

Jonglage und Bewegung

Ab Montag, 29.7., 3 x montags 14:15 – 15:15 Uhr
In diesem Kurs steht die Freude am Üben und Entdecken im Mittelpunkt. Nach dem gemeinsamen Aufwärmen folgt eine spielerische Annäherung an die Balljonglage mit Übungen für das Werfen, Fangen und den Rhythmus. Der zweite und dritte Ball können folgen. Weitere Zirkuskünste wie Teller drehen, Luna Sticks oder Diabolos können ausprobiert werden. Alle Teilnehmenden sind willkommen, eine Teilnahme im Sitzen oder Stehen ist möglich.
Kursleitung Nina Breimaier, Zirkus Risolino
Mit Anmeldung
Kosten: 15 Euro*

Handy-Café

Immer freitags von 10:00 bis 12:00 Uhr ist das Café im SeZe zum Austausch und Üben an Smartphones, Tablets und anderen digitalen Geräten geöffnet. BesucherInnen unterstützen sich gegenseitig. Einzelberatung ist beschränkt auf **max. 20 Minuten** pro Person möglich. Ansprechpersonen mit Erfahrung stehen zur Verfügung. Kostenfrei.

Aktuell können wir leider **keine** Handysprechstunden anbieten.

Öffnungszeiten Büro:

Montag u. Mittwoch: 14:00 – 16:00 Uhr
Dienstag u. Donnerstag: 10:00 – 12:00 Uhr
Und nach Vereinbarung.

Öffnungszeiten Café:

Montag bis Freitag: 9:00 – 12:00 Uhr
Montag bis Donnerstag: 14:00 – 17:00 Uhr
(Donnerstagnachmittags Schachcafé)

Das SeZe hat am 4.Juli geschlossen.

Seniorenzentrum Bildung + Kultur (SeZe)
Obere Laube 38, 78462 Konstanz
Tel. 07531 918 98 34
E-Mail: seniorenzentrum@konstanz.de
www.konstanz.de/seniorenzentrum

FSJ im SeZe

Das Seniorenzentrum Bildung + Kultur (SeZe) bietet zum 1. September 2024 eine Stelle für ein 12-monatiges FSJ (Freiwilliges Soziales Jahr) im Schnittpunkt von Sozial- und Kulturarbeit mit älteren Menschen.

Für nähere Infos: Telefon: 07531 918 98 34
oder E-Mail: seniorenzentrum@konstanz.de
www.konstanz.de/seniorenzentrum

Ehrenamtliche HelferInnen gesucht!

Möchten Sie selbst mitwirken?
Für unser Café im Park suchen wir Verstärkung für den Service (Öffnungszeiten siehe unten).
Bei Interesse gerne im SeZe telefonisch oder per Mail melden.

* Bei kostenpflichtigen Angeboten Ermäßigung mit Sozialpass.



SeZe Veranstaltungen Juli 2024





Seniorenzentrum
BILDUNG+KULTUR

SeZe Veranstaltungen Juli 2024



Mittwoch, 3.7.

18:00 Uhr

Kooperation mit dem
Altenhilfeverein e.V.
Konstanz

**Vortrag: Brückenpflege für
Schwerstkranke**

Viele Patienten möchten ihre letzte Lebenszeit zuhause verbringen. Stefan Blum, Leiter der Brückenpflege Konstanz, stellt die Arbeit eines ambulanten, palliativen Pflegeteams vor.
Kostenfrei

Freitag, 12.7.

18:00 Uhr

Kinoabend: Living Bach

Ein Film über die Kraft der Musik, die Menschen über Kontinente hinweg verbindet. Eine musikalische Reise mit eindrucksvollen Bildern und den Klängen Johann Sebastian Bachs.

Regie Anna Schmidt
Doku, D 2023, OMU, 114 Min.
Kostenfrei

Samstag, 6.7.

15:00 – 17:00 Uhr

Freude am Singen

Lockeres Singen mit Mitgliedern des Neuwerkchors unter deren Leiterin Julia Schwartz. Kanons a capella und Schlager mit Klavierbegleitung.
Keine Vorkenntnisse nötig.
Kostenfrei

Sonntag, 21.7.

15:00 Uhr

Trauer-Café

Veranstalter: Hospizverein
Konstanz
Café im Park (SeZe)

Montag, 22.7.

16:00 - 18:00 Uhr

Schwätzletreff – Stadtführung zu Konstanzer Geschwätz

Etwa einstündige Stadtführung zu lustigen Anekdoten und Skandalen aus der Konstanzer Geschichte, begleitet durch Henry Gerlach. Im Anschluss geselliges Zusammenkommen.
Mit Anmeldung
Kosten: 5 Euro*