



## Weiß-grüne Notfalldose kann Leben retten

Wichtige Informationen für Helfer im Kühlschrank – Seniorenbegegnungsstätten geben Dosen aus



Sie ist aus Plastik, kaum größer als ein Joghurtbecher und sollte im Kühlschrank stehen. Dort platziert, kann sie Leben retten! Die weiß-grüne Notfalldose hilft Sanitätern und Notärzten im Ernstfall schnell mit Patienteninfos. In dem etwa zehn Zentimeter hohen Behälter befindet sich ein Faltblatt, auf dem persönliche Angaben einzutragen und aktuell zu halten sind, wie Name, Geburtsdatum, Medikamente, Blutgruppe, Impfstatus, Allergien und Vorerkrankungen, eventuell durchgeführte Operationen, eingesetzte Implantate und Herzschrittmacher sowie die Versicherungsnummer, Kontaktdaten des Hausarztes und von Angehörigen oder ob eine Patientenverfügung vorhanden ist. Wichtig: Die In-

**Übergabe der Dosen.** Im Seniorenbegegnungs- und Beratungszentrum, Ökumenische Seniorenhilfe Dresden, Wittenberger Straße 83; von links: Sozialbürgermeisterin Dr. Kristin Klaudia Kaufmann, Frank Friedrich vom Rettungsdienst, Johanna Schroth, und Andreas Grünberg von der Feuerwehr.

Foto: Merry Rösler

formationen müssen stets auf dem aktuellen Stand sein. Nur so können die Rettungskräfte schnell und verlässlich helfen. Ein Aufkleber an der Innenseite der Wohnungstür sowie am Kühlschrank weist den Rettern den Weg. So geht keine wichtige Zeit verloren, wenn jemand gesundheitlich in Not geraten ist. In Schränken oder Taschen dürfen Helfer auch im Notfall nicht ohne Erlaubnis suchen. Oft sind Patienten dann aber gar nicht in der Lage, ihr Einverständnis zu geben. „Der kleine Lebensretter hat sich bereits bundesweit bewährt. Gerade für Seniorinnen und

Senioren ist das eine sinnvolle Sache. Wer sich für die Notfalldose interessiert, sollte sich bei einer Seniorenbegegnungsstätte oder beim Sozialamt melden“, empfiehlt Sozialbürgermeisterin Dr. Kristin Klaudia Kaufmann. Das Sozialamt hat bereits mehr als 2.500 Notfalldosen vor allem an Verbände und Einrichtungen der Alten- und Seniorenhilfe verteilt. Dresden hat ein Netz mit 29 Beratungs- und Begegnungsstellen für Ältere und ihre Angehörigen. Adressen und Informationen zum Älterwerden stehen unter [www.dresden.de/senioren](http://www.dresden.de/senioren).

### Klimafreundliche Mobilität für alle

Die Europäische Mobilitätswoche ist eine Kampagne der Europäischen Kommission und findet in diesem Jahr vom 16. bis 22. September statt. Bürgerinnen und Bürger können Mobilitätsangebote testen. Die Teilnahme an den Veranstaltungen ist kostenfrei. Eine Anmeldung ist bei den meisten Veranstaltungen erforderlich. Aus dem Programm:

■ Mittwoch, 2. September, 16.30 bis 20 Uhr, 1. Dresdner Transformationsarena für einen zukunftsfähigen Stadtverkehr in Dresden, im Neuen Rathaus

■ Sonnabend, 5. September, 9.30 bis 12.30 Uhr, Mobilitätstraining Niederflurbusse für Menschen mit Mobilitätseinschränkung

■ Dienstag, 15. September, 18 Uhr, Wie barrierefrei ist die Dresdner Neustadt? Ein Stadtteilrundgang für Alle

■ Donnerstag, 17. September, 18 Uhr, Zu Fuß zur Vision – Mobilität von morgen in der Johannstadt, Stadtteilspaziergang zur Verkehrswelt der Johannstadt

■ Montag, 21. September, 10 bis 12 Uhr, Geführter Stadtteilspaziergang in Räcknitz/Zschernitz

■ Montag, 21. September, 18 Uhr, Vortrag „Neue Linien in die Region – Vision für ein S-Bahn-Netz in Ost Sachsen“ in der Zentralbibliothek

■ Sonnabend, 26. September, 9.30 bis 12.30 Uhr, Mobilitätstraining Straßenbahn für Menschen mit Mobilitätseinschränkung

Weitere Informationen zum Veranstaltungsprogramm und zur Anmeldung stehen unter [www.dresden.de/mobilitaetswoche](http://www.dresden.de/mobilitaetswoche).

**Hinweis für Nutzer**

Die gedruckte Version des Veranstaltungskalenders für das reife Semester steht auch im Internet unter [www.dresden.de/amtsblatt](http://www.dresden.de/amtsblatt) zum Download bereit. Eine neue Online-Version ist in Vorbereitung. Wir informieren rechtzeitig, wann sie nutzbar ist.

Wer Termine für Senioren im Kalender für Oktober veröffentlichen möchte, wendet sich bitte per E-Mail an: [sozialplanung@dresden.de](mailto:sozialplanung@dresden.de).

Redaktionsschluss ist am 9. September 2020.

**Dienstag, 1. September**

10 – 11.30 Uhr

**Spanisch für Anfänger mit Vorkenntnissen**

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: AWO Seniorenbegegnungs- und Beratungszentrum, Hainsberger Straße 2

Anmeldung unter: Telefon (03 51) 4 13 54 71 oder E-Mail [Susann.Martin@awo-in-sachsen.de](mailto:Susann.Martin@awo-in-sachsen.de)

10.30 – 12 Uhr

**Englisch fortgeschritten**

Kosten: 4,50 Euro

Wer/Wo: AWO-Begegnungszentrum Prohlis, Prohliser Allee 31

Anmeldung unter: Telefon (03 51) 3 23 05 60 oder E-Mail [mail18@awo-in-sachsen.de](mailto:mail18@awo-in-sachsen.de)

12.30 – 16 Uhr

**Ausflug in den Großen Garten mit Parkeisenbahnfahrt und Kaffeezeit**

Kosten: 1 Euro + Fahrtkosten + Kaffeezeit

Wer/Wo: AWO Begegnung und Beratung für Senioren Prohlis

Treff: Haltestelle Jacob-Winter-Platz

Anmeldung unter: Telefon (03 51) 3 23 05 60

14 – 16 Uhr

**Smartphone-Sprechstunde**

Kosten: 1 Euro

Wer/Wo: AWO Seniorenbegegnungs- und Beratungszentrum, Hainsberger Straße 2

Anmeldung unter: Telefon (03 51) 4 13 54 71 oder E-Mail [Susann.Martin@awo-in-sachsen.de](mailto:Susann.Martin@awo-in-sachsen.de)

16 – 17 Uhr

**ZumbaGold**

Kosten: 7 Euro

Wer/Wo: Kristina Reichenbach Turnhalle 89, Grundschule Sosaer Straße 10

Anmeldung unter: Telefon (01 60) 97 08 03 43 oder E-Mail [K.H.Reichenbach@t-online.de](mailto:K.H.Reichenbach@t-online.de)

19.30 – 21.30 Uhr

**Ringelnetz miez Ningeljatz**

Kosten: 20 Euro

Wer/Wo: Dresdner FriedrichstaTT Palast, Wettiner Platz 10 (Eingang Jahnstraße)

Anmeldung unter: Telefon (03 51) 4 90 40 09 oder E-Mail [ticket@dresdner-friedrichstatt-palast.de](mailto:ticket@dresdner-friedrichstatt-palast.de)

**Mittwoch, 2. September**

8.27 – 18 Uhr

**Wanderung zum Grillplatz in Lausnitz**

Wer/Wo: Jahresringe Dresden, Verband für Vorruhestand und aktives Alter e. V, 8.27 Uhr Dresden Hbf., RE 1 bis Klotzsche

Anmeldung unter: Telefon (03 51) 5 00 76 35

9 – 10 Uhr

**Yoga für Senioren**

Kosten: 4 Euro

Wer/Wo: AWO-Begegnungszentrum Prohlis, Prohliser Allee 31

Anmeldung unter: Telefon (03 51) 3 23 05 60 oder E-Mail [mail18@awo-in-sachsen.de](mailto:mail18@awo-in-sachsen.de)

