



Die Ideen kommen beim Frühstück

Das Begegnungszentrum in Pieschen auf der Bürgerstraße 6 lädt Senioren zu gemeinsamen Aktivitäten ein



Beim Nachbarschaftsfrühstück im DRK Begegnungszentrum IMPULS kommt nicht nur der Appetit beim Essen, sondern auch die Ideen. Jeden Mittwoch von 10 bis 12 Uhr treffen sich fitte Senioren, um sich bei Kaffee und Tee gegenseitig kennenzulernen, auszutauschen und neue Ideen miteinander zu entwickeln. Das können neue Angebote für Gruppen sein, ein gemeinsamer Museums- oder Konzertbesuch oder eine Aktion im Stadtteil. Ein besonderes Ritual gibt es, wenn neue Gesichter in der Runde sind. „Als Vorstellungsrunde für alle werden thematische Fragekarten gezogen, die mit der Namensnennung und der Frage reihum beantwortet werden“, sagt Adrienne Höfgen, Mitarbeiterin des IMPULS. Beim letzten Mal erzählten alle von Adventskalendern, die jeder in seiner Kindheit hatte. „Das ist immer wieder interessant für alle am Tisch, neue Puzzlesteine aus dem Leben des Nachbarn zu erfahren. Dabei können wir immer wieder Gemeinsamkeiten und Unterschiede entdecken und uns untereinander besser verstehen und kennen lernen“, sagt Höfgen weiter.

Gemütlich gemacht. Noch vor dem Frühstück werfen Mitarbeiterin Adrienne Höfgen, Hildegard Brosig, Uta Schreiber, Christine Schmieder, Brigitte Richter und Mitarbeiterin Saskia Berndt (von links) einen Blick in die PlusZeit. Foto: Sylvia Siebert

Seit zwei Jahren dient das Nachbarschaftsfrühstück als Sammelstelle für Vorschläge und Ideen. Sehr oft werden diese in die Tat umgesetzt. So entstanden vor kurzem drei neue Angebote. Geschichts- und kulturinteressierte Wanderer zum Beispiel führt Dieter Haufe zu den schönen und lebenswerten Ecken von Dresden und erzählt Hintergründe zur Entwicklung, Kultur und Geschichte der Sehenswürdigkeiten. Die Kulturhistorischen Stadtwanderungen haben eine Länge von vier bis fünf Kilometern. Der Aufbau der Gruppe ist besonders geeignet für Zugezogene und Neu-Dresdner. Senioren und Seniorinnen, die einen Ort zum Kennenlernen neuer Menschen suchen, sind zum „Vorlesecafé“ eingeladen. Die ehrenamtliche Gruppenleiterin Karin Leonhardt liest selbst geschriebene Alltagserlebnisse. Sie gibt damit die Möglichkeit, den

eigenen Alltag zu reflektieren. Die Nordic-Walking-Gruppe „Aktiv im Alter“ bietet Bewegungstraining im Freien, durch die das Herz und der Kreislauf angeregt und Arme und Rückenmuskulatur auf sanfte Weise gestärkt werden.

Bürgerschaftliches Engagement im Stadtteil anzuregen, ist ein weiterer Schwerpunkt des IMPULS, neben Angeboten zur Begegnung und Beratung. So entstehen immer wieder Projekte, wie zum Beispiel der Zeitzeugenfilm „Heimat in Pieschen 1930–1950“. In dem Film schildern Senioren ihre Erlebnisse als Kinder und Jugendliche, wie sie NSDAP-Tätigkeit, Zwangsarbeit, Juden und den Krieg sowie die Nachkriegszeit erlebt haben. Ein neuer Film mit den Seniorinnen und Senioren ist schon für 2014 in der Planung.

Ältere Menschen finden hier Möglichkeiten zur aktiven und kreativen Freizeitgestaltung. Vielfältige Angebote, zum Beispiel Gymnastik im Sitzen oder das eingangs schon erwähnte gemeinsame Nachbarschaftsfrühstück ermöglichen es, neue soziale Kontakte zu knüpfen und zu pflegen.

Wer ehrenamtlich eine Freizeitgruppe leiten und seine Erfahrungen an andere Senioren weitergeben möchte, kann sich gern bei IMPULS melden.

Zudem bieten die DRK-Mitarbeiterinnen soziale Beratung für Senioren und ihre Angehörigen in den Räumen des Seniorenzentrums oder alternativ auch zu Hause an.

Die Einrichtung wird vom Sozialamt der Landeshauptstadt Dresden gefördert.

DRK-Seniorenzentrum IMPULS
Bürgerstraße 6
01127 Dresden
Telefon (03 51) 84 72 26 78
E-Mail impuls@drk-dresden.de
www.drk-dresden.de

Öffnungszeiten:
Montag, Mittwoch, Freitag 9 bis 15 Uhr
Dienstag und Donnerstag 9 bis 12 Uhr



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

Donnerstag, 2. Januar

- 9.30 – 10.30 Uhr + weitere Termine
Senioren gymnastik
Kosten: 2 Euro
Wo: AWO Seniorenbegegnungsstätte, Hainsberger Straße 2
Anmeldung bis eine Woche vorher
Telefon: (03 51) 4 13 54 71
Wer: AWO-Seniorenbegegnungsstätte Löbtau
- 10 – 11.30 Uhr + weitere Termine
Fotozirkel: Digitale Fotografie
Kosten: 1,50 Euro
Wo: VS-Begegnungsstätte, Nürnberger Straße 45
Anmeldung bis einen Tag vorher
Telefon: (03 51) 4 71 92 66
Wer: VS-Begegnungsstätte „Am Nürnberger Ei“
- 10.30 – 11.30 Uhr + weitere Termine
Nordic Walking
Kosten: 2 Euro
Wo: Seniorenbegegnungszentrum BÜLOWH
Pillnitzer Landstraße 12
Anmeldung bis einen Tag vorher
Telefon: (03 51) 2 68 89 88
Wer: Ökumenische Seniorenbegegnungsstätte BÜLOWH
- 14.30 Uhr
„Sachsens Glanz und Preußens Gloria“ Teil 3
Kosten: 1,50 Euro
Wo: ASB-Seniorenzentrum „Wiesenhäuser“, Wiesenstraße 17
Wer: ASB-Seniorenzentrum
- 14.30 – 15.30 Uhr + weitere Termine
Yoga
Kosten: 5 Euro
Wo: Begegnungsstätte „Michelangelo“
Räcknitzhöhe 52
Wer: VS-Begegnungsstätte „Michelangelo“
- 14.30 – 15.30 Uhr + weitere Termine
Musik macht fröhlich
Kosten: 1,50 Euro
Wo: AWO Seniorenbegegnungsstätte,

