

# ANGEBOTE DES MONATS

Wir begrüßen Sie im ZeitRaum, neben allen regelmäßig stattfindenden Angeboten, zu drei besonderen Veranstaltungen:

Gleich zu Beginn laden wir Sie am 5. Februar zu einem **Plauder-Café** ein. Bei Kaffee, Tee und Gebäck ist Zeit und Raum für Austausch, Gespräche und Knüpfen neuer Kontakte.

Am 19. Februar wird der Naturführer Gerdt Ginko einen kleinen **Winterspaziergang** am Cospudener See begleiten und mit seinem Wissen über die besondere Flora und Fauna dieser Jahreszeit untermalen.

Kommen Sie gern am 26. Februar zu **Mein Lieblingsbuch** und erzählen Sie in kleiner Runde von Ihrem Buch oder lassen Sie sich von der Lieblingsliteratur unserer Besucherinnen und Besucher inspirieren.

**Kommen Sie gut durch den Februar.**

## Ansprechpersonen

Janka Große • Beratung  
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](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



## 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

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

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

14:00 – 15:30  
Spieletreff  
(Rommé und Co)

### Mittwoch

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

11:00 - 12:30  
Smartphonekurs  
digitaler Einstieg  
mit Lukas

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 05.02.** 14:00 – 15:30  
**Plauder-Café**  
Gemeinsam bei Kaffee und Tee  
in Erinnerungen schwelgen, Zeit  
für Austausch und neue Kon-  
takte.

**Mi 12.02.** 14:00 - 15:30  
**Eine Stunde Frohsinn**  
Volksliedersingen mit Frau  
Lindner, anschließend: Kaffee-  
trinken (Spendenempfehlung 2€)

**Mi 19.02.** 14:00 - 15:30  
**Winterspaziergang**  
Genießen Sie die winterliche  
Natur in Begleitung von Gingko.  
Start ist vor dem ZeitRaum mit  
kurzer Busfahrt direkt zum Cos-  
podener See.

**Mi 26.02** 14:00 - 15:30  
**Mein Lieblingsbuch**  
Lassen Sie uns in kleiner Runde  
an Ihrem Lieblingsbuch teilha-  
ben.

**Do 27.02.** 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!