

ANGEBOTE DES MONATS

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

Am **12. November** treten die UN-Ruheständler, eine Rentner-Theatergruppe, mit ihrem neuen Programm „Bald nun ist Weihnachtszeit“ im ZeitRaum auf.

Das Programm besteht aus mehreren Sketchen, Liedern und Geschichten, die Sie in Weihnachtsstimmung und zum Lachen bringen.

Zum fröhlichen, gemeinsamen Basteln von dekorativen Adventskränzen laden wir Sie am **26. November** in den ZeitRaum ein.

Lassen Sie Ihrer Kreativität freien Lauf und schmücken Sie Ihr Zuhause mit Ihrem selbstgemachten Kranz.

Sie haben Fragen zur Nutzung Ihrer technischen Geräte?

Dann kommen Sie gern zur Computer- und Technikhilfe der inab in den ZeitRaum. Dieses Angebot findet wöchentlich am Donnerstag von 10:00-11:30 Uhr und 12:45-14:15 Uhr statt.

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

11:00 – 12:00

Englischkurs*

(Spendenempfehlung 1€)

*aktuell führen wir eine Warteliste

12:30 – 13:30

Tanzgymnastik

(am 03. und 24. November)

14:00 – 15:30

Malzirkel

(Spendenempfehlung 1€)

14:00 – 16:00

Seniorenberatung

18:00 – 19:30

Singprojekt KlangRaum

Dienstag

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 11. und 25. November)

Mittwoch

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 05.11. 14:00 – 15:30

**Eine Stunde Frohsinn: Volks-
liedersingen**

mit Frau Lindner

kommen Sie zum gemütlichen
Gesang mit anschließendem
Kaffeetrinken zusammen
(Spendenempfehlung 2€)

Mi 12.11. 14:00 – 15:30

**Theateraufführung mit den
UN-Ruheständlern**

Erleben Sie die UN-Ruheständler
erneut im ZeitRaum mit ihrem
neuen Festtagsprogramm, das die
Adventszeit einläutet.
(Spendenempfehlung 2€)

Mi 26.11. 14:00 – 15:30

Adventskränze binden

Basteln Sie gemeinsam festliche
Kränze, um sich die Adventszeit
zu verschönern.
(Spendenempfehlung 2€)

Do 27.11. 14:00 – 15:30

Gedächtnistraining

Trainieren Sie zusammen mit Sy-
bille Ihr Gedächtnis bei lustigen
Übungen.
Aktuell ist der Kurs voll.
(Spendenempfehlung 1€)

*die Computer- & Technikhilfe ist ein Angebot der: