



Gemeinsam, nicht einsam – Motto des Vereins Jahresringe

Nordic Walking, Kegeln und wöchentliche Wanderungen helfen beim nachfesttäglichen Fitwerden

Den gemeinnützigen Selbsthilfverein Jahresringe Dresden e. V. gibt es 34 Jahre. Er wird von der Landeshauptstadt Dresden gefördert. Seit der Gründung im Dezember 1991 agiert er unter dem Motto: „Gemeinsam, nicht einsam“. Sowohl Paare als auch Alleinstehende sind von Beginn an willkommen und fühlen sich wohl.

Das Jahr 2026 startet im Verein Jahresringe Dresden e. V. mit sportlichen Aktivitäten und geistigen Anregungen: Die Interessengruppe Wissenschaft und Kultur beginnt im Januar mit einem Vortrag über die Astronomie unserer Vorfahren, im Literaturzirkel werden Leseempfehlungen gegeben und am kulturellen Freitag gibt es eine Führung durch das Archiv der Stasiunterlagenbehörde auf der Riesaer Straße 7. Nordic Walking, Kegeln und die wöchentlichen Wanderungen helfen zudem beim nachfesttäglichen Fitwerden.

Die Veranstaltungen organisieren und betreuen ausschließlich ehrenamtliche Vereinsmitglieder. Alle Angebote werden den Interessen der Mitglieder angepasst und sie entsprechen ganz dem Motto. So entwickelten sich viele engere Bekanntschaften, die zu gemeinsamen Veranstaltungen, Urlaubsreisen und gegenseitiger Unterstützung in guten wie in schweren Zeiten geführt haben.

Die Interessengruppen treffen sich in der Regel einmal monatlich. Zur Geschäftszeit wird der Monatsplan für den Folgemonat ausgehändigt, das nächste Mal am Freitag, 9. Januar, 10 bis 12 Uhr, in der Kontakt- und Informationsstelle für Selbsthilfgruppen (KISS), Industriestraße 21. Alle Veranstaltungen sind detailliert im Monatsplan auf der Homepage des Vereins www.jahresringe-dresden.de veröffentlicht. Das Archiv enthält außerdem Beiträge zum Vereinsleben. Gegenwärtig werden angeboten:

■ Nordic Walking: diverse Runden im Großen Garten (5. Januar, 10 Uhr, Torwirtschaft, Lennéstraße 11)



■ Singegruppe: 14-tägig montags gemeinsames Singen ohne Anspruch auf künstlerische Höchstleistungen (5. Januar, 14.15 Uhr, DRK Begegnungsstätte, Striesener Straße 39)

■ Englisch: jeden Dienstag Pflegen und Erweitern von Sprachkenntnissen in Gesprächen und Lesungen (6. Januar, 10 Uhr, Bundschuhstraße 13)

■ Kegeln: Spaß an den gemeinsamen Stunden ohne Meisterschaftsanspruch (7. Januar, 14.30 Uhr, Dürerstraße 89)

■ Wandern: jeden Mittwoch zwei moderate Wanderungen in Sachsen, zwischen acht und 15 Kilometern, Rucksackverpflegung (7. Januar, weiteres im Monatsplan)

■ Wochenendtreff: gemeinsamer Sonntagspaziergang mit gemütlicher Einkehr ins Café (11. Januar, 14 Uhr, Treff: Tchibo-Filiale, Ringstraße 11 am Pirnaischen Platz)

■ Literaturzirkel: Vorstellen und Besprechen selbst ausgewählter Bücher (12. Januar, 14 Uhr, Dürerstraße 89)

■ Spielenachmittag: Gesellschaftsspiele, spielerisches Gedächtnistraining, Umsetzen neuartiger Ideen (15. Januar, 14 Uhr, Holbeinstraße 68)

■ Wissenschaft und Kultur: Vorträge und Meinungsaustausch über aktuelle, philosophische, naturwissenschaftliche, historische und ökonomische Themen (19. Januar, 10 Uhr, Holbeinstraße 68)

Wanderung durch Freital-Kleinaundorf. Foto: Gabriele Milligan

■ Kultur: Sonderausstellungen, Themenstadtführungen in Dresden und Umgebung (30. Januar, 13.45 Uhr, Bhf. Trachau Rossmann)

■ Seminarwoche in Kooperation mit der Dortmunder ParkAkademie (Anfang Juli)

Für die unermüdlichen Wanderbegeisterten organisiert der Verein einmal im Jahr eine Wanderwoche, die in landschaftlich schöne Gegenden führt und auch kulturelle Ausflüge beinhaltet. Die Tages-/Busfahrten, die auch für weniger mobile Interessenten geeignet sind, finden jeweils zum Jahresabschluss in der Adventzeit und im Frühjahr statt.

Der Verein Jahresringe Dresden freut sich darauf, neue Mitglieder zu begrüßen. Interessierte haben die Möglichkeit, zweimal zu „schnuppern“, bevor sie sich entscheiden können, Mitglied zu werden. Die Jahresgebühr beträgt 29 Euro.

Geschäftsstelle Jahresringe Dresden e. V.

(das nächste Mal geöffnet am 9. Januar 10 bis 12 Uhr)

Jahresringe Dresden e. V.

