



Nach dem Sturz ins Pflegeheim?

Drei bis fünf Wochen verbringen die Patienten in der geriatrischen Rehabilitation

Ein Sturz in den eigenen vier Wänden kann scheinbar einfache Alltagssituationen zur Herausforderung werden lassen. Speziell für ältere Menschen, jenseits der 70, endet ein solcher Unfall oft im Pflegeheim. Um dies zu verhindern, hat sich das Städtische Klinikum Dresden-Neustadt auf die Behandlung älterer Menschen spezialisiert.

Die Geriatrische Rehabilitationsklinik Dresden-Löbtau versorgt ältere Patienten, bei denen oft mehrere Erkrankungen zugleich vorliegen, die sie im Alltag einschränken. Betrachtet wird von den Profis der Altersmedizin dabei nicht nur eine Krankheit – Unfall, Knochenbruch, Herzinfarkt oder Demenz – sondern die gesamte Lebenssituation. „Bei uns werden die Patienten als Ganzes gesehen“, erklärt Ines Bochmann, leitende Pflegefachkraft der geriatrischen Reha. „Bricht sich ein älterer Mensch ein Bein, geht man dem auf den Grund: Warum ist er gefallen? Gibt es zu Hause Stolperfallen? Lassen die Muskeln wegen schlechter Ernährung nach? Liegt eine Sehschwäche vor, eventuell als Folge eines Altersdiabetes?“ Hierfür ist ein Team aus verschiedenen Berufsgruppen gefragt. Die betreuenden Ärzte sind Spezialisten für Altersmedizin, sie wissen, wie sich Symptome mehrerer Krankheiten überlagern und welche Medikamente bei Senioren anders wirken. Speziell geschulte



Pflegefachkräfte, Logopäden, Ernährungsberater, Physio- und Ergotherapeuten gehören ebenso wie Sozialdienst und Psychologen zum gemeinsamen Team. „Sich selber versorgen, ein selbstständiges Leben führen“, so formuliert der Chefarzt Dr. Matthias Görnig das Ziel der geriatrischen Rehabilitation und damit auch den Wunsch der meisten Patienten. „Für uns gilt es, die drohende Immobilisierung und Pflegebedürftigkeit der älteren Patienten nach einer schweren Krankheit zu vermeiden“, konkretisiert Dr. Görnig. „Dafür entwickeln wir für jeden Patienten ein individuelles Behandlungskonzept und berücksichtigen dabei körperliche, geistige, seelische und soziale Aspekte. „Wir setzen dabei auf eine aktivierende Pflege“, ergänzt Ines Bochmann. In der Reha

Wladimir Weißbrot und Werner Fichtner beim Training der Beinmuskulatur. Roswitha Möbius hilft ihnen dabei. Foto: Roland Fröhlich

soll der ältere Patient wieder lernen, den Alltag allein zu meistern. „Das heißt, die Patienten werden angeleitet und unterstützt beispielsweise die Körperpflege selbst zu übernehmen oder selbstständig ihre Kleidung zu wechseln“, erläutert Ines Bochmann. „Die wichtigsten Handgriffe zum Kochen werden in der Übungsküche erprobt. In den Badezimmern lassen sich etwa Haltegriffe testen oder erhöhte Toilettensitze.“ Über die körperlichen Beschwerden hinaus sind ältere Patienten im Alltag dennoch auf Unterstützung angewiesen. Die Reha-Klinik in Dresden-Löbtau berücksichtigt auch die sozialen Auswirkungen auf den Patienten und be-

zieht Angehörige in die Therapie ein.

16 Jahre ist es her, dass die Geriatrische Rehabilitation am Städtischen Klinikum Dresden-Neustadt etabliert wurde. Durch diese Anbindung an die akutmedizinischen Versorgung und insbesondere die Kooperation mit der akutgeriatrischen Abteilung können die Vorteile einer durchgängigen, nach einheitlichen Prinzipien gestalteten Behandlung älterer Patienten optimal genutzt werden. Zudem sorgt der demografische Wandel auch in Dresden dafür, dass der Altersmedizin hier eine immer größere Bedeutung zukommen wird.

Die modern ausgestattete Klinik verfügt über 80 Betten. Die Patienten sind vorwiegend in Zwei- und Einbettzimmern untergebracht, die jeweils mit rollstuhlgerechter Sanitärzelle, TV und Telefon ausgestattet sind. Die Therapien finden in großzügig angelegten und gut ausgestatteten Behandlungsräumen statt. Zu den weiteren Angeboten gehören eine Bibliothek, Cafeteria sowie Friseur und Fußpflege und natürlich kulturelle Veranstaltungen.

Kontakt

Städtisches Klinikum Dresden-Neustadt
Geriatrische Rehabilitationsklinik Dresden-Löbtau
Altonaer Straße 2a
01159 Dresden
Telefon: (03 51) 8 56 27 00
E-Mail: rehaklinik@khdn.de
www.klinikum-dresden.de

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

Dienstag, 1. November

9 – 10.30 Uhr + weitere Termine

Touristen-Englisch für Anfänger und Fortgeschrittene

Kosten: 8 Euro

Wer/Wo: VS-Begegnungsstätte „Michelangelo“

Räcknitzhöhe 52

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 2 13 97 09

10 – 11 Uhr + weitere Termine

Gedächtnisspiele für Fortgeschrittene

Kosten: 3 Euro

Wer/Wo: VS-Begegnungs- und Beratungszentrum

Nürnberger Straße 45

10 – 12 Uhr + weitere Termine

PC- und Internetkurs für Anfänger

Wer/Wo: AWO Begegnungs- und Beratungszentrum

Hainsberger Straße 2

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 4 13 54 71

10 – 12 Uhr + weitere Termine

Malen wie Paul Klee – mit Aquarell und Tusche

Kosten: 1,50 Euro

Wer/Wo: DRK-Seniorenzentrum IMPULS

Bürgerstraße 6

13 – 17 Uhr

Kurzwanderung: nach Ansage und Wetterlage (6–7 km)

Kosten: 2,50 Euro

Wer/Wo: DRK-Seniorenzentrum IMPULS

Haltestelle Postplatz vor Bäckerei Möbius

14 – 15 Uhr

Unter der Laterne – Dresdner und andere Lichtgeschichten

Kosten: 2,50 Euro

Wer/Wo: DRK-Begegnungszentrum Johann

14 – 17 Uhr

Rundkino: Filmcafé – MAGGIES PLAN

Kosten: 6 Euro

Wer/Wo: Rundkino, Prager Straße 6

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 4 84 39 22

Mittwoch, 2. November

9.30 – 10.30 Uhr + weitere Termine

Französisch für Anfänger mit Vorkenntnissen

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: AWO Begegnungs- und Beratungszentrum

Hainsberger Straße 2

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 4 13 54 71

9.30 – 11 Uhr

Gesprächsrunde für ältere Kraftfahrer

Kosten: 1 Euro

Wer/Wo: VS-Begegnungsstätte

Laubegaster Ufer 22

10 – 10.45 Uhr + weitere Termine

Seniorengymnastik

Kosten: 3 Euro

Wer/Wo: VS-Begegnungs- und Beratungszentrum

Nürnberger Straße 45

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 4 71 93 66

10 – 12 Uhr + weitere Termine

Mal- und Zeichenkurs

Kosten: 1,50 Euro

Wer/Wo: VS-Begegnungs- und Beratungszentrum

Nürnberger Straße 45

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 4 71 93 66

10 – 12 Uhr

Traumkino: Mit besten Absichten

Kosten: 5 Euro

Wer/Wo: UFA Kristallpalast

St. Petersburger Straße 24a

10 – 12.45 Uhr

Traumkino: Toni Erdmann

Kosten: 5 Euro

Wer/Wo: UFA Kristallpalast, St. Petersburger Straße 24a

10.30 – 12 Uhr

Lesezeit: „Was soll man lesen?“

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: Ökumenische Seniorenhilfe Dresden e.V.

