

Regelmäßige Angebote und Kurse

montags:

Sport für Senioren mit Chris Auerswald
09:30–10:30 Uhr Gymnastik im Sitzen
10:30–11:30 Uhr Sport für aktive Senioren

dienstags:

14:00–16:00 Uhr Spielenachmittag
Karten-, Brett- und andere Tischspiele
14:00–16:00 Uhr „Kregeline“-Modeltreff
jeden 1. und 3. Dienstag

mittwochs:

08:30–10:00 Uhr Computerkurs •
10:30–12:00 Uhr Computerkurs •
14:00–16:00 Uhr Sabines Spielenachmittag
Es werden das Kreuzworträtsel-Kartenspiel und
Scrabble gespielt.
15:00–17:00 Uhr Korbflechten

donnerstags:

14:00–16:00 Uhr Kreatives Gestalten

freitags:

09:00–10:00 Uhr Wirbelsäulengymnastik
09:00 und 10:45 Uhr Englisch •
13:00 und 14:00 Uhr Sport mit Sabine UKB: 2 Euro
15:30–16:30 Uhr Yoganastik
Das Trainingsprogramm für mehr Bewegung im
täglichen Leben UKB: 3 Euro

• Anmeldung erforderlich!

Pflegeversicherung 2017 Was steht mir und meinen pflegenden Angehörigen zu?

Mit den Pflegestärkungsgesetzen I und II wurde die Pflege deutlich verbessert. So erhalten Menschen mit Demenz erstmals einen gleichberechtigten Zugang zu allen Leistungen der Pflegeversicherung. Auch pflegende Angehörige werden jetzt besser unterstützt.

Erfahren Sie in 5 Modulen alles Wissenswerte!

04.09.2017 | 15:00–16:30 Uhr
Vorstellungsrunde und Einführung in das
Thema Pflege

07.09.2017 | 15:00–16:30 Uhr
Wichtige gesetzliche Bestimmungen –
Vortrag und Gesprächsrunde mit der AOK

11.09.2017 | 15:00–16:30 Uhr
Unterstützung durch Hilfsmittel –
Vortrag und Gesprächsrunde mit dem
Sanitätshaus Matthies

14.09.2017 | 15:00–16:30 Uhr
Vorsorge und Patientenverfügungen –
Gesprächsrunde mit dem Hospizverein

18.09.2017 | 15:00–16:30 Uhr
Rückblick

Information und Anmeldung:
Seniorenbüro Südost
mit Begegnungsstätte „Kregeline“
ASB-Objekt „Am Sonnenpark“
Mattheuerbogen 6, 04289 Leipzig
Telefon: 0341 869769-125
E-Mail: katja.steglich@asb-leipzig.de

Seniorenbüro Südost mit Begegnungsstätte „Kregeline“



Beratungszeiten Seniorenbüro:
Montag und Donnerstag
10 bis 13 Uhr

Gefördert durch die
Stadt Leipzig Sozialamt

Treff von Selbsthilfegruppen, Vereinen und Verbänden

Mittwoch, 6. September 2017
14:30–16:30 Uhr **SHG „Aphasiker Leipzig“**
Freitag, 8. September 2017
14:00–16:00 Uhr **Pommernstammtisch, H.-J.Pallas**
Montag, 11. September 2017
13:00–15:00 Uhr **Treffen des Regionalverbandes
Poliomyelitis**
Mittwoch, 13. September 2017
14:00–16:00 Uhr **Vorstandssitzung Kreisgruppe
Leipzig der Sudetendeutschen Landsmannschaft**
Donnerstag, 14. und 28. September 2017
16:00–17:00 Uhr **SHG „Zuversicht“**

Arbeiter-Samariter-Bund RV Leipzig e. V.
**Seniorenbüro Südost
mit Begegnungsstätte „Kregeline“**
Mattheuerbogen 6, 04289 Leipzig
Leiterin: Verena Schläger
Telefon: 0341 869769-123
Fax: 0341 869769-500
E-Mail: seniorenbuero@asb-leipzig.de
E-Mail: kregeline@asb-leipzig.de

www.asb-leipzig.de



Veranstaltungen

barrierefreier Zugang

GEISTER- STÄDTE

Reisebericht von Weltenerzähler Jörg Hertel

September

Am Sonnenpark

ASB-Objekt Leipzig

**Seniorenbüro Südost
mit Begegnungsstätte
„Kregeline“**



Mattheuerbogen 6, 04289 Leipzig
Service-Telefon: 0341 869769-0

VERANSTALTUNGEN

Kunst • Musik • Literatur • Aktionen • Information

Auf Tour mit dem ASB Leipzig

Lindenvorwerk im Kohrener Land



Im komfortablen Reisebus mit Hebebühne für Rollstuhlfahrer.