9.31 – 18 Uhr

**Rundwanderung Laußnitzer Heide**

Wer/Wo: Jahresringe Dresden, Verband für Vorruhestand und aktives Alter e. V, Dresden Neustadt

Anmeldung unter: Telefon (03 51) 5 00 76 35

10 – 11 Uhr

**Französisch Konversation**

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: AWO-Begegnungszentrum, Hainsberger Straße 2

Anmeldung unter: Telefon (03 51) 4 13 54 71 oder E-Mail [Susann.Martin@awo-in-sachsen.de](mailto:Susann.Martin@awo-in-sachsen.de)

10 – 11.30 Uhr

**Seniorentanzkurs Schnupperstunde**

Kosten: 10 Euro pro Person

Wer/Wo: Tanzschule ADTV Nebl, Schäferstraße 4

Anmeldung unter: Telefon (03 51) 4 94 22 96 oder E-Mail [info@ts-nebl.de](mailto:info@ts-nebl.de)

10 – 11 Uhr

**Französisch für Anfänger mit Vorkenntnissen**

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: AWO-Begegnungszentrum, Hainsberger Straße 2

Anmeldung unter: Telefon (03 51) 4 13 54 71 oder E-Mail [Susann.Martin@awo-in-sachsen.de](mailto:Susann.Martin@awo-in-sachsen.de)

12 – 13.30 Uhr

**Mittagstisch**

Kosten: ca. 5 Euro

Wer/Wo: AWO-Begegnungszentrum Prohlis, Prohliser Allee 31

Anmeldung unter: Telefon (03 51) 3 23 05 60

13 – 14.30 Uhr

**Yoga im Garten**

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: Beratungs- und Begegnungszentrum für Senioren, Beratungs- und Begegnungszentrum BÜLOWH

Anmeldung unter: Telefon (03 51) 2 68 89 88 oder E-Mail [sbz.buelowh@diakonie-dresden.de](mailto:sbz.buelowh@diakonie-dresden.de)

13 – 16 Uhr

**Skat und Schach**

Kosten: 1 Euro

Wer/Wo: AWO-Begegnungszentrum, Hainsberger Straße 2

Anmeldung unter: Telefon (03 51) 4 13 54 71 oder E-Mail [Susann.Martin@awo-in-sachsen.de](mailto:Susann.Martin@awo-in-sachsen.de)

14 – 16 Uhr

**Literaturcafé**

Kosten: 2,50 Euro

Wer/Wo: DRK Seniorenzentrum IMPULS,

Bürgerstraße 6

Anmeldung unter: Telefon (03 51) 84 72 26 78 oder E-Mail [impuls@drk-dresden.de](mailto:impuls@drk-dresden.de)

14 – 17 Uhr

**Rommé und Skat**

Kosten: 1 Euro

Wer/Wo: AWO-Begegnungszentrum Prohlis, Prohliser Allee 31  
Anmeldung unter: Telefon (03 51) 3 23 05 60**Donnerstag, 3. September**

8.45 – 15 Uhr

**Wanderung auf der linken Elbseite**

Kosten: 1,50 Euro

Wer/Wo: Seniorenwandern-dresden, Treff: Hauptbahnhof, Kuppelhalle

Anmeldung unter: Telefon (03 51) 2 84 39 91 oder E-Mail  
freizeitspass456@gmail.com

9 – 10 Uhr

**Englischkurs Anfänger**

Kosten: 3 Euro

Wer/Wo: AWO-Begegnungszentrum Prohlis, Prohliser Allee 31  
Anmeldung unter: Telefon (03 51) 3 23 05 60

10 – 11 Uhr

**Nordic Walking**

Kosten: 1 Euro

Wer/Wo: AWO-Begegnungszentrum, Hainsberger Straße 2  
Anmeldung unter: Telefon (03 51) 4 13 54 71 oder E-Mail  
Susann.Martin@awo-in-sachsen.de

10 – 11 Uhr

**Gymnastik im Sitzen**

Kosten: 1,50 Euro

Wer/Wo: DRK Seniorenzentrum IMPULS, Bürgerstraße 6  
Anmeldung unter: Telefon (03 51) 84 72 26 78 oder E-Mail  
impuls@drk-dresden.de

10.30 – 11.30 Uhr

**Heitere Gedächtnisspiele**

Kosten: 1 Euro

Wer/Wo: AWO-Begegnungszentrum Prohlis, Prohliser Allee 31  
Anmeldung unter: Telefon (03 51) 3 23 05 60 oder E-Mail  
mail18@awo-in-sachsen.de

10.30 – 11.30 Uhr

**Nordic Walking**

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: Begegnungszentrum für Senioren, Beratungs- und  
Begegnungszentrum BÜLÖWH, Pillnitzer Landstraße 12  
Anmeldung unter: Telefon (03 51) 2 68 89 88 oder E-Mail  
buelowh@diankonie-dresden.de

12 – 13.30 Uhr

**Mittagstisch**

Kosten: ca. 5 Euro

Wer/Wo: AWO Begegnung und Beratung für Senioren Prohlis,  
Prohliser Allee 31

Anmeldung unter: Telefon (03 51) 3 23 05 60

14.30 – 16.30 Uhr

**Männertreff**Wer/Wo: Jahresringe Dresden, Verband für Vorruhestand und  
aktives Alter e. V., Treffpunkt unter Telefon (03 51) 2 57 15 61  
erfragen

19.30 – 21.30 Uhr

**Geisterstunde**

Kosten: 20 Euro

Wer/Wo: Dresdner FriedrichstaTT Palast, Wettiner Platz 10  
(Eingang Jahnstraße)Anmeldung unter: Telefon (03 51) 4 90 40 09 oder E-Mail  
ticket@dresdner-friedrichstatt-palast.de**Freitag, 4. September**

10 – 12 Uhr

**Stadtspaziergang: Herzogin Garten**

Kosten: 1 Euro

Wer/Wo: AWO-Begegnungszentrum, Hainsberger Straße 2  
Anmeldung unter: Telefon (03 51) 4 13 54 71 oder E-Mail

Susann.Martin@awo-in-sachsen.de

10 – 11 Uhr

**Englisch mit Wolfgang Fischbein**

Kosten: 4 Euro

Wer/Wo: Volkssolidarität Dresden e. V., BBZ Laubegast,  
Laubegaster Ufer 22Anmeldung unter: Telefon (03 51) 5 01 05 25 oder E-Mail  
laubegast@volkssoli-dresden.de

10.30 – 11.30 Uhr

**Gymnastik für Senioren**

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: AWO-Begegnungszentrum Prohlis, Prohliser Allee 31  
Anmeldung unter: Telefon (03 51) 3 23 05 60

14 – 15.30 Uhr

**Name, Stadt, Land**

Kosten: 1 Euro

Wer/Wo: AWO-Begegnungszentrum, Hainsberger Straße 2  
Anmeldung unter: Telefon (03 51) 4 13 54 71 oder E-Mail

Susann.Martin@awo-in-sachsen.de

19.30 – 21.30 Uhr

**Wie kommt das Loch ins Portmonee?**

Kosten: 20 Euro

Wer/Wo: Dresdner FriedrichstaTT Palast, Wettiner Platz 10  
(Eingang Jahnstraße)Anmeldung unter: Telefon (03 51) 4 90 40 09 oder E-Mail  
ticket@dresdner-friedrichstatt-palast.de**Sonnabend, 5. September**

10 – 14 Uhr

**Themenwanderung zum Berufsausstieg**Wer/Wo: Kompetenzzentrum für den Übergang in den  
Ruhestand, Dresden-Mockritz und NickernAnmeldung unter: Telefon (03 51) 2 89 16 13 oder E-Mail  
kuer@awo-in-sachsen.de**Raumdecor****LEUE GmbH****Beratung · Verkauf  
Verlegung/Montage**

- ◆ Parkett/Laminat
- ◆ Teppichböden
- ◆ Designbeläge
- ◆ Gardinen und Zubehör
- ◆ Farben/Tapeten
- ◆ Sonnenschutz innen & außen

