

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!

Treff von Selbsthilfegruppen, Vereinen und Verbänden

Mittwoch, 4. Oktober 2017
14:30–16:30 Uhr SHG „Aphasiker Leipzig“

Dienstag, 10. Oktober 2017
14:00–16:00 Uhr Pommernstammtisch,
Gruppe Sommerfeldt

Donnerstag, 12. und 26. Oktober 2017
16:00–17:00 Uhr SHG „Zuversicht“

Freitag, 13. Oktober 2017
14:00–16:00 Uhr Pommernstammtisch, H.-J.Pallas

Montag, 16. Oktober 2017
13:00–15:00 Uhr Treffen des Regionalverbandes
Poliomyelitis

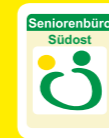
Mittwoch, 18. Oktober 2017
14:00–16:00 Uhr Vorstandssitzung Kreisgruppe
Leipzig der Sudetendeutschen Landsmannschaft

Räume mieten



Das Seniorenbüro Südost mit Begegnungsstätte „Kregeline“ verfügt über mehrere Räume, die von Vereinen, Verbänden oder Selbsthilfegruppen einmalig oder dauerhaft angemietet werden können. **Einfach anfragen.**

Seniorenbüro Südost mit Begegnungsstätte „Kregeline“



Gefördert durch die
Stadt Leipzig Sozialamt



Beratungszeiten Seniorenbüro:
Montag und Donnerstag
10 bis 13 Uhr

Leistungen des Seniorenbüros:

- ✓ Informationen
- ✓ individuelle Beratung zu altersspezifischen
Bedarfen, Wohnen,
Gesundheitsprävention
- ✓ Hilfen zur Alltagsbewältigung
- ✓ Hilfen zur Tagesstrukturierung

Dieses Angebot ist für:

- ✓ Seniorinnen und Senioren aller
Bedarfsgruppen
- ✓ deren Angehörige und Bezugspersonen
- ✓ Institutionen
- ✓ Menschen mit Behinderung

Die Beratung erfolgt unabhängig und kostenfrei.

Arbeiter-Samariter-Bund RV Leipzig e. V.
**Seniorenbüro Südost
mit Begegnungsstätte „Kregeline“**
Mattheuerbogen 6, 04289 Leipzig

Leiterin: Verena Schläger

☎ 0341 869769-123

☎ 0341 869769-500

@ seniorenbuero@asb-leipzig.de

@ kregeline@asb-leipzig.de

www.asb-leipzig.de



Am Sonnenpark

ASB-Objekt Leipzig

Oktoberfest

im Café & Bistro
„Am Sonnenpark“



**Seniorenbüro Südost
mit Begegnungsstätte
„Kregeline“**



Mattheuerbogen 6, 04289 Leipzig

♿ barrierefreier Zugang



Literatur – Liebe zur kleinen literarischen Form *

Mo., 02.10.2017
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., 04. und 18.10.2017
10:00 – 12:00 Uhr
für Einsteiger und Fortgeschrittene



Fotostudio Fischer ist im Haus

Mi., 04.10.2017
10:00 – 11:00 Uhr

Ob Passbilder oder Portrait-Fotos – schenken Sie Ihren Lieben ein nettes Lächeln.



„Kregeline“-Discothek *

für Menschen mit Behinderung
Do., 05.10.2017
17:00 – 21:00 Uhr

UKB: 2 Euro



Oktoberfest
Donnerstag, 5. Oktober 2017
ab 15 Uhr Weißwurst, Brezn & mehr
im Café & Bistro „Am Sonnenpark“

17 bis 18 Uhr:
Leipziger Blasmusikanten
Konzertkarten im Vorverkauf: 5 Euro
am Veranstaltungstag: 6 Euro

Montagskaffee *

Mo., 09.10.2017 | 14:30 – 16:00 Uhr
Gemütlicher Kaffeeklatsch zu aktuellen Themen

Nähcafé *

Mo., 09. und 23.10.2017 | 14:00 – 16:00 Uhr
Wir helfen Ihnen bei der Ausbesserung und Reparatur Ihrer Kleidungsstücke. Material bitte mitbringen. UKB: 2 Euro

Tanz für Junggebliebene *

Die., 10. und 17.10.2017 | 16:30 – 18:00 Uhr
Tanz ist die beste Medizin und macht dabei noch Spaß – machen Sie mit. UKB: 2 Euro

Vortrag und Gesprächsrunde zum Thema Vorsorgevollmacht *

Mi., 11.10.2017 | 14:30 – 16:30 Uhr



Gesundheits- und Ernährungsberatung *

Fr., 13.10.2017
10:00 – 12:00 Uhr

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

Mobiler Bürgerservice*

Mo., 16.10.2017 | 09:00 – 12:00 Uhr
Die Meldestelle ist im Haus. Wohnsitze können an-, ab- oder umgemeldet, Personalausweise oder Reisepässe beantragt werden und vieles mehr!



Sicher mobil *

Mi., 18.10.2017
14:30 – 16:00 Uhr

Offene Gesprächsrunde zur Verkehrssicherheit mit dem ADAC



Tanzen im Sitzen *

Do., 19.10.2017
10:00 – 11:00 Uhr

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



Herbstlicher Spaziergang an der Bleilochtalperre

Do., 19.10.2017
16:00 – 17:00 Uhr

Diavortrag mit Herrn Dr. Frantzke UKB: 4 Euro

„...von allem was da krecht und fleucht...“

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



Do., 26.10.2017
15:00 – 16:00 Uhr
neue Zeit!

Tiere im Kunstlied – Es singen Studierende der Klasse Prof. Ilse – Christine Otto. UKB: 8 Euro

VORSCHAU November

Indische Singegruppe „Boggians“ *

Mi., 15.11.2017 | 15:30 – 16:30 Uhr