



Newsletter

AUSGABE 44

SEPTEMBER | OKTOBER | NOVEMBER
DEZEMBER 2025

SENIORENBÜRO
LEIPZIG-NORD

In diesem Heft

Liebe Senioren und Seniorinnen,

mit diesem Newsletter möchten wir Sie durch den Herbst und Winter begleiten.

Freuen Sie sich auf Impressionen vom Hofkonzert, spannende Einblicke in den „Umbau-Alltag“ unseres Seniorenbüros und viele Impulse für die kommenden Monate.

Neben dem abwechslungsreichen Veranstaltungsprogramm für September bis Dezember erwarten Sie außerdem Gedichte, Gemälde, Rätsel, leckere Rezepte sowie zahlreiche Fotos, die die besondere Atmosphäre im Seniorenbüro Nord einfangen.

Lassen Sie sich überraschen und inspirieren – wir wünschen Ihnen viel Freude beim Lesen!

Alisa Tippmann

Alisa Tippmann
Praktikantin

INHALTSVERZEICHNIS

Impressionen vom Hofkonzert	4
Das Buch „Gedankenspiele“	7
Das Seniorenbüro im ständigen Umbau	9
Impulse für den Herbst Fotos, Rezept & Rätsel	10
Veranstaltungen im September & Oktober	18
Impulse für den Winter Fotos, Rezept & Rätsel	31
Veranstaltungen im November & Dezember	36

Worte von der Praktikantin

Von April bis Oktober durfte ich mein Praktikum im Seniorenbüro Nord machen – eine Zeit, die mich sehr bereichert hat. Ich hatte die Möglichkeit, in alle Veranstaltungen hineinzuschnuppern und die Abläufe kennenzulernen. Besonders schön war es für mich, oft beim „2. Frühstück“ dabei zu sein, intensive Gespräche zu führen und in die vielen Lebensgeschichten einzutauchen. Dadurch konnte ich mir eine ganz neue Welt erschließen.

Sehr dankbar bin ich auch für die Begegnungen mit Frau Barth und Frau Niebrügge, mit denen ich viele anregende Gespräche führen durfte. Ich habe unzählige Eindrücke und Kenntnisse mitgenommen, die ich nun auch in meine Arbeit als Trauerbegleiterin einfließen lassen kann.

Ein besonderes Highlight war für mich die Mitarbeit beim Hofkonzert sowie das Schnuppern im Literaturcafé. Die Geschichten, die im Buch „Gedankenspiele“ zusammengetragen wurden und die ich transkribieren durfte, haben mich tief berührt und werden mir noch lange in Erinnerung bleiben. Auch der Nachmittag zum Thema Trauer war für mich sehr wertvoll – ein sensibles Thema, das nicht leicht ist, aber dennoch Platz finden darf. Daneben haben mir die leichteren Momente, wie etwa das gemeinsame Bingo-Spielen, viel Freude bereitet.

Und nun komme ich zu meinem letzten Projekt: Die Erstellung von diesem Newsletter. Auf diesem Weg möchte ich mich von Ihnen verabschieden und allen von Herzen für die schönen Begegnungen danken. Ich habe die Zeit mit Ihnen sehr genossen – und nehme mit: Die Arbeit im Seniorenbüro ist alles andere als langweilig!

Alisa Tippmann

Alisa Tippmann



Impressionen vom Hofkonzert

Das diesjährige Hofkonzert war ein ganz besonderes Ereignis und ein voller Erfolg. Bei herrlichem Sommerwetter füllten 134 Gäste den Hof und ließen sich von Musik und Geschichten verzaubern.

Anlass zum Feiern gab es gleich doppelt: Der Chor blickte auf sein 10-jähriges Bestehen zurück und schenkte den Zuhörenden ein stimmungsvolles Programm, das mit viel Applaus bedacht wurde.

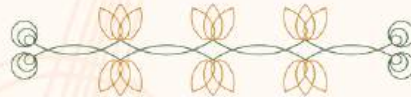
Zudem präsentierte das Literaturcafé das erste Mal sein Können auf der Bühne. Rezitiert wurde eine selbst verfasste Geschichte, die aus einem gemeinsamen Schreibprozess entstanden ist – ein Blatt wanderte von Hand zu Hand und entwickelte so nach und nach eine lebendige Erzählung. Die Geschichte „Gedankenspiele“ rührte viele Besucherinnen und Besucher.

Das Zusammenspiel von Musik und Literatur sorgte für eine einmalige Atmosphäre, die noch lange in Erinnerung bleiben wird.



Impressionen vom Hofkonzert

Ablauf HOFKONZERT



Teil 1

Worte & Lieder

- Begrüßung
- Kanon "Lachend lachend kommt der Sommer"
- Worte zum Chor
- Kanon "Zarter Mohn"
- Worte zum Literaturcafé
- Lied "Zwischen Himmel und Erde"

Teil 2

Gedanken- spiele



- "Die Gedanken sind frei"
- "Miau Miau"
- "Nehmt Abschied, Brüder"
- "Geh aus mein Herz"
- "Im schönsten Wiesengrunde"
- "Abends treten Elche aus den Dünen"
- "Im Wald im schönen Sonnenschein"
- "Gut, dass wir einander haben"

Teil 3

Abschluss

- Abschlussworte
- Kanon "Schön war die Zeit"

Impressionen vom Hofkonzert



Das Buch „Gedankenspiele“

Aus dem kreativen Schaffen des Literaturcafés ist in den vergangenen Monaten ein besonderes Werk entstanden: das Buch „Gedankenspiele“.

Es entstand durch ein gemeinsames Schreibexperiment: Ein Anfang einer Erzählung wanderte von Person zu Person, jeder fügte einen Teil hinzu, bis sich daraus eine zusammenhängende Geschichte entwickelte.

Dieses lebendige Miteinander macht den besonderen Charme des Buches aus.

