



Die CHORIOSEN zwischen Pop, Chanson und Swing

Chor für reifere Semester sucht weitere männliche und weibliche Verstärkung



Die CHORIOSEN sind um die 20 Damen, die sich seit 2014 jeden Mittwoch treffen, um der gemeinsamen Liebe zum Singen zu frönen. Dabei werden Lieder und Kanons einstudiert, mal einstimmig, mal mehrstimmig, teilweise a cappella und viele Stücke mit Klavierbegleitung. Darunter finden sich Beatles-Songs, Swing-Standards, aber auch Schlager von Udo Jürgens über Karat bis Nina Hagen. Meistens wird auf Deutsch gesungen, aber es gibt auch Stücke auf Latein, Schwedisch und sogar Afrikanisch.

Der Spaß am gemeinsamen Musizieren steht dabei im Vordergrund. Kaum eine der Sängerinnen, die zwischen 50 und 75 Jahre alt sind, kann Noten lesen. Aber das ist auch nicht so wichtig, denn es gibt zu fast allen

Bei der Probe. Die CHORIOSEN. Foto: privat

Liedern Aufnahmen für zu Hause zum Üben. Mit viel Geduld und Freude trainiert Chorleiterin Anja Schumann ihre Eleven Stück für Stück durchs Repertoire. Es wird gelacht, geklatscht und natürlich getrallert. Auch einige kleine Konzerte zu Stadtteilstesten, in Krankenhäusern und Pflegeheimen haben die CHORIOSEN schon absolviert.

Anja Schumann leitet seit fast 20 Jahren professionell Chöre an, inzwischen sind es fünf, verteilt auf Chemnitz und Dresden. Außerdem ist sie als Sängerin in verschiedenen Formationen auf deutschen Bühnen zu Gast.

Herren sind bei den CHORIOSEN auch herzlich willkommen. Doch leider waren

es bisher nur wenige männliche Interessenten. Aber was nicht ist, kann ja noch werden. In diesem Sinne ist Jeder und Jede herzlich eingeladen, zum Schnuppern vorbei zu kommen.

Der Chor probt außer in den Schulferien immer mittwochs von 17.30 bis 19 Uhr im Gebäude der Waldorfschule auf der Jägerstraße 34 im Preußischen Viertel. Erreichbar ist die Schule zu Fuß über den Alaunpark – vom Bischofsweg aus, Linie 13 – oder mit den Bussen 64 und 74 über die Marienallee. Der Jahresbeitrag beläuft sich auf 240 Euro.

Kontakt:

Anja Schumann

Telefon (03 51) 32 02 33 10

E-Mail

post@anja-schumann.de

Internet:

www.anja-schumann.de

Pflegestammtisch lädt am 25. Oktober ein

„Pflegeheim = Vollversorgung?“ Unter diesem Thema steht der 28. Dresdner Pflegestammtisch. Er findet am Mittwoch, 25. Oktober, 15.30 bis 17.30 Uhr, im Haus An der Kreuzkirche 6, zwischen Kreuzkirche und Rathaus, Mauersberger Saal, Erdgeschoss, statt. Der Saal ist barrierefrei zugänglich.

Der Umzug in ein Pflegeheim ist eine Alternative, wenn Menschen zu Hause nicht mehr ausreichend versorgt werden können. Viele Ältere haben davor Angst. Angehörige haben ein schlechtes Gewissen, ihre Lieben „abzuschieben“. Und es entstehen Ungewissheiten, ob ein Pflegeheimplatz überhaupt zu finanzieren ist.

Wer Fragen zu diesem Thema hat, kann sie an die Fachleute stellen. Dafür ist ausreichend Zeit vorgesehen. Für individuelle Beratungsgespräche nach der Veranstaltung sind alle Referierenden sowie weitere kompetente Ansprechpersonen von Pflegekassen, des Sozialamtes und der Seniorenberatung vor Ort. Auch zur Alltagsbegleitung und Nachbarschaftshilfe sowie zum Wohngeld wird beraten. Die Teilnahme ist kostenfrei. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich. Getränke und Kuchen stehen zum Selbstkostenpreis bereit. Interessierte können Fragen an die E-Mail-Adresse sozialplanung@dresden.de richten oder per Telefon (03 51) 4 88 48 71 stellen. Weitere Informationen rund um das Thema Pflege sind auf der städtischen Internetseite www.dresden.de/pflege zu finden.

