



Wandern – das sind Natur, Bewegung und Gemeinschaft!

Wandergruppe des Vereins Jahresringe Dresden – Verband für Vorruhestand und aktives Alter stellt sich vor



Der Verein „Jahresringe Dresden – Verband für Vorruhestand und aktives Alter“ begeht sein 25-jähriges Jubiläum. Unter dem Schirm der städtischen Kontaktstelle für Selbsthilfegruppen (KISS) angesiedelt, wird er von der Landeshauptstadt Dresden unterstützt. Der Verein hilft seit Gründung im Dezember 1991, die nachberuflige Lebensphase seiner Mitglieder mitzugegen. „Die Jahresringe“ haben vielen Menschen wieder zu Orientierung und Lebensperspektiven verholfen und sind für manches Mitglied wie eine zweite Familie. Der Verein bedient viele Interessengebiete, wie unter: www.sachseninfo.com/senior nachzulesen ist. Es gibt die Singegruppe, den Handarbeits- und Bastelkreis, eine Abteilung für das

Kegeln, den Singlekreis, eine Gruppe, welche das Fahrradfahren als Hobby betreibt, und nicht zuletzt werden „Wissenschaft und Sprachen“ angeboten.

Die Wandersparte ist die mitgliederstärkste Abteilung und erfreut sich größter Beliebtheit. Die Devise lautet: Wandern, das ist Natur, Bewegung und Gemeinschaft! Jeden Mittwoch, egal ob die Sonne scheint, ob es regnet oder schneit, werden die Wanderschuhe geschnürt und es geht hinaus. Zwei Strecken sind meist im Angebot, eine kürzere und eine längere, etwas anspruchsvollere. So ist für jeden Wanderfreund das Passende dabei. Anmeldung zur Teilnahme an den Wanderungen ist nicht notwendig, festes Schuhwerk und Pünktlichkeit

Die Wandergruppe bei einem ihrer Ausflüge. Foto: Jahresringe Dresden

keit dagegen schon. Ein Kreis von zehn bis zwölf ehrenamtlichen Wanderleitern führt die wanderfreudige Schar in die nähere oder weitere Umgebung von Dresden und auch gern und häufig in die Sächsische Schweiz. Es wird sich an der frischen Luft bewegt, erzählt und oft gelacht. Im Kreise dieser aufgeschlossenen Menschen entstehen nicht nur Bekanntschaften, sondern auch Freundschaften. Hieraus ergeben sich auch viele Unternehmungen außerhalb der Wandertage. Zu den Höhepunkten des Gemeinschaftslebens zählen zum Beispiel das Sommerfest, eine Grillwanderung und eine Jahresabschlussveranstaltung.

Im Januar 2017 geht es in den Tharandter Wald, ins „Linkselbische“, die Dresdner Heide, nach Borthen und zur Babisnauer Pappel. Schließlich steht noch eine „Südumwanderung“ der Landeshauptstadt auf dem Plan. Der Borsberg, Königstein und Umgebung sowie die Quohrener Kippe sind weitere Ziele. Eine oder zwei „Schnupperwanderungen“ sind kostenfrei, danach – bei Gefallen – würde sich der Verein über eine Mitgliedschaft freuen. Der monatliche Beitrag kostet 1,50 Euro. Weitere Unkosten für die Wandertage fallen nicht an. Alle weiteren Wandertermine sind im Internet abrufbar. Interessierte können sich bei Claus-H. Trittel unter Telefon (03 51) 4 21 51 85 (Anrufbeantworter) melden. Sie werden zurückgerufen.

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

Sonntag, 1. Januar

14–21 Uhr + weitere Termine

Dresdner Winter

Wer/Wo: bean&beluga GmbH

Stechgrundstraße, Konzertplatz – Weißer Hirsch

16–18 Uhr

Neujahrfeuer an der Elbe

Wer/Wo: DRK-Seniorenzentrum IMPULS

An der Elbe (Feuerstelle Pieschen)

Montag, 2. Januar

10–11 Uhr + weitere Termine

Englisch für Fortgeschrittene

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: AWO Begegnungs- und Beratungszentrum

Seniorenbegegnungsstätte, 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

Spieldienachmittag: Rommé

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: 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.

