Programm für Junggebliebene

Gedächtnistraining – 02.,09.,16.,23. + 30.09.2025

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

Wann: ***13:15 Uhr***
Wo: ***„Gleis 1“***
Kosten: ***3,00 €***

Mi, 03.09.2025 – Kaffeenachmittag

Gemütliches Beisammensein bei Kaffee und Kuchen.

Wann: ***14:30 Uhr***
Wo: ***„Gleis 1“***
Kosten: ***3,00 € (+ Kaffeegedeck)***

Mi, 10.09.2025 - „Sitztanz“

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

Wann: ***14:00 Uhr***
Wo: ***„Gleis 1“***
Kosten: ***3,00 € (+ Kaffeegedeck)***

Mo, 15.09.2025 – Kegeln – fällt aus!

Aufgrund von Urlaub beim CSV Siegmar 48 e.V. muss unser Kegeln in diesem Monat leider ausfallen.

Mi, 17.09.2025 – Vorgestellt: „Rita Gerstenberger - Ein Sportlerleben in der DDR“

Wir freuen uns auf spannende Geschichten von Rita Gerstenberger, die als Diskus- und Speerwerferin mit Sehbehinderung die einzige Frau in der Geschichte war, die für die DDR an den Paralympischen Spielen teilgenommen hat.

Wann: ***14:30 Uhr***
Wo: ***„Gleis 1“***
Kosten: ***3,00 €***

Mi, 24.09.2025 –„Wir läuten den Herbst ein ...“

In diesem Jahr gibt es in Anlehnung an das Oktoberfest bayrische Spezialitäten.

Wann: ***12.00 Uhr***
Wo: ***„Gleis 1“***
Kosten: ***3,00 € + 8,00 € Mittagessen + 3,50 € Kaffeetrinken***

Verbindliche Anmeldung bitte bis 17.09.25!

Wir danken für die freundliche Unterstützung:

Regelmäßige Angebote:

montags:
→ ab 9.30 Uhr **Hatha-Yoga** - mit Anmeldung

dienstags:
→ ab 9:00 Uhr: **Treffpunkt Computer/ Smartphone** *(3,00 €)* - mit Anmeldung
→ ab 10:00 Uhr: **Malgruppe** *(6,00 €) Jeden 1. Dienstag im Monat!*

→ 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** *(16.+30.09.)*
→ 17:00 Uhr**: „In Bewegung 2“ – *Sport mit Brigitte*** *(3,00 €)*

mittwochs:
→ 09:45 Uhr: **Englisch f. Fortgeschrittene 1**
→ 11:15 Uhr: **Englisch f. Fortgeschrittene 2** *(je 3,50 €) –> Start: 10.09.!* - mit Anmeldung
→ 14:30 Uhr: **Seniorennachmittag** (Programm nebenstehend)

donnerstags:
→ 9:00 - 14:00 Uhr **Beratung und Hilfe bei Anträgen und Formularen, Gesprächsangebot für alle (gern auch 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

Neues Angebot!

Am Montag, 15.09.2025 findet die Auftakt-veranstaltung zur Veranstaltungsreihe **„Folkloretänze aus aller Welt“** statt.

Beginn: 14.30 Uhr

Am 11.09.2025, 15 Uhr, findet die nächste **Sprechstunde des Bürgerpolizisten,**
POK Eberhard Arnold für die Gebiete Schönau, Stelzendorf, Reichenbrand und Siegmar statt.

Einladung

Am Samstag, d. 27. September, laden wir von 14 – 18 Uhr alle Interessierten, zum Tag der offenen Tür ein.
Wir wollen diesen Anlass nutzen, unsere Angebote vorzustellen und ins Gespräch zu kommen.

Natürlich wird auch für das leibliche Wohl gesorgt sein!

Musikalische Unterhaltung#Kreatives(Filzen)# Vorstellung der Malgruppe#Bürgerpolizist# #Infos zur Bürgerplattform

Über das genaue Programm informieren Sie sich bitte bei uns.

Im Rahmen der Woche der Demenz laden wir am **Montag, 22.09.2025 von 9 bis 11 Uhr** zum **Erfahrungsaustausch „Ernährung und Demenz“** ein.
Herr Knoblauch vom Gesundheitsamt wird dazu in einem kurzen Vortrag auf Rezept- und Anrichte - Ideen eingehen.

Wir freuen uns über eine Anmeldung bis 18.09.!

Bürgertreff „Gleis 1“

Projekt der
Vereinigung Solidar- und Lebenshilfe Chemnitz e. V.

Programm

WO? *Oberfrohnaer 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

Erreichbar mit:

Straßenbahn:	Linie 1 bis Schönau
Bus:	Linie 41 und 43 bis Hst. Bahnhof Siegmar
Zug:	Regionalbahn bis Bahnhof Siegmar

September

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

CHEMNITZ KULTURHAUPTSTADT EUROPAS 2025

WIR FÜR SACHSEN bürgerschaftliches engagement