

## 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 - „Sittanz“**

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](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.**



**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](mailto:Gleis_1@freenet.de)  
Homepage: [www.slh-chemnitz.de](http://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**