te, Hainsberger Straße 2
Anmeldung bis eine Woche vorher
Telefon: (03 51) 4 13 54 71
Wer: AWO-Seniorenbegegnungsstätte Löbtau

15 Uhr

Familienprogramm

Kosten: 2,50 Euro
Wo: Museum für Völkerkunde, Japanisches Palais
Wer: Museum für Völkerkunde Dresden

17 Uhr + weitere Termine

Qi Gong – fördert Gesundheit und Wohlbefinden

Kosten: 1,50 Euro
Wo: ASB-Seniorenzentrum „Wiesenhäuser“, Wiesenstraße 17
Wer: ASB-Seniorenzentrum

Freitag, 3. Januar

9 – 10 Uhr + weitere Termine

Tai Chi Qi-Gong

Kosten: 5 Euro
Wo: VS-Begegnungsstätte, Räcknitzhöhe 52
Wer: VS-Begegnungsstätte „Michelangelo“

14 – 16 Uhr + weitere Termine

Malen und Zeichnen

Kosten: 3 Euro
Wo: AWO Seniorenbegegnungsstätte, Hainsberger Straße 2
Anmeldung bis eine Woche vorher
Telefon: (03 51) 4 12 54 71
Wer: AWO-Seniorenbegegnungsstätte Löbtau

17 – 18.30 Uhr + weitere Termine

Yoga-Kurs

Kosten: 1,50 Euro
Wo: ASB-Seniorenzentrum „Wiesenhäuser“, Wiesenstraße 17
Wer: ASB-Seniorenzentrum

Sonnabend, 4. Januar

10 – 16 Uhr

Behindertenschachturnier

Wo: SBS Laubegast, Laubegaster Ufer 22
Anmeldung bis 23. Dezember 2013
Telefon: (03 51) 5 01 05 25
Wer: VS-Begegnungsstätte Laubegast

Sonntag, 5. Januar

15 Uhr

Vortrag

Kosten: 4 Euro
Wo: Museum für Völkerkunde Dres-

den, Palaisplatz 11
Wer: Museum für Völkerkunde Dresden

Montag, 6. Januar

9 – 12.30 Uhr + weitere Termine

Grundkurs: 6 Veranstaltungen „Umgang mit dem PC“

Kosten: 105,00 Euro
Wo: ARTOS e. V.
Telefon: (03 51) 47 85 80/
artos@artos.de
Wer: Artos die mediengemeinschaft e. V.

9.15 – 10.45 Uhr

Yoga sanft am Morgen

Kosten: 12 Euro
Wo: aktivpunkt, Zwinglistraße 32, Rückseite Bäcker Möbius
Anmeldung bis eine Woche vorher
Telefon: (01 78) 4 33 84 66/
www.corinabode.de
+ weitere Termine
Wer: Corina Bode – aktivpunkt e.V.

9.30 – 10.45 Uhr + weitere Termine

Handarbeitszirkel – Stricken, Häkeln, Sticken

Kosten: 1 Euro
Wo: Begegnungsstätte „Michelangelo“
Räcknitzhöhe 52
Wer: VS-Begegnungsstätte „Michelangelo“

10.30 – 12 Uhr + weitere Termine

Heiteres Gedächtnistraining

Kosten: 1,50 Euro
Wo: VS-Begegnungsstätte, Laubegaster Ufer 22
Wer: VS-Begegnungsstätte Laubegast

13 – 16.30 Uhr + weitere Termine

Grundkurs: 6 Veranstaltungen „Umgang mit dem PC“

Kosten: 105,00 Euro
Wo: ARTOS e. V. Heinrich-Greif-Straße 20
Anmeldung bis ein Tag vorher
Telefon: (03 51) 47 85 80/
artos@artos.de
Wer: Artos die mediengemeinschaft e. V.

Dienstag, 7. Januar

10 – 12 Uhr

Nähkurs

Kosten: 2,50 Euro
Wo: Seniorenbegegnungszentrum BÜLOWH
Pillnitzer Landstraße 12
Wer: Ökumenische Seniorenbege-

nungsstätte BÜLOWH
14 Uhr

Kreatives Gestalten

Kosten: 1,50 Euro
Wo: ASB-Seniorenzentrum „Wiesen-
häuser“, Wiesenstraße 17
Wer: ASB-Seniorenzentrum

14 – 15.30 Uhr

Gesunde Ernährung im Alter

Kosten: 1,50 Euro
Wo: AWO Seniorenbegegnungsstätte
Hainsberger Straße 2
Anmeldung bis eine Woche vorher
Telefon: (03 51) 4 12 54 71
Wer: AWO-Seniorenbegegnungsstät-
te Löbtau

Mittwoch, 8. Januar

7.30 – 8.30 Uhr + weitere Termine

Sport für Männer

Kosten: 1,50 Euro
Wo: ASB-Seniorenzentrum „Wiesen-
häuser“, Wiesenstraße 17
Wer: ASB-Seniorenzentrum

9 – 10 Uhr + weitere Termine

Sport für Männer

Kosten: 1,50 Euro
Wo: ASB-Seniorenzentrum „Wiesen-

häuser“, Wiesenstraße 17
Wer: ASB-Seniorenzentrum

9 – 12 Uhr

Siebdruck – Glückwunschkarten

Kosten: 80 Euro
Wo: Werkstatt, Kamenzer Straße 41
(Eingang Sebnitzer Straße)
Anmeldung bis eine Woche vorher
Telefon: (03 51) 25 44 00
Wer: Volkshochschule Dresden e. V.