■ über Kontakt- und Informationsstelle für Selbsthilfgruppen (KISS)

Industriestraße 21, 01129 Dresden
info@jahresringe-dresden.de
www.jahresringe-dresden.de

Polizeiiorchester spielt für Senioren

Unter dem Motto „Mit Ihrer Polizei sicher durch Sachsen“ gibt das Polizeiorchester Sachsen vom 2. bis zum 6. Februar 2026 im Plenarsaal des Neuen Rathauses, Rathausplatz 1, jeden Tag von 14 bis 15.30 Uhr, ein Seniorenkonzert. Einlass ist ab 13.30 Uhr am Eingang Goldene Pforte. Alle Seniorinnen und Senioren und ihre Angehörigen sind herzlich dazu eingeladen. Der Eintritt ist frei. Anmelden können sie sich für die einzelnen Konzerte bis zum 18. Januar (Frist verlängert) online oder beim Seniorentelefon unter (03 51) 4 88 48 00 (Montag, Mittwoch, Donnerstag 9 bis 16 Uhr, Dienstag 9 bis 18 Uhr, Freitag 9 bis 12 Uhr).

Neben bekannten Klängen aus den Genres Swing und Jazz sowie Melodien der Klassik, Operette und Originalkompositionen symphonischer Blasmusik präsentiert das Orchester ebenso selten gespielte Stücke. Im Rahmen der Konzerte geben erfahrene Gesprächspartner der sächsischen Polizei dem Publikum Tipps und Hinweise zum Schutz vor Taschendiebstahl und Betrug – ein wichtiges Anliegen in Zeiten von vollen Einkaufsstrassen, dichtem Gedränge und gut besuchten Veranstaltungen. Es geht hierbei vor allem um die Vermeidung und Vorbeugung von Straftaten, um nicht Opfer zu werden.

Die Landeshauptstadt Dresden unterstützt die Dresdner Seniorenkonzerte des Polizeiorchesters Sachsen, indem sie dem Klangkörper den Saal kostenfrei zur Verfügung stellt. In diesem Jahr übernimmt die Stadt außerdem die Buchungen für zehn Musik- und Präventionsveranstaltungen. Das Polizeiorchester Sachsen mit 36 Berufsmusikern steht unter der Leitung des Dirigenten Torsten Petzold. Das Orchester versteht sich als musikalischer Botschafter der Polizei und des Freistaats Sachsen. Es führt pro Jahr 180 Veranstaltungen und Konzerte durch.

www.dresden.de/seniorenkonzerte

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, 5. Januar

8.30–9.30 Uhr + weitere Termine

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

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 Uhr

Pillnitzer Wanderung, Schwierigkeitsgrad: leicht

Kosten: 3 Euro

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

Anmeldung: E-Mail: olaf.rilke@t-online.de

Telefon (01 76) 45 83 83 54

Telefon: (03 51) 5 01 05 25

E-Mail: laubegast@volkssoli-dresden.de

10–14 Uhr

Von und für 60-plus: Rundweg durch die Dresdner Heide mit Elke (11 Kilometer), Schwierigkeitsgrad: einfach

Wer/Wo: KulturLeben Dresden UG, Treffpunkt: Bahnhof Klotzsche

Anmeldung: Telefon (03 51) 79 57 60 23

E-Mail: nachbarschaft60plus@

roter-baum.de

10–12 Uhr + weitere Termine

Groschenhefte-Basar

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

11.30–12.30 Uhr + weitere Termine

Englischkurs – Let's learn together**– Anfängerkurs**

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

Singegruppe

Kosten: 2 Euro

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

Begegnungsstätte, Striesener Straße

14.30–15.45 Uhr + weitere Termine

Lesecafé

Kosten: 2 Euro

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

Dienstag, 6. Januar

9.30–11 Uhr

Neujahrsfrühstück

Kosten: 6 Euro

Wer/Wo: Begegnungs- und Beratungszentrum „Luise“, Braunsdorfer Straße 13

Anmeldung: Telefon (03 51) 4 24 17 34

E-Mail: luise@asb-dresden.de

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

9.30–10.30 Uhr + weitere Termine

Gymnastik

Kosten: 3 Euro

Wer/Wo: Begegnungs- und Beratungszentrum Trachenberge, Trachenberger Straße 6

10.45–11.45 Uhr + weitere Termine

Gymnastik

Kosten: 3 Euro

Wer/Wo: Begegnungs- und Beratungszentrum Trachenberge, Trachenberger Straße 6

13–16 Uhr + weitere Termine

Offener Spieletreff

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 + weitere Termine

Sitzgymnastik

Kosten: 3 Euro

Wer/Wo: Begegnungs- und Beratungszentrum Trachenberge, Trachenberger Straße 6

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: Telefon (03 51) 3 40 08 76

E-Mail: bbz@seniorenhilfe-dresden.de

15.30–16.30 Uhr + weitere Termine

Gemeinsam Lachen

Kosten: 3 Euro

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

Mittwoch, 7. Januar

9–10 Uhr + weitere Termine

Mediencafé Anfänger

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

9.30–11 Uhr + weitere Termine

Backstube – Gebacken wird heute**Gedeckter Apfelkuchen**

Kosten: 4,50 Euro

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

Anmeldung: Telefon (03 51) 21 35 99 92

E-Mail: friedrichstadt@

volkssoli-dresden.de

9.30–10.30 Uhr

Neujahrsfrühstück

Kosten: 5 Euro

Wer/Wo: Begegnungs- und Beratungszentrum Trachenberge, Trachenberger Straße 6

Anmeldung: Telefon (03 51) 5 01 04 25

E-Mail: trachenberge@

volkssoli-dresden.de

10 Uhr

Wanderung (ca. 8 Kilometer), Schwierigkeitsgrad: leicht

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

punkt: Haupteingang Einkaufszentrum

Prohlis

10.30–11.30 Uhr + weitere Termine

Mediencafé Gruppe 1

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

13.30–14.15 Uhr + weitere Termine

Seniorenstz gymnastik

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

13.30–15 Uhr

Plaudertreff

Kosten: 3,50 Euro

Wer/Wo: Seniorenbegegnungsstätte „Michelangelo“, Räcknitzhöhe 52

Anmeldung: Telefon (03 51) 2 13 97 09

E-Mail: michelangelo@

volkssoli-dresden.de

14–15.30 Uhr

Spielenachmittag

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: Begegnungs- und Beratungszentrum „Luise“, Braunsdorfer Straße 13

