



In der Advents- und Weihnachtszeit muss niemand allein sein

Johannstädter Lichterglanz, Lesungen, Konzerte, Basteleien, Gesang und gesellige Runden

Advent und Weihnachten sind für viele Menschen die schönste Zeit des Jahres. Für manche aber ist sie einsam, wenn niemand da ist, mit dem sie sich treffen, reden oder singen können.

In Dresden muss in der Advents- und Weihnachtszeit niemand allein sein. Das Netzwerk 60+ bietet viele Möglichkeiten, sich zu treffen oder einem Konzert zu lauschen. Auch die Dresdner Seniorenberatungs- und Begegnungseinrichtungen machen im Dezember Angebote. Interessierte sind herzlich dazu willkommen.

Die Freizeit-Dating 60+ ist eine Kontaktbörs für Interessenaustausch, gemeinsame Unternehmungen und Freizeitbegleitung sowie zum Kennenlernen. Sie findet am Montag, 1. Dezember, 14 bis 17 Uhr, im Beratungs- und Begegnungszentrum BÜLOWH Klotzsche, Königsbrücker Landstraße 6 a, statt. Um Anmeldung unter Telefon (03 51) 8 80 42 87 oder E-Mail klotzsche@buelowh.de wird gebeten.

Am Mittwoch, 3. Dezember, 16.30 bis 17.30 Uhr, lädt das Netzwerk 60+ Johannstadt bereits zum elften Mal zum Johannstädter Lichterglanz ein. In diesem Jahr findet die stimmungsvolle Vorweihnachtsaktion wieder an der Erzählbank am Promenadeweg Striesener Straße, Höhe Pöppelmannstraße 10, statt. Es erklingt der Posaunenchor der Kirchengemeinde Johannes-Kreuz-Lukas Dresden. Umgeben von Kerzenschein können die Gäste bei Heißgetränken Advents- und Weihnachtslieder singen.

Bei „Kaffee trifft Kultur“ werden der Klassiker „Die Weihnachtsgans Auguste“ gelesen sowie Weihnachtslieder mit Annuschka Heydenreich und Teo Vadersen vom Beratungs- und Begegnungszentrum BÜLOWH Schönenfeld-Weißen gesungen. Die Veranstaltung findet am Donnerstag, 11. Dezember, 14 bis 16 Uhr, im Gemeinderaum der Kirchengemeinde Weißen, Hauptstraße 18, statt. Unter dem Motto „Backen, Lichteln, Karten spielen,



Weihnachtsmarktbesuch“ können sich Interessierte im Rahmen des Weihnachtskontaktcafés bei Tee und Kaffee in der Adventszeit für gemeinsame Aktivitäten verabreden. Das Café öffnet am Montag, 15. Dezember, 14 bis 15.30 Uhr, in der Seniorenberatungsstelle der AWO, Herzberger Straße 2-4. Kosten in Höhe von drei Euro sind einzuplanen.

Zum weihnachtlichen Nachmittag mit Schülern des Bertolt-Brecht-Gymnasiums lädt am Dienstag, 16. Dezember, ab 14 Uhr, das Begegnungs- und Beratungszentrum Johann des DRK, Striesener Straße 39, ein. Bei Musik, Gedichten und Basteleien sowie einem Kaffee können die Senioren mit den Schülern ins Gespräch kommen.

Zur Weihnachtslesung „Lametta am Baum und die Maus in der Vorratskammer“ mit Weihnachtsgeschichten, Gedichten und gemeinsamem Singen von Weihnachtsliedern lädt am Mittwoch, 17. Dezember, 13.30 bis 15 Uhr, die Begegnungsstätte „Michelangelo“ der Volkssolidarität, Räcknitzhöhe 52, ein. Wer teilnehmen möchte, meldet sich bitte bis Donnerstag, 11. Dezember, telefonisch unter (03 51) 2 13 97 09 oder per E-Mail

Gemeinsam im Advent. Die Vorweihnachtszeit ist am schönsten, wenn man sie mit anderen Menschen verbringt. Foto: stock.adobe.com/Patrick

michelangelo@volkssoli-dresden.de an. Die Kosten betragen 3,50 Euro; Speisen und Getränke sind extra zu bezahlen.

Ein Konzert mit Weihnachtsliedern aus aller Welt mit dem „Singt Pauli Chor“ findet ebenfalls am Mittwoch, 17. Dezember, 19.30 Uhr, im St. Pauli Salon, Hechtstraße 32, statt.

Zu „Weihnachten nicht allein“ lädt am Mittwoch, 24. Dezember, 11 bis 15 Uhr, das Begegnungs- und Beratungszentrum der Volkssolidarität im Volkshaus Laubegast, Laubegaster Ufer 22, zu einer geselligen Runde mit Programm, Singen von Weihnachtsliedern und kleinen Überraschungen ein. Es gibt Kartoffelsalat, Würstchen, Stollen und Kaffee. Um Anmeldung unter (03 51) 5 01 05 25 wird gebeten. Die Kosten betragen fünf Euro.

Weitere Angebote stehen im Seniorenkalender der Landeshauptstadt Dresden.

www.dresden.de/pluszeit

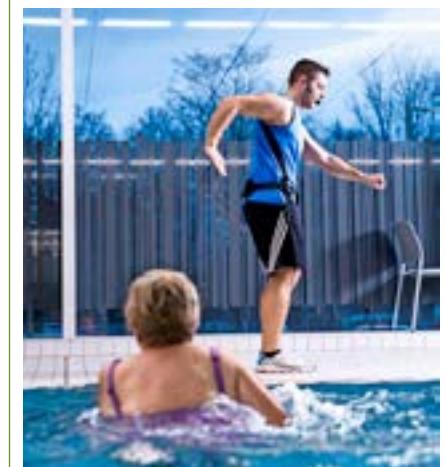
Aquafitness-Kurse für Seniorinnen und Senioren

Die 45-minütigen Aquafitness-Kurse am Nachmittag im Schwimmsportkomplex, Freiberger Platz 1 a, eignen sich besonders für Seniorinnen und Senioren, wenn sie auf der Suche nach Bewegung sind. Die Kurse finden montags 14.15 bis 15 Uhr, dienstags, mittwochs und donnerstags 14 bis 14.45 Uhr, im Lehrschwimmbassin statt und kosten 15 Euro pro Termin.

Beim Aquafitness im warmen Wasser geht alles fast von selbst. Es ist ein Ganzkörpertraining für die Arme und Beine, das Gesäß sowie den Rumpf. Dabei können auch Sportgeräte wie Schwimmnudeln, Aqua-Discs, spezielle Hanteln oder Aquafitness-Handschuhe zum Einsatz kommen, um die Kraft, die Beweglichkeit und die Ausdauer zu steigern sowie die Entspannung zu fördern. Wasserauftrieb und -widerstand erhöhen die Effekte. Gleichzeitig werden die Gelenke geschont. Das Training durch einen ausgebildeten Kursleiter der Dresdner Bäder GmbH ist im Vergleich zur klassischen Wassergymnastik fitnessorientiert. Einige Übungen werden mit Musik unterstützt. Interessierte buchen die Termine einzeln online.