Begegnungs- und Beratungszentrum für Senioren

Wittenberger Straße 83

14.30–15.30 Uhr

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

Dienstag, 3. Januar

10–12 Uhr + weitere Termine

Malen wie Paul Klee – mit Aquarell und Tusche

Kosten: 2,50 Euro

Wer/Wo: DRK-Seniorenzentrum IMPULS

DRK-Begegnungsstätte, Bürgerstraße 6

14–15.30 Uhr

Bildvortrag „Mit der Transsib unterwegs“

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: AWO Begegnungs- und Beratungszentrum

Hainsberger Straße 2

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 4 13 54 71

14–17 Uhr

Rundkino: Filmcafé – CAFÈ SOCIETY

Kosten: 6 Euro

Wer/Wo: Rundkino, Prager Straße 6

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 4 84 39 22

14–21 Uhr + weitere Termine

Dresdner Winter

Wer/Wo: bean&beluga GmbH

Stechgrundstraße, Konzertplatz – Weißer Hirsch

19.30–21 Uhr + weitere Termine

Qi Gong inklusive Selbstmassage und Stillem Sitzen

Kosten: 120 Euro

Wer/Wo: Corina Bode

PUCK, Lohrmannstraße 20, Haus 2, 2. OG

Anmeldung bis eine Woche vorher

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

Mittwoch, 4. Januar

8.30–9.30 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

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

VS-BBZ Laubegast, Laubegaster Ufer 22

10–10.45 Uhr + weitere Termine

Seniorengymnastik

Kosten: 4 Euro

Wer/Wo: 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: Begegnungs- und Beratungszentrum

Nürnberger Straße 45

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 4 71 93 66

10.45 – 12 Uhr + weitere Termine

Strickrunde: Figuren, Puppen und anderes

Kosten: 3 Euro

Wer/Wo: Begegnungs- und Beratungszentrum

Nürnberger Straße 45

13 – 16.30 Uhr + weitere Termine

Skat, Rommé und Schach

Kosten: 1 Euro

Wer/Wo: AWO Begegnungs- und Beratungszentrum

Seniorenbegegnungsstätte, Hainsberger Straße 2

14 – 15.30 Uhr

Strickgruppe: „Erfahrene Hände stricken für kleine Füße“

Kosten: 1 Euro

Wer/Wo: Ökumenische Seniorenhilfe Dresden e.V.

Begegnungs- und Beratungszentrum für Senioren

Wittenberger Straße 83

14 – 16 Uhr

Literaturcafé: Paulo Coelho „Aleph“

Kosten: 3,50 Euro

Wer/Wo: DRK-Seniorenzentrum IMPULS

DRK-Begegnungsstätte, Bürgerstraße 6

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 – 15.30 Uhr

„Schneeflöckchen, Weißröckchen ...“ – Gemeinsames Singen

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: VS-Begegnungsstätte, Laubegaster Ufer 22

15 – 17 Uhr

Gestalten mit Textil

Kosten: 4 Euro

Wer/Wo: Ökumenische Seniorenhilfe Dresden e.V.

Begegnungs- und Beratungszentrum für Senioren

Wittenberger Straße 83

15.30 – 17 Uhr + weitere Termine

Yoga sanft am Nachmittag

Kosten: 120 Euro

Wer/Wo: Corina Bode

Palitzschhof, Eingang mit der Rampe, im Haus 1. Treppe hoch

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (01 78) 4 33 84 66

Donnerstag, 5. Januar

9.30 – 10.30 Uhr + weitere Termine

Seniorengymnastik

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: AWO Begegnungs- und Beratungszentrum

Seniorenbegegnungsstätte, Hainsberger Straße 2

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 4 13 54 71

10 – 11 Uhr

Gymnastik im Sitzen – Fit bis ins hohe Alter!

Kosten: 1,50 Euro

Wer/Wo: DRK-Seniorenzentrum IMPULS

DRK-Begegnungsstätte, Bürgerstraße 6

10 – 12 Uhr + weitere Termine

Nordic-Walking-Gruppe IMPULS (inklusive Stöcke)

Kosten: 2,50 Euro

Wer/Wo: DRK-Seniorenzentrum IMPULS, Bürgerstraße 6

14 – 21 Uhr + weitere Termine

Dresdner Winter

Wer/Wo: bean&beluga GmbH

Stechgrundstraße, Konzertplatz – Weißer Hirsch

14.30 – 15.30 Uhr

Musik macht fröhlich

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: AWO Begegnungs- und Beratungszentrum

AWO-Begegnungsstätte, Hainsberger Straße 2

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 4 13 54 71

15.45 – 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 oder bg.seniorenhilfe-dd@e.v.lks.de



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

Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

DER HÖRGERÄTELADEN

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

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



ProSitzen

Studio KS Handel und Service GmbH
Rißweg 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

sigmet
seit 1994
PRO
SITZEN

16.15 – 18.15 Uhr + weitere Termine

Holzschnitzkurs

Kosten: 4 Euro

Wer/Wo: Ökumenische Seniorenhilfe Dresden e.V.

Begegnungs- und Beratungszentrum für Senioren

Wittenberger Straße 83

Anmeldung jeweils einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 3 40 08 76 oder bg.seniorenhilfe-dd@e.V.lks.de

17 – 18 Uhr + weitere Termine

Rückenschule

Kosten: 13 Euro

Wer/Wo: Perfect Body Fitness-Gesundheitsstudio

Königsbrücker Straße 19

Anmeldung bis eine Woche vorher

Telefon: (03 51) 8 03 33 96

17.30 – 18.30 Uhr + weitere Termine

Sportkurs

Kosten: 5 Euro

Wer/Wo: Sportverein Motor Mickten e.V.