Anmeldung: Telefon (03 51) 4 24 17 34

E-Mail: luise@asb-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

14.30–15.45 Uhr + weitere Termine

Wintercafé mit hausgebackenem Kuchen

Kosten: 3,20 Euro

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

Anmeldung: Telefon (03 51) 21 35 99 92

E-Mail: friedrichstadt@

volkssoli-dresden.de

14.30–16.30 Uhr

IG Kegeln

Kosten: 3 Euro

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

Vereinshaus „Aktives Leben“, JohannStadthalle

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

Donnerstag, 8. Januar

9–11 Uhr + weitere Termine
Kostenfreie soziale Beratung für Senioren und Angehörige
Wer/Wo: BBZ im Volkshaus Laubegast, Reisstraße 7

9–10 Uhr + weitere Termine
Sitz-Yoga
Kosten: 3 Euro
Wer/Wo: Begegnungs- und Beratungszentrum „Luise“, Warthaer Straße 25
Bitte bringen Sie bequeme Kleidung mit.
Anmeldung: Telefon (03 51) 4 24 17 34
E-Mail: luise@asb-dresden.de

9.30–11 Uhr + weitere Termine
Hatha-Yoga sanft (Senioren)
Kosten: 17 Euro
Wer/Wo: Anne Kamala Fischer, Großenhainer Straße 29 im Hinterhof

10–12 Uhr + weitere Termine
Probe unseres Kabaretts: „Die zornigen Alten“
Wer/Wo: Begegnungsstätte Friedrichstadt, Alfred-Althus-Straße 2 a

10–14 Uhr
Die Radfreunde treffen sich zur Wanderung in der Winterzeit
Wer/Wo: Begegnungs- und Beratungszentrum Blasewitz, Wittenberger Straße 83
Anmeldung: Telefon (03 51) 3 40 08 76
E-Mail: bbz@seniorenhilfe-dresden.de

10–12 Uhr + weitere Termine
Stichelhexen
Kosten: 2 Euro
Wer/Wo: Begegnungs- und Beratungszentrum Trachenberge, Trachenberger Straße 6

10.30–11.30 Uhr + weitere Termine
Sitz-Yoga
Kosten: 3 Euro
Wer/Wo: Begegnungs- und Beratungszentrum „Luise“, Warthaer Straße 25
Bitte bringen Sie bequeme Kleidung mit.
Anmeldung: Telefon (03 51) 4 24 17 34
E-Mail: luise@asb-dresden.de

13–16 Uhr
Mediensprechstunde
Kosten: 4 Euro
Wer/Wo: Seniorenzentrum „Impuls“, Bürgerstr. 6
Anmeldung: Telefon (03 51) 84 72 26 78
E-Mail: impuls@drk-dresden.de

13–15.30 Uhr + weitere Termine
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

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

13–16 Uhr
Schönes erleben unterwegs (ca. 4 Kilometer), Schwierigkeitsgrad: leicht
Kosten: 3,50 Euro
Wer/Wo: Seniorenbegegnungsstätte „Michelangelo“, Räcknitzhöhe 52
Anmeldung: Telefon (03 51) 2 13 97 09
E-Mail: michelangelo@volkssoli-dresden.de

14–16 Uhr + weitere Termine
Wiesencafé + 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

14–16 Uhr
Willkommen 2026! Neujahrstanz
Kosten: 3 Euro
Wer/Wo: Begegnungszentrum „Treff am Waldschlößchen“, Radeberger Straße 58
Anmeldung: Telefon (03 51) 31 62 79 26
E-Mail: waldschloessen@volkssoli-dresden.de

14–16 Uhr + weitere Termine
Kaffee trifft Kultur
Kosten: 2 Euro
Wer/Wo: Beratungs- und Begegnungszentrum „Bülowh“ für Seniorinnen und Senioren Schönfeld-Weißig, Hauptstraße 18
Anmeldung: Telefon (03 51) 16 09 74 33
E-Mail: weissig@buelowh.de

15 Uhr + weitere Termine
Seniorenachmittag Plaudern & Spielen
Kosten: 3 Euro
Wer/Wo: NaturFreunde Dresden e. V., Schwepnitzstraße 1
Anmeldung bei Karl-Heinz Mattner
Telefon (03 51) 4 42 25 60
E-Mail: dresden@naturfreunde.de

15–16 Uhr + weitere Termine
Treff der Angehörigengruppe Demenz
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

16.30–17.30 Uhr
Englisch für Fortgeschrittene
Kosten: 2 Euro
Wer/Wo: Begegnungszentrum „Treff am Waldschlößchen“, Radeberger Straße 58
Anmeldung: Telefon (03 51) 31 62 79 26
E-Mail: waldschloessen@volkssoli-dresden.de

gourmetta
FOOD COMPANY

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 | 🌐 www.gourmetta.de



16.30–17.30 Uhr + weitere Termine
Gymnastik auf der Matte
 Kosten: 3 Euro
 Wer/Wo: Begegnungs- und Beratungszentrum „Luise“, Warthaer Straße 25
 Bitte bringen Sie sich bequeme Sachen mit!
 Anmeldung: Telefon (03 51) 4 24 17 34
 E-Mail: luise@asb-dresden.de