4. September 2017

13 Uhr Abfahrt am ASB-Objekt „Am Sonnenpark“

Kaffeetrinken im Lindenvorwerk

18 Uhr Rückkehr

Abendessen mit „Schlemmerbuffet“ im Café & Bistro „Am Sonnenpark“

Reisepreis: **39 Euro**

Buchung:
Mo.–Fr. | 9–15 Uhr am Service

**Bis 30. August 2017
Restplätze sichern.**

Literatur – Liebe zur kleinen literarischen Form *

Mo., 04.09.2017 | 14:00–15:00 Uhr

Selbst geschrieben oder in einem Buch entdeckt: Gedichte, Kurzprosa, Humoresken, Satire uvm. Wer möchte uns, egal ob alt oder jung, mit Vorlesen erfreuen und darüber plaudern? UKB: 2 Euro

Aquarell-Kurs *

Mi., 06. und 20.09.2017 | 10:00–12:00 Uhr

für Einsteiger und Fortgeschrittene

13 Jahre „Kregeline“-Discothek * für Menschen mit Behinderung mit DJ Bogdan Fischer

Do., 07.09.2017 | 17:00–21:00 Uhr UKB: 3 Euro

Gesundheits- und Ernährungsberatung *

Fr., 08.09.2017 | 10:00–12:00 Uhr

Thema: Schwindel – eine lästige Sache. Naturprodukte können helfen. UKB: 2 Euro

Montagskaffee *

Mo., 11. und 25.09.2017 | 14:30–16:00 Uhr

Gemütlicher Kaffeeklatsch zu aktuellen Themen

Nähcafé *

Mo., 11. und 25.09.2017 | 14:00–16:00 Uhr

Wir sind Ihnen bei der Ausbesserung und Reparatur Ihrer Kleidungsstücke behilflich. Benötigtes Material bitte mitbringen. UKB: 2 Euro

„Geisterstädte“

Die, 12.09.2017 | 15:30–17:00 Uhr

Reisebericht von Weltenerzähler Jörg Hertel
Normalerweise leben in Geisterstädten (Titelfoto) keine Menschen (mehr). Aber gerade deshalb verdeutlichen sie oft die Gründe, manchmal Abgründe menschlicher Existenz. Also: keine Menschen sagen oft mehr über Menschen als ... Menschen. Denn diese können sich verstellen, lügen, visionieren, ablenken ... Was Menschen aber hinterlassen, spricht eine eigene, direkte, blumenfreie Sprache. Und was unter „Geister“ zu „verstehen“ ist, ist ja auch ein... fragliches Thema. Lassen Sie sich überraschen.

UKB: 4 Euro VVK / 5 Euro AK

Modenschau mit MK Mode Nr. 1 und den „Kregeline“-Models

Do., 14.09.2017 | 15:00–16:00 Uhr

Kartenvorverkauf ab 14. August 2017 UKB: 2 Euro

Erste-Hilfe-Kurs für Senioren

Die., 19. und Mi. 20.09.2017 | 08:30–11:30 Uhr



Gewinnen Sie durch unseren „Erste-Hilfe-Kurs für Senioren“ wieder Selbstsicherheit und Fachwissen, um in Notfällen richtig zu handeln.

UKB: 20 Euro

Tanzen im Sitzen

Do., 21.09.2017 | 10:00–11:00 Uhr

Konzentration und Bewegung zu schwungvoller Musik UKB: 4,50 Euro

Tanz für Junggebliebene *

Die., 19. und 26.09.2017 | 16:30–18:00 Uhr

Tanz ist die beste Medizin und macht dabei noch Spaß – machen Sie mit. UKB: 2 Euro

Sicher mobil *

Mi., 20.09.2017 | 14:30–16:00 Uhr

Offene Gesprächsrunde zur Verkehrssicherheit mit dem ADAC

* Angebote des Seniorenbüros Südost mit Begegnungsstätte „Kregeline“



Lach-Yoga – Heiterkeitstraining

Die., 26.09.2017 | 15:00–16:30 Uhr

Trainerin Mona Deible UKB: 4 Euro

„Musik ohne Grenzen“

Junge Stimmen und Instrumentalisten der Hochschule für Musik und Theater „F. M. Bartholdy“ Leipzig

Do., 28.09.2017 | 16:30–17:30 Uhr

Musikalische Vielfalt am Akkordeon, gespielt von Johannes Wagner UKB: 8 Euro

VORSCHAU Oktober

Oktoberfest

mit den
Leipziger Blasmusikanten

Donnerstag, 05.10.2017

17 bis 18 Uhr



Blasmusik für alle

UKB: 5 Euro