



MONATSPROGRAMM OKTOBER 2019

NEU! Fit durch den Herbst- Nordic

Walking im Park!

Bewegung an der frischen Herbstluft tut dem Körper und der Seele gut, hält fit und sorgt für ein gestärktes Immunssystem. Wir bieten Ihnen, ein dreistündiges Intensiv-Coaching für Nordic-Walking Einsteiger*innen.

Montag, den
14.10.2019, 21.10.2019
und **25.10.2019**
immer von
11:30 bis 12:30 Uhr
Kosten:
5,-€ pro
Stunde/Teilnehmer*in

VERANSTALTUNGEN

Café für Trauernde:

Das Café für Trauernde bietet Ihnen:

Austausch mit anderen Betroffenen.

Das Gefühl nicht alleine zu sein.

Bei Kaffee und Kuchen Gelegenheit zum Gespräch mit anderen Menschen, die um eine geliebte Person trauern.



Malteser

...weil Nähe zählt.

Donnerstag

03.10.2019

16:00 Uhr

**Treffpunkt
(nur am 3.Oktober):**

**WOBAU-Mietertreff
Othrichstraße 30 a/b**

(in Kooperation mit Malteser Hilfsdienst e.V.)

Vortrag: Informationen zur Steuererklärung für Rentnerinnen und Rentner

Bitte melden Sie sich für diese Veranstaltung an!

(in Kooperation mit dem Vereinigte Lohnsteuerhilfe e.V.)

Mittwoch

16.10.2019

14:00 Uhr

1,- €

Smartphone-Café:

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

Themen:

- Ihre Fragen zum Smartphone
- Welche Funktionen haben die kleinen Bilder (Apps) auf dem Smartphone!
- Status, Profilbild und Einstellungen in Whatsapp ändern!

immer

donnerstags

10:00 – 11:00

1,- €

10.10.2019

17.10.2019

24.10.2019

Am 3.10. u. 31.10.2019 findet KEIN Smartphone-Cafe statt!

Beratung: Die paar Jahre bis zur Rente....- Jobperspektiven und -chancen für alle Ü50

Lassen Sie sich fachkundig, individuell und kostenfrei im Einzelgespräch beraten!

Donnerstag

17.10.2019

10:00 – 13:00 Uhr

KOSTENFREI

(in Kooperation mit der Agentur für Arbeit und dem Jobcenter)

GesundheitKompakt:

Vortrag zum Thema: Hautpflege

Dienstag

22.10.2019

14:00 Uhr

(in Kooperation mit der Rosen-Apotheke)

„Hilfe, mein Computer macht nicht, was ich möchte!“:

Computer- und Smartphonesprechstunde für Anfänger und Problemgeplagte.

Termin bitte im **1,- €**
Büro erfragen

UNSER WOCHENPROGRAMM

Montag

10:00-12:30 Uhr	Spielevormittag: Rommé & Co.	1,- €
12:00 Uhr	Offener Mittagstisch	4,- €
11:00-12:00 Uhr	Gymnastik 50+	TN-Beitrag
12:30-13:30 Uhr	Yoga	TN-Beitrag
15:00-16:30 Uhr	INDOOR-Tischtennis	1,- €
16:00-18:00 Uhr	Montagsmaler – Maltreff	1,- €

Dienstag

08:45-09:45 Uhr	Gymnastik: Gesunder Rücken	TN-Beitrag
11:30-12:30 Uhr	Latinotanz 50+*	4,- €
12:00 Uhr	Offener Mittagstisch	4,- €
12:45-13:45 Uhr	Dance Aerobic 50+	TN-Beitrag
14:00-15:00 Uhr	Zirkeltraining für Jung und Alt	TN-Beitrag
14:00-16:00 Uhr	Schach für Jung und Alt	1,- €
14:00-16:30 Uhr	Seniorennachmittag	

Mittwoch

09:00-10:00 Uhr	Fit für den Alltag – Sport 50+	4,- €
10:00-11:00 Uhr	Französisch für Fortgeschrittene	1,- €
10:30-11:30 Uhr	Englisch für den Alltag	4,- €
11:30-12:30 Uhr	Englisch für Fortgeschrittene	4,- €
12:00 Uhr	Offener Mittagstisch	4,- €
13:00-15:00 Uhr	Skatnachmittag	1,- €

Donnerstag

10:00-11:00 Uhr	Smartphone-Café	1,- €
10:00-11:00 Uhr	Französisch (mit geringen Französisch-Kenntnissen)	1,- €
12:00 Uhr	Offener Mittagstisch	4,- €

Freitag

12:00 Uhr	Offener Mittagstisch	4,- €
-----------	----------------------	-------

Werte Gäste,

am 3.10. und 4.10. sowie am 31.10. und 01.11.2019 bleibt das

Nachbarschaftszentrum geschlossen. Wir sind am Montag, den 07.10. bzw.

Montag den 04.11.2019 wieder ab 9:00 Uhr für Sie da. Bitte beachten Sie auch

unsere aktuellen Öffnungszeiten! Besten Dank.

Ihr NBZ-Team

*TN-Teilnehmer*innen

KONTAKT

Nachbarschaftszentrum Neue Wege e.V.

Othrichstraße 30
39128 Magdeburg
 0391/ 2529229
 neue-wege-md@gmx.de
 www.neue-wege-md.de

Öffnungszeiten:

Mo. u. Di. 09:00 - 16:30 Uhr

Mi. 09:00 - 15:00 Uhr

Do. u. Fr. 09:00 - 13:00 Uhr

Das Nachbarschaftszentrum „Neue Wege e.V.“ wird durch die Landeshauptstadt Magdeburg gefördert