Freitag, 9. Januar

9.30–10.30 Uhr
Neujahrs-Krippenspiel des Kindergartens „Himmelblau“
 Wer/Wo: Begegnungs- und Beratungszentrum Trachenberge, Trachenberger Straße 6

9.30–10.30 Uhr + weitere Termine
Englishtreff
 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 Uhr
Freitag im Museum
 Kosten: 3 Euro
 Wer/Wo: NaturFreunde Dresden e. V., Buchmuseum der SLUB, Zellescher Weg 18
 Anmeldung bei Anne Wolf
 Telefon (01 73) 3 87 34 53
 E-Mail: wolann@aol.com

Sonntag, 10. Januar

10.30 Uhr
Skilanglauf tour rund um Altenberg (15 Kilometer), Schwierigkeitsgrad: anstrengend
 Kosten: 3 Euro
 Wer/Wo: NaturFreunde Dresden e. V., Treffpunkt: Bahnhof Altenberg
 Anmeldung bei Almut Thomas
 Telefon (01 74) 4 60 27 08
 E-Mail: naturfreunde.dresden@gmail.com

11–14 Uhr
Samstagsmaschen – Stricken und Häkeln in gemütlicher Runde
 Kosten: 5 Euro
 Wer/Wo: Begegnungszentrum „Treff am Waldschlößchen“, Radeberger Straße 58
 Anmeldung: Telefon (03 51) 31 62 79 26
 E-Mail: waldschloessen@volkssoli-dresden.de

Sonntag, 11. Januar

14–16 Uhr
Sonntagscafé
 Kosten: 3 Euro
 Wer/Wo: Beratungs- und Begegnungszentrum „Johann“, Striesener Straße 39
 Anmeldung: Telefon (03 51) 4 46 76 23
 E-Mail: johann@drk-dresden.de

Montag, 12. Januar

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

11.15–12.45 Uhr
Yoga für Senioren
 Kosten: 17 Euro
 Wer/Wo: Anne Kamala Fischer, Striesener Straße 2

13.30–15.30 Uhr
Gedächtnistraining/-spiele
 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

14–15 Uhr
Lesecafé
 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

14–15.30 Uhr + weitere Termine
Mobile soziale Beratung für Senioren und Angehörige
 Wer/Wo: „Bülowh“ Beratungs- und Begegnungszentrum für Seniorinnen und Senioren Dresden Neustadt, Radeberger Straße 58

14–15.45 Uhr
Miteinander Singen
 Kosten: 2 Euro
 Wer/Wo: Begegnungsstätte Friedrichstadt, Alfred-Althus-Straße 2 a

14 Uhr
Literaturzirkel
 Kosten: ein Euro
 Wer/Wo: Jahresringe Dresden Verband für Vorruhestand und aktives Alter e. V., Vereinshaus „Aktives Leben“, Dürerstraße 89

Dienstag, 13. Januar

9–12 Uhr
Grundschulung Demenz
 Wer/Wo: Kompetenzzentrum Demenz, Merianplatz 4
 Anmeldung: Telefon (03 51) 4 16 60 47
 E-Mail: demenz@dpbv-online.de

10–11 Uhr + weitere Termine
Smartphone-Sprechstunde
 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

13.30–15.30 Uhr + weitere Termine
Mal- und Zeichenzirkel
 Kosten: 3 Euro
 Wer/Wo: Begegnungs- und Beratungszentrum „Am Friedensstein“
 Anmeldung: Telefon (03 51) 45 25 63 28
 E-Mail: m.stoehr@asb-dresden.de

13.30–15 Uhr + weitere Termine
Angehörigengruppe
 Kosten: 2,50 Euro
 Wer/Wo: AWO Beratungsstelle für Senioren und Angehörige Dresden-Prohlis, Herzberger Straße 2
 Anmeldung: Telefon (03 51) 2 89 16 13
 E-Mail: mail23@awo-in-sachsen.de

14–15.30 Uhr
Wie die Operette nach Dresden kam
 Kosten: 2,50 Euro
 Wer/Wo: Beratungs- und Begegnungszentrum „Johann“, Striesener Straße 39
 Anmeldung: Telefon (03 51) 4 46 76 23
 E-Mail: johann@drk-dresden.de

14–15.45 Uhr + weitere Termine
Selbsthilfegruppe Arthrose
 Wer/Wo: Begegnungsstätte Friedrichstadt, Alfred-Althus-Straße 2 a

Mittwoch, 14. Januar

9.52 Uhr
Wanderung (ca. 10 Kilometer), Schwierigkeitsgrad: mittelschwer
 Wer/Wo: Jahresringe Dresden Verband für Vorruhestand und aktives Alter e. V., Treffpunkt: Hauptbahnhof Dresden, RE 3

Ihr Immobilienberater für
 Dresden, Radebeul und Weinböhla.

ddimmo24

persönlich – kompetent – zuverlässig

Immobilie
kostenfrei
bewerten
lassen

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



10–11.30 Uhr

Kreative Nadel

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

10–11 Uhr + weitere Termine

Sitzgymnastik für Senioren

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

10–12 Uhr + weitere Termine

Seniorenberatung im BBZ Johann

Wer/Wo: Beratungs- und Begegnungszentrum „Johann“, Striesener Straße 39

10.59 Uhr

Wanderung (ca. 7 Kilometer), Schwierigkeitsgrad: leicht

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

13.45–15.30 Uhr

Stadtrundgang:**Besuch der Jüdischen Kulturgemeinde**

Kosten: 5 Euro

Wer/Wo: Begegnungs- und Beratungszentrum Blasewitz, Eisenbahnstraße 1

Anmeldung: Telefon (03 51) 3 40 08 76

E-Mail: bbz@seniorenhilfe-dresden.de

14–15 Uhr

Fit im Winter – Zurück zur Beweglichkeit

Kosten: 4 Euro

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

Bitte bringen Sie sich bequeme Sachen und Turnschuhe mit!