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

Sonnabend, 1. Oktober

15 – 16.10 Uhr

Familienvorstellung: Der Räuber Hotzenplotz – H.O.Theater

Kosten: 5 Euro

Wer/Wo: Theaterhaus Rudi, Eingang Rankestraße

Anmeldung bis einen Tag vorher

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

Montag, 2. Oktober

8.30 – 9.30 Uhr + weitere Termine

Frauensport

Kosten: 3 Euro

Wer/Wo: ASB-Seniorenzentrum, Wiesenstraße 17

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 2 13 13 39

9 – 12 Uhr + weitere Termine

Ausleihen & Tauschen – Bücherbasar

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

9.45 – 10.45 Uhr + weitere Termine

Gymnastik im Sitzen

Kosten: 3 Euro

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

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 5 01 04 25/ -4 27

10 Uhr + weitere Termine

Senioren-Fitness-Tanz

Kosten: 5 Euro

Wer/Wo: ASB Begegnungs- & Beratungszentrum „Am Friedensstein“, Dresdner Straße 47

10 – 11 Uhr + weitere Termine

Senioren-sport

Kosten: 3,50 Euro

Wer/Wo: ASB Begegnungszentrum „Prager Zeile“

St. Petersburger Straße 32

Telefon: (03 51) 3 23 51 24

10 – 11 Uhr

Seniorengymnastik

Kosten: 1,50 Euro

Wer/Wo: ASB Regionalverband Dresden e. V.

ASB-Begegnungsstätte „Luise“, Braunsdorfer Straße 13

10 – 12 Uhr + weitere Termine

Querschreiber – Werkstatt kreatives Schreiben

Kosten: 3 Euro

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

10 – 20 Uhr

Wanderausstellung „Was heißt schon alt?“

Wer/Wo: Dresdner Pflege- und Betreuungsverein e. V.

Centrum Galerie, Prager Straße 15

10.30 Uhr + weitere Termine

Johannstädter Frauenchor

Kosten: 4 Euro

Wer/Wo: Johannstädter Kulturtreff e.V.

Elisenstraße 35

10.30 – 12 Uhr + weitere Termine

Heiteres Gedächtnistraining

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: VS-Begegnungsstätte

Laubegaster Ufer 22

13.30 – 16 Uhr + weitere Termine

Bingo

Kosten: 1,50 Euro

Wer/Wo: ASB Begegnungszentrum „Prager Zeile“

St. Petersburger Straße 32

13.30 – 16 Uhr + weitere Termine

Skat

Kosten: 1,50 Euro

Wer/Wo: Ökumenische Seniorenhilfe Dresden e.V.

Wittenberger Straße 83

14 – 15 Uhr

ADAC Verkehrsteilnehmerschulung: Sicher im Straßenverkehr

Kosten: 1,50 Euro

Wer/Wo: ASB Begegnungs- & Beratungszentrum

„Am Friedensstein“

Dresdner Straße 3

14 – 16 Uhr

Töpfern

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: AWO Begegnungs- und Beratungszentrum Cotta

Hainsberger Straße 2

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 4 13 54 71

14 – 16 Uhr

Schach

Kosten: 1 Euro

Wer/Wo: Ökumenische Seniorenhilfe Dresden e.V.

Wittenberger Straße 83

16 – 17 Uhr + weitere Termine

Quigong

Kosten: 5,90 Euro

Wer/Wo: ASB-Seniorenzentrum

Wiesenstraße 17

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 2 13 13 39

16 – 17 Uhr + weitere Termine

ZumbaGold für Ältere und Einsteiger

Kosten: 6 Euro

Wer/Wo: Kristina Reichenbach

Breitscheidstraße 78, Haus D, 4. Etage

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (01 60) 97 08 03 43

18 Uhr + weitere Termine

Pilates

Wer/Wo: ASB Begegnungs- & Beratungszentrum „Am Friedensstein“,

Dresdner Straße 3

Dienstag, 3. Oktober

8.15 Uhr

Unterwegs auf dem Sächsischen Weinwanderweg

Kosten: 2 Euro

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

Dresden Hauptbahnhof vor Gleis 10

Anmeldung bis 1. Oktober

Telefon: (01 73) 3 68 65 86

9 – 15 Uhr

Lutherdenkmal und andere, Dresdner Heide – 16 km

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: Dresdner Wanderer- und Bergsteigerverein e.V.

