

Seniorenbüro Südost „SoSo“

Gletschersteinstraße 28, 04299 Leipzig

Telefon: 0341 – 25695340

E-Mail: seniorenbuero@mobiler-behindertendienst.de



SoSo – Programm für Dezember 2024

Allgemeine Öffnungszeiten:

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

Seniorenberatung

Bitte Termin vereinbaren!

Montag 11 – 15 Uhr

Dienstag 10 – 14 Uhr

Seniorentreff

Auf Anfrage: Klavierunterricht

Montag

10:00 – 11:00

11:30 – 13:00

*bitte anmelden

13:30 – 14:30

*bitte anmelden

14-tägig

15:00 – 16:30

Englischstunde

Erste Worte auf Englisch lernen

Smartphone- und Tablet-Zirkel*

(UKB: 10 €)

Offene Tanzgruppe* (UKB 3 €)

(Kreistänze, Polka, etc.)

Selbsthilfegruppe:

Depressionen, Ängste, Schlafstörungen

(Leipziger Bündnis gegen Depressionen)

Weihnachtsbrunch (mit UKB)*

23.12.

10:00 – 12:00

*bitte anmelden

12:00 – 14:00

Gemütlicher offener Treff

Zeit für Gespräche und Beisammensein

Dienstag

10:00 – 11:00

Auf Anfrage:

11:30 – 13:00

*bitte anmelden

11:30 – 12:30

*bitte anmelden

13:00 – 15:00

*bitte anmelden

15:00 – 16:00

15:00 – 16:00

Fröhliche Sing-Runde

„Helfende Hand“ für kleine handwerkliche und technische Arbeiten in Ihrem zu Hause*

Selbsthilfegruppe Brustkrebs 1985

- Sport nach Krebs –*

Skatrunde für alle Interessierten*

Bewegungsangebot im Sitzen

Nordic Walking/ Spaziergänge in der Umgebung

Mittwoch

	11:00 – 12:00 *bitte anmelden	Mediensprechstunde* Hilfe rund ums Smartphone, den Laptop, etc.
04. & 18.12	11:00 – 13:00 *bitte anmelden	Gemeinsam „isst´s“ schöner!* Wir kochen zusammen (UKB 4 €) Extra am 04.12.: Plätzchen backen für´s SoSo
04.12.	14:30 – 16:00	Sicher unterwegs in Leipzig Infos und Tipps für ältere Menschen, die im Straßenverkehr unterwegs sind (Deutscher Verkehrssicherheitsrat & ADAC)
11.12.	14:00 – 16:00	Adventsnachmittag mit Liedern, Gedichten und Geschichten gemeinsam mit dem Sehbehinderten- und Blindenverband
18.12.	11:00 – 13:00 *bitte anmelden	Gemeinsam „isst´s“ schöner!* Wir kochen zusammen (UKB 4 €)
18.12.	14:00 – 16:00 *bitte anmelden	Gemütliche Weihnachtsfeier mit Musik und Wichteln (mit UKB)*

Donnerstag

	10:00 – 12:00	Kreativzeit: Handarbeit und Basteln (Je nach Angebot gibt es einen UKB)
05. & 19.12.	14:00 – 16:00	Bingo und Gedächtnistraining (UKB je 1 €)
12.12.	14:00 – 16:00	Bewegungsspiele draußen (Boccia, etc.) oder Brettspiele drinnen

Freitag

06.12	10:00 – 13:00	Nikolausrunde und Kreatives Malen (verschiedene Materialien und Techniken)
13.12.	10:00 – 13:00	Besuch des Leipziger Weihnachtsmarktes Optional: Riesenrad und Glühwein
20.12.	09:30 – 12:00 *bitte anmelden	Gesundes Frühstück mit geselliger Spielerunde* (UKB 4 €)

Sonntag

01.12.	14:00 – 19:00	Wir sind auf dem Adventsmarkt vom Gutshof Stötteritz
---------------	----------------------	---

Unser Programm für Sie „zwischen den Jahren“

27.12.	13:30 – 16:00	Weihnachtscafé – mit Zeit zum Austausch
30.12.	10:00 – 13:00	Zeit für Beratung und Einzelgespräche
	14:00 – 16:00	Gesellige Runde zum Jahresausklang

