

# Seniorenbüro West

mit Seniorenbegegnungsstätte

Stuttgarter Allee 18, 04209 Leipzig

Telefon: 0341 94683439

E-Mail: beratungszentrum@awo-leipzig-stadt.de

## Öffnungszeiten

Mo, Di, Do 09:30 – 16:00 Uhr

Mi 10:00 – 18:00 Uhr

Fr 09:30 – 12:00 Uhr

Stand: 15.01.2025



Das Seniorenbüro West wird durch die Stadt Leipzig gefördert.

## Veranstaltungen Februar 2025 (Rot = Bitte anmelden)

<b>Montag</b>	10.00 – 12.00 Uhr 13.00 – 15.00 Uhr	<b>jeden Mo</b> <b>jeden Mo</b>	<b>Offener Englisch- Stammtisch</b> für Sprachbegeisterte <b>Offener Freizeittreff</b> – gemeinsam Zeit verbringen
<b>Dienstag</b>	10.00 – 12.00 Uhr 13.00 – 15.00 Uhr 10.00 – 12.00 Uhr 13.00 – 15.00 Uhr 10.00 – 12.00 Uhr 13.30 – 16.00 Uhr	04./18.02.25 04./18.02.25 11.02.2025 11.02.2025 25.02.2025 25.02.2025	<b>Gedächtnistraining:</b> Lustige Übungen mit Fr. Lüdtker <b>FotoTreff:</b> Offener Treff für alle Fotofreunde <b>Offene Computer - Hilfe für Digitale 55+</b> <b>Schlaues Köpfchen?</b> Quiz/Wissen/Rätsel zum Kaffee <b>Reparatur – Cafe`</b> <b>Musik-Cafe</b> in der Faschingszeit mit Stimmungsmusik, Würstchen mit Kartoffelsalat und Pfannkuchen zum Kaffee (bitte Anmeldung bis 18.02.25)
<b>Mittwoch</b>	09.00 – 12.00 Uhr 13.00 – 15.00 Uhr 16.00 – 17.30 Uhr 10.00 – 12.00 Uhr 10.00 – 12.00 Uhr 13.00 – 15.00 Uhr 16.00 – 17.30 Uhr 13.00 – 15.00 Uhr 16.00 – 17.30 Uhr 13.00 – 15.00 Uhr 16.00 – 17.30 Uhr 13.00 – 15.00 Uhr 16.00 – 17.30 Uhr	05.02.2025 05.02.2025 05.02.2025 12./19./26.2. 12.02.2025 12.02.2025 12.02.2025 19.02.2025 19.02.2025 26.02.2025 26.02.2025	<b>Wanderung „Flotte Sohlen“.</b> Februar 2025: Fockeberg, Südvorstadt und Auwald. <b>siehe Seite 3/4</b> <b>Bürgerblick - Mitreden, Verstehen, Beteiligen, Lernen.</b> Thema: Vorgezogene Bundestagswahl - Alles was jetzt wichtig ist. Programme, Inhalte, Positionen. <b>Offenes Digital-Cafe:</b> Fragen, Antworten, Übungen <b>Mach mit, bleib fit!</b> Gemeinsamer Morgenspaziergang im Stadtteil, Treffpunkt: Stuttgarter Allee 18 <b>Selbsthilfegruppe/Offener Austausch für pflegende Angehörige und Pflegebedürftige</b> <b>ADAC Verkehrsteilnehmerschulung</b> für alle 55+ <b>Themen - Nachmittag zum Kaffee:</b> Änderungen 2025 im Sozialrecht für Seniorinnen und Senioren <b>Bürgerblick - Mitreden, Verstehen, Beteiligen, Lernen.</b> Thema: Schwarz-rote Minderheitsregierung in Sachsen - geht so stabiles Regieren? (Hr. Hagemann) <b>Smartphone – Sprechstunde für Spätaufsteher</b> ☺ <b>Offene Singe-Runde</b> mit Hr. Drya (Gitarre) <b>Offenes Digital-Cafe:</b> Fotos bearbeiten und versenden mit dem Smartphone
<b>Donnerstag</b>	10.00 – 11.30 Uhr 13.00 – 15.00 Uhr	<b>jeden Do</b> <b>jeden Do</b>	<b>Offene Sitzgymnastik-Gruppe</b> selbstorganisiert <b>Offener Spiele-Nachmittag</b> zum Kaffee
<b>Freitag</b>	09.30 – 11.30 Uhr 09.30 – 11.30 Uhr 09.00 – 11.00 Uhr 11.00 – 12.00 Uhr	7./14./21.02. 7./14./21.02. 28.02.2025 28.02.2025	<b>Austausch zum Wochenende!</b> Offene Gesprächsrunde über aktuelle Themen: <b>Was bewegt Sie?</b> <b>Smartphone – Sprechstunde für Frühaufsteher</b> ☺ <b>EhrenamtsCafe</b> für unsere ehrenamtl. MitarbeiterInnen <b>Inforunde Wohnen im Alter( Fr. Kapinos, WOGETRA)</b>



Arbeiterwohlfahrt Kreisverband Leipzig-Stadt e.V.



Stadt Leipzig  
Sozialamt

WOGETRA

Gefördert von:

# Seniorenbüro West

mit Seniorenbegegnungsstätte

Stuttgarter Allee 18, 04209 Leipzig

Telefon: 0341 94683439

E-Mail: [beratungszentrum@awo-leipzig-stadt.de](mailto:beratungszentrum@awo-leipzig-stadt.de)

## Öffnungszeiten

Mo, Di, Do 09:30 – 16:00 Uhr

Mi 10:00 – 18:00 Uhr

Fr 09:30 – 12:00 Uhr

Stand: 15.01.2025



Das Seniorenbüro West wird durch die Stadt Leipzig gefördert.

## Unser Beratungs- und Informationsangebot

bitte mit telefonischer Anmeldung unter 0341 – 94683439



Unser Computer-Arbeitsplatz steht Ihnen während der Öffnungszeiten zur Verfügung. **Bitte kurz anmelden!**

### SOZIALBERATUNG

zu allen Themen des Älterwerdens wie Pflege, Wohnen im Alter, Freizeit, Bildung und Sozialleistungen.

– kostenfrei, anonym –

**Montag und Dienstag:** 09:30 – 12:00 Uhr

**Donnerstag:** 09.30 – 12.00 Uhr und 13:00 – 15:30 Uhr

**sowie täglich nach Vereinbarung.**

**INFO:** Wenn Sie unsere Räumlichkeiten für private Veranstaltungen, Schulungen oder Vorträge ausserhalb unserer Öffnungszeiten anmieten möchten, kontaktieren Sie uns gern!

## ➤ NEU Bürgerblick - Mitreden, Verstehen, Beteiligen, Lernen.

### **Forum zu allen Themen rund um Politik, Demokratie, Geschichte, Gesellschaft...**

In dieser regelmäßigen Veranstaltung wird ein übersichtlicher Einstieg in grundlegende politische Themen sowie ein Blick auf das aktuelle politische Zeitgeschehen gegeben. Gemeinsam beleuchten wir Fragen über Demokratie, das politische System, gesellschaftliche Herausforderungen und politische Entscheidungsprozesse von der kommunalen Ebene bis zu Europäischen Union.

Die Veranstaltung ist eine Mischung aus einführendem Vortrag und lebhaften Diskussionsrunden, bei denen jede Meinung gefragt und Beteiligung gewünscht ist.

Hier können Sie Ihr Wissen erweitern, neue Perspektiven gewinnen und aktiv mit anderen diskutieren – in einem respektvollen und offenen Rahmen. Ideal für alle, die sich für Politik und Gesellschaft interessieren. Es wird kein Vorwissen benötigt.

**Wann:** Mittwoch, 05.02. und 19.02.2025, jeweils von 13.00 – 15.00 Uhr

**Wo:** Seniorenbüro West, Stuttgarter Allee 18, 04209 Leipzig

**Tel. 0341-94683439**

Das Seniorenbüro West wird durch das Sozialamt der Stadt Leipzig gefördert.



Arbeiterwohlfahrt Kreisverband Leipzig-Stadt e.V.



Stadt Leipzig

Sozialamt

Gefördert von:

WOG-TRA

# Seniorenbüro West

mit Seniorenbegegnungsstätte

Stuttgarter Allee 18, 04209 Leipzig

Telefon: 0341 94683439

E-Mail: [beratungszentrum@awo-leipzig-stadt.de](mailto:beratungszentrum@awo-leipzig-stadt.de)

## Öffnungszeiten

Mo, Di, Do 09:30 – 16:00 Uhr

Mi 10:00 – 18:00 Uhr

Fr 09:30 – 12:00 Uhr

Stand: 15.01.2025



Das Seniorenbüro West wird durch die Stadt Leipzig gefördert.

### ➤ Digital-Cafe, Themen des Monats Februar:

1. 05.02.2025 Offener Arbeitstreff, Themenfindung, Fragen, Antworten, Übungen
2. 26.02.2025 Bildbearbeitung mit dem Smartphone, Versenden von Bildern

Wir haben unsere beliebte Digital-Cafe-Reihe angepasst und führen ab 2025 in jedem Monat zwei Veranstaltungen durch, immer am ersten und am vierten Mittwoch des Monats, jeweils von 16.00 – 17.30 Uhr.

Die erste Veranstaltung ist als offenes Format gedacht, für Ihre Fragen und besonderen Themen. Diese greifen wir dann in der nächsten Veranstaltung auf und bearbeiten gemeinsam das gewünschte Thema.

In der zweiten Veranstaltung widmen wir uns einer bestimmten Problemstellung, diesmal üben wir das Bearbeiten von Fotos direkt auf dem Smartphone (Schärfe, Zuschneiden, Farbe, Helligkeit, Kontrast usw.). Wir können die Bilder anschließend an einem Speicherort unserer Wahl speichern und wissen, wie wir sie mit WhatsApp oder als Anhang einer Email versenden können.

**Wann: Mittwoch, 05.02. und 26.02.2025, jeweils von 16.00 – 17.30 Uhr**

**Wo: Seniorenbüro West, Stuttgarter Allee 18, 04209 Leipzig  
Tel. 0341-94683439**

Das Seniorenbüro West wird durch das Sozialamt der Stadt Leipzig gefördert.

### ➤ Wander- und Ausflugsgruppe „Flotte Sohlen“

Vielen Dank an die TeilnehmerInnen unserer „Jahressitzung“ im Dezember 2024 für den regen Austausch und die vielen schönen Ideen! Natürlich sind auch im Jahr 2025 „neue“ Wander- und Unternehmungslustige TeilnehmerInnen herzlich willkommen 😊!

Unsere Ausflüge und Wanderungen finden je nach Planung als Halbtages- (HT) oder Ganztages-(GT) veranstaltungen immer am ersten Mittwoch des Monats zu folgenden Terminen statt:

05.02.2025:	Fockeberg und Südvorstadt	HT
05.03.2025:	Vom Auensee zum Schlosspark Lützschena	HT
02.04.2025:	Parkstadt Dösen und Umgebung	HT
07.05.2025:	Halle/Saale	GT
04.06.2025:	Völkerschlachtdenkmal und Umgebung	HT
02.07.2025:	Merseburg	GT
06.08.2025:	Kulturhauptstadt 2025: Chemnitz	GT
03.09.2025:	Stadtpark Taucha, Bergkirche Panitzsch	HT
01.10.2025:	Naumburg und Weinberge	GT
05.11.2025:	Jahrestreff im Seniorenbüro West	
03.12.2025:	Weihnachtliches Grimma und Umgebung	GT

Anfallende Fahrtkosten sind jeweils individuell zu tragen.



Arbeiterwohlfahrt Kreisverband Leipzig-Stadt e.V.



Stadt Leipzig  
Sozialamt

WOG-TRA

Gefördert von:

# Seniorenbüro West

mit Seniorenbegegnungsstätte

Stuttgarter Allee 18, 04209 Leipzig

Telefon: 0341 94683439

E-Mail: beratungszentrum@awo-leipzig-stadt.de

## Öffnungszeiten

Mo, Di, Do 09:30 – 16:00 Uhr

Mi 10:00 – 18:00 Uhr

Fr 09:30 – 12:00 Uhr

Stand: 15.01.2025



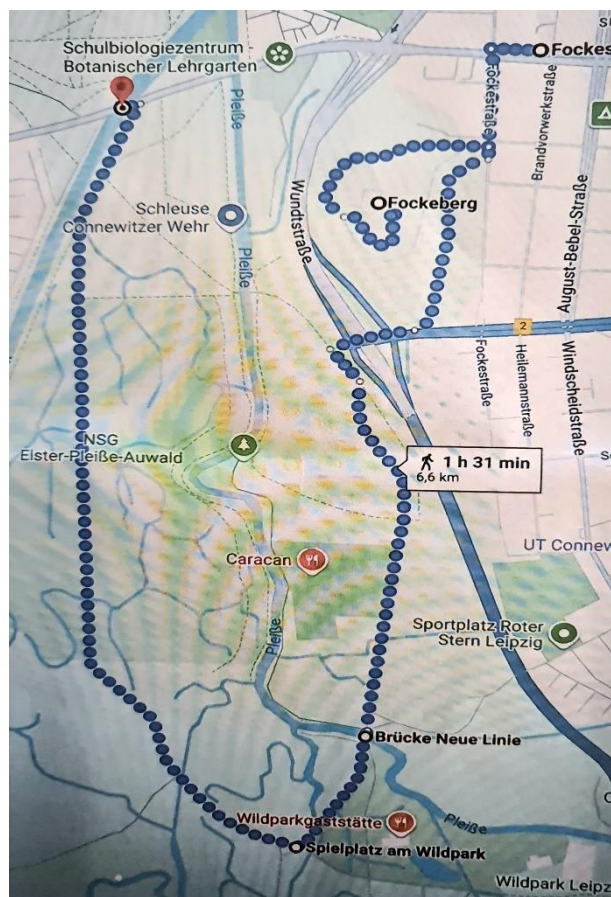
Das Seniorenbüro West wird durch die Stadt Leipzig gefördert.

### ➤ Februar 2025: Runde über den Fockeberg und durch die Südvorstadt

Wir treffen uns 9 Uhr an der Haltestelle „Adler“. Mit der Buslinie 60 fahren wir dann bis zur Fockestr. Und laufen gemeinsam zum Fockeberg. Nicht bei Schnee und Eis!

Dann geht's wieder hinab und wir gehen weiter Richtung „Neue Linie“ über die Brücke am Wildpark.

Wir folgen dem Weg „Die Linie“ bis zum Schleißiger Weg, Bushaltestelle „Rennbahn“.



Kartenausschnitt: Google-Maps

- **Bei Regen findet die Wanderung nicht statt!**
- Wir werden etwa 6,5 Km laufen und planen dafür 3 Stunden ein..
- Diese Wanderung ist nicht Rollator-geeignet.
- Bitte denken Sie an feste und sichere Schuhe, witterungsgerechte Kleidung, eine kleine Flasche Wasser und Proviant, Ihr Handy oder Kamera zum Fotografieren und viel gute Laune ☺.

**Wann: Mittwoch, den 05.02.2025, von 09.00 – 12.00 Uhr.**

**Treffpunkt: 9.00 Uhr Haltestelle Adler, Tram Linie 1 / 2**

**Info: 0341-94683439**

Das Seniorenbüro West wird durch das Sozialamt der Stadt Leipzig gefördert.



Arbeiterwohlfahrt Kreisverband Leipzig-Stadt e.V.



Stadt Leipzig  
Sozialamt

WOG-TRA

Gefördert von:



# Seniorenbüro West

## mit Seniorenbegegnungsstätte

Stuttgarter Allee 18, 04209 Leipzig

Telefon: 0341 94683439

E-Mail: [beratungszentrum@awo-leipzig-stadt.de](mailto:beratungszentrum@awo-leipzig-stadt.de)

## Öffnungszeiten

Mo, Di, Do 09:30 – 16:00 Uhr

Mi 10:00 – 18:00 Uhr

Fr 09:30 – 12:00 Uhr

Stand: 15.01.2025



Das Seniorenbüro West wird durch die Stadt Leipzig gefördert.



am:  
12.02.2025  
12.03.2025  
09.04.2025

## OFFENER AUSTAUSCH ZUM THEMA PFLEGE

**Sie sorgen für jemanden** und suchen Raum und Zeit für sich, um sich mit Gleichgesinnten über die Gedanken, Fragen und Hürden dieser Rolle auszutauschen?

**Sie werden gepflegt** und wünschen sich, verstanden zu werden mit allen Herausforderungen, vor die Sie in alltäglichen Situationen gestellt werden?

**Sie interessieren sich für das Thema Pflege**, müssen sich zeitnah damit in Bezug auf Ihre Angehörigen, Nachbarinnen, Freunde oder sich selbst auseinandersetzen?

**SIE SIND HERZLICH WILLKOMMEN!**

jeden 2. Mittwoch im Monat | 10 Uhr

Seniorenbüro West | Stuttgarter Allee 18, 04209 Leipzig

### INFOS UND ANMELDUNG

AWO Seniorenbüro West mit Begegnungsstätte

■ [beratungszentrum@awo-leipzig-stadt.de](mailto:beratungszentrum@awo-leipzig-stadt.de)

☎ 0341 94683 439



Entwurf: Kontaktstelle Pflegeselbsthilfe beim Pfl egenetzwerk Leipzig



Arbeiterwohlfahrt Kreisverband Leipzig-Stadt e.V.



Stadt Leipzig  
Sozialamt

Gefördert von:

WOG-TRA

# Seniorenbüro West

mit Seniorenbegegnungsstätte

Stuttgarter Allee 18, 04209 Leipzig

Telefon: 0341 94683439

E-Mail: [beratungszentrum@awo-leipzig-stadt.de](mailto:beratungszentrum@awo-leipzig-stadt.de)

## Öffnungszeiten

Mo, Di, Do 09:30 – 16:00 Uhr

Mi 10:00 – 18:00 Uhr

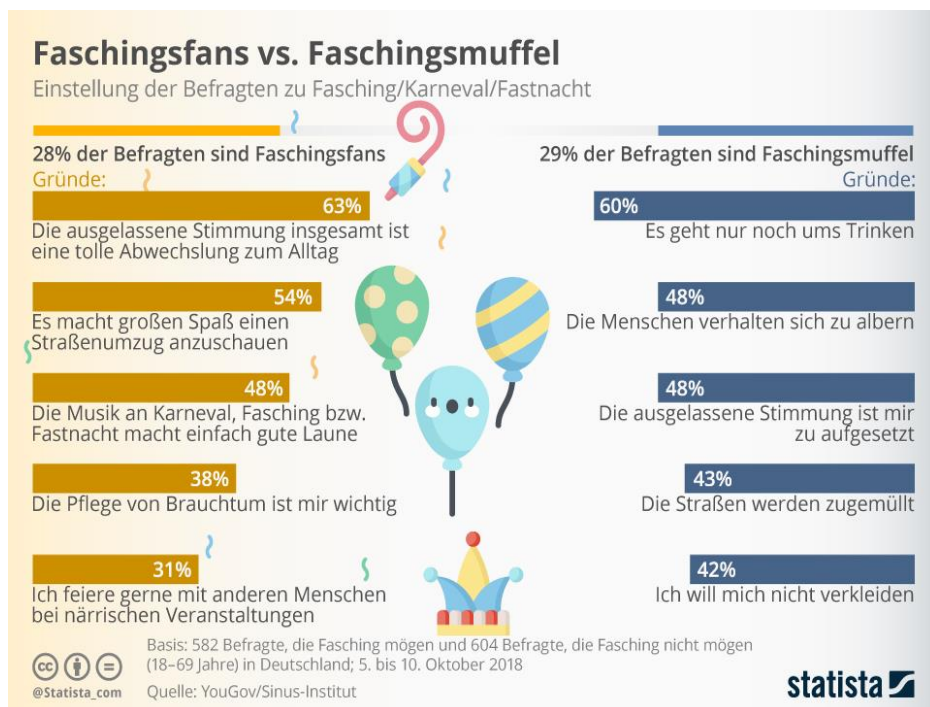
Fr 09:30 – 12:00 Uhr

Stand: 15.01.2025



Das Seniorenbüro West wird durch die Stadt Leipzig gefördert.

### ➤ Musik-Cafe in der Faschingszeit



Grafik: <https://de.statista.com/infografik/16032/faschingsfans-vs-faschingsmuffel/>

Wie sehen Sie sich? Ob die eine oder die andere Seite – einfach zusammenkommen, singen, Kaffee trinken und einen schönen Nachmittag haben kann man doch trotzdem 😊, auch ohne Kostüm und angemalte Nase.

Kein aufgesetztes RambaZamba, keine brüllend laute Faschingsmusik, bei der sich niemand unterhalten kann... Wer möchte, darf sich aber selbstverständlich „herausputzen“...

Wir laden Sie ein zu einem Musik- und Singe-Cafe mit Kartoffelsalat und Würstchen sowie Pfannkuchen zum Kaffee. Als besonderes „Schmankerl“ wird unser Klaus mit der Gitarre dabei sein und mit uns zusammen Stimmungslieder schmettern – Schunkeln ausdrücklich erlaubt und erwünscht 😊.

**Bitte melden Sie sich dazu bis spätestens 18.02.2025 direkt vor Ort bei uns an. Für die Verpflegung ist ein Unkostenbeitrag von € 6.50 zu entrichten. Mindestteilnehmerzahl: 8. Bitte beachten Sie, dass wir aus Kapazitäts- und Sicherheitsgründen nicht mehr als 20 Anmeldungen berücksichtigen können.**

**Wann: Dienstag, den 25.02.2025, von 13.30 – 16.00 Uhr.**

**Wo: Seniorenbüro West, Stuttgarter Allee 18, 04209 Leipzig  
Tel. 0341-94683439**

Das Seniorenbüro West wird durch das Sozialamt der Stadt Leipzig gefördert.



Arbeiterwohlfahrt Kreisverband Leipzig-Stadt e.V.



Stadt Leipzig  
Sozialamt

Gefördert von:

WOG=TRA