

ANGEBOTE DES MONATS

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

Kommen Sie am **05.08.** in den ZeitRaum, um sich bei einem Eis oder Eiskaffee zu erfrischen und zusammen den Sommer zu genießen.

Zum gemeinsamen Picknick wollen wir uns am **19.08.** mit Ihnen im nahegelegenen Mühlpark treffen und bei Spielen und Gesprächen einen schönen Nachmittag zusammen verbringen.

Lassen Sie sich am **25.08.** beim Sommerfrühstück im ZeitRaum die vielfältigen Speisen unseres Buffets schmecken und genießen Sie den Vormittag in bester Gesellschaft. Bitte melden Sie sich spätestens bis zum 20.08. bei uns an.

Begleiten Sie uns am **26.08.** zusammen mit der ökumenischen Sozialstation in den Wildpark. Wir werden gemeinsam mit dem Bus oder Fahrrad anreisen, vor Ort spazieren und in die dortige Gaststätte einkehren (Selbstzahlerbasis).

Am **27.08.** findet wieder das offene Mitsingen für alle Generationen mit Liedern aus aller Welt statt. Egal, ob Sie schon viel Erfahrung im Singen haben oder noch keine - kommen Sie gern dazu!

Ansprechpersonen

Janka Große • Beratung
Tabea Zimmermann • Beratung
Nathalie Findling • Begegnung
Nicole Langer • Begegnung

Öffnungszeiten

Mo 12 – 17 Uhr
Di 9 – 16 Uhr
Mi 9 – 16 Uhr
Do 10 – 16 Uhr

Sozialberatung

Mo 13 – 16 Uhr
Do 11 – 14 Uhr
Fr 12 – 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



REGELMÄSSIGE ANGEBOTE

Montag

13:00 – 14:00

Tanzgymnastik

13:00 – 16:00

Seniorenberatung

14:30 – 16:00

Malzirkel

Teilnahmebeitrag 2€

16:00 – 17:30

Literaturzirkel

am 17. & 24. 08.

Dienstag

09:30 – 10:30

Smartphone Sprechstunde

mit Anmeldung

am 04. und 18.08.

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

09:00 – 10:00

Englischkurs*

Teilnahmebeitrag 1,5€

* aktuell ist dieser Kurs voll

10:30 – 12:00

Smartphonekurs

Senioren mit Smartphone - sicher unterwegs

12:15 – 13:15

Englischkurs 2

Teilnahmebeitrag 1,5€

mit Anmeldung

am 19. und 26. 08.

14:00 – 15:30

Wechselndes Programm

siehe Einleger

Donnerstag

10:00 – 12:00

Tischtennis-Runde

10:00 – 11:30

Computer- & Technikhilfe*

12:45 – 14:15

Computer- & Technikhilfe*

10:00 – 16:00

Fahrradreparatur

mit Anmeldung

11:00 – 14:00

Seniorenberatung

14:00 – 16:00

Handarbeitstreff

Freitag

12:00 – 14:00

Seniorenberatung

am 07.08.

* die Computer- & Technikhilfe ist ein Angebot der

UNREGELMÄSSIGE ANGEBOTE

selbstorganisierte Fahrrad-Tour-Gruppe

Teilnahme & Termine auf Anfrage

- Mi 05.8. 14:00 – 15:30
Eis essen/ Eiskaffee trinken
(Teilnahmebeitrag 2€)
- Mi 12.8. 14:00 – 15:30
**Eine Stunde Frohsinn:
Liedersingen mit Frau Lindner**
Gesang mit anschließendem
Kaffeetrinken (Teilnahmebeitrag 2€)
- Mi 19.8. 14:00 – 15:30
Picknick im Mühlpark
Treffpunkt vor Ort (TNB 3€)
- Di 25.8. 10:00 – 12:00
Sommerfrühstück mit Sybille
Erfrischende Leckereien vom
bunten Frühstücksbuffet (TNB 4€)
- Mi 26.8. 13:10 – 16:00
**Wildpark-Ausflug mit der
ökumenischen Sozialstion**
gemeinsame Anreise mit
Bus oder Fahrrad, Einkehr vor Ort
(Selbstzahlerbasis)
(Treffpunkt: Zeitraum)
- Do 27.8. 17:00 – 18:00
Offenes Mitsingangebot
Singen für alle Generationen mit
Liedern aus aller Welt.
- Do 27.8. 14:00 – 15:30
Gedächtnistraining mit Sybille
Trainieren Sie wieder bei lustigen
Übungen (Teilnahmebeitrag 1€)

UNREGELMÄSSIGE ANGEBOTE

selbstorganisierte Fahrrad-Tour-Gruppe

Teilnahme & Termine auf Anfrage

- Mi 05.8. 14:00 – 15:30
Eis essen/ Eiskaffee trinken
(Teilnahmebeitrag 2€)
- Mi 12.8. 14:00 – 15:30
**Eine Stunde Frohsinn:
Liedersingen mit Frau Lindner**
Gesang mit anschließendem
Kaffeetrinken (Teilnahmebeitrag 2€)
- Mi 19.8. 14:00 – 15:30
Picknick im Mühlpark
Treffpunkt vor Ort (TNB 3€)
- Di 25.8. 10:00 – 12:00
Sommerfrühstück mit Sybille
Erfrischende Leckereien vom
bunten Frühstücksbuffet (TNB 4€)
- Mi 26.8. 13:10 – 16:00
**Wildpark-Ausflug mit der
ökumenischen Sozialstion**
gemeinsame Anreise mit
Bus oder Fahrrad, Einkehr vor Ort
(Selbstzahlerbasis)
(Treffpunkt: Zeitraum)
- Do 27.8. 17:00 – 18:00
Offenes Mitsingangebot
Singen für alle Generationen mit
Liedern aus aller Welt.
- Do 27.8. 14:00 – 15:30
Gedächtnistraining mit Sybille
Trainieren Sie wieder bei lustigen
Übungen (Teilnahmebeitrag 1€)

UNREGELMÄSSIGE ANGEBOTE

selbstorganisierte Fahrrad-Tour-Gruppe

Teilnahme & Termine auf Anfrage

- Mi 05.8. 14:00 – 15:30
Eis essen/ Eiskaffee trinken
(Teilnahmebeitrag 2€)
- Mi 12.8. 14:00 – 15:30
**Eine Stunde Frohsinn:
Liedersingen mit Frau Lindner**
Gesang mit anschließendem
Kaffeetrinken (Teilnahmebeitrag 2€)
- Mi 19.8. 14:00 – 15:30
Picknick im Mühlpark
Treffpunkt vor Ort (TNB 3€)
- Di 25.8. 10:00 – 12:00
Sommerfrühstück mit Sybille
Erfrischende Leckereien vom
bunten Frühstücksbuffet (TNB 4€)
- Mi 26.8. 13:10 – 16:00
**Wildpark-Ausflug mit der
ökumenischen Sozialstion**
gemeinsame Anreise mit
Bus oder Fahrrad, Einkehr vor Ort
(Selbstzahlerbasis)
(Treffpunkt: Zeitraum)
- Do 27.8. 17:00 – 18:00
Offenes Mitsingangebot
Singen für alle Generationen mit
Liedern aus aller Welt.
- Do 27.8. 14:00 – 15:30
Gedächtnistraining mit Sybille
Trainieren Sie wieder bei lustigen
Übungen (Teilnahmebeitrag 1€)