

Regelmäßige Angebote

MONTAGS

- 14:30 – 16:00 Uhr offener Treff zum Skat* – das Gehirn spielerisch trainieren und Kontakte knüpfen kostenfrei
- 16:00 – 17.30 Uhr Tanzen unter Leitung von Frau Dr. Arndt

DIENSTAGS

- 09:00 – 10.30 Uhr Grundkurs Foto- und Bildbearbeitung am PC (6-teiliger Kurs)
- 14:00 – 16:00 Uhr Rommee-Nachmittag in geselliger Runde* kostenfrei
- 14:30 – 15:30 Uhr Kaffeeplauderei – offener Treff mit Kaffee- und Kuchenangebot*

MITTWOCHS

- 14:00 – 16:00 Uhr Korbflechten **Angebot ist auch für Kinder geeignet!**

DONNERSTAGS

- 10:00 – 11:30 Uhr Smartphone- /Tablet-Kurs für Einsteiger, Anmeldung erforderlich!
- 12:00 – 13:30 Uhr Smartphone-/Tablet-Kurs für Fortgeschrittene, Anmeldung erforderlich!
- 14:00 – 16:00 Uhr Kreatives Gestalten* **für Jung und Alt**
- 16:00 – 17:00 Uhr Computerkurs für Menschen mit Behinderung*

FREITAGS

- 09:00 – 10:00 Uhr Wirbelsäulengymnastik*
- 09:00 – 10:30 Uhr Englisch Anmeldung erwünscht!
- 10:00 – 11:00 Uhr Nordic Walking* Anmeldung erwünscht!
- 10:45 – 12:15 Uhr Englisch Anmeldung erwünscht!
- 14:00 – 15:00 Uhr Sport mit Sabine*



Selbsthilfegruppen, Vereine und Verbände treffen sich zu folgenden Terminen:

Samstag, 07. September 2019 | 10:00 – 13:00 Uhr
Gesprächskreis der GBS Initiative

Dienstag, 10. September 2019 | 14:00 – 16:00 Uhr
Pommernstammtisch

Mittwoch, 11. September 2019 | 14:00 – 16:00 Uhr
Treffen der Sudetendeutschen Landsmannschaft

Samstag, 14. September 2019 | 10:00 – 13:00 Uhr
SHG Tinnitus

Mittwoch, 18. September 2019 | 17:00 – 19:00 Uhr
Gesprächsrunde für Angehörige MS-Betroffener

Samstag, 21. September 2019 | 09:00 – 15:00 Uhr
Deutsche Gesellschaft für Muskelkranke e.V. (DGM)

Montag, 23. September 2019 | 13:00 – 15:00 Uhr
Treffen des Regionalverbandes Poliomyelitis

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
amt. Leiterin: Vicky Gottas

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

www.asb-leipzig.de



Mattheuerbogen 6
Leipzig-Probstheida

Am Sonnenpark

September 2019



Etwas Gutes am Ende des Sommers:

Zwiebelkuchen und Federweißer
Angebot vom 2. bis 8. September 2019
im Café & Bistro „Am Sonnenpark“

Seniorenbüro Südost mit Begegnungsstätte „Kregeline“



barrierefreier Zugang

Reservierung und Informationen:

03 41 86 97 69-100

Sanitätshaus Matthies stellt sich vor

Montag, 02. September 2019 | 10:00 – 16:00 Uhr

Das Sanitätshaus stellt neue Rollatoren und Elektromobile vor und kümmert sich um die kleinen Probleme an Ihrem Rollator. Auf Wunsch kann das eigene Hilfsmittel mitgebracht und auf Funktionstüchtigkeit überprüft werden.

kostenfrei



„An der Saale hellem Strande“ – eine Reise zwischen Merseburg und Jena

Donnerstag, 05. September 2019 | 16:00 – 17:00 Uhr

Diavortrag mit Dr. Frantzke

VVK: 5,00 € / AK: 6,00 €

„Kregeline“-Diskothek* mit DJ ALEX

Donnerstag, 05. September 2019 | 17:00 – 21:00 Uhr für Menschen mit Behinderung

UKB 2,00 €

Bewusstes Atmen trainieren*

Fr., 13. und 27. September 2019 | 15:30 – 17:00 Uhr

Atem ist Leben – Leben ist Bewegung.