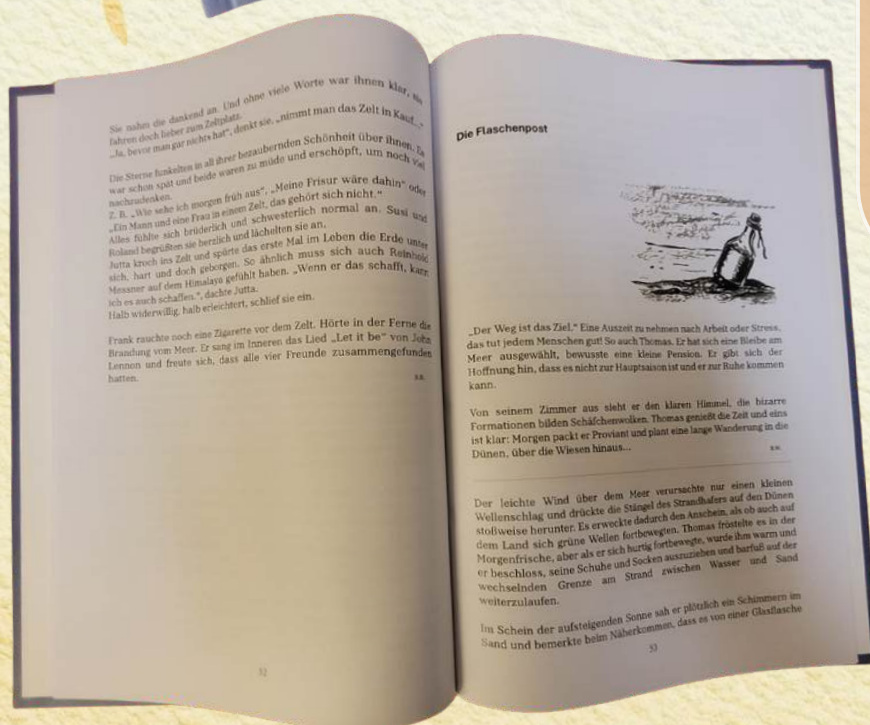
Die Autorinnen und Autoren haben ihre Gedanken, Geschichten und Erinnerungen in vielfältiger Form festgehalten – mal heiter, mal nachdenklich, immer aber ausdrucksstark und mit viel Herz geschrieben.



Das Buch „Gedankenspiele“



Das Buch ist ab sofort erhältlich und kann für 25–30 Euro im Seniorenbüro erworben werden.



Das Seniorenbüro im ständigen Umbau

Wer unser Seniorenbüro regelmäßig besucht, weiß: Hier gleicht kein Tag dem anderen. Damit jede Veranstaltung und jedes Angebot in angenehmer Atmosphäre stattfinden kann, ist im Hintergrund viel Bewegung nötig. Tische und Stühle müssen immer wieder neu gestellt, Kaffee gekocht, Geschirr aufgefüllt und kleine Leckereien vorbereitet werden.

Je nach Uhrzeit bietet sich beim Betreten des Büros ein ganz anderes Bild – mal sind alle Plätze für ein geselliges Miteinander gerichtet, mal ist viel Raum zum Bewegen geschaffen.

Diese ständigen Veränderungen erfordern eine gute Organisation und tatkräftige Unterstützung, denn allein lassen sich die Tische nicht zusammenstellen. Mit Zusammenarbeit gelingt es jedoch immer wieder, aus den Räumen genau den Ort zu machen, der für das jeweilige Angebot gebraucht wird.



Für den Morgenrock muss großzügig Platz geschaffen werden, damit sich alle ungehindert bewegen können. Radio und CDs werden auch bereitgelegt.

Beim Yoga heißt es: Alles wegräumen, was nicht gebraucht wird – Tische und Stühle verschwinden, sodass die Fläche frei wird. Anschließend werden die Matten ausgerollt, und der Raum verwandelt sich in einen Ort der Ruhe.





Impulse für den Herbst

SENIORENBÜRO
LEIPZIG-NORD

Das Seniorenbüro über die Jahreszeiten





Mal ist
der
Herbst
fröhlich.

Und
mal ist
der
Herbst
grau.



Herbstlicher Ausschnitt

Eine schräge Strahlengarbe
schoss vom Himmel wie ein Pfeil,
zeichnete mit goldner Farbe
auf die Erde neues Heil,
sprang im Jubel auf die Dächer,
dass sie wogten wie ein See,
schwang liebkosend einen Fächer
über Dunkelheit und Weh.

Sieh, der Himmel scheint gespalten:
Dort ein düstrer Wolkenstrom
geisterhafter Nachtgestalten;
hier: ein stolzer Sonnendom. -
Fluss und Fenster widerblitzen,
Gassen wiegen sich im Tanz,
und es lächeln selbst die Pfützen
silberklar im jähen Glanz.

-Rose Ausländer



Nebel im Brettschneider-Park





Schritt 1:

Zuerst Auberginen und Zucchini in grobe Stücke würfeln. Dann säuberst du die Tomate, halbiert sie ebenfalls und schneidest den Strunk heraus – anschließend würfeln. Die Kichererbsen gibst du in ein Sieb und stellst sie zur Seite.

Schritt 2:

Jetzt befreist du Zwiebeln von ihrer Schale und schneidest feine, kleine Stücke. Danach schälst du den Ingwer und hackst ihn ebenfalls fein. Falls du dich für Reis als Beilage entscheidest, ist jetzt der richtige Moment, ihn zu kochen.

Schritt 3:

Gib nun das Rapsöl in eine große, tiefe Pfanne und dünste darin Ingwer, Zwiebeln bei mittlerer Hitze an. Dann kommen Aubergine, Zucchini und Kichererbsen hinzu. Beides für 3 Minuten anbraten.

Curry

– wie aus der
Herzensküche



Zutaten:

- 2 Auberginen
- 1 Zucchini
- 1 Dose Kichererbsen
- 1 Fleischtomate
- 2 Zwiebeln
- 1 Stk Ingwer
- 1 Dose Tomaten
- Kokosmilch
- Gewürze

Welches Blatt gehört zu
welchem Baum?



Birke

Ahorn

Linde

Kastanie

Eiche

Auflösung

Eiche



Das Blatt der Eiche hat eine längliche Form. Auffällig ist der gewellte Rand mit den vielen Einbuchtungen. Der Stiel des Blattes ist kurz.

Ahorn



Das Ahornblatt ist groß und hat 5 Zacken, die auch am Rand spitz gezackt sind. Die Form des Blattes erinnert an eine Hand.

Kastanie



Das große Kastanienblatt besteht aus fünf einzelnen kleinen Blättchen, weshalb es auch aussieht wie eine Hand. Diese Blättchen sind am oberen Ende des Stiels (ungefähr in der Blattmitte) miteinander verbunden.

Linde



Das Lindenblatt mit seinem fein gezackten Rand ist rundlich geformt und hat eine längliche Spitze. Wenn du es mit dem Stiel nach oben drehst, erinnert es an ein Herz.

Birke



Das Blatt der Birke ist im Vergleich zu den anderen eher klein. Es läuft spitz zu und sieht fast dreieckig aus. Der Rand des Blattes ist sehr fein gezackt.