Wittenberger Straße 83

10.45 – 11.45 Uhr

Französisch für Fortgeschrittene

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: AWO Begegnungs- und Beratungszentrum

Hainsberger Straße 2

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 4 13 54 71

10.45 – 12 Uhr + weitere Termine

Strickrunde: Figuren, Puppen und anderes

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: VS-Begegnungs- und Beratungszentrum

Nürnberger Straße 45

13 – 16.30 Uhr + weitere Termine

Skat, Rommee und Schach

Kosten: 1 Euro

Wer/Wo: AWO Begegnungs- und Beratungszentrum

Hainsberger Straße 2

13.30 – 15.30 Uhr + weitere Termine

Stricken für Alle

Kosten: 1 Euro

Wer/Wo: Volkssolidarität Dresden e. V., Trachenberger Straße 6

Anmeldung jeweils einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 5 01 04 25

14 – 15.30 Uhr

Strickgruppe: „Erfahrene Hände stricken für kleine Füße“

Kosten: 1 Euro

Wer/Wo: Ökumenische Seniorenhilfe Dresden e.V.

Wittenberger Straße 83

14–16 Uhr

Flohmarkt im IMPULS

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

14–18 Uhr

Tanznachmittag

Kosten: 4 Euro
Wer/Wo: VS-Begegnungsstätte „fidelio“
Papstdorfer Straße 25
Anmeldung bis einen Tag vorher
Telefon: (03 51) 2 50 21 60

14.30–16 Uhr

Besuch auf der Insel Olchon im Baikalsee

Kosten: 2 Euro
Wer/Wo: VS-Begegnungsstätte, Laubegaster Ufer 22

15.30–17 Uhr + weitere Termine

Yoga sanft am Nachmittag (10-mal)

Kosten: 120 Euro
Wer/Wo: Corina Bode, Palitzschhof, Haus 1
Anmeldung bis einen Tag vorher
Telefon: (01 78) 4 33 84 66

20.15–23 Uhr

Rundkino: Royal Opera London – ANASTASIA

Kosten: 23 Euro
Wer/Wo: Rundkino, Prager Straße 6

Donnerstag, 3. November

8.15–11 Uhr

10-mal sanfte Wirbelsäulengymnastik

Kosten: 100 Euro
Wer/Wo: Corina Bode, Palitzschhof, Gamigstraße 24, im Hof
Eingang mit der Rampe,
Anmeldung bis eine Woche vorher
Telefon: (01 78) 4 33 84 66/kurse@corinabode.de

10–11 Uhr + weitere Termine

Mußestunde – Gruppe für Menschen mit Demenz/Alzheimer

Wer/Wo: AWO Sozialzentrum Prohlis
Herzberger Straße 2 – 4

10–11 Uhr

Gymnastik im Sitzen – Fit bis ins hohe Alter!

Kosten: 1,50 Euro
Wer/Wo: DRK-Seniorenzentrum IMPULS, Bürgerstraße 6

10–12 Uhr + weitere Termine

Nordic-Walking-Gruppe IMPULS (inklusive Stöcke)

Kosten: 1,50 Euro
Wer/Wo: DRK-Seniorenzentrum IMPULS
Bürgerstraße 6

10.30–11.30 Uhr + weitere Termine

Nordic Walking

Kosten: 2 Euro
Wer/Wo: Ökumenische Seniorenbegegnungsstätte BÜLOWH
Pillnitzer Landstraße 12
Anmeldung bis einen Tag vorher
Telefon: (03 51) 2 68 89 88/sbz.buelowh@diakonie

11–12 Uhr

Lust auf Russisch

Kosten: 2 Euro
Wer/Wo: Ökumenische Seniorenhilfe Dresden e.V.
Wittenberger Straße 83

14–16 Uhr + weitere Termine

Malzirkel mit Mariia

Kosten: 5 Euro
Wer/Wo: Volkssolidarität Dresden e. V.
Trachenberger Straße 6

14–16 Uhr

Kurfürst August von Sachsen (1526–1586) und seine Zeit

Kosten: 4 Euro
Wer/Wo: Dresdner Seniorenakademie Wissenschaft und Kunst
Deutsches Hygiene-Museum
Lingnerplatz 1

14–16 Uhr

NEU: Zeitzeugenprojekt „Engagement in der DDR“

Wer/Wo: DRK-Seniorenzentrum IMPULS
Bürgerstraße 6
Anmeldung bis einen Tag vorher
Telefon: (03 51) 84 72 25 78/impuls@drk-dresden.de

14.30–15.30 Uhr

Tablet- und PC-Sprechstunde

Kosten: 2 Euro
Wer/Wo: Ökumenische Seniorenbegegnungsstätte BÜLOWH
Pillnitzer Landstraße 12
Anmeldung bis einen Tag vorher
Telefon: (03 51) 2 68 89 88/sbz.buelowh@diakonie

15.30–17 Uhr

Offene Computer- und Handysprechstunde

Kosten: 2 Euro
Wer/Wo: Ökumenische Seniorenhilfe Dresden e.V.
Wittenberger Straße 83
Anmeldung bis einen Tag vorher
Telefon: (03 51) 3 40 08 76/bg.seniorenhilfe-dd@evlks.de

16 Uhr

Kreative Entspannung

Kosten: 5 Euro
Wer/Wo: DRK-Begegnungszentrum Johann
Anmeldung bis einen Tag vorher
Telefon: (03 51) 4 46 76 23

16–18 Uhr

Führung durch den Landtag mit Frau Dr. Stange

Wer/Wo: AWO Begegnungs- und Beratungszentrum
Treffpunkt vor dem Landtag
Anmeldung bis eine Woche vorher
Telefon: (03 51) 4 13 54 71



Große Auswahl
Kostenloses Probetragen
Zufriedenheitsgarantie
Zubehör u.v.m.

Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

DER HÖRGERÄTELADEN

2x in Dresden | Filiale Johannstadt | Filiale Gruna
Pfortenhauerstraße 41 | Stübelallee 55
0351 210 44 88 | 0351 250 90 06

www.der-hoergeraeteladen.de | info@der-hoergeraeteladen.de

16.15 – 18.15 Uhr

Holzsnitzkurs

Kosten: 20 Euro
 Wer/Wo: Ökumenische Seniorenhilfe Dresden e.V.,
 Wittenberger Straße 83
 Anmeldung jeweils einen Tag vorher
 Telefon: (03 51) 3 40 08 76 oder bg.seniorenhilfe-dd@evlks.de

Freitag, 4. November

8.45 – 9.45 Uhr + weitere Termine

Tai Chi – Qigong für Anfänger

Kosten: 6,50 Euro
 Wer/Wo: VS-Begegnungsstätte „Michelangelo“
 Räcknitzhöhe 52
 Anmeldung bis einen Tag vorher
 Telefon: (03 51) 2 13 97 09

9 – 10 Uhr + weitere Termine

Yoga am Morgen

Kosten: 5 Euro
 Wer/Wo: Volkssolidarität Dresden e. V.
 Trachenberger Straße 6
 Anmeldung bis einen Tag vorher
 Telefon: (03 51) 5 01 04 25

14 – 16 Uhr

Töpfern

Kosten: 2 Euro
 Wer/Wo: AWO Begegnungs- und Beratungszentrum
 Hainsberger Straße 2
 Anmeldung bis einen Tag vorher
 Telefon: (03 51) 4 13 54 71

14.30 – 15.30 Uhr

Gedächtnistraining

Kosten: 1 Euro
 Wer/Wo: AWO Begegnungs- und Beratungszentrum
 Hainsberger Straße 2
 Anmeldung bis einen Tag vorher
 Telefon: (03 51) 4 13 54 71

Sonntag, 6. November

8.45 Uhr

Erlebniswanderung um Lauenstein

Kosten: 2 Euro
 Wer/Wo: NaturFreunde Deutschlands,
 Ortsgruppe Dresden e. V.
 Dresden Hauptbahnhof vor Gleis 10
 Anmeldung bis einen Tag vorher
 Telefon: (01 73) 9 33 20 65

16 – 18.30 Uhr

Rundkino: Bolshoi-Ballett – DER HELLE BACH

Kosten: 23 Euro
 Wer/Wo: Rundkino
 Prager Straße 6
 Anmeldung bis einen Tag vorher
 Telefon: (03 51) 4 84 39 22/4 84 38 91

Montag, 7. November

9 – 12.30 Uhr

Ein Fotobuch attraktiv gestalten

Kosten: 24 Euro
 Wer/Wo: Artos – die mediengemeinschaft e. V.
 Straße des 17. Juni 25/103B
 Anmeldung bis eine Woche vorher
 Telefon: (03 51) 25 38 14 77/artos@artos.de

9.30 – 11 Uhr + weitere Termine

Grundlagen für den Umgang mit Smartphone und Tablet

Kosten: 5 Euro
 Wer/Wo: VS-Begegnungs- und Beratungszentrum
 Nürnberger Straße 45
 Anmeldung bis einen Tag vorher
 Telefon: (03 51) 4 71 93 66/nuernbergerei@volkssoli-dresden.de

10 – 11 Uhr + weitere Termine

Englisch für Fortgeschrittene

Kosten: 2 Euro
 Wer/Wo: AWO Begegnungs- und Beratungszentrum
 Hainsberger Straße 2
 Anmeldung bis einen Tag vorher
 Telefon: (03 51) 4 13 54 71

11 – 12 Uhr + weitere Termine

Englisch für Anfänger mit Vorkenntnissen

Kosten: 2 Euro
 Wer/Wo: AWO Begegnungs- und Beratungszentrum
 Hainsberger Straße 2
 Anmeldung bis einen Tag vorher
 Telefon: (03 51) 4 13 54 71

13 – 16 Uhr + weitere Termine

Spielenachmittag: Rommé

Kosten: 2 Euro
 Wer/Wo: VS-Begegnungs- und Beratungszentrum
 Nürnberger Straße 45
 Anmeldung bis einen Tag vorher
 Telefon: (03 51) 4 71 93 66

13.30 – 16 Uhr + weitere Termine

Skat

Kosten: 1 Euro
 Wer/Wo: Ökumenische Seniorenhilfe Dresden e.V.
 Wittenberger Straße 83

14 – 15.30 Uhr

Indien: Stippvisite Delhi, Taj Mahal, Fatehpur Sikri

Kosten: 3 Euro
 Wer/Wo: VS-Begegnungsstätte „fidelio“
 Papstdorfer Straße 25

14 – 17 Uhr

Kulturhistorische Wanderung: Zschonergrund – Podemus (ca. 6,5 km)

Kosten: 1,50 Euro
 Wer/Wo: DRK-Seniorenzentrum IMPULS
 Haltestelle „Zschonergrund“ (Buslinie 94)

14.30 – 15.30 Uhr + weitere Termine

Name, Stadt, Land

Kosten: 1 Euro
 Wer/Wo: AWO Begegnungs- und Beratungszentrum
 Hainsberger Straße 2
 Anmeldung bis einen Tag vorher
 Telefon: (03 51) 4 13 54 71

9 – 12.30 Uhr

„Dateien, Ordner & Co.“ (2-tägiger Kurs)

Kosten: 48 Euro

Wer/Wo: Artos – die Mediengemeinschaft e. V.

Straße des 17. Juni 25 Eingang 103 B

Anmeldung bis eine Woche vorher

Telefon: (03 51) 25 38 14 77/artos@artos.de

Dienstag, 8. November

9.30 – 10.45 Uhr

Gedächtnisspiele

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: Ökumenische Seniorenhilfe Dresden e.V.

Wittenberger Straße 83

13.30 – 15 Uhr

Angehörigengruppe für pflegende Angehörige

Wer/Wo: AWO Sozialzentrum Prohlis,

Herzberger Straße 2 – 4

14 – 15.30 Uhr

Bildvortrag: Mit der Transsibirischen Eisenbahn

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: AWO Begegnungs- und Beratungszentrum

Hainsberger Straße 2

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 4 13 54 71

14 – 16 Uhr + weitere Termine

NEU! Handarbeitsgruppe:**Gemeinsam sticken, häkeln, nähen ...**

Kosten: 1,50 Euro

Wer/Wo: DRK-Seniorencentrum IMPULS

Bürgerstraße 6

14 – 17 Uhr

Rundkino: Filmcafé – MEIN ZIEMLICH KLEINER FREUND

Kosten: 6 Euro

Wer/Wo: Rundkino, Prager Straße 6

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 4 84 39 22

15 – 16 Uhr

Landschaftsgärten in Dresden – Bildvortrag

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: Ökumenische Seniorenbegegnungsstätte BÜLOWH

Pillnitzer Landstraße 12

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 2 68 89 88/sbz.buelowh@diakonie

18 – 20 Uhr

Bergabend „Felsklettereien in den Südkarpaten“

Wer/Wo: NaturFreunde Deutschlands, Ortsgruppe Dresden e. V.