Omsewitzer Ring 17 · 01169 Dresden  
Telefon 0351 4129436  
Warthaer Straße 25 · 01157 Dresden  
Telefon 0351 4214092  
[www.raumdecor-leue.de](http://www.raumdecor-leue.de)

**Wir machen Sie mobil:  
pünktlich und sicher**

Der Johanniter-Fahrdienst  
Tel. kostenfrei 0800 1144774  
[www.johanniter.de/dresden](http://www.johanniter.de/dresden)

**DIE  
JOHANNITER**  
Aus Liebe zum Leben

1652



14–17 Uhr

**Kunst gegen Steine auf dem Herzen**

Kosten: 10 Euro, ermäßigt 7 Euro pro Termin  
 Wer/Wo: riesa efau. Kultur Forum Dresden,  
 Adlergasse 14  
 Anmeldung unter: Telefon (03 51) 8 66 02 11 oder E-Mail  
 service@riesa-efau.de

15–17 Uhr

**Spaziergang für Trauernde**

Wer/Wo: Ambulanter Malteser Hospiz- und  
 Palliativberatungsdienst Dresden, Park der Elbschlösser;  
 Treff: Haltestelle Wilhelminenstraße (Linie 11)  
 Anmeldung unter: Telefon (01 70) 4 19 23 98 oder  
 (03 51) 4 35 55 17 (mit AB) oder E-Mail  
 hospizdienst.dresden@malteser.org

20–21.30 Uhr

**Großer Mann, was nun?**

Kosten: 8 Euro, ermäßigt 5 Euro  
 Wer/Wo: Gruppe Spielbrett, Theaterhaus Rudi  
 Anmeldung unter: Telefon (03 51) 8 49 19 25 oder E-Mail  
 theaterhaus-rudi@dresden.de

**Sonntag, 6. September**

16.30 Uhr

**La Traviata – Opersommer**

Kosten: 20 Euro  
 Wer/Wo: UFA-Kristallpalast Dresden, St. Petersburger Straße 24 a

**Montag, 7. September**

9–12 Uhr

**Schulung zum Krankheitsbild Demenz**

Wer/Wo: Dresdner Pflege- und Betreuungsverein e. V.,  
 Amalie-Dietrich-Platz 3  
 Anmeldung unter: Telefon (03 51) 4 16 60 47 oder E-Mail  
 demenz@dpbv-online.de

9.30–12.30 Uhr

**Malerei und Grafik für Senioren**

Kosten: 10 Euro pro Vormittag, 10er Karte erm. 90 Euro  
 Wer/Wo: riesa efau. Kultur Forum Dresden,  
 Adlergasse 14  
 Anmeldung unter: Telefon (03 51) 8 66 02 11 oder E-Mail  
 service@riesa-efau.de

9.45–12 Uhr

**Aquarellieren am Vormittag: Herbstliche Impressionen**

Kosten: 70 Euro  
 Wer/Wo: Volkshochschule Dresden,  
 Annenstraße 10  
 Anmeldung unter: Telefon (03 51) 25 44 00 oder E-Mail  
 post@vhs-dresden.de

10.30–11.30 Uhr

**Heiteres Gedächtnistraining**

Kosten: 2 Euro  
 Wer/Wo: Volkssolidarität Dresden e. V., BBZ Laubegast,  
 Laubegaster Ufer 22  
 Anmeldung unter: Telefon (03 51) 5 01 05 25 oder E-Mail  
 laubegast@volkssoli-dresden.de

14–15 Uhr

**Yoga**

Kosten: 2 Euro  
 Wer/Wo: AWO-Begegnungszentrum,  
 Hainsberger Straße 2  
 Anmeldung unter: Telefon (03 51) 4 13 54 71 oder E-Mail  
 Susann.Martin@awo-in-sachsen.de

14–16 Uhr

**Kurzwanderung: Prießnitzgrund–Alaunpark**

Kosten: 1,50 Euro  
 Wer/Wo: DRK Seniorenzentrum IMPULS, Treff: 14 Uhr  
 Haltestelle „Zur neuen Brücke“ (Linie 7)

16.30–17.30 Uhr

**QiGong**

Kosten: 3 Euro  
 Wer/Wo: AWO Begegnung und Beratung für Senioren Prohlis,  
 Prohliser Allee 31  
 Anmeldung unter: Telefon (03 51) 3 23 05 60

**Dienstag, 8. September**

9.30–10.30 Uhr

**Stuhlyoga**

Kosten: 99 Euro  
 Volkshochschule Dresden, Annenstraße 10  
 Anmeldung unter: Telefon (03 51) 25 44 00 oder E-Mail  
 post@vhs-dresden.de

10–11.30 Uhr

**Spanisch für Anfänger mit Vorkenntnissen**

Kosten: 2 Euro  
 Wer/Wo: AWO Seniorenbegegnungs- und Beratungszentrum,  
 Hainsberger Straße 2  
 Anmeldung unter: Telefon (03 51) 4 13 54 71 oder E-Mail  
 Susann.Martin@awo-in-sachsen.de

12.30–18.30 Uhr

**Begleitete Busfahrt nach Schmiedeberg mit Kaffeezeit**

Kosten: 35 Euro  
 Wer/Wo: AWO Begegnung und Beratung für Senioren Prohlis,  
 Prohliser Allee 31  
 Anmeldung unter: Telefon (03 51) 3 23 05 60

14.30–15.30 Uhr

**Informationsveranstaltung Recht – Testament**

Kosten: 1 Euro  
 Wer/Wo: Volkssolidarität Dresden e. V., BBZ Laubegast,  
 Laubegaster Ufer 22  
 Anmeldung unter: Telefon (03 51) 5 01 05 25 oder E-Mail  
 laubegast@volkssoli-dresden.de



**Hörgeräte**  
Jens Stuedler

Meisterbetriebe mit Labor

DRESDEN, Zwinglstr. 32  
Tel. 0351 / 25 02 41 41



Öffnungszeiten  
Mo bis Fr 9 - 13 u. 14 - 18 Uhr  
Sa 9 - 12 Uhr

www.Hoergeraete-Stuedler.de

individuelle Beratung  
 sehr umfangreiches Angebot  
 ausreichende Probezeit  
 Funksysteme zum guten TV Hören  
 Lichtsignalanlagen  
 Gehörschutz

**Mittwoch, 9. September**

8.45 – 15 Uhr

**Wanderung nach Diesbar–Neuhirschstein**

Kosten: 1,50 Euro

Wer/Wo: Seniorenwandern-dresden,

Treff: Hauptbahnhof, Kuppelhalle

Anmeldung unter: Telefon (03 51) 2 84 39 91 oder E-Mail  
freizeitspass456@gmail.com

9 – 14 Uhr

**Wanderung Dippoldiswalde–Reichstädt**

Wer/Wo: Jahresringe Dresden, Verband für

Vorruhestand und aktives Alter e. V.,

Ammonstraße Bus 360

Anmeldung unter: Telefon (03 51) 5 00 76 35

9 – 12 Uhr

**Aufbauschulung zum Krankheitsbild Demenz**

Wer/Wo: Dresdner Pflege- und Betreuungsverein e. V.,

Amalie-Dietrich-Platz 3

Anmeldung unter: Telefon (03 51) 4 16 60 47 oder E-Mail  
demenz@dpbv-online.de

9.30 – 13.30 Uhr

**Wanderung Rundweg über Weinbergpfad**

Wer/Wo: Jahresringe Dresden, Verband für

Vorruhestand und aktives Alter e. V.,

Rathaus Pillnitz

Anmeldung unter: Telefon (03 51) 5 00 76 35

10 – 11.30 Uhr

**Seniorentanzkurs Schnupperstunde**

Kosten: 10 Euro pro Person

Wer/Wo: Tanzschule ADTV Nebl,

Schäferstraße 4

Anmeldung unter: Telefon (03 51) 4 94 22 96 oder E-Mail  
info@ts-nebl.de

10 – 11 Uhr

**Französisch für Anfänger mit Vorkenntnissen**

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: AWO Seniorenbegegnungs- und Beratungszentrum,

Hainsberger Straße 2

Anmeldung unter: Telefon (03 51) 4 13 54 71 oder E-Mail  
Susann.Martin@awo-in-sachsen.de