**Alles
richtig
gehabt
?**

Autumnal Garden - Vincent van Gogh



Veranstaltungen
im September &
Oktober

SENIORENBÜRO⁵

LEIPZIG-NORD

Programm für September Oktober 2025

**BERATUNG: MONTAG und DIENSTAG: 10.00 – 14.00 Uhr oder
nach telefonischer Absprache unter 0341 / 902 902**



Regelmäßige Kurse

Montag

- Windows-Kurs / PC- und Laptop Nutzung 09.30 – 11.00 Uhr
- Gymnastik 09.30 – 10.30 Uhr
- Mal- und Zeichenzirkel (neu: statt Galerie jetzt im Seniorenbüro!) 11.15 – 12.45 Uhr
- „English for you“ I (Start 22.09.) 13.30 – 15.00 Uhr
- „English for you“ II (Start 22.09.) 15.15 – 16.45 Uhr

Dienstag

- Windows-Kurs / PC- und Laptop Nutzung 09.30 – 11.00 Uhr
- Smartphone Kurse finden im Juli/ August nicht statt, jedoch ist das Medienkompetenzzentrum für digitale Fragen im Seniorenbüro zu Gast, Termine siehe Rückseite Programm **16.09. & 28.10.** 10.00 – 11.30 Uhr
- Smartphone Sprechstunde – bitte melden Sie sich für die Sprechstunde vorher an! 13.30 – 14.00 Uhr

Mittwoch

- Einsteigerkurs für Computer/Laptop mit Windows 09.30 – 11.00 Uhr
- Spielenachmittag (UKB 1,50€) (nicht am 22.10.!) 14.00 – 17.00 Uhr
- Yoga 19.00 – 20.30 Uhr

Donnerstag

- Chorprojekt „Klang (er)leben“ (Start am 21.08) 10.00 – 11.30 Uhr
- „Zweites Frühstück – aus einsam mach gemeinsam“ offen für alle 10.00 – 12.00 Uhr

Freitag

- MorgenRock – Bewegung mit Musik 10.00 – 12.00 Uhr

(ACHTUNG: findet am Freitag das Angebot „Entspannung mit Klangschalen“ statt, startet der MorgenRock 10.30 Uhr!
Vergleichen Sie die Termine bitte mit dem Monatsprogramm oder rufen Sie im Seniorenbüro an.)



Freizeitangebote - Information - Unterstützung - Beratung für Senior*innen und Angehörige

im Arthur-Bretschneider-Park, Kleiststraße 52, 04157 Leipzig
Tel: 0341 902 902 13 E-Mail: seniorenbuero@geyserhaus.de
www.geyserhaus.de/sbn/

Mo - Di 10 – 17 / Mi 11 - 18 / Do 9 - 15 / Fr 9 - 12 Uhr





Veranstaltungen im September

- | | |
|--|--|
| <ul style="list-style-type: none"> • Mo 01.09. Themennachmittag Erinnern und Trauern • Di. 02.09. Gedächtnistraining Fotoclub Basteln & • Mi. 03.09. Handarbeiten Entspannung mit • Do. 04.09. Klangschalen • Fr. 05.09. • Di. 09.09. Das Medienkompetenzprojekt zu Gast im Seniorenbüro, Thema: Umgang mit dem neuen Endgerät und Basis-Informationen zu eID und elektronischer Patientenakte • Di. 09.09. Reparaturkaffee • Mi. 10.09. Literaturkaffee • Do. 11.09. Digitaler Quizspaziergang – mit dem Tablet die Umgebung neu kennenlernen • Di. 16.09. „Altes Eisen?? – wir machen Theater!“ • Di. 16.09. Angehörigengruppe Alzheimer- und Demenzerkrankter • Mi. 17.09. Musikclub • Do. 18.09. Sicherheit im Straßenverkehr | <ul style="list-style-type: none"> 13.30 – 15.00 Uhr 14.30 – 16.00 Uhr 11.00 – 13.00 Uhr 13.00 – 15.00 Uhr 09.00 – 10.00 Uhr 10.00 – 12.00 Uhr 14.00 – 17.00 Uhr 11.00 – 13.00 Uhr 13.30 – 15.00 Uhr 10.00 – 11.30 Uhr 15.30 – 17.00 Uhr 11.00 – 13.00 Uhr 13.30 – 15.00 Uhr |
|--|--|

*** Woche der Demenz ***

- | | |
|--|--|
| <ul style="list-style-type: none"> • Mo. 22.09. „Welcher Tag ist bloß heute?“ – Warum Opa sich so schlecht erinnern kann – mit Kindern über Demenz sprechen (mit spielerischen Elementen & Buchtipps) • Mi. 24.09. Natur- und Gartenclub • Do. 25.09. MitSingKonzert auf der Parkbühne mit Chor und der GeyserHausBand • Do. 25.09. "An ihrer Seite" (2006) Filmvorführung und Gespräch zum Thema Paarbeziehung und Demenz ACHTUNG: in der Kinobar Prager Frühling | <ul style="list-style-type: none"> 14.00 – 15.30 Uhr 11.00 – 13.00 Uhr 10.00 – 12.00 Uhr 17.00 – 19.00 Uhr |
|--|--|

- | | |
|--|---|
| <ul style="list-style-type: none"> • Di. 30.09. Kanalfahrt – Stadtrundfahrt zu Wasser: „klein Venedig“ im Leipziger Westen entdecken (16,-€ pP), TreffHaltestelle Rödelstraße 1 / 2, Anmeldung erforderlich! | <ul style="list-style-type: none"> 12.45 – 15.00 Uhr |
|--|---|

Veranstaltungen im Oktober

- | | |
|--|--|
| <ul style="list-style-type: none"> • Mi. 01.10. Fotoclub • Do. 02.10. Basteln und Handarbeiten • Di. 07.10. Gedächtnistraining • Mi. 08.10. Literaturcafé • Do. 09.10. "Neues aus dem Leipziger ÖPNV" Mobilitätsberatung mit der LVB • Fr. 10.10. Entspannung mit Klangschalen • Di. 14.10. Reparaturkaffee • Mi. 15.10. Musikclub anlässlich der Woche der seelischen Gesundheit zum Thema: Heilende Kraft von Musik und Klängen – mit Film und Gespräch • Do. 16.10. Sicherheit im Straßenverkehr • Di. 21.10. „Altes Eisen?? – wir machen Theater!“ • Di. 21.10. Angehörigengruppe Alzheimer- und Demenzerkrankter | <ul style="list-style-type: none"> 11.00 – 13.00 Uhr 13.00 – 15.00 Uhr 14.30 – 16.00 Uhr 11.00 – 13.00 Uhr 13.30 – 15.00 Uhr 09.00 – 10.00 Uhr 14.00 – 17.00 Uhr 11.00 – 13.00 Uhr 13.30 – 15.00 Uhr 10.00 – 11.30 Uhr 15.30 – 17.00 Uhr |
|--|--|

- | | |
|---|--|
| <ul style="list-style-type: none"> • Mi. 22.10. *** Tag der Seniorinnen und Senioren im Neuen Rathaus der Stadt Leipzig *** „Mein Smartphone lob’ ich mir, – es ist klein und bildet seine Leute“ 10.00 – 16.00 Uhr (Das Seniorenbüro Nord ist mit einem Stand dabei und bleibt daher an diesem Tag geschlossen.) | |
|---|--|

- | | |
|--|---|
| <ul style="list-style-type: none"> • Di. 28.10. Das Medienkompetenzprojekt zu Gast im Seniorenbüro, Thema: Umgang mit dem neuen Endgerät und Basis-Informationen zum sicheren Umgang mit Geld online • Mi. 29.10. Vorlesetag mit der Hauff-Grundschule – jung & alt lesen einander vor • Do. 30.10. Halloween im GeyserHaus | <ul style="list-style-type: none"> 10.00 – 12.00 Uhr 11.00 – 13.00 Uhr 15.00 – 21.00 Uhr |
|--|---|

Veranstaltungen



Themennachmittag Erinnern & Trauern

FÜR INTERESSIERTE

am Montag, 01.09.2025, 13:30 - 15:00 Uhr

Was bedeutet Trauer und welche Erfahrungen habe ich selbst gemacht? Welche Erinnerungen habe ich?