Klubraum des DWBV, Blumenstraße 80

Mittwoch, 9. November

10 – 11.45 Uhr

Traumkino: Frühstück bei Monsieur Henri

Kosten: 5 Euro

Wer/Wo: UFA Kristallpalast, St. Petersburger Straße 24a

10 – 11.45 Uhr

Traumkino: Willkommen im Hotel Mama

Kosten: 5 Euro

Wer/Wo: UFA Kristallpalast, St. Petersburger Straße 24a

13 – 18 Uhr

Ausfahrt Elbehochland nach Krietzschwitz in die „Wachskerze“

Kosten: 25 Euro

Wer/Wo: DRK-Seniorencentrum IMPULS, Bürgerstraße 6

14 – 15 Uhr

Alles über den Tee „Ayurveda“

Kosten: 3,50 Euro

Wer/Wo: VS-Begegnungsstätte „Michelangelo“

Räcknitzhöhe 52

14 – 15 Uhr

Reisevortrag Tibet Teil III

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: „Seblia“, Trägerwerk Soziale Dienste in Sachsen

GmbH, Rottwerndorfer Straße 5

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 20 74 33 33

14 – 15.30 Uhr

Führung durch die Staatskanzlei

Kosten: 1 Euro

Wer/Wo: Ökumenische Seniorenhilfe Dresden e.V.

Archivstraße 1, Eingang Königsufer

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 3 40 08 76/bg.seniorenhilfe-dd@evlks.de

14 – 16 Uhr

Gut kommunizieren – wie geht das?

Kosten: 1,50 Euro

Wer/Wo: DRK-Seniorencentrum IMPULS

Bürgerstraße 6

14.30 – 15.30 Uhr

„Freut euch des Lebens“ gemeinsames Singen

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: VS-Begegnungsstätte

Laubegaster Ufer 22

14.30 – 15.30 Uhr

Infonachmittag zu Patientenverfügung und Vorsorgevollmacht

Kosten: 1 Euro

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

15.30 – 17 Uhr

Bedeutende Kunstlandschaften der Welt (3 Veranstaltungen)

Kosten: 15 Euro

Wer/Wo: Volkshochschule, Schilfweg 3

Anmeldung bis eine Woche vorher

Telefon: (03 51) 25 44 00

Nehmen Sie Platz!Schönes Design, nachhaltige Materialien und Ergonomie bieten Ihnen Komfort beim Sitzen und wir bieten Ihnen zusätzlich gegen Vorlage der Karte **10% Treuerabatt.****ProSitzen**

Studio KS Handel und Service GmbH
 Reißweg 61
 Ecke Bautzner Landstrasse
 01324 Dresden – Weißer Hirsch

Telefon: (0351) 26 30 22 50
 www.prositzen.de
 Geöffnet: Mo – Fr 10 – 18 Uhr
 Sa 10 – 13 Uhr



15.30 – 17 Uhr

Von Peking bis zu den Terrakotta-Kriegern in Xian

Kosten: 6 Euro

Wer/Wo: Volkshochschule, Schilfweg 3

Anmeldung bis eine Woche vorher

Telefon: (03 51) 25 44 00

18 – 20 Uhr

Vortrag: Ambulante und stationäre Hospizversorgung

Kosten: 2,50 Euro

Wer/Wo: DRK-Seniorenzentrum IMPULS, Bürgerstraße 6

Anmeldung bis 6. November

Telefon: (03 51) 84 72 26 78/impuls@drk-dresden.de

Donnerstag, 10. November

8.15 – 11 Uhr

10-mal sanfte Wirbelsäulengymnastik

Kosten: 100 Euro

Wer/Wo: Corina Bode, Palitzschhof, Gamigstraße 24,

im Hof Eingang mit der Rampe,

Anmeldung bis eine Woche vorher

Telefon: (0178) 4 33 84 66/kurse@corinabode.de

9 – 12.30 Uhr

„Apps für jede Gelegenheit“

Kosten: 24 Euro

Wer/Wo: Artos – die mediengemeinschaft e. V.

Straße des 17. Juni 25/103 B

Anmeldung bis eine Woche vorher

Telefon: (03 51) 25 38 14 77/artos@artos.de

9 – 17 Uhr

Ausflug nach Leipzig ins Mendelssohn-Haus

Kosten: 18 Euro

Wer/Wo: DRK-Seniorenzentrum IMPULS

Anmeldung bis 7. November

Telefon: (03 51) 84 72 26 78/impuls@drk-dresden.de

10 – 11 Uhr

Gedächtnis spielend trainieren

Kosten: 1,50 Euro

Wer/Wo: DRK-Seniorenzentrum IMPULS, Bürgerstraße 6

10 – 12.30 Uhr

Kreatives und autobiografisches Schreiben

Kosten: 3,50 Euro

Wer/Wo: DRK-Seniorenzentrum IMPULS, Bürgerstraße 6

14.30 – 15.30 Uhr + weitere Termine

Musik macht fröhlich

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: AWO Begegnungs- und Beratungszentrum

Hainsberger Straße 2

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 4 13 54 71

14.30 – 15.30 Uhr

„Meine Zeit mit Dir“ – Erinnerungen berühmter Männer

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: VS-Begegnungsstätte, Laubegaster Ufer 22

16.15 – 18.15 Uhr

Holzsnitzkurs

Kosten: 20 Euro

Wer/Wo: Ökumenische Seniorenhilfe Dresden e.V.,

Wittenberger Straße 83

Anmeldung jeweils einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 3 40 08 76/bg.seniorenhilfe-dd@evlks.de

Freitag, 11. November

10 – 12 Uhr

Fotografische Spaziergänge

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: Ökumenische Seniorenbegegnungsstätte BÜLOWH

Pillnitzer Landstraße 12

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 2 68 89 88/sbz.buelowh@diakonie

13 – 15 Uhr

Offener Mal- und Zeichnenkurs

Kosten: 1 Euro

Wer/Wo: AWO Begegnungs- und Beratungszentrum

Hainsberger Straße 2

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 4 13 54 71

14 – 18 Uhr

Seniorentanz mit Thommy Solo

Kosten: 4 Euro

Wer/Wo: VS-Begegnungsstätte,

Laubegaster Ufer 22

Sonntag, 13. November

14 – 16 Uhr

Sonntagscafé

Wer/Wo: DRK-Begegnungszentrum Johann, Striesener Straße 39

Montag, 14. November

9 – 12.30 Uhr

„Der sichere PC“

Kosten: 24 Euro

Wer/Wo: Artos – die mediengemeinschaft e. V.

Straße des 17. Juni 25 Eingang 103 B

Anmeldung bis eine Woche vorher

Telefon: (03 51) 25 38 14 77/artos@artos.de

9 – 12.30 Uhr

Start in das Internet (4-tägiger Kurs)

Kosten: 96 Euro

Wer/Wo: Artos – die mediengemeinschaft e. V.