Turnhalle, 56. Oberschule, Böttgerstraße 11

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (01 60) 97 08 03 43

Freitag, 6. Januar

9.30 – 10.30 Uhr + weitere Termine

ZumbaGold für Ältere und Einsteiger

Kosten: 6 Euro

Wer/Wo: Kristina Reichenbach

TSC Excelsior, Breitscheidstraße 78 Haus D (4. Etage)

10 – 11 Uhr + weitere Termine

Englisch für Anfänger

Kosten: 8 Euro

Wer/Wo: VS-Begegnungs- und Beratungszentrum

Nürnberger Straße 45

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 4 71 93 66

11.15 – 12.15 Uhr + weitere Termine

Englisch für Erfahrene

Kosten: 8 Euro

Wer/Wo: Begegnungs- und Beratungszentrum

Nürnberger Straße 45

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 4 71 93 66

14.30 – 15.30 Uhr

Gedächtnistraining

Kosten: 1 Euro

Wer/Wo: AWO Begegnungs- und Beratungszentrum

AWO-Begegnungsstätte

Hainsberger Straße 2

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 4 13 54 71

Sonnabend, 7. Januar

9.30 – 15 Uhr

14. Offene Sächsische Schachmeisterschaft der Behinderten

Wer/Wo: VS-Begegnungsstätte

VS-Begegnungsstätte, Laubegaster Ufer 22

Anmeldung bis einen Tag vorher

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

14 – 21 Uhr + weitere Termine

Dresdner Winter

Wer/Wo: bean&beluga GmbH

Stechgrundstraße, Konzertplatz – Weißer Hirsch

19 – 22.15 Uhr

Rundkino: Metropolitan Opera: NABUCCO

Kosten: 28,50 Euro

Wer/Wo: Rundkino

Prager Straße 6

Sonntag, 8. Januar

11 – 12 Uhr

Schneewittchen und die Zwerge, ab 7 – Gruppe Spielbrett

Kosten: 5 Euro

Wer/Wo: Theaterhaus Rudi – Theatersaal

Fechnerstraße 2a

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 8 49 19 25 oder theaterhaus-rudi@dresden.de

Montag, 9. Januar

9 – 12.30 Uhr

PC – Das kann ich auch

Kosten: 144 Euro

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

Straße des 17. Juni Nr. 25, Eingang 103B

Anmeldung bis eine Woche vorher

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

10 – 11 Uhr

Infoveranstaltung zu den neuen Computerkursen

Wer/Wo: VS-Begegnungsstätte Klotzsche

Putbusser Weg 18

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 8 80 63 45

13 – 14.30 Uhr

Erhaltung/Entwicklung historischer Grünflächen in Dresden

Kosten: 4 Euro

Wer/Wo: Dresdner Seniorenakademie Wissenschaft und Kunst TU

Toepler-Bau, Hörsaal 317

Mommsenstraße 12

13 – 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

Im Land der weißen Massai

Kosten: 4 Euro

Wer/Wo: VS-Begegnungsstätte Klotzsche

BBZ-Klotzsche, Putbusser Weg 18

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

Anmeldung

Telefon: (03 51) 2 50 21 60

14 – 16 Uhr + weitere Termine

Singekreis IMPULS

Kosten: 2,50 Euro

Wer/Wo: DRK-Seniorenzentrum IMPULS
DRK-Begegnungsstätte, Bürgerstraße 6

14 – 16 Uhr

Schach

Kosten: 1 Euro

Wer/Wo: Ökumenische Seniorenhilfe Dresden e.V.
Begegnungs- und Beratungszentrum für Senioren
Wittenberger Straße 83

14 – 21 Uhr + weitere Termine

Dresdner Winter

Wer/Wo: bean&beluga GmbH

Stechgrundstraße, Konzertplatz – Weißen Hirsch

14.30 – 15.30 Uhr

Ein neues Jahr ein neues Hoffen – Leselampe

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: VS-Begegnungsstätte
Laubegaster Ufer 22

15.45 – 16.45 Uhr + weitere Termine

Yoga für Senioren

Kosten: 2 Euro

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

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 4 13 54 71

Dienstag, 10. Januar

9.30 – 10.45 Uhr

Gedächtnisspiele

Kosten: 3 Euro

Wer/Wo: Ökumenische Seniorenhilfe Dresden e.V.
Begegnungs- und Beratungszentrum für Senioren
Wittenberger Straße 83