Anmeldung: Telefon (03 51) 4 24 17 34

E-Mail: luise@asb-dresden.de

15–17 Uhr + weitere Termine

Offene Beratung für Senioren und Angehörige

Wer/Wo: „Bülowh“ Beratungs- und Begegnungszentrum für Seniorinnen und Senioren Dresden-Neustadt, Georgenstraße 1–3

Donnerstag, 15. Januar

9–11 Uhr + weitere Termine

Kostenfreie soziale Beratung für Senioren und Angehörige

Wer/Wo: BBZ im Volkshaus Laubegast, Meußlitzer Straße 83

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

11–12 Uhr

SenVita Aktiv / Bewegtes Gedächtnistraining / Denksport

Kosten: 4 Euro

Wer/Wo: ASB Begegnungszentrum „Haus der Generation“ ehem. Leubentreff, Reisstraße 7

Anmeldung: Telefon (01 70) 9 18 95 69

E-Mail: k.hornung@asb-dresden.de

12–13 Uhr

SenVita Pro Sturzprophylaxe/**Sitzgymnastik**

Kosten: 4 Euro

Wer/Wo: ASB Begegnungszentrum „Haus der Generation“ ehem. Leubentreff, Reisstraße 7

Anmeldung: Telefon (01 70) 9 18 95 69

E-Mail: k.hornung@asb-dresden.de

14–15.45 Uhr m+ weitere Termine

Maschenrunde: Häkeln, Stricken, Nähen

Kosten: ein Euro

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

Anmeldung: Telefon (03 51) 8 04 45 94

E-Mail: fbzguterrat@web.de

15–17 Uhr + weitere Termine

Von und für 55-plus: Spieltreff

Wer/Wo: KulturLeben Dresden UG, Bodenbacher Straße 100 c

Anmeldung: Telefon (01 51) 50 33 45 18

E-Mail: ava@roter-baum.de

15.30–17.30 Uhr + weitere Termine

Von und für 60-plus – Spielenachmittag, gemeinsam in die Rente

Wer/Wo: KulturLeben Dresden UG, Oschatzer Straße 10

Anmeldung: Telefon (03 51) 79 57 60 23

E-Mail: nachbarschaft60plus@roter-baum.de

Freitag, 16. Januar

10–11 Uhr + weitere Termine

Yoga auf dem Stuhl

Kosten: 4 Euro

Wer/Wo: Seniorenzentrum „Impuls“, Bürgerstr. 6

10–11 Uhr

Infoveranstaltung: Hörgeräte

Wer/Wo: Begegnungs- und Beratungszentrum Trachenberge, Trachenberger Straße 6

Anmeldung: Telefon (03 51) 5 01 04 25

E-Mail: trachenberge@volkssoli-dresden.de

13–15.30 Uhr + weitere Termine

Skat

Kosten: 2 Euro

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

13–14.30 Uhr + weitere Termine

Bingo

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: Begegnungs- und Beratungszentrum Trachenberge, Trachenberger Straße 6

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

14–16 Uhr

Bildvortrag: „Island – ein Wintermärchen“ mit Frau Scobel

Kosten: 3,50 Euro

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

Anmeldung: Telefon (03 51) 3 40 08 76

E-Mail: bbz@seniorenhilfe-dresden.de

Sonntag, 18. Januar

8.15 Uhr

Schöne Aussichten von Ungerberg und Götzingerhöhe (10 Kilometer), Schwierigkeitsgrad: mäßig anstrengend

Kosten: 3 Euro

Wer/Wo: NaturFreunde Dresden e. V., Treffpunkt: Hauptbahnhof Dresden, vor Gleis 10

Anmeldung bei Gunter Zimmermann

Telefon (01 62) 4 19 19 08

E-Mail: gunter.zimmermann@outlook.de

Montag, 19. Januar

9–11 Uhr + weitere Termine

Offene Beratung für Senioren und Angehörige

Wer/Wo: „Bülowh“ Beratungs- und Begegnungszentrum für Seniorinnen und Senioren Dresden-Neustadt, Georgenstraße 1–3

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

Fetscherplatz 3 | 01307 Dresden
Lockwitzer Str. 15 | 01219 Dresden
E.-Thälmann-Str. 13 | 01809 Heidenau
Goethestr. 1 | 01896 Pulsnitz



www.hörakustik-fritsche.de

Ihr Fachmann für Hörakustik in Dresden, Heidenau und Pulsnitz!**● Regional ● Unabhängig ● Persönlich**

- Unverbindliches Probetragen neuester Hörsysteme aller Hersteller
- Kostenloser Hörtest
- Beratung für Gehörschutz
- Partner aller Krankenkassen
- Experte für Kinderversorgung (Pädakustik)
- Wir kommen zu Ihnen, wenn Sie nicht mehr zu uns kommen können
- Pflege, Wartung und Service bereits vorhandener Hörsysteme

Ihre Katy & Robby Fritsche



10–11 Uhr + weitere Termine

Entspannung und Innere Ruhe

Kosten: 2 Euro

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

10 Uhr

IG Wissenschaft und Kultur

Kosten: ein Euro

Wer/Wo: Jahresringe Dresden Verband für
Vorruhestand und aktives Alter e. V.,
Holbeinstraße 68, Kinosaal

