

Programm für Junggebliebene

Gedächtnstraining – 06.,13.,20. + 27.08.2024

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

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



Mi, 07.08.2024– „Eiszeit“

Wir testen heute verschiedene neue, leckere Eissorten.

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



Mo, 12.08.2024 – 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.
Jagdshänkenstraße 35
Unkosten: 3,00 € (Kegelbahn)



Mi, 14.08.2024 - „Sitztanztanz“

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

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



Mi, 21.08.2024– „Urlaubserinnerungen - Schönes Ostfriesland“

Freuen Sie sich auf einen unterhaltsamen Nachmittag mit einer virtuellen Rundreise in Ostfriesland.

Wann: 14.30 Uhr
Wo: „Gleis 1“
Kosten: 5,50 € (+ Kaffeegedeck)

Mi, 28.08.2024– „Kaffeeklatsch“

Treffpunkt zum Schwatzen und Neuigkeiten austauschen.

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



Wir danken für die freundliche Unterstützung:

Regelmäßige Angebote:

montags:

→ **Hatha-Yoga** (nach Anmeldung)
Start am 05.08. 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: **Gedächtnstraining** (3,00 €)

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

→ 16:00 Uhr: **Stricken, Klöppeln**
Sommerpause bis September

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



mittwochs:

→ 10:00 Uhr: **Englisch f. Fortgeschrittene 1**

→ 11:15 Uhr: **Englisch f. Fortgeschrittene 2**
Pause bis November

→ **Seniorenachmittag**
(Programm nebenstehend)



donnerstags:

→ 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

**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 08.08.2024, 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 13.08.2024, 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.



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

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)*



**A
u
g
u
s
t**