9.30 – 11 Uhr

Gesprächsrunde ältere Kraftfahrer

Kosten: 1 Euro
Wo: SBS Laubegast, Laubegaster
Ufer 22
Wer: VS-Begegnungsstätte Laubegast

10 – 10.30 Uhr

Gymnastik im Sitzen

Kosten: 1,50 Euro
Wo: Nürnberger Straße 45
Anmeldung bis einen Tag vorher
Telefon: (03 51) 4 71 93 66
+ weitere Termine
Wer: VS-Begegnungsstätte „Am
Nürnberger Ei“

10 – 12 Uhr

Mal- und Zeichenkurs

Kosten: 1 Euro
Wo: VS-Begegnungsstätte, Nürnber-

ger Straße 45
Anmeldung bis einen Tag vorher
Telefon: (03 51) 4 71 93 66
+ weitere Termine
Wer: VS-Begegnungsstätte „Am
Nürnberger Ei“

10 – 12 Uhr

Schnupperkurs

Wo: ARTOS e. V.
Anmeldung bis einen Tag vorher
Telefon: (03 51) 47 85 80/
artos@artos.de
Wer: Artos die mediengemeinschaft
e. V.

10 – 12 Uhr

Bowling 50plus

Kosten: 5 Euro
Wo: Eingang Bowlingarena Südhöhe
Wer: Böhm-50plus Dresden

13.45 – 15 Uhr

Exkursion in die SZ-Druckerei

Kosten: 2 Euro
Wo: Meinholdstraße 2; Haltestelle
„Hellerberge“ (Li. 81, Reg.-bus 328)
Anmeldung bis 7. Januar
Telefon: (03 51) 84 72 26 78/
impuls@drk-dresden.de
Wer: DRK Kreisverband Dresden e.V.

14 Uhr + weitere Termine

Hörgeräte



Klaus Dippe

Seit 20 Jahren **BESSER HÖREN - AKTIVER LEBEN**

Im Herzen von Dresden arbeiten wir gemeinsam,
damit Sie das Leben uneingeschränkt hören können.

Profitieren Sie von unserer Erfahrung und lassen Sie
sich von Meisterhand Ihre individuelle Hör-Lösung
anfertigen.

Vereinbaren Sie Ihren kostenlosen Beratungstermin
unter 0351 495 50 15

Wir freuen uns auf Ihren Anruf.

Wiener Platz 6 · 01069 Dresden · (Nähe Hauptbahnhof)
www.hoergeraete-dippe.de

Beratungsangebot zur Pflege, Betreuung und Rehabilitation

- ▶ kostenlos
- ▶ unabhängig
- ▶ unverbindlich

Freiberger Straße 18
01067 Dresden
Service-Telefon (0351) 3138-555
service@cultus-dresden.de
Mo/Mi 8–17, Di/Do 8–18, Fr 8–16 Uhr



Cultus

Cultus gGmbH
der Landeshauptstadt
Dresden

www.cultus-dresden.de



Seniorenhaus an der Brühlschen Terrasse

August de Haas

Einzelzimmer mit Dusche & WC
Eigenmöblierung
Service
Probewohnen möglich!

Brühlscher Garten 4 · 01067 Dresden
Telefon (0351) 4 38 23 35
seniorenhaus-dresden@t-online.de
www.seniorenhaus-dresden.de

Sitzgymnastik

Kosten: 1,50 Euro

Wo: ASB-Seniorenzentrum „Wiesenhäuser“, Wiesenstraße 17

Wer: ASB-Seniorenzentrum

14 – 18 Uhr

Neujahrstanz mit der Froschdisco

Kosten: 4 Euro

Wo: VS-Begegnungsstätte fidelio, Papstdorfer Straße 25

Anmeldung bis 6. Januar

Telefon: (03 51) 2 50 21 60

Wer: VS-Begegnungsstätte „fidelio“

14.30 – 15.30 Uhr

"Madeira" Lichtbildervortrag mit Musik

Kosten: 3,50 Euro

Wo: Begegnungsstätte „Michelangelo“

Räcknitzhöhe 52

Wer: VS-Begegnungsstätte „Michelangelo“

14.30 – 17 Uhr

Neujahrstanz

Kosten: 5,50 Euro

Wo: VS-Begegnungsstätte, Nürnberger Straße 45

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 4 71 93 66

Wer: VS-Begegnungsstätte „Am Nürnberger Ei“

Donnerstag, 9. Januar

8.15 – 9.15 Uhr + weitere Termine

sanfte Wirbelsäulengymnastik

Kosten: 100 Euro

Wo: aktivpunkt, Zwinglistraße 32 (Rückseite von Bäcker Möbius, dort Metalltreppe außen hoch)

Anmeldung bis eine Woche vorher

Telefon: (01 78) 4 33 84 66 oder unter kurse@corinabode.de

Wer: Corina Bode – aktivpunkt e.V.

9.45 – 11.30 Uhr + weitere Termine

Tanz – sanfte Bewegung nach Musik

Kosten: 1,50 Euro

Wo: ASB-Seniorenzentrum „Wiesenhäuser“, Wiesenstraße 17

Wer: ASB-Seniorenzentrum

10.30 – 11.30 Uhr + weitere Termine

Nordic Walking

Kosten: 2 Euro

Wo: Seniorenbegegnungszentrum BÜLOWH

Pillnitzer Landstraße 12

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 2 68 89 88

Wer: Ökumenische Seniorenbegegnungsstätte BÜLOWH

11 – 13 Uhr + weitere Termine

Computerkurs für Anfänger

Kosten: 9 Euro

Wo: Begegnungsstätte „Michelangelo“

Räcknitzhöhe 52

Wer: VS-Begegnungsstätte „Michelangelo“

13 – 16 Uhr

PC-Sprechstunde

Kosten: 5 Euro

Wo: Artos e. V. Heinrich-Greif-Straße 20

Anmeldung bis ein Tag vorher

Telefon: (03 51) 47 85 80/

artos@artos.de

Wer: Artos die mediengemeinschaft e. V.

