

# ANGEBOTE DES MONATS

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

Außerdem findet das Angebot der Fahrradrep-  
paratur am **02. Oktober** erneut statt.

Am **08. Oktober** können Sie die katalanische  
Pianistin Paula Rocosa beim Flügelkonzert im  
ZeitRaum erleben.

Genießen sie die Leckereien auf unserem  
herbstlichen Erntedankbuffet am **09. Oktober**.  
Bitte melden Sie sich vorher bei uns an.

Begleiten Sie Gingko am **09. Oktober** auf seine  
Fahrradtour „Herbstfärbung“ durchs Grüne in  
Richtung Lindenauer Hafen.

Am **15. Oktober** gibt Ihnen Herr Struck von der  
LVB neue Informationen zum ÖPNV.

Kommen Sie am **22. Oktober** darüber ins  
Gespräch welche Bücher Sie aktuell gern lesen  
oder hören Sie was anderen gefällt.

Erfahren Sie am **29. Oktober** in einer humor-  
vollen Darbietung etwas darüber, was der  
Nachtwächter Thomas Reininger auf seinen  
Touren erlebt hat.

## 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](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.  
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 13. und 27. Oktober)

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 14. und 28. Oktober)

## Mittwoch

09:30 – 10:30

Englischkurs\*  
(Spendenempfehlung 1€)  
\*aktuell führen wir eine Warteliste

11:00 – 12:30  
Smartphonekurs  
digitaler Einstieg  
(am 14., 22. und 29. Oktober) 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 01.10. 14:00 – 15:30

**Eine Stunde Frohsinn: Volkslieder mit Frau Lindner**  
anschließendes Kaffeetrinken  
(Spendenempfehlung 2€)

Do 02.10. 10:00 – 14:00

**Fahrradreparatur**  
Gingko repariert Ihr Fahrrad.

Mi 08.10. 14:00 – 15:30

**Flügelkonzert**  
Paula Rocosa erfüllt den Zeit-  
Raum mit schönen Klängen.  
(Spendenempfehlung 2€)

Do 09.10. 10:00 – 12:00

**Erntedankfrühstück**  
herbstliches Buffet (UKB 4€)

Do 09.10. ab 14:00 UHR

**„Herbstfärbung“**  
Fahrradtour: Lindenauer Hafen

Mi 15.10. 14:00 – 15:30

**Neues aus dem ÖPNV**  
Mobilitätsberatung der LVB

Mi 22.10. 14:00 – 15:30

**Mein Lieblingsbuch**  
Tauschen Sie sich mit Sybille über  
lesenswerte Bücher aus.

Mi 29.10. 14:00 – 15:30

**Besuch vom Nachtwächter**  
Humorvolle Einblicke mit Nach-  
wächter Thomas Reiningar

Do 30.10. 14:00 – 15:30

**Gedächtnistraining**  
Trainieren Sie mit Sybille.

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