

| KW | Montag | Dienstag | Mittwoch | Donnerstag | Freitag | Samstag | Sonntag |
|----|--------------------------------------|---|--------------------------------------|--|--|---------|---------|
| 18 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
| | 14.30 Seniorentreff Kaffeeklatsch | 9.30 Nordic Walking Treff Bahnhof | 14.30 Seniorentreff Kaffeeklatsch | 15 - 17 SHG Krebs | 17 - 19 AG Schach | | |
| | | 16 - 17 Sport- u. Muskelaufbau | | 18 - 19 Sport- u. Muskelaufbau | | | |
| | | 17 - 18.30 Line Dance | | 19 - 20.30 Line Dance | | | |
| 19 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 |
| | 14.30 Seniorentreff Kaffeeklatsch | 19.00 Gesundheitsvortrag: Studien und Erfahrungen mit pflanzlichen Ölen | 14.30 Seniorentreff Kaffeeklatsch | 9.00 Frühstück Ü60 | 14 - 16 Seniorentanzgruppe Kreis- u. Gassentanz | | |
| | | | | | 17 - 19 SHG Depression | | |
| | | | | | | | |
| 20 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 |
| | 14.30 Seniorentreff Kaffeeklatsch | | 14.30 Seniorentreff Kaffeeklatsch | 9.30 Seniorentreff Süß & Herz(haft)lich | 14 - 16 Seniorentanzgruppe Kreis- u. Gassentanz | | |
| | | | | 15 - 17 SHG Krebs | | | |
| | | | | 18 - 19 Sport- u. Muskelaufbau | | | |
| 21 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 |
| | | 9.30 Nordic Walking Treff Bahnhof | | 18 - 19 Sport- u. Muskelaufbau | 17 - 19 SHG Depression | | |
| | | 17 - 18.30 Line Dance | | 19 - 20.30 Line Dance | | | |
| | | 19.00 Gesundheitsvortrag Entspannungsübungen | | | | | |
| 22 | 1 | 2 | 2 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| | | 16 - 17 Sport- u. Muskelaufbau | | 9.00 Frühstück Ü60 | | | |
| | | 17 - 18.30 Line Dance | | 15 - 17 SHG Krebs | | | |
| | | | | 18 - 19 Sport- u. Muskelaufbau | | | |
| | | | 19 - 20.30 Line Dance | | | | |

Anmeldung/Kontakt

Mehrgenerationenangebote

Voranmeldung bitte immer Mi 10-13 Uhr
☎ 03581 66 930 62 o.
E-Mail: verbandsarbeit@asb-gr.de

| | |
|-------------|-----------------------|
| Fam. Graber | Hr.Mende/Fr. Schiefer |
| Hr. Siegler | Fr. Rücker |
| Hr. Reimann | Fr. Schneider |
| Hr. Siegler | Fr. Schramm |

Seniorentreff

Voranmeldung Di/Do 11.30-14
☎ 03581 66 930 60

Fr. Reiche/Fr. Möller/Hr. Hinkelmann

Gesundheitsvorträge

Voranmeldung bitte bei
Hr. Siegler ☎ 03581 68 37 067

Soziale Orte
Diese Maßnahme wird mitfinanziert mit Steuermitteln auf Grundlage des vom Sächsischen Landtag beschlossenen Haushaltes.

Beratungs- und Unterstützungsangebote - WICHTIG! Voranmeldung bitte per Telefon (hinter Angebot) o. E-Mail: verbandsarbeit@asb-gr.de bitte.



- **Bürgerberatung** - nach Vereinbarung Di/Do 10:00 - 12:00 Uhr und Do 13:30 - 15:00 Uhr, ☎ 03581 66 930 62 - Herr Hartmann
- **Schuldnerberatung** - nach Vereinbarung ☎ 03581 66 930 61 - Frau Rosenbaum
- **Wunsch-Omas- und Wunsch-Opas** - jeden Di 13:00 - 17:00 Uhr Sprechstunde, ☎ 03581 66 930 62 - Frau Kreibich
- **Wünschewagen-Sprechstunde** - nach Vereinbarung - Mi 10:00 - 13:00 Uhr, ☎ 03581 66 930 62 oder 03581 735 102
- **kostenfreies Pflege-Beratungsgespräch** - nach Vereinbarung ☎ 03581 735 120