13.30 – 16 Uhr + weitere Termine

Tanzkreis

Kosten: 1,50 Euro

Wo: VS-Begegnungsstätte, Nürnberger Straße 45

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 4 71 92 66

Wer: VS-Begegnungsstätte „Am Nürnberger Ei“

14 – 15.30 Uhr

sicher mobil – für ältere Verkehrsteilnehmer

Kosten: 1 Euro

Wo: VS-Begegnungsstätte „fidelio“, Papstdorfer Straße 25

Anmeldung bis 22. Dezember 2013

Telefon: (03 51) 2 50 21 60

Wer: VS-Begegnungsstätte „fidelio“

14 – 17.30 Uhr

Tanz in das Jahr 2014

Kosten: 4 Euro

Wo: Begegnungsstätte, Trachenberger Straße 6

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 5 01 04 25

Wer: Begegnungsstätte Trachenberge

14.30 Uhr

Wer hat Lust, Latein zu lernen? – Kurs

Kosten: 1,50 Euro

Wo: ASB-Seniorenzentrum „Wiesenhäuser“, Wiesenstraße 17

Wer: ASB-Seniorenzentrum

15 Uhr

Rundgang durch die Ausstellung

Kosten: 2,50 Euro

Wo: Museum für Völkerkunde Dresden, Palaisplatz 11

Wer: Museum für Völkerkunde Dresden

Freitag, 10. Januar

8.30 – 9.30 Uhr

Senioren-gymnastik

Kosten: 3,50 Euro

Wo: VS-Begegnungsstätte „fidelio“, Papstdorfer Straße 25

Anmeldung bis 22. Dezember 2013

Telefon: (03 51) 2 50 21 60

Wer: VS-Begegnungsstätte „fidelio“

9 – 12.30 Uhr + weitere Termine

Workshop „Umstieg auf Windows 8“**2 Veranstaltungen**

Kosten: 35 Euro

Wo: ARTOS e. V., Heinrich-Greif-Straße 20

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 47 85 80/

artos@artos.de

Wer: Artos die mediengemeinschaft e. V.

10 – 12 Uhr + weitere Termine

Nordic Walking an der Elbe

Kosten: 1 Euro

Wo: Seniorenzentrum IMPULS, Bürgerstraße 6

Telefon: (03 51) 84 72 36 78/

impuls@drk-dresden.de

Wer: DRK Kreisverband Dresden e.V.

13.15 – 14.45 Uhr + weitere Termine

Englisch für Fortgeschrittene

Kosten: 8 Euro

Wo: VS-Begegnungsstätte „Michelangelo“, Räcknitzhöhe 52

Wer: VS-Begegnungsstätte „Michelangelo“

14 – 18 Uhr

Seniorentanz

Kosten: 4 Euro

Wo: SBS Laubegast, Laubegaster Ufer 22

Wer: VS-Begegnungsstätte Laubegast

14.30 – 15.30 Uhr + weitere Termine

Heiteres Gedächtnistraining

Kosten: 1 Euro

Wo: AWO Seniorenbegegnungsstätte, Hainsberger Straße 2

Telefon: (03 51) 4 13 54 71

Wer: AWO-Seniorenbegegnungsstätte Löbtau

Sonntag, 12. Januar

15 Uhr

Klavierkonzert mit Bertrand Giraud, Frankeich

Kosten: 10 Euro

Wo: Haus der Kirche, Dreikönigskirche, Festsaal

Wer: Dresdner Seniorenakademie
Wissenschaft und Kunst
15 – 17 Uhr + weitere Termine
Operette „Eine Nacht in Venedig“
Kosten: ab 13 Euro
Wo: Staatsoperette, Pirnaer Land-
straße 131
Anmeldung bis einen Tag vorher
Telefon: (03 51) 2 07 99 99/
karten@staatsoperette-dresden.de
Wer: Staatsoperette Dresden

Montag, 13. Januar

13.30 – 14.30 Uhr + weitere Termine
Frauengymnastik für Junggebliebene
Kosten: 1,50 Euro
Wo: ASB-Seniorenzentrum „Wiesenhäuser“, Wiesenstraße 17
Wer: ASB-Seniorenzentrum

Dienstag, 14. Januar

10 – 11 Uhr + weitere Termine
Gedächtnisspiele für Fortgeschrittene
Kosten: 1 Euro
Wo: VS-Begegnungsstätte, Nürnberger Straße 45
Wer: VS-Begegnungsstätte „Am Nürnberger Ei“

10 – 12 Uhr + weitere Termine
Malen wie Paul Klee – Farbexperimente mit Aquarell & Acryl
Kosten: 2 Euro
Wo: Seniorenzentrum IMPULS, Bürgerstraße 6
Telefon: (03 51) 84 72 36 78/
impuls@drk-dresden.de
Wer: DRK Kreisverband Dresden e.V.

10 – 17 Uhr + weitere Termine
Wanderung: Strecke nach Ansage (10 bis 15 km)
Kosten: 1 Euro
Wo: Postplatz, Käse-Glocke (altes DVB-Häuschen)
Telefon: (03 51) 84 72 36 78/
impuls@drk-dresden.de
Wer: DRK Kreisverband Dresden e.V.