12 – 13.30 Uhr

**Mittagstisch**

Kosten: ca. 5 Euro

Wer/Wo: AWO Begegnung und Beratung

für Senioren Prohlis,

Prohliser Allee 31

Anmeldung unter: Telefon (03 51) 3 23 05 60

12.30 – 18 Uhr

**Halbtagesfahrt: Sächsische & Böhmisches Schweiz**

Kosten: 35 Euro

Wer/Wo: DRK Seniorenzentrum IMPULS, Bürgerstraße 6

Anmeldung unter: Telefon (03 51) 84 72 26 78 oder

impuls@drk-dresden.de

13 – 16 Uhr

**Skat und Schach**

Kosten: 1 Euro

Wer/Wo: AWO Seniorenbegegnungs- und Beratungszentrum,

Hainsberger Straße 2

Anmeldung unter: Telefon (03 51) 4 13 54 71 oder E-Mail  
Susann.Martin@awo-in-sachsen.de

13 – 14.30 Uhr

**Yoga im Garten**

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: Beratungs- und Begegnungszentrum für Senioren,

Beratungs- und Begegnungszentrum BÜLOWH,

Pillnitzer Straße 12

Anmeldung unter: Telefon (03 51) 2 68 89 88 oder E-Mail  
sbz.buelowh@diakonie-dresden.de

14 – 17 Uhr

**Rommé und Skat**

Kosten: 1 Euro

Wer/Wo: AWO Begegnung und Beratung für Senioren Prohlis,

Prohliser Allee 31

Anmeldung unter: Telefon (03 51) 3 23 05 60

16 – 17.30 Uhr

**Fachvortrag „Demenzdiagnostik“**

Wer/Wo: Dresdner Pflege- und Betreuungsverein e. V.,

Rathaus, Dr.-Külz-Ring 19,

Beratungsraum 2/013

Anmeldung unter: Telefon (03 51) 4 16 60 47 oder E-Mail  
demenz@dpbv-online.de

20 – 22 Uhr

**Gartengeflüster Spezial – VIP**

Kosten: 18 Euro

Wer/Wo: Dresdner FriedrichstaTT Palast,

Wettiner Platz 10 (Eingang Jahnstraße)

Anmeldung unter: Telefon (03 51) 4 90 40 09 oder E-Mail  
ticket@dresdner-friedrichstatt-palast.de**Donnerstag, 10. September**

9 – 10 Uhr

**Englischkurs Anfänger**

Kosten: 3 Euro

Wer/Wo: AWO-Begegnungszentrum Prohlis,

Prohliser Allee 31

Anmeldung unter: Telefon (03 51) 3 23 05 60

10 – 11 Uhr

**Gedächtnistraining**

Kosten: 1,50 Euro

Wer/Wo: DRK Seniorenzentrum IMPULS,

Bürgerstraße 6

Anmeldung unter: Telefon (03 51) 84 72 26 78 oder E-Mail  
impuls@drk-dresden.de

10 – 11 Uhr

**Nordic Walking**

Kosten: 1 Euro

Wer/Wo: AWO-Begegnungszentrum, Hainsberger Straße 2

Anmeldung unter: Telefon (03 51) 4 13 54 71 oder E-Mail

Susann.Martin@awo-in-sachsen.de

10.30 – 11.30 Uhr

**Gymnastik für Senioren**

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: AWO-Begegnungszentrum Prohlis, Prohliser Allee 31

Anmeldung unter: Telefon (03 51) 3 23 05 60

11.30 – 12.30 Uhr

**Heitere Gedächtnisspiele**

Kosten: 1 Euro

Wer/Wo: AWO Begegnung und Beratung für Senioren Prohlis,

Prohliser Allee 31

Anmeldung unter: Telefon (03 51) 3 23 05 60

12 – 13.30 Uhr

**Mittagstisch**

Kosten: ca. 5 Euro

Wer/Wo: AWO Begegnung und Beratung für Senioren Prohlis,  
Prohliser Allee 31

Anmeldung unter: Telefon (03 51) 3 23 05 60

13.30 – 15.30 Uhr

**Kegeln**Wer/Wo: Jahresringe Dresden, Verband für Vorruhestand und  
aktives Alter e. V., Hubertusgarten

Anmeldung unter: Telefon (03 51) 5 00 76 35

14 – 15.30 Uhr

**Schreibcafé**

Kosten: 1 Euro

Wer/Wo: WO-Begegnungszentrum Prohlis, Prohliser Allee 31

Anmeldung unter: Telefon (03 51) 3 23 05 60

14 – 15.30 Uhr

**Ausstellungseröffnung: Bilder von Siegfried Pieper**Wer/Wo: AWO Begegnung und Beratung/ KIEZ – Quartiersma-  
nagement Prohlis KIEZ (im Prohliscenter), Prohliser Allee 12

Anmeldung unter: Telefon (03 51) 3 23 05 60

14 – 16 Uhr

**Fragen und Antworten rund ums Alter**

Kosten: 1 Euro

Wer/Wo: AWO Seniorenbegegnungs- und Beratungszentrum,  
Hainsberger Straße 2Anmeldung unter: Telefon (03 51) 4 13 54 71 oder E-Mail  
Susann.Martin@awo-in-sachsen.de**Freitag, 11. September**

10 – 11 Uhr

**Englisch mit Wolfgang Fischbein**

Kosten: 4 Euro

Wer/Wo: Volkssolidarität Dresden e. V., BBZ Laubegast,  
Laubegaster Ufer 22Anmeldung unter: Telefon (03 51) 5 01 05 25 oder E-Mail  
laubegast@volkssoli-dresden.de

13 – 16 Uhr

**Malen und Zeichnen**

Kosten: 3 Euro

Wer/Wo: WO-Begegnungszentrum, Hainsberger Straße 2

Anmeldung unter: Telefon (03 51) 4 13 54 71 oder E-Mail  
Susann.Martin@awo-in-sachsen.de


**Seniorenbetreuung und Alltagsbegleitung in Dresden**

Einkaufen    Gardinen waschen    Hausarbeit  
Arztbegleitung    Fenster putzen    Gartenarbeit

**Abrechnung über Pflegekasse (125 €)**

**Tel.: 0351 8105194    www.warmesherz.de**

14.30 – 15.30 Uhr

**Musik macht froh**

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: AWO Begegnung und Beratung für Senioren Prohlis,  
Garten Palitzschhof, Gamigstraße 24

Anmeldung unter: Telefon (03 51) 3 23 05 60

**Sonnabend 12. September**

10 – 14 Uhr

**Werkstatt-Tag: Fit fürs Alter**Wer/Wo: Netzwerk Dresden Nord, Gemeindezentrum Alte Post,  
Gertrud-Caspari-Straße 10Anmeldung unter: Telefon (03 51) 8 80 42 87 oder E-Mail  
seniorenberatung.klotzsche@diakonie-dresden.de**Sonntag, 13. September**

19 – 20.30 Uhr

**Gnadenlos**

Kosten: 8 Euro, ermäßigt 5 Euro

Wer/Wo: Bühnenvolk Bautzen,  
Theaterhaus RudiAnmeldung unter: Telefon (03 51) 8 49 19 25 oder E-Mail  
theaterhaus-rudi@dresden.de**Montag, 14. September**

9 – 12 Uhr

**Grundschulung zum Krankheitsbild Demenz**Wer/Wo: Dresdner Pflege- und Betreuungsverein e. V.,  
Amalie-Dietrich-Platz 3Anmeldung unter: Telefon (03 51) 4 16 60 47 oder E-Mail  
demenz@dpbv-online.de

9.30 – 12.30 Uhr

**Malerei und Grafik für Senioren**

Kosten: 10 Euro pro Vormittag, 10er Karte erm. 90 Euro

Wer/Wo: riesa efau, Kultur Forum Dresden, Adlergasse 14

Anmeldung unter: Telefon (03 51) 8 66 02 11 oder E-Mail  
service@riesa-efau.de

10 – 11 Uhr

**Englisch Konversation**

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: AWO Seniorenbegegnungs- und Beratungszentrum,  
Hainsberger Straße 2Anmeldung unter: Telefon (03 51) 4 13 54 71 oder E-Mail  
Susann.Martin@awo-in-sachsen.de

