



Gorbitzfunk – Senioren machen Radio für ihren Stadtteil

Die ehrenamtliche Redaktion sucht neue Mitstreiterinnen und Mitstreiter und deren Ideen



Die Radiolandschaft ist vielseitig. Ob Nachrichten, Kultur oder Musik – ob privater oder öffentlich-rechtlicher Sender – die Hörerinnen und Hörer können ständig aus einem breiten Spektrum wählen. Im Dresdner Stadtteil Gorbitz gibt es darüber hinaus einen ganz besonderen Sender: den Gorbitzfunk. Das Programm ist online zu hören über www.gorbitzfunk.org. Auch per Telefon ist es zu empfangen unter der Rufnummer (03 45) 4 83 41 18 72. Auf der Internetseite können Interessierte das wöchentliche Radioprogramm nachlesen. Gesendet wird täglich von 8 bis 22 Uhr.

Im Erdgeschoss des Gymnasiums am Leutewitzer Ring 141 produzieren elf Seniorinnen und Senioren unter dem Motto „Radio selber machen“ täglich ein Hörfunkprogramm vor allem für die Bewohnerinnen und Bewohner von Gorbitz und Umgebung. Die Hörerschaft empfängt Nachrichten aus dem Stadtteil, Informationen über soziale Themen, kulturelle Beiträge und Musik. Auch individuelle Anliegen kommen zu Sprache, zum Beispiel wenn eine Einkaufshilfe oder Kontakt zu anderen Senioren gesucht wird.

Das Projekt Gorbitzfunk, das von der Landeshauptstadt gefördert wird, erfüllt einen wichtigen Auftrag, der bei der 6. Dresdner Seniorenkonferenz im Mai 2017 formuliert wurde. „Es geht darum, mit dem Radio die Kommunikation in Gorbitz zu verbessern. Die sozialen Leistungen und Angebote in diesem Stadtteil sollen bekannter gemacht werden“, sagt Dagmar Engemann (Foto, 3. v. l.). Sie ist zuständig für das Texten. Der Projektleiter des Gorbitzfunks Ottmar Schmidt ergänzt: „Wir haben unserem Projekt den Titel ‚Abgehängt? Das geht gar nicht!‘ gegeben, weil sich viele im Alter überflüssig oder ausgegrenzt fühlen. Dieses Bild möchten wir gemeinsam mit dem Gorbitzfunk und mit ehrenamtlichen Mitstreitern korrigieren und verbessern.“ Mit im Boot des Gorbitzfunks sind auch Schülerinnen und Schüler des Gymnasiums in Gorbitz. Sie lernen von den Senioren, mit der Radiotechnik umzugehen und berichten aus ihrem Schulalltag.

Der Gorbitzfunk sucht weitere Ehrenamtliche. „Wer in der Redaktion mitmachen möchte, kann sich gern melden oder vorbeikommen. Die Mitglieder

Unter Kollegen. Redakteure des Gorbitzfunks trafen sich beim Westhangfest mit anderen Kollegen. Foto: privat

treffen sich dienstags, 10 bis 13 Uhr, im Gymnasium am Leutewitzer Ring 141“, sagt die ehemalige Opernsängerin Ana Susanne Veith, die für das „perfekte Sprechen“ beim Radio zuständig ist (Foto, 4. v. l.). Ottmar Schmidt ergänzt: „Bestimmte Vorkenntnisse sind nicht nötig, aber wir brauchen Mitmacher mit neuen Ideen!“ Wer die Mitglieder der Redaktion kennen lernen möchte, hat außerdem am Sonnabend, 27. August, 10 bis 18 Uhr, zum Aktionstag Kompass60+ auf der Hauptstraße Gelegenheit. Nahe der Dreikönigskirche sind sie mit einem Informationsstand vor Ort. Ebenfalls am Sonnabend, 3. September, 11 Uhr, präsentieren sie sich beim Kraftwerk-Mitte-Fest, nahe des Wettiner Platzes.

Gorbitzfunk
Leutewitzer Ring 141
Telefon: (03 51) 3 21 61 89
E-Mail: info@gorbitzfunk.org
www.gorbitzfunk.org

Wandern und Kegeln mit den Jahresringen

Der Verein Jahresringe Dresden, Verband für Vorruhestand und aktives Alter e. V., bietet auch im Monat August Aktivitäten zum Mitmachen an. Dazu zählen mittwochs folgende Wanderungen:

- 3. August: Rundwanderung ab Spitzgrundmühle durch die Dresdner Heide, 10 km
- 17. August: Wanderung durch das Saubachtal von Wilsdruff nach Gauernitz, 12 km
- 24. August: Wanderung von Schirgiswalde über Kälbersteine, 12 km
- 31. August: Wanderung Oberlausitzer Bergland, 13 km

Eine Anmeldung ist nicht nötig. Die Wanderfreunde sollten festes Schuhwerk tragen, auch Wanderstöcke sind von Vorteil. Es fallen Fahrtkosten an. Für ein Picknick unterwegs sollten ausreichend Getränke und ein Imbiss mitgebracht werden. Im Seniorenkalender „PlusZeit“ sind die Wanderungen und Treffpunkte beschrieben.

Außerdem können Seniorinnen und Senioren an Kegelnachmittagen teilnehmen. Kosten für die Nutzung der Kegelbahn sind einzuplanen. Sie richten sich nach der Anzahl der Teilnehmer. Interessenten sollten sich in der Geschäftsstelle, Ehrlichstraße 3, unter der Telefonnummer (03 51) 5 00 76 35 anmelden. Sie ist jeden zweiten Freitag im Monat von 10 bis 12 Uhr erreichbar. Weitere Möglichkeiten, um neue Leute kennen zu lernen, sind die Single-, Frauen- und Männertreffs. Auch diese sind im Seniorenkalender „PlusZeit“ aufgeführt und kostenfrei. Weitere Informationen über den Verein Jahresringe Dresden gibt es auf der Homepage. Der Verein, 1991 gegründet, wird von der Landeshauptstadt Dresden gefördert.

Jahresringe Dresden
Ehrlichstraße 3
Telefon (03 51) 5 00 76 35
E-Mail: jrev.br@outlook.de
www.jahresringe-dresden.de

Hinweis für Nutzer

Die Veranstaltungen finden unter Einhaltung der vor Ort geltenden Hygienevorschriften statt.

Die gedruckte Version des „Veranstaltungskalenders für das reife Semester“ stellt nur eine Auswahl an Veranstaltungen in Dresden vor.