11 – 13 Uhr + weitere Termine
Bastelzirkel
Kosten: 1,50 Euro
Wo: Begegnungsstätte „Michelangelo“
Räcknitzhöhe 52
Wer: VS-Begegnungsstätte „Michelangelo“
13 – 14 Uhr + weitere Termine
Heiteres Gedächtnistraining
Kosten: 2 Euro

Wo: Begegnungsstätte „Michelangelo“
Räcknitzhöhe 52
Wer: VS-Begegnungsstätte „Michelangelo“

14 – 15.30 Uhr
Jahresauftaktfeier
Kosten: 2,50 Euro
Wo: AWO Seniorenbegegnungsstätte
Hainsberger Straße 2
Anmeldung bis eine Woche vorher
Telefon: (03 51) 4 12 54 71
Wer: AWO-Seniorenbegegnungsstätte Löbtau

14 – 15.45 Uhr + weitere Termine
Geselliger Tanz
Kosten: 1,50 Euro
Wo: Begegnungsstätte „Michelangelo“
Räcknitzhöhe 52
Wer: VS-Begegnungsstätte „Michelangelo“

14 – 16 Uhr + weitere Termine
Vorlesecafé: „Krimis aus dem Leben“
Kosten: 1 Euro
Wo: Seniorenzentrum IMPULS, Bürgerstraße 6
Telefon: (03 51) 84 73 26 78/
impuls@drk-dresden.de
Wer: DRK Kreisverband Dresden e.V.

14 – 16 Uhr + weitere Termine
Floristik: „Gesteck-Ikebana“
Kosten: 2 Euro
Wo: Seniorenbegegnungsstätte Wittenberger Straße 83
Wer: Ökumenische Seniorenhilfe Dresden e.V.

14.30 Uhr
Köstliches rund um den Kaffee
Kosten: 1,50 Euro
Wo: ASB-Seniorenzentrum „Wiesenhäuser“, Wiesenstraße 17
Wer: ASB-Seniorenzentrum

17 – 19 Uhr + weitere Termine
Kulturfreundinnen Ü50-Treff
Kosten: 2 Euro
Wo: Seniorenzentrum IMPULS, Bürgerstraße 6
Telefon: (03 51) 84 72 36 78/
impuls@drk-dresden.de
Wer: DRK Kreisverband Dresden e.V.

Mittwoch, 15. Januar

10 – 12 Uhr + weitere Termine
PC- und Internetkurs für Anfänger
Kosten: 8,50 Euro
Wo: AWO Seniorenbegegnungsstätte, Hainsberger Straße 2
Anmeldung bis eine Woche vorher

Raumdecor
LEUE GmbH

Beratung · Verkauf
Verlegung/Montage

- ◆ Parkett/Laminat
- ◆ Teppichböden
- ◆ PVC-Beläge
- ◆ Gardinen und Zubehör
- ◆ Farben/Tapeten
- ◆ Sonnenschutz

Omschwitz Ring 17 · 01169 Dresden
Telefon 0351 4129436
Warthaer Straße 25 · 01157 Dresden
Telefon 0351 4214092
www.raumdecor-leue.de

Telefon: (03 51) 4 12 54 71
Wer: AWO-Seniorenbegegnungsstätte Löbtau

10 – 12 Uhr
Streifzüge durch Litauen, Lettland und Estland

Kosten: 3 Euro
Wo: Hörsaal Deutsches Hygienemuseum, Lingnerplatz 1
Wer: Dresdner Seniorenakademie Wissenschaft und Kunst

13 – 16.30 Uhr + weitere Termine
Skat-, Rommé-, Schach-Nachmittag
Kosten: 1 Euro
Wo: AWO Seniorenbegegnungsstätte, Hainsberger Straße 2
Telefon: (03 51) 4 13 54 71
Wer: AWO-Seniorenbegegnungsstätte Löbtau

14 Uhr + weitere Termine
Gedächtnistraining in geselliger Runde
Kosten: 1,50 Euro
Wo: ASB-Seniorenzentrum „Wiesenhäuser“, Wiesenstraße 17
Wer: ASB-Seniorenzentrum

14.30 – 15.30 Uhr
„Ein neues Jahr – Ein neues Glück“
Kosten: 3,50 Euro
Wo: Begegnungsstätte „Michelangelo“
Räcknitzhöhe 52
Wer: VS-Begegnungsstätte „Michelangelo“

14.30 – 15.30 Uhr
Videovortrag „Kappadokien“
Kosten: 2 Euro
Wo: SBS Laubegast, Laubegaster Ufer 22
Wer: VS-Begegnungsstätte Laubegast

14.30 – 15.30 Uhr
Atemgymnastik
Kosten: 4 Euro
Wo: Begegnungsstätte Wittenberger Straße 83

Anmeldung bis eine Woche vorher
Telefon: (03 51) 3 40 09 76
Wer: Ökumenische Seniorenhilfe
Dresden e.V.

15 Uhr + weitere Termine

Spielenachmittag im kleinen Raum
Kosten: 1,50 Euro
Wo: ASB-Seniorenzentrum „Wiesen-
häuser“, Wiesenstraße 17
Wer: ASB-Seniorenzentrum

Donnerstag, 16. Januar

10 – 11 Uhr + weitere Termine

Gedächtnis spielend trainieren
Kosten: 1 Euro
Wo: Seniorenzentrum IMPULS, Bür-
gerstraße 6
Telefon: (03 51) 84 72 36 78/
impuls@drk-dresden.de
Wer: DRK Kreisverband Dresden e.V.

10.30 – 11.30 Uhr

Erinnern – Erzählen – Schreiben
Wo: VS-Begegnungsstätte „fidelio“,
Papstsdorfer Straße 25
Telefon: (03 51) 2 50 21 60
Wer: VS-Begegnungsstätte „fidelio“

11 – 12 Uhr + weitere Termine

Englisch für Anfänger
Kosten: 2 Euro
Wo: AWO-Seniorenbegegnungsstätte,
Hainsberger Straße 2
Anmeldung bis eine Woche vorher
Telefon: (03 51) 4 12 54 71
Wer: AWO-Seniorenbegegnungsstät-
te Löbtau

13 – 16 Uhr

Computersprechstunde
Kosten: 5 Euro
Wo: ARTOS e. V. Heinrich-Greif-
Straße 20
Anmeldung bis einen Tag vorher
Telefon: (03 51) 47 85 80/
artos@artos.de
Wer: Artos die mediengemeinschaft
e. V.