10–12.30 Uhr

Schreibwerkstatt –**Techniken des kreativen Schreibens**

Kosten: 4 Euro

Wer/Wo: Seniorenzentrum „Impuls“,
Bürgerstr. 6

10.30–11.30 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

11.15–12.15 Uhr + weitere Termine

Französisch

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: Begegnungs- und Beratungszentrum
Trachenberge, Trachenberger Straße 6

12.30–15 Uhr + weitere Termine

Stricken für einen guten ZweckWer/Wo: Begegnungsstätte Friedrichstadt,
Alfred-Althus-Straße 2 a

13–14 Uhr

**Von und für 60-plus – Technikprech-
stunde mit Joachim**Wer/Wo: KulturLeben Dresden UG,
Oschatzer Straße 10

Anmeldung: Telefon (03 51) 79 57 60 23

E-Mail: nachbarschaft60plus@
roter-baum.de

14–15.30 Uhr

Gedächtnisübungen

Kosten: 4 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

Abenteuer-Radreise Australien – Teil 1

Kosten: 3 Euro

Wer/Wo: Begegnungs- und Beratungszentrum
„Am Friedensstein“, Dresdner Straße 6
Anmeldung: Telefon (03 51) 45 25 63 28
E-Mail: m.stoehr@asb-dresden.de

14.15 Uhr

Singegruppe

Kosten: 2 Euro

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

15–16.30 Uhr

**Literatursalon: „Die Sehnsucht baut ein
Haus“ mit Monika Staemmler**Wer/Wo: KulturLeben Dresden UG,
Oschatzer Straße 10

Anmeldung: Telefon (03 51) 79 57 60 23

E-Mail: nachbarschaft60plus@
roter-baum.de

18–19 Uhr + weitere Termine

Zumba 60-plus

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, 20. Januar**

9.30 Uhr

Wandergruppe, Schwierigkeitsgrad: leicht

Kosten: ein Euro

Wer/Wo: Begegnungs- und Beratungszentrum
Trachenberge, Trachenberger
Straße 6, Treffpunkt: S-Bahnhof Pieschen
Anmeldung: Telefon (03 51) 5 01 04 25
E-Mail: trachenberge@
volkssoli-dresden.de

10–10.45 Uhr

**Sanftes Yoga für Senioren mit Julia/
Kraft – Atem – Balance – Entspannung**

Kosten: 8 Euro

Wer/Wo: Begegnungszentrum „Treff am
Waldschlößchen“, Radeberger Straße 58
Anmeldung: Telefon (03 51) 31 62 79 26
E-Mail: waldschloessen@
volkssoli-dresden.de

14 Uhr

Teenachmittag zum Start ins neue Jahr

Kosten: 3 Euro

Wer/Wo: NaturFreunde Dresden e. V.,
Blumenstraße 80
Anmeldung bei Anne Wolf
Telefon (01 73) 3 87 34 53
E-Mail: wolann@aol.com**Mittwoch, 21. Januar**

9–11 Uhr + weitere Termine

Nordic Walking 60-plus 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

9.30–10.30 Uhr + weitere Termine

Englisch für Fortgeschrittene

Kosten: 4 Euro

Wer/Wo: Begegnungs- und Beratungszentrum
Trachenberge, Trachenberger Straße 6

10–12 Uhr + weitere Termine

Beratungsangebot der CaritasWer/Wo: Begegnungsstätte Friedrichstadt,
Alfred-Althus-Straße 2 a

10–12 Uhr

Schlossführung im Schloss Albrechtsberg

Kosten: 15 Euro

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

10–12.15 Uhr

**Gemeinsam in Rente: Rathaussturm
Dresden – Ein kurzer Ausflug mit Weitblick**Wer/Wo: KulturLeben Dresden UG, Treff-
punkt: 9.50 Uhr Goldene Pforte am Rat-
hausplatz 1
Anmeldung: Telefon (01 51) 44 22 83 84
E-Mail: nachbarschaft60plus@
roter-baum.de

10–11 Uhr

Gemeinsames Basteln – Sterne

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: Begegnungs- und Beratungszentrum
Trachenberge, Trachenberger Straße 6

10–12 Uhr + weitere Termine

Nachbarschaftsfrühstück

Kosten: 4 Euro

Wer/Wo: Seniorenzentrum „Impuls“,
Bürgerstraße 6

10–13 Uhr + weitere Termine

Gemeinsames Kochen

Kosten: 7 Euro

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

11 Uhr

**Wanderung (ca. 6 Kilometer), Schwierig-
keitsgrad: mittelschwer**Wer/Wo: Jahresringe Dresden Verband für
Vorruhestand und aktives Alter e. V., Treff-
punkt: Hauptbahnhof Dresden, S1

Hörgeräte

Jens Steudler

Meisterbetriebe mit Labor

- 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**DRESDEN**Zwinglstr. 32
0351 / 25 02 41 41Montag bis Freitag
9 - 13 und 14 - 18 Uhr
jeden 1. und 3. Samstag im Monat
9 - 12 Uhr

13.30–15 Uhr

Bingo

Kosten: 3,50 Euro

Wer/Wo: Seniorenbegegnungsstätte

„Michelangelo“, Räcknitzhöhe 52

Anmeldung: Telefon (03 51) 2 13 97 09

E-Mail: michelangelo@

volkssoli-dresden.de

14–15 Uhr

Plaudercafé –

gemeinsam schöne Momente teilen

Kosten: 4 Euro

Wer/Wo: Begegnungs- und Beratungs-

zentrum „Luise“, Warthaer Straße 25

Anmeldung: Telefon (03 51) 4 24 17 34

E-Mail: luise@asb-dresden.de

14–15.30 Uhr

Trauercafé

Wer/Wo: Begegnungs- und Beratungs-

zentrum Blasewitz, Wittenberger Straße 83

Anmeldung: Telefon (03 51) 3 40 08 76

E-Mail: bbz@seniorenhilfe-dresden.de

14.30–16.30 Uhr

Von und für 60-plus:

Kreativtreff Makramee mit Katrin

Wer/Wo: KulturLeben Dresden UG,

Oschatzer Straße 10

Anmeldung: Telefon (03 51) 79 57 60 23

E-Mail: nachbarschaft60plus@

roter-baum.de

Donnerstag, 22. Januar

10–12 Uhr + weitere Termine

Kunst

Kosten: 5 Euro

Wer/Wo: Begegnungs- und Beratungszen-

trum Trachenberge, Trachenberger Straße 6

10–11 Uhr + weitere Termine

Gedächtnistraining

Kosten: 3 Euro

Wer/Wo: Seniorenzentrum „Impuls“,

Bürgerstr. 6

10–11 Uhr + weitere Termine

Gemeinsam in Rente:

Fit & Mobil 60-plus: Aktiv mit dem DSC

Wer/Wo: KulturLeben Dresden UG,

Oschatzer Straße 10

Anmeldung: Telefon (03 51) 79 57 60 23

E-Mail: nachbarschaft60plus@

roter-baum.de

13–15 Uhr

**Besichtigung und Verkostung im
Schokoladenmuseum „CAMONDAS“**

Kosten: 23 Euro

Wer/Wo: Begegnungs- und Beratungs-

zentrum „Luise“, Warthaer Straße 25

Anmeldung: Telefon (03 51) 4 24 17 34

E-Mail: luise@asb-dresden.de

13.30–15 Uhr + weitere Termine

EinBlick Digital: Smartphone –

Kurs für Fortgeschrittene

Kosten: 5 Euro

Wer/Wo: Gemeinnützige Gesellschaft

Striesen Pentacon e. V., Glashütter Straße

101 a Zugang über Bärensteiner Straße

14–15.30 Uhr

Film ab! Kinonachmittag

Kosten: 3 Euro

Wer/Wo: Begegnungs- und Beratungs-

zentrum „Luise“, Warthaer Straße 25

Anmeldung: Telefon (03 51) 4 24 17 34

E-Mail: luise@asb-dresden.de

Freitag, 23. Januar

13–14 Uhr

Englisch lernen leicht gemacht

für Anfänger und Neustarter

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: Begegnungszentrum „Treff am

Waldschlößchen“, Radeberger Straße 58

Anmeldung: Telefon (03 51) 31 62 79 26

E-Mail: waldschloesschen@

volkssoli-dresden.de

13.30–14.30 Uhr

Wortwerkstatt – kreatives Schreiben

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: Begegnungs- und Beratungs-

zentrum „Luise“, Warthaer Straße 25

Anmeldung: Telefon (03 51) 4 24 17 34

E-Mail: luise@asb-dresden.de

15.30–17.30 Uhr + weitere Termine

Von und für 60-plus – Gemeinsam Lesen

und Erzählen mit Mechthild

Wer/Wo: KulturLeben Dresden UG,

Oschatzer Straße 10

Anmeldung: Telefon (03 51) 79 57 60 23

E-Mail: nachbarschaft60plus@

roter-baum.de

Sonntag, 25. Januar

10 Uhr

Winterspaziergang durch die Dresdner

Heide zur „Zweiten Heimat“ Ullersdorf

ca. 2 Stunden, Schwierigkeitsgrad: leicht

Kosten: 3 Euro

Wer/Wo: NaturFreunde Dresden e. V.,

Treffpunkt: Dresden-Bühlau, Ullersdorfer

Platz

Anmeldung bei Wandeleiter Jörg Schwarze

Telefon (01 73) 3 68 65 86

E-Mail: bergfrei@aol.com

14–16 Uhr + weitere Termine

Sonntagscafé

Wer/Wo: Begegnungsstätte Friedrichstadt,

Alfred-Althus-Straße 2 a

Montag, 26. Januar

9.15–10.15 Uhr

Gedächtnistraining

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: Begegnungs- und Beratungs-

zentrum Trachenberge, Trachenberger

Straße 6

10–11 Uhr

Frauengymnastik

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: Begegnungs- und Beratungs-

zentrum „Luise“, Warthaer Straße 25

Anmeldung: Telefon (03 51) 4 24 17 34

E-Mail: luise@asb-dresden.de

10–11.30 Uhr

Kaditzer Nachbarschaftsfrühstück

Kosten: 4 Euro

Wer/Wo: Seniorenzentrum „Impuls“,

Altkaditz 25

13.30–15.45 Uhr + weitere Termine

Offene Kreativwerkstatt für Frauen

Kosten: ein Euro

Wer/Wo: Frauenzentrum „Guter Rat“

Dresden, Erna-Berger-Straße 17

14–15.30 Uhr + weitere Termine

Kreatives Schaffen

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: Begegnungsstätte Friedrichstadt,

Alfred-Althus-Straße 2 a

 **JOHANNITER**



**Gemeinsam stark
für die Menschen,
die uns brauchen.**

Komm ins Team!

www.johanniter.de/jobs-dresden

Sie möchten Ihre Immobilie verkaufen?

Oder Sie spielen zumindest mit diesem Gedanken?