9.30 – 11 Uhr + weitere Termine

Qi Gong inklusive Selbstmassage und Stillem Sitzen

Kosten: 120 Euro

Wer/Wo: Corina Bode

Palitzschhof, Gamigstraße 24, 1. Etage

Anmeldung bis eine Woche vorher

Telefon: (01 78) 4 33 84 66

10 – 11 Uhr + weitere Termine

Yoga im Sitzen

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

10 – 11 Uhr + weitere Termine

Gedächtnisspiele für Fortgeschrittene

Kosten: 4 Euro

Wer/Wo: Begegnungs- und Beratungszentrum
Nürnberger Straße 45

10 – 12 Uhr

Info – neuer PC-Internetkurs

Hainsberger Straße 2

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 4 13 54 71

13 – 16.30 Uhr

Mobile Geräte für Einsteiger (3-Tage-Kurs)

Kosten: 72 Euro

Wer/Wo: Artos – die mediengemeinschaft e.V.
Straße des 17. Juni Nr. 25, Eingang 103B

Anmeldung bis eine Woche vorher

Telefon: (03 51) 25 18 14 77 oder 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 – 16 Uhr

Singen in gemütlicher Runde

Wer/Wo: ASB Regionalverband Dresden e.V.

Dresdner Straße 3, Cossebaude

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 45 25 63 28

14 – 16 Uhr

Handarbeitsgruppe: Gemeinsam sticken, häkeln, nähen ...

Kosten: 1,50 Euro

Wer/Wo: DRK-Seniorenzentrum IMPULS

Bürgerstraße 6

16.30 – 17.30 Uhr

Sprechstunde Seniorenbeirat & Ortsbeirat Pieschen

Wer/Wo: DRK-Seniorenzentrum IMPULS

Bürgerstraße 6

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
Dresden
Freiberger Straße 18
01067 Dresden
Service-Rufnummer (0351) 3138-555
service@cultus-dresden.de

www.cultus-dresden.de

der horchladen - Gutes Hören ist Vertrauenssache

Merry Christmas ★ Feliz Navidad
Buon Natale ★
★ Joyeux Noël ★ Frohes Fest

Wir wünschen Ihnen ein schönes Weihnachtsfest,
besinnliche Tage und einen guten Rutsch!

Herzlichst Ihr horchladen-Team

‘ der horchladen

Räcknitzhöhe 35 | Dresden
Tel. 0351 / 476 33 41
www.derhorchladen.de

Mittwoch, 11. Januar

10 – 11.30 Uhr

Malta und Gozo – zwei Schwestern im Mittelmeer

Kosten: 3 Euro

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

10.30 – 12 Uhr

Lesezeit: „Das Leben der Agatha Christie“

Kosten: 3 Euro

Wer/Wo: Ökumenische Seniorenhilfe Dresden e.V.
Begegnungs- und Beratungszentrum für Senioren
Wittenberger Straße 83

13 – 18 Uhr

Busfahrt nach Geising und zur Schokoladenmanufaktur

Kosten: 24 Euro

Wer/Wo: DRK-Seniorenzentrum IMPULS, Bürgerstraße 6
Anmeldung bis 5. Januar 2017
Telefon: (03 51) 84 72 26 78 oder impuls@drk-dresden.de

14 – 15 Uhr

Reisevortrag Taiwan

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 – 21 Uhr + weitere Termine

Dresdner Winter

Wer/Wo: bean&beluga GmbH
Stechgrundstraße, Konzertplatz – Weißer Hirsch

Donnerstag, 12. Januar

9.20 – 10.50 Uhr

Roboter in der Operationstechnik

Kosten: 4 Euro

Wer/Wo: Dresdner Seniorenakademie Wissenschaft und Kunst TU,
Toepler-Bau, Hörsaal 317, Mommsenstraße 12

10 – 11 Uhr

Gedächtnis spielend trainieren

Kosten: 1,50 Euro

Wer/Wo: DRK-Seniorenzentrum IMPULS
Bürgerstraße 6

14 – 15.30 Uhr

Projekt Brückebauer Integration der Caritas

Kosten: 1 Euro

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

14.30 – 15.30 Uhr

Lebensreise des Schauspielers Hans Albers

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: VS-Begegnungsstätte, Laubegaster Ufer 22

18 – 19 Uhr

„The Snow Queen“ in englischer Sprache – eclectic theatre

Kosten: 5 Euro

Wer/Wo: Theaterhaus Rudi, Fechnerstraße 2a
Anmeldung bis einen Tag vorher
Telefon: (03 51) 8 49 19 25 oder theaterhaus-rudi@dresden.de

20 – 22 Uhr

Prominentengespräch: Thiels Treffen – Ron Ringhut

Kosten: 12/10 Euro

Wer/Wo: Putjatinhaus e.V.