Aquafitness bietet auch das Kombibad Prohlis, Georg-Palitzsch-Straße 50, an.

webshop.
dresden-baeder.de/de/einzel-aquafitness-ssk-freibergerplatz



Aquafitness in der Schwimmhalle am Freiberger Platz. Foto: Dresdner Bäder GmbH

Hinweis für Nutzer

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. Dezember

9.15–10.45 Uhr + weitere Termine

Englisch

Kosten: 5 Euro

Wer/Wo: Gemeinnützige Gesellschaft Striesen Pentacon e. V., Glashütter Straße 101 a, Zugang über Bärensteiner Straße Anmeldung: Telefon: (03 51) 3 12 31 64 E-Mail: team.begegnung@striesen-pentacon.de

10–10.45 Uhr + weitere Termine

Sitzgymnastik II

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: Bürger - und Freizeittreff „Marie“, Breitenauer Straße 17 Anmeldung: Telefon: (03 51) 2 13 04 38 E-Mail: marie@volkssoli-dresden.de

10–11 Uhr + weitere Termine

Frauengymnastik

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: Begegnungs- und Beratungszentrum „Luise“, Warthaer Straße 25 Anmeldung: Telefon: (03 51) 4 24 17 34 E-Mail: luise@asb-dresden.de

10–13.30 Uhr + weitere Termine

Skat- und Rommé-Spielerunde

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: BÜLOWH Beratungs- und Begegnungszentrum für Seniorinnen und Senioren Schöpfeld-Weißenberg, Schöpfelder Landstraße 27 Anmeldung: Telefon: (03 51) 16 09 74 33 E-Mail: weissig@buelowh.de

10–12 Uhr

Start in die Woche mit vorweihnachtlichem Backen

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: Seniorenbegegnungs- und Beratungszentrum Gorbitz – Dresdner Pflege- und Betreuungsverein e. V., Merianplatz 4

10–13 Uhr

Von und für 60plus:**Kuchenbäckerei mit Erika und Jörg**

Wer/Wo: KulturLeben Dresden UG, Oschatzer Straße 10, Dresdner Nachbarschaft 60plus Anmeldung: Telefon: (03 51) 79 57 60 23 E-Mail: nachbarschaft60plus@roterbaum.de

10–12 Uhr

Trauerkreis

Kosten: 5 Euro

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

10–11 Uhr + weitere Termine

„English for Beginners“ mit Wolfgang Fischbein

Kosten: 5 Euro

Wer/Wo: BBZ im Volkshaus Laubegast, Laubegaster Ufer 22, Klubraum, 1. OG Anmeldung: Telefon: (03 51) 5 01 05 25 E-Mail: laubegast@volkssoli-dresden.de

10 Uhr

Nordic Walking durch den Großen Garten, (ca. 6 Kilometer), Schwierigkeitsgrad: leicht

Wer/Wo: Jahresringe Dresden Verband für Vorruhestand und aktives Alter e.V., Treffpunkt: Großer Garten, Höhe Torwirtschaft

10.15–11.30 Uhr + weitere Termine

Lachgymnastik

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: Beratungs- und Begegnungszentrum BÜLOWH, Pillnitzer Landstraße 12 Anmeldung: Telefon: (03 51) 2 68 89 88 E-Mail: loschwitz@buelowh.de

13.45–14.45 Uhr + weitere Termine

Yoga für Senioren

Kosten: 3 Euro

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

14–16 Uhr + weitere Termine

Probe des Freylax-Frauenchors

Wer/Wo: Begegnungsstätte Friedrichstadt, Alfred-Althus-Straße 2 a

14–15.30 Uhr + weitere Termine

Gedächtnisübungen

Kosten: 4 Euro

Wer/Wo: Begegnungs- und Beratungszentrum „Luise“, Warthaer Straße 25 Anmeldung erbeten.

Telefon: (03 51) 4 24 17 34

E-Mail: luise@asb-dresden.de

14–17 Uhr

Tanztee im Bürgersaal Cossebaude

Kosten: 10 Euro

Wer/Wo: Begegnungs- und Beratungszentrum „Am Friedensstein“, Dresdner Straße 3, Bürgersaal Cossebaude Anmeldung: Telefon: (03 51) 45 25 63 28 E-Mail: m.stoehr@asb-dresden.de

14–17 Uhr

Kurzwanderung:**Bühlau – Heide – Weißer Adler (ca. 5 Kilometer), Schwierigkeitsgrad: leicht**

Kosten: 3 Euro

Wer/Wo: Seniorenzentrum IMPULS, Treffpunkt: 14 Uhr Endhaltestelle „Bühlau – Ulbersdorfer Platz“

14.15 Uhr

Singegruppe

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: Jahresringe Dresden Verband für Vorruhestand und aktives Alter e. V., DRK Begegnungsstätte Striesener Straße

14.30–15.30 Uhr

Reisevortrag „Nord- und Südkorea“ Teil 2

Kosten: 3 Euro

Wer/Wo: BBZ im Volkshaus Laubegast, Laubegaster Ufer 22, Zirkelraum, 2. OG Anmeldung: Telefon: (03 51) 5 01 05 25 E-Mail: laubegast@volkssoli-dresden.de

14.30–15.30 Uhr

Lesecafé

Kosten: 2 Euro Wer/Wo: Begegnungsstätte Friedrichstadt, Alfred-Althus-Straße 2 a

15–17 Uhr

Gemeinsam in die Rente: Nähkabinett – Kreativ sein – und Gutes tun

Wer/Wo: KulturLeben Dresden UG, Oschatzer Straße 10

Anmeldung: Telefon: (03 51) 79 57 60 23 E-Mail: nachbarschaft60plus@roterbaum.de

18–20.15 Uhr

Vortrag des Rechtsanwalts Mario Viehweger – Erbe und Testament – was bleibt, wenn wir gehen?

