

Programm für Junggebliebene

Gedächtnistraining – 02.,09.,16.,23.+30.01.2024

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

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



Mi, 03.01.2024 – „Das wünsche ich mir“

Wir stoßen an auf das neue Jahr, auf gute Vorsätze, neue Pläne und besprechen Ihre Wünsche für 2024.

Wann: 14.00 Uhr
Wo: „Gleis 1“
Kosten: 3,00 €



Mi, 10.01.2024– „Bingo - Nachmittag“

Spielspaß bei Kaffee, Kuchen und kleinen Gewinnen.

Wann: 14.00 Uhr
Wo: „Gleis 1“
Kosten: 3,00 €



Mo, 15.01.2024 – 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 Siegmars 48 e.V.
Jagdschänkenstraße 35.
Unkosten: 2,50 € (Kegelbahn)

Mi, 17.01.2024– „Vorgestellt“

Bei Kaffee und Kuchen stellen wir Ihnen heute die Tagespflege „Haus Waldquell“ in Grüna vor und beantworten Ihre Fragen zu dieser Art von Betreuung.

Wann: 14.00 Uhr
Wo: „Gleis 1“
Kosten: 3,00 €



Mi, 24.01.2024 - „Sittzanz“

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

Wann: 13.30 Uhr
Wo: „Gleis 1“
Kosten: 3,00 €



Mi, 31.01.2024 – Kaffeepachmittag

Geselliges Beisammensein bei Kaffee und Kuchen .

Wann: 14.00 Uhr
Wo: „Gleis 1“
Unkosten: 3,00 €



Regelmäßige Angebote:

montags:

→ 9.30 Uhr und 18.30 Uhr **Hatha-Yoga**
(ab Februar 2024 wieder nach Anmeldung)



dienstags:

→ ab 9.00 Uhr: **Treffpunkt Computer/ Smartphone** (2,50 €) - mit Anmeldung
→ 10 – 11 Uhr: „In Bewegung 1“ – **Sport mit Brigitte** (3,00 €)
→ 13.15 – 15 Uhr: **Gedächtnistraining** (3,00 €)
→ 13.00 – 14.30 Uhr: **Englisch-Club** (3,00 €)
→ ab 16.00 Uhr: **Stricken, Klöppeln und mehr, vierzehntägig**
→ 17.30 – 18.30 Uhr: „In Bewegung 2“ – **Sport mit Brigitte** (3,00 €)



mittwochs:

→ 9.00 – 10.00 Uhr: **Englisch f. Anfänger**
→ 10.15 – 11.15 Uhr: **Englisch f. Fortgeschr. 1**
→ 11.15 – 12.15 Uhr: **Englisch f. Fortgeschr. 2**
Kurse mit Anmeldung! (42,00 €/12 Kurseinheiten)

→ **Seniorennachmittag** (Programm nebenstehend)

donnerstags:

→ 10 – 11.30 Uhr: **Englischkurs BasicPlus**
Kurs mit Anmeldung! (65,00€/16 Kurseinheiten)
→ 14 – 15.30 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

**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.**

Wir danken für die freundliche Unterstützung:

Am 11.01.2024, 15 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 09.01.2024, 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 wünschen ein frohes und gesundes 2024!



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
Homepage: www.slh-chemnitz.de

WANN?

Mo	9.00 – 16.00 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

Bitte die geänderten Öffnungszeiten zum Jahreswechsel beachten.

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)



J
a
n
u
a
r