SENIORENBÜRO
LEIPZIG-NORD

Veranstaltungen



Das Medienkompetenzprojekt

zu Gast im Seniorenbüro

Wie mache ich das bloß mit dieser Technik?

Das Medienkompetenzprojekt ist zu Gast und zeigt verständlich und praktisch, wie Sie digitale Geräte im Alltag sinnvoll nutzen können.

diesmal mit Info zu:

eID & elektronische
Patientenakte

Datum

Dienstag
09.09.2025

Uhrzeit

10-12 Uhr

Ort

Seniorenbüro
Nord



Stadt Leipzig
Sozialamt



Information Freizeitangebote Beratung
für Senior*innen und Angehörige

Arthur-Bretschneider-Park, Kleiststr. 52, 04157 Leipzig

0341 / 902 902 13

seniorenbuero@geyserhaus.de

www.geyserhaus.de/sbn

Mo - Di 10 - 17 | Mi 11 - 17 | Do 9 - 15 | Fr 9 - 12



SENIORENBÜRO
LEIPZIG

Veranstaltungen

DIGITALER SPAZIERGANG IM ARTHUR-BRETSCHNEIDER- PARK LEIPZIG



**TREFFPUNKT SENIORENBÜRO LEIPZIG NORD 04157
LEIPZIG, KLEISTSTR. 52**

**11.09.2025
13:30 UHR**

**SENIORENBÜRO
LEIPZIG NORD
TEL.:
0341/90290213**

A person's hands are holding up a photograph of a young woman with long dark hair. The person holding the photo is wearing an orange long-sleeved shirt. The background is a warm-toned room with light-colored curtains. The entire image is framed by a border of white puzzle pieces.

WOCHE DER DEMENZ

MENSCH SEIN, MENSCH BLEIBEN
19. - 23. SEPTEMBER 2025

SENIORENBÜRO
LEIPZIG-NORD

WOCHENPROGRAMM DER DEMENZ

-Wir bitten bei allen Veranstaltungen um Voranmeldung-

MONTAG

22. September 2025 | 14:00-15:30 Uhr

„Welcher Tag ist bloß heute? – Warum Opa sich so schlecht erinnern kann“ –Mit Kindern über Demenz sprechen

Wir versuchen uns gemeinsam spielerisch vorzustellen, was Demenz genau ist, und unterhalten uns darüber, wie es sich anfühlt, jemanden mit Demenz zu kennen, und wie man trotzdem eine gute Zeit mit den Großeltern haben kann. Familien sind herzlich eingeladen!

DONNERSTAG

25. September 2025 | 10:00– 12:00 Uhr

MitSingkonzert auf der Parkbühne des GeyserHaus e.V.

mit dem Chor des Seniorenbüro Nord und der GeyserHausBand

Sich erinnern mit Musik – der Chor des Seniorenbüro Nord präsentiert alte und neuere Lieder unter der Leitung von Katharina Merz, die auch den ersten Demenzchor der Stadt Leipzig leitet. Weiterhin tritt die „Hausband“ des GeyserHaus e.V. mit bekannten Pop-, Rock- und Schlager-Melodien auf. Dazu gibt es Kaffee und Kuchen auf der wunderschönen barrierefreien Parkbühne.

DONNERSTAG

25. September 2025 | 17:00– 19:00 Uhr

„An ihrer Seite (2006)“ Filmvorführung und Gespräch zum Thema Paarbeziehung und Demenz mit Annett Reichel (mobileLichtmomente, ambulante Betreuung)

„Als seine Ehefrau an Alzheimer erkrankt, muss ein Mann nach 45 Ehejahren hilflos mit ansehen, wie die geliebte Frau sich von ihm entfernt und die Erinnerung an ihr bisheriges glückliches Leben verliert. Über den schmerzlichen Verlust hinaus muss er sich der Frage stellen, wessen Glück ihm wirklich am Herzen liegt.“ Quelle: <https://www.filmdienst.de/film/details/530238/an-ihrer-seite>

Mit anschließendem Gespräch. ACHTUNG: Veranstaltungsort ist die Kinobar Prager Frühling im Haus der Demokratie in der Bernhard-Göring-Straße 152, 04277 Leipzig. Eintritt 8,50 € für Vollzahlende, 7,- € ermäßigt (Rentner*innen, Schwerbehinderte, Studierende, Leipzig-Pass- Inhaber*innen)



Information Freizeitangebote Beratung
für Senior*innen und Angehörige

Stadt Leipzig
Sozialamt
Seniorenbüro Nord

Arthur-Bretschneider-Park, Kleiststr. 52, 04157 Leipzig
0341 | 902 902 13
seniorenbuero@geyserhaus.de
www.geyserhaus.de/sbn

Mo - Di 10 - 17 | Mi 11 - 17 | Do 9 - 15 | Fr 9 - 12



SENIORENBÜRO
LEIPZIG-NORD

W O C H E D E R D E M E N Z



WELCHER TAG IST BLOSS HEUTE?

Warum Opa sich so
schlecht erinnern
kann.

KINDERN DEMENZ ERKLÄREN

Wir versuchen uns gemeinsam spielerisch vorzustellen, was Demenz genau ist, und unterhalten uns darüber, wie es sich anfühlt, jemanden mit Demenz zu kennen, und wie man trotzdem eine gute Zeit mit den Großeltern haben kann. Familien sind herzlich eingeladen!

MONTAG, 22. SEPTEMBER 2025 14 - 15.30 UHR



Information Freizeitangebote Beratung
für Senior*innen und Angehörige

Arthur-Bretschneider-Park, Kleiststr. 52, 04157 Leipzig

0341 | 902 902 13

seniorenbuero@geyserhaus.de

www.geyserhaus.de/sbn

Mo - Di 10 - 17 | Mi 11 - 17 | Do 9 - 15 | Fr 9 - 12



SENIORENBÜRO
LEIPZIG-NORD



WOCHEN DER DEMENZ

AN IHRER SEITE



**FILMVORFÜHRUNG MIT
ANSCHLIESSENDEM
GESPRÄCH ZUM THEMA
PAARBEZIEHUNG UND
DEMENTZ**



Als seine Ehefrau an Alzheimer erkrankt, muss ein Mann nach 45 Ehejahren hilflos mit ansehen, wie die geliebte Frau sich von ihm entfernt und die Erinnerung an ihr bisheriges glückliches Leben verliert. Über den schmerzlichen Verlust hinaus muss er sich der Frage stellen, wessen Glück ihm wirklich am Herzen liegt.

