

4. Mitgliederbrief

Herzliche Grüße in der Adventszeit und alles Gute fürs Neue Jahr 2024



Liebe Mitglieder und Freunde der **Seniorengemeinschaft für den Landkreis Lichtenfels e.V.**,

herzliche Grüße in der Vorweihnachtszeit. Wir wünschen Ihnen und Ihren Familien eine besinnliche Zeit.

Das Jahr 2023 neigt sich dem Ende zu und viele Menschen blicken hoffnungsvoll auf das Neue Jahr 2024. Sie wünschen sich Frieden, Geborgenheit und eine Zukunftsperspektive

Wenn wir aus der Perspektive der Seniorengemeinschaft zurückblicken, können wir feststellen, dass

- die Veranstaltung für Senioren und Senioren in der Stadthalle am 23. März mit dem Thema „Rund um Ostern – wie es mal war und heute ist“ über 500 Menschen Freude bereitet hat.
- das „Kino für Seniorinnen und Senioren“ in der Neuen Filmbühne Lichtenfels bisher 5 interessante Filme mit jeweils einem Gläschen Sekt für Sie bereitgehalten hat. Am Donnerstag, den 14.12.2023 erwartet Sie noch ein weiterer Film in diesem Jahr mit dem Titel „Tenor“. Informationen hierzu und über weitere Angebote finden Sie auf unserer Homepage www.sg-lif.de und in der Tageszeitung.
- bereits 2 „informative Kaffeerunden“ in der Fitnessküche der Sportpraxis Faulstich, Bamberger Straße 42 mit Vorträgen zu den Themen „Altersdiabetes? Nicht mit mir!“ und „Gesundheit entsteht im Darm“ stattgefunden haben. 4 weitere Vorträge erwarten Sie im neuen Jahr.
- unser Frühstückstreff – immer am 1. Mittwoch des Monats in der Bäckerei Stengel in der Bamberger Straße 50 von Senior/-innen besucht wird.
- seit kurzem eine Spendenaktion der Sport-Praxis Faulstich und der „Stiftung unser Lichtenfels“ unsere Seniorengemeinschaft unterstützt.
- wir Familien und Leihgroßeltern für unser neues Projekt „Leihgroßeltern“ gewinnen konnten.

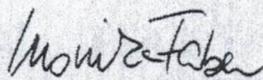
Für das Jahr 2024 planen wir

- **die Angebote „Seniorenkino“ und „Frühstückstreff“ fortzuführen.** Das Kinoprogramm liegt diesem Schreiben bei und der Frühstückstreff findet wie immer am 1. Mittwoch im Monat in der Bäckerei Stengel in der Bamberger Str. 50 in Lichtenfels statt.
- **4 weitere „informative Kaffeerrunden“** in der Fitnessküche der Sport-Praxis Faulstich:

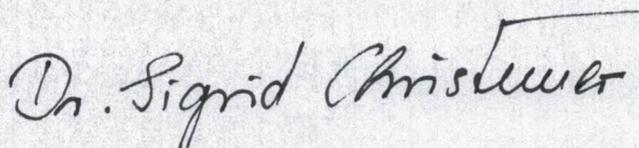
31. Januar 2024	„Eiweiß – der unterschätzte Alleskönner“
28. Februar 2024	„Wie uns eine Zitrone vor Osteoporose schützen kann“
27. März 2024	„Arthrose – Was „verhungern“ mit unseren Gelenken zu tun hat“
24. April 2024	„Ein starker Rücken kennt keinen Schmerz – oder doch?“
- gemeinsam mit der Stadt Lichtenfels wieder ***einen Nachmittag für Seniorinnen und Senioren am Donnerstag, den 14. März ab 14.30 Uhr zum Thema „Sport und Spiel- früher und heute“*** anzubieten. Nähere Informationen erfahren Sie über die Tageszeitung und das Wochenblatt bzw. baldmöglichst über unsere Homepage.
- ***Für das Projekt „Leihgroßeltern“ suchen wir noch interessierte Omas und Opas sowie Familien, die gerne eine Leihoma oder einen Leihopa kennenlernen möchten.***
Melden Sie sich bitte bei Sigrid Christeiner 09571/ 6452 – oder 0170 1852611

Wir freuen uns über ein baldiges Wiedersehen oder Ihren Anruf bei der Seniorengemeinschaft: 09571 -896 84 01

Ihre Seniorengemeinschaft für den Landkreis Lichtenfels e.V.
Im Namen aller Vorstandsmitglieder



Monika Faber



Dr. Sigrid Christeiner