Straße des 17. Juni 25/ 103 B

Anmeldung bis eine Woche vorher

Telefon: (03 51) 25 38 14 77/artos@artos.de

11 – 13 Uhr

Querschreiber – Werkstatt kreatives Schreiben

Kosten: 1 Euro

Wer/Wo: Volkssolidarität Dresden e. V., Trachenberger Straße 6

13 – 14.30 Uhr

Unsere Bauwerke erzählen – Hüblerstraße 41

Wer/Wo: Dresdner Seniorenakademie Wissenschaft und Kunst

TU-Dresden, Toepler-Bau

Mommsenstraße 12, Hörsaal 317

13.30 – 16 Uhr

Kreatives Gestalten

Kosten: 1 Euro

Wer/Wo: AWO Begegnungs- und Beratungszentrum

Hainsberger Straße 2

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 4 13 54 71

14 – 15.30 Uhr

Von der Mündung zur Quelle des Blauen Nils

Kosten: 4 Euro

Wer/Wo: VS-Begegnungsstätte Klotzsche

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 8 80 63 45

14 – 15.30 Uhr

SWIS – Erzählcafé

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

14 – 16 Uhr

Schach

Kosten: 1 Euro

Wer/Wo: Ökumenische Seniorenhilfe Dresden e.V.

Wittenberger Straße 83

14 – 16 Uhr + weitere Termine

Singekreis IMPULS

Kosten: 1,50 Euro

Wer/Wo: DRK-Seniorenzentrum IMPULS, Bürgerstraße 6

14.30 – 15.30 Uhr

„Lachen und Weinen“ Leselampe

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: VS-Begegnungsstätte, Laubegaster Ufer 22

Dienstag, 15. November

9 – 10.30 Uhr + weitere Termine

Touristen-Englisch für Anfänger und Fortgeschrittene

Kosten: 8 Euro

Wer/Wo: VS-Begegnungsstätte „Michelangelo“

Räcknitzhöhe 52

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 2 13 97 09

9.30 – 11 Uhr

Ideen- und Begegnungsfrühstück

Kosten: 2,50 Euro

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

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 2 50 21 60

10 – 12 Uhr + weitere Termine

Malen wie Paul Klee – mit Aquarell und Tusche

Kosten: 1,50 Euro

Wer/Wo: DRK-Seniorenzentrum IMPULS, Bürgerstraße 6

13 – 16.30 Uhr

„Internet und E-Mail mit Smartphone und Tablet“

Kosten: 48 Euro

Wer/Wo: Artos – die Mediengemeinschaft e. V.

Straße des 17. Juni 25/ 103 B

Anmeldung bis eine Woche vorher

Telefon: (03 51) 25 38 14 77/artos@artos.de

13 – 17 Uhr

Kurzwanderung: nach Ansage und Wetterlage (6–7 km)

Kosten: 2,50 Euro

Wer/Wo: DRK-Seniorenzentrum IMPULS

Haltestelle Postplatz vor Bäckerei Möbius

14 – 15.30 Uhr

Musikcafé: Volkslieder singen mit Klavierbegleitung

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: VS-Begegnungs- und Beratungszentrum

Nürnberger Straße 45

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 4 71 93 66

14 – 17 Uhr

Rundkino: Filmcafé – BRIDGET JONES BABY

Kosten: 6 Euro

Wer/Wo: Rundkino, Prager Straße 6

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 4 84 39 22

19.15 – 22.45 Uhr

Rundkino: Royal Opera London – LES CONTES D`HOFFMAN

Kosten: 23 Euro

Wer/Wo: Rundkino, Prager Straße 6

Mittwoch, 16. November

8.15 – 11 Uhr

10-mal sanfte Wirbelsäulengymnastik

Kosten: 100 Euro

Wer/Wo: Corina Bode, Palitzschhof, Gamigstraße 24, im Hof

Eingang mit der Rampe,

Anmeldung bis eine Woche vorher

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

10 – 11.45 Uhr

Traumkino: Frühstück bei Monsieur Henri

Kosten: 5 Euro

Wer/Wo: UFA Kristallpalast

St. Petersburger Straße 24a

10 – 11.45 Uhr

Traumkino: Willkommen im Hotel Mama

Kosten: 5 Euro

Wer/Wo: UFA Kristallpalast

St. Petersburger Straße 24a

15 – 17 Uhr

Nachbarschafts-Café mit Reisevortrag

Wer/Wo: AWIG e. V., Ehrlichstraße 3, Gemeinschaftsraum 1. Stock

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 89 73 85 97/ange@awigverein.de

Donnerstag, 17. November

10 – 14 Uhr

KulTour „Hoch hinaus“ – 115 Jahre Schwebebahn

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: NaturFreunde Deutschlands, Ortsgruppe Dresden e. V.

am Schillergarten

Anmeldung bis 14. November

Telefon: (01 73) 3 68 65 86

TagespflegeWohn- und Pflegeeinrichtungen
für Senioren

- ▶ **Wohnpark Elsa Fenske**
- ▶ **Haus Löbtau**

- ▶ Professionelle Pflege und Betreuung
- ▶ abwechslungsreiche Tagesangebote
- ▶ Abhol- und Bringservice
- ▶ köstliche Menüs aus der hauseigenen Küche
- ▶ Entlastungsmöglichkeiten für pflegende Angehörige
- ▶ Frisör und Fußpflege im Haus

Cultus gGmbH
der Landeshauptstadt
DresdenFreiberger Straße 18
01067 Dresden
Service-Rufnummer (0351) 3138-555
service@cultus-dresden.de

www.cultus-dresden.de

10.30 – 11.30 Uhr + weitere Termine

Nordic Walking

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: Ökumenische Seniorenbegegnungsstätte BÜLOWH
Pillnitzer Landstraße 12

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 2 68 89 88/sbz.buelowh@diakonie

14 – 16 Uhr + weitere Termine

Malzirkel mit Mariia

Kosten: 5 Euro

Wer/Wo: Volkssolidarität Dresden e. V.

Trachenberger Straße 6

14 – 18 Uhr + weitere Termine

Die Historie des Dresdner Gastgewerbes

Kosten: 3 Euro

Wer/Wo: Schulmuseum Dresden, Berufsschulzimmer im
2. Obergeschoss, Seminarstraße 11

14.30 – 15.30 Uhr

Einstimmung in die kalte Jahreszeit – Fidelio Quartett

Kosten: 2 Euro

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

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 4 13 54 71

14.30 – 15.30 Uhr + weitere Termine

Tablet und PC Sprechstunde

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: Ökumenische Seniorenbegegnungsstätte BÜLOWH
Pillnitzer Landstraße 12

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 2 68 89 88/sbz.buelowh@diakonie

15.30 – 17 Uhr + weitere Termine

Offene Computer- und Handysprechstunde

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: Ökumenische Seniorenhilfe Dresden e.V.

Wittenberger Straße 83

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 3 40 08 76/bg.seniorenhilfe-dd@evlks.de

16 Uhr

Kreative Entspannung

Kosten: 5 Euro

Wer/Wo: DRK-Begegnungszentrum Johann

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 4 46 76 23

16.15 – 18.15 Uhr

Holzsnitzkurs

Kosten: 20 Euro

Wer/Wo: Ökumenische Seniorenhilfe Dresden e.V.