14 – 15.30 Uhr

**Von der Spätantike zum frühen
Mittelalter**
Kosten: 1 Euro
Wo: Deutsches Hygiene-Museum,
Hörsaal
Wer: Dresdner Seniorenakademie
Wissenschaft und Kunst

14 – 16 Uhr

Kreativ-Forum
Wo: VS-Begegnungsstätte „fidelio“,
Papstsdorfer Straße 25
Anmeldung bis 9. Januar 2014
Telefon: (03 51) 2 50 21 60
Wer: VS-Begegnungsstätte „fidelio“

14.30 Uhr

Musikkalisch nach Wien

Kosten: 1,50 Euro
Wo: ASB-Seniorenzentrum „Wiesen-
häuser“, Wiesenstraße 17
Wer: ASB-Seniorenzentrum

14.30 – 15.30 Uhr + weitere Termine

Yoga

Kosten: 5 Euro
Wo: Begegnungsstätte „Michel-
angelo“
Räcknitzhöhe 52
Wer: VS-Begegnungsstätte „Michel-
angelo“

17 – 00 Uhr + weitere Termine

**Qi Gong – fördert Gesundheit und
Wohlbefinden**

Kosten: 1,50 Euro
Wo: ASB-Seniorenzentrum „Wiesen-
häuser“, Wiesenstraße 17
Wer: ASB-Seniorenzentrum

Freitag, 17. Januar

9 – 12.30 Uhr + weitere Termine

**Workshop „Dateien, Ordner & Co.“
2 Veranstaltungen**

Kosten: 35 Euro
Wo: ARTOS e. V. Heinrich-Greif-
Straße 20
Anmeldung bis ein Tag vorher
Telefon: (03 51) 47 85 80/
artos@artos.de
Wer: Artos die mediengemeinschaft
e. V.

14 – 16 Uhr

Bildvortrag: „Klöster im Kaukasus“
Kosten: 1 Euro
Wo: Begegnungsstätte
Wittenberger Straße 83
Wer: Ökumenische Seniorenhilfe
Dresden e.V.

Sonntag, 19. Januar

16 – 19 Uhr

Live Bolshoi Moskau – JEWELS

Kosten: 20 Euro
Wo: Cineplex Rundkino, Prager
Straße 6
Telefon: (03 51) 4 84 39 22
Wer: Rundkino Dresden

Montag, 20. Januar

9.15 – 10.45 Uhr + weitere Termine

Yoga sanft am Morgen

Kosten: 12 Euro
Wo: aktivpunkt, Zwinglistraße 32 ,
Rückseite Bäcker Möbius
Anmeldung bis eine Woche vorher

Telefon: (01 78) 4 33 84 66/
www.corinabode.de

Wer: Corina Bode – aktivpunkt e.V.

10.30 – 12 Uhr + weitere Termine

Heiteres Gedächtnistraining

Kosten: 1,50 Euro
Wo: VS-Begegnungsstätte, Laubega-
ster Ufer 22
Wer: VS-Begegnungsstätte Laubegast

14 – 17 Uhr

**Kulturhistor. Stadtwanderung:
Forstrevier Klotzsche (7 km)**

Kosten: 1 Euro
Wo: Haltestelle „Neue Brücke“ (Li-
nien 7, 70)
Telefon: (03 51) 84 72 36 78/
impuls@drk-dresden.de
Wer: DRK Kreisverband Dresden e.V.

Dienstag, 21. Januar

10 – 12 Uhr

Nähkurs

Kosten: 2,50 Euro
Wo: Seniorenbegegnungszentrum
BÜLOWH
Pillnitzer Landstraße 12
Wer: Ökumenische Seniorenbegeg-
nungsstätte BÜLOWH

11 Uhr

Islamische Heiligenverehrung

Kosten: 4 Euro
Wo: Museum für Völkerkunde, Pa-
laisplatz 11
Wer: Museum für Völkerkunde
Dresden

14 – 15.30 Uhr

**„Mein Bruder macht im Tonfilm
die Geräusche“**

Kosten: 1,50 Euro
Wo: AWO Seniorenbegegnungsstätte
Hainsberger Straße 2
Anmeldung bis eine Woche vorher
Telefon: (03 51) 4 12 54 71
Wer: AWO-Seniorenbegegnungsstät-
te Löbtau

14 – 16 Uhr

Klubcafé

Kosten: 1 Euro
Wo: SBS Laubegast, Laubegaster
Ufer 22
Wer: VS-Begegnungsstätte Laube-
gast

14 – 16 Uhr

**Neujahrskonzert mit Chor der
Bäcker und Konditoren**

Kosten: 2 Euro
Wo: VS-Begegnungsstätte, Trachen-
berger Straße 6
Telefon: (03 51) 5 01 04 25
Wer: Begegnungsstätte Trachen-

berge
14.30 Uhr
große Modenschau
Kosten: 1,50 Euro
Wo: ASB-Seniorenzentrum „Wiesenhäuser“, Wiesenstraße 17
Wer: ASB-Seniorenzentrum

Mittwoch, 22. Januar

7.30 – 8.30 Uhr + weitere Termine
Sport für Männer
Kosten: 1,50 Euro
Wo: ASB-Seniorenzentrum „Wiesenhäuser“, Wiesenstraße 17

Wer: ASB-Seniorenzentrum
9 – 10 Uhr + weitere Termine
Sport für Männer
Kosten: 1,50 Euro
Wo: ASB-Seniorenzentrum „Wiesenhäuser“, Wiesenstraße 17
Wer: ASB-Seniorenzentrum

10 – 12 Uhr
Bowling 50plus
Kosten: 5 Euro
Wo: Eingang Bowlingarena Südhöhe
Wer: Böhm-50plus Dresden

13.45 – 14.45 Uhr
Wir singen gemeinsam – Gitarrenbegleitung
Kosten: 3,50 Euro
Wo: Begegnungsstätte „Michelangelo“
Räcknitzhöhe 52
Wer: VS-Begegnungsstätte „Michelangelo“

14 – 16 Uhr
Literaturcafé: „Adolf H. – Zwei Leben“ von E.-E. Schmitt
Kosten: 2 Euro
Wo: Seniorenzentrum IMPULS, Bürgerstraße 6
Telefon: (03 51) 84 73 26 78/
impuls@drk-dresden.de
Wer: DRK Kreisverband Dresden e.V.

