AWO

Kreisverband Freiberg e. V.

Begegnungszentrum Freiberg Forstweg

Veranstaltungen

Mai 2025

Jeden Montag

Kaffee-nachmittag

14:00 – 16:00 Uhr

Offen für Alle!

Montag	05.05.25	10:00-11:00 Uhr	Bewegungstanz (! Karl-Günzel-Str.1)
		14:00-16:00 Uhr	Kaffeenachmittag
Dienstag	06.05.25	13:15-14:15 Uhr	Gedächtnistraining
		15:00-16:00 Uhr	Wassergymnastik in der A.-Sch.-Schule, Gr.2
Mittwoch	07.05.25	09:30-11:15 Uhr	Seniorensport (2 Gruppen)
		14:00-16:00 Uhr	**Reisevortrag Karibik,** Klaus Stanek
Donnerstag	08.05.25	14:00-16:00 Uhr	Spielecafé
Freitag	09.05.25	10:00-11:00 Uhr	**Zumba Gold** (! Karl-Günzel-Str.1)
Montag	12.05.25	14:00-16:00 Uhr	Kaffeenachmittag
Dienstag	13.05.25	13:15-14:15 Uhr	Gedächtnistraining
		15:00-16:00 Uhr	Wassergymnastik in der A.-Sch.-Schule, Gr.1
Mittwoch	14.05.25	09:30-11:15 Uhr	Seniorensport (2 Gruppen)
		14:00-16:00 Uhr	**Bücherei und Lesecafé**
Donnerstag	15.05.25	14:00-16:00 Uhr	Spielecafé
Freitag	16.05.25	10:00-12:00 Uhr	**Ge(h)meinsam** „Auf Frühlingspfaden unterwegs“ (Infos sh. Rückseite)
Montag	19.05.25	10:00-11:00 Uhr	Bewegungstanz (! Karl-Günzel-Str.1)
		14:00-16:00 Uhr	Kaffeenachmittag
Dienstag	20.05.25	13:15-14:15 Uhr	Gedächtnistraining
		15:00-16:00 Uhr	Wassergymnastik in der A.-Sch.-Schule, Gr.2
Mittwoch	21.05.25	09:30-11:15 Uhr	Seniorensport (2 Gruppen)
		14:00-16:00 Uhr	**NEU: PflegeKaffee** (Infos sh. Rückseite)
Donnerstag	22.05.25	14:00-16:00 Uhr	Spielecafé
Freitag	23.05.25	10:00-11:00 Uhr	**Zumba Gold** (! Karl-Günzel-Str.1)
Montag	26.05.25	14:00-16:00 Uhr	Kaffeenachmittag
Dienstag	27.05.25	13:15-14:15 Uhr	Gedächtnistraining
		15:00-16:00 Uhr	Wassergymnastik in der A.-Sch.-Schule, Gr.1
Mittwoch	28.05.25	09:30-11:15 Uhr	Seniorensport (2 Gruppen)
Freitag	30.05.25	09:00-10:30 Uhr	**gemeinsames Frühstück**

Achtung: An den Feiertagen 01.05. und 29.05.2025 bleibt unser Begegnungszentrum geschlossen.

! Aus organisatorischen Gründen bitten wir um (telefon.) Anmeldung zu unseren Veranstaltungen. Vielen Dank!

Büro Service-Wohnen
& Begegnungszentrum
Forstweg 67 | Freiberg

☎ 03731 795-597
✉ info@awo-freiberg.de
🌐 www.awo-freiberg.de

Öffnungszeiten Büro:
Mo 10:00-12:00 Uhr
Do 14:00-17:00 Uhr und n.V.

unsere Veranstaltungen ...kurz vorgestellt

Kreisverband Freiberg e. V.
Begegnungszentrum Freiberg Forstweg

Kaffeenachmittag	Gemütlicher Nachmittags-Plausch für Alle bei Kaffee und Kuchen.
Spielecafé kostenfrei	Hier sind alle Spielfreudigen willkommen. Wir bieten eine große Auswahl von Spielen an. Teilnahme kostenfrei. Kaffee und Gebäck können käuflich erworben werden.
gemeinsames Frühstück (Anmeldung bis 26.05.2025)	Einmal im Monat laden wir zu einem gemeinsamen Frühstück ein. Wir bereiten alles vor und freuen uns auf Sie! (7 € p.P.)
Gedächtnistraining	Übungen für Gehirn, Geist und Motorik. (3,50 € p.P.)
Bücherei- und Lesecafé kostenfrei	Jeden Monat stellen wir Ihnen mehrere Bücher vor und tauschen uns bei Kaffee, Tee und Gebäck aus. Außerdem können Sie die Gelegenheit nutzen, sich Bücher bei uns auszuleihen. Teilnahme kostenfrei. Kaffee und Gebäck können käuflich erworben werden.
Wassergymnastik	Angeleitete Bewegungsübungen für ältere Menschen im Wasserbecken der Albert-Schweitzer-Schule (Tschaikowskistr.). Treffpunkt: Forstweg 67, vorm Haus. (6 € p.P.)
Seniorensport	Angeleitete Bewegungs- und Motorikübungen für unsere Seniorinnen und Senioren. (2,50 € p.P.)
Ge(h)meinsam kostenfrei	Gemeinsamer Spaziergang über den Wasserberg. Jede(r) ist willkommen! Treffpunkt: vorm Ärztehaus am Park der Generationen. Ein Gemeinschaftsprojekt der AWO KV Freiberg e.V. und des Mehrgenerationenhauses („Buntes Haus“).
Bewegungstanz	Bewegungs- und Tanzübungen im Sitzen zu beschwingter Musik, angeleitet durch eine Theater-Choreografin. Veranstaltungsort: AWO-Begegnungszentrum in der Karl-Günzel-Str. 1, Freiberg. (4 € p.P. bei mind. 10 TeilnehmerInnen)
Zumba Gold (Anmeldung gewünscht) kostenfrei	Wir laden Sie ein zu einem Schnupperkurs „Zumba Gold“, speziell für Senior/innen entwickelt. Gezielte rhythmische Übungen (im Stehen) und leicht verständliche Tanzübungen stärken Gleichgewicht, Koordination, Herz-Kreislauf sowie Muskeln und bieten gleichzeitig den ultimativen Gute-Laune-Kick.
Reisevortrag Karibik (Anmeldung bis 05.05.2025) kostenfrei	Klaus Stanek berichtet uns von seinem spannenden Besuch in der Karibik, die er nämlich nicht nur als Tourist, sondern auch als Geologe über 40 Jahre erkundete.
PflegeKaffee (Anmeldung bis 19.05.2025) kostenfrei	Infos u. Austausch zum Thema Pflege, Pflegeleistungen und Tagespflege in der gemütlichen Atmosphäre eines Kaffeenachmittages. WAS TUN ? Pflegebedürftig

Weitere Infos zu einzelnen Veranstaltungen: siehe Aushänge Schaukästen (Forstweg 69; Karl-Günzel-Str.1; EDEKA am UNICENT in Freiberg). Die aktuellen Monatsprogramme erhalten Sie hier: AWO Geschäftsstelle (Forstweg 69), AWO-Service-Wohnen-Büro (Forstweg 67), AWO Sozialstation (Karl-Günzel-Str.1) sowie auf der Internetseite der AWO Freiberg. Alle Veranstaltungen finden in unserem **AWO-Begegnungszentrum/ Forstweg 67** statt, wenn nicht anders ausgewiesen.