

# Willkommen in der RAUMZEIT: Nehmen Sie sich **Raum & Zeit!**

Die Raumzeit begrüßt Montag bis Freitag zwischen 10-16 Uhr (und nach Absprache) alle ab 60. Machen Sie mit bei unseren kostenfreien Mitmachangeboten!  
Oder verbringen Sie darüber hinaus Zeit in der Raumzeit nach Ihren Vorstellungen. Bei Bedarf finden Sie hier kostenfreie Beratung rund um den Ruhezustand oder einfach ein offenes Ohr.

## MITMACHANGEBOTE:

Montag		Dienstag	
Mittagessen* 12:00 Uhr		Mittagessen* 12:00 Uhr	
Gymnastik im Sitzen 13:30 - 15:00 Uhr		Spieletreff 14:00 - 16:00 Uhr	
Strick- und Handarbeit 15:00 - 17:00 Uhr			
Mittwoch			
Mittagessen* 12:00 Uhr und offener Treff			
Donnerstag			
Erzählcafé 14:00 - 16:00 Uhr	Kreatives Gestalten 14:00 - 16:00 Uhr	Mediensprechstunde 14:00 - 16:00 Uhr	Farbenfroh 14:00 - 16:00 Uhr
Termine: 01.08., 05.09.	Termine: 11.07., 08.08., 12.09.	Termine: 19.07., 22.08., 19.09.	Termine: 01.08.
Mittagessen* 12:00 Uhr			
Gemeinschaftsnachmittag 15.08., 15:00 Uhr Gedächtnistraining 29.08., 14:30-15:30 Uhr			
Freitag			
Mittagessen* 12:00 Uhr		Spaziergang 14:00 Uhr	
		In Bewegung kommen, auch mit Handicap (z.B. Rollator): individuelle Bedürfnisse werden berücksichtigt und ein gemeinsamer Weg gefunden	

\*Eigenes Essen kann mitgebracht und in Gesellschaft verzehrt werden

Das Projekt „Raumzeit“ wird im Rahmen des Programms „Stärkung der Teilhabe älterer Menschen - gegen Einsamkeit und soziale Isolation“ durch das Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend und die Europäische Union über den Europäischen Sozialfonds Plus (ESF Plus) gefördert.

**Raumzeit Bad Tabarz**  
Lauchgrundstr. 12a  
(gegenüber vom Spielplatz)  
036259 56449  
01520 4865249  
raumzeit@bildungswerk.de

Ansprechpartnerinnen:  
Christiane Cott und Julia Momper

Gefördert durch:



Bundesministerium  
für Familie, Senioren, Frauen  
und Jugend



Kofinanziert von der  
Europäischen Union