

Ein **frisches Mittagsmenü** in netter Runde – da macht das Essen doch gleich mehr Freude. Und im Anschluss ist immer Zeit zum **Plaudern, Spielen, Singen, Fotos anschauen** oder was immer Ihnen einfällt und Vergnügen macht.

Bitte unbedingt zwei Tage vorher beim jeweiligen Wirt anmelden!



**Jänner 2024**

Eure MahlZeit-Wirte wünschen  
**Prosit Neujahr!**

**Smart-Cafés:**  
15.01., 10-12 Uhr, Café Einsiedl in Ottenschlag,  
26.01., 17-18 Uhr Bibliothek 3611 St. Johann,  
29.01., 10:30-12 Uhr, Aula HAK Zwettl

KW 1					
Mi, 03.01.	Teichstüberl Sallingberg, Fam. Muresan, Gemeinde Sallingberg	0676/4752162	Tagessuppe, Cordon bleu mit Pommes und Salat	9,50	Wir <b>plaudern</b> gemütlich.
Mi, 03.01.	Gasthof Bauer, Grafenschlag Gemeinde Grafenschlag	02875/8266	Tagessuppe, Zwiebelgedünstetes vom Schwein mit Nudeln oder Nussnudeln mit Zwetschkenröster	8,50	Gemeinsames Plaudern und <b>Kartenspielen</b> .
KW 2					
Mo, 08.01.	Gasthaus Huber, Rappoltschlag Gemeinde Waldhausen	02877/8275	Tagessuppe, Jägerschnitzel mit Erdäpfelkroketten und Salat	8,50	Der Huberwirt sorgt mit seiner Harmonika für <b>beste Unterhaltung!</b>
Mo, 08.01.	Kirchenwirt Adam, Kirchschatz Gemeinde Kirchschatz	02872/6495	Tagessuppe, Naturschnitzel mit Reis und Salat	10,00	Gemütliches <b>Beisammensein</b> und Plaudern!
Di, 09.01.	Gasthof zur Kirche, Fam. Schrammel, Kottes, Gemeinde Kottes-Purk	02873/7254	Tagessuppe, faschierte Laibchen mit Erdäpfelpüree	8,50	<b>Gemütlicher Tratsch</b> über alles, was das neue Jahr bringen wird.
KW 3					
Mo, 15.01.	Gasthaus Strasser (ehem. Bock), Kleinpertholz, Gemeinde Martinsberg	0664/73609616	Tagessuppe, Letschoschnitzel mit Beilage und Salat	9,80	" <b>Lustiges zur Faschingszeit</b> " - präsentiert von OSR Josef Rehberger.26.
Di, 16.01.	Gasthof zum Wachtstein, Fam. Krhoun Gemeinde Bad Traunstein	02878/6700	Tagessuppe, Paprikahenderl mit Kartoffelknödel und Salat	8,90	Unsere <b>Bibliothek</b> besucht uns - und bringt uns etwas mit!
Di, 16.01.	Gasthaus Angerer, Stixendorf Gemeinde Weinzierl am Walde	02717/8291	Nächster Termin im Februar 2024!!		
Mi, 17.01.	Gasthof Bauer, Grafenschlag Gemeinde Grafenschlag	02875/8266	Tagessuppe, gekochtes Rindfleisch mit Semmelkren und Erdäpfeln oder Milchrahmstrudel	8,50	<b>Gemütliches</b> Beisammensein!
Mi, 17.01.	Gasthaus Enne, Els, Gemeinde Albrechtsberg	02876/240	Tagessuppe, faschierter Braten mit Erdäpfelpüree und Salat	9,50	Willi Mladek spielt für uns auf seiner <b>Ziehharmonika!</b>
Do, 18.01.	Gasthof Renner, Ottenschlag - <b>12.00 Uhr</b> Gemeinde Ottenschlag	02872/7235	Tagessuppe, gekochtes Rindfleisch mit Semmelkren und Petersilkartoffeln	9,00	<b>Lustige Lieder und Witze</b> mit Maria Spießmayer und Hermi Nachförg!
Fr, 19.01.	Gasthaus Ballwein, Ulrichschlag, Gemeinde Gutenbrunn	02874/7486	Tagessuppe, Schweinsbraten mit Erdäpfelknödel und Krautsalat	10,00	Unterhaltung und <b>Tanz</b> mit Anita Fichtinger!
KW 4					
Di, 23.01.	Gasthof zur Kirche, Fam. Schrammel, Kottes, Gemeinde Kottes-Purk	02873/7254	Tagessuppe, Käsesaumaisn mit Sauerkraut und Petersilerdäpfeln	8,50	OSR Josef Rehberger zeigt uns einen <b>lustigen Film</b> aus seiner Sammlung.
Vorschau auf Februar					
Mi, 07.02.	Gasthof Bauer, Grafenschlag Gemeinde Grafenschlag	02875/8266	Wir sind auf Urlaub!		
Di, 13.02.	Gasthaus Angerer, Stixendorf Gemeinde Weinzierl am Walde	02717/8291	Tagessuppe, Schnitzel mit Erdäpfelsalat	9,50	<b>Faschingdienstag!</b> Wir machen uns eine Gaudi.
Mi, 21.02.	Gasthof Bauer, Grafenschlag Gemeinde Grafenschlag	02875/8266	Tagessuppe, gefüllte Schweinsroulade mit Erdäpfelpüree oder Topfenpalatschinken mit Früchten	8,50	Nachmittagsunterhaltung wird noch bekannt gegeben.