Straßenbahnlinie 11, Haltestelle Mordgrundbrücke

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 2 51 42 06

14 – 17 Uhr

Filmcafé: PARIS KANN WARTEN

Kosten: 7 Euro

Wer/Wo: Rundkino, Prager Straße 6

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 4 84 39 22

20.15 – 23 Uhr

Royal Opera House 2017/18: LA BOHEME

Kosten: 23 Euro

Wer/Wo: Rundkino, Prager Straße 6

Mittwoch, 4. Oktober

7.30 – 8.30 Uhr + weitere Termine

Männersport

Kosten: 3 Euro

Wer/Wo: ASB-Seniorenzentrum

Wiesenstraße 17

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 2 13 13 39

8 – 16 Uhr

Bergwandern: Rundtour Lohsdorf – Schwarzbachtal

Kosten: 1 Euro

Wer/Wo: Wandergruppe Böhme

Hauptbahnhof, Anzeigetafel, Kuppelhalle

Anmeldung bis eine Woche vorher

Telefon: (03 51) 2 84 39 91

9 Uhr + weitere Termine

Sport am Vormittag

Kosten: 2,50 Euro

Wer/Wo: Johannstädter Kulturtreff e.V.

Elisenstraße 35

Anmeldung bis eine Woche vorher

Telefon: (03 51) 4 47 28 23

9 – 10 Uhr + weitere Termine

Männersport

Kosten: 3 Euro

Wer/Wo: ASB-Seniorenzentrum

Wiesenstraße 17

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 2 13 13 39

9 – 11 Uhr

Gesprächsrunde für ältere Kraftfahrer

Kosten: 1 Euro

Wer/Wo: VS-Begegnungsstätte, Laubegaster Ufer 22

9.18 – 14 Uhr

Wanderung von Luga nach Lockwitz – 10–12,50 km

Wer/Wo: Jahresringe DD Verband für Vorruhestand und aktives Alter

Dobritz, weiter mit Bus 65 nach Luga

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 4 21 51 85

9.30 – 10.30 Uhr + weitere Termine

Französisch für Anfänger mit Vorkenntnissen

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: AWO Begegnungs- und Beratungszentrum Cotta

Hainsberger Straße 2

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 4 13 54 71

10 – 10.45 Uhr + weitere Termine

Sitzgymnastik

Kosten: 1,20 Euro

Wer/Wo: ASB Begegnungs- & Beratungszentrum „Am Friedenstein“, Dresdner Straße 3

10 – 12 Uhr

Schnupperkurs

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

Straße des 17. Juni Nr. 25 Eingang 103B

Anmeldung bis einen Tag vorher

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

10 – 12 Uhr

Mal- und Zeichenkurs

Kosten: 1,50 Euro

Wer/Wo: VS-Begegnungsstätte, Nürnberger Straße 45

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 4 71 93 66

10 – 12.15 Uhr

Traumkino: Der Wein und der Wind

Kosten: 5 Euro

Wer/Wo: UFA Kristallpalast

St. Petersburger Straße 24a

10 – 12.15 Uhr

Traumkino: Ein Kuss von Béatrice

Kosten: 5 Euro

Wer/Wo: UFA Kristallpalast

St. Petersburger Straße 24a

10 – 20 Uhr

Wanderausstellung „Was heißt schon alt?“

Wer/Wo: Dresdner Pflege- und Betreuungsverein e.V.

Centrum Galerie, Prager Straße 15



Läufst du noch oder fährst du schon?

Shuttlebus 2,50 € je Einzelfahrt

Jeden Freitag mit dem Shuttlebus von Dresden ins Geibeltbad Pirna und wieder zurück - ganz bequem und ohne Umsteigen.

Geibeltbad Pirna, Rottwerndorfer Str. 56 c, 01796 Pirna
Tel.: 03501 - 710 900 Betreiber: Stadtwerke Pirna GmbH
www.geibeltbad-pirna.com

10.45 – 11.45 Uhr + weitere Termine

Französisch für Fortgeschrittene

Kosten: 2 Euro

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

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 4 13 54 71

13 – 16.15 Uhr

Mein Tablet Teil 1: Standardfunktionen

Kosten: 36 Euro

Wer/Wo: Volkshochschule

Annenstraße 10

Anmeldung bis eine Woche vorher

E-Mail: post@vhs-dresden.de

13 – 16.30 Uhr + weitere Termine

Skat, Rommé und Schach

Kosten: 1 Euro

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

13 – 16.30 Uhr

Skatturnier

Kosten: 6 Euro

Wer/Wo: VS-Begegnungsstätte, Laubegaster Ufer 22

13.15 – 14.15 Uhr + weitere Termine

Selbstverteidigung für Senioren

Kosten: 6 Euro

Wer/Wo: ASB-Seniorenzentrum Wiesenhäuser
Wiesenstraße 17

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 2 13 13 39

13.30 – 15.30 Uhr

Fleißige Hände stricken nicht nur für kleine Füße

Kosten: 1 Euro

Wer/Wo: Volkssolidarität Dresden e. V.