Noch mehr Termine und Ankündigungen finden Sie im Internet unter: www.dresden.de/pluszeit

Montag, 1. August

10.30–12 Uhr + weitere Termine

Heiteres Gedächtnistraining

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: Begegnungs- und Beratungszentrum Laubegast, Laubegaster Ufer 22
Anmeldung:

Telefon: (03 51) 5 01 05 25

E-Mail: laubegast@volkssoli-dresden.de

14–15.30 Uhr + weitere Termine

Yoga für Senioren

Kosten: 3 Euro

Wer/Wo: Begegnungs- und Beratungszentrum Cotta, Hainsberger Straße 2
Anmeldung:

Telefon: (03 51) 4 13 54 71

E-Mail: bs-loebtau@awo-in-sachsen.de

14–16 Uhr + weitere Termine

Literaturzirkel

Wer/Wo: Jahresringe Dresden Verband für Vorruhestand und aktives Alter e.V., Bundschuhstraße 13

14–16 Uhr + weitere Termine

Singekreis

Kosten: 1,50 Euro

Wer/Wo: Seniorenzentrum IMPULS, Bürgerstraße 6

14.40–17 Uhr

Kurzwanderung Heidemühle-Saugartenmoor-Jägerpark

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: Seniorenzentrum IMPULS, Treffpunkt: 14.40 Uhr Haltestelle „Angelikastraße“ (Linie 11)

16.30 Uhr + weitere Termine

QiGong

Kosten: 4 Euro

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

Telefon: (03 51) 3 23 05 60

E-Mail: mail18@awo-in-sachsen.de

Dienstag, 2. August

10–12 Uhr + weitere Termine

Mal- und Zeichenkurs Aufbaukurs

Kosten: 20 Euro

Wer/Wo: Ökumenische Seniorenhilfe Dresden Begegnungs- und Beratungszentrum, Wittenberger Straße 83
Anmeldung:

Telefon: (03 51) 3 40 08 76

E-Mail: bbz@seniorenhilfe-dresden.de

Mittwoch, 3. August

8.13 Uhr

Rundwanderung ab Spitzgrundmühle

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

9.30–10.30 Uhr

Senior-Fit

Kostenfreies Bewegungsangebot

Wer/Wo: Landeshauptstadt Dresden
Treffpunkt: Magdeburger Straße 12, DSC Halle, Trainer Toni Fercho
keine Anmeldung, mitzubringen sind Trinkflasche und Sportbekleidung
www.dresden.de/senior-fit

10 Uhr

Traumkino „Downton Abbey 2“

Kosten: 6 Euro inkl. Kaffee und Kuchen

Wer/Wo: UFA Kristallpalast Dresden, St. Petersburger Straße 24 a

10.30–11.30 Uhr + weitere Termine

Französisch Konversation

Kosten: 3 Euro

Wer/Wo: Begegnungs- und Beratungszentrum Cotta, Hainsberger Straße 2
Anmeldung:

Telefon: (03 51) 4 13 54 71

E-Mail: bs-loebtau@awo-in-sachsen.de

13–16 Uhr + weitere Termine

Spielenachmittag mit Skat, Rommé und Schach

Kosten: ein Euro

Wer/Wo: Begegnungs- und Beratungszentrum Cotta, Hainsberger Straße 2

14–16 Uhr

Literaturcafé: Frank McCourt

„Die Asche meiner Mutter“ Teil 1

Kosten: 3 Euro

Wer/Wo: Seniorenzentrum IMPULS, Bürgerstraße 6

14.30 Uhr

Männertreff

Wer/Wo: Jahresringe Dresden Verband für Vorruhestand und aktives Alter e.V., An der Frauenkirche 12

Donnerstag, 4. August

8.30–12.30 Uhr + weitere Termine

Senienschachzirkel

Kosten: ein Euro

Wer/Wo: Begegnungs- und Beratungszentrum Laubegast, Laubegaster Ufer 22
Anmeldung:

Telefon: (03 51) 5 01 05 25

E-Mail: laubegast@volkssoli-dresden.de

10 Uhr

Wanderung um Kreischa

Kosten: ein Euro

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

Telefon: (03 51) 3 23 05 60

E-Mail: mail18@awo-in-sachsen.de

10–11 Uhr + weitere Termine

Senioren-gymnastik

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: Begegnungs- und Beratungszentrum Cotta, Hainsberger Straße 2
Anmeldung:

Telefon: (03 51) 4 13 54 71

E-Mail: bs-loebtau@awo-in-sachsen.de

10–11 Uhr + weitere Termine

Gedächtnistraining

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: Seniorenzentrum IMPULS, Bürgerstraße 6

10–14 Uhr

Wandern durch die Dresdner Heide

Kosten: ein Euro

Wer/Wo: Beratungs- und Begegnungszentrum BÜLOWH, Treffpunkt: Ullersdorfer Platz, Linie 11

10.15–11.15 Uhr + weitere Termine

Yoga

Kosten: 3 Euro

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

Telefon: (03 51) 3 23 05 60

E-Mail: mail18@awo-in-sachsen.de

10.15–11.15 Uhr + weitere Termine

Aktivierende Gymnastik

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: Beratungs- und Begegnungszentrum BÜLOWH, Pillnitzer Landstraße 12
Anmeldung:

Telefon: (03 51) 2 68 89 88

E-Mail: sbz.buelowh@diakonie-dresden.de

14 Uhr

Café Luise – Plauderstunde

Kosten: 3,50 Euro

Wer/Wo: Begegnungszentrum „Luise“, Braunsdorfer Straße 13

16.15–18.15 Uhr + weitere Termine

Holzschnitzen

Kosten: 5 Euro

Wer/Wo: Ökumenische Seniorenhilfe Dresden Begegnungs- und Beratungszentrum, Wittenberger Straße 83

Freitag, 5. August

10–11 Uhr + weitere Termine

Englisch

Kosten: 4 Euro

Wer/Wo: Begegnungs- und Beratungszentrum Laubegast, Laubegaster Ufer 22
Anmeldung:

Telefon: (03 51) 5 01 05 25

E-Mail: laubegast@volkssoli-dresden.de

10.30–11.30 Uhr + weitere Termine

Gedächtnisspiele – Name, Stadt, Land

Kosten: 2 Euro

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

Telefon: (03 51) 3 23 05 60

E-Mail: mail18@awo-in-sachsen.de

13–14 Uhr + weitere Termine

Akkordeonkurs

Kosten: 3 Euro

Wer/Wo: Begegnungs- und Beratungszentrum Cotta, Hainsberger Straße 2

Anmeldung:

Telefon: (03 51) 4 13 54 71

E-Mail: bs-loebtau@awo-in-sachsen.de

Sonnabend, 6. August

14 Uhr

Singles-Treff

Wer/Wo: Jahresringe Dresden Verband für Vorruhestand und aktives Alter e. V., Ehrlichstraße 3

15–17 Uhr + weitere Termine

Trauercafé

Wer/Wo: Malteser Hilfsdienst e. V. Ambulanter Hospizdienst und Trauerbegleitung Dresden, Leipziger Straße 33

Anmeldung:

Telefon: (03 51) 4 35 55 17

E-Mail: hospizdienst.dresden@malteser.org

Montag, 8. August

8.30–9.30 Uhr + weitere Termine

Fitnessgruppe Frauen I

Kosten: 4 Euro

Wer/Wo: Begegnungszentrum „Wiesenhäuser“, Wiesenstraße 17

Anmeldung:

Telefon: (03 51) 2 13 13 39

E-Mail: wiesenhaeuser@asb-dresden.de

10.30–12 Uhr + weitere Termine

Heiteres Gedächtnistraining

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: Begegnungs- und Beratungszentrum Laubegast, Laubegaster Ufer 22

Anmeldung:

Telefon: (03 51) 5 01 05 25

E-Mail: laubegast@volkssoli-dresden.de

11–12 Uhr + weitere Termine

Englisch

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: Begegnungs- und Beratungszentrum Cotta, Hainsberger Straße 2

Anmeldung:

Telefon: (03 51) 4 21 47 10

E-Mail: bs-loebtau@awo-in-sachsen.de

14–15.30 Uhr + weitere Termine

Yoga für Senioren

Kosten: 3 Euro

Wer/Wo: Begegnungs- und Beratungszentrum Cotta, Hainsberger Straße 2

Anmeldung:

Telefon: (03 51) 4 13 54 71

E-Mail: bs-loebtau@awo-in-sachsen.de

14.30–17 Uhr + weitere Termine

Tanzcafé mit Herrn Gnauck

Kosten: 5 Euro

Wer/Wo: Begegnungs- und Beratungszentrum Klotzsche, Putbuser Weg 18 im Fontane Center

Anmeldung:

Telefon: (03 51) 8 80 63 45

E-Mail: klotzsche@volkssoli-dresden.de

15 Uhr + weitere Termine

Freies künstlerisches Gestalten

Kosten: 8 Euro

Wer/Wo: Begegnungszentrum „Luise“, Braunsdorfer Straße 13

Anmeldung:

Telefon: (03 51) 4 24 17 34

E-Mail: luise@asb-dresden.de

Dienstag, 9. August

10–11.30 Uhr + weitere Termine

Frühsport mit Martina

Wer/Wo: Neues Volkshaus Cotta, Hebelstraße 35 b

10–12 Uhr + weitere Termine

Mal- und Zeichenkurs Aufbaukurs

Kosten: 20 Euro

Wer/Wo: Ökumenische Seniorenhilfe Dresden Begegnungs- und Beratungszentrum, Wittenberger Straße 83

Anmeldung:

Telefon: (03 51) 3 40 08 76

E-Mail: bbz@seniorenhilfe-dresden.de

10 Uhr + weitere Termine

Geselliger Tanzkreis

Kosten: 3 Euro

Wer/Wo: Begegnungszentrum „Luise“, Braunsdorfer Straße 13

Anmeldung:

Telefon: (03 51) 4 24 17 34

E-Mail: luise@asb-dresden.de

10–11 Uhr + weitere Termine

Führung für Seniorinnen und Senioren

Wer/Wo: Stasi-Unterlagen-Archiv Dresden, Riesaer Straße 7 d, 2. OG

Anmeldung:

Telefon: (03 51) 25 08 34 11

E-Mail: Dresden.Stasiunterlagenarchiv@Bundesarchiv.de

14–16 Uhr + weitere Termine

Fröhliche Liederstunde

Kosten: 2,50 Euro

Wer/Wo: Ökumenische Seniorenhilfe Dresden Begegnungs- und Beratungszentrum, Wittenberger Straße 83

Mittwoch, 10. August

8.30–9.30 Uhr + weitere Termine

Sportgruppe I

Kosten: 4 Euro

Wer/Wo: Begegnungszentrum „Wiesenhäuser“, Wiesenstraße 17

Anmeldung:

Telefon: (03 51) 2 13 13 39

E-Mail: wiesenhaeuser@asb-dresden.de

9.30–10.30 Uhr

Senior-Fit

Kostenfreies Bewegungsangebot

Wer/Wo: Landeshauptstadt Dresden

Treffpunkt: Magdeburger Straße 12,

DSC Halle, Trainer Toni Fercho

keine Anmeldung, mitzubringen sind

Trinkflasche und Sportbekleidung

www.dresden.de/senior-fit

9.30–10.30 Uhr + weitere Termine

Französisch für Anfänger mit Vorkenntnissen

Kosten: 3 Euro

Wer/Wo: Begegnungs- und Beratungszentrum Cotta, Hainsberger Straße 2

Anmeldung:

Telefon: (03 51) 4 13 54 71

E-Mail: bs-loebtau@awo-in-sachsen.de

9.45–10.45 Uhr + weitere Termine

Sportgruppe II

Kosten: 4 Euro

Wer/Wo: Begegnungszentrum „Wiesenhäuser“, Wiesenstraße 17

Anmeldung:

Telefon: (03 51) 2 13 13 39

E-Mail: wiesenhaeuser@asb-dresden.de

13–16 Uhr + weitere Termine

Spielenachmittag mit Skat, Rommé und Schach

Kosten: ein Euro

Wer/Wo: Begegnungs- und Beratungszentrum Cotta, Hainsberger Straße 2

Weitere Termine unter:
www.dresden.de/pluszeit



Unsere Tagespflegen

► **Wohnpark Elsa Fenske**
Freiberger Straße 18
01067 Dresden

► **Haus Löbtau M**
Löbtauer Straße 31b
01159 Dresden

Cultus

Beratungs-Telefon: 0351 3138-555
www.cultus-dresden.de

Gemeinsam statt einsam

Donnerstag, 11. August

8.30–12.30 Uhr + weitere Termine

Senienschachzirkel

Kosten: ein Euro

Wer/Wo: Begegnungs- und Beratungszentrum Laubegast, Laubegaster Ufer 22

Anmeldung:

Telefon: (03 51) 5 01 05 25

E-Mail: laubegast@volkssoli-dresden.de

10–11 Uhr

Stuhl-Yoga

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: Begegnungszentrum „Luise“, Braunsdorfer Straße 13