Wir erläutern Ihnen unsere Arbeitsweise, informieren Sie über das Verkaufsgeschehen, ermitteln den Preis, der zur Zeit am Markt zu erzielen ist und stimmen mit Ihnen eine mögliche Zeitplanung ab – und das völlig kostenfrei. Sie entscheiden ganz allein über das Ob und Wann. Wir sind Ihr Partner von der Verkaufsvorbereitung bis hin zur Kaufvertragsgestaltung und zur Übergabe Ihrer Immobilie nach erfolgter Kaufpreiszahlung. Bitte sprechen Sie uns einfach an, wir beraten Sie gern!



SOLIDA Immobilien Dresden
01139 Dresden Baudissinstraße 11

Telefon: 0351 - 84 92 778
www.solida-immobilien-dresden.de
info@solida-immobilien-dresden.de

- 14–16 Uhr
Singkreis
Kosten: 3 Euro
Wer/Wo: Seniorenzentrum „Impuls“,
Bürgerstraße 6
- 15–17 Uhr + weitere Termine
Bowling am Nachmittag
Kosten: 3 Euro
Wer/Wo: NaturFreunde Dresden e.V.,
Mügelner Straße 36
Anmeldung bei Jörg Schwarze
Telefon (01 73) 3 68 65 86
E-Mail: bergfrei@aol.com
- 16–17 Uhr
Dance Fit
Kosten: 2 Euro
Wer/Wo: Begegnungs- und Beratungszentrum Trachenberge, Trachenberger Straße 6

Dienstag, 27. Januar

- 10–11.30 Uhr
Geselliger Tanzkreis
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
- 10–11 Uhr
Nordic Walking
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
- 13.30–15 Uhr
Von und für 60-plus: Stadtteilspaziergang in Klotzsche mit Jürgen
Wer/Wo: KulturLeben Dresden UG, Treffpunkt: Alte Kirche, Altklotzsche 63 a
Anmeldung: Telefon (01 51) 44 22 83 84
E-Mail: nachbarschaft60plus@roter-baum.de
- 13.30–14.15 Uhr + weitere Termine
Seniorenstzgyrnastik
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
- 14–15.30 Uhr + weitere Termine
Techniksprechtunde
Kosten: 2 Euro
Wer/Wo: „Bülowh“ Beratungs- und Begegnungszentrum für Seniorinnen und Senioren Dresden-Neustadt, Georgenstraße 1–3
Anmeldung: Telefon (03 51) 2 06 60 26
E-Mail: neustadt@buelowh.de

Mittwoch, 28. Januar

- 9–10 Uhr
Mediencafé
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
- 10.07 Uhr
Wanderung (ca. 9 Kilometer)
Wer/Wo: Jahresringe Dresden Verband für Vorruhestand und aktives Alter e.V., Treffpunkt: Bahnhof Neustadt, S1

- 10.30–11.30 Uhr
Mediencafé Gruppe 2
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
- 11–12 Uhr
Englisch für Anfänger
Kosten: 4 Euro
Wer/Wo: Begegnungs- und Beratungszentrum Trachenberge, Trachenberger Straße 6
- 13–15.45 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
- 14–16 Uhr
Reisevortrag: London, eine Weltstadt mit Herz
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
- 15–16 Uhr
Digitaler Stammtisch: Windows 10 weiter nutzen oder sofort zu Windows 11 wechseln?
Wer/Wo: KulturLeben Dresden UG, Oschatzer Straße 10
Anmeldung: Telefon (03 51) 79 57 60 23
E-Mail: nachbarschaft60plus@roter-baum.de

Donnerstag, 29. Januar

- 9–10 Uhr
Sitzgymnastik
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
Skat
Kosten: 2 Euro
Wer/Wo: Begegnungs- und Beratungszentrum Trachenberge, Trachenberger Straße 6
- 13–16 Uhr
Mediensprechstunde
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
Heiteres Gedächtnistraining
Kosten: 2 Euro
Wer/Wo: Begegnungszentrum „Treff am Waldschlößchen“, Radeberger Straße 58
- 14–15 Uhr
AVA-Erzählsofa: Austausch, Gespräche, Zuhören
Wer/Wo: KulturLeben Dresden UG, Bodenbacher Straße 100 c
- 14–15.45 Uhr + weitere Termine
Probe des Freylax-Frauenchors
Wer/Wo: Begegnungsstätte Friedrichstadt, Alfred-Althus-Straße 2 a

Freitag, 30. Januar

- 10–12 Uhr
Frühstückstreff gemeinsam in die Rente in Klotzsche – Meine nachberufliche Phase
Wer/Wo: KulturLeben Dresden UG, „Bülowh“, Begegnungszentrum für Senioren, Königsbrücker Landstraße 6 a
Anmeldung: Telefon (01 51) 44 22 83 84
E-Mail: nachbarschaft60plus@roter-baum.de
- 10–11 Uhr + weitere Termine
Von und für 60-plus: Aroha mit Sonja
Wer/Wo: KulturLeben Dresden UG, Oschatzer Straße 10
Anmeldung: Telefon (03 51) 79 57 60 23
E-Mail: nachbarschaft60plus@roter-baum.de
- 12.30–15.30 Uhr + weitere Termine
Rommé
Kosten: 2 Euro
Wer/Wo: Begegnungsstätte Friedrichstadt, Alfred-Althus-Straße 2 a

Sonnabend, 31. Januar

- 10 Uhr
Winterwanderung von Klotzsche nach Boxdorf (9 Kilometer), Schwierigkeitsgrad: leicht
Kosten: 3 Euro
Wer/Wo: NaturFreunde Dresden e. V., Treffpunkt: Bahnhof Klotzsche, vor der Kerzenwerkstatt
Anmeldung bei Wanderleiter Torsten Loos
Telefon (01 52) 34 05 02 22
E-Mail: loost@gmx.de

Redaktionsschluss nächste PlusZeit:
14. Januar 2026

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