Trachenberger Straße 6

Anmeldung jeweils einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 5 01 04 25/ -4 27

14 Uhr

Spielenachmittag: Rommé, Skat und Brettspiele

Kosten: 1,20 Euro

Wer/Wo: ASB Begegnungs- & Beratungszentrum „Am Friedens-
stein“, Dresdner Straße 3

14 – 15.30 Uhr

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 + weitere Termine

Gedächtnistraining

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: ASB Regionalverband Dresden e. V.
ASB-Begegnungsstätte „Luise“

Braunsdorfer Straße 13

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 4 24 17 34

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

Literaturcafé: Elke Heidenreich „Alles kein Zufall“

Kosten: 3,50 Euro

Wer/Wo: DRK Seniorenzentrum IMPULS
Bürgerstraße 6

14 – 17 Uhr + weitere Termine

Skat

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: Johannstädter Kulturtreff e.V.

Elisenstraße 35

14 – 17 Uhr

Kurzwanderung: Durch die Junge Heide (4–5 km)

Kosten: 1,50 Euro

Wer/Wo: DRK Seniorenzentrum IMPULS

Haltestelle „Moritzburger Weg“ (Linien 7, 8)

14 – 18 Uhr

Tanznachmittag

Kosten: 4 Euro

Wer/Wo: VS-Seniorenbegegnungsstätte „fidelio“

Papstdorfer Straße 25

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 2 50 21 60

14.30 – 15.30 Uhr

„Der Herbst steht auf der Leiter“ – Gemeinsames Singen

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: VS-Begegnungsstätte

Laubegaster Ufer 22

15 – 16 Uhr + weitere Termine

Englisch für Senioren – Anfängerkurs

Kosten: 4 Euro

Wer/Wo: Volkssolidarität Dresden e. V.

Trachenberger Straße 6

Anmeldung jeweils einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 5 01 04 25/ -4 27

15 – 17 Uhr

Gestalten mit Textil

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: Ökumenische Seniorenhilfe Dresden e.V.

Wittenberger Straße 83

16.15 – 17.45 Uhr + weitere Termine

Englisch für Senioren für Fortgeschrittene

Kosten: 5 Euro

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

Anmeldung jeweils einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 50 10 4 25/ -4 27

Donnerstag, 5. Oktober

9.30 – 10.30 Uhr + weitere Termine

Seniorengymnastik

Kosten: 2 Euro

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

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 4 13 54 71

9.30 – 10.30 Uhr

Familientheater – Die goldene Gans

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

9.45 – 11.30 Uhr + weitere Termine

Tanzkreis für Senioren

Kosten: 1,50 Euro

Wer/Wo: ASB-Seniorenzentrum

Wiesenstraße 17

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 2 13 13 39

10 – 11 Uhr + weitere Termine

ZumbaGold für Senioren

Kosten: 8 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

10 – 11 Uhr

Gymnastik im Sitzen – Fit bis ins hohe Alter!

Kosten: 1,50 Euro

Wer/Wo: DRK Seniorenzentrum IMPULS

Bürgerstraße 6

Anmeldung bis einen Tag vorher

10 – 12 Uhr

Nordic-Walking-Gruppe des IMPULS

Kosten: 2,50 Euro

Wer/Wo: DRK Seniorenzentrum IMPULS

Bürgerstraße 6

10 – 18 Uhr

Wanderausstellung „Was heißt schon alt?“

Wer/Wo: Dresdner Pflege- und Betreuungsverein e.V.

World Trade Center

Ammonstraße 72

13.30 – 17 Uhr + weitere Termine

Rommé

Kosten: 1 Euro

Wer/Wo: Johannstädter Kulturtreff e.V.

Elisenstraße 35

14 – 16 Uhr

Kaffeetreff

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: ASB Regionalverband Dresden e. V.

