



Seniorenbüro Alt-West

mit Seniorenbegegnungsstätte

Saalfelder Straße 12, 04179 Leipzig

Tel: 0341 49541102

sb-altwest@vs-lpz.de

Öffnungszeiten:

Mo: 10:00 bis 16:00 Uhr

Di: 09:00 bis 12:30 Uhr

13:00 bis 15:30 Uhr

Mi: 10:00 bis 16:00 Uhr

Do: 09:00 bis 16:00 Uhr

Fr: geschlossen

Monatsprogramm Oktober 2024 – Teil 1

Sozialberatung zu Themen wie Pflege, Wohnen im Alter, freiwilliges Engagement und Freizeit – kostenfrei. Dienstag 10:00 bis 12:00 Uhr und Donnerstag 14:00 bis 16:00 Uhr und nach persönlicher Absprache. **Melden Sie sich bitte für die Veranstaltungen mit (A) markiert an! Leipzig-Pass Empfänger/innen gewähren wir eine Ermäßigung des UKB von 50%. Am 03.10. und am 31.10. wegen Feiertag geschlossen**

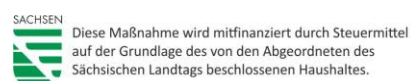
Ausgewählte Veranstaltungen

Montag	07. Okt	14:15 Uhr	Selbsthilfegruppe Rolli 40+
	14. Okt	14:15 Uhr	Gedächtnistraining (UKB: 1,50€)
	21. Okt	14:15 Uhr	Mobilitätsberatung mit der LVB
	28. Okt	14:30 Uhr	(A) Info-Café: Hausnotruf – Der Notfallknopf
Dienstag	22. Okt	10:00 Uhr	Gedächtnistraining (UKB: 1,50)
Mittwoch	02. Okt	10:30 Uhr	(A) Präventionssport für Senioren:innen* Schnupperstunde
		14:30 Uhr	Aktionswoche ‚Älterwerden in Leipzig‘ Wir wir sind dabei mit einem Quiz mit gesundem Snack (UKB: 1,50€)
	09. Okt	14:30 Uhr	Wir spielen Bingo! (UKB: 1,50€)
	16. Okt	14:30 Uhr	Quiznachmittag zum Thema Gesundheit und Aromen mit der Merkur Apotheke (kostenlos)
	23. Okt	10:00 Uhr	Offenes Reisecafé: Freizeit- und Reiseaktivitäten für 2025 ganz konkret (kostenlos)
		14:30 Uhr	(A) Herbstfest mit Liedercafé und Kleidertausch (UKB: 3,50€)
	30. Okt	14:00 Uhr	Wir spielen Bingo! (UKB: 1,50€)
		15:30 Uhr	(A) Tanzaufführung mit Mitmachtanzen (UKB: 2,50€)

Träger:



Gefördert von:





Seniorenbüro Alt-West

mit Seniorenbegegnungsstätte

Saalfelder Straße 12, 04179 Leipzig

Tel: 0341 49541102

sb-altwest@vs-lpz.de

Öffnungszeiten:

Mo: 10:00 bis 16:00 Uhr


Di: 09:00 bis 12:30 Uhr

13:00 bis 15:30 Uhr

Mi: 10:00 bis 16:00 Uhr

Do: 09:00 bis 16:00 Uhr

Fr: geschlossen

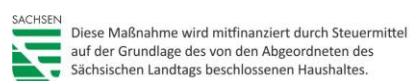
Donnerstag	10. Okt	13:00 Uhr	Kreativgruppe 55+ <i>Thema: Filzarbeiten oder Webtechniken (Bildgestaltung, Mobile basteln)</i>
	17. Okt	13:30 Uhr	Wir probieren neue Techniken aus! Aquarellmalen mit Stiften (mit der WILMA KulTOURkutsche) (UKB: 1,50€)
	23. Okt	14:00 Uhr	 Literaturkreis: Wir lesen „Lausbubengeschichten aus Kummerow“

*zertifizierter Präventionskurs bezuschusst von der Krankenkasse (10-Wochen) in Kooperation mit SielBleu gGmbH → Start am **Fr. 11. Okt um 10:00 Uhr bis Fr. 16. Dez**

Träger:



Gefördert von:





Seniorenbüro Alt-West

mit Seniorenbegegnungsstätte

Saalfelder Straße 12, 04179 Leipzig

Tel: 0341 49541102

sb-altwest@vs-lpz.de

Öffnungszeiten:

Mo: 10:00 bis 16:00 Uhr

Di: 09:00 bis 12:30 Uhr

13:00 bis 15:30 Uhr

Mi: 10:00 bis 16:00 Uhr

Do: 09:00 bis 16:00 Uhr

Fr: geschlossen

Monatsprogramm Oktober 2024 – Teil 2

Sozialberatung zu Themen wie Pflege, Wohnen im Alter, freiwilliges Engagement und Freizeit – kostenfrei. Dienstag 10:00 bis 12:00 Uhr und Donnerstag 14:00 bis 16:00 Uhr und nach persönlicher Absprache. **Melden Sie sich bitte für die Veranstaltungen mit (A) markiert an! Leipzig-Pass Empfänger/innen gewähren wir eine Ermäßigung des UKB von 50%. Am 03.10. und am 31.10. wegen Feiertag geschlossen**

Regelmäßige Veranstaltungen / Kurse

jeden Montag

10:00 – 12:45 Uhr Spielevormittag mit Rommé, Puzzeln, Schach spielen

13:00 – 14:00 Uhr Hand-Finger-Gymnastik (UKB: 1,50 €)

16:45 – 17:45 Uhr **Tanzkurs 55+ | Gesellige Tänze, Volkslieder, u.v.m. (A)** (14. u. 28.10)

jeden Dienstag

09:00 – 12:30 Uhr Singen mit VS-Frauenchor 'Singlust' und Tanzgruppe ab 11:00 Uhr (*nicht am 22.10.*)

13:00 – 15:30 Uhr (A) Smartphone, Tablet, Laptop und E-Book Sprechstunde → *Wir helfen Ihnen bei Fragen rund um Grundeinstellungen, Installation von Apps, Speichern von Fotos...*

13:30 – 15:00 Uhr (A) Smartphone Kurs (4-teiliger-Aufbaukurs) (UKB: 10 €) mit Carola Weber *!nicht am 22. Oktober! Voraussetzungen: Teilnahme an dem Grundkurs oder Grundkenntnisse in der Smartphonennutzung*

jeden Mittwoch

10:00 – 11:30 Uhr (A) Italienischkurs für Anfänger/innen (UKB: 3 €) (09., 16. u. 30.10.)

14:00 – 16:00 Uhr → *sieh ‚Ausgewählte Veranstaltungen‘*

jeden Donnerstag

09:00 – 12:00 Uhr Theatergruppe ‚Die Spielfreudigen‘

Kommen Sie zu den Schnuppertagen am 26.09. und am 10.10. vorbei!

14:00 – 16:00 Uhr → *sieh ‚Ausgewählte Veranstaltungen‘*

Träger:



Gefördert von:



Stadt Leipzig
Sozialamt



Diese Maßnahme wird mitfinanziert durch Steuermittel auf der Grundlage des von den Abgeordneten des Sächsischen Landtags beschlossenen Haushaltes.