Wer/Wo: KulturLeben Dresden UG, Oschatzer Straße 10, Dresdner Nachbarschaft 60plus

Anmeldung: Telefon: (03 51) 79 57 60 23 E-Mail: nachbarschaft60plus@roterbaum.de

18–19 Uhr + weitere Termine

Zumba 60plus

Kosten: 5 Euro

Wer/Wo: Begegnungs- und Beratungszentrum „Luise“, Warthaer Straße 25

Anmeldung: Telefon: (03 51) 4 24 17 34 E-Mail: luise@asb-dresden.de

Dienstag, 2. Dezember

9.30–10.30 Uhr + weitere Termine

Frauengymnastik

Kosten: 3 Euro

Wer/Wo: Begegnungs- und Beratungszentrum „Am Friedensstein“, Dresdner Straße 3

Anmeldung: Telefon: (03 51) 45 25 63 28 E-Mail: m.stoehr@asb-dresden.de

9.30–11 Uhr

Verkehrsteilnehmerschulung

Kosten: 3 Euro

Wer/Wo: Johannstadt Quartier e. V., Holbeinstraße 68, Kino

10–11 Uhr + weitere Termine

Nordic Walking

Kosten: 3 Euro

Wer/Wo: Begegnungs- und Beratungszentrum „Luise“, Warthaer Straße 25, Treffpunkt: vor dem Eingang des BBZ Luise

Anmeldung: Telefon: (03 51) 4 24 17 34 E-Mail: luise@asb-dresden.de

10 Uhr

Lockwitztalrunde**Schwierigkeitsgrad: leicht**

Wer/Wo: BBZ im Volkshaus Laubegast, Laubegaster Ufer 22, Treffpunkt: 10 Uhr BBZ im Volkshaus Laubegast, Laubegaster Ufer 22

Anmeldung: Telefon: (01 76) 45 83 83 54

E-Mail: Olaf.Rilke@t-online.de

Die erste Wanderung ist kostenfrei, Café-Kosten werden selbst getragen
Telefon: (03 51) 5 01 05 25
E-Mail: laubegast@volkssoli-dresden.de

10–11 Uhr + weitere Termine

Seniorengymnastik

Kosten: 3 Euro

Wer/Wo: AWO 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: Begegnungs- und Beratungszentrum „Am Nürnberger Ei“, Nürnberger Straße 45

10–12 Uhr + weitere Termine

Soziale Beratung für Senioren, Seniorinnen und Angehörige

Wer/Wo: Beratungs- und Begegnungszentrum BÜLOWH, Plantagenweg 3

10–11.30 Uhr + weitere Termine

Geselliger Tanzkreis

Kosten: 3 Euro

Wer/Wo: Begegnungs- und Beratungszentrum „Luise“, Warthaer Straße 25

Anmeldung erbeten.

Telefon: (03 51) 4 24 17 34

E-Mail: luise@asb-dresden.de

14.30–16 Uhr + weitere Termine

Individuelle Sprechstunde zu Computer und Smartphone

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: Begegnungs- und Beratungszentrum Blasewitz, Wittenberger Straße 83

Anmeldung bis spätestens zum Vortag:

Telefon: (03 51) 3 40 08 76

E-Mail: bbz@seniorenhilfe-dresden.de

14.45–16.30 Uhr + weitere Termine

Seniorencafé

Wer/Wo: JohannStadt Quartier e. V., Dürerstraße 89, Bibliothek

15.30–16.30 Uhr

Gemeinsam Lachen

Kosten: 3 Euro

Wer/Wo: Begegnungs- und Beratungszentrum Blasewitz, Wittenberger Straße 83

16–18 Uhr

Freizeitdating - gemeinsam durch die Weihnachtszeit!

Wer/Wo: KulturLeben Dresden UG, Oschatzer Straße 10, Dresdner Nachbarschaft 60plus

Anmeldung: Telefon: (03 51) 79 57 60 23

E-Mail: nachbarschaft60plus@roterbaum.de

Mittwoch, 3. Dezember

9–10 Uhr + weitere Termine

Mediencafé Anfänger

Kosten: 3 Euro

Wer/Wo: Begegnungs- und Beratungszentrum „Luise“, Warthaer Straße 25

Bitte melden Sie sich an.

Telefon: (03 51) 4 24 17 34

E-Mail: luise@asb-dresden.de

Gut informiert?
www.dresden.de/wegweiser

9–10 Uhr + weitere Termine

Handgymnastik

Kosten: 4 Euro

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

9.30–12 Uhr

Von und für 60plus mit Anke:**Kreativ gestalten mit Farbe und Papier**Wer/Wo: KulturLeben Dresden UG, Oschatzer Straße 10, Dresdner Nachbarschaft 60plus
Anmeldung: Telefon: (03 51) 79 57 60 23
E-Mail: nachbarschaft60plus@roterbaum.de

9.49 Uhr

Wanderung von Radeburg nach**Hermsdorf (ca. 12 Kilometer), Schwierigkeitsgrad: mittelschwer**

Wer/Wo: Jahresringe Dresden Verband für Vorrhestand und aktives Alter e. V., Treffpunkt: Bahnhof Dresden-Neustadt, Bus 477

10–11 Uhr + weitere Termine

Digitales Bewegungsangebot mit der Nintendo Switch

Wer/Wo: Begegnungs- und Beratungszentrum „Am Nürnberger Ei“, Nürnberger Straße 45

10–11 Uhr + weitere Termine

Sitzgymnastik für Seniorinnen und Senioren

Kosten: 3 Euro

Wer/Wo: Begegnungs- und Beratungszentrum „Am Friedensstein“, Dresdner Straße 3
Telefon: (03 51) 45 25 63 28
E-Mail: m.stoehr@asb-dresden.de

10.30–11.30 Uhr + weitere Termine

Mediencafé Gruppe 1

Kosten: 3 Euro

Wer/Wo: Begegnungs- und Beratungszentrum „Luise“, Warthaer Straße 25
Bitte melden Sie sich an.
Telefon: (03 51) 4 24 17 34
E-Mail: luise@asb-dresden.de

13–16 Uhr + weitere Termine

Spieldienst mit Skat, Rommé, Doppelkopf

Kosten: ein Euro

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

13.30–14.45 Uhr

Gemütliches Beisammensein im Advent

Kosten: 3,50 Euro

Wer/Wo: Seniorenbegegnungsstätte Michelangelo, Räcknitzhöhe 52
Telefon: (03 51) 2 13 97 09
E-Mail: michelangelo@volkssoli-dresden.de

gourmetta
FOOD COMPANY

Essen auf Rädern
sicher . sozial . seniorengerecht**Wir bringen leckere und warme Mittagsgerichte**

- ✓ Lieferung von Riesa bis Zinnwald und im gesamten Elbtal – schon ab einem Menü
- ✓ täglich frisch gekocht und heiß geliefert
- ✓ bis 8 Uhr bestellen – Lieferung am selben Tag
- ✓ einfache Bestellung – auch per Bestellschein

**0351 - 312 71 17**

✉ bestellung@gourmetta.de | 🌐 www.gourmetta.de



14–15.30 Uhr + weitere Termine

Offenes Schachspielen

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: Begegnungsstätte Friedrichstadt,
Alfred-Althus-Straße 2 a
Anmeldung: Telefon: (03 51) 21 35 99 92
E-Mail: friedrichstadt@volkssoli-dresden.de

14–15.30 Uhr

Vortrag „Fotografie und Bildbearbeitung mit dem Smartphone“

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: Begegnungs- und Beratungszen-
trum „Luise“, Warthaer Straße 25
Anmeldung: Telefon: (03 51) 4 24 17 34
E-Mail: luise@asb-dresden.de