10.30 – 11.30 Uhr

**Heiteres Gedächtnistraining**

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: Volkssolidarität Dresden e. V., BBZ Laubegast,  
Laubegaster Ufer 22Anmeldung unter: Telefon (03 51) 5 01 05 25 oder E-Mail  
laubegast@volkssoli-dresden.de

14 – 15 Uhr

**Yoga**

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: AWO Seniorenbegegnungs- und Beratungszentrum,  
Hainsberger Straße 2Anmeldung unter: Telefon (03 51) 4 13 54 71 oder E-Mail  
Susann.Martin@awo-in-sachsen.de

19.30–21 Uhr

**Lebensfreude – Tanz dich gesund!**

Kosten: 68 Euro

Wer/Wo: Volkshochschule Dresden, Annenstraße 10

Anmeldung unter: Telefon (03 51) 25 44 00 oder E-Mail  
post@vhs-dresden.de**Dienstag, 15. September**

9.30–10.30 Uhr

**Stuhlyoga**

Kosten: 99 Euro

Wer/Wo: Volkshochschule Dresden,  
Annenstraße 10Anmeldung unter: Telefon (03 51) 25 44 00 oder E-Mail  
post@vhs-dresden.de

10–11.30 Uhr

**Spanisch für Anfänger mit Vorkenntnissen**

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: AWO-Begegnungszentrum, Hainsberger Straße 2

Anmeldung unter: Telefon (03 51) 4 13 54 71 oder E-Mail  
Susann.Martin@awo-in-sachsen.de

12.30–16 Uhr

**Ausflug zur Elbe an den Schillerplatz mit Kaffeezeit**

Kosten: 1 Euro + Fahrtkosten + Kaffeezeit

Wer/Wo: AWO Begegnung und Beratung für Senioren Prohlis,

Treff: Haltestelle Jacob-Winter-Platz

Anmeldung unter: Telefon (03 51) 3 23 05 60

14–16 Uhr

**Smartphone – Sprechstunde**

Kosten: 1 Euro

Wer/Wo: AWO-Begegnungszentrum, Hainsberger Straße 2

Anmeldung unter: Telefon (03 51) 4 13 54 71 oder E-Mail  
Susann.Martin@awo-in-sachsen.de**Mittwoch, 16. September**

9.30–12 Uhr

**Englisch für Ältere: English Appetizer**

Kosten: 39 Euro

Wer/Wo: Volkshochschule Dresden, Annenstraße 10

Anmeldung unter: Telefon (03 51) 25 44 00 oder E-Mail  
post@vhs-dresden.de

9.30–14.30 Uhr

**Wanderung Junge Heide – Forststraße**

Wer/Wo: Jahresringe Dresden, Verband für Vorruhestand und

aktives Alter e. V, Haltestelle Forststraße (Linie 4)

Anmeldung unter: Telefon (03 51) 5 00 76 35

10–11.30 Uhr

**Seniorentanzkurs Schnupperstunde**

Kosten: 10 Euro pro Person

Wer/Wo: Tanzschule ADTV Nebl, Schäferstraße 4

Anmeldung unter: Telefon (03 51) 4 94 22 96 oder E-Mail  
info@ts-nebl.de

10–11 Uhr

**Französisch für Anfänger mit Vorkenntnissen**

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: AWO Seniorenbegegnungs- und Beratungszentrum,  
Hainsberger Straße 2Anmeldung unter: Telefon (03 51) 4 13 54 71 oder E-Mail  
Susann.Martin@awo-in-sachsen.de

10–14 Uhr

**Wanderung Zschonergrundmühle–Pennrich**

Wer/Wo: Jahresringe Dresden, Verband für Vorruhestand und

aktives Alter e. V, Haltestelle Zschonergrundstraße (Bus 75)

Anmeldung unter: Telefon (03 51) 5 00 76 35

12–13.30 Uhr

**Mittagstisch**

Kosten: ca. 5 Euro

Wer/Wo: AWO Begegnung und Beratung für Senioren Prohlis,  
Prohliser Allee 31

Anmeldung unter: Telefon (03 51) 3 23 05 60

13–14.30 Uhr

**Yoga im Garten**

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: Beratungs- und Begegnungszentrum für Senioren,  
Beratungs- und Begegnungszentrum BÜLOWH, Pillnitzer  
Landstraße 12Anmeldung unter: Telefon (03 51) 2 68 89 88 oder E-Mail  
sbz.buelowh@diakonie-dresden.de

13–16 Uhr

**Skat und Schach**

Kosten: 1,00 €

Wer/Wo: AWO Seniorenbegegnungs- und Beratungszentrum,  
Hainsberger Straße 2, 01159 DresdenAnmeldung unter: Telefon (03 51) 4 13 54 71 oder E-Mail  
Susann.Martin@awo-in-sachsen.de

13.30 Uhr

**Ausflug zum Aprikosengarten – mit Vortrag, Picknick, Maler- und Schreibwerkstatt**

Kosten: 5 Euro

Wer/Wo: Begegnungs- und Beratungszentrum Trachenberge  
der Volkssolidarität Dresden e. V., Trachenberger Straße 6Anmeldung unter: Telefon (03 51) 5 01 04 25 oder E-Mail  
trachenberge@volkssoli-dresden.de

14–16 Uhr

**Kommunikationszirkel**

Kosten: 2,50 Euro

Wer/Wo: DRK Seniorenzentrum IMPULS,

Bürgerstraße 6

Anmeldung unter: Telefon (03 51) 84 72 26 78 oder E-Mail  
impuls@drk-dresden.de

14–16 Uhr

**Flechten mit Peddigrohr**

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: AWO Seniorenbegegnungs- und Beratungszentrum,  
Hainsberger Straße 2Anmeldung unter: Telefon (03 51) 4 13 54 71 oder E-Mail  
Susann.Martin@awo-in-sachsen.de

16.30–17.30 Uhr

**Qigong**

Kosten: 3 Euro

Wer/Wo: AWO-Begegnungszentrum Prohlis, Prohliser Allee 31

Anmeldung unter: Telefon (03 51) 3 23 05 60

**Donnerstag, 17. September**

9–10 Uhr

**Englischkurs Anfänger**

Kosten: 3 Euro

Wer/Wo: AWO-Begegnungszentrum, Prohliser Allee 31

Anmeldung unter: Telefon (03 51) 3 23 05 60



9–12 Uhr

**Aufbauschulung zum Krankheitsbild Demenz**

Wer/Wo: Dresdner Pflege- und Betreuungsverein e. V.,  
Amalie-Dietrich-Platz 3  
Anmeldung unter: Telefon (03 51) 4 16 60 47 oder E-Mail  
demenz@dpbv-online.de

9.45–12.15 Uhr

**Englisch für Ältere: English Morning Club**

Kosten: 49 Euro  
Wer/Wo: Volkshochschule DresdenVHS, Annenstraße 10  
Anmeldung unter: Telefon (03 51) 25 44 00 oder E-Mail  
post@vhs-dresden.de

10–11 Uhr

**Gymnastik im Sitzen**

Kosten: 1,50 Euro  
Wer/Wo: DRK Seniorenzentrum IMPULS, Bürgerstraße 6  
Anmeldung unter: Telefon (03 51) 84 72 26 78 oder E-Mail  
impuls@drk-dresden.de

10–12 Uhr

**Nordic Walking**

Kosten: 1,50 Euro  
Wer/Wo: DRK Seniorenzentrum IMPULS, Bürgerstraße 6  
Anmeldung unter: Telefon (03 51) 84 72 26 78 oder E-Mail  
impuls@drk-dresden.de

10.30–11.30 Uhr

**Heitere Gedächtnisspiele**

Kosten: 1 Euro  
Wer/Wo: WO-Begegnungszentrum Prohlis, Prohliser Allee 31  
Anmeldung unter: Telefon (03 51) 3 23 05 60

12–13.30 Uhr

**Mittagstisch**

Kosten: ca. 5 Euro  
Wer/Wo: WO-Begegnungszentrum Prohlis, Prohliser Allee 31  
Anmeldung unter: Telefon (03 51) 3 23 05 60

13.30–15.30 Uhr

**Frauentreff**

Wer/Wo: Jahresringe Dresden, Verband für Vorruhestand und  
aktives Alter e. V, Café Luby 2  
Anmeldung unter: Telefon (03 51) 5 00 76 35

