

Regelmäßige Angebote und Kurse

MONTAGS:

- 09:00–12:30 Uhr Computerkurs • **NEUER TERMIN**
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 sonstige Tischspiele
14:00–16:00 Uhr „Kregeline“-Modeltreff
jeden 1. und 3. Dienstag

MITTWOCHS:

- 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 €
15:30–16:30 Uhr Yoganastik
Das Trainingsprogramm für mehr Bewegung im
täglichen Leben UKB: 3 €

• Anmeldung erforderlich!



Treff von Selbsthilfegruppen, Vereinen und Verbänden

Mi., 4. April 2018 | 14:30 – 16:30 Uhr
Selbsthilfegruppe „Aphasiker Leipzig“

Mo., 9. April 2018 | 13:00 – 15:00 Uhr
Treffen des Regionalverbandes Poliomyelitis

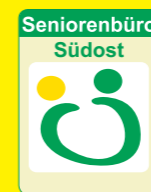
Di., 10. April 2018 | 14:00 – 16:00 Uhr
Pommernstammtisch, Gruppe Sommerfeld

Do., 12. und 26. April 2018 | 16:00 – 17:00 Uhr
Selbsthilfegruppe „SHG Zuversicht“

Mi., 18. April 2018 | 14:00 – 16:00 Uhr
Vorstandssitzung Kreisgruppe Leipzig
der Sudetendeutschen Landsmannschaft

**Mieten Sie attraktive Räumlichkeiten
für Ihren Verein, die Firma oder privat.
Wir beraten Sie gern.**

Seniorenbüro Südost mit Begegnungsstätte „Kregeline“



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.**

Gefördert durch die
Stadt Leipzig Sozialamt



Seniorenbüro Südost mit Begegnungsstätte „Kregeline“

Mattheuerbogen 6, 04289 Leipzig

Leiterin: Verena Schläger

- ☎ 0341 869769-123
@ seniorenbuero@asb-leipzig.de
@ kregeline@asb-leipzig.de

www.asb-leipzig.de



Mattheuerbogen 6
Leipzig-Probstheida

Am Sonnenpark



April

Seniorenbüro Südost mit Begegnungsstätte „Kregeline“



 **barrierefreier Zugang**

Reservierung und Informationen:

03 41 86 97 69-0



Tanz für Junggebliebene*

Di., 3., 10., 24. April 2018
16:30 – 18:00 Uhr

Tanz ist die beste Medizin und macht dabei noch Spaß – machen Sie mit. UKB 2,00 €

Aquarell-Kurs (Einsteiger+Fortgeschrittene)*

Mi., 4. und 18. April 2018 | 10:00 – 12:00 Uhr

Teilnahme jederzeit möglich



„Kregeline“-Discothek

Do., 5. April 2018
17:00 – 21:00 Uhr

für Menschen mit Behinderung
UKB 2,00 €

Tanzen im Sitzen*

Do., 5. und 19. April 2018 | 10:00 – 11:00 Uhr

Konzentration und Bewegung zu schwungvoller Musik
UKB 4,50 €

Nähcafé – offener Handarbeitstreff*

Mo., 9. und 23. April 2018 | 14:00 – 16:00 Uhr

Hilfe bei Ausbesserung und Reparatur von Kleidungsstücke und Textilien (keine Änderungsschneiderei). Material sollte mitgebracht werden. UKB 2,00 €

Montagskaffee – gemütliche Gesprächsrunde*

Mo., 9. April 2018 | 14:30 – 16:00 Uhr

Wir unterhalten uns zu Themen aus Gesellschaft, Sport, Politik und Literatur. Erzählen Sie uns Ihre Meinung und lassen Sie uns darüber diskutieren und voneinander lernen!



Verlorenes Ostpreußen – Das Königsberger Gebiet

Dienstag, 10. April 2018
15:30 – 17:00 Uhr

Ein Reisevortrag von Jörg Hertel

Ein persönlicher Blick auf eine vergessene und im mehrfachen Wortsinn verlorene Gegend: Atmosphärische Bilder, unterlegt mit Musik, vereinen sich mit aberwitzigen und skurrilen Geschichten zu einem deutsch-russisch-litauisch-polnischem Kaleidoskop. VVK 5,00 € / AK 6,00 €

Museum im Koffer* „Die Geschichte der Poesiealben“

ERSATZTERMIN

Do., 12. April 2018 | 14:30 – 15:30 Uhr

Vortrag Dipl.-Museologin Erdmute Bader UKB 3,00 €

Gesundheitsberatung und Ernährung*

Fr., 13. April 2018 | 10:00 – 12:00 Uhr

Thema: Lebensmittelzusatzstoffe – Segen oder Fluch für die Gesundheit? UKB 2,00 €

Sicher Mobil – mit dem ADAC*

Mi., 18. April 2018 | 14:30 – 16:00 Uhr

Offene Gesprächsrunde zur Verkehrssicherheit



Junge Stimmen und Instrumentalisten: „Singet nicht in Trauertönen ...“

Do., 26. April 2018
16:00 – 17:00 Uhr

Innerhalb der Konzertreihe der Hochschule für Musik und Theater „Felix Mendelssohn Bartholdy“ Leipzig freuen wir uns auf Lieder und Arien gesungen von Theresa Zänglein, am Klavier begleitet Masako Ono. UKB 9,00 €



Aktionswoche im Café & Bistro

9. – 15. April 2018, täglich ab 14 Uhr

Frühlings-Cocktail „Grüne Wiese“

Vorschau Mai 2018



Busfahrt nach Wittenberg

Do., 3. Mai 2018 | Abfahrt 13 Uhr

44 Euro inkl. Kaffeetrinken und Abendbuffet

Informationen und Buchung: Service „Am Sonnenpark“ (montags bis freitags, 9 – 15 Uhr)

Gedichte mit musikalischer Untermalung

Do., 17. Mai 2018 | 15:00 – 15:45 Uhr

Die Gedichte liest Frau Brandt. UKB 2,00 €



Sparkassenmobil

Jeden Montag von 09:45 – 10:15 Uhr ist die Sparkasse vor Ort.