14–16 Uhr

Magische Weihnacht

Kosten: 5 Euro

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

14.45–15.30 Uhr

Weihnachtssingen im Innenhof Michelangelostraße

Wer/Wo: Seniorenbegegnungsstätte
Michelangelo, Räcknitzhöhe 52
Telefon: (03 51) 2 13 97 09
E-Mail: michelangelo@volkssoli-dresden.de

16–19 Uhr

Grundschulung Demenz

Wer/Wo: Kompetenzzentrum Demenz,
Merianplatz 4
Telefon: (03 51) 4 16 60 47
E-Mail: demenz@dpbv-online.de

16.30–17.30 Uhr

Lichterglanz an der Erzählbank Johannstadt

Wer/Wo: JohannStadt Quartier e. V., Striesener
Straße 26 – 28, Höhe Pöppelmannstraße 10

17–20 Uhr

Kochabend für starke Knochen und bewegliche Gelenke

Kosten: 3 Euro

Wer/Wo: KulturLeben Dresden UG, Reis-
straße 30
Anmeldung: Telefon: (01 51) 50 33 45 18
E-Mail: ava@roter-baum.de

Donnerstag, 4. Dezember

9–10 Uhr

Sitzgymnastik (auf und am Stuhl)

Kosten: 3 Euro

Wer/Wo: Begegnungs- und Beratungszen-
trum „Luise“, Warthaer Straße 25
Anmeldung: Telefon: (03 51) 4 24 17 34
E-Mail: luise@asb-dresden.de

9.45–12 Uhr

Stadtteilspaziergang mit Führung in der Gedenkstätte Münchner Platz

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: Begegnungs- und Beratungs-
zentrum „Am Nürnberger Ei“, Nürnberger
Straße 45. Treffpunkt: 9.45 Uhr im BBZ
Anmeldung: Telefon: (03 51) 4 71 93 66
E-Mail: nuernbergerei@volkssoli-dresden.de

10–12 Uhr

Repair-Café Treff für Senioren mit Smartphone-Beratung

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: Neues Volkshaus Cotta, Hebbelstraße 35 b
14–16 Uhr

Wiesencafé PLUS Singen mit musikalischer Begleitung

Wer/Wo: Beratungs- und Begegnungszen-
trum Johann, Striesener Straße 39
Anmeldung: Telefon: (03 51) 4 46 76 23
E-Mail: johann@drk-dresden.de

Freitag, 5. Dezember

9–12 Uhr

Ruhestand – und nun? (Workshop)

Wer/Wo: Kompetenzzentrum für den
Übergang in den Ruhestand (KÜR),
Volkshochschule Dresden, Annenstraße 10
Anmeldung: Telefon: (03 51) 2 89 16 12
E-Mail: kuer@awo-in-sachsen.de

10–12 Uhr

Digital-Vortrag: „Ein Thema, viele Sichtweisen – wie Medien berichten“

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: BBZ im Volkshaus Laubegast,
Laubegaster Ufer 22, Zirkelraum 2. OG
Anmeldung: Telefon: (03 51) 5 01 05 25
E-Mail: laubegast@volkssoli-dresden.de

10.30–11.30 Uhr

Spielevormittag mit „Name, Stadt, Land“

Kosten: ein Euro

Wer/Wo: Begegnung und Beratung für Seni-
oren und Angehörige Prohlis, Prohliser Allee 31
Anmeldung bis 3. Dezember:

Telefon: (03 51) 3 23 05 60

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

15–16 Uhr

Weihnachtsprogramm der Musik-Theater-AG des Horts der 75. Grundschule

Kosten: ein Euro

Wer/Wo: Begegnungs- und Beratungszen-
trum „Luise“, Warthaer Straße 25
Anmeldung: Telefon: (03 51) 4 24 17 34
E-Mail: luise@asb-dresden.de

Sonnabend, 6. Dezember

15–16.30 Uhr

Der kleine Prinz – Familientheater mit David Leubner

Kosten: 15 Euro

Wer/Wo: JohannStadt Quartier e. V., Hol-
beinstraße 68

Sonntag, 7. Dezember

10 Uhr

Wanderung zum Forstcamp (12 Kilometer), Schwierigkeitsgrad: leicht

Kosten: 3 Euro

Wer/Wo: NaturFreunde Dresden e.V., Treff-
punkt: Hauptbahnhof Dresden, Gleis 10
Info und Anmeldung bis 4. Dezember bei
Wanderleiter Torsten Loos,
Telefon: (01 52) 34 05 02 22
E-Mail: loost@gmx.de

Montag, 8. Dezember

8.30–9.30 Uhr

Hatha-Yoga mit Maria Schütt

Wer/Wo: Begegnungs- und Beratungszen-
trum „Luise“, Warthaer Straße 25
Anmeldung: Telefon: (03 51) 4 24 17 34
E-Mail: luise@asb-dresden.de

9–11 Uhr

Soziale Beratung für Senioren und Angehörige

Wer/Wo: BÜLOWH Beratungs- und Begeg-
nungszentrum Dresden-Klotzsche, Reine-
ckeweg 5, Gemeinderaum

10–12 Uhr

Gemeinsam den Weihnachtsmarkt entdecken

Kosten: 1,50 Euro

Wer/Wo: AWO Beratungsstelle für Senioren und
Angehörige Dresden-Prohlis, Herzberger Straße
2, Treffpunkt: DVB-Haltestelle Jacob-Winter-Platz
Anmeldung: Telefon: (03 51) 2 89 16 13
E-Mail: mail17@awo-in-sachsen.de

10–11.30 Uhr

Kaditzer Nachbarschaftsfrühstück

Kosten: 4 Euro

Wer/Wo: Seniorenzentrum IMPULS, Alt-
kaditz 25

10.30–11.30 Uhr + weitere Termine

Sportgruppe „Gemeinsam in Bewegung“

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: AWO Beratungsstelle
für Senioren und Anhörige,
Herzberger Straße 2–4, an der
Giebelseite des Gebäudes
Anmeldung: Telefon: (03 51) 2 89 16 13
E-Mail: mail17@awo-in-sachsen.de

12.30–15 Uhr

Stricken für einen guten Zweck

Wer/Wo: Begegnungsstätte Friedrichstadt,
Alfred-Althus-Straße 2 a

13–14.30 Uhr

Seniorenradio vor Ort

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: Seniorenbegegnungsstätte Mi-
chelangelo, Räcknitzhöhe 52
Telefon: (03 51) 2 13 97 09
E-Mail: michelangelo@volkssoli-dresden.de

14–15.45 Uhr

Miteinander singen

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: Begegnungsstätte Friedrichstadt,
Alfred-Althus-Straße 2 a

14–16 Uhr + weitere Termine

Spielenachmittag

Kosten: 1,50 Euro

Wer/Wo: Begegnungs- und Beratungszen-
trum Blasewitz, Marienberger Straße 65,
Zugang über Kipsdorfer Straße

