

## **Mobiles Beratungsteam**

---

Dienstag und Donnerstag 09:00-16:00 Uhr  
Informationen und Beratung zum Betreuungs- und Begleitdienst - Frau Schuster: Tel. 55064160  
Informationen und Beratung über Demenz - Frau Noatnick: Tel. 55064160

## **Begegnungsstätten für ältere Bürger**

---

Wer rastet, der rostet. Die Begegnungsstätte ist ein Ort, an dem Kreativität, Aktivität und Kommunikation im Mittelpunkt stehen.

### Südlicher Ring

Dienstag

Mittwoch

### **Juri-Gagarin-Ring 22**

12:00 Uhr – 16:00 Uhr

12:00 Uhr – 16:00 Uhr

Tel: 0151 51549178

### DIZ

Montag

Dienstag

Mittwoch

Donnerstag

Freitag

### **Friedrich-Engels-Str. 49**

10:00 Uhr – 16:00 Uhr

09:00 Uhr – 15:00 Uhr

10:00 Uhr – 16:00 Uhr

10:00 Uhr – 16:00 Uhr

09:00 Uhr – 13:00 Uhr

Tel.: 01520 5853131

**Für alle Veranstaltungen und Kurse ist es möglich,  
Gutscheine zu erwerben!  
Informationen bei Frau Müller (Tel.: 2620775)**

## **Telefon-Seelsorge Erfurt**

---

Anonym. Kompetent. Rund um die Uhr.

**0800 – 111 0 111 oder 0800 – 222 0 222**  
**Der Anruf ist kostenfrei!**

## **Ärztlicher Notdienst**

---

**Tel.: 116117 (18 – 07 Uhr)**

## **Feuerwehr/Notdienst**

---

**Tel.: 112**



## Regelmäßige Termine 1. Halbjahr 2019

Die monatlichen Veranstaltungen entnehmen Sie bitte den ausliegenden Plänen oder informieren Sie sich im Internet unter [www.senioren-schutzbund.org](http://www.senioren-schutzbund.org)

### Sprachen und Computer-Kurse

Interessierte Teilnehmer sind in allen Kursen herzlich willkommen.  
Ein Einstieg ist jederzeit möglich.

Nähere Informationen unter Tel.: 0361-2620775 bei Frau Müller oder Frau Hofmann.

#### **Englisch** (Juri-Gagarin-Ring 64, Seminarraum)

---

mit Herrn Wettstein	Mo
mit Frau Elkhanova	Mo
mit Frau Müller	Di
mit Frau Lederhausen	Di
mit Frau Schwolow	Di, Mi, Do
mit Herrn Korda	Mi

#### **Französisch** (Juri-Gagarin-Ring 64, Bibliothek)

---

mit Frau Fuchs	Mo
mit Frau Liebermann	Fr

### Computer, Tablet, Smartphone und mehr

Kursangebote zu Bildbearbeitung, Windows, Internet, sozialen Netzwerken, Skype und anderen Themen werden entsprechend der Nachfrage angeboten.

Bitte melden Sie sich bei Frau Müller mit Ihrem Wunschthema  
Tel.: 0361- 2620775 oder direkt im Büro Juri- Gagarin- Ring 64



---

Für individuelle Beratungssprechstunden zu allen Fragen rund um das Smartphone melden Sie sich bitte an bei Fr. Müller, Tel.: 0361 2620775 oder 0361 2620735.

Aktuell sind wir auf der Suche nach einem neuen Leiter für diese Sprechstunden. Wir freuen uns auf Freiwillige, die sich mit der Technik gut auskennen und gern Fragen beantworten.

## Sportliche Betätigungen

Interessierte Teilnehmer sind in allen Kursen herzlich willkommen.

Ein Einstieg ist jederzeit möglich.

Nähere Informationen unter Tel.: 0361-2620735 im Sekretariat.

### **Senioren-sport**

---

mit Frau Lorenz	Mo, Di
mit Herrn Pöck	Mo, Do
mit Frau Kühn-Vogt	Di, Mi
mit Frau Barthel	Fr

### **Yoga**

mit Frau Barthel	Do
------------------	----

### **Qi Gong**

mit Frau Koch	Di
---------------	----

### **Tanz**

---

#### **Rhythmik, Bewegung, Balance**

mit Frau Hempel (Saal- Juri-Gagarin-Ring 56a)	Mi
--	----

## Kunst, Kultur und Freizeitgestaltung

**Bus-Tagesreisen** - monatlich mit unterschiedlichen Zielen (siehe Aushang und Monatsplan)

---

**Kultur am Nachmittag** – monatlich am 2. Donnerstag 14 Uhr (siehe Aushang und Monatsplan)

---

### **Fotogruppen**

---

Fotofreunde	1. Montag im Monat – 14 Uhr (Seminarraum, Juri-Gagarin-Ring 56a)
Focus	2. Montag im Monat – 13:00 Uhr (Bibliothek, Juri-Gagarin-Ring 64) letzter Mittwoch im Monat – 9:30 -12:30 Uhr (Bibliothek, Juri-Gagarin-Ring 64)
Sensor	3. Montag- 14:00 Uhr (Bibliothek, Juri- Gagarin- Ring 64)

Neue Interessenten sind herzlich willkommen!

### **Musikalische Hobbys**

---

<b>Chorsingen</b> – Dirigentin: Frau König	Montag 13:45 – 15:30 Uhr (Bürgerhaus unter den Kastanien, Röntgenstraße 28) <i>Anmeldungen von Interessenten bei Frau Fischer unter Tel. 0361 5629696</i>
--	---

## Seniorenensemble

Dirigent: Herr Münchow

Dienstag 09:30 - 11:30 Uhr

(Seniorenklub Berliner Straße 26)

*Es werden noch neue Mitwirkende gesucht.*

*Informationen unter Tel. 0361 3464838*

## Malen und Zeichnen (Saal – Juri-Gagarin-Ring 56a)

---

mit Frau Wagner

Mi

mit Frau Zimek

Mi

## Literatur

---

**Interessengruppe „Herbstzeitlose“**

3. Donnerstag im Monat – 13:30 Uhr

Bibo, Juri-Gagarin-Ring 64

**Literatursalon** mit Frau Schleinitz

1. Donnerstag im Monat - 15:00 Uhr

Frauzentrum Pergamentergasse

*Auskünfte und Anmeldungen bei Frau Schleinitz unter*

*Tel. 036203- 90928 (nach 17 Uhr) Es werden stets*

*interessierte Mitwirkende gesucht!*

## Schach (DIZ – Friedrich-Engels-Straße 49)

---

Freitag

10:00 Uhr

## Skat (DIZ – Friedrich-Engels-Straße 49)

---

Mittwoch

13:00 Uhr

## Leselernhelfer

---

Ansprechpartner für Interessenten und Mitwirkende

Frau Zerull – Tel. 55082422 (ab 17:00 Uhr).

## Sprechstunden

**Erbrecht** jeden 1. Mittwoch im Monat 13:00 - 14:00 Uhr

**Mietrecht** jeden 2. Mittwoch im Monat 13:00 - 14:00 Uhr

**Was sagt der Arzt?** jeden 2. Donnerstag im Monat 13:00 - 14:00 Uhr

!

*Bitte mindestens 3 Tage vor dem jeweiligen Termin anmelden unter Tel. 2620735*

*Für Nichtmitglieder wird ein Unkostenbeitrag von 5,00 € erhoben. Für Mitglieder sind die Beratungen kostenfrei.*

## Vorsorgevollmacht, Betreuungsverfügung und Patientenverfügung

*Terminvereinbarung unter Tel. 2620774*