

Programm für Junggebliebene

Gedächtnistraining – 05.,12.,19.+26.11.2024

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

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



Mo, 04.11.2024 – Kegeln

Wir treffen uns wieder zum gemeinsamen Kegelspaß.
Turnschuhe nicht vergessen!

Wann: 10:00 Uhr!
Wo: Kegelbahn CSV Siegmars 48 e.V.
Jagdschänkenstraße 35
Kosten: 3,00 € (Kegelbahn)



Mi, 06.11.2024 – Buchlesung „Nach drei Strophen ist aber Schluss“

Freuen Sie sich auf die neuesten Abenteuer der online-Omi Renate Bergmann.

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



Mi, 13.11.2024 - „Sitztanz“

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

Wann: 13:30 Uhr
Wo: „Gleis 1“
Kosten: 3,00 € (+ Kaffeegedeck)



Do, 21.11.2024 – Wir holen den Martinstag nach

Da die Ausfahrt zum Martinsgansessen leider ausgefallen ist, laden wir heute zu gemeinsamen Gansessen ein.

Wann: 12:00 Uhr
Wo: „Gleis 1“
Kosten: 3,00 €
+ Mittag: 33,00 € (Gänsekeule, Klöße und Rotkraut)
+ Kaffeegedeck: 3,50 €

Verbindliche Anmeldung und Bezahlung bis spätestens 11.11.!

Mi, 27.11.2024 – „Plätzchenzeit“

Zum Einstieg in die Adventszeit testen wir heute die ersten Weihnachtsplätzchen. Ihre Lieblingsrezepte oder Kostproben davon sind natürlich gerngesehen.

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



Regelmäßige Angebote:

montags:

→ ab 9.30 Uhr **Hatha-Yoga** (nach Anmeldung)



dienstags:

→ ab 9:00 Uhr: **Treffpunkt Computer/ Smartphone** (3,00 €) - mit Anmeldung

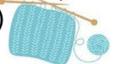
→ 10:00 Uhr: „**In Bewegung 1**“ – **Sport mit Brigitte** (3,00 €)

→ 13:15 Uhr: **Gedächtnistraining** (3,00 €)

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

→ 16:00 Uhr: **Stricken, Klöppeln**

→ 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!



→ 14:00 - 16:00 Uhr **Beratung und Hilfe bei Anträgen und Formularen, Gesprächsangebot für alle**

„**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 14.11.2024, 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.



**Bitte beachten Sie, dass wir
am 31.10. und 01.11.
geschlossen haben!
Wir wünschen einen schönen
Feiertag.**

Wir danken für die freundliche Unterstützung:

Bürgertreff „Gleis 1“

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



Programm

WO? Oberfrohaer 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 Zentral-
haltestelle
Bus: Linie 41 und 43
Zug: Regionalbahn
bis Bahnhof Siegmars

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



CHEMNITZ
KULTURHAUPTSTADT
EUROPAS 2025



**N
o
v
e
m
b
e
r**