

ANGEBOTE DES MONATS

Wir begrüßen Sie im ZeitRaum, neben allen regelmäßig stattfindenden Angeboten, zu vier besonderen Veranstaltungen.

Kommen Sie am **03. April** zusammen in österliche Stimmung und genießen Sie die Leckereien von unserem Osterbuffet in gemütlicher Atmosphäre mit guten Gesprächen. **Wir bitten um Anmeldung.**

Osterüberraschung: starten Sie in die Feiertage mit einem Theaterstück mit dem Motto „Rentner haben niemals Zeit“. Die humoristisch hinterfragende Aufführung von und für Senior*innen findet am **16. April** statt.

„Kann ich mir das Pflegeheim leisten, wenn ja, wie?“. Diesem Thema widmet sich Adelheid Felgner von der Beratungsstelle Altenhilfe der Diakonie am **23. April**. Beteiligen Sie sich gern mit Ihren Fragen am Gespräch!

Am Monatsende erfüllt Jakob Forchert den ZeitRaum mit Musik bei einem Pianokonzert am **30. April**.

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

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

Ansprechpersonen

Janka Große • Beratung
Nathalie Findling • 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

nicht am 07.04.

(Spendenempfehlung 1€)

14:00 – 16:00

Seniorenberatung

18:00 – 19:30

Singprojekt KlangRaum

Dienstag

im Nebenraum:

09:30 – 10:30

Smartphone Sprechstunde
(mit Anmeldung)

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

14:00 – 15:30

Wechselndes Programm
(siehe rechte Seite)

Donnerstag

10:00 – 12:00

Tischtennis-Runde

10:00 – 11:30

Computer- & Technikhilfe*

12:45 – 14:45

Computer- & Technikhilfe*

14:00 – 16:00

Handarbeitstreff

*die Computer- & Technikhilfe ist ein Angebot der:

UNREGELMÄSSIGE ANGEBOTE

Do 03.04. 10:00 – 12:00

Osterfrühstück mit Sybille

Lassen Sie sich mit einem liebevoll hergerichteten Osterfrühstücksbuffet verwöhnen. (UKB 4€)

Mo 07.04. 14:00 – 15:30

Selbstbehauptung für Seniorinnen mit Anita Zelenika

Handlungsstrategien gegen Sexismus & Belästigung (mit Voranmeldung, ausschließlich für Frauen)

Mi 09.04. 14:00 – 15:30

Eine Stunde Frohsinn

Volksliedersingen mit Frau Lindner, anschließend: Kaffetrinken (Spendenempfehlung 2€)

Mi 16.04. 14:00 – 15:30

Theateraufführung von „Die UN-Ruheständler“

Geschichten, Lieder und Sketche über den Alltag von Senior*innen

Mi 23.04. 14:00 – 15:30

Im Gespräch:

Kann ich mir das Pflegeheim leisten, wenn ja, wie?

Do 24.04. 14:00 – 15:30

Gedächtnistraining

Traineren Sie die grauen Zellen mit Sybille.

Mi 30.04. 14:00 – 15:30

Flügelkonzert

Lauschen Sie den Tönen des Flügels, anschließend: Kaffetrinken & Gespräch (Spendenempfehlung: 2€)