



## 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 Kontaktbörse 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](mailto: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 Promenadenweg Striesener Straße, Höhe Pöppelmannstraße 10, statt. Es erklingt der Posaunenchor der Kirchgemeinde 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 Anuschka Heydenreich und Teo Vadersen vom Beratungs- und Begegnungszentrum BÜLOWH Schönfeld-Weißig gesungen. Die Veranstaltung findet am Donnerstag, 11. Dezember, 14 bis 16 Uhr, im Gemeinderaum der Kirchgemeinde Weißig, Hauptstraße 18, statt. Unter dem Motto „Backen, Lichteln, Karten spielen,



Weihnachtsmarktbesuch“ können sich Interessierte im Rahmen des Weihnachtskontakcafés 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](https://stock.adobe.com/Patrick)

[michelangelo@volkssoli-dresden.de](mailto: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](http://www.dresden.de/pluszeit)

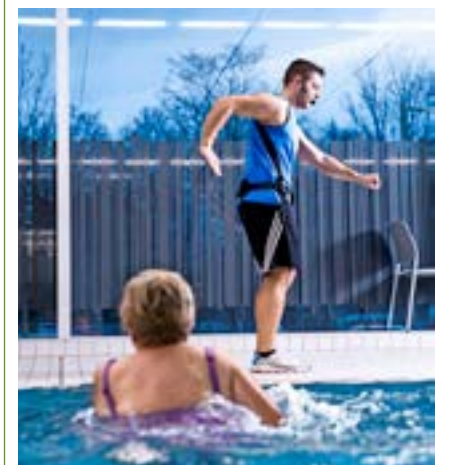
## Aquafitness-Kurse für Seniorinnen und Senioren

Die 45-minütigen Aquafitness-Kurse am Nachmittag im Schwimmsportkomplex, Freiburger 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 Lehrschwimmbecken 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.  
[dresdner-baeder.de/de/  
einzeln-aquafitness-ssk-freiburger-platz](http://dresdner-baeder.de/de/einzeln-aquafitness-ssk-freiburger-platz)



**Aquafitness** in der Schwimmhalle am Freiburger 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 Schönfeld-Weißig, Schönfelder 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@roter-baum.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 Kilomter), 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 Kilomter), Schwierigkeitsgrad: leicht

Kosten: 3 Euro

Wer/Wo: Seniorenzentrum IMPULS, Treffpunkt: 14 Uhr Endhaltestelle „Bühlau – Ullersdorfer 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@roter-baum.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@roter-baum.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

**Senioren-gymnastik**

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@roter-baum.de

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@roter-baum.de

9.49 Uhr

**Wanderung von Radeburg nach**

**Hermisdorf (ca. 12 Kilometer),**

**Schwierigkeitsgrad: mittelschwer**

Wer/Wo: Jahresringe Dresden Verband für Vorruhestand 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

**Spieelnachmittag 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

**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](http://www.dresden.de/wegweiser)



## Essen auf Rädern

sicher . sozial . seniorengerecht



**Seniorenportion**  
schon ab 5,85 €

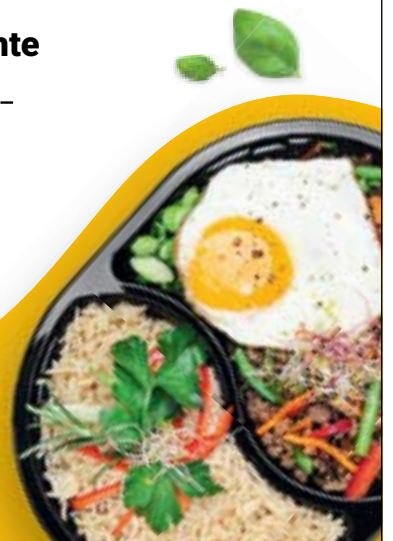
### Wir bringen leckere und warme Mittagsgerichte

- ✓ **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](mailto:bestellung@gourmetta.de) | 📍 [www.gourmetta.de](http://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 Beratungszentrum  
„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, Bürgerstraße 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 Beratungszentrum  
„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 Beratungszentrum  
„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 Begegnungszentrum  
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 Senioren  
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 Beratungszentrum  
„Luise“, Warthaer Straße 25

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

E-Mail: luise@asb-dresden.de

**Sonabend, 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 Beratungszentrum  
„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 Begegnungszentrum  
Dresden-Klotzsche, Reineckeweg 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 Angehörige,  
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 Beratungszentrum  
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: bergfrei@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: Seniorenzentrum IMPULS,  
Bürgerstraße 6

10 Uhr

### Wandergruppe 60plus

Kosten: ein Euro

Wer/Wo: Beratungs- und Begegnungs-  
zentrum 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 Sitzungs-  
saal 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  
Lehmberg 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 Beratungs-  
zentrum „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 Mi-  
chelangelo, 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](http://www.johanniter.de/jobs-dresden)



Ihr Immobilienberater für  
Dresden, Radebeul und Weinböhla.

**ddimmo24**

persönlich – kompetent – zuverlässig

**Immobilie  
kostenfrei  
bewerten  
lassen**

<b>Büro Dresden</b> Dresdner Straße 8 01156 Dresden ☎ 0351 – 45 258 810 ✉ <a href="mailto:info@ddimmo24.de">info@ddimmo24.de</a>	<b>Büro Weinböhla</b> Kirchplatz 6 01689 Weinböhla ☎ 035243 – 47 30 80 🏠 <a href="http://www.ddimmo24.de">www.ddimmo24.de</a>
--	---



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

**Spielesachmittag**

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 Vorruhestand 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@roter-baum.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 Krebserkrankungen 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@roter-baum.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@roter-baum.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@roter-baum.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

**Trauercafé**

Wer/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@roter-baum.de

**Donnerstag, 18. Dezember**

10–11 Uhr

**Gedächtnistraining**

Kosten: 3 Euro

Wer/Wo: Seniorenzentrum IMPULS, Bürgerstraße 6

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
- Herstellung Ihrer individuellen Ohrpassstücke schnell und preisgünstig im eigenen Haus



IHRE OHREN WERDEN  
**STAUNEN!**

Jetzt auch Online-Termin vereinbaren:

[www.Hoergeraete-Steudler.de](http://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: Kugelgenhaus, Hauptstraße 13  
Info und Anmeldung bei Anne Wolf  
Telefon: (01 73) 3 87 34 53  
E-Mail: wolann@aol.com

14–15.30 Uhr

**Trauercafé**

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

**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

**Sittanz 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 Alter**

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

**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-Nieversedlitz (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: DresdenAmtsblatt@ddv-mediengruppe.de  
www.sachsen-medien.de

**Druck**

DDV Druck GmbH, Dresden