

# Seniorenbüro Südost „SoSo“

Gletschersteinstraße 28, 04299 Leipzig

**Telefon:** 0341 – 25695340

**E-Mail:** seniorenbuero@mobiler-behindertendienst



## SoSo – Programm für Juli 2024

---

### **Achtung Sommer - Schließzeit: 15.07. – 02.08.2024!**

Während unserer Schließzeit sind wir zu folgenden Terminen dennoch für Sie da:

Di, 16.07.	14:00 – 16:30 Uhr	<b>Sommer – Café</b> mit Kaffee und Gebäck
Di, 23.07.	14:00 – 16:30 Uhr	<b>Sommer – Café</b> mit Kaffee und Gebäck
Di, 30.07.	14:00 – 16:30 Uhr	<b>Sommer – Café</b> mit Kaffee und Gebäck

Am **15. & 16.07.** findet die **Seniorenberatung zu den gewohnten Zeiten** statt!

---

### Allgemeine Öffnungszeiten:

**Mo** 9 – 15 | **Di** 9:30 – 17 | **Mi** 9 – 17 | **Do** 9:30 – 17 | **Fr** 9 – 13 Uhr

### Seniorenberatung

**Montag 11 – 15 Uhr**

Bitte Termin vereinbaren!

**Dienstag 10 – 14 Uhr**

**Vom 22.07. – 02.08. findet keine Seniorenberatung statt!**

### Seniorentreff

**Auf Anfrage: Klavierunterricht**

#### Montag

01. & 08.07. 10:00 – 11:00

#### Englischstunde

Erste Worte auf Englisch lernen

01. & 08.07. 11:30 – 13:00

#### Smartphone- und Tablet-Zirkel

(UKB: 10 €) Bitte anmelden!

01. & 08.07. 13:30 – 14:30

#### Offene Tanzgruppe mit Mila\* (UKB 3 €)

\*bitte anmelden

(Kreistänze, Sitztanz, etc.; UKB)

08. & 22.07. 15:00 – 16:30 **Selbsthilfegruppe: Depressionen, Ängste, Schlafstörungen**  
(Leipziger Bündnis gegen Depressionen)

**14-tägig, unabhängig von unserer Schließzeit!**

## Dienstag

02. & 09.07. 10:00 – 11:00 **Fröhliche Sing-Runde**  
Auf Anfrage: 11:30 – 13:00 **„Helfende Hand“** für kleine handwerkliche Arbeiten in Ihrem zu Hause

02. & 09.07. 11:30 – 12:30 **Selbsthilfegruppe Brustkrebs 1985**  
- Sport nach Krebs -

02. & 09.07. 13:00 – 15:00 **Skatrunde für alle Interessierten**

02. & 09.07. 15:00 – 16:00 **Bewegungsangebot im Sitzen**

02. & 09.07. 15:00 – 16:00 **Spaziergänge in der Umgebung**

## Mittwoch

03. & 10.07. 11:00 – 12:00 **Smartphone- und Tablet-Sprechstunde\***  
*\*bitte anmelden*

03.07. 11:00 – 13:00 **Gemeinsam „isst´s“ schöner!\***  
*\*bitte anmelden* Wir kochen zusammen (UKB 4 €)

03.07. 14:00 – 16:00 **Besuch der Eisdiele**  
**„Zum Pillendreher“**

10.07. 14:00 – 16:00 **Wir backen Waffeln\*** (UKB 3 €)  
*\*bitte anmelden*

## Donnerstag

04. & 11.07. 10:00 – 12:00 **Kreativzeit:** Handarbeit und Basteln  
(Je nach Angebot gibt es einen UKB)

04.07. 14:00 – 16:00 **Bingo und Gedächtnistraining** (UKB je 1 €)

11.07. 14:00 – 16:00 **Bewegungsspiele drinnen und draußen**  
(Boccia, Kegeln und mehr)

## Freitag

05.07. 10:00 – 12:00 **Kreatives Malen**  
(verschiedene Materialien und Techniken)

12.07. 09:30 – 12:00 **Gesundes Frühstück mit geselliger Spielerunde\*** (UKB 4 €)  
*\*bitte anmelden*