Quelle: <https://www.filmdienst.de/film/details/530238/an-ihrer-seite>

DONNERSTAG, 25. SEPTEMBER 2025 17.00 UHR

Achtung: Diese Veranstaltung findet nicht im Seniorenbüro Nord statt! Melden Sie aber gern bei uns für den Kinobesuch an!



Information Freizeitangebote Beratung
für Senior*innen und Angehörige

Arthur-Bretschneider-Park, Kleiststr. 52, 04157 Leipzig

0341 | 902 902 13

seniorenbuero@geyserhaus.de

www.geyserhaus.de/sbn

Mo - Di 10 - 17 | Mi 11 - 17 | Do 9 - 15 | Fr 9 - 12



**KINOBAR PRAGER FRÜHLING,
HAUS DER DEMOKRATIE,
BERNHARD-GÖRING-STRASSE
152, 04277 LEIPZIG
EINTRITT: 7€**

SENIORENBÜRO
LEIPZIG-NORD

WOCHE DER DEMENZ



HOFKONZERT

DONNERSTAG, 25. SEPTEMBER 2025 10.- 12.00 UHR

LAUSCHEN, MITSINGEN, SICH
ERINNERN...

**KONZERT MIT CHOR UND BAND,
KAFFEE UND KUCHEN**

Parkbühne des GeyserHaus e.V.

um Anmeldung wird gebeten!



Information Freizeitangebote Beratung
für Senior*innen und Angehörige

Arthur-Bretschneider-Park, Kleiststr. 52, 04157 Leipzig

0341 | 902 902 13

seniorenbuero@geyserhaus.de

www.geyserhaus.de/sbn

Mo - Di 10 - 17 | Mi 11 - 17 | Do 9 - 15 | Fr 9 - 12



SENIORENBÜRO
LEIPZIG-NORD

Veranstaltungen



16 € pro Person

KANALFAHRT

Stadtrundfahrt zu Wasser:
"Klein Venedig" im Leipziger
Westen entdecken

Di. 30.09.25 | 12.45-15 Uhr
Vor Anmeldung erforderlich!



Stadt Leipzig
Sozialamt
Seniorenbüro Nord

Information Freizeitangebote Beratung
für Senior*innen und Angehörige

Arthur-Bretschneider-Park, Kleiststr. 52, 04157 Leipzig
0341 | 902 902 13
seniorenbuero@geyserhaus.de
www.geyserhaus.de/sbn

Mo - Di 10 - 17 | Mi 11 - 17 | Do 9 - 15 | Fr 9 - 12



**GEYSER
HAUS**

SENIORENBÜRO
LEIPZIG-NORD

Treff: Haltestelle Rödelstraße 1 / 2

Veranstaltungen

DIE HEILENDE KRAFT VON KLÄNGEN



Musikclub anlässlich
der Woche der
seelischen Gesundheit
- mit Film & Gespräch

Mittwoch
15. Oktober 2025
11 - 13 Uhr



Musik ist universell. Musik inspiriert, berührt die Seele und erreicht auch Menschen, die sich sprachlich nicht (mehr) äußern können. Umgekehrt lässt sich mit Musik auch schwer in Worte zu Fassendes ausdrücken. Musik kann beruhigen oder in Bewegung bringen, Musik bewahrt Erinnerungen und gibt ihnen eine Gestalt. Musik bringt Menschen zusammen, Musik kann befreien und innerlich wachsen lassen. Musik wirkt heilsam. Wir wollen uns einen Film dazu ansehen und mit Ihnen darüber ins Gespräch kommen.

