

# ANGEBOTE DES MONATS

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

Zur Einstimmung auf den Frühling laden wir Sie zu unserem Frühlings-Frühstück am **03.03.** ein. Freuen Sie sich auf ein buntes Buffet mit vielen Köstlichkeiten! Bitte melden Sie sich vorab bei uns an.

Am **04.03.** veranstalten wir einen Kleidertausch, zu dem Sie Kleidungsstücke und Schmuck im guten Zustand mitbringen können. Schenken Sie Ihren Sachen ein neues Zuhause und stöbern Sie gemütlich nach neuen Lieblingsstücken.

Werden Sie auf eine neue Art und Weise kreativ und kommen Sie am **11.03.** in den ZeitRaum, um gemeinsam Marionetten zu basteln

Lesebegeisterte aufgepasst! In der Woche der Buchmesse in Leipzig bieten wir Ihnen am **18.03.** eine Lesung des Autors Joachim Oelßner hier im ZeitRaum an. Er liest aus seinem Buch „Kegel Ripertus – Ein Leben im 13. Jahrhundert“. Das Buch können Sie zudem nach der Lesung käuflich erwerben.

## 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.

Ein Projekt von

**HEIZ  
HAUS**

Gefördert von



**Stadt Leipzig**  
Sozialamt



## REGELMÄSSIGE ANGEBOTE

### Montag

11:00 – 12:00

Englischkurs\*

(Teilnahmebeitrag 1,50€)

\*aktuell führen wir eine Warteliste

12:30 – 13:30

Tanzgymnastik  
(entfällt am 09.03.)

14:30 – 16:00

Malzirkel  
(Teilnahmebeitrag 2€)

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, Skat und Co)

14:00 – 15:00

Englisch Stammtisch

### Mittwoch

10:00 – 14:00

Seniorenberatung

11:00 – 12:30

Smartphonekurs digitaler  
Einstieg mit Lukas  
am 11.03.

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

Di 03.03. 10:00 – 12:00

### Frühlingsfrühstück mit Sybille

Genießen Sie die Leckereien vom  
frühlingshaften Frühstücksbuffet.  
(Teilnahmebeitrag 4€)

Mi 04.03. 14:00 – 16:00

### Kleidertausch mit Fredrik

Ob Pullover, Schal oder Hut: Fin-  
den Sie Ihr neues Lieblingsstück.

Mi 11.03. 14:00 – 15:30

### Marionetten basteln mit Ginko

Gestalten Sie unter Anleitung  
eine Marionette.  
(Teilnahmebeitrag 2€)

Mi 18.03. 14:00 – 15:30

### Lesung mit Joachim Oelßner

Der Autor stellt seinen histori-  
schen Roman „Kegel Ripertus: Ein  
Leben im 13. Jahrhundert“ vor.

Mi 25.03. 14:00 – 15:30

### Eine Stunde Frohsinn: Volksliedersingen mit Frau Lindner

Gesang mit anschließendem Kaf-  
feetrinken (Teilnahmebeitrag 2€)

Do 26.03. 14:00 – 15:30

### Gedächtnistraining mit Sybille

Lustige Übungen helfen Ihr Ge-  
dächtnis zu aktivieren.  
(Teilnahmebeitrag 1€)

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