Anmeldung:

Telefon: (03 51) 4 24 17 34

E-Mail: d.zieger@asb-dresden.de

13.30 Uhr

Kegeln

Kosten: 10 Euro

Wer/Wo: Jahresringe Dresden Verband für Vorruhestand und aktives Alter e.V., Bautzner Landstraße 89

Anmeldung:

Telefon: (03 51) 5 00 76 35

E-Mail: IngePinter@online.de

14–15.30 Uhr + weitere Termine

Musik macht fröhlich

Kosten: 3 Euro

Wer/Wo: Begegnungs- und Beratungszentrum Cotta, Hainsberger Straße 2

Anmeldung:

Telefon: (03 51) 4 13 54 71

E-Mail: bs-loebtau@awo-in-sachsen.de

14–16 Uhr

Kreativgruppe/**Handarbeiten**

Kosten: 4 Euro

Wer/Wo: Begegnungszentrum „Luise“, Braunsdorfer Straße 13

Anmeldung:

Telefon: (03 51) 4 24 17 34

E-Mail: d.zieger@asb-dresden.de

14.30–15.30 Uhr + weitere Termine

Gemeinsames Singen mit**Christa Lindner**

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: Begegnungs- und Beratungszentrum Laubegast, Laubegaster Ufer 22

Anmeldung:

Telefon: (03 51) 5 01 05 25

E-Mail: laubegast@volkssoli-dresden.de

16.15–18.15 Uhr + weitere Termine

Holzschnitzen

Kosten: 5 Euro

Wer/Wo: Ökumenische Seniorenhilfe Dresden Begegnungs- und Beratungszentrum, Wittenberger Straße 83

Freitag, 12. August

10–11 Uhr + weitere Termine

Yoga auf dem Stuhl

Kosten: 3 Euro

Wer/Wo: Seniorenzentrum IMPULS, Bürgerstraße 6

10 Uhr

Wandergruppe**Kennenlern-Treff**

Wer/Wo: Begegnungszentrum „Luise“, Braunsdorfer Straße 13

10.30–11.30 Uhr + weitere Termine

Gedächtnisspiele –**Name, Stadt, Land**

Kosten: ein Euro

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

Anmeldung:

Telefon: (03 51) 3 23 05 60

E-Mail: mail18@awo-in-sachsen.de

13–14 Uhr + weitere Termine

Akkordeonkurs

Kosten: 3 Euro

Wer/Wo: Begegnungs- und Beratungszentrum Cotta, Hainsberger Straße 2

Anmeldung:

Telefon: (03 51) 4 13 54 71

E-Mail: bs-loebtau@awo-in-sachsen.de

13.30–15.30 Uhr + weitere Termine

Malen und Zeichnen

Kosten: 3 Euro

Wer/Wo: Begegnungs- und Beratungszentrum Cotta, Hainsberger Straße 2

Anmeldung:

Telefon: (03 51) 4 21 47 10

E-Mail: bs-loebtau@awo-in-sachsen.de

14–17.30 Uhr + weitere Termine

Seniorentanz

Kosten: 4,50 Euro

Wer/Wo: Begegnungs- und Beratungszentrum Laubegast, Laubegaster Ufer 22

Anmeldung:

Telefon: (03 51) 5 01 05 25

E-Mail: laubegast@volkssoli-dresden.de

14–15.30 Uhr + weitere Termine

Farbe, Kleidungsstück, Körperteil – das etwas andere Name, Stadt, Land

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: Begegnungs- und Beratungszentrum Cotta, Hainsberger Straße 2

Anmeldung:

Telefon: (03 51) 4 21 47 10

E-Mail: bs-loebtau@awo-in-sachsen.de

Montag, 15. August

8.30–9.30 Uhr + weitere Termine

Fitnessgruppe Frauen I

Kosten: 4 Euro

Wer/Wo: Begegnungszentrum „Wiesenhäuser“, Wiesenstraße 17

Anmeldung:

Telefon: (03 51) 2 13 13 39

E-Mail: wiesenhaeuser@asb-dresden.de

10–11 Uhr + weitere Termine

Tablet- und Handykurs

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: Begegnungszentrum „Luise“, Braunsdorfer Straße 13

Anmeldung:

Telefon: (03 51) 4 24 17 34

E-Mail: d.zieger@asb-dresden.de

10.30–12 Uhr + weitere Termine

Heiteres Gedächtnistraining

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: Begegnungs- und Beratungszentrum Laubegast, Laubegaster Ufer 22

Anmeldung:

Telefon: (03 51) 5 01 05 25

E-Mail: laubegast@volkssoli-dresden.de

10.30–12 Uhr + weitere Termine

Englisch mit Frau Cojocar

Kosten: 5 Euro

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

Anmeldung:

Telefon: (03 51) 3 23 05 60

E-Mail: mail18@awo-in-sachsen.de

11–12 Uhr + weitere Termine

Englisch

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: Begegnungs- und Beratungszentrum Cotta, Hainsberger Straße 2

Anmeldung:

Telefon: (03 51) 4 21 47 10

E-Mail: bs-loebtau@awo-in-sachsen.de

14–15.30 Uhr + weitere Termine

Yoga für Senioren

Kosten: 3 Euro

Wer/Wo: Begegnungs- und Beratungszentrum Cotta, Hainsberger Straße 2

Anmeldung:

Telefon: (03 51) 4 13 54 71

E-Mail: bs-loebtau@awo-in-sachsen.de

14–16 Uhr + weitere Termine

Singekreis

Kosten: 1,50 Euro

Wer/Wo: Seniorenzentrum IMPULS, Bürgerstraße 6

Dienstag, 16. August

8.58 Uhr

Wanderung – Stadtrundgang in Görlitz

Kosten: 9 Euro

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

10 Uhr

Wandern durch den Zschonergrund

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: Begegnungszentrum „Luise“, Braunsdorfer Straße 13

Anmeldung:

Telefon: (03 51) 4 24 17 34

E-Mail: luise@asb-dresden.de

10–13 Uhr

Theaterworkshop mit**„Ohne Verfallsdatum“**

Wer/Wo: Neues Volkshaus Cotta, Hebelstraße 35 b

10–12 Uhr + weitere Termine

Stadtspaziergang

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: Begegnungs- und Beratungszentrum Cotta, Hainsberger Straße 2

Anmeldung:

Telefon: (03 51) 4 21 47 10

E-Mail: bs-loebtau@awo-in-sachsen.de

10–12 Uhr + weitere Termine

Mal- und Zeichenkurs Aufbaukurs

Kosten: 20 Euro

Wer/Wo: Ökumenische Seniorenhilfe
Dresden Begegnungs- und Beratungszentrum, Wittenberger Straße 83

Anmeldung:

Telefon: (03 51) 3 40 08 76

E-Mail: bbz@seniorenhilfe-dresden.de

13.30–16.30 Uhr + weitere Termine

Spieletreff (wöchentlich)

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: Begegnungszentrum „Luise“,
Braunsdorfer Straße 13

Anmeldung:

Telefon: (03 51) 4 24 17 34

E-Mail: d.zieger@asb-dresden.de

14–15.30 Uhr + weitere Termine

Klubcafé mit Kulturbeitrag

Kosten: 2,50 Euro

Wer/Wo: Begegnungs- und Beratungszentrum Laubegast, Laubegaster Ufer 22

Anmeldung:

Telefon: (03 51) 5 01 05 25

E-Mail: laubegast@volkssoli-dresden.de**Mittwoch, 17. August**

8.30–9.30 Uhr + weitere Termine

Sportgruppe I

Kosten: 4 Euro

Wer/Wo: Begegnungszentrum „Wiesenhäuser“, Wiesenstraße 17

Anmeldung:

Telefon: (03 51) 2 13 13 39

E-Mail: wiesenhaeuser@asb-dresden.de

9.11 Uhr

Wanderung durch das Saubachtal

Kosten: 9 Euro

Wer/Wo: Jahresringe Dresden Verband für Vorruhestand und aktives Alter e.V.,
Treffpunkt: Hbf. Dresden unter den Brücken, Bus 333

9.30–10.30 Uhr

Senior-Fit

Kostenfreies Bewegungsangebot

Wer/Wo: Landeshauptstadt Dresden

Treffpunkt: Magdeburger Straße 12,

DSC Halle, Trainer Toni Fercho

keine Anmeldung, mitzubringen sind

Trinkflasche und Sportbekleidung

www.dresden.de/senior-fit

9.45–10.45 Uhr + weitere Termine

Sportgruppe II

Kosten: 4 Euro

Wer/Wo: Begegnungszentrum „Wiesenhäuser“, Wiesenstraße 17

Anmeldung:

Telefon: (03 51) 2 13 13 39

E-Mail: wiesenhaeuser@asb-dresden.de

10.30–11.30 Uhr + weitere Termine

Französisch Konversation

Kosten: 3 Euro

Wer/Wo: Begegnungs- und Beratungszentrum Cotta, Hainsberger Straße 2

Anmeldung:

Telefon: (03 51) 4 13 54 71

E-Mail: bs-loebtau@awo-in-sachsen.de

11.15–12.45 Uhr

Seniorentanz

Kosten: 52 Euro

Wer/Wo: Volkshochschule Dresden, Annenstraße 10

Anmeldung:

Telefon: (03 51) 25 44 00

E-Mail: post@vhs-dresden.de

11.45–12.45 Uhr

Seniorentanzkurs:**Tanzend in den Tag**

Kosten: 52 Euro

Wer/Wo: Volkshochschule Dresden, Annenstraße 10

Anmeldung:

Telefon: (03 51) 25 44 00

E-Mail: post@vhs-dresden.de

13–16 Uhr + weitere Termine

Spielenachmittag mit Skat, Rommé und Schach

Kosten: ein Euro

Wer/Wo: Begegnungs- und Beratungszentrum Cotta, Hainsberger Straße 2

Anmeldung:

13.30–14.30 Uhr + weitere Termine

Sitzgymnastik und**Denksport**

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: Begegnungszentrum „Wiesenhäuser“, Wiesenstraße 17

14–15.30 Uhr + weitere Termine

Flechten mit Peddigrohr

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: Begegnungs- und Beratungszentrum Cotta, Hainsberger Straße 2

Anmeldung:

Telefon: (03 51) 4 21 47 10

E-Mail: bs-loebtau@awo-in-sachsen.de

14–15.30 Uhr + weitere Termine

Spielerisches**Gehirnjogging**

Kosten: 3,50 Euro

Wer/Wo: Begegnungszentrum „Luise“,
Braunsdorfer Straße 13

Anmeldung:

Telefon: (03 51) 4 24 17 34

E-Mail: d.zieger@asb-dresden.de

17–19 Uhr + weitere Termine

Treff der „Schachfreunde AWO Löbtau“

Kosten: ein Euro

Wer/Wo: Begegnungs- und Beratungszentrum Cotta, Hainsberger Straße 2

Anmeldung:

Telefon: (03 51) 4 13 54 71

E-Mail: bs-loebtau@awo-in-sachsen.de**Donnerstag, 18. August**

8.30–12.30 Uhr + weitere Termine

Senienschachzirkel

Kosten: ein Euro

Wer/Wo: Begegnungs- und Beratungszentrum Laubegast, Laubegaster Ufer 22

Anmeldung:

Telefon: (03 51) 5 01 05 25

E-Mail: laubegast@volkssoli-dresden.de

10–11 Uhr + weitere Termine

Gedächtnistraining

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: Seniorenzentrum IMPULS,
Bürgerstraße 6

10–11 Uhr + weitere Termine

Mußestunde –**für Menschen mit****Demenzerkrankungen**

Wer/Wo: AWO KBS GerDA Dresden

Prohlis, Herzberger Straße 2

Anmeldung:

Telefon: (03 51) 2 89 16 15

10.15–11.15 Uhr + weitere Termine

Aktivierende Gymnastik

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: Beratungs- und Begegnungszentrum BÜLOWH, Pillnitzer Landstraße 12

Anmeldung:

Telefon: (03 51) 2 68 89 88

E-Mail: sbz.buelowh@diakonie-dresden.de

14.30 Uhr

FrauentreffWer/Wo: Jahresringe Dresden Verband für Vorruhestand und aktives Alter e.V.,
Cafe Luby im Cultus

Hörgeräte

Jens Steudler

Meisterbetriebe mit Labor



DRESDEN

Zwinglstr. 32
0351 / 25 02 41 41

Montag bis Freitag
9 - 13 und 14 - 18 Uhr
jeden 1. und 3. Samstag im Monat
9 - 12 Uhr

- individuelle Beratung
- sehr umfangreiches Angebot
- ausreichende Probezeit
- Gehörschutz
- Ohrpassstücke schnell und günstig aus eigenem 3-D-Labor



IHRE OHREN WERDEN
STAUNEN!