Atemtraining mit Sabine

UKB 3,00 €



Nähcafé*

Montag, 02., 16. und 30. September 2019 | 14:00 – 16:00 Uhr

Offener Strick- und Handarbeitstreff. Wir sind Ihnen bei der Ausbesserung und Reparatur Ihrer Kleidungsstücke und Textilien behilflich. Wir helfen Ihnen gern, Sie nähen, wir leiten Sie an. Keine Änderungsschneiderei! Nähmaschinen sind vorhanden.

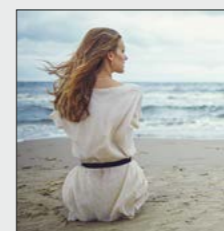
UKB 2,00 €

Tanzen im Sitzen*

Donnerstag, 05. und 19. September 2019 | 10:00 – 11:00 Uhr

Konzentration und Bewegung zu schwungvoller Musik

UKB 4,50 €



Gesundheitsberatung*

Freitag, 13. September 2019 | 10:00 – 12:00 Uhr

Thema: Klimakterium – das Wechselspiel der Hormone

UKB 2,00 €

Tanzen und Singen im Sitzen*

Mittwoch, 11. September 2019 | 9:45 – 10:45 Uhr für Menschen mit und ohne Behinderung unter der Leitung von Frau Dr. Arndt

UKB 4,50 €



Aquarellmalerei*

Mittwoch, 04. und 18. September 2019 | 10:00 – 12:00 Uhr unter künstlerischer Leitung von Frau Christina Rauschenbach

Sicher mobil – Verkehrssicherheit*

Mittwoch, 18. September 2019 | 14:30 – 16:00 Uhr Gesprächsrunde mit dem ADAC

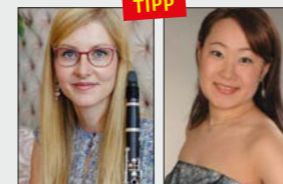
kostenfrei

Mobilitätsberatung der Leipziger Verkehrsbetriebe (LVB)*

Dienstag, 24. September 2019 | 15.30 – 16.30 Uhr

Interessierte Bürgerinnen und Bürger haben die Möglichkeit, sich über das Streckennetz, das Tarifsystem sowie die kombinierte Nutzung verschiedener Verkehrsmittel zu informieren

kostenfrei



TIPP

Junge Stimmen und Instrumentalisten: „Eine musikalische Weltreise“

Do., 26. September 2019 | 16:00 – 17:00 Uhr

Karolin Ketzl-Grüneberg (Klarinette) und Chizuru Böhme (Klavier) musizieren für Sie.

UKB 9,00 €



Tanzen am Rollator*

Sonntag, 15. September 2019 | 14:00 – 15:00 Uhr mit anschließendem gemeinsamen Kaffeetrinken

UKB 7,00 €

Jeden Montag von 08:30 – 09:15 Uhr ist die Sparkasse mit dem **Sparkassenmobil** und 14:00 Uhr der mobile **Lebensmittelhandel** vor Ort.



Etwas Gutes am Ende des Sommers:

Zwiebelkuchen und Federweißer

Angebot vom 2. bis 8. September 2019 im Café & Bistro „Am Sonnenpark“



Räume mieten:

Vermietung auch an Privat

Wir verfügen über mehrere Räume, die von Vereinen, Verbänden und Selbsthilfegruppen einmalig oder dauerhaft angemietet werden können. Einfach anfragen!

Telefon 0341 86 97 69-123