15–17 Uhr + weitere Termine

Bowling am Nachmittag

Kosten: 3 Euro

Wer/Wo: NaturFreunde Dresden e. V.,
Mügelner Straße 36, Treffpunkt: Joes
Billard- und Bowlingcenter, Mügelner
Straße 36, (am S-Bahnhof Dresden-Dobritz)
Info und Anmeldung bei Jörg Schwarze
Telefon: (01 73) 3 68 65 86
E-Mail: berglfrei@aol.com

Dienstag, 9. Dezember

9.30–11.30 Uhr + weitere Termine
Malen wie Paul Klee – Farbexperimente mit Aquarell und Tusche
Kosten: 4 Euro
Wer/Wo: Seniorenenzentrum IMPULS, Bürgerstraße 6

10 Uhr
Wandergruppe 60plus
Kosten: ein Euro
Wer/Wo: Beratungs- und Begegnungszentrum für Senioren – Dresden-Neustadt, Georgenstraße 1-3
Bitte erfragen Sie den Treffpunkt bei uns.
Telefon: (03 51) 2 06 60 28
E-Mail: neustadt@buelowh.de

10.30–12.30 Uhr
Männerprojekt: Erhaltung des Treidlerpfades
Wer/Wo: Männernetzwerk Dresden e. V., Grundstraße 3 Dresden, großer Sitzungssaal bzw. Foyer im Ortsamt Loschwitz
Bitte vorher anrufen, da sich Treffpunkte und Zeiten ändern können.
Telefon: (01 57) 34 87 69 60
E-Mail: senioren@mnw-dresden.de

11 Uhr + weitere Termine
Wanderung zum Dienstag
Kosten: ein Euro
Wer/Wo: Begegnung und Beratung für Senioren und Angehörige Prohlis, Prohliser Allee 31, weitere Infos zur Wanderung erhalten Sie bei uns.
Anmeldung bis 4. Dezember:
Telefon: (03 51) 3 23 05 60
E-Mail: mail18@awo-in-sachsen.de

13–16 Uhr
Gemeinsames Adventsbacken
Kosten: 4 Euro
Wer/Wo: Begegnungs- und Beratungszentrum Blasewitz, Marienberger Straße 65, Zugang über die Kipsdorfer Straße
Anmeldung bis 3. Dezember:
Telefon: (03 51) 3 40 08 76
E-Mail: bbz@seniorenhilfe-dresden.de

14–15.30 Uhr
Kulturcafé mit Memories Dresden
Kosten: 3,50 Euro
Wer/Wo: BBZ im Volkshaus Laubegast, Laubegaster Ufer 22, Großer Saal, 1. OG
Anmeldung: Telefon: (03 51) 5 01 05 25
E-Mail: laubegast@volkssoli-dresden.de

14–17 Uhr
Seniorentreff Weihnachtswichteln
Kosten: 12 Euro
Wer/Wo: Sächsisches Umschulungs- und Fortbildungswerk Dresden e. V., Am Lehmburg 52, Kantine
Anmeldung bei Fahrdienst erforderlich.
Telefon: (03 51) 20 59 87 40
E-Mail: j.luther@sufw.de

14 Uhr
Teenachmittag in der Vorweihnachtszeit
Kosten: 3 Euro
Wer/Wo: NaturFreunde Dresden e. V., Blumenstraße 80
Info und Anmeldung bis 7. Dezember bei Anne Wolf
Telefon: (01 73) 3 87 34 53
E-Mail: wolann@aol.com

16–17.30 Uhr + weitere Termine
Gemeinsames Singen
Kosten: 5 Euro
Wer/Wo: Gemeinnützige Gesellschaft Striesen Pentacon e. V., Glashütter Straße 101 a, Zugang über Bärensteiner Straße

Mittwoch, 10. Dezember

9.15–10.15 Uhr
Sport mit Martina
Kosten: 2 Euro
Wer/Wo: Neues Volkshaus Cotta, Hebbelstraße 35 b
Bitte melden Sie sich vorher an.
Telefon: (01 76) 22 35 27 79
E-Mail: mitmachen@neuesvolkshaus.de

9.30 Uhr
Wanderung vom Schloss Siebeneichen zum Meißner Weihnachtsmarkt (ca. 7 Kilometer), Schwierigkeitsgrad: mittelschwer
Wer/Wo: Jahresringe Dresden Verband für Vorruhestand und aktives Alter e.V., Treffpunkt: Hauptbahnhof Dresden, S1 bis Meißen, weiter mit Bus 438

9.30 Uhr
Wanderung Rundweg durch die Dresdner Heide (ca. 12 Kilometer), Schwierigkeitsgrad: mittelschwer
Wer/Wo: Jahresringe Dresden Verband für Vorruhestand und aktives Alter e. V., Treffpunkt: Haltestelle Linie 11, Wilhelminenstraße

10 Uhr
Rundwanderung im Advent (ca. 8 Kilometer), Schwierigkeitsgrad: leicht
Kosten: 3 Euro
Wer/Wo: BBZ im Volkshaus Laubegast, Laubegaster Ufer 22
Treffanfrage und Anmeldung direkt bei Jörg Ludewig.
Telefon: (01 71) 2 23 92 55
E-Mail: joerg.ludewig@web.de

10–12 Uhr
Fotozirkel
Kosten: 2 Euro
Wer/Wo: Begegnungs- und Beratungszentrum „Am Nürnberger Ei“, Nürnberger Straße 45

13–16.30 Uhr + weitere Termine
Rommé-Runde
Kosten: 2 Euro
Wer/Wo: BBZ im Volkshaus Laubegast, Laubegaster Ufer 22, 1. OG Kleiner Saal

13.30–15.30 Uhr
Weihnachtsfeier
Kosten: 7 Euro
Wer/Wo: Seniorenbegegnungsstätte Michelangelo, Räcknitzhöhe 52
Telefon: (03 51) 2 13 97 09
E-Mail: michelangelo@volkssoli-dresden.de

JOHANNITER

Gemeinsam stark für die Menschen, die uns brauchen.

Komm ins Team!

www.johanniter.de/jobs-dresden

Ihr Immobilienberater für Dresden, Radebeul und Weinböhla.

ddimmo24

persönlich – kompetent – zuverlässig

Büro Dresden
Dresdner Straße 8
01156 Dresden
 0351 – 45 258 810
 info@ddimmo24.de

Büro Weinböhla
Kirchplatz 6
01689 Weinböhla
 035243 – 47 30 80
 www.ddimmo24.de



Immobilie kostenfrei bewerten lassen

14–16 Uhr + weitere Termine

Digitale Beratung durch den Technikbotschafter

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: BBZ im Volkshaus Laubegast, Laubegaster Ufer 22, 2. OG Zirkelraum
Anmeldung: Telefon: (03 51) 5 01 05 25
E-Mail: laubegast@volkssoli-dresden.de

14.15–15.30 Uhr + weitere Termine

Spielenachmittag

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: Begegnungs- und Beratungszentrum „Am Friedensstein“, Dresdner Straße 3
Anmeldung: Telefon: (03 51) 45 25 63 28
E-Mail: m.stoehr@asb-dresden.de

