

ANGEBOTE DES MONATS

Liebe Besucherinnen und Besucher,
wir wünschen Ihnen ein gesundes, friedliches
und glückliches Jahr 2025! Mögen sich einige
Ihrer Wünsche erfüllen.

Der ZeitRaum ist ab 6. Januar für Sie geöffnet
und es gibt große und kleine Neuigkeiten:
Unser neuer Mehrzweckraum ist renoviert,
neu eingerichtet und ab sofort für mehr
Angebote geöffnet und nutzbar. Das beliebte
Gedächtnistraining ist schon eingezogen,
schließen Sie sich gerne an.

Neu ist auch unser Smartphonekurs „Digitaler
Einstieg“ mit Lukas, ein Angebot in Kooperation
mit der Volkshochschule Leipzig.
Wir bitten um Voranmeldung.

Das angekündigte Neujahrsfrühstück mit
Sybille findet am 23. Januar von 10 bis 12
Uhr statt. Wir laden Sie herzlich ein, das
neue Jahr mit uns gemeinsam genussvoll zu
begrüßen. Wir bitten, für eine gute Planung,
um eine Anmeldung bis zum 16. Januar per
Mail oder Telefon unter neben stehenden
Kontaktmöglichkeiten.

Kommen Sie gut in das neue Jahr!

Ansprechpersonen

Janka Große • Beratung
Claudia Wende • Begegnung
Nicole Langer • 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
Telefon: 0341 2340 6299
Mobil: 0157 5855 2522

Unser Angebot und das unserer
anderen Seniorentreffs finden Sie
unter 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



REGELMÄSSIGE ANGEBOTE

Montag

12:30 – 13:30
Spanisch

14:00 – 15:30
Malzirkel
(Spendenempfehlung 1€)

14:00 – 16:00
Seniorenberatung

18:00 – 19:30
Singprojekt KlangRaum

Dienstag

9:00 – 10:00
Smartphonekurs digitaler
Einstieg mit Lukas

NEU im Nebenraum:
9:30 - 10:30
Smartphone Sprechstunde

10:00 – 11:00
Gymnastik am/
auf dem Stuhl

14:00 – 15:30
Spieletreff

Mittwoch

09:30 – 10:30
Englischkurs
(Spendenempfehlung 1€)

10:00 – 14:00
Seniorenberatung

14:00 – 15:30
Wechselndes Programm
(siehe rechte Seite)

Donnerstag

10:00 – 12:00
Tischtennis-Runde

10:00 – 11:30
Computer- & Technikhilfe*

12:45 – 14:15
Computer- & Technikhilfe*

14:00 – 16:00
Handarbeitstreff

UNREGELMÄSSIGE ANGEBOTE

Mi 15.01. 14:00 – 15:30
**Im Gespräch:
Rund ums Geld**
Reicht die Rente? Tipps zur
finanziellen Stabilisierung im
Ruhestand, bei Krankheit,
Umzug etc. mit Dana Kirchner

Mi 22.01. 14:00 - 15:30
Eine Stunde Frohsinn
Volksliedersingen mit Frau
Lindner, anschließend: Kaffee-
trinken (Spendenempfehlung 2€)

Do 23.01. 10:00 - 12:00
**Neujahrsfrühstück mit
Sybille** Lassen Sie sich in die
sem Jahr wieder mit einem
Frühstück verwöhnen. Bitte mit
Anmeldung bis zum 16.01.
(Unkostenbeitrag 4€)

Mi 29.01. 14:00 - 15:30
**Gedächtnistraining mit
Sybille**
Testen und trainieren Sie Ihre
grauen Zellen bei uns - NEU im
Nebenraum.

*Die Computer- & Technikhilfe ist ein Angebot der:  **inob**
Jugend | Bildung und Beruf.

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