SENIORENBÜRO
LEIPZIG-NORD



Information Freizeitangebote Beratung
für Senior*innen und Angehörige

Arthur-Bretschneider-Park, Kleinstadt 52, 04157 Leipzig

0341 / 902 902 13

seniorenbuero@geyserhaus.de

www.geyserhaus.de/ibn

Mo - Di 10 - 17 | Mi 11 - 17 | Do 9 - 15 | Fr 9 - 12





Impulse für den Winter

SENIORENBÜRO
LEIPZIG-NORD

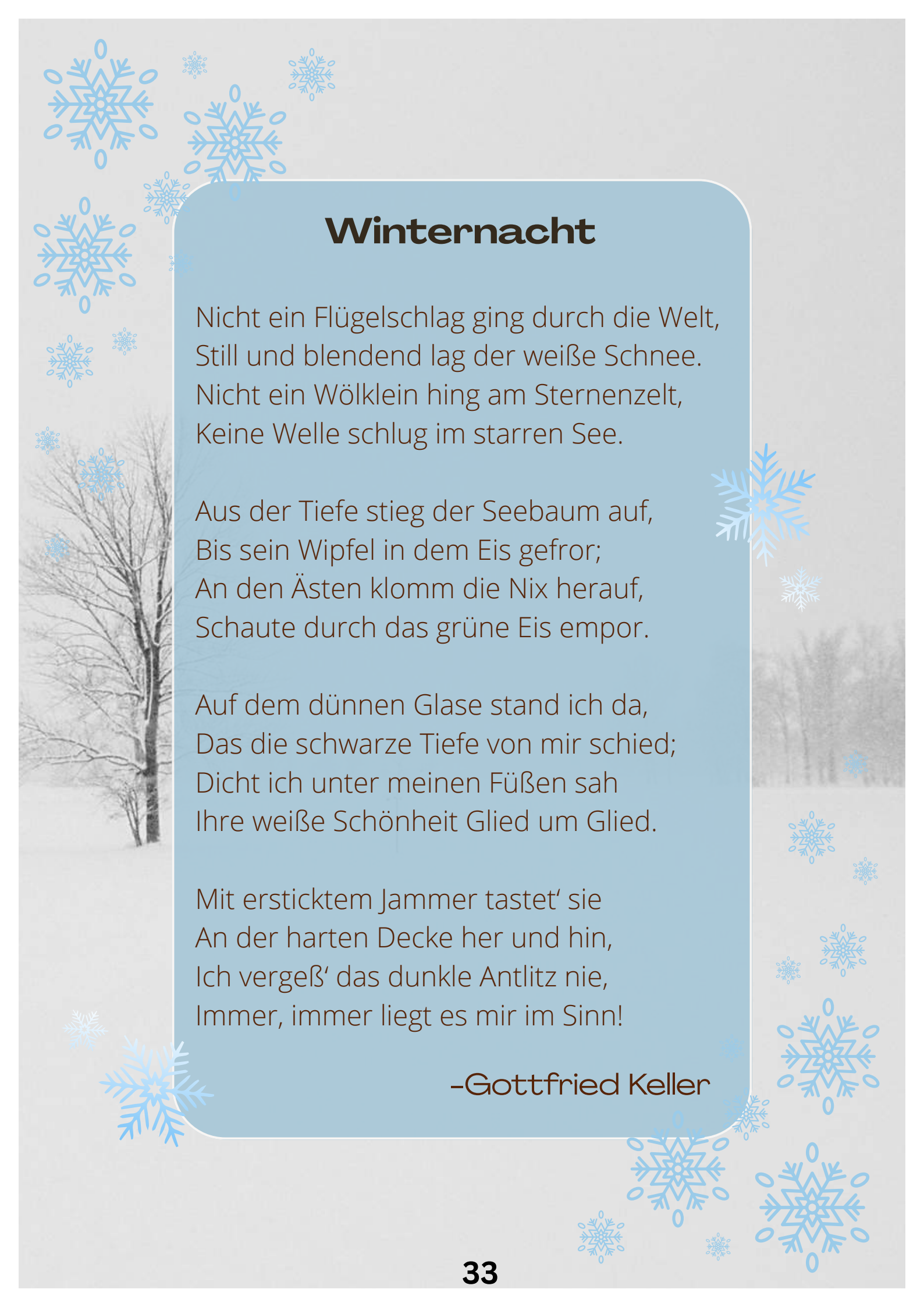
Erinnerungen



an den letzten

Winter.





Winternacht

Nicht ein Flügelschlag ging durch die Welt,
Still und blendend lag der weiße Schnee.
Nicht ein Wölklein hing am Sternenzelt,
Keine Welle schlug im starren See.

Aus der Tiefe stieg der Seebaum auf,
Bis sein Wipfel in dem Eis gefror;
An den Ästen klomm die Nix herauf,
Schaute durch das grüne Eis empor.

Auf dem dünnen Glase stand ich da,
Das die schwarze Tiefe von mir schied;
Dicht ich unter meinen Füßen sah
Ihre weiße Schönheit Glied um Glied.

Mit ersticktem Jammer tastet' sie
An der harten Decke her und hin,
Ich vergeß' das dunkle Antlitz nie,
Immer, immer liegt es mir im Sinn!

-Gottfried Keller

Die Elster – Claude Monet



Veranstaltungen
im November &
Dezember

SENIORENBÜRO

LEIPZIG-NORD

Programm für November Dezember 2025

**BERATUNG: MONTAG und DIENSTAG: 10.00 – 14.00 Uhr oder
nachtelefonischer Absprache unter 0341 / 902 902**

ACHTUNG: am Mo, 24.11. & Di. 25.11. findet keine Beratung statt!



Regelmäßige Kurse

Montag

- Windows-Kurs / PC- und Laptop Nutzung 09.30 – 11.00 Uhr
- *Gymnastik* (neuer Kurs wieder ab 2026! Start bitte erfragen!) 09.30 – 10.30 Uhr
- Mal- und Zeichenzirkel (nicht am 24.11.) 11.15 – 12.45 Uhr
- „English for you“ I (nicht am 24.11.) 13.30 – 15.00 Uhr
- „English for you“ II (nicht am 24.11.) 15.15 – 16.45 Uhr

Dienstag

- Windows-Kurs / PC- und Laptop Nutzung 09.30 – 11.00 Uhr
 - Smartphone Anfänger (Termine: 04.11., 11.11., 25.11., 02.12., 16.12.) 09.30 – 11.00 Uhr
 - Smartphone Fortgeschrittene (Termine: 04.11., 11.11., 25.11., 02.12., 16.12.) 11.15 – 12.45 Uhr
- Zusätzlich ist das Medienkompetenzprojekt für Ihre digitalen Fragen in der offenen Mediensprechstunde einmal monatlich dienstags im Seniorenbüro zu Gast, Termine siehe Rückseite Programm.*

Mittwoch

- Einsteigerkurs für Computer/Laptop mit Windows 09.30 – 11.00 Uhr
- Spielenachmittag (UKB 1,50€) 14.00 – 17.00 Uhr
- Yoga 19.00 – 20.30 Uhr

Donnerstag

- Chorprojekt „Klang (er)leben“ 10.00 – 11.30 Uhr
- „Zweites Frühstück – aus einsam mach gemeinsam“ offen für alle 10.00 – 12.00 Uhr

Freitag

MorgenRock – Bewegung mit Musik

- 10.00 – 12.00 Uhr

(ACHTUNG: findet am Freitag das Angebot „Entspannung mit Klangschalen“ statt, startet der MorgenRock 10.30 Uhr!
Vergleichen Sie die Termine bitte mit dem Monatsprogramm oder rufen Sie im Seniorenbüro an.)



Freizeitangebote - Information - Unterstützung - Beratung für Senior*innen und Angehörige

im Arthur-Bretschneider-Park, Kleiststraße 52, 04157 Leipzig
Tel: 0341 902 902 13 E-Mail: seniorenbuero@geyserhaus.de
www.geyserhaus.de/sbn/



Mo - Di 10 – 17 / Mi 11 - 18 / Do 9 - 15 / Fr 9 - 12 Uhr



Veranstaltungen im November

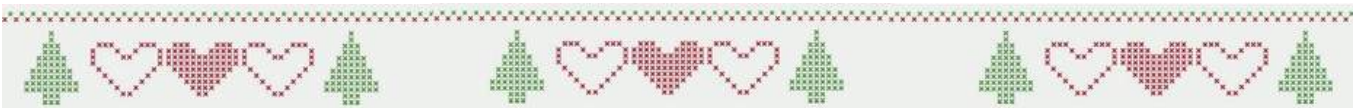
- | | |
|--|---|
| <ul style="list-style-type: none"> • Di. 04.11. Gedächtnistraining • Mi. 05.11. Fotoclub • Do. 06.11. Basteln & Handarbeiten • Fr. 07.11. Entspannung mit Klangschalen • Mo. 10.11. „Altes Eisen?? – wir machen Theater!“ • Di. 11.11. Reparaturkaffee • Mi. 12.11. Literaturcafé • Do. 13.11. Netzwerktreffen für alle im Stadtteil mit Senior*innen Tätigen • Di. 18.11. offene Mediensprechstunde mit dem Medienkompetenzprojekt – | <ul style="list-style-type: none"> 14.30 – 16.00 Uhr 11.00 – 13.00 Uhr 13.00 – 15.00 Uhr 09.00 – 10.00 Uhr 09.30 – 10.45 Uhr 14.00 – 17.00 Uhr 11.00 – 13.00 Uhr 13.30 – 15.00 Uhr 10.00 – 12.00 Uhr 15.30 – 17.00 Uhr 13.30 – 15.00 Uhr |
|--|---|
- alle digitalen Fragen sind willkommen!
- | | |
|--|--|
| <ul style="list-style-type: none"> • Di. 18.11. Angehörigengruppe Alzheimer- und Demenzerkrankter • Mi. 19.11. -- BUß- UND BETTAG! Wir haben geschlossen.-- • Do. 20.11. Sicherheit im Straßenverkehr • Mo. 24.11. und Di. 25.11. sind wir außer Haus, da wir an der 29. Fachtagung der Bundesarbeitsgemeinschaft Seniorenbüros in Hannover teilnehmen. (Der Smartphone-Kurs am 25.11. findet aber statt) • Mi. 26.11. Natur- und Gartenclub • Do. 27.11. Fjorde und Trolle in Südnorwegen, Reisevortrag mit Werner Schumann | <ul style="list-style-type: none"> 15.30 – 17.00 Uhr 13.30 – 15.00 Uhr 11.00 – 13.00 Uhr 13.30 – 15.00 Uhr |
|--|--|