Wittenberger Straße 83

Anmeldung jeweils einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 3 40 08 76/bg.seniorenhilfe-dd@evlks.de

Freitag, 18. November

9 – 10 Uhr + weitere Termine

Yoga am Morgen

Kosten: 5 Euro

Wer/Wo: Volkssolidarität Dresden e. V., Trachenberger Straße 6

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 5 01 04 25

9.30 – 11.30 Uhr

Freitagsfrühstück

Kosten: 3 Euro

Wer/Wo: Ökumenische Seniorenhilfe Dresden e.V.
Wittenberger Straße 83

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 3 40 08 76/bg.seniorenhilfe-dd@evlks.de

19 – 21 Uhr

Jazz und Leselust 79. Laubegaster Abend

Kosten: 12 Euro

Wer/Wo: VS-Begegnungsstätte, Laubegaster Ufer 22

Anmeldung bis 17. November

Telefon: (03 51) 5 01 05 25/heyne@volkssoli-dresden.de

Sonntag, 20. November

15 Uhr

Klavierkonzert mit Anna Tyshaeva

Kosten: 9 Euro

Wer/Wo: Dresdner Seniorenakademie Wissenschaft und Kunst
Haus der Kirche, Dreikönigskirche, Festsaal

Anmeldung bis eine Woche vorher

Telefon: (03 51) 4 90 64 70

Montag, 21. November

9 – 12.30 Uhr

Den PC aufräumen und beschleunigen

Kosten: 24 Euro

Wer/Wo: Artos – die mediengemeinschaft e. V.

Straße des 17. Juni 25 Eingang 103 B

Anmeldung bis eine Woche vorher

Telefon: (03 51) 25 38 1477/artos@artos.de

10 – 11 Uhr + weitere Termine

Englisch für Fortgeschrittene

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: AWO Begegnungs- und Beratungszentrum

Hainsberger Straße 2

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 4 13 54 71

11 – 12 Uhr + weitere Termine

Englisch für Anfänger mit Vorkenntnissen

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: AWO Begegnungs- und Beratungszentrum

Hainsberger Straße 2

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 4 13 54 71

13 – 16 Uhr + weitere Termine

Spielenachmittag: Rommé

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: VS-Begegnungs- und Beratungszentrum

Nürnbergstraße 45

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 4 71 93 66

13.30 – 16 Uhr + weitere Termine

Skat

Kosten: 1 Euro

Wer/Wo: Ökumenische Seniorenhilfe Dresden e.V.

Wittenberger Straße 83

14–16 Uhr

Reformation in Sachsen

Kosten: 4 Euro

Wer/Wo: Dresdner Seniorenakademie Wissenschaft und Kunst
Deutsches Hygiene-Museum, Lingnerplatz 1

14–17 Uhr

Kulturelle Stadtwanderung: Weixdorfer Rundweg – Nordschleife

Kosten: 1,50 Euro

Wer/Wo: DRK-Seniorenzentrum IMPULS

Endstation Weixdorf (Linie 7)

Dienstag, 22. November

9–12.30 Uhr

Programme und Treiber installieren/deinstallieren

Kosten: 24 Euro

Wer/Wo: Artos – die mediengemeinschaft e. V.

Straße des 17. Juni 25 /103 B

Anmeldung bis eine Woche vorher

Telefon: (03 51) 25 38 14 77/artos@artos.de

9.30–10.45 Uhr

Gedächtnisspiele

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: Ökumenische Seniorenhilfe Dresden e.V.

Wittenberger Straße 83

10–12 Uhr + weitere Termine

PC- und Internetkurs für Anfänger

Wer/Wo: AWO Begegnungs- und Beratungszentrum

Hainsberger Straße 2

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 4 13 54 71

14 Uhr

Vom vielfältigen Einsatz der Kräuter in der Küche

Kosten: 2,50 Euro

Wer/Wo: DRK-Begegnungszentrum Johann

14–16 Uhr

Bedeutende Kulturlandschaft Toskana

Kosten: 5 Euro

Wer/Wo: Volkssolidarität Dresden e. V.

Trachenberger Straße 6

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 5 01 04 25/5 01 04 27

14–16 Uhr

Klubcafé mit den Geigern Maximilian und Stefan Friedrich

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: VS-Begegnungsstätte

Laubegaster Ufer 22

14–16 Uhr

NEU! Handarbeitsgruppe:**Gemeinsam sticken, häkeln, nähen...**

Kosten: 1,50 Euro

Wer/Wo: DRK-Seniorenzentrum IMPULS

Bürgerstraße 6

14–17 Uhr

Rundkino: Filmcafé – DER LANDARZT VON CHAUSSY

Kosten: 6 Euro

Wer/Wo: Rundkino

Prager Straße 6

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 4 84 39 22

16.45–20 Uhr

Sternengucker – Nachtausflug der Sternengucker

Kosten: 1,50 Euro

Wer/Wo: DRK-Seniorenzentrum IMPULS

Haltestelle Hauptbahnhof Linie 7 Richtung Pennrich

Anmeldung bis 21. November

Telefon: (03 51) 84 72 26 78/impuls@drk-dresden.de

Mittwoch, 23. November

9.15–11.30 Uhr

Erste Hilfe Senioren (eine Veranstaltung)

Kosten: 7,50 Euro

Wer/Wo: Volkshochschule, Schilfweg 3

Anmeldung bis eine Woche vorher

Telefon: (03 51) 25 44 00

9.30–10.30 Uhr + weitere Termine

Französisch für Anfänger mit Vorkenntnissen

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: AWO Begegnungs- und Beratungszentrum

Hainsberger Straße 2

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 4 13 54 71

9.30–11 Uhr

Sicher + mobil: Gesprächsrunde für ältere Kraftfahrer

Kosten: 1,50 Euro

Wer/Wo: VS-Begegnungs- und Beratungszentrum

Nürnberger Straße 45

10–10.45 Uhr + weitere Termine

Seniorengymnastik

Kosten: 3 Euro

Wer/Wo: VS-Begegnungs- und Beratungszentrum

Nürnberger Straße 45

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 4 71 93 66

10–11.30 Uhr

Die Mongolei – Land zwischen gestern und heute

Kosten: 3 Euro

Wer/Wo: Dresdner Seniorenakademie Wissenschaft und Kunst

Deutsches Hygiene-Museum, Lingnerplatz 1, Hörsaal

10–11.45 Uhr

Traumkino: Antonio, ihm schmeckt's nicht!