ASB-Begegnungsstätte „Luise“

Braunsdorfer Straße 13

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 4 24 17 34

14 – 16 Uhr

Handarbeitscafe

Kosten: 1 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

Gemeinsam zur Wanderausstellung „Was heißt schon alt?“

Wer/Wo: DRK Seniorenzentrum IMPULS

World-Trade-Center, Ammonstraße 72

14.30 – 15.30 Uhr

Musik macht fröhlich

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: AWO Begegnungs- und Beratungszentrum Cotta

Hainsberger Straße 2

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 4 13 54 71

17.30 – 18.30 Uhr + weitere Termine

Zumba Gold für Ältere und Einsteiger

Kosten: 5 Euro

Wer/Wo: Sportverein Motor Mickten e. V.

Turnhalle 56. Grundschule

Böttgerstraße 11

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (01 60) 97 08 03 43

Freitag, 6. Oktober

9 – 10 Uhr + weitere Termine

Yoga am Morgen

Kosten: 6 Euro

Wer/Wo: Volkssolidarität Dresden e. V.

Trachenberger Straße 6

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 5 01 04 25

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)

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 5 63 39 53 oder (01 60) 97 08 03 43

10 – 18 Uhr

Wanderausstellung „Was heißt schon alt?“

Wer/Wo: Dresdner Pflege- und Betreuungsverein e.V.

Nürnberger Straße 45

14.30 – 15.30 Uhr

Gedächtnistraining

Kosten: 1 Euro

Wer/Wo: AWO Begegnungs- und Beratungszentrum Cotta

Hainsberger Straße 2

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 4 13 54 71

17 – 18.30 Uhr + weitere Termine

Yoga

Kosten: 5 Euro

Wer/Wo: ASB-Seniorenzentrum

Wiesenstraße 17

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 2 13 13 39

Nachhaltig besser hören



Filiale Gruna
Stübelallee 55
☎ 0351/2509006

Filiale Johannstadt
Pfotenhauerstraße 41
☎ 0351/2104488

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

10 JAHRE

DER HÖRGERÄTELADEN

Wir bilden aus & stellen ein!

www.der-hörgeräteladen.de

Sonnabend, 7. Oktober

19 – 23 Uhr

Rundkino: Metropolitan Opera: BELLINI – NORMA

Kosten: 28,50 Euro

Wer/Wo: Rundkino

Prager Straße 6

Sonntag, 8. Oktober

14 – Uhr

Sonntagscafé mit Kaffee und Kuchen

Wer/Wo: DRK-Begegnungszentrum Johann

Striesener Straße 39

Montag, 9. Oktober

9 – 12.30 Uhr

Workshop „Eine App für unterwegs“

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 oder artos@artos.de

9.45 – 10.45 Uhr + weitere Termine

Gymnastik im Sitzen

Kosten: 3 Euro

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

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 5 01 04 25/ -4 27

10 – 11 Uhr

Frauensport

Kosten: 3 Euro

Wer/Wo: ASB-Seniorenzentrum
Wiesenstraße 17

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 2 13 13 39

10 – 18 Uhr

Wanderausstellung „Was heißt schon alt?“Wer/Wo: Dresdner Pflege- und Betreuungsverein e.V.
Laubegaster Ufer 22

11 Uhr

Englisch für Anfänger mit Vorkenntnissen

Kosten: 2 Euro

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

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 4 13 54 71

13 – 16.15 Uhr

Mein Tablet Teil 2: Zusätzliche Anwendungen

Kosten: 36 Euro

Wer/Wo: Volkshochschule
Annenstraße 10

Anmeldung bis eine Woche vorher

E-Mail: post@vhs-dresden.de

13.30 – Uhr

Herbstfest mit leckerem Schmauß

Kosten: 5 Euro

Wer/Wo: ASB Begegnungs- & Beratungszentrum „Am Friedens-
stein“, Dresdner Straße 3

13.30 – 16 Uhr

Kreatives Gestalten

Kosten: 1 Euro

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

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 4 13 54 71

14 – 16 Uhr

Ländervortrag: Kilimandscharo und Mt. Kenia

Kosten: 5 Euro

Wer/Wo: Volkssolidarität Dresden e. V., Trachenberger Straße 6
Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 5 01 04 25/ -4 27

14 – 16 Uhr

Singekreis des IMPULS

Kosten: 2,50 Euro

Wer/Wo: DRK Seniorenzentrum IMPULS, Bürgerstraße 