

## Programm für Junggebliebene

### **Gedächtnistraining – 02.,09.,16.,23.+30.04.2024**

Ob im Spiel oder mit Gedächtnisübungen - wir trainieren unsere „grauen Zellen“.

**Wann:** 13.15 Uhr  
**Wo:** „Gleis 1“  
**Kosten:** 3,00 €



### **Mi, 03.04.2024– „Kaffeeklatsch“**

Treffpunkt zum Schwatzen und Neuigkeiten austauschen.

**Wann:** 14.30 Uhr  
**Wo:** „Gleis 1“  
**Kosten:** 3,00 € (+ Kaffeegedeck)



### **Mo, 08.04.2024 – Kegeln**

Wir treffen uns wieder zum gemeinsamen Kegelspaß. Im Anschluss kann in der Sportgaststätte wieder lecker zu Mittag gegessen werden.  
Turnschuhe nicht vergessen!

**Wann:** 10.30 Uhr  
**Wo:** Kegelbahn CSV Siegmar 48 e.V  
Jagdschänkenstraße 35  
**Unkosten:** 3,00 € (Kegelbahn)



### **Mi, 10.04.2024 – „Kaffee- und Spielenachmittag“**

Gemeinsam Kaffee trinken und anschließend ein Spielchen wagen....

**Wann:** 14.30 Uhr  
**Wo:** „Gleis 1“  
**Kosten:** 3,00 € (+ Kaffeegedeck)



### **Mi, 17.04.2024 - „Sitztanz“**

Der sportlich – gesellige Nachmittag für alle, die sich gern etwas bewegen.

**Wann:** 14.00 Uhr  
**Wo:** „Gleis 1“  
**Kosten:** 3,00 € (+ Kaffeegedeck)



### **Mi, 24.04.2024 – „Vorgestellt...“**

Wir stellen Ihnen heute das Aufgabenfeld des Seniorensozialdienstes vor.

**Wann:** 14.30 Uhr  
**Wo:** „Gleis 1“  
**Kosten:** 3,00 € (+ Kaffeegedeck)

## **Regelmäßige Angebote:**

### **montags:**

→ 9:30 Uhr und 18:30 Uhr **Hatha-Yoga** (nach Anmeldung)



### **dienstags:**

→ ab 9:00 Uhr: **Treffpunkt Computer/ Smartphone** (3,00 €) - mit Anmeldung

→ 10:00 Uhr: „**In Bewegung 1**“ – **Sport mit Brigitte** (3,00 €)

→ 13:15 Uhr: **Gedächtnistraining** (3,00 €)

→ 13:00 Uhr: **Englisch-Club** (3,00 €)

→ 16:00 Uhr: **Stricken, Klöppeln und mehr, vierzehntägig** (3,00 €)

→ 17:30 Uhr: „**In Bewegung 2**“ – **Sport mit Brigitte** (3,00 €)



### **mittwochs:**

→ 9:00 Uhr: **Englisch f. Fortgeschrittene 3**

→ 10:15 Uhr: **Englisch f. Anfänger ab 24.04.**

→ 11:15 Uhr: **Englisch f. Fortgeschr. 2**

Kurse mit Anmeldung! (42,00 €/12 Kurseinheiten)

### → **Seniorenachmittag**

(Programm nebenstehend)



### **donnerstags:**

→ 10:00 Uhr: **Englischkurs BasicPlus**

Kurs mit Anmeldung! (65,00€/16 Kurseinheiten)

→ 14:00 Uhr: **Englisch f. Fortgeschrittene vierzehntägig** (42,00 €/12 Kurseinheiten)

Kurs mit Anmeldung!



„**Offener Treff**“ – Die Möglichkeiten des Bürgertreffs stehen während der Öffnungszeiten allen, egal ob alt oder jung, für eine individuelle Nutzung zur Verfügung.

### Außerdem im Gleis 1:

- Rat & Hilfe
- Kleine Galerie (regelmäßig wechselnde Ausstellungen)
- Räume für viele Gelegenheiten
- Einfache Dienstleistungen, wie Kopieren, Scannen, Drucken und Hilfe beim Schreiben von Bewerbungen
- zahlreiche Kurse und Interessengruppen

### **Besuchen Sie auch unsere beiden Projekte**

→ Begegnungsstätte „Lebensfreude“  
Stollberger Straße 131, 09120 Chemnitz  
Ruf/ Fax: (0371) 21 80 21

→ Bürgertreff Flemmingstraße  
Flemmingstraße 8 / Haus 19, 09116 Chemnitz  
Ruf: (0371) 35 33 41 Fax: 33 67 837

Im Internet finden Sie uns unter:  
[www.slh-chemnitz.de](http://www.slh-chemnitz.de)

**Sie vermissen ein Angebot?  
Sie haben noch ganz andere Ideen?  
Sie haben ausgefallene Wünsche?  
Sie trauen sich zu, einen Kurs zu leiten?  
Sprechen Sie mit uns!  
Wir helfen bei der Umsetzung.**

**Am 11.04.2024, 15 Uhr,** findet die nächste **Sprechstunde der Bürgerpolizisten,** POK Eberhard Arnold (für die Stadtteile Schönau, Stelzendorf, Reichenbrand und Siegmars) und PHM Mario Werning (für den Stadtteil Rabenstein) statt.



Der nächste **Malkurs mit Antje Meischner** findet **am 09.04.2024, von 13.30 -16.30 Uhr** statt.

Der Kurs ist fortlaufend, ein Einstieg jederzeit möglich und eignet sich für Einsteiger und Fortgeschrittene.



Ihre Anmeldungen und Anfragen richten Sie bitte direkt an Antje Meischner (Tel. 0176/41651080) oder an die Mitarbeiterinnen hier im Bürgertreff.

**Wir danken für die freundliche Unterstützung:**

**Bürgertreff**  
**„Gleis 1“**  
Projekt der  
Vereinigung Solidar- und Lebenshilfe  
Chemnitz e. V.



# Programm

### WO?

Oberfrohnauer Str. 2,  
09117 Chemnitz  
Telefon: 0371/ 8 20 88 90  
Fax: 0371 / 8 20 88 91  
E-Mail: [Gleis\\_1@freenet.de](mailto:Gleis_1@freenet.de)  
Homepage: [www.slh-chemnitz.de](http://www.slh-chemnitz.de)

### WANN?

Mo	9.00 – 17.00 Uhr
Di	9.00 – 17.30 Uhr
Mi	10.00 – 17.00 Uhr
Do	9.00 – 17.00 Uhr
Fr	9.00 – 14.00 Uhr

### Erreichbar mit:

Straßenbahn: Linie 1 ab Zentralhaltestelle  
Bus: Linie 41 und 43  
Zug: Regionalbahn bis Bahnhof Siegmars

*Gefördert durch Stadt Chemnitz und  
Bürgerstiftung Dresden (Wir für Sachsen)*