18.45 – 19.45 Uhr + weitere Termine
Tai Chi Qi-Gong
Kosten: 5 Euro
Wo: VS-Begegnungsstätte, Räcknitzhöhe 52
Wer: VS-Begegnungsstätte „Michelangelo“

Donnerstag, 23. Januar

8.15 – 9.15 Uhr + weitere Termine
sanfte Wirbelsäulengymnastik
Kosten: 100 Euro
Wo: aktivpunkt, Zwinglistraße 32
(Rückseite von Bäcker Möbius, dort

Metalltreppe außen hoch)
Anmeldung bis eine Woche vorher
Telefon: (01 78) 4 33 84 66 oder unter
kurse@corinabode.de
Wer: Corina Bode – aktivpunkt e.V.

13 – 16 Uhr
Computersprechstunde
Kosten: 5 Euro
Wo: ARTOS e. V. Heinrich-Greif-Str. 20
Anmeldung bis einen Tag vorher
Telefon: (03 51) 47 85 80/artos@artos.de
Wer: Artos die mediengemeinschaft e. V.

14 Uhr
Verkehrsteilnehmerschulung
Kosten: 1,50 Euro
Wo: ASB-Seniorenzentrum „Wiesenhäuser“, Wiesenstraße 17
Wer: ASB-Seniorenzentrum

14 – 15.30 Uhr
Kappadokien Dia Vortrag
Kosten: 1,50 Euro
Wo: AWO-Begegnungsstätte, Hainsberger Straße 2
Anmeldung bis eine Woche vorher
Telefon: (03 51) 4 13 54 71
Wer: AWO-Seniorenbegegnungsstätte Löbtau

14.30 – 16 Uhr
UFA-Die deutsche Traumfabrik – Lilian Harvey
Kosten: 2 Euro
Wo: SBS Laubegast, Laubegaster Ufer 22
Wer: VS-Begegnungsstätte Laubegast

Freitag, 24. Januar

14 – 18 Uhr
Seniorentanz
Kosten: 4 Euro
Wo: SBS Laubegast, Laubegaster Ufer 22
Wer: VS-Begegnungsstätte Laubegast

17 – 18.30 Uhr + weitere Termine
Yoga-Kurs
Kosten: 1,50 Euro
Wo: ASB-Seniorenzentrum „Wiesenhäuser“, Wiesenstraße 17
Wer: ASB-Seniorenzentrum

19.30 – 21 Uhr
**66. Laubegaster Abend
Thomas Stelzer im Konzert**
Kosten: 15 Euro
Wo: SBS Laubegast, Laubegaster Ufer 22
Anmeldung bis eine Woche vorher
Telefon: (03 51) 5 01 05 25
Wer: VS-Begegnungsstätte Laubegast

Sonnabend, 25. Januar

14 – 17.30 Uhr
Tanz
Kosten: 4 Euro
Wo: VS-Begegnungsstätte, Trachenberger Straße 6
Telefon: (03 51) 5 01 04 25
Wer: Begegnungsstätte Trachenberge
15 – 16.10 Uhr
„The Snow Queen“ in englischer Sprache, eclectic theatre
Kosten: 5 Euro
Wo: Theaterhaus Rudi, Fechnerstraße 2a
Anmeldung bis einen Tag vorher
Telefon: (03 51) 8 49 19 25, theaterhaus-rudi@dresden.de
Wer: Theaterhaus Rudi

Sonntag, 26. Januar

15 – 16.10 Uhr
„The Snow Queen“ in englischer Sprache, eclectic theatre
Kosten: 5 Euro
Wo: Theaterhaus Rudi, Fechnerstraße 2a
Anmeldung bis einen Tag vorher
Telefon: (03 51) 8 49 19 25, theaterhaus-rudi@dresden.de
Wer: Theaterhaus Rudi

Montag, 27. Januar

9 – 12.30 Uhr + weitere Termine
GK Einführung in die Bildbearbeitung 4-tägig,
Kosten: 70 Euro
Wo: ARTOS e. V. Heinrich-Greif-Str. 20
Anmeldung bis einen Tag vorher
Telefon: (03 51) 47 85 80/
artos@artos.de
Wer: Artos die mediengemeinschaft e. V.
9 – 13 Uhr
online-Kurs Thema „Einkaufen“
Kosten: 20 Euro
Wo: ARTOS e. V. Heinrich-Greif-Str. 20
Anmeldung bis einen Tag vorher
Telefon: (03 51) 47 85 80/artos@artos.de
Wer: Artos die mediengemeinschaft e. V.
9.30 – 10.45 Uhr + weitere Termine
Handarbeitszirkel – Stricken, Häkeln, Sticken
Kosten: 1 Euro
Wer, Wo: Begegnungsstätte „Michelangelo“, Räcknitzhöhe 52

10 – 12.30 Uhr + weitere Termine

Einführung ins kreative und biografische Schreiben, Kosten: 2 Euro

Wo: Seniorenzentrum IMPULS, Bürgerstraße 6

Telefon: (03 51) 84 72 36 78/

impuls@drk-dresden.de

Wer: DRK Kreisverband Dresden e.V.

