

## Programm für Junggebliebene

### Gedächtnistraining – 03., 10., 17., 24. + 31.05.2022

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

**Wann:** 13.15 Uhr  
**Wo:** „Gleis 1“  
**Kosten:** 2,50 €



### Mi, 04.05.2022 – „Kaffeeklatsch“

Freunde treffen oder neue Freunde finden – beim gemütlichen Kaffeemittag ist das möglich.

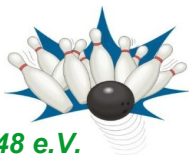
**Wann:** 14.30 Uhr  
**Wo:** „Gleis 1“  
**Kosten:** 2,50 €



### Mo, 09.05.2022 – Wir gehen Kegeln

Wir treffen uns wieder zum Kegeln. Auch Mittagessen im Anschluss in der Sportschänke ist wieder möglich. **Impfnachweis, Turnschuhe und Maske nicht vergessen!**

**Wann:** 10.30 Uhr  
**Wo:** Kegelbahn  
CSV Siegmars 48 e.V.  
Jagdschänkenstraße 35  
**Kosten:** 2,50 € (Kegelbahn)



**Anmeldung bis 04. Mai notwendig!**

**Am Montag, d. 02.05.2022 findet 14.30 Uhr eine Info-Veranstaltung für unser neues Kursangebot „Progressive Muskelrelaxation“ statt. Fragen, Infos und Anmeldungen unter 8208890.**

### Mi, 11.05.2022 – „Zu Gast im Azurit - Maibowle mit Musik“

Im Rahmen unseres Kooperationsprojektes sind wir heute ab 15.30 Uhr zu einem musikalischen Nachmittag zu Gast in der Gaußstraße. Vorher gibt es bei uns Kaffee und Kuchen.

**Wann:** 14.30 Uhr  
**Wo:** „Gleis 1“  
**Kosten:** 2,50 €



### Mi, 18.05.2022 - „Sitztanz“

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

**Wann:** 14.00 Uhr  
**Wo:** „Gleis 1“  
**Kosten:** 2,50 €



### Mi, 25.05.2022 – Buchlesung - „Man muss sich nur trauen“

Neues von der Online-Oma Renate Bergmann! Diesmal wird geheiratet. Lassen Sie sich von dem neuen Buch wie immer gut unterhalten.

**Wann:** 14.30 Uhr  
**Wo:** „Gleis 1“  
**Kosten:** 2,50 €



**Wir danken für die freundliche Unterstützung:**

## Regelmäßige Angebote:

### montags:

- 14.30 – 16.00 Uhr: **Freunde der russischen Sprache**, jeden 1. Montag im Monat (2,50 €)
- 10 Uhr - **Hatha-Yoga** (mit Anmeldung)
- **14.30 Uhr Progressive Muskelrelaxation** Neuer Kurs! (45,00 €, mit Anmeldung)



### dienstags:

- ab 9.00 Uhr: **Treffpunkt Computer** (2,50 €)
- Möglichst mit eigenem Laptop, Tablet oder Handy!**
- 10 – 11 Uhr: **Smartphonkurs – nur nach Anmeldung!**

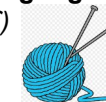
- 10 – 11 Uhr: **„In Bewegung 1“ – Sport mit Brigitte** (2,50 €)
- 13.15 – 15 Uhr: **Gedächtnistraining** (2,50 €)
- 13.00 – 14.30 Uhr: **Englisch-Club** (3,00 €)
- ab 16.00 Uhr: **Stricken, Klöppeln und mehr** (2,50 €), 05 + 19.04.

- 17.30 – 18.30 Uhr: **„In Bewegung 2“ – Sport mit Brigitte** (2,50 €)



### mittwochs:

- 10 – 11 Uhr: **Englisch f. Fortgeschrittene**
- 11:15 – 12.15 Uhr: **Englisch f. Anfänger** (beide Kurse 42,00 €, mit Anmeldung)
- **Seniorenachmittag** (Programm nebenstehend)



### donnerstags:

- 10 – 11.30 Uhr: **Englischkurs BasicPlus** (65,00 €, nur mit Anmeldung)
- 14 – 15.30 Uhr: **Englisch f. Fortgeschrittene** (3,50 €/UE mit Anmeldung)



**Täglich: „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.**

**+NEU+NEU+NEU+NEU+NEU+NEU+**

**Ab sofort können in  
unserer Bibliothek auch  
Hörbücher ausgeliehen werden!**



**Am 12.05.2022, 15 – 17 Uhr**, findet die nächste **Sprechstunde der Bürgerpolizisten**, PK 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 10. Mai 2022, von 13-16 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.

**Bitte beachten Sie, dass unsere  
Einrichtung am 27.05.2022  
(Tag nach Himmelfahrt)  
geschlossen bleibt.**

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



# Programm

Wo: Oberfrohaer Str. 2, 09117 Chemnitz  
Tel.: 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)

### **Öffnungszeiten:**

**Mo** 9.00 – 16.00 Uhr  
**Di + Do** 9.00 – 18.00 Uhr  
**Mi** 10.00 – 18.00 Uhr  
**Fr** 9.00 – 14.00 Uhr

*Darüber hinaus und am Wochenende nach Absprache.*

### **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)*

