.05.2024

Zäwas

Kirchgasse 8,

6700 Bludenz,

T 05522/2002140 oder zaewas@caritas.at

Programmübersicht

01.Mai 2024	Mittwoch	Staatsfeiertag Zäwas geschlossen
03.Mai 2024	Freitag	Ich und mein Körper – Teil 1
06.Mai 2024	Montag	Selbstverteidigungskurs
07.Mai 2024	Dienstag	Muttertags Karten basteln
09.Mai 2024	Donnerstag	Christi Himmelfahrt Zäwas geschlossen
10.Mai 2024	Freitag	Bouldern
13.Mai 2024	Montag	Tasse bemalen
15.Mai 2024	Mittwoch	Spielenachmittag – Quiz
17.Mai 2024	Freitag	Ausflug zum Wirkraum Dornbirn
20.Mai 2024	Montag	Pfingstmontag Zäwas geschlossen
23.Mai 2024	Donnerstag	Tischfußballturnier
24.Mai 2024	Freitag	Kräuterwanderung
29.Mai 2024	Mittwoch	Suppenbar Sommerpause
30.Mai 2024	Donnerstag	Fronleichnam Zäwas geschlossen
31.Mai 2024	Freitag	Wir gehen spazieren

Freitag, 03. Mai 2024

Kurs - Ich und mein Körper - Teil 1

Die Sexualpädagogin Nadine Maier
kommt ins Zäwas und macht einen Kurs.



Um was geht es in dem Kurs?

Wir sprechen über Liebe, Sexualität und Freundschaft.

Wir sprechen über das Erwachsenen sein.

Wir reden über den Körper.

Beim Kurs kannst du Fragen stellen und neues lernen.

Der Kurs hat zwei Teile.

Wenn man sich anmeldet, ist man für beide Tage angemeldet.

Wichtige Informationen



Termin

Teil 1 Freitag, 03. Mai 2024

Teil 2 Freitag, 14. Juni 2024



Ort/Treffpunkt

Zäwas



Uhrzeit

14.00 – 17.00 Uhr



Kosten

gratis

Montag, 06. Mai 2024

Selbstverteidigungskurs



Es geht in die dritte Runde.

Selbstverteidigung ist wichtig, um sich in Gefahrensituationen schützen zu können.

Ein Selbstverteidigungskurs lehrt nützlichen Techniken, um sich effektiv zu verteidigen und das eigene Wohlbefinden zu fördern.



Wichtige Informationen



Termin

Montag, 6. Mai 2024



Ort/Treffpunkt

Zäwas



Uhrzeit

14.00 Uhr – 16.30 Uhr (mit Pause)



Kosten

gratis (Finanzierung Licht ins Dunkel)

Dienstag, 07. Mai 2024

Muttertags Karten basteln

Am Sonntag, 12. Mai 2024 ist Muttertag.

Du möchtest eine Karte basteln?

Du kannst im Zäwas eine Muttertags Karte basteln.

Wir zeigen dir wie es geht.

Emilie zeigt dir tolle Techniken um sehr professionelle Karten zu basteln.



Wichtige Informationen



Termin

Dienstag, 7. Mai 2024



Ort/Treffpunkt

Zäwas



Uhrzeit

15.00 Uhr – 17.00 Uhr



Kosten

3 Euro

Freitag, 10. Mai 2024

Bouldern (Klettern) in der Klimmerei



Bouldern ist Klettern ohne Seil in Absprunghöhe.

Absprunghöhe bedeutet, dass man nicht weit nach oben klettern kann.

Matten am Boden schützen dich vor Verletzungen.

Heute vertiefen wir das, was wir letztes Mal im
Grundlagen Kurs gelernt haben.

Du kannst auch mit, wenn du noch keine Erfahrungen mit Bouldern hast.



Wichtige Informationen



Termin

Freitag, 10. Mai 2024



Ort/Treffpunkt

Zäwas



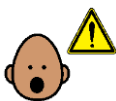
Uhrzeit

13.00 Uhr – ca. 18.00 Uhr



Kosten

gratis (Finanzierung Licht ins Dunkel)



Bitte bring mit:

Trinkflasche
T-Shirt
eine lockere Hose (Jogginghose)
Handtuch

Montag, 13. Mai 2024

Tasse bemalen



Mit Porzellanfarben kannst du eine Tasse bemalen.

Anschließend muss die Tasse ein paar Stunden trocknen.

Wenn es trocken ist, brennen wir es im Backrohr.

Deine fertige Tasse kannst du am nächsten Tag im Zäwas abholen kommen.

Wir besorgen dir eine Tasse!



Wichtige Informationen



Termin

Montag, 13. Mai 2024



Ort/Treffpunkt

Zäwas



Uhrzeit

14.30 Uhr – 16.30 Uhr



Kosten

5 Euro

Mittwoch, 15. Mai 2024

Spielenachmittag

Vorarlberg Quiz



Heute spielen wir ein Vorarlberg Quiz.

Ein Quiz ist ein Frage- und Antwort-Spiel.

Die Fragen werden in der Gruppe oder auch allein beantwortet.

Das Lern-, Rätsel- oder Denkspiel ist sehr spaßig und unterhaltsam.

Das Spiel ist bei Alt und Jung sehr beliebt



Wichtige Informationen



Termin

Mittwoch, 15. Mai 2024



Ort/Treffpunkt

Zäwas



Uhrzeit

15.00 Uhr – 16.30 Uhr



Kosten

gratis

Freitag, 17. Mai 2024

Ausflug zum „Wirkraum“ nach Dornbirn

WirkRaum miteinander

Heute fahren wir mit dem Zug nach Dornbirn.