Kosten: 5 Euro

Wer/Wo: UFA Kristallpalast, St. Petersburger Straße 24a

10–11.45 Uhr

Traumkino: El Olivio

Kosten: 5 Euro

Wer/Wo: UFA Kristallpalast

St. Petersburger Straße 24a

10–12 Uhr + weitere Termine

Mal- und Zeichenkurs

Kosten: 1,50 Euro

Wer/Wo: VS-Begegnungs- und Beratungszentrum

Nürnberger Straße 45

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 4 71 93 66

10–12 Uhr

Hinein in die Weihnachtszeit – Basteln und Gestalten

Kosten: 1 Euro

Wer/Wo: VS-Begegnungsstätte

Laubegaster Ufer 22

10.45 – 11.45 Uhr + weitere Termine

Französisch für Fortgeschrittene

Kosten: 2 Euro
 Wer/Wo: AWO Begegnungs- und Beratungszentrum
 Hainsberger Straße 2
 Anmeldung bis einen Tag vorher
 Telefon: (03 51) 4 13 54 71

10.45 – 12 Uhr + weitere Termine

Strickrunde: Figuren, Puppen und anderes

Kosten: 2 Euro
 Wer/Wo: VS-Begegnungs- und Beratungszentrum
 Nürnberger Straße 45

11.15 – 12.45 Uhr

Seniorentanz (9 Veranstaltungen)

Kosten: 58,50 Euro
 Wer/Wo: Volkshochschule, Schilfweg 3
 Anmeldung bis eine Woche vorher
 Telefon: (03 51) 25 44 00

13 – 16.30 Uhr + weitere Termine

Skat, Rommee und Schach

Kosten: 1 Euro
 Wer/Wo: AWO Begegnungs- und Beratungszentrum
 Hainsberger Straße 2

14 – 15 Uhr

Musikalischer Reisevortrag „Wien“ (Dia-Show)

Kosten: 3,50 Euro
 Wer/Wo: VS-Begegnungsstätte „Michelangelo“, Räcknitzhöhe 52

14 – 15 Uhr

Reisevortrag Nepal Teil I

Kosten: 2 Euro
 Wer/Wo: „Seblia“, Trägerwerk Soziale Dienste in Sachsen GmbH
 Rottwerndorfer Straße 5
 Anmeldung bis einen Tag vorher
 Telefon: (03 51) 20 74 33 33

14 – 15 Uhr

„Bald nun ist Weihnachtszeit...“ Gemeinsames Singen

Kosten: 2 Euro
 Wer/Wo: VS-Begegnungsstätte, Laubegaster Ufer 22

14 – 16 Uhr

Literaturcafé: George Orwell „1984“

Kosten: 1,50 Euro
 Wer/Wo: DRK-Seniorenzentrum IMPULS, Bürgerstraße 6

14 – 17.15 Uhr

Generation 50+ Hilfe, das Smartphone klingelt!

Kosten: 31 Euro
 Wer/Wo: Volkshochschule, Helbigsdorfer Weg 1
 Anmeldung bis eine Woche vorher
 Telefon: (03 51) 25 44 00

14.30 – 15.30 Uhr

Flechten mit Peddigrohr

Kosten: 2 Euro
 Wer/Wo: AWO Begegnungs- und Beratungszentrum
 Hainsberger Straße 2
 Anmeldung bis eine Woche vorher
 Telefon: (03 51) 4 13 54 71

15.30 – 17 Uhr + weitere Termine

Yoga sanft am Nachmittag (10-mal)

Kosten: 120 Euro
 Wer/Wo: Corina Bode, Palitzschhof, Eingang mit der Rampe
 Anmeldung bis einen Tag vorher
 Telefon: (01 78) 4 33 84 66

16 – 19 Uhr

Schulung zum Krankheitsbild Demenz

Wer/Wo: Dresdner Pflege- und Betreuungsverein e.V.
 Amalie-Dietrich-Platz 3
 Anmeldung bis eine Woche vorher
 Telefon: (03 51) 4 16 60 47/demenz@dpbv-online.de

16 – 20.15 Uhr

Pflegekurs für Angehörige (4 Veranstaltungen)

Wer/Wo: Volkshochschule, Schilfweg 3
 Anmeldung bis eine Woche vorher
 Telefon: (03 51) 25 44 00

Donnerstag, 24. November

8.15 – 11 Uhr

10-mal sanfte Wirbelsäulengymnastik

Kosten: 100 Euro
 Wer/Wo: Corina Bode, Palitzschhof, Gamigstraße 24
 Anmeldung bis eine Woche vorher
 Telefon: (01 78) 4 33 84 66/kurse@corinabode.de

10 – 11 Uhr

Gedächtnis spielend trainieren

Kosten: 1,50 Euro
 Wer/Wo: DRK-Seniorenzentrum IMPULS, Bürgerstraße 6

11.35 – 12.20 Uhr

Aqua-Gymnastik (9 Veranstaltungen)

Kosten: 74,25 Euro
 Wer/Wo: Volkshochschule, Bautzner Landstraße 92
 Anmeldung bis eine Woche vorher
 Telefon: (03 51) 25 44 00

13 – 14.30 Uhr

Jungpaläolithische Harpunen Südwestdeutschlands

Kosten: 1 Euro
 Wer/Wo: Dresdner Seniorenakademie Wissenschaft und Kunst
 Deutsches Hygiene-Museum, Lingnerplatz 1

13 – 16.30 Uhr

NEU! Umstellung auf Windows 10 (2-tägiger Kurs)

Kosten: 48 Euro
 Wer/Wo: Artos – die mediengemeinschaft e. V.
 Straße des 17. Juni 25/ 103 B
 Anmeldung bis eine Woche vorher
 Telefon: (03 51) 25 38 14 77/artos@artos.de

14 – 16 Uhr

Spielenachmittag

Kosten: 1,50 Euro
 Wer/Wo: DRK-Seniorenzentrum IMPULS, Bürgerstraße 6

14.30 – 16.30 Uhr

FORUM Impuls – Theatergruppe für Senioren

Wer/Wo: DRK-Seniorenzentrum IMPULS, Theaterhaus „Rudi“,
 Fechnerstraße 2a (Haltestelle Rankestraße, Linie 4)
 Anmeldung bis einen Tag vorher unter Telefon: (03 51) 4 22 54 10

Freitag, 25. November

10 – 12 Uhr

Fotografische Spaziergänge

Kosten: 2 Euro
 Wer/Wo: Ökumenische Seniorenbegegnungsstätte BÜLOWH
 Pillnitzer Landstraße 12
 Anmeldung bis einen Tag vorher
 Telefon: (03 51) 2 68 89 88/sbz.buelowh@diakonie

14 – 15.30 Uhr

Autorenlesung: „Schwein gehabt! – Aus der Schule geplaudert

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: Ökumenische Seniorenhilfe Dresden e.V.

Wittenberger Straße 83

14 – 18 Uhr

Seniorentanz mit der Powerdisco

Kosten: 4 Euro

Wer/Wo: VS-Begegnungsstätte

Laubegaster Ufer 22

14.30 – 15.30 Uhr

Gedächtnistraining

Kosten: 1 Euro

Wer/Wo: AWO Begegnungs- und Beratungszentrum

Hainsberger Straße 2

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 4 13 54 71

Sonnabend, 26. November

14 – 17.30 Uhr

Samstagstanz

Kosten: 4 Euro

Wer/Wo: Volkssolidarität Dresden e. V.

Trachenberger Straße 6

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 5 01 04 25

Montag, 28. November

9 – 12.30 Uhr

Mit eBay aufräumen und Geld verdienen (2-tägiger Kurs)

Kosten: 48 Euro

Wer/Wo: Artos – die mediengemeinschaft e. V.