Meußlitzer Straße 83

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 2 01 19 06

Freitag, 13. Januar

13 – 15 Uhr

Offener Mal- und Zeichenkurs

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 – 16 Uhr

Bildvortrag: „Apulien“

Kosten: 2 Euro

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

14 – 17.30 Uhr

Seniorentanz mit Thommy – Solo

Kosten: 4 Euro

Wer/Wo: VS-Begegnungsstätte
Laubegaster Ufer 22

14 – 21 Uhr + weitere Termine

Dresdner Winter

Wer/Wo: bean&beluga GmbH

Stechgrundstraße, Konzertplatz – Weißer Hirsch

18 – 19 Uhr

„The Snow Queen“ in englischer Sprache – eclectic theatre

Kosten: 5 Euro

Wer/Wo: Theaterhaus Rudi

Fechnerstraße 2a

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 8 49 19 25 oder theaterhaus-rudi@dresden.de

Sonnabend, 14. Januar

20 – 21.40 Uhr

Schauspiel: Heimatabend – Ein Tauchversuch

Kosten: 8 Euro

Wer/Wo: Theaterhaus Rudi, Fechnerstraße 2a

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 8 49 19 25 oder theaterhaus-rudi@dresden.de

Sonntag, 15. Januar

10.30 Uhr

Vergnüglicher Töppel-Trip

Kosten: 2 Euro

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

Bahnhof Dresden-Neustadt, Buchladen

Anmeldung bis 13. Januar 2017

Telefon: (01 73) 3 68 65 86

14 – 21 Uhr + weitere Termine

Dresdner Winter

Wer/Wo: bean&beluga GmbH

Stechgrundstraße, Konzertplatz – Weißer Hirsch

15 Uhr

Kammermusik – Violine und Klavier (Tomaszewski/Nogae.V.a)

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, 16. Januar

10 – 11 Uhr + weitere Termine

Englisch für Fortgeschrittene

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: AWO Begegnungs- und Beratungszentrum

Seniorenbegegnungsstätte

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

Spieldienachmittag: Rommé

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: Begegnungs- und Beratungszentrum

Nürnberger Straße 45

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 4 71 93 66

13 – 16.30 Uhr

Ein Fotobuch attraktiv gestalten

Kosten: 24 Euro

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

Straße des 17. Juni Nr. 25, Eingang 103B

Anmeldung bis eine Woche vorher

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

13.30 – 16 Uhr + weitere Termine

Skat

Kosten: 1 Euro

Wer/Wo: Ökumenische Seniorenhilfe Dresden e.V.

Begegnungs- und Beratungszentrum für Senioren

Wittenberger Straße 83

14.30 – 15.30 Uhr

Name, Stadt, Land

Kosten: 1 Euro

Wer/Wo: AWO Begegnungs- und Beratungszentrum

AWO-Begegnungsstätte

Hainsberger Straße 2

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 4 13 54 71

15 – 17 Uhr

Fotozirkel: Sonne, Mond und Sterne in Bildern

Kosten: 2,50 Euro

Wer/Wo: VS-Begegnungsstätte

Laubegaster Ufer 22

Dienstag, 17. Januar

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: 2,50 Euro

Wer/Wo: DRK-Seniorenzentrum IMPULS

Bürgerstraße 6

14 – 15 Uhr

Lichtbildervortrag

Wer/Wo: ASB Regionalverband Dresden e.V.

ASB-Begegnungsstätte, Dresden Straße 3

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 45 25 63 28

14 – 16 Uhr

Klubcafé mit dem Mandolinenorchester

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: VS-Begegnungsstätte

VS-Begegnungsstätte, Laubegaster Ufer 22

14 – 21 Uhr + weitere Termine

Dresdner Winter

Wer/Wo: bean&beluga GmbH

Stechgrundstraße, Konzertplatz – Weißer Hirsch

14.15 – 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

19.30 – 21 Uhr + weitere Termine

Qi Gong inklusive Selbstmassage und Stillem Sitzen

Kosten: 120 Euro

Wer/Wo: Corina Bode

PUCK, Lohrmannstraße 20, Haus 2, 2. OG

Anmeldung bis eine Woche vorher

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

Mittwoch, 18. Januar

8.30 – 9.30 Uhr + weitere Termine

Französisch für Fortgeschrittene

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: AWO Begegnungs- und Beratungszentrum

AWO Seniorenbegegnungsstätte, Hainsberger Straße 2

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 4 13 54 71

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



Städtisches Klinikum
Dresden

Meine Stadt. (M)Ein Klinikum.

*Weil zusammen
einfach besser ist.*

Jedes Jahr starten mehr als 2 000 kleine Dresdner mit uns ins Leben. Etwa 170 000 Patienten vertrauen uns jährlich ihre Gesundheit an. Als eine der größten medizinischen Versorgungseinrichtungen Dresdens mit Standorten in Friedrichstadt, Löbtau, Neustadt/Trachau und am Weißen Hirsch sind wir für Sie da. Gemeinsam. Wohnortnah. Umfassend.

www.klinikum-dresden.de

Hersteller: Städtisches Klinikum Dresden, Gestaltung: lugersturm, Dezember 2016



Dresden.
Dresdēn.

