



2024

Februar

Programm

Zeit

Raum

# ANGEBOTE DES MONATS

Am 6. Februar beginnt der neue Smartphonekurs für Anfänger\*innen. Kommen Sie einfach dazu, es ist offen für alle. Wir freuen uns über eine Spende!

Für individuelle Fragen stehen die Smartphone- und Tabletsprechstunde am Dienstagnachmittag und die Computer- & Technikhilfe jeden Donnerstag an 2 Terminen zur Verfügung.

Sie möchten sich mehr bewegen, aber alleine macht es Ihnen keinen Spaß? Der Kurs «Gymnastik am oder auf dem Stuhl» findet ab sofort dienstags im Anschluss an den neuen Smartphonekurs statt. Gern können Sie sich dafür anmelden oder einfach spontan vorbei kommen.

Bitte beachten Sie auch unsere neuen Öffnungszeiten. Am Dienstag, Mittwoch und Donnerstag öffnen wir eine Stunde länger, dafür bleibt der ZeitRaum freitags ab sofort geschlossen.

Wir begrüßen außerdem unsere neue Mitarbeiterin Claudia Wende (Nachfolgerin von Jessica Steinberg) ganz herzlich im ZeitRaum!

**In Bewegung bleiben**

## REGELMÄSSIGE ANGEBOTE

### Montag

14:00 – 15:30

Malzirkel

(Spendenempfehlung 1€)

18:00 – 19:00

Probe: Stadtteilchor

### Dienstag

9:30 – 10:30

Smartphone-Kurs für  
Anfänger\*innen

10:45 - 11:45

Gymnastik am/  
auf dem Stuhl

13:00 – 15:00

Sprechstunde für  
Smartphone & Tablet  
(mit Termin)

13:30 – 15:00

Spieletreff

### Mittwoch

09:30 – 10:30

Englischkurs

(Spendenempfehlung 1€)

11:00 – 12:00

Smartphone - Kurs

### Donnerstag

10:00 – 12:00

Tischtennis-Runde

10:00 – 11:30

Computer- & Technikhilfe\*

13:00 – 14:30

Computer- & Technikhilfe\*

14:00 – 16:00

Handarbeitstreff

## UNREGELMÄSSIGE ANGEBOTE

Mi 07.02. 14:00 – 15:00

### Eine Stunde Frohsinn

Volksliedersingen mit Frau  
Lindner, anschließend:

Gemeinsames Kaffeetrinken  
(Spendenempfehlung 2€)

Mi 14.02. 14:00 – 15:30

### Waffel-Café

Bei frischen Waffeln und  
leckerm Kaffee lernen wir  
Claudia, unsere neue  
Mitarbeiterin, kennen!

Mi 21.02. 14:00 – 15:30

### Gemeinsamer Spaziergang

Treffpunkt am ZeitRaum, dann  
geht es raus in die Natur - die  
perfekte Gelegenheit um unsere  
neue Mitarbeiterin Claudia  
kennenzulernen!

Mi 28.02. 14:00 – 15:30

### Kanzashi Flowers / Stoff-

blumen zum Anstecken selber  
machen: Bringen Sie Stoffreste  
und Knöpfe mit uns gestalten  
Sie einzigartige Ansteckblumen!

\*Die Computer- & Technikhilfe ist ein Angebot der:

Alle Angebote des ZeitRaum sind,  
wenn nicht anders vermerkt, kostenfrei!

## Ansprechpersonen

Janka Große • Beratung

Claudia Wende • Begegnung

Benedict Mühlh • Begegnung

## Öffnungszeiten

Mo 12 – 16 Uhr

Di 9 – 16 Uhr

Mi 9 – 16 Uhr

Do 9 – 16 Uhr

## Sozialberatung

Mo 14– 16 Uhr

Mi 10 – 14 Uhr (und nach Vereinbarung)

zu Themen wie Wohnen im Alter, Pflege,  
Freizeit und Engagementmöglichkeiten

## ZeitRaum

Seniorenbüro Südwest

Dieskaustraße 202

04249 Leipzig

E-Mail: [zeitraum@heizhaus-leipzig.de](mailto:zeitraum@heizhaus-leipzig.de)

Telefon: 0341 2340 6299

Mobil: 0157 5855 2522

Unser Angebot und das unserer  
anderen Seniorentreffs finden Sie  
unter [www.heizhaus-leipzig.de](http://www.heizhaus-leipzig.de)

Bitte beachten Sie auch unsere  
Aushänge vor Ort für etwaige  
Programmänderungen.

Ein Projekt von

**HEIZ  
HAUS**

Gefördert von



**Stadt Leipzig**  
Sozialamt