Straße des 17. Juni 25/ 103 B

Anmeldung bis eine Woche vorher

Telefon: (03 51) 25 38 14 77/artos@artos.de

9 – 12.30 Uhr

Einführung Bildbearbeitung (4-tägiger Kurs)

Kosten: 96 Euro

Wer/Wo: Artos – die mediengemeinschaft e. V.

Straße des 17. Juni 25/ 103 B

Anmeldung bis eine Woche vorher

Telefon: (03 51) 25 38 14 77/artos@artos.de

11 – 13 Uhr

Querschreiber – Werkstatt kreatives Schreiben

Kosten: 1 Euro

Wer/Wo: Volkssolidarität Dresden e. V.,

Trachenberger Straße 6

13 – 16.30 Uhr

„Mobile Geräte“ für Einsteiger (3-tägiger Kurs)

Kosten: 72 Euro

Wer/Wo: Artos – die mediengemeinschaft e. V.

Straße des 17. Juni 25 Eingang 103B

Anmeldung bis eine Woche vorher

Telefon: (03 51) 25 38 14 77/artos@artos.de

14 – 16 Uhr

Die Familiendynastie der Gurlitts

Kosten: 4 Euro

Wer/Wo: Dresdner Seniorenakademie Wissenschaft und Kunst

Deutsches Hygiene-Museum, Lingnerplatz 1

14 – 16 Uhr

Schach

Kosten: 1 Euro

Wer/Wo: Ökumenische Seniorenhilfe Dresden e.V.

Wittenberger Straße 83

14 – 16 Uhr + weitere Termine

Singekreis IMPULS

Kosten: 1,50 Euro

Wer/Wo: DRK-Seniorencentrum IMPULS, Bürgerstraße 6

14 – 17 Uhr

Schulung zum Krankheitsbild Demenz/ Alzheimer

Wer/Wo: AWO Sozialzentrum Prohlis

Herzberger Straße 2-4

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 289 16 15

14.30 – 16 Uhr

Schiffswerft und Dampfschiffahrt vor 100 Jahren

Kosten: 1 Euro

Wer/Wo: VS-Begegnungsstätte

Laubegaster Ufer 22

Dienstag, 29. November

8 – 12.30 Uhr

Datensicherung für den Hausgebrauch"

Kosten: 30 Euro

Wer/Wo: Artos – die mediengemeinschaft e. V.

Straße des 17. Juni 25 Eingang 103B

Anmeldung bis eine Woche vorher

Telefon: (03 51) 25 38 14 77/artos@artos.de

9 – 10.30 Uhr + weitere Termine

Touristen-Englisch für Anfänger und Fortgeschrittene

Kosten: 8 Euro

Wer/Wo: VS-Begegnungsstätte „Michelangelo“

Räcknitzhöhe 52

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 2 13 97 09

10 – 11 Uhr

Gedächtnisspiele für Fortgeschrittene

Kosten: 3 Euro

Wer/Wo: VS-Begegnungs- und Beratungszentrum

Nürnberger Straße 45

14 Uhr

Interkulturelle Bildung – Vortrag über jüdische Esskultur

Kosten: 3,50 Euro

Wer/Wo: DRK-Begegnungszentrum Johann

14.30 – 15.30 Uhr

Bildvortrag: Indien Teil 5

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: AWO Begegnungs- und Beratungszentrum

Hainsberger Straße 2

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 4 13 54 71

Mittwoch, 30. November

10 – 11.45 Uhr

Traumkino: Antonio, ihm schmeckt's nicht!

Kosten: 5 Euro

Wer/Wo: UFA Kristallpalast

St. Petersburger Straße 24a

10–11.45 Uhr

Traumkino: El Olivio

Kosten: 5 Euro

Wer/Wo: UFA Kristallpalast, St. Petersburger Straße 24a

10–12 Uhr

Kreativzirkel „Adventskränze“

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: Ökumenische Seniorenhilfe Dresden e.V.

Wittenberger Straße 83

14–15 Uhr

Reisevortrag: „Indien“ – Fatehpur Sikri, Agra und Dehli

Kosten: 3,50 Euro

Wer/Wo: VS-Begegnungsstätte „Michelangelo“

Räcknitzhöhe 52

14–15 Uhr

Theater Seniors „Theaterschatten“

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: „Seblia“, Trägerwerk Soziale Dienste in Sachsen GmbH

Rottwerndorfer Straße 5

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 20 74 33 33

14–16 Uhr

Musikalischer Nachmittag

Kosten: 5 Euro

Wer/Wo: VS-Begegnungsstätte „fidelio“

Papstdorfer Straße 25

Anmeldung bis 28. November

Telefon: (03 51) 2 50 21 60

14–16 Uhr

Ausstellungseröffnung „Engel – Boten des Lichts“

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: DRK-Seniorenzentrum IMPULS, Bürgerstraße 6

Anmeldung bis 25. November

Telefon: (03 51) 84 72 26 78/impuls@drk-dresden.de

14.30–15.30 Uhr

Atemgymnastik

Kosten: 4 Euro

Wer/Wo: Ökumenische Seniorenhilfe Dresden e.V.

Wittenberger Straße 83

14.30–15.30 Uhr

Gesundheitsvortrag: „Ätherische Öle – Aromapflege“

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: Ökumenische Seniorenhilfe Dresden e.V.

Wittenberger Straße 83

15.30–17 Uhr

Bali: Insel der Götter und der schönen Frauen

Kosten: 6 Euro

Wer/Wo: Volkshochschule, Schilfweg 3

Anmeldung bis eine Woche vorher

Telefon: (03 51) 25 44 00

16–18.15 Uhr

Stimmt mein Rentenbescheid? (eine Veranstaltung)

Kosten: 8 Euro

Wer/Wo: Volkshochschule, Schilfweg 3

Anmeldung bis eine Woche vorher

Telefon: (03 51) 25 44 00

Redaktionsschluss: 14. Oktober 2016

Impressum**Dresdner plusZeit**

Mitteilungsblatt der Landeshauptstadt Dresden

www.dresden.de/pluszeit

Herausgeberin:

Landeshauptstadt Dresden

Amt für Presse- und 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:

Kai Schulz (verantwortlich)

Sylvia Siebert, Grit Hammer, Jürgen Eckoldt,

Barbara Münch, Heribert Pallas

Verlag, Anzeigen, Verlagsbeilagen

scharfe media GmbH

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

Telefon (03 51) 42 03 16 27

Telefax (03 51) 42 03 16 97

Druck

Schenkelberg Druck Weimar GmbH

Vertrieb

Elbtal Logistik GmbH, Dresden

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 GmbH nach einem Mindestbezug von einem Jahr schriftlich eingegangen sein.

**Wir machen aus
Zuschauern Lebensretter!**



Die Johanniter Erste-Hilfe-Kurse
Tel. 0351 2091460
www.johanniter.de/dresden

DIE JOHANNITER
Aus Liebe zum Leben

1653

Gut informiert?



dresden.de/amtsblatt