16.30–19.45 Uhr

**Digitaler Alleskönner – Das Smartphone Teil 1**

Kosten: 43 Euro  
Wer/Wo: Volkshochschule Dresden, Annenstraße 10  
Anmeldung unter: Telefon (03 51) 25 44 00 oder E-Mail  
post@vhs-dresden.de

19.30–21.30 Uhr

**Plan B – Ersatzprogramm**

Kosten: 20 Euro  
Wer/Wo: Dresdner FriedrichstaTT Palast, Wettiner Platz 10  
(Eingang Jahnstraße)  
Anmeldung unter: Telefon (03 51) 4 90 40 09 oder E-Mail  
ticket@dresdner-friedrichstatt-palast.de

**Freitag, 18. September**

10–11 Uhr

**Yoga auf dem Stuhl**

Kosten: 1,50 Euro  
Wer/Wo: DRK Seniorenzentrum IMPULS, Bürgerstraße 6  
Anmeldung unter: Telefon (03 51) 84 72 26 78 oder E-Mail  
impuls@drk-dresden.de

10–11 Uhr

**Englisch mit Wolfgang Fischbein**

Kosten: 4 Euro  
Wer/Wo: Volkssolidarität Dresden e. V., BBZ Laubegast,  
Laubegaster Ufer 22  
Anmeldung unter: Telefon (03 51) 5 01 05 25 oder E-Mail  
laubegast@volkssoli-dresden.de

10.30–11.30 Uhr

**Gymnastik für Senioren**

Kosten: 2 Euro  
Wer/Wo: AWO-Begegnungszentrum Prohlis, Prohliser Allee 31  
Anmeldung unter: Telefon (03 51) 3 23 05 60

12–13.30 Uhr

**Mittagstisch**

Kosten: ca. 5 Euro  
Wer/Wo: AWO-Begegnungszentrum Prohlis, Prohliser Allee 31  
Anmeldung unter: Telefon (03 51) 3 23 05 60

13–14 Uhr

**Akkordeonkurs für Fortgeschrittene**

Kosten: 2 Euro  
Wer/Wo: AWO-Begegnungszentrum, Hainsberger Straße 2  
Anmeldung unter: Telefon (03 51) 4 13 54 71 oder E-Mail  
Susann.Martin@awo-in-sachsen.de

14–15.30 Uhr

**Töpfern**

Kosten: 2 Euro  
Wer/Wo: AWO Begegnungszentrum, Hainsberger Straße 2  
Anmeldung unter: Telefon (03 51) 4 13 54 71 oder E-Mail  
Susann.Martin@awo-in-sachsen.de



**FriedWald**  
Die Bestattung in der Natur

**DIE BESTATTUNG  
IN DER NATUR.**

Besuchen Sie uns im FriedWald Oberau.

Lernen Sie bei einer kostenlosen Waldführung den FriedWald kennen. Die FriedWald-Förster zeigen Ihnen den Wald und beantworten alle Fragen rund um Baumbestattung, Vorsorge und Beisetzungsmöglichkeiten.

**Termine: 05. / 12. / 19. / 26. September 2020,  
jeweils um 14 Uhr**

Jetzt informieren und anmelden: **06155 848-100**  
oder **www.friedwald.de/oberau**



14–15 Uhr

**Akkordeonkurs für Anfänger**

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: AWO Begegnungszentrum, Hainsberger Straße 2  
Anmeldung unter: Telefon (03 51) 4 13 54 71 oder E-Mail  
Susann.Martin@awo-in-sachsen.de

**Sonnabend, 19. September**

7–19 Uhr

**Wanderung zum Millesschauer in Böhmen**

Kosten: 1,50 €

Wer/Wo: Seniorenwandern-dresden, Treff: Hauptbahnhof,  
Kuppelhalle  
Anmeldung unter: Telefon (03 51) 2 84 39 91 oder E-Mail  
freizeitpass456@gmail.com

**Sonntag, 20. September**

15–16 Uhr

**Der Räuber Hotzenplotz**

Kosten: voll 5 Euro, ermäßigt 3,50 Euro

Wer/Wo: H.O.Theater, Theaterhaus Rudi  
Anmeldung unter: Telefon (03 51) 8 49 19 25 oder E-Mail  
theaterhaus-rudi@dresden.de

**Montag, 21. September**

9.30–12.30 Uhr

**Malerei und Grafik für Senioren**

Kosten: 10 Euro pro Vormittag, 10er Karte erm. 90 Euro

Wer/Wo: riesa efau. Kultur Forum Dresden,  
Adlergasse 14  
Anmeldung unter: Telefon (03 51) 8 66 02 11 oder E-Mail  
service@riesa-efau.de

10–14 Uhr

**Gesprächsreihe: Mit Lust und Inspiration in den Ruhestand**

Wer/Wo: Kompetenzzentrum für den Übergang in den  
Ruhestand, Bürgertreff „Grüner Aue“, Winterbergstraße 31 c  
Anmeldung unter: Telefon (03 51) 2 89 16 13 oder E-Mail  
kuer@awo-in-sachsen.de

10–11 Uhr

**Englisch Konversation**

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: AWO-Begegnungszentrum, Hainsberger Straße 2  
Anmeldung unter: Telefon (03 51) 4 13 54 71 oder E-Mail  
Susann.Martin@awo-in-sachsen.de

10.30–11.30 Uhr

**Heiteres Gedächtnistraining**

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: Volkssolidarität Dresden e. V., BBZ Laubegast,  
Laubegaster Ufer 22  
Anmeldung unter: Telefon (03 51) 5 01 05 25 oder E-Mail  
laubegast@volkssoli-dresden.de

16.30–17.30 Uhr

**Qigong**

Kosten: 3 Euro

Wer/Wo: AWO Begegnung und Beratung für Senioren Prohlis,  
Prohliser Allee 31  
Anmeldung unter: Telefon (03 51) 3 23 05 60

14–15 Uhr

**Yoga**

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: AWO-Begegnungszentrum, Hainsberger Straße 2  
Anmeldung unter: Telefon (03 51) 4 13 54 71 oder E-Mail  
Susann.Martin@awo-in-sachsen.de

17–19 Uhr

**Spaziergang „Stadt nah Natur erleben – zum Leubener Schildkröteiteich“**

Wer/Wo: NaturFreunde Dresden e. V., Treff: Haltestelle Abzweig  
nach Reick (Linie 1)

Anmeldung unter: Telefon (0173) 3 68 65 86 oder E-Mail  
bergfrei@aol.com

**Dienstag, 22. September**

9.30–10.30 Uhr

**Stuhlyoga**

Kosten: 99 Euro

Wer/Wo: Volkshochschule Dresden VHS, Annenstraße 10  
Anmeldung unter: Telefon (03 51) 25 44 00 oder E-Mail  
post@vhs-dresden.de

9.30–10.30 Uhr

**Zumba-Fitness am Vormittag**

Kosten: 67 Euro

Wer/Wo: Volkshochschule Dresden, Annenstraße 10  
Anmeldung unter: Telefon (03 51) 25 44 00 oder E-Mail post@  
vhs-dresden.de

10–11.30 Uhr

**Spanisch für Anfänger mit Vorkenntnissen**

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: AWO-Begegnungszentrum, Hainsberger Straße 2  
Anmeldung unter: Telefon (03 51) 4 13 54 71 oder E-Mail  
Susann.Martin@awo-in-sachsen.de

14–16 Uhr

**Kreativzirkel**

Kosten: 1 Euro + Materialkosten

Wer/Wo: AWO Begegnungszentrum, Prohliser Allee 31  
Anmeldung unter: Telefon (03 51) 3 23 05 60

14–15 Uhr

**Latinofitness**

Kosten: 1 Euro

Wer/Wo: AWO Begegnungszentrum, Hainsberger Straße 2  
Anmeldung unter: Telefon (03 51) 4 13 54 71 oder E-Mail  
Susann.Martin@awo-in-sachsen.de

**Mittwoch, 23. September**

8.59–15.30 Uhr

**Wanderung durch Gründe und Dörfer links der Müglitz**

Wer/Wo: Jahresringe Dresden, Verband für Vorruhestand  
und aktives Alter e. V, Dresden Hauptbahnhof S1  
bis Heidenau