9.30 – 11 Uhr

Sicher + mobil: Gesprächsrunde für ältere Kraftfahrer

Kosten: 4 Euro

Wer/Wo: Begegnungs- und Beratungszentrum
Nürnberger Straße 45

10 – 10.45 Uhr + weitere Termine

Seniorengymnastik

Kosten: 4 Euro

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

10.45 – 12 Uhr + weitere Termine

Strickrunde: Figuren, Puppen und anderes

Kosten: 3 Euro

Wer/Wo: Begegnungs- und Beratungszentrum
Nürnberger Straße 45

13 – 16.30 Uhr + weitere Termine

Skat, Rommé und Schach

Kosten: 1 Euro

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

14 – 16 Uhr

Gut kommunizieren – wie geht das?

Kosten: 3,50 Euro

Wer/Wo: DRK-Seniorenzentrum IMPULS, Bürgerstraße 6

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

14.30 – 15.30 Uhr

„Die Gedanken sind frei ...“ Gemeinsames Singen

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: VS-Begegnungsstätte, Laubegaster Ufer 22

15.30 – 17 Uhr + weitere Termine

Yoga sanft am Nachmittag

Kosten: 120 Euro

Wer/Wo: Corina Bode

Palitzschhof, Eingang mit der Rampe, im Haus 1. Treppe hoch
Anmeldung bis einen Tag vorher
Telefon: (01 78) 4 33 84 66**Donnerstag, 19. Januar**

9.30 – 10.30 Uhr + weitere Termine

Seniorengymnastik

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 Uhr

Stadtentdeckungen „Grüne Wege“

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: NaturFreunde Deutschlands, Ortsgruppe Dresden e.V.
Theaterplatz, Denkmal
Anmeldung bis 17. Januar 2017
Telefon: (01 73) 3 68 65 86

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: 2,50 Euro

Wer/Wo: DRK-Seniorenzentrum IMPULS
Bürgerstraße 6

11 – 12 Uhr

Lust auf Russisch

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: Ökumenische Seniorenhilfe Dresden e.V.
Begegnungs- und Beratungszentrum für Senioren
Wittenberger Straße 83

13 – 14.30 Uhr

Von echten „Seelensteinen“ und falschen Frauen

Kosten: 1 Euro

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

13.30 – 15 Uhr

Selbsthilfegruppe Diabetes

Kosten: 1 Euro

Wer/Wo: VS-Begegnungsstätte
Laubegaster Ufer 22

14 – 21 Uhr + weitere Termine

Dresdner Winter

Wer/Wo: bean&beluga GmbH

Stechgrundstraße, Konzertplatz – Weißer Hirsch

14.30 – 15.30 Uhr

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

15.45 – 17 Uhr + weitere Termine

Offene Computer- und Handysprechstunde

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: Ökumenische Seniorenhilfe Dresden e.V.
Begegnungs- und Beratungszentrum für Senioren
Wittenberger Straße 83

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 3 40 08 76 oder bg.seniorenhilfe-dd@e.V.lks.de

16.15 – 18.15 Uhr + weitere Termine

Holzschnitzkurs

Kosten: 4 Euro

Wer/Wo: Ökumenische Seniorenhilfe Dresden e.V.
Begegnungs- und Beratungszentrum für Senioren
Wittenberger Straße 83
Anmeldung jeweils einen Tag vorher
Telefon: (03 51) 3 40 08 76 oder bg.seniorenhilfe-dd@e.V.lks.de

17–18 Uhr + weitere Termine

Rückenschule

Kosten: 13 Euro

Wer/Wo: Perfect Body Fitness-Gesundheitsstudio

Königsbrücker Straße 19

Anmeldung bis eine Woche vorher

Telefon: (03 51) 8 03 33 96

17.30–18.30 Uhr + weitere Termine

Sportkurs

Kosten: 5 Euro

Wer/Wo: Sportverein Motor Mickten e.V.

Turnhalle, 56. Oberschule, Böttgerstraße 11

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (01 60) 97 08 03 43

Freitag, 20. Januar

9.30–10.30 Uhr

ZumbaGold für Ältere und Einsteiger

Kosten: 6 Euro

Wer/Wo: Kristina Reichenbach

TSC Excelsior, Breitscheidstraße 78 Haus D (4. Etage)

11.15–12.15 Uhr + weitere Termine

Englisch für Erfahrene

Kosten: 8 Euro

Wer/Wo: Begegnungs- und Beratungszentrum

Nürnberger Straße 45

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 4 71 93 66

14–15.30 Uhr

Führung durch die Freimaurerloge „Zum Goldenen Apfel“

Kosten: 4 Euro

Wer/Wo: Ökumenische Seniorenhilfe Dresden e.V.

