

ANGEBOTE DES MONATS

Wir begrüßen Sie im ZeitRaum, neben allen regelmäßig stattfindenden Angeboten, zu drei besonderen Veranstaltungen und einem neuen Angebot.

Außerdem möchten wir Sie auf eine Veranstaltung unserer Kolleginnen in Grünau hinweisen: das interkulturelle Nachbarschaftsfest findet am **05. September** statt. Schauen Sie gern vorbei!

Am **03. September** haben Sie die Gelegenheit mit den „Omas gegen Rechts“ über Rechts-extremismus im Alltag zu sprechen und sich über Ihre Erfahrungen und Gedanken zu dieser Thematik auszutauschen.

Neu und **vorerst nur am 11. und 18. September** gibt es das Angebot Fahrräder von Gingko reparieren zu lassen.

Hören und sehen Sie am **17. September** was die Englischgruppe aus dem ZeitRaum auf ihrer Reise in die Niederlande nach Gouda erlebt hat und lassen Sie sich dabei ein Stück Käse schmecken.

Erfahren Sie am **24. September** etwas darüber, welche Entlastungsangebote und Möglichkeiten der Selbstsorge es für Angehörige von Menschen mit Demenz gibt.

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

Ein Projekt von

**HEIZ
HAUS**

Gefördert von



Stadt Leipzig
Sozialamt



REGELMÄSSIGE ANGEBOTE

Montag

12:30 – 13:30

Tanzgymnastik

(entfällt am 01. und 22. September)

14:00 – 15:30

Malzirkel

(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)

14:00 – 15:30

Englisch Stammtisch

(am 02., 16. und 30. September)

Mittwoch

09:30 – 10:30

Englischkurs*

(Spendenempfehlung 1€)

*aktuell führen wir eine Warteliste

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 03.09. 14:00 – 15:30

**Veranstaltung mit den Omas
gegen Rechts**

Umgang mit Rechtsextremismus
im Alltag und Gesprächsrunde

Do 04.09. & Do 25.09. 14:00 – 15:30

Gedächtnistraining

Halten Sie ihr Gedächtnis fit, ge-
meinsam mit Sybille. Aktuell ist
der Kurs voll.

Fr 05.09. 15:00 – 18:00

**Interkulturelles Nachbar-
schaftsfest in Grünau**

u.a. mit Musik, Essen, Informa-
tions- und Kreativangeboten

Mi 10.09. 14:00 – 15:30

**Eine Stunde Frohsinn: Volks-
lieder mit Frau Lindner**

mit anschließendem Kaffeetrin-
ken (Spendenempfehlung 2€)

Do 11.09. & Do 18.09. 10:00 – 14:00

Fahrradreparaturangebot

Gingko bringt Ihr Fahrrad wieder
in Schuss, kommen Sie vorbei!

Mi 17.09. 14:00 – 15:30

Reisebericht: Gouda

Erlebnisse der Englischgruppe auf
der Niederlande-Reise

Mi 24.09. 14:00 – 15:30

**Im Gespräch: Angehörige
von Menschen mit Demenz**

Möglichkeiten zur Selbstsorge
und Informationen zu Entlas-
tungsangeboten

*die Computer- & Technikhilfe ist ein Angebot der: