



## Veranstaltungsplan Oktober 2018

### Zentrale Veranstaltungen:

- Mo, 01.10.18** **Sitzung des Stadtvorstandes**  
**10:00 Uhr** Seminarraum, Juri- Gagarin- Ring 56a
- Mo, 01.10.18** **„Such dir ein Ehrenamt...“ oder eine soziale Gemeinschaft** gegen die Einsamkeit,  
**ab 10:00 Uhr** Beratungsgespräche zur Mitwirkung in Projekten oder Vereins- und/oder  
**ganztägig** Interessengruppen zur körperlichen und geistigen Fitness, Büro KBZ, Juri-Gagarin-Ring 64,  
Kontakt: Rita Hofmann, Tel.: 0361- 26 20 77 5
- Di, 02.10.18** **OPENION-Bildung für eine starke Demokratie,**  
**14:00 Uhr** Arbeitsberatung des Projektverbundes Schiller-Schule und Schutzbund der Senioren zur  
Umsetzung des Projektes „Alt und Jung gegen Rassismus- eine Schule ohne Rassismus/  
Schule für Courage!“, Büro KBZ, Juri-Gagarin-Ring 64  
Förderung durch die Kinder- und Jugendstiftung Berlin, Information: Rita Hofmann, KBZ,  
Tel.: 0361- 26 20 77 5 und über Beate Wichmann, Schiller- Schule, Tel.: 0361- 34 65 95 5
- Do, 04.10.18** **Schulung für ehrenamtliche Helfer, Betreuer und Begleiter für pflegende Angehörige**  
**14:00 Uhr** zum Thema: „Angebote zum Wohlbefinden und zur Stabilisierung der Gesundheit der  
Bürger“, Referentin: Heilpraktikerin, Diplom-Sozialpädagogin Rosemarie Kaiser  
Saal des SBSV, Juri-Gagarin-Ring 56a
- 09. - 12.10.18** **Internetlehrgang für PC- Nutzer** mit Herrn Gertig  
**10 – 13:00 Uhr** PC-Raum, Juri-Gagarin-Ring 64
- Do, 11.10.18** **Kultur am Nachmittag**  
**14:00 Uhr** beschwingte Melodien in den Herbst aus Musical, Operette und dem Repertoire des  
Seniorenorchesters des Schutzbundes mit Kaffee und Kuchen im Saal, Juri-Gagarin-Ring 56a  
Anmeldung erbeten: Rita Hofmann, KBZ, Tel.: 0361- 26 20 77 5  
Eintritt Gäste: 6,00 Euro; Mitglieder: 5,00 Euro
- Mo, 15.10.18** **Sitzung des Stadtvorstandes**  
**10:00 Uhr** Seminarraum, Juri- Gagarin- Ring 56a
- Mo, 15.10.18** **„Treffpunkt Ehrenamt“** mit Projektleitern zum Stand der Projektarbeit (Mentor-  
**14:00 Uhr** Leselernhelfer, Openion-Projektverbund Schiller-Schule und Schutzbund der Senioren zur  
Demokratieentwicklung der Schüler), Büro KBZ, Juri-Gagarin-Ring 64
- 16.10. – 08.11.** **Anfängerkurs für Windows 10** mit Herrn Povolny  
**10 – 13:00 Uhr** PC-Raum, Juri-Gagarin-Ring 64
- Do, 18.10.18** **Kunstreise zur „Krone des Erzgebirges“- die Augustusburg** und zum **Spielzeugdorf Seiffen**  
AUSGEBUCHT- wir nehmen Interessenten gern in die Warteliste auf
- Do, 25.10.18** **Beratung zur Vorsorgevollmacht** mit Andreas Günther  
**15:00 Uhr** Julius-Leber-Ring 1
- Mo, 29.10.18** **Wahl des neuen Stadtvorstandes Erfurt** des Schutzbundes, **Teilnahme auf Einladung,**  
**10:00 Uhr** Juri-Gagarin-Ring 56a, Saal

## Veranstaltungen der Selbsthilfegruppen

- Mi, 24.10.18** Die SHG 006 „Herrenberg- Lebenshilfe“ trifft sich zum  
**14:30 Uhr** Basteln mit Frau Schau, Family - Club Drosselberg
- Montag** Die SHG 007 „Kreative Freizeitgestaltung“ trifft sich **jeden 2. und 4. Montag** im Monat  
**14:00 Uhr** Nachfragen über Frau Büchner Tel.: 0361- 6464257, DIZ, Friedrich- Engels- Straße 49
- Di, 09.10.18** Die Mitglieder der SHG 008 „Gesund und aktiv im höheren Lebensalter“ haben einen  
**14:00 Uhr** Ausflug zum Gasthaus Hubertus geplant. Durch die Farbenpracht des Herbstwaldes wird uns Oberförsterin Krispin durch den Steigerwald führen. Alle Nichtwanderer fahren mit dem Bus Linie 61 um 13:15 Uhr vom Busbahnhof Steig 2 direkt zum Hubertus, alle Wanderer treffen sich am Hauptbahnhof Bus Linie 60 um 11:53 Uhr und fahren bis Rhodaer Chaussee. Dort erwartet uns Frau Krispin.  
Gehstrecke ca. 1,5 Stunden Richtung Hubertus. Dort wird uns Frau Krispin bei Kaffee und Kuchen für Fragen zur Verfügung stehen.
- Di, 16.10.18** Die SHG 9 „Aktive Herbstzeit“ lädt ein: **Vortrag zu Wasserläufen, Brücken und Mühlen im**  
**14:00 Uhr** **Erfurter Venedig** mit Michael Klehm, Seminarraum 1, Juri-Gagarin-Ring 56a  
Gäste sind herzlich willkommen, Unkostenbeitrag: 2,00 €

## Neuigkeiten/Vorankündigungen

### **Qi Gong für Alle**

Immer dienstags ist der Qi Gong- Kurs für alle mit Martina Koch (zertifizierte Kursleiterin für authentisches medizinisches Qi Gong) von 11:30 – 12:30 Uhr offen. Qi Gong zeichnet sich durch fließende Bewegungsabläufe aus. An den Schnupperkursen kann **Jeder** teilnehmen. Die Übungsfolgen sind leicht zu erlernen und in den Alltag integrierbar. Der Körper wird gekräftigt, der Geist erfrischt und die Seele entspannt.

Unkostenbeitrag: Mitglieder 2,00 €, Nichtmitglieder 2,50 € pro Stunde.

**Bitte melden Sie sich an bei Frau Schwalbe 0361- 78 92 99 02**

### **Konversationsrunde in Französisch**

Jeden Freitagvormittag um 10:30 Uhr treffen sich Freunde der französischen Sprache im Juri- Gagarin-Ring 64. Mit Ihrer Kursleiterin Mireille vervollkommen Sie ihre Kenntnisse und reden und lachen gemeinsam.

Wenn Sie gute Vorkenntnisse haben und sich mit Gleichgesinnten zu einer Konversationsrunde treffen möchten, freuen wir uns auf Ihren Anruf unter: 0361- 26 20 775

### **Anfänger-Kurs für Windows 10**

Das Betriebssystem Windows 10 ist auf PCs, Laptops und Tablets von Microsoft vorinstalliert. Dabei sind viele Anpassungen möglich: das kachelbasierte Startmenü, der Desktop und die gesamte Benutzeroberfläche. In einem Kurs für Anfänger werden neben diesen Einstellungen auch die Funktionen des Explorers zur Verwaltung von Dateien und Ordnern, die Installation von Programmen sowie die Sicherheitseinstellungen erläutert und geübt. Der Computerraum ist mit entsprechenden PCs ausgestattet.

Der Kurs beginnt am 16.10.2018 im Schutzbund der Senioren und Vorruehändler, Juri-Gagarin-Ring 64. In insgesamt 8 Terminen mit je 3 Stunden erklärt der Kursleiter, Herr Povolny, die Details zu den Funktionen.

**Für den Kurs nimmt Frau Müller unter Tel.: 2620775 Ihre Anmeldung entgegen.**

---

### **Helferinnen gesucht**

Für unsere Einzelbetreuung für Menschen mit Demenz und ihre Angehörigen werden ständig engagierte Helferinnen gesucht, die stundenweise die Betreuung von bedürftigen Menschen im häuslichen Bereich übernehmen. Weitere Informationen erhalten Sie bei Frau Noatnick- Tel.: 0361- 55064160 oder 0361- 2620735 – Dienstag und Donnerstag.

---

**Redaktionsschluss für den Monatsplan November 2018 ist der 02.10.2018.**

Zuarbeiten **bitte rechtzeitig** in Schriftform oder per E-Mail bei Frau Schwalbe abgeben.