## Gönn' dir was!

- ✓ Genießen Sie ein frisch gekochtes Menü und treffen Sie alte Freunde wieder.
- ✓ Verbringen Sie im Anschluss noch Zeit bei gemeinsamen Aktivitäten.
- ✓ Besuchen Sie MahlZeit-Mittagstische in anderen Gemeinden, sooft Sie Lust haben.
- ✓ Erleben Sie schöne Stunden und lernen Sie etwas Neues dazu – zum Beispiel bei einem Smart-Café.
- ✓ Wer aktiv ist und unter Leute geht, bleibt länger fit und gesund!



Bei manchen MahlZeit-Treffen finden Smart-Cafés statt. Wer Fragen zu seinem Smartphone hat, ist dabei jederzeit herzlich willkommen!



## MahlZeit-Wirte

Bei unseren hervorragenden Wirtinnen und Wirten bekommen Sie köstliche Menüs aus frischen, regionalen Zutaten zu einem fairen Preis. Bei persönlichen Vorlieben oder Unverträglichkeiten können Sie natürlich auch à la carte essen. Wenn nicht anders vermerkt, beginnt das Essen um 12 Uhr.

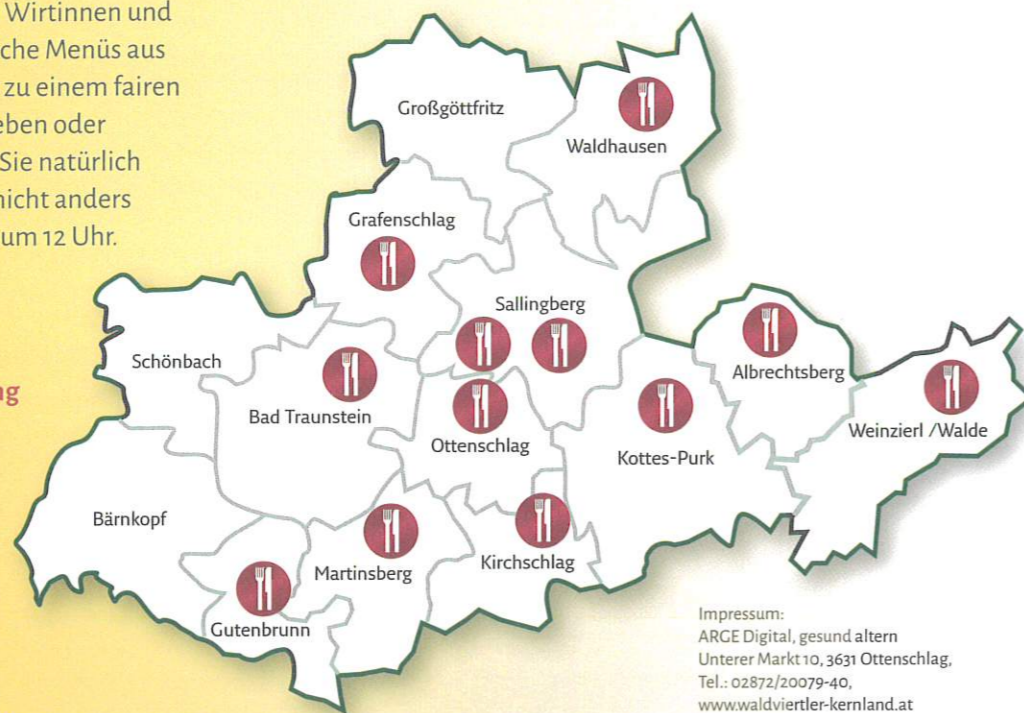
### Professionelle Unterstützung

#### VOLKSHILFE

Service Mensch GmbH  
Tel.: 0676/870028-411  
oder 0676/8676

#### HILFSWERK OTTENSCHLAG

Tel.: 02872/6160  
Die Kosten richten sich nach den Richtlinien des Landes NÖ und dem jeweiligen Einkommen.



Impressum:  
ARGE Digital, gesund altern  
Unterer Markt 10, 3631 Ottenschlag,  
Tel.: 02872/20079-40,  
www.waldviertler-kernland.at  
Fotos: Claus Schindler, fotozweitt.at,  
Grafik: www.waltergrafik.at,  
Druck: Janetschek GmbH

# MahlZeit!

GEMEINSAM ESSEN, REDEN, LACHEN

Heit' bleibt  
unsa Kuchl kält,  
heit' lass' ma uns was  
**koch'n**. Geh' ma hin  
zan **MahlZeit-Wirt**  
ess'n, red'n, läch'n.



Zu den geselligen **MahlZeit-Mittagstischen** ist jeder und jede herzlich willkommen. Sie können auch nur an den Nachmittags-Aktivitäten teilnehmen. Jeden Monat gibt es ein neues Programm!

## Auf gesunde Nachbarschaft!

Bundesministerium  
Soziales, Gesundheit, Pflege  
und Konsumentenschutz

Gesundheit Österreich  
GmbH

Fonds Gesundes  
Österreich