Anmeldung unter: Telefon (03 51) 5 00 76 35

9.30–12 Uhr

**Englisch für Ältere: English Appetizer**

Kosten: 39 Euro

Wer/Wo: Volkshochschule Dresden,  
Annenstraße 10  
Anmeldung unter: Telefon (03 51) 25 44 00 oder E-Mail  
post@vhs-dresden.de

10 – 11.30 Uhr

**Seniorentanzkurs Schnupperstunde**

Kosten: 10 Euro pro Person  
 Wer/Wo: Tanzschule ADTV Nebl,  
 Schäferstraße 4  
 Anmeldung unter: Telefon (03 51) 4 94 22 96 oder E-Mail  
 info@ts-nebl.de

10 – 11 Uhr

**Französisch Konversation**

Kosten: 2 Euro  
 Wer/Wo: WO-Begegnungszentrum, Hainsberger Straße 2  
 Anmeldung unter: Telefon (03 51) 4 13 54 71 oder E-Mail  
 Susann.Martin@awo-in-sachsen.de

12 – 13.30 Uhr

**Mittagstisch**

Kosten: ca. 5 Euro  
 Wer/Wo: WO-Begegnungszentrum Prohlis, Prohliser Allee 31  
 Anmeldung unter: Telefon (03 51) 3 23 05 60

13 – 14.30 Uhr

**Yoga im Garten**

Kosten: 2 Euro  
 Wer/Wo: Beratungs- und Begegnungszentrum für Senioren,  
 Beratungs- und Begegnungszentrum BÜLOWH,  
 Pillnitzer Landstraße 12  
 Anmeldung unter: Telefon (03 51) 2 68 89 88 oder E-Mail  
 sbz.buelowh@diakonie-dresden.de

13 – 16 Uhr

**Skat und Schach**

Kosten: 1 Euro  
 Wer/Wo: AWO Begegnungszentrum, Hainsberger Straße 2  
 Anmeldung unter: Telefon (03 51) 4 13 54 71 oder E-Mail  
 Susann.Martin@awo-in-sachsen.de

14 – 15.30 Uhr

**ADAC Verkehrsteilnehmerschulung**

Wer/Wo: ASB Regionalverband Dresden e. V.,  
 BBZ Cossebaude, Am Friedensstein, Dresdner Straße 3  
 Anmeldung unter: Telefon (03 51) 45 25 63 28 oder E-Mail  
 friedensstein@asb-dresden.de

14 – 16 Uhr

**Heiterer Cafésalon**

Kosten: 2,50 Euro  
 Wer/Wo: DRK Seniorenzentrum IMPULS, Bürgerstraße 6  
 Anmeldung unter: Telefon (03 51) 84 72 26 78 oder E-Mail  
 impuls@drk-dresden.de

14 – 17 Uhr

**Rommé und Skat**

Kosten: 1 Euro  
 Wer/Wo: WO-Begegnungszentrum Prohlis, Prohliser Allee 31  
 Anmeldung unter: Telefon (03 51) 3 23 05 60

16 – 17.30 Uhr

**Arbeitsrecht bei Behinderung und chronischer Erkrankung**

Wer/Wo: Dresdner Pflege- und Betreuungsverein e. V., Rathaus  
 Dr.-Külz-Ring 19, Beratungsraum 2/013  
 Anmeldung unter: Telefon (03 51) 4 16 60 47 oder E-Mail  
 demenz@dpbv-online.de

16 – 20.15 Uhr

**Basis-Pflegekurs und Pflegekurs PLUS für Angehörige und ehrenamtlich Tätige**

Wer/Wo: Volkshochschule Dresden, Annenstraße 10  
 Anmeldung unter: Telefon (03 51) 25 44 00 oder E-Mail  
 post@vhs-dresden.de

**Donnerstag, 24. September**

8.30 – 16 Uhr

**Wanderung in die Sächsische Schweiz**

Kosten: 1 Euro + Fahrtkosten  
 Wer/Wo: AWO Begegnungszentrum Prohlis,  
 Treff: S-Bahnhof Dobritz S 1  
 Anmeldung unter: Telefon (03 51) 3 23 05 60

9 – 10 Uhr

**Englischkurs Anfänger**

Kosten: 3 Euro  
 Wer/Wo: AWO Begegnungszentrum Prohlis,  
 Prohliser Allee 31  
 Anmeldung unter: Telefon (03 51) 3 23 05 60

10 – 11 Uhr

**Nordic Walking**

Kosten: 1 Euro  
 Wer/Wo: AWO Begegnungszentrum,  
 Hainsberger Straße 2  
 Anmeldung unter: Telefon (03 51) 4 13 54 71 oder E-Mail  
 Susann.Martin@awo-in-sachsen.de

10 – 11 Uhr

**Gedächtnistraining**

Kosten: 1,50 Euro  
 Wer/Wo: Drk Seniorenzentrum IMPULS, Bürgerstraße 6  
 Anmeldung unter: Telefon (03 51) 84 72 26 78 oder E-Mail  
 impuls@drk-dresden.de

10 – 12 Uhr

**Nordic Walking**

Kosten: 1,50 Euro  
 Wer/Wo: DRK Seniorenzentrum IMPULS,  
 Bürgerstraße 6  
 Anmeldung unter: Telefon (03 51) 84 72 26 78 oder E-Mail  
 impuls@drk-dresden.de

10 – 13 Uhr

**Spaziergang „Stadtnah Natur erleben – Um die Heidenschanze“**

Kosten: 2 Euro  
 Wer/Wo: Naturfreunde Dresden e. V., Treff: Endhaltestelle  
 Coschütz (Linie 3)  
 Anmeldung unter: Telefon (01 73) 3 68 65 86 oder  
 E-Mail bergfrei@aol.com

10.30 – 11.30 Uhr

**Nordic Walking**

Kosten: 2 Euro  
 Wer/Wo: Beratungs- und Begegnungszentrum für Senioren  
 Anmeldung unter: Telefon (03 51) 2 68 89 88 oder E-Mail  
 buelowh@diakonie-dresden.de

14 – 15.30 Uhr

**Schreibcafé**

Kosten: 1 Euro  
 Wer/Wo: AWO Begegnung und Beratung für Senioren Prohlis,  
 Prohliser Allee 31  
 Anmeldung unter: Telefon (03 51) 3 23 05 60

15 – 16.30 Uhr

**650 Jahre Gruna: Geschichten vom Werden und Wachsen dieses Dresdner Ortsteiles**

Kosten: 6 Euro  
 Wer/Wo: Volkshochschule Dresden, Thomaskirche in Gruna,  
 Bodenbacher Straße 21  
 Anmeldung unter: Telefon (03 51) 25 44 00 oder E-Mail  
 post@vhs-dresden.de

**Freitag, 25. September**

10 – 11 Uhr

**Englisch mit Wolfgang Fischbein**

Kosten: 4 Euro

Wer/Wo: Volkssolidarität Dresden e. V.,

BBZ Laubegast,

Laubegaster Ufer 22

Anmeldung unter: Telefon (03 51) 5 01 05 25 oder E-Mail

laubegast@volkssoli-dresden.de

10.30 – 11.30 Uhr

**Gymnastik für Senioren**

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: AWO Begegnungszentrum Prohlis, Prohliser Allee 31

Anmeldung unter: Telefon (03 51) 3 23 05 60

14.30 – 15.30 Uhr

**Musik macht froh**

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: AWO Begegnung und Beratung für Senioren Prohlis

Garten Palitzschhof, Gamigstraße 24

Anmeldung unter: Telefon (03 51) 3 23 05 60

**Sonnabend, 26. September**

9.30 – 11.15 Uhr

**Grüße an die Füße – Fußgesundheit**

Kosten: 21 Euro

Wer/Wo: Corina Bode, Großer Garten

Anmeldung unter: Telefon (0178) 4 33 84 66 oder E-Mail

kurse@corinabode.de

20 – 21.30 Uhr

**Zum letzten Mal: Ein Teil der Gans**

Kosten: voll 8 Euro, ermäßigt 5 Euro

Wer/Wo: Allraunen Theater,

Theaterhaus Rudi

Anmeldung unter: Telefon (03 51) 8 49 19 25 oder E-Mail

theaterhaus-rudi@dresden.de

**Montag, 28. September**

9.45 – 12 Uhr

**Aquarellieren am Vormittag: Herbstliche Impressionen**

Kosten: 70 Euro

Volkshochschule Dresden, Annenstraße 10

Anmeldung unter: Telefon (03 51) 25 44 00 oder E-Mail

post@vhs-dresden.de

10.30 – 11.30 Uhr

**Heiteres Gedächtnistraining**

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: Volkssolidarität Dresden e. V., BBZ Laubegast,