Tolkewitzer Straße 49

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 3 40 08 76 oder bg.seniorenhilfe-dd@e.V.lks.de

14.30–15.30 Uhr

Gedächtnistraining

Kosten: 1 Euro

Wer/Wo: AWO Begegnungs- und Beratungszentrum

AWO-Begegnungsstätte, Hainsberger Straße 2

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 4 13 54 71

Sonnabend, 21. Januar

14–21 Uhr + weitere Termine

Dresdner Winter

Wer/Wo: bean&beluga GmbH

Stechgrundstraße, Konzertplatz – Weißer Hirsch

19–23 Uhr

Rundkino: Metropolitan Opera: ROMEO ET JULIETTE

Kosten: 28,50 Euro

Wer/Wo: Rundkino, Prager Straße 6

Sonntag, 22. Januar

16–19 Uhr

Rundkino: Bolshoi-Ballett – Dornröschen

Kosten: 23 Euro

Wer/Wo: Rundkino, Prager Straße 6

Montag, 23. Januar

9–12.30 Uhr

GIMP-Training 1

Kosten: 24 Euro

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

Straße des 17. Juni Nr. 25, Eingang 103B

Anmeldung bis eine Woche vorher

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

10–11.30 Uhr

Biografiearbeit – Neubeginn

Kosten: 1 Euro

Wer/Wo: VS-Begegnungsstätte Klotzsche

BBZ Klotzsche, Putbuser Weg 18

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 8 80 63 45

14–16 Uhr + weitere Termine

Singekreis IMPULS

Kosten: 2,50 Euro

Wer/Wo: DRK-Seniorenzentrum IMPULS

Bürgerstraße 6

14–16 Uhr

Schach

Kosten: 1 Euro

Wer/Wo: Ökumenische Seniorenhilfe Dresden e.V.

Begegnungs- und Beratungszentrum für Senioren

Wittenberger Straße 83

14–17 Uhr

Kulturhistorische Wanderung: Zu den Elbschlössern (ca. 5 km)

Kosten: 2,50 Euro

Wer/Wo: DRK-Seniorenzentrum IMPULS

Waldschlösschenbrücke am Fahrstuhl,

Haltestelle „Waldschlösschen“ (Linien 11, 64, 74, 261)

14–21 Uhr + weitere Termine

Dresdner Winter

Wer/Wo: bean&beluga GmbH

Stechgrundstraße, Konzertplatz – Weißer Hirsch

Dienstag, 24. Januar

9.30–10.45 Uhr

Gedächtnisspiele

Kosten: 3 Euro

Wer/Wo: Ökumenische Seniorenhilfe Dresden e.V.

Begegnungs- und Beratungszentrum für Senioren

Wittenberger Straße 83

9.30–11 Uhr + weitere Termine

Qi Gong inklusive Selbstmassage und Stilem Sitzen

Kosten: 120 Euro

Wer/Wo: Corina Bode, Palitzschhof, Gamigstraße 24, 1. Etage

Anmeldung bis eine Woche vorher

Telefon: (01 78) 4 33 84 66

10–11 Uhr + weitere Termine

Yoga im Sitzen

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

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 – 16 Uhr

Handarbeitsgruppe: Gemeinsam sticken, häkeln, nähen ...

Kosten: 1,50 Euro

Wer/Wo: DRK-Seniorenzentrum IMPULS

Bürgerstraße 6

17.30 – 19 Uhr

Astronomiegruppe – Nachtausflug der Sternengucker

Kosten: 2,50 Euro

Wer/Wo: DRK-Seniorenzentrum IMPULS

Haltestelle „Hauptbahnhof“ (Linie 7, Richtung Pennrich)

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 84 72 25 78 oder impuls@drk-dresden.de

Mittwoch, 25. Januar

10 – 12 Uhr

Kreativzirkel „stressless painting“

Kosten: 3 Euro

Wer/Wo: Ökumenische Seniorenhilfe Dresden e.V.

Begegnungs- und Beratungszentrum für Senioren

Wittenberger Straße 83

14 – 15.30 Uhr

Lesung der Schreibwerkstatt „Begegnung“

Kosten: 3 Euro

Wer/Wo: Ökumenische Seniorenhilfe Dresden e.V.

