

Januar 2020

NEU! Entspannung & Gelassenheit

Wissenswertes rund um das Thema Stress und Burnout, warum wir buchstäblich „um den Schlaf gebracht“ werden und was wir dagegen tun können. Unterschiedliche Entspannungstechniken werden Ihnen vorgestellt und Sie haben die Möglichkeit, selbst zu entscheiden, welcher Kurs zu Ihnen passt. **(Die Kurse werden von den Krankenkassen unterstützt).**

Informations-
veranstaltung

Dienstag,
28.01.2020
15 Uhr

KOSTENFREI

NEU! Englisch- Einsteigerkurs für Senioren*innen

In diesem Einsteigerkurs (Dauer: 10 Wochen) lernen Sie Englisch „von der Pike auf“ und benötigen keine Vorkenntnisse der englischen Sprache. Der Schwerpunkt liegt auf den Grundelementen des Spracherwerbs: Alphabet, Zahlen, Pronomen, einfache Verben und Satzbau. Ab 16:00 Uhr findet dann eine Schnupperstunde für Wiedereinsteiger und Anfänger mit geringen Vorkenntnissen statt. Der Fokus in diesem Kurs, liegt auf praktischen Sprachanwendungen in Form von Alltagsdialogen, z.B. Einkauf, Urlaub.



Informations-
veranstaltung

Mittwoch
15.01.2020
14 Uhr

KOSTENFREI

Smartphone-Café

Erhalten Sie, in geselliger Runde, Antworten auf Ihre Fragen zum Umgang mit dem Smartphone.

Donnerstag 1,- €
16.01.2020
10 Uhr

- Bitte melden Sie sich für diese Veranstaltung im Büro (Tel.: 0391-2529229)

WOCHENPROGRAMM

Montag

10:00-12:30 Uhr	Spielevormittag: Rommé & Co.	1,- €
12:00 Uhr	Offener Mittagstisch	4,- €
12:30-13:30 Uhr	Yoga	TN-Beitrag
13:30-14:30 Uhr	Gymnastik 50+	TN-Beitrag
15:00-16:30 Uhr	INDOOR-Tischtennis	1,- €
15:00-16:30 Uhr	Montagsmaler – kreativer Maltreff	1,- €

Dienstag

08:45-09:45 Uhr	Gymnastik: Gesunder Rücken	TN-Beitrag
11:30-12:30 Uhr	Latinotanz 50+	TN-Beitrag
12:00 Uhr	Offener Mittagstisch	4,- €
12:45-13:45 Uhr	Zirkeltraining für Jung und Alt	TN-Beitrag
14:00-15:00 Uhr	Dance Aerobic 50+	TN-Beitrag
14:00-15:00 Uhr	Schach für Jung und Alt	1,- €

Mittwoch

09:00-10:00 Uhr	Fit für den Alltag – Sport 50+	TN-Beitrag
09:30-11:30 Uhr	Skatvormittag	
10:00-11:00 Uhr	Französisch für Fortgeschrittene	
10:30-11:30 Uhr	Englisch für den Alltag-ANFÄNGERKURS	4,- €
11:30-12:30 Uhr	Englisch für Fortgeschrittene	4,- €
12:00 Uhr	Offener Mittagstisch	4,- €

Donnerstag

09:30-10:30 Uhr	Smartphone-Café	1,- €
10:00-11:00 Uhr	Französisch für Anfänger (mit Grundkenntnissen)	1,-€
12:00 Uhr	Offener Mittagstisch	4,- €
16:00-17:30 Uhr	Trauer-Café (jeden 1. Donnerstag im Monat)	 Malteser ...weil Nähe zählt.

Freitag

12:00 Uhr	Offener Mittagstisch	4,- €
ab 15 Uhr	Nutzung für Familienfeiern	auf Anfrage

KONTAKT

Nachbarschaftszentrum Neue Wege e.V.
Othrichstraße 30, 39128 Magdeburg
☎ 0391 2529229
✉ neue-wege-md@gmx.de
🌐 www.neue-wege-md.de

Öffnungszeiten:
Mo-Di 09:00 – 16:30 Uhr
Mi 09:00 – 15:00 Uhr
Do-Fr 09:00 – 13:00 Uhr