Laubegaster Ufer 22

Anmeldung unter: Telefon (03 51) 5 01 05 25 oder E-Mail

laubegast@volkssoli-dresden.de

14.30 – 15.30 Uhr

**Erzählcafé mit Gabriele Heyne – 75 Jahre Volkssolidarität**

Kosten: 1 Euro

Wer/Wo: Volkssolidarität Dresden e. V., BBZ Laubegast,

Laubegaster Ufer 22

Anmeldung unter: Telefon (03 51) 5 01 05 25 oder E-Mail

laubegast@volkssoli-dresden.de

19.30 – 21 Uhr

**Lebensfreude – Tanz dich gesund!**

Kosten: 68 Euro

Wer/Wo: Volkshochschule Dresden, Annenstraße 10

Anmeldung unter: Telefon (03 51) 25 44 00 oder E-Mail

post@vhs-dresden.de

**Dienstag, 29. September**

9 – 12 Uhr

**Grundschulung zum Krankheitsbild Demenz**

Wer/Wo: Dresdner Pflege- und Betreuungsverein e. V.,

Amalie-Dietrich-Platz 3

Anmeldung unter: Telefon (03 51) 4 16 60 47 oder E-Mail

demenz@dpbv-online.de

9.30 – 10.30 Uhr

**Stuhlyoga**

Kosten: 99 Euro

Wer/Wo: Volkshochschule Dresden, Annenstraße 10

Anmeldung unter: Telefon (03 51) 25 44 00 oder E-Mail

post@vhs-dresden.de

10 – 11.30 Uhr

**Spanisch für Anfänger mit Vorkenntnissen**

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: AWO Begegnungszentrum, Hainsberger Straße 2

Anmeldung unter: Telefon (03 51) 4 13 54 71 oder E-Mail

Susann.Martin@awo-in-sachsen.de

11 – 12.30 Uhr

**Englisch für Ältere: Grundkurs für Wiedereinsteiger**

Kosten: 94 Euro

Wer/Wo: Volkshochschule Dresden, Annenstraße 10

Anmeldung unter: Telefon (03 51) 25 44 00 oder E-Mail

post@vhs-dresden.de

14 – 15.30 Uhr

**Handarbeiten für Projekt: Kinder von Tschernobyl**

Kosten: 1 Euro

Wer/Wo: AWO Begegnung und Beratung für Senioren Prohlis,

Prohliser Allee 31

Anmeldung unter: Telefon (03 51) 3 23 05 60

**Mittwoch, 30. September**

8.45 – 15 Uhr

**Wanderung zum Götterfelsen**

Kosten: 1,50 Euro

Wer/Wo: Seniorenwandern-dresden, Treff: Hauptbahnhof,

Kuppelhalle

Anmeldung unter: Telefon (03 51) 2 84 39 91 oder E-Mail

freizeitspass456@gmail.com

9 – 10.30 Uhr

**Englisch für Ältere: Starterkurs**

Kosten: 87 Euro

Wer/Wo: Volkshochschule Dresden, Annenstraße 10

Anmeldung unter: Telefon (03 51) 25 44 00 oder E-Mail

post@vhs-dresden.de

9.30 – 12 Uhr

**Englisch für Ältere: English Appetizer**

Kosten: 39 Euro

Wer/Wo: Volkshochschule Dresden, Annenstraße 10

Anmeldung unter: Telefon (03 51) 25 44 00 oder E-Mail

post@vhs-dresden.de



10 – 11.30 Uhr

**Seniorentanzkurs Schnupperstunde**

Kosten: 10 Euro pro Person  
 Wer/Wo: Tanzschule ADTV Nebl, Schäferstraße 4  
 Anmeldung unter: Telefon (03 51) 4 94 22 96 oder E-Mail  
 info@ts-nebl.de

10 – 11 Uhr

**Französisch Konversation**

Kosten: 2 Euro  
 Wer/Wo: WO-Begegnungszentrum, Hainsberger Straße 2  
 Anmeldung unter: Telefon (03 51) 4 13 54 71 oder im AWO  
 Seniorenbegegnungs- und Beratungszentrum

12 – 13.30 Uhr

**Mittagstisch**

Kosten: ca. 5 Euro  
 Wer/Wo: WO-Begegnungszentrum Prohlis, Prohliser Allee 31  
 Anmeldung unter: Telefon (03 51) 3 23 05 60

13 – 16 Uhr

**Skat und Schach**

Kosten: 1 Euro  
 Wer/Wo: WO-Begegnungszentrum, Hainsberger Straße 2  
 Anmeldung unter: Telefon (03 51) 4 13 54 71 oder E-Mail  
 Susann.Martin@awo-in-sachsen.de

13 – 14.30 Uhr

**Yoga im Garten**

Kosten: 2 Euro  
 Wer/Wo: Beratungs- und Begegnungszentrum für Senioren,  
 Beratungs- und Begegnungszentrum BÜLOWH, Pillnitzer  
 Landstraße 12  
 Anmeldung unter: Telefon (03 51) 2 68 89 88 oder E-Mail  
 buelowh@diakonie-dresden.de

14 – 17 Uhr

**Rommé und Skat**

Kosten: 1 Euro  
 Wer/Wo: WO-Begegnungszentrum Prohlis, Prohliser Allee 31  
 Anmeldung unter: Telefon (03 51) 3 23 05 60

16 – 17.30 Uhr

**Fachvortrag „Demenz und Lebensende“**

Wer/Wo: Dresdner Pflege- und Betreuungsverein e. V., Rathaus,  
 Dr.-Külz-Ring 19, Beratungsraum 2/013  
 Anmeldung unter: Telefon (03 51) 4 16 60 47 oder E-Mail  
 demenz@dpbv-online.de

Redaktionsschluss: 12. August 2020

**Impressum****Dresdner plusZeit**

Mitteilungsblatt der Landeshauptstadt Dresden

www.dresden.de/amtsblatt

Herausgeber: Landeshauptstadt Dresden

Amt für Presse-, Öffentlichkeitsarbeit und Protokoll

Dr.-Külz-Ring 19

Postfach 12 00 20

01001 Dresden

Telefon: (03 51) 4 88 23 90

Telefax: (03 51) 4 88 22 38

E-Mail: presse@dresden.de

www.dresden.de

facebook.com/stadt.dresden

**Redaktion:**

Kai Schulz (verantwortlich)

Sylvia Siebert, Katharina Lübcke, Jürgen Eckoldt,

Barbara Münch, Heribert Pallas

**Verlag, Anzeigen, Verlagsbeilagen, Satz**

scharfe media GmbH

Freiberger Straße 114, 01159 Dresden

Telefon (03 51) 42 44 70 10, Telefax (03 51) 42 44 70 60

E-Mail info@scharfe-media.de

Web www.scharfe-media.de

**Druck**

Schenkelberg Druck Weimar GmbH

**Vertrieb**

Elbtal Logistik GmbH, Dresden

**Bezugsbedingungen**

Der Seniorenkalender erscheint monatlich, jeweils in der letzten Ausgabe des Monats im Amtsblatt. Er liegt kostenlos mit dem Amtsblatt in den Rathäusern, Stadtbezirksämtern und Verwaltungsstellen der Stadt, in den Filialen der Ostsächsischen Sparkasse Dresden sowie in weiteren Dresdner Bürohäusern und Einrichtungen aus.

**Kontakt:**  
 Freiberger Straße 18  
 01067 Dresden  
**Telefon:**  
 0351 3138-559  
 Fax:  
 0351 3138-561

ambulanter.dienst@cultus-dresden.de



Ambulanter Pflegedienst der Cultus gGmbH  
 der Landeshauptstadt Dresden



**Wir sind  
 24 Stunden  
 erreichbar!**