

Programm für Junggebliebene

Gedächtnistraining – 08.,15.,22.+29.01.2025

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

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



Mi, 08.01.2025 – Prosit Neujahr

Wir stoßen auf das neue Jahr an, schmieden Pläne für 2025 und wer Lust hat kann beim Zinngießen schauen, was das neue Jahr bereit hält.

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



Mo, 13.01.2025 – Kegeln

Wir treffen uns wieder zum gemeinsamen Kegelspaß.

Turnschuhe nicht vergessen!

Wann: 10:30 Uhr
Wo: Kegelbahn CSV Siegmars 48 e.V.
Jagdschänkenstraße 35
Kosten: 3,00 € (Kegelbahn)



Mi, 15.01.2025 – Kaffeeklatsch

Gemütliches Beisammensein bei Kaffee und Kuchen.

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



Kaffeeklatsch

Mi, 22.01.2025 - „Sitztanz“

Zum letzten mal in diesem Jahr:
Der sportlich – gesellige Nachmittag für alle, die sich gern etwas bewegen.

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



Mi, 29.01.2025 – „Sicher unterwegs im Straßenverkehr“

In gemütlicher Kaffeerunde begrüßen wir heute wieder Herrn Stöckel von der Verkehrswacht Chemnitz, der uns Tipps zum richtigen Verhalten im Straßenverkehr geben wird.

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



Regelmäßige Angebote:

montags:

→ ab 9.30 Uhr **Hatha-Yoga** (nach Anmeldung)
Pause bis vorauss. Mitte Januar



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 (7.+21.01.)**

→ 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**

→ **Seniorenachmittag** (Programm nebenstehend)



donnerstags:

→ 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 09.01.2025, 15 Uhr, findet die nächste **Sprechstunde der Bürgerpolizisten**, POK Eberhard Arnold (für die Stadtteile Schönau, Stelzendorf, Reichenbrand und Siegmar) und PHM Mario Werning (für den Stadtteil Rabenstein) statt.



„Gleis 1“ wünscht



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 Siegmar

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



J a n u a r