Veranstaltungen im Dezember

- | | |
|--|---|
| <ul style="list-style-type: none"> • Mo. 01.12. Weihnachtsbäckerei für Alt & Jung –gemeinsambackenimFamilienzentrum • Di. 02.12. Gedächtnistraining • Mi. 03.12. Literaturcafé • Do. 04.12. Basteln und Handarbeiten – Weihnachtliche Deko-Ideen sind willkommen! • Fr. 05.12. Adventsfest im Seniorenbüro. Besinnliches Beisammensein mit Punsch, Lebkuchen, Musik und weihnachtlichen Texten. • Mo. 08.12. „Altes Eisen?? – wir machen Theater!“ • Di. 09.12. offene Mediensprechstunde mit dem Medienkompetenzprojekt – alle digitalen Fragen sind willkommen! • Di. 09.12. Reparaturkaffee • Mi. 10.12. Fotoclub • Do. 11.12. Sicherheit im Straßenverkehr • Fr. 12.12. Entspannung mit Klangschalen • Mo. 15.12. Lesung aus dem Erzähl-Foto-Band „Im Grenzland“ mit Autorin Sonja Daemen • Di. 16.12. Angehörigengruppe Alzheimer- und Demenzerkrankter • Mi. 17.12. „Bald nun ist Weihnachtszeit“ Theater mit den Unruheständlern • Do. 18.12. besinnliches Weihnachtsfrühstück mit Filmvorführung zum Jahresausklang | <ul style="list-style-type: none"> 15.00 – 17.00 Uhr 14.30 – 16.00 Uhr 11.00 – 13.00 Uhr 13.00 – 15.00 Uhr 11.00 – 16.00 Uhr 13.00 – 15.00 Uhr 10.00 – 12.00 Uhr 14.00 – 17.00 Uhr 11.00 – 13.00 Uhr 13.30 – 15.00 Uhr 09.00 – 10.00 Uhr 13.30 – 15.00 Uhr 15.30 – 17.00 Uhr 11.00 – 13.00 Uhr 10.00 – 13.00 Uhr |
|--|---|



Wir schließen vom 23.12.2025 bis 04.01.2026 für eine Winterpause und wünschen frohe Feiertage!



ACHTUNG: Am Montag und Dienstag, den 05.01. und 06.01.2026 bleibt unser Seniorenbüro aufgrund der Vereinsklausur geschlossen. Ab Mittwoch, den 07.01. sind wir für Beratungsanliegen erreichbar, das reguläre Veranstaltungsprogramm beginnt am Montag, den 12.01. 2026. Bis dahin, wir freuen uns!

Veranstaltungen



Offene Mediensprechstunde mit dem Medienkompetenzprojekt

Wie mache ich das bloß mit dieser Technik?

Verständliche und praktische Tipps, wie Sie digitale geräte im Alltag sinnvoll nutzen können.

Dienstag
18.11.2025

&

09.12.2025

10-12 Uhr



Veranstaltungen

SENIORENBÜRO LEIPZIG-NORD

NETZWERKTREFFEN

FÜR ALLE IM
STADTTEIL NORD
MIT SENIOR*INNEN
TÄTIGEN



DONNERSTAG 13.11.2025

13.00 - 15.00 UHR

Veranstaltungen

REISEVORTRAG



SÜDNORWEGEN

LAND DER FJORDE UND TROLLE

27.11.2025
13:30 UHR

Veranstaltungen

Im Grenzland

Momentaufnahmen aus
der Oder-Region

Sonja Daemen



Im Grenzland
Momentaufnahmen aus der
Oder-Region

Verlag Federlesen.com

Montag
15.12.2025
13.30 Uhr

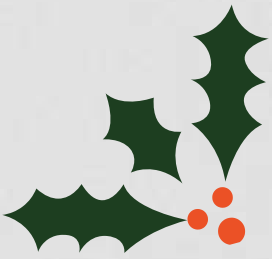


Lesung mit Sonja Daemen

Die gebürtige Leipzigerin hat lange Zeit an
der Grenze zu Polen gelebt und
stellt ihren dort entstandenen Bild-Erzähl-
Band vor. Dazu zeigt sie eigene Fotos.

Der Eintritt ist frei. Das Buch kann vor Ort
erworben und signiert werden.



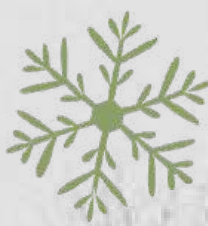


Veranstaltungen

WEIHNACHTSZEIT IM SENIORENBÜRO NORD



Wir bitten um Anmeldung



Mo. 01.12. Weihnachtsbäckerei für Alt &

Jung – gemeinsam backen im

Familienzentrum

15.00 – 17.00 Uhr



Fr. 05.12. Adventsfest – Besinnliches

Beisammensein mit

Punsch, Lebkuchen, Musik uvm. 11.00 –

16.00 Uhr

Mo. 15.12. Lesung aus dem Erzähl-
Foto-Band „Im Grenzland“ mit Autorin

Sonja Daemen 13.30 – 15.00 Uhr

Mi. 17.12. „Bald nun ist

Weihnachtszeit“ Theater mit den

Unruheständlern 11.00 – 13.00 Uhr





FÜR DEN TEIG:

400 g gemahlene Mandeln
250 g Puderzucker
1 Prise Zimt
2 Eiweiß (Gr. M)
2 EL Amaretto
1 Pck. Vanillezucker
etwas Weizenmehl zur Teigverarbeitung

FÜR DIE BAISER-SCHICHT:

125 g Puderzucker
1 Eiweiß (Gr. M)

ZIMTSTERNE REZEPT



ZUBEREITUNG:



Für den Teig Mandeln, Puderzucker, Zimt miteinander vermischen. Eiweiß hinzugeben und mit Amaretto und Vanillezucker miteinander verrühren. Teig in Frischhaltefolie wickeln und 30 Minuten kaltstellen. Arbeitsfläche gut bemehlen und den Teig etwa 5 mm dick ausrollen. Mit einem Sternenausstecher Sterne ausstechen und auf ein mit Backpapier belegtes Blech legen. Ofen auf 120 Grad Umluft vorheizen. Für die Glasur Puderzucker und Eiweiß steif schlagen. Mit einem Teelöffel Glasur auf den Sternen verteilen und vorsichtig bis zu den Rändern und spitzen streichen. Sterne im vorgeheizten Ofen ca. 40 Minuten trocknen. Vollständig auskühlen lassen und dann in einer Dose lagern.