14.30–16.30 Uhr

IG Kegeln

Kosten: 3 Euro

Wer/Wo: Jahresringe Dresden Verband für Vorruststand und aktives Alter e. V., Treffpunkt: Vereinshaus „Aktives Leben“ JohannStadthalle, Dürerstraße 89

14.30–16 Uhr

Adventsfeier für Senioren

Wer/Wo: Begegnungs- und Beratungszentrum Blasewitz, Wittenberger Straße 96, Zugang über Wittenberger Straße oder Schandauer Straße

15–18 Uhr

TanzTee mit der Werkstatt

BigBand Dresden

Kosten: 13 Euro

Wer/Wo: JohannStadt Quartier e. V., Holbeinstraße 68

16–19 Uhr + weitere Termine

Treff der „Schachfreunde“

Kosten: ein Euro

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

16–18 Uhr + weitere Termine

Offenes Kunstatelier

Kosten: 4,50 Euro

Wer/Wo: Begegnungs- und Beratungszentrum „Luise“, Warthaer Straße 25

Anmeldung: Telefon: (03 51) 4 24 17 34

E-Mail: luise@asb-dresden.de

17–18.30 Uhr

VON und FÜR 55plus: Lesung mit Regine

Wer/Wo: KulturLeben Dresden UG, Österreicher Straße 61
Anmeldung: Telefon: (01 51) 50 33 45 18

E-Mail: ava@roterbaum.de

Donnerstag, 11. Dezember

9–16 Uhr

Spirituelle Wanderung (10–15 Kilometer), Schwierigkeitsgrad: mittel

Wer/Wo: Begegnungs- und Beratungszentrum Blasewitz, Wittenberger Straße 83
Anmeldung: Telefon: (03 51) 3 40 08 76

E-Mail: bbz@seniorenhilfe-dresden.de

9.30–10.30 Uhr

Rhythmische Gymnastik

Kosten: 4 Euro

Wer/Wo: BBZ im Volkshaus Laubegast, Laubegaster Ufer 22, Saal 1.OG

10–14 Uhr

Die Radfreunde treffen sich zur Wanderung

Wer/Wo: Begegnungs- und Beratungszentrum Blasewitz, Wittenberger Straße 83
Anmeldung bis einen Tag im Voraus:
Telefon: (03 51) 3 40 08 76
E-Mail: bbz@seniorenhilfe-dresden.de

14–16 Uhr

Weihnachtsfeier

Kosten: 8 Euro

Wer/Wo: Begegnungs- und Beratungszentrum „Luise“, Warthaer Straße 25
Anmeldung: Telefon: (03 51) 4 24 17 34
E-Mail: luise@asb-dresden.de

14–15.30 Uhr

Offener Treff – Kaffeeklatsch & Kuchentest

Kosten: 4 Euro

Wer/Wo: Gemeinnützige Gesellschaft Striesen Pentacon e. V., Glashütter Straße 101 a, Zugang über Bärensteiner Straße

14.30–15.30 Uhr

Gemeinsames Singen

Kosten: 3 Euro

Wer/Wo: BBZ im Volkshaus Laubegast, Laubegaster Ufer 22, Zirkelraum 2. OG

Freitag, 12. Dezember

9–10.30 Uhr

Adventsfrühstück

Kosten: 7 Euro

Wer/Wo: BBZ im Volkshaus Laubegast, Laubegaster Ufer 22, Kleiner Saal, 1.OG
Anmeldung bis 9. Dezember:

Telefon: (03 51) 5 01 05 25

E-Mail: laubegast@volkssoli-dresden.de

9.30–11 Uhr

Adventsfrühstück

Kosten: 6,50 Euro

Wer/Wo: Seniorenbegegnungsstätte Michelangelo, Räcknitzhöhe 52

08.12.25

Telefon: (03 51) 2 13 97 09

E-Mail: michelangelo@volkssoli-dresden.de

10–11 Uhr

Yoga für alle 60plus

Kosten: 3 Euro

Wer/Wo: BÜLOWH Beratungs- und Begegnungszentrum Dresden-Klotzsche, Karl-Liebknecht-Straße 56, Treffpunkt: Vor dem Besucherzentrum (Gebäude links)
Anmeldung: Telefon: (03 51) 8 80 42 87

E-Mail: klotzsche@buelowh.de

13–14 Uhr

Akkordeontreff

Kosten: 4 Euro

Wer/Wo: AWO 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 Uhr

Qi Gong

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: AWO 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

Kostenfreier Sing-Workshop für Menschen mit Krebskrankungen und deren Angehörige

Wer/Wo: Amt für Gesundheit und Prävention, Schloßstraße 2, Treffpunkt: 13.45 Uhr im Foyer des Kulturpalastes

Anmeldung: Telefon: (03 51) 4 88 53 51

E-Mail: gesundheitsamt-tumorberatung@dresden.de

Sonntag, 14. Dezember

14 Uhr

Stadtspaziergang „Dresdner Weihnachtsfenster“, 1,5 Stunden, Schwierigkeitsgrad: leicht

Kosten: 3 Euro

Wer/Wo: NaturFreunde Dresden e. V., Treffpunkt: 14 Uhr Haltestelle Zschertnitzer Straße (Bus 63, 66, 87); 15 Uhr bei Müllers - Babisnauer Straße 40
Info und Anmeldung bis 12. Dezember bei Jörg Schwarze
Telefon: (01 73) 3 68 65 86
E-Mail: bergfrei@aol.com

16 Uhr

Weihnachtskonzert mit dem Chor „Friedrich Wolf“

Kosten: 3 Euro

Wer/Wo: NaturFreunde Dresden e.V., Treffpunkt: 16 Uhr in der Annenkirche, Dresden
Informationen bei Matthias Herklotz
Telefon: (01 52 0) 4 71 67 34

18–19.30 Uhr

„Früher war mehr Lametta“ – eine Liebeserklärung an das Weihnachtsfest mit Ellen Schaller und Torsten Pahl

Kosten: 19 Euro

Wer/Wo: JohannStadt Quartier e. V., Holbeinstraße 68

Montag, 15. Dezember

10–11 Uhr

Entspannung und Innere Ruhe

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: Begegnungsstätte Friedrichstadt, Alfred-Althus-Straße 2 a

10–11.30 Uhr + weitere Termine

Montagskaffee

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: KulturLeben Dresden UG, Bodenbacher Straße 100 c, Das kleine Haus hinter Bodenbacher Straße 100
Anmeldung: Telefon: (01 51) 50 33 45 18
E-Mail: ava@roterbaum.de

10–11.30 Uhr + weitere Termine

Handarbeitszirkel „Fadenspiel“

Wer/Wo: Begegnungs- und Beratungszentrum „Am Friedensstein“, Dresdner Straße 3
Anmeldung: Telefon: (03 51) 45 25 63 28
E-Mail: m.stoehr@asb-dresden.de