Jetzt auch Online-Termin vereinbaren:

www.Hoergeraete-Steudler.de

16.15–18.15 Uhr + weitere Termine

Holzschneiden

Kosten: 5 Euro

Wer/Wo: Ökumenische Seniorenhilfe
Dresden Begegnungs- und Beratungszentrum, Wittenberger Straße 83**Freitag, 19. August**

10–11 Uhr + weitere Termine

Gedächtnistraining

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: Beratungs- und Begegnungszentrum BÜLOWH, Pillnitzer Landstraße 12

10.30–11.30 Uhr + weitere Termine

Gedächtnisspiele – Name, Stadt, Land

Kosten: ein Euro

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

Anmeldung:

Telefon: (03 51) 3 23 05 60

E-Mail: mail18@awo-in-sachsen.de

13–14 Uhr + weitere Termine

Akkordeonkurs

Kosten: 3 Euro

Wer/Wo: Begegnungs- und Beratungszentrum Cotta, Hainsberger Straße 2

Anmeldung:

Telefon: (03 51) 4 13 54 71

E-Mail: bs-loebtau@awo-in-sachsen.de

14–15.30 Uhr + weitere Termine

Töpfern

Kosten: 3 Euro

Wer/Wo: Begegnungs- und Beratungszentrum Cotta, Hainsberger Straße 2

Anmeldung:

Telefon: (03 51) 4 13 54 71

E-Mail: bs-loebtau@awo-in-sachsen.de

Weitere Termine unter:
www.dresden.de/pluszeit

Wir machen Sie mobil: pünktlich und sicher

Der Johanniter-Fahrdienst
Tel. kostenfrei: 0800 1144774

3333



JOHANNITER
Aus Liebe zum Leben

Montag, 22. August

8.30–9.30 Uhr + weitere Termine

Fitnessgruppe Frauen I

Kosten: 4 Euro

Wer/Wo: Begegnungszentrum „Wiesenhäuser“, Wiesenstraße 17

Anmeldung:

Telefon: (03 51) 2 13 13 39

E-Mail: wiesenhaeuser@asb-dresden.de

10–11 Uhr

Frauengymnastik

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: Begegnungszentrum „Luise“, Braunsdorfer Straße 13

Anmeldung:

Telefon: (03 51) 4 24 17 34

E-Mail: d.zieger@asb-dresden.de

10.30–12 Uhr + weitere Termine

Heiteres Gedächtnistraining

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: Begegnungs- und Beratungszentrum Laubegast, Laubegaster Ufer 22

Anmeldung:

Telefon: (03 51) 5 01 05 25

E-Mail: laubegast@volkssoli-dresden.de

11–12 Uhr + weitere Termine

Englisch

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: Begegnungs- und Beratungszentrum Cotta, Hainsberger Straße 2

Anmeldung:

Telefon: (03 51) 4 21 47 10

E-Mail: bs-loebtau@awo-in-sachsen.de

14–15.30 Uhr + weitere Termine

Yoga für Senioren

Kosten: 3 Euro

Wer/Wo: Begegnungs- und Beratungszentrum Cotta, Hainsberger Straße 2

Anmeldung:

Telefon: (03 51) 4 13 54 71

E-Mail: bs-loebtau@awo-in-sachsen.de

15 Uhr

Freies künstlerisches Gestalten

Kosten: 8 Euro

Wer/Wo: Begegnungszentrum „Luise“, Braunsdorfer Straße 13

Anmeldung:

Telefon: (03 51) 4 24 17 34

E-Mail: luise@asb-dresden.de

16.30 Uhr + weitere Termine

QiGong

Kosten: 4 Euro

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

Anmeldung:

Telefon: (03 51) 3 23 05 60

E-Mail: mail18@awo-in-sachsen.de

Dienstag, 23. August

10–11.30 Uhr

Frühsport mit Martina

Wer/Wo: Neues Volkshaus Cotta, Hebelstraße 35 b

10 Uhr

Geselliger Tanzkreis

Kosten: 3 Euro

Wer/Wo: Begegnungszentrum „Luise“, Braunsdorfer Straße 13

Anmeldung:

Telefon: (03 51) 4 24 17 34

E-Mail: luise@asb-dresden.de

10–12 Uhr

Mal- und Zeichenkurs Aufbaukurs

Kosten: 20 Euro

Wer/Wo: Ökumenische Seniorenhilfe Dresden Begegnungs- und Beratungszentrum, Wittenberger Straße 83

Anmeldung:

Telefon: (03 51) 3 40 08 76

E-Mail: bbz@seniorenhilfe-dresden.de

10.30–11.30 Uhr

Senior-Fit

Kostenfreies Bewegungsangebot

Wer/Wo: Landeshauptstadt Dresden
Treffpunkt: Rothermundtpark

Trainer Ivo Ullmann

keine Anmeldung, mitzubringen sind

Trinkflasche und Sportbekleidung

www.dresden.de/senior-fit

13.30–16.30 Uhr + weitere Termine

Spieletreff (wöchentlich)

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: Begegnungszentrum „Luise“, Braunsdorfer Straße 13

Anmeldung:

Telefon: (03 51) 4 24 17 34

E-Mail: d.zieger@asb-dresden.de

14.30–15.30 Uhr + weitere Termine

Plauderstunde

Wer/Wo: Beratungsstelle für Senioren und Angehörige, Herzberger Straße 2

Anmeldung:

Telefon: (03 51) 2 89 16 13

E-Mail: Mail23@awo-in-sachsen.de

Mittwoch, 24. August

7.56 Uhr

Wanderung von Schirgiswalde über Kälbersteine

Kosten: 9 Euro

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

8.30–9.30 Uhr + weitere Termine

Sportgruppe I

Kosten: 4 Euro

Wer/Wo: Begegnungszentrum „Wiesenhäuser“, Wiesenstraße 17

Anmeldung:

Telefon: (03 51) 2 13 13 39

E-Mail: wiesenhaeuser@asb-dresden.de

9.30–10.30 Uhr

Senior-Fit

Kostenfreies Bewegungsangebot

Wer/Wo: Landeshauptstadt Dresden
Treffpunkt: Magdeburger Straße 12,DSC Halle, Trainer Toni Fercho
keine Anmeldung, mitzubringen sind

Trinkflasche und Sportbekleidung

www.dresden.de/senior-fit

9.30–10.30 Uhr + weitere Termine

Französisch für Anfänger mit Vorkenntnissen

Kosten: 3 Euro

Wer/Wo: Begegnungs- und Beratungszentrum Cotta, Hainsberger Straße 2

Anmeldung:

Telefon: (03 51) 4 13 54 71

E-Mail: bs-loebtau@awo-in-sachsen.de

9.45–10.45 Uhr + weitere Termine

Sportgruppe II

Kosten: 4 Euro

Wer/Wo: Begegnungszentrum „Wiesenhäuser“, Wiesenstraße 17

Anmeldung:

Telefon: (03 51) 2 13 13 39

E-Mail: wiesenhaeuser@asb-dresden.de

14–15.30 Uhr

Stadtrundgang: Führung durch Blasewitz**„Die Glücklichen bei der Furt“**

Kosten: 3 Euro

Wer/Wo: Ökumenische Seniorenhilfe Dresden Begegnungs- und Beratungszentrum, Prellerstraße 16

Anmeldung:

Telefon: (03 51) 3 40 08 76

E-Mail: bbz@seniorenhilfe-dresden.de

17–19 Uhr + weitere Termine

Donnerstag, 25. August

8.30–12.30 Uhr + weitere Termine

Senienschachzirkel

Kosten: 1 Euro

Wer/Wo: Begegnungs- und Beratungszentrum Laubegast, Laubegaster Ufer 22

Anmeldung:

Telefon: (03 51) 5 01 05 25

E-Mail: laubegast@volkssoli-dresden.de

9 Uhr

Rundreise in das Land der 1000 Seen

Kosten: 42 Euro

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

Anmeldung:

Telefon: (03 51) 3 23 05 60

E-Mail: mail18@awo-in-sachsen.de

10–11 Uhr + weitere Termine

Senioren-gymnastik

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: Begegnungs- und Beratungszentrum Cotta, Hainsberger Straße 2

Anmeldung:

Telefon: (03 51) 4 13 54 71

E-Mail: bs-loebtau@awo-in-sachsen.de

10.15–11.15 Uhr + weitere Termine

Yoga

Kosten: 3 Euro

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

Anmeldung:

Telefon: (03 51) 3 23 05 60

E-Mail: mail18@awo-in-sachsen.de

10.15–11.15 Uhr

Aktivierende Gymnastik

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: Beratungs- und Begegnungszentrum BÜLOWH, Pillnitzer Landstraße 12

Anmeldung:

Telefon: (03 51) 2 68 89 88

E-Mail: sbz.buelowh@diakonie-dresden.de

14.30–16 Uhr + weitere Termine

Sprache und Sprechen im Alter

Kosten: 3 Euro

Wer/Wo: Begegnungs- und Beratungszentrum Laubegast, Laubegaster Ufer 22

Anmeldung:

Telefon: (03 51) 5 01 05 25

E-Mail: laubegast@volkssoli-dresden.de

14.30–15.30 Uhr + weitere Termin

Gemeinsames Singen mit Christa Lindner

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: Begegnungs- und Beratungszentrum Laubegast, Laubegaster Ufer 22

Anmeldung:

Telefon: (03 51) 5 01 05 25

E-Mail: laubegast@volkssoli-dresden.de

16.15–18.15 Uhr

Holzschneiden

Kosten: 5 Euro

Wer/Wo: Ökumenische Seniorenhilfe Dresden Begegnungs- und Beratungszentrum, Wittenberger Straße 83

16.30 Uhr + weitere Termine

Unterwegs im Stasi-Unterlagen-Archiv

Wer/Wo: Stasi-Unterlagen-Archiv Dresden, Riesaer Straße 7 d, 2. OG

Freitag, 26. August

10–11 Uhr + weitere Termine

Yoga auf dem Stuhl

Kosten: 3 Euro

Wer/Wo: Seniorenzentrum IMPULS, Bürgerstraße 6

10–11 Uhr + weitere Termine

Englisch

Kosten: 4 Euro

Wer/Wo: Begegnungs- und Beratungszentrum Laubegast, Laubegaster Ufer 22

Anmeldung:

Telefon: (03 51) 5 01 05 25

E-Mail: laubegast@volkssoli-dresden.de

10–11 Uhr

Gedächtnistraining

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: Beratungs- und Begegnungszentrum BÜLOWH, Pillnitzer Landstraße 12

10.30–11.30 Uhr

Gedächtnisspiele – Name, Stadt, Land

Kosten: 1 Euro

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

Anmeldung:

Telefon: (03 51) 3 23 05 60

E-Mail: mail18@awo-in-sachsen.de

13–14 Uhr + weitere Termine

Akkordeonkurs

Kosten: 3 Euro

Wer/Wo: Begegnungs- und Beratungszentrum Cotta, Hainsberger Straße 2

Anmeldung:

Telefon: (03 51) 4 13 54 71

E-Mail: bs-loebtau@awo-in-sachsen.de

14–15.30 Uhr + weitere Termine

Farbe, Kleidungsstück, Körperteil – das etwas andere Name, Stadt, Land

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: Begegnungs- und Beratungszentrum Cotta, Hainsberger Straße 2

Anmeldung:

Telefon: (03 51) 4 21 47 10

E-Mail: bs-loebtau@awo-in-sachsen.de

Sonnabend, 27. August

15–17 Uhr

Kaffeeklatsch**„Im Klange meiner****Lieder findet ihr mich wieder“**

Kosten: 10 Euro

Wer/Wo: Carl-Maria-von-Weber-Museum, Dresdner Straße 44

Sonnabend, 28. August

15–17 Uhr

„Santé!“ Musik aus Frankreich für**Klaviertrio**

Kosten: 15 Euro

Wer/Wo: Carl-Maria-von-Weber-Museum, Dresdner Straße 44

Montag, 29. August

8.30–9.30 Uhr

Fitnessgruppe Frauen I

Kosten: 4 Euro

Wer/Wo: Begegnungszentrum „Wiesenhäuser“, Wiesenstraße 17

Anmeldung:

Telefon: (03 51) 2 13 13 39

E-Mail: wiesenhaeuser@asb-dresden.de

Raumdecor**LEUE GmbH****Beratung • Verkauf
Verlegung/Montage**

- ◆ Parkett/Laminat
- ◆ Teppichböden
- ◆ Design-Beläge
- ◆ Gardinen und Zubehör
- ◆ Farben/Tapeten
- ◆ Sonnenschutz innen und außen

Omsewitzer Ring 17, 01169 Dresden

Telefon (03 51) 4 12 94 36

Warthaer Straße 25, 01157 Dresden

Telefon (03 51) 4 21 40 92

www.raumdecor-leue.de



Impressum

Dresdner PlusZeit
Veranstaltungskalender
für das reife Semester
www.dresden.de/pluszeit