14.30 – 16 Uhr

Erzählcafé Laubegaster Geschichten

Kosten: 1 Euro

Wo: SBS Laubegast, Laubegaster Ufer 22

Wer: VS-Begegnungsstätte Laubegast

Dienstag, 28. Januar

11 – 13 Uhr

„Die Altstadtanierung von Görlitz“

Kosten: 4 Euro

Wo: Deutsches Hygiene-Museum, Lingnerplatz 1

Wer: Dresdner Seniorenakademie Wissenschaft und Kunst

14 – 15.30 Uhr

Tibet Dia-Vortrag

Kosten: 1,50 Euro

Wo: AWO Begegnungsstätte Hainsberger Straße 2

Anmeldung bis eine Woche vorher

Telefon: (03 51) 4 12 54 71

Wer: AWO-Seniorenbegegnungsstätte Löbtau

14.30 Uhr

Fahren wir noch einmal nach Kanada (Teil 2)

Kosten: 1,50 Euro

Wo: ASB-Seniorenzentrum „Wiesenhäuser“, Wiesenstraße 17

Wer: ASB-Seniorenzentrum

Mittwoch, 29. Januar

10 – 12 Uhr

Wer? Wie? Was? eBooks und eReader

Kosten: 4 Euro

Wo: Deutsches Hygiene-Museum, Lingnerplatz 1

Wer: Dresdner Seniorenakademie Wissenschaft und Kunst

14.30 – 15.30 Uhr

Musikalischer Nachmittag

Kosten: 4 Euro

Wer, Wo: Begegnungsstätte „Michelangelo“, Räcknitzhöhe 52

Donnerstag, 30. Januar

9.30 – 10.30 Uhr + weitere Termine

Seniorengymnastik

Kosten: 2 Euro

Wer, Wo: AWO Seniorenbegegnungsstätte, Hainsberger Straße 2

Anmeldung bis eine Woche vorher

Telefon: (03 51) 4 13 54 71

9.45 – 11.30 Uhr + weitere Termine

Tanz – sanfte Bewegung nach Musik

Kosten: 1,50 Euro

Wer, Wo: ASB-Seniorenzentrum „Wiesenhäuser“, Wiesenstraße 17

11 – 13 Uhr + weitere Termine

Computerkurs für Anfänger

Kosten: 9 Euro

Wer, Wo: Begegnungsstätte „Michelangelo“

Räcknitzhöhe 52

12.30 – 00 Uhr

Kultur am Mittag

Kosten: 2 Euro

Wer, Wo: Museum für Völkerkunde, Palaisplatz 11

13 – 16 Uhr

Computersprechstunde

Kosten: 5 Euro

Wo: ARTOS e. V. Heinrich-Greif-Str. 20

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 47 85 80/

artos@artos.de

Wer: Artos die Mediengemeinschaft e. V.

14 – 16 Uhr

Musikalischer Donnerstag

Kosten: 5 Euro

Wer, Wo: VS-Begegnungsstätte „fidelio“, Papstdorfer Straße 25

Anmeldung bis 28. Januar 2014

Telefon: (03 51) 2 50 21 60

18 – 19.30 Uhr

Gesundheitsvortrag: Alles klar für ein leichteres Leben?

Kosten: 5 Euro

Wo: Seniorenbegegnungszentrum BÜLOWH

Pillnitzer Landstraße 12

Telefon: (03 51) 2 68 89 88

Wer: Ökumenische Seniorenbegegnungsstätte BÜLOWH

Freitag, 31. Januar

13.15 – 14.45 Uhr + weitere Termine

Englisch für Fortgeschrittene

Kosten: 8 Euro

Wo: VS-Begegnungsstätte „Michelangelo“, Räcknitzhöhe 52

Wer: VS-Begegnungsstätte „Michelangelo“

Redaktionsschluss: 12. Dezember

Impressum



Dresdner plusZeit

Mitteilungsblatt der

Landeshauptstadt Dresden

www.dresden.de/pluszeit

Herausgeberin:

Landeshauptstadt Dresden

Die Oberbürgermeisterin

Öffentlichkeitsarbeit

Dr.-Külz-Ring 19, Postfach 12 00 20

01001 Dresden

Telefon: (03 51) 4 88 23 90

Telefax: (03 51) 4 88 22 38

E-Mail: presse@dresden.de

Redaktion/Satz:

Doris Schmidt-Krech (verantwortlich)

Heike Großmann (stellvertretend)

Sylvia Siebert, Grit Hammer, Jürgen Eckoldt,

Barbara Münch, Heribert Pallas,

Andreas Tampe

Verlag, Anzeigen,

Verlagsbeilagen

scharfe media e. K.

Tharandter Straße 31-33

01159 Dresden

Telefon (03 51) 4203 16 60

Telefax (03 51) 4203 16 97

E-Mail info@scharfe-media.de

Web www.scharfe-media.de

Verlagssonderveröffentlichung

Redakteurin

Julia Oliver

Telefon (03 51) 42 03 16 26

Telefax (03 51) 42 03 16 97

Druck

Schenkelberg Druck

Weimar GmbH

Vertrieb

Pirnaer Rundschau

Vertriebs- und Werbeagentur

P. Hatzirakleios

Bezugsbedingungen

Der Seniorenkalender erscheint monatlich, jeweils in der letzten Ausgabe des Monats im Amtsblatt. Er liegt kostenlos mit dem Amtsblatt in den Rathäusern, Ortsämtern und Verwaltungsstellen der Stadt, in den Filialen der Ostsächsischen Sparkasse Dresden sowie in weiteren Dresdner Bürohäusern und Einrichtungen aus.

Jahresabonnement für das Amtsblatt über Postversand: 63,35 EUR inklusive Mehrwertsteuer, Versand und Porto. Die Aufnahme eines Abonnements ist wöchentlich möglich bei anteiligem Abonnementpreis. Kündigungen müssen bis zum 15. November des Jahres bei scharfe media e. K. nach einem Mindestbezug von einem Jahr schriftlich eingegangen sein.