FROHES NEUES

WORTSUCHE

Die ersten 3 Worte, die Sie
sehen wird das Neue Jahr
bringen!



F	I	R	E	W	O	L	K	E	S	W	H	P	T
G	L	Ü	C	K	W	I	E	R	N	C	L	C	G
U	R	R	U	H	E	E	G	E	T	K	D	E	E
S	P	A	S	S	T	B	P	I	A	U	E	L	N
U	E	S	O	L	U	E	I	S	N	N	J	L	U
P	F	G	D	U	L	O	R	E	A	T	A	B	S
P	R	R	E	E	N	D	S	R	C	A	N	R	S
E	E	G	B	L	A	R	T	Y	K	N	U	A	L
M	U	M	O	R	D	E	S	S	P	N	A	T	Y
P	D	G	E	M	E	I	N	S	C	H	A	F	T
G	E	S	U	N	D	H	E	I	T	D	Y	L	M

Angebotsübersicht

Reparaturkaffee

Hier können Gebrauchsgegenstände, wie Kaffeemaschinen, Lampen oder Kinder-Spielzeuge gemeinsam repariert werden. Bei einer Tasse Kaffee oder Tee kann sich auch über Reparaturen in vergangenen Zeiten ausgetauscht werden. Gern beantworten die freundlichen Helfer*innen Fragen zur Nutzung von PC, Laptop, Tablet, Smartphone oder Handy in der geselligen Runde. Die Veranstaltung ist kostenfrei.



Fotoclub

An jedem 1. Mittwoch im Monat haben Senioren und Seniorinnen die Möglichkeit, in den Räumlichkeiten des Seniorenbüros zusammenzukommen, um sich zu eigenen Fotos auszutauschen, über technische Fragen zu diskutieren oder gemeinsame Ausstellungen und Projekte zu planen und vorzubereiten. Auch Fotospaziergänge durch die Ortsteile Gohlis oder Eutritzsch sowie fotografische Wanderungen können in der geselligen Runde entstehen.



Verkehrssicherheit

Jeden 3. Donnerstag im Monat gibt es ab 13 Uhr Tipps von Horst Wilsdorf für Fußgänger*innen, Rad- und Autofahrer*innen ab 55 Jahren. Alle Fragen und Gedanken rund um die Sicherheit im Straßenverkehr können ausgetauscht und beantwortet werden. Die Veranstaltung ist kostenfrei!



Alzheimer/Demenz - Selbsthilfegruppe und Beratung für Angehörige

Angehörige, die demenzkranke Menschen betreuen, begleiten oder pflegen, übernehmen nicht nur eine große Verantwortung, sondern auch eine schwierige Aufgabe. Der Austausch mit anderen Menschen, die ähnliche Erfahrungen haben und deshalb ein größeres Maß an Verständnis entgegenbringen können, ist sehr hilfreich. Gemeinsame Gespräche bieten die Möglichkeit, den an Demenz erkrankten Menschen besser verstehen zu lernen und möglichst ruhig, geduldig und verständnisvoll mit ihm umzugehen. Neue Interessenten sind herzlich willkommen.



Basteln & Handarbeiten

Alle kreativen Personen ab 55 Jahren und älter sind herzlich zum geselligen Bastel- und Handarbeitsnachmittag eingeladen. Unter Anleitung von Renate Hoch kann sich bei einer gemütlichen Tasse Kaffee oder Tee kreativ ausgelebt werden. So können kleine Kunstwerke, gern auch eigene Bastelprojekte, entstehen, sowie neue Ideen und Wünsche eingebracht werden.



Natur & Gartenclub

Leidenschaftliche Hobbygärtnerinnen und Gärtner, Kleingärtner sowie Naturliebhaberinnen, sind herzlich zum Natur- und Gartenclub eingeladen, um sich in einer lockeren Gesprächsrunde zum Thema Natur und Garten auszutauschen. Gern können eigene Senker, Saatgut oder Pflanzen zum Bestaunen und Tauschen mitgebracht werden.



Musikclub

Hier kann sich in lockerer Atmosphäre über Musik ausgetauscht, gemeinsame Projekte und Konzertbesuche geplant oder sich ein Eindruck von anderen Musikrichtungen gemacht werden.



Gedächtnistraining

Anekdoten aus der Schul- und Jugendzeit, dem Alltagsgeschehen oder der Natur, gespickt mit passender Musik, kleinen Gedächtnis- und entspannenden Bewegungsübungen, passend für sie und ihn. Annett Reichel von mobileLicht-Momente führt als zertifizierte Gedächtnistrainerin durch die kurzweilige Vortragsreihe „Neugierig bleiben - Übungen für flexible Denker“



Literaturkaffee

An jedem 2. Mittwoch im Monat findet das Literaturkaffee-Treffen in den Räumlichkeiten des Seniorenbüros Nord statt. Dazu sind literaturbegeisterte, lese- und schreibfreudige Ruheständler*innen immer herzlich eingeladen. In gemütlicher Atmosphäre entsteht ein lockerer Austausch rund um Literatur. Eigene Texte, Gedichte und Anekdoten können gern vorgestellt werden.



Besuchs- und Begleitdienst

Wer sich über den Besuchs- und Begleitdienst informieren, Erfahrungen austauschen, sich selbst einbringen oder Fragen loswerden möchte, ist zu den nächsten Treffen herzlich eingeladen.



Impressum

SENIORENBÜRO
LEIPZIG-NORD



Information Freizeitangebote Beratung
für Senior*innen und Angehörige

Arthur-Bretschneider-Park, Kleiststr. 52, 04157 Leipzig

0341 | 902 902 13

seniorenbuero@geyserhaus.de

www.geyserhaus.de/sbn

Mo - Di 10 - 17 | Mi 11 - 17 | Do 9 - 15 | Fr 9 - 12



Öffnungszeiten

Montag: 10.00 - 17.00 Uhr
Dienstag: 10.00 - 17.00 Uhr
Mittwoch: 11.00 - 18.00 Uhr
Donnerstag: 09.00 - 15.00 Uhr
Freitag: 09.00 - 12.00 Uhr

Beratungszeiten

Montag: 10.00 - 14.00 Uhr
Dienstag: 10.00 - 14.00 Uhr
Und nach Vereinbarung

Telefonnummer

0341 / 902 902 13

Adresse

Kleiststraße 52
Zugang über die
Parkbühne des
GeyserHaus e.V., am
Arthur-Bretschneider-Park

Wichtige städtische Telefonnummern:

Beratung:

Beauftragte für SeniorInnen

0341/123-6745

Soziales:

Soziale Wohnhilfen 0341/123-9139

Krankentransport der Stadt Leipzig

0341/19222

Allgemeine Informationen

0341/123-4119

Bürgertelefon 0341/123-0

Postanschrift SBN

Gräfestraße 25

04129 Leipzig

Mailadresse

seniorenbuero@geyserhaus.de