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/Satz

Kai Schulz (verantwortlich),
Sylvia Siebert,
Katharina Lübcke

**Verlag, Anzeigen, Verlagsbeilagen
und -sonderveröffentlichungen**

DDV Sachsen GmbH
DDV Media
Ostra-Allee 20, 01067 Dresden
Telefon (03 51) 48 64 48 64
Telefax (03 51) 48 64 29 24
E-Mail DresdnerAmtsblatt@ddv-mediengruppe.de
www.ddv-media.de

Druck

DDV Druck GmbH,
Dresden

Vertrieb

Media Logistik GmbH,
Dresden

Bezugsbedingungen

Der Seniorenkalender erscheint jeweils in der letzten Ausgabe eines Monats im Amtsblatt. Er liegt kostenlos mit dem Amtsblatt in den Rathäusern, Stadtbezirksämtern und Verwaltungsstellen der Stadt, in Filialen der Ostsächsischen Sparkasse Dresden sowie in weiteren Dresdner Bürohäusern und Einrichtungen aus.
Jahresabonnement für das Amtsblatt über Postversand: 66,34 Euro inklusive Mehrwertsteuer, Porto und Versand. Die Aufnahme eines Abonnements ist monatlich bei anteiligem Abonnementpreis möglich. Kündigungen müssen bis zum 15. November des Jahres bei der Media Logistik GmbH nach einem Mindestbezug von einem Jahr schriftlich eingegangen sein.

Mittwoch, 31. August

7.56 Uhr

Wanderung Oberlausitzer Bergland

Kosten: 9 Euro
Wer/Wo: Jahresringe Dresden Verband für Vorruhestand und aktives Alter e.V.,
Hbf Dresden RE61

8.30–9.30 Uhr

Sportgruppe I

Kosten: 4 Euro
Wer/Wo: Begegnungszentrum „Wiesenhäuser“, Wiesenstraße 17
Anmeldung:
Telefon: (03 51) 2 13 13 39
E-Mail: wiesenhaeuser@asb-dresden.de

9.30–10.30 Uhr

Senior-Fit

Kostenfreies Bewegungsangebot
Wer/Wo: Landeshauptstadt Dresden
Treffpunkt: Magdeburger Straße 12,
DSC Halle, Trainer Toni Fercho
keine Anmeldung, mitzubringen sind
Trinkflasche und Sportbekleidung
www.dresden.de/senior-fit

9.45–10.45 Uhr

Sportgruppe II

Kosten: 4 Euro
Wer/Wo: Begegnungszentrum „Wiesenhäuser“, Wiesenstraße 17
Anmeldung:
Telefon: (03 51) 2 13 13 39
E-Mail: wiesenhaeuser@asb-dresden.de

13.30–14.30 Uhr

Sitzgymnastik und Denksport

Kosten: 2 Euro
Wer/Wo: Begegnungszentrum „Wiesenhäuser“, Wiesenstraße 17

14–15 Uhr + weitere Termine

Atemgymnastik

Kosten: 4 Euro
Wer/Wo: Ökumenische Seniorenhilfe
Dresden Begegnungs- und Beratungszentrum,
Wittenberger Straße 83
Anmeldung:
Telefon: (03 51) 3 40 08 76
E-Mail: bbz@seniorenhilfe-dresden.de

14–15.30 Uhr

Spielerisches Gehirnjogging

Kosten: 3,50 Euro
Wer/Wo: Begegnungszentrum „Luise“,
Braunsdorfer Straße 13
Anmeldung:
Telefon: (03 51) 4 24 17 34
E-Mail: d.zieger@asb-dresden.de

17–19 Uhr + weitere Termine

Treff der „Schachfreunde AWO Löbtau“

Kosten: ein Euro
Wer/Wo: Begegnungs- und Beratungszentrum Cotta,
Hainsberger Straße 2
Anmeldung:
Telefon: (03 51) 4 13 54 71
E-Mail: bs-loebtau@awo-in-sachsen.de

Redaktionsschluss nächste PlusZeit:
10. August 2022

10–11 Uhr

Tablet- und Handykurs

Kosten: 2 Euro
Wer/Wo: Begegnungszentrum „Luise“,
Braunsdorfer Straße 13
Anmeldung:
Telefon: (03 51) 4 24 17 34
E-Mail: d.zieger@asb-dresden.de

11–12 Uhr + weitere Termine

Englisch

Kosten: 2 Euro
Wer/Wo: Begegnungs- und Beratungszentrum Cotta,
Hainsberger Straße 2
Anmeldung:
Telefon: (03 51) 4 21 47 10
E-Mail: bs-loebtau@awo-in-sachsen.de

14–15.30 Uhr + weitere Termine

Yoga für Senioren

Kosten: 3 Euro
Wer/Wo: Begegnungs- und Beratungszentrum Cotta,
Hainsberger Straße 2
Anmeldung:
Telefon: (03 51) 4 13 54 71
E-Mail: bs-loebtau@awo-in-sachsen.de

14–16 Uhr

Singekreis

Kosten: 1,50 Euro
Wer/Wo: Seniorenzentrum IMPULS,
Bürgerstraße 6

16.30 Uhr + weitere Termine

QiGong

Kosten: 4 Euro
Wer/Wo: Begegnung und Beratung für
Senioren und Angehörige Prohlis, Prohliser
Allee 31
Anmeldung:
Telefon: (03 51) 3 23 05 60
E-Mail: mail18@awo-in-sachsen.de

Dienstag, 30. August

8.48 Uhr

Genussradeln

Kosten: 9 Euro
Wer/Wo: Jahresringe Dresden Verband für
Vorruhestand und aktives Alter e.V.,
Treffpunkt: DD-Neustadt RE33

10.30–11.30 Uhr

Senior-Fit

Kostenfreies Bewegungsangebot
Wer/Wo: Landeshauptstadt Dresden
Treffpunkt: Rothermundtpark
Trainer Ivo Ullmann
keine Anmeldung, mitzubringen sind
Trinkflasche und Sportbekleidung
www.dresden.de/senior-fit

14–15.30 Uhr + weitere Termine

Trauercafé

Wer/Wo: Begegnungs- und Beratungszentrum Cotta,
Hainsberger Straße 2
Anmeldung:
Telefon: (03 51) 4 13 54 71
E-Mail: bs-loebtau@awo-in-sachsen.de

14.30–16.15 Uhr + weitere Termine

Tanzkurs für Senioren, Hobbytanz

Kosten: 80 Euro
Wer/Wo: Tanzschule Reh, Hartigstraße 1