

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!



Februar 2024

Außerdem: **Smart-Café** am
05.02., 10-12 Uhr, Café Einsiedl in Ottenschlag
23.02., 17-18 Uhr, Bibliothek St. Johann, 3611

KW 6					
Mo, 05.02.	Kirchwirt Adam, Kirchsschlag Gemeinde Kirchsschlag	02872/6495	Tagessuppe, Dorschfilet mit Petersilerdäpfeln und Salat	10,00	Das Gesangsduo Hermi Nachförg und Maria Spiesmayer wird uns musikalisch unterhalten.
Di, 06.02.	Teichstüberl Sallingberg, Fam. Muresan, Gemeinde Sallingberg	0676/4752162	Tagessuppe, faschierter Braten mit Erdäpfelpüree, Röstzwiebeln und Salat	9,50	Gemütliches Beisammensein und Plaudern.
Mi, 07.02.	Gasthof Bauer, Grafenschlag Gemeinde Grafenschlag	02875/8266	entfällt wegen Semesterferien		
KW 7					
Mo, 12.02.	Gasthaus Strasser (ehem. Bock), Kleinpertholz, Gemeinde Martinsberg	0664/73609616	Im Februar entfällt Mahlzeit, wir sehen uns wieder im März!		
Di, 13.02.	Gasthaus Angerer, Stixendorf Gemeinde Weinzierl am Walde	02717/8291	Tagessuppe, Schnitzel mit Erdäpfelsalat	9,50	Wir plaudern und machen uns eine Gaudi .
Di, 13.02.	Gasthof zur Kirche, Fam. Schrammel, Kottes, Gemeinde Kottes-Purk	02873/7254	Schnitz'lessen am Faschingsdienstag - Wiener, Sur-, Hendl'schnitz'l, mit Beilage nach Wahl (Salat, Pommes, Reis, Edäpfel)	8,50	Faschingdienstag!
KW 8					
Di, 20.02.	Gasthof zum Wachtstein, Fam. Krhoun Gemeinde Bad Traunstein	02878/6700	Tagessuppe, faschierter Braten mit Erdäpfelpüree und Salat	8,90	Gemütlicher Nachmittag mit Hermi Nachförg und Maria Spiesmayer.
Mi, 21.02.	Gasthof Bauer, Grafenschlag Gemeinde Grafenschlag	02875/8266	Tagessuppe, gefüllte Schweinsroulade mit Erdäpfelpüree oder Topfenpalatschinken mit Früchten	8,50	OSR Josef Rehberger zeigt uns einen Film über das Waldviertel.
Mi, 21.02.	Gasthaus Enne, Els, Gemeinde Albrechtsberg	02876/240	Tagessuppe, Rindfleisch mit Semmelkren und Rösterdäpfeln	9,50	" Ernährung im Alter - wie verändern sich unsere Organe und der Nährstoffbedarf?" mit DGKP Sandra Schubert-Veits.
Do, 22.02.	Gasthof Renner, Ottenschlag - 12.00 Uhr Gemeinde Ottenschlag	02872/7235	Tagessuppe, gefülltes Kotelett mit Bratkartoffeln und Gemüse	9,00	Vortrag von Abteilungsinspektor Andreas Weninger : "Wie schütze ich mich vor Internetbetrüggern, Trick- und Telefonbetrüggereien?"
	Gasthaus Ballwein, Ulrichschlag, Gemeinde Gutenbrunn	02874/7486	Im Februar entfällt Mahlzeit, wir sehen uns wieder im März!		
KW 9					
Mo, 26.02.	Gasthaus Huber, Rappoltschlag Gemeinde Waldhausen	02877/8275	Tagessuppe, Bauernschmaus	8,50	Kommandant Hobiger hält einen Vortrag: "Wie schütze ich mich vor Internet- und Telefonbetrüggern?"
Di, 27.02.	Gasthof zur Kirche, Fam. Schrammel, Kottes, Gemeinde Kottes-Purk	02873/7254	Tagessuppe, Farfalle mit Zucchini-Käse-Sauce	8,50	Wir spielen ein Bummerl mit dem Wirt!
Vorschau März					
Mi, 06.03.	Gasthof Bauer, Grafenschlag Gemeinde Grafenschlag	02875/8266	Tagessuppe, Surbraten mit Erdäpfelknödel und warmem Krautsalat oder Mohnbuchteln mit Vanillesoße	8,50	Gärtnermeister Helmut Hahn : „Pflege der überwinterten Balkonpflanzen“ und "Guter Start ins neue Gartenjahr".

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!



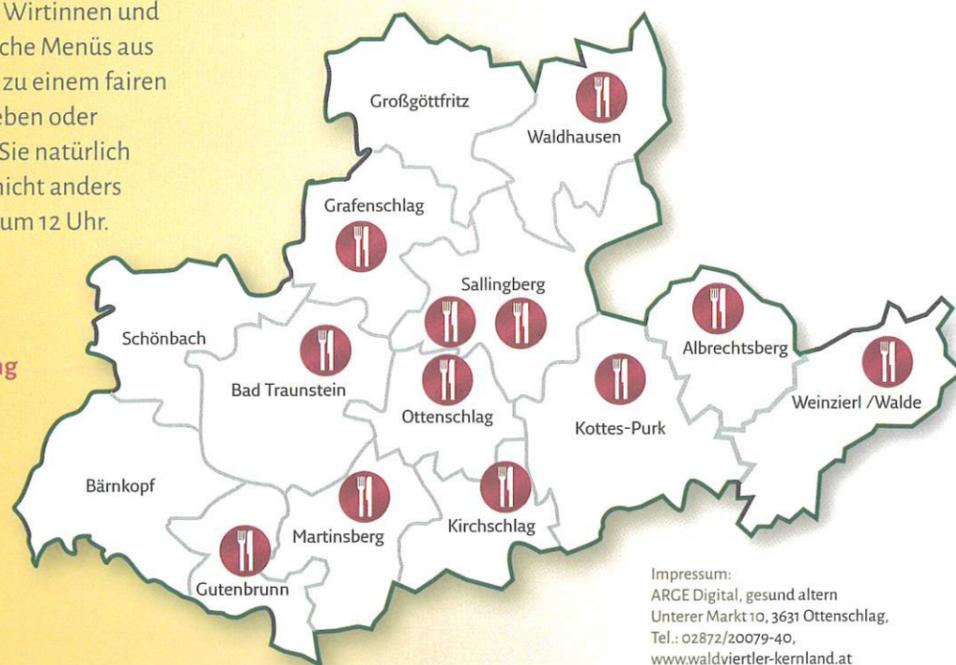
MahlZeit-Wirte

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:
ARCE 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

