



Gemeinsam, nicht einsam – Motto des Vereins Jahresringe

Nordic Walking, Kegeln und wöchentliche Wanderungen helfen beim nachfestäglichen Fitwerden

Den gemeinnützigen Selbsthilfeforeverein 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 nachfestäglichen 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 Selbsthilfegruppen (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-Kleinnaundorf. 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 Selbsthilfegruppen (KISS)

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

Polizeiorchester 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/pluszeit
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

Neujahrstrümpchen

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 Spieltreff

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

Neujahrstrümpchen

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., Treffpunkt: 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

Seniorensitzgymnastik

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

Spiele nachmittag

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

Spiele nachmittag

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“, Johannstadt-halle

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, Reissstraße 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: Seniorencentrum „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: waldschloesschen@volkssoli-dresden.de

14–16 Uhr + weitere Termine

Kaffee trifft Kultur

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: Beratungs- und Begegnungszentrum „Bülowl“ für Seniorinnen und Senioren Schönfeld-Weißig, Hauptstraße 18

Anmeldung: Telefon (03 51) 16 09 74 33

E-Mail: weissig@buelowl.de

15 Uhr + weitere Termine

Seniorennachmittag Plaudern & Spielen

Kosten: 3 Euro

Wer/Wo: NaturFreunde Dresden e. V., Schwepnitzer Straße 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: waldschloesschen@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



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

Englischtreff

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

Sonnabend, 10. Januar

10.30 Uhr

Skilanglauftour 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: waldschloesschen@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

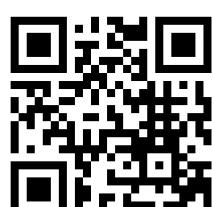
Kosten: 2 Euro

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

Anmeldung: Telefon (03 51) 4 24 17 34

E-Mail: luise@asb-dresden.de

Immobilie kostenfrei bewerten lassen



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 Vorrhestand 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 Vorrhestand und aktives Alter e. V., Treffpunkt: Hauptbahnhof Dresden, RE 3

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

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 Vorrust 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@roterbaum.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@roterbaum.de

Freitag, 16. Januar

10-11 Uhr + weitere Termine
Yoga auf dem Stuhl
 Kosten: 4 Euro
 Wer/Wo: Seniorencentrum „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

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

Ihr Fachmann für Hörakustik in Dresden, Heidenau und Pulsnitz!

● Regional ● Unabhängig ● Persönlich

- Unverbindliches Probetragen neuester Hörsysteme aller Hersteller
- Kostenloser Hörttest
- 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



www.hörakustik-fritsche.de



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 Begegnungszen-
 trum „Bühlowh“, 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 Beratungszen-
 trum Trachenberge, Trachenberger Straße 6

12.30-15 Uhr + weitere Termine
Stricken für einen guten Zweck
 Wer/Wo: Begegnungsstätte Friedrichstadt,
 Alfred-Althus-Straße 2 a

13-14 Uhr
**Von und für 60-plus – Techniksprech-
 stunde mit Joachim**
 Wer/Wo: KulturLeben Dresden UG,
 Oschatzer Straße 10
 Anmeldung: Telefon (03 51) 79 57 60 23
 E-Mail: nachbarschaft60plus@
 roterbaum.de

14-15.30 Uhr
Gedächtnisübungen
 Kosten: 4 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

14-15.30 Uhr
Abenteuer-Radreise Australien – Teil 1
 Kosten: 3 Euro
 Wer/Wo: Begegnungs- und Beratungszen-
 trum „Am Friedensstein“, Dresdner Straße 3
 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@
 roterbaum.de

18-19 Uhr + weitere Termine
Zumba 60-plus
 Kosten: 5 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

Dienstag, 20. Januar

9.30 Uhr
Wandergruppe, Schwierigkeitsgrad: leicht
 Kosten: ein Euro
 Wer/Wo: Begegnungs- und Beratungszen-
 trum 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: waldschloesschen@
 volkssoli-dresden.de

Hörgeräte
Jens Steudler
 Meisterbetriebe mit Labor



- individuelle Beratung
- sehr umfangreiches Angebot
- ausreichende Probezeit
- Gehörschutz
- Herstellung Ihrer individuellen Ohrpassstücke schnell und preisgünstig im eigenen Haus

Jetzt auch Online-Termin vereinbaren:

www.Hoergeraete-Steudler.de



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

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 Begegnungszen-
 trum „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 Beratungszen-
 trum Trachenberge, Trachenberger Straße 6

10-12 Uhr + weitere Termine
Beratungsangebot der Caritas
 Wer/Wo: Begegnungsstätte Friedrichstadt,
 Alfred-Althus-Straße 2 a

10-12 Uhr
Schlossführung im Schloss Albrechtsberg
 Kosten: 15 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

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@
 roterbaum.de

10-11 Uhr
Gemeinsames Basteln – Sterne
 Kosten: 2 Euro
 Wer/Wo: Begegnungs- und Beratungszen-
 trum 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

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 Beratungszentrum 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



JOHANNITER



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

Komm ins Team!

www.johanniter.de/jobs-dresden

13-15 Uhr

Besichtigung und Verkostung im Schokoladenmuseum „CAMONDAS“

Kosten: 23 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 + 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 Beratungszentrum „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 Beratungszentrum „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 Beratungszentrum Trachenberge, Trachenberger Straße 6

10-11 Uhr

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

10-11.30 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

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!



SOLIDА Immobilien Dresden
01139 Dresden Baudissinstraße 11

Telefon: 0351 - 84 92 778

www.solida-immobilien-dresden.de
info@solida-immobilien-dresden.de

14–16 Uhr
Singekreis
 Kosten: 3 Euro
 Wer/Wo: Seniorenenzentrum „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
Seniorensitzgymnastik
 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
Techniksprechstunde
 Kosten: 2 Euro
 Wer/Wo: „Bülowl“ Beratungs - und Begegnungszentrum für Seniorinnen und Senioren Dresden-Neustadt, Georgenstraße 1–3
 Anmeldung: Telefon (03 51) 2 06 60 26
 E-Mail: neustadt@buelowl.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, „Bülowl“, 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 Lübecke, Jürgen Eckoldt
 Der Seniorenenkalender 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