Vom Bahnhof laufen wir zum „Wirkraum“.

Es ist ganz in der Näh vom Bahnhof.

Dort werden wir einen gemütlichen Nachmittag verbringen.

Es werden Spiele gespielt wie zum Beispiel:

Bowling, Riesendart, Bingo, Mensch Ärger dich nicht, Uno
und noch vieles mehr.



Wichtige Informationen



Termin

Freitag, 17. Mai 2024



Ort/Treffpunkt

Zäwas



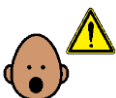
Uhrzeit

13.00 Uhr – 18.00 Uhr



Kosten

keine



Bitte bring mit:

Zug Ticket
Trinkflasche mit Wasser

Donnerstag, 23. Mai 2024

Tischfußball Turnier



Hast du Freude beim Tischfußball spielen?

An diesem Nachmittag spielen wir

gemeinsam in verschiedenen Teams Tischfußball.

Das wird sicher spannend und lustig.

Wir machen ein kleines Turnier.



Wichtige Informationen



Termin

Donnerstag, 23. Mai 2024



Ort/Treffpunkt

Zäwas



Uhrzeit

15.00 Uhr – 17.00 Uhr



Kosten

gratis

Freitag, 24. Mai 2024

Kräuterwanderung auf der „Tschengla“



Heute geht es auf den Bürserberg.

Genauer gesagt geht es auf die „Tschengla“.

Dort treffen wir Nadine Nesler. Sie ist Kräuterpädagogin.

Sie kennt sich sehr gut mit Kräutern und ihrer Wirkung aus.

Gemeinsam gehen wir auf eine Kräuterwanderung.

Sie zeigt uns einige tolle Sachen, die bei uns wachsen. Wir sammeln auch Kräuter.



Wichtige Informationen



Termin

Freitag, 24. Mai 2024



Ort/Treffpunkt

Zäwas



Uhrzeit

13.00 Uhr – 18.00 Uhr



Kosten

gratis (Finanzierung Licht ins Dunkel)



Bitte bring mit:

gute Schuhe
Rucksack mit
Trinkflasche, Wasser
Eventuell eine kleine Jause

Mittwoch, 29. Mai 2024

Suppenbar geht in die Sommerpause 😊



Du kannst bei uns leckere Suppen essen.

Unsere Suppen sind vegetarisch und zum Teil auch vegan.

Es gibt bei uns bis zum Mittwoch, 29. Mai 2024 Suppe.

Danach machen wir eine Suppenpause.

Das Suppengeschäft startet wieder am 9. September 2024.

Heute gibt es:

- Cremesuppe vom Weizen und Gemüse oder
- Pizzasuppe



Wichtige Informationen



Termin

Mittwoch, 29. Mai 2024



Ort/Treffpunkt

Zäwas



Uhrzeit

11.45 Uhr – 13.30 Uhr



Kosten

große Suppe 7,30 Euro

Freitag, 31. Mai 2024

Wir gehen spazieren „Bovel Rund“ in Bludesch



Gemeinsam fahren wir mit dem Bus nach Thüringen.

Von dort gehen wir auf einem Schotterweg durch den Wald.

Am Ende der Runde genießen wir einen fantastischen Ausblick.

Nach der Wanderung haben wir noch die Möglichkeit in einem Gasthaus etwas zu trinken und uns Miteinander gemütlich auszutauschen. Gemeinsam fahren wir wieder zurück nach Bludenz.



Wichtige Informationen



Termin

Freitag, 31. Mai 2024



Ort/Treffpunkt

Zäwas



Uhrzeit

13.00 Uhr – 18.00 Uhr



Kosten

Bus Ticket



Bitte bring mit:

gute Schuhe
Rucksack mit
Trinkflasche, Wasser
Eventuell eine kleine Jause



Information Freitag Aktivtag:

Am Freitag ist unser sogenannter Aktivtag!
An diesem Tag sind wir im Freien unterwegs.
Das Café hat an diesem Tag geschlossen.
Wir freuen uns mit euch aktiv zu sein
und vieles im Freien gemeinsam zu erleben.



Information Suppe:

Du kannst bei uns leckere Suppen essen.
Unsere Suppenküche ist von
Montag bis Donnerstag offen.
Du kannst von 11:45 Uhr bis 13:30
bei uns zum Mittagessen kommen.



An wen wende ich mich bei Fragen?

Wo kann ich mich anmelden?

Gerne kannst du uns Anrufen oder du schreibst uns eine Mail

Zäwas



✉ Kirchgasse 8

6700 Bludenz

☎ 05522 200 2140

☎ **Jacqueline** 0676 88420 2142

☎ **Sabrina** 0676 88420 2622

☎ **Emilie** 0676 88420 2141

☎ **Johannes** 0676 88420 2053

☎ **Sabino** 0676 88420 2140

💻 zaewas@caritas.at

www.zaewas.at

Wer arbeitet wann im Zäwas?

Montag – Sabrina, Luca

Dienstag – Emilie, Jacqueline

Mittwoch – Sabino, Jacqueline

Donnerstag – Johannes, Jacqueline

Freitag – Sabino oder Emilie

Öffnungszeiten vom Zäwas:

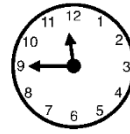
Montag bis Donnerstag

Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So
✓	✓	✓	✓		X	X

11:45

bis

18:00



Freitag ist Aktivtag.

Das Café hat geschlossen!

Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So
				✓	X	X

13:00

bis

18:00