Begegnungs- und Beratungszentrum für Senioren

Wittenberger Straße 83

14 – 16 Uhr

Buchlesung: „Die neuen Leiden des jungen Sebastian“

Kosten: 1,50 Euro

Wer/Wo: DRK-Seniorenzentrum IMPULS

Bürgerstraße 6

14 – 16 Uhr

Musikalischer Nachmittag

Kosten: 5 Euro

Wer/Wo: VS-Begegnungsstätte „fidelio“

Papstdorfer Straße 25

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 2 50 21 60

14 – 21 Uhr + weitere Termine

Dresdner Winter

Wer/Wo: bean&beluga GmbH

Stechgrundstraße, Konzertplatz – Weißer Hirsch

14.30 – 16 Uhr

„Rundreise durch Marokko“ – Diavortrag

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: VS-Begegnungsstätte

Laubegaster Ufer 22

Donnerstag, 26. Januar

10 – 11 Uhr

Gedächtnis spielend trainieren

Kosten: 1,50 Euro

Wer/Wo: DRK-Seniorenzentrum IMPULS

Bürgerstraße 6

13 – 15 Uhr

Spieldienachmittag

Kosten: 2,50 Euro

Wer/Wo: DRK-Seniorenzentrum IMPULS, Bürgerstraße 6

14.15 – 15.30 Uhr

Patientenverfügung und Vorsorgevollmacht

Kosten: 1 Euro

Wer/Wo: AWO Begegnungs- und Beratungszentrum

Hainsberger Straße 2

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 4 13 54 71

14.30 – 15.30 Uhr

„Das Pflegestärkungsgesetz – was ist neu?“

Kosten: 1 Euro

Wer/Wo: VS-Begegnungsstätte, Laubegaster Ufer 22

Freitag, 27. Januar

14 – 17.30 Uhr

Seniorentanz mit Eddy

Kosten: 4 Euro

Wer/Wo: VS-Begegnungsstätte

Laubegaster Ufer 22

14 – 21 Uhr + weitere Termine

Dresdner Winter

Wer/Wo: bean&beluga GmbH

Stechgrundstraße, Konzertplatz – Weißer Hirsch

Sonntag, 29. Januar

14 – 21 Uhr + weitere Termine

Dresdner Winter

Wer/Wo: bean&beluga GmbH

Stechgrundstraße, Konzertplatz – Weißer Hirsch

Montag, 30. Januar

9 – 12.30 Uhr

Programme und Treiber installieren/deinstallieren

Kosten: 24 Euro

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

Straße des 17. Juni Nr. 25, Eingang 103B

Anmeldung bis eine Woche vorher

Telefon: (03 51) 25 38 14 77 oder 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

10 – 12.30 Uhr

Kreatives und autobiografisches Schreiben

Kosten: 2,50 Euro

Wer/Wo: DRK-Seniorenzentrum IMPULS

Bürgerstraße 6

13 – 14.30 Uhr

Ist das Trinkwasser gesichert?

Kosten: 4 Euro

Wer/Wo: Dresdner Seniorenakademie Wissenschaft und Kunst

TU Dresden, Toepler-Bau, Hörsaal 317, Mommsenstraße 12

13.30 – 16 Uhr + weitere Termine

Skat

Kosten: 1 Euro

Wer/Wo: Ökumenische Seniorenhilfe Dresden e.V.

Begegnungs- und Beratungszentrum für Senioren

Wittenberger Straße 83

14.30 – 16 Uhr

„Ehemalige Fähren und Elbbäder in Dresden“ Erzählcafé

Kosten: 1 Euro

Wer/Wo: VS-Begegnungsstätte

Laubegaster Ufer 22

15.45 – 16.45 Uhr + weitere Termine

Yoga für Senioren

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: AWO Begegnungs- und Beratungszentrum

Hainsberger Straße 2

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 4 13 54 71

Dienstag, 31. Januar

9.30 – 11 Uhr + weitere Termine

Qi Gong inklusive Selbstmassage und Stillem Sitzen

Kosten: 120 Euro

Wer/Wo: Corina Bode

Palitzschhof, Gamigstraße 24, 1. Etage

Anmeldung bis eine Woche vorher

Telefon: (01 78) 4 33 84 66

10 – 12 Uhr + weitere Termine

Malen wie Paul Klee – mit Aquarell und Tusche

Kosten: 2,50 Euro

Wer/Wo: DRK-Seniorenzentrum IMPULS

Bürgerstraße 6

14 – 16 Uhr

Einführung in die Digitalkamera (Einzelveranstaltung)

Kosten: 2,50 Euro

Wer/Wo: DRK-Seniorenzentrum IMPULS

Bürgerstraße 6

Anmeldung bis einen Tag vorher

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

19.30 – 21 Uhr + weitere Termine

Qi Gong inklusive Selbstmassage und Stillem Sitzen

Kosten: 120 Euro

**Selbstbestimmt leben
bis ins hohe Alter!**



Johanniter-Zentrum Dohna/Heidenau
Tel. 03529 1223559
www.johanniter.de/jzdh

**DIE
JOHANNITER**
Aus Liebe zum Leben

Gut informiert?



Wer/Wo: Corina Bode

PUCK, Lohrmannstraße 20, Haus 2, 2. OG

Anmeldung bis eine Woche vorher

Telefon: (03 51) (01 78) 4 33 84 66 oder kurse@corinabode.de

20.15 – 23.15 Uhr

Rundkino: Royal Opera London – IL TROVATORE

Kosten: 23 Euro

Wer/Wo: Rundkino

Prager Straße 6

Redaktionsschluss: 15. Dezember 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.