**Offene Ohren für Senioren
Seniorentelefon: (03 51) 4 88 48 00**

10-11.30 Uhr

Vortrag: Erfüllt, zufrieden, gesund? – Die Generation 60plus

Kosten: 10 Euro

Wer/Wo: Kompetenzzentrum für den Übergang in den Ruhestand (KÜR), Lingnerplatz 1

Anmeldung: Telefon: (03 51) 2 89 16 12
E-Mail: kuer@awo-in-sachsen.de

11-12.30 Uhr

Heiteres Gedächtnistraining

Kosten: 3 Euro

Wer/Wo: BBZ im Volkshaus Laubegast, Laubegaster Ufer 22, Großer Saal

11.15-12.45 Uhr + weitere Termine

Yoga für Senioren

Kosten: 17 Euro

Wer/Wo: Anne Kamala Fischer, Striesener Straße 2

13.30-15.45 Uhr

Offene Kreativwerkstatt für Frauen

Kosten: ein Euro

Wer/Wo: Frauenzentrum „Guter Rat“ Dresden, Erna-Berger-Straße 17, Erdgeschoss

14.15 Uhr

Singegruppe

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: Jahresringe Dresden Verband für Vorruhestand und aktives Alter e. V., Treffpunkt: DRK-Begegnungsstätte, Striesener Straße 39

15.30-16.30 Uhr

Gymnastik für Seniorinnen und Senioren

Kosten: 5 Euro

Wer/Wo: Bürger- und Freizeittreff „Marie“, Treffpunkt: Breitenauer Straße 17
Anmeldung: Telefon: (03 51) 2 13 04 38
E-Mail: marie@volkssoli-dresden.de

16.30-20 Uhr

Kochworkshop gemeinsam in die Rente – Weihnachtsmenü

Wer/Wo: KulturLeben Dresden UG, Oschatzer Straße 10,

Dresdner Nachbarschaft 60plus

Anmeldung: Telefon: (03 51) 79 57 60 23
E-Mail: nachbarschaft60plus@roterbaum.de**Dienstag, 16. Dezember**

9.30-10.30 Uhr

Offener Treff – Gedächtnistraining

Kosten: ein Euro

Wer/Wo: Gemeinnützige Gesellschaft Striesen Pentacon e. V., Glashütter Straße 101 a, Zugang über Bärensteiner Straße

10-11.30 Uhr

Dienstagskaffee – Miteinander im Viertel

Wer/Wo: KulturLeben Dresden UG, Rathener Straße 115

Anmeldung: Telefon: (01 51) 50 33 45 18
E-Mail: ava@roterbaum.de

11-13 Uhr + weitere Termine

Soziale Beratung für Senioren und Angehörige

Wer/Wo: Begegnungs- und Beratungszentrum Blasewitz, Pohlandstraße 35 Hinterhaus

14-15.30 Uhr

„Warten auf Weihnachten“ besinnliche und heitere Geschichten

Kosten: 3 Euro

Wer/Wo: Begegnungsstätte Friedrichstadt, Alfred-Althus-Straße 2 a
Anmeldung: Telefon: (03 51) 21 35 99 92
E-Mail: friedrichstadt@volkssoli-dresden.de

14-15 Uhr

Bildervortrag Alpen

Kosten: 3 Euro

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

Anmeldung bis 12. Dezember:

Telefon: (03 51) 3 23 05 60

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

Mittwoch, 17. Dezember

9-11 Uhr

Nordic Walking 60plus im Großen Garten

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: Beratungs- und Begegnungszentrum Johann, Striesener Straße 39, Treffpunkt nach Absprache

Anmeldung: Telefon: (03 51) 4 46 76 23

E-Mail: johann@drk-dresden.de

10-11 Uhr

Männerfitness 60plus

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: Beratungs- und Begegnungszentrum Johann, Striesener Straße 39
Anmeldung: Telefon: (03 51) 4 46 76 23

E-Mail: johann@drk-dresden.de

10.39 Uhr

Wanderung Heidemühle, Saugarten, Mordgrundbrücke (ca. 5,5 Kilometer), Schwierigkeitsgrad: leicht

Wer/Wo: Jahresringe Dresden Verband für Vorruhestand und aktives Alter e. V., Treffpunkt: Dresden Waldschlößchen, Bus 520

10.45-12.30 Uhr

Strickzirkel

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: Begegnungs- und Beratungszentrum „Am Nürnberger Ei“, Nürnberger Straße 45

13.30-15 Uhr

Buchlesung – Über Topflappen freut sich ja Jeder

Kosten: 3,50 Euro

Wer/Wo: Seniorenbegegnungsstätte Michelangelo, Räcknitzhöhe 52
Telefon: (03 51) 2 13 97 09

E-Mail: michelangelo@volkssoli-dresden.de

14-15.30 Uhr

TrauercaféWer/Wo: Begegnungs- und Beratungszentrum Blasewitz, Wittenberger Straße 83
Anmeldung bis zum Vortag:

Telefon: (03 51) 3 40 08 76

E-Mail: bbz@seniorenhilfe-dresden.de

14-16 Uhr

„Bald nun ist Weihnachtszeit ...“

Kosten: 5 Euro

Wer/Wo: Begegnungs- und Beratungszentrum „Fidelio“, Papstdorfer Straße 25
Anmeldung bis 10. Dezember:

Telefon: (03 51) 2 50 21 60

E-Mail: fidelio@volkssoli-dresden.de

15-16.30 Uhr

Gemeinsam in die Rente - Keramikkurs – Kreativ mit Ton

Wer/Wo: KulturLeben Dresden UG, Treffpunkt: Alte Feuerwache Loschwitz,

e. Kunst- und Kulturverein, Fidelio-F.-Finke-Straße 4

Anmeldung: Telefon: (03 51) 79 57 60 23
E-Mail: nachbarschaft60plus@roterbaum.de**Donnerstag, 18. Dezember**

10-11 Uhr

Gedächtnistraining

Kosten: 3 Euro

Wer/Wo: Seniorencentrum IMPULS, Bürgerstraße 6

Hörgeräte Jens Steudler**DRESDEN**

Zwinglistr. 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

IHRE OHREN WERDEN STAUNEN!


Jetzt auch Online-Termin vereinbaren:www.Hoergeraete-Steudler.de

10–11 Uhr

Mußestunde – für Menschen mit Demenz/Alzheimer

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: AWO Beratungsstelle für Senioren und Angehörige Dresden Prohlis, Herzberger Straße 2, Beratungsraum
Anmeldung: Telefon: (03 51) 2 89 16 13
E-Mail: mail23@awo-in-sachsen.de

10.30–11.30 Uhr

Sitzgymnastik (auf und am Stuhl)

Kosten: 3 Euro

Wer/Wo: Begegnungs- und Beratungszentrum „Luise“, Warthaer Straße 25
Anmeldung: Telefon: (03 51) 4 24 17 34
E-Mail: luise@asb-dresden.de

13–15.30 Uhr

Treff der Skatspieler

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: Begegnungs- und Beratungszentrum „Am Friedensstein“, Dresdner Straße 3
Anmeldung: Telefon: (03 51) 45 25 63 28
E-Mail: m.stoehr@asb-dresden.de

14–15.45 Uhr + weitere Termine

Maschenrunde Häkeln Stricken Nähen

Kosten: ein Euro

Wer/Wo: Frauenzentrum „Guter Rat“ Dresden, Erna-Berger-Straße 17, Erdgeschoss
Anmeldung: Telefon: (03 51) 8 04 45 94
E-Mail: fbzguterrat@web.de

16.15–18.15 Uhr

Holzschnitzen

Kosten: 5 Euro

Wer/Wo: Begegnungs- und Beratungszentrum Blasewitz, Wittenberger Straße 83

Freitag, 19. Dezember

9.30–11 Uhr

Weihnachtsfrühstück

Kosten: 5 Euro

Wer/Wo: Begegnungs- und Beratungszentrum „Luise“, Warthaer Straße 25
Anmeldung: Telefon: (03 51) 4 24 17 34
E-Mail: luise@asb-dresden.de

11.30–12.30 Uhr

Gitarrenkurs für Anfänger

Kosten: 4 Euro

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

14 Uhr

Freitag im Museum

Kosten: 3 Euro

Wer/Wo: NaturFreunde Dresden e. V., Treffpunkt: Kügelgenhaus, Hauptstraße 13
Info und Anmeldung bei Anne Wolf
Telefon: (01 73) 3 87 34 53
E-Mail: wolann@aol.com

14–15.30 Uhr

TrauercaféWer/Wo: Begegnungs- und Beratungszentrum „Luise“, Warthaer Straße 25
Anmeldung: Telefon: (03 51) 4 24 17 34
E-Mail: luise@asb-dresden.de

14–15.30 Uhr

Heitere & besinnliche Adventsstunde mit Lyrik & Musik

Kosten: 4 Euro

Wer/Wo: Begegnungs- und Beratungszentrum Blasewitz, Wittenberger Straße 83
Wenn Sie unseren Fahrdienst nutzen möchten, bitten wir um Anmeldung bis zum Vortag um 12 Uhr.
Telefon: (03 51) 3 40 08 76
E-Mail: bbz@seniorenhilfe-dresden.de**Montag, 22. Dezember**

10–11 Uhr

Gemeinsames Weihnachtsliedersingen

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: Begegnungs- und Beratungszentrum „Luise“, Warthaer Straße 25
Anmeldung: Telefon: (03 51) 4 24 17 34
E-Mail: luise@asb-dresden.de

13–16 Uhr

Skat

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: Begegnungs- und Beratungszentrum „Am Nürnberger Ei“, Nürnberger Straße 45

14–15 Uhr

Sitztanz mit dem Tanzlehrer**Nico Scheiblich von WohlanBriesnitz**

Kosten: 3 Euro

Wer/Wo: Begegnungs- und Beratungszentrum „Luise“, Warthaer Straße 25
Anmeldung: Telefon: (03 51) 4 24 17 34
E-Mail: luise@asb-dresden.de

14–15 Uhr

Weihnachtliches Lauschen und Plauschen

Kosten: 3,50 Euro

Wer/Wo: Begegnung und Beratung für Senioren und Angehörige Prohlis, Prohliser Allee 31
Anmeldung bis 17. Dezember:Telefon: (03 51) 3 23 05 60
E-Mail: mail18@awo-in-sachsen.de

14–16 Uhr

Akkordeongruppe für Fortgeschrittene

Kosten: ein Euro

Wer/Wo: Gemeinnützige Gesellschaft Striesen Pentacon e. V., Glashütter Straße 101a, Zugang über Bärensteiner Straße

17–19 Uhr

Selbsthilfegruppe Depression im AlterWer/Wo: AWO Begegnungs- und Beratungszentrum Cotta, Hainsberger Straße 2
Anmeldung: Telefon: (03 51) 4 13 54 71
E-Mail: bs-loebtau@awo-in-sachsen.de**Mittwoch, 24. Dezember**

11–15 Uhr

„Weihnachten nicht allein“

Kosten: 5 Euro

Wer/Wo: BBZ im Volkshaus Laubegast, Laubegaster Ufer 22, 1. OG im Saal
Anmeldung bis 12. Dezember:
Telefon: (03 51) 5 01 05 25
E-Mail: laubegast@volkssoli-dresden.de**Montag, 29. Dezember**

14–15 Uhr

Einladung zum gemeinsamen Erzählcafé zwischen den Festtagen

Kosten: 3,50 Euro

Wer/Wo: Begegnung und Beratung für Senioren und Angehörige Prohlis, Prohliser Allee 31
Anmeldung bis 19. Dezember:
Telefon: (03 51) 3 23 05 60
E-Mail: mail18@awo-in-sachsen.de**Mittwoch, 31. Dezember**

10 Uhr

Familienwanderung „Jahresausklang auf dem Lugberg“ (9 Kilometer), Schwierigkeitsgrad: leicht

Kosten: 3 Euro

Wer/Wo: NaturFreunde Dresden e. V., Treffpunkt: 10 Uhr – S-Bahnhof Dresden-Niedersedlitz (S-Bahn 1 und 2, Straßenbahn 6, Bus 65, 88). Info und Anmeldung bis 30. Dezember bei Wanderleiter Jörg Schwarze
Telefon: (01 73) 3 68 65 86
E-Mail: bergfrei@aol.com

10.15 Uhr

Wanderung (ca. 6,5 Kilometer), Schwierigkeitsgrad: mittelschwer

Wer/Wo: Jahresringe Dresden Verband für Vorruhestand und aktives Alter e. V., Treffpunkt: Dresden-Kaditz, Am Vorwerksfeld, Bus 64

**Redaktionsschluss nächste PlusZeit:
10. Dezember 2025****Impressum****Dresdner PlusZeit**Veranstaltungskalender für das reife Semester
www.dresden.de/pluszeit**Herausgeber**Landeshauptstadt Dresden
Amt für Presse-, Öffentlichkeitsarbeit und Protokoll
Waisenhausstraße 14, Postfach 12 00 20
01001 Dresden
Telefon (03 51) 4 88 23 90
E-Mail: presse@dresden.de
www.dresden.de/social-media**Redaktion/Satz**Daniel Heine, Amtsleiter (verantwortlich),
Sylvia Siebert, Katharina Lübcke, Jürgen Eckoldt
Der Seniorenkalender erscheint jeweils
in der letzten Ausgabe eines Monats
im Amtsblatt.**Verlag, Anzeigen, Verlagsbeilagen und -sonderveröffentlichungen**Sachsen Medien GmbH
Ostra-Allee 20, 01067 Dresden
Telefon (03 51) 48 64 28 54
E-Mail DresdnerAmtsblatt@ddv-mediengruppe.de
www.sachsen-medien.de**Druck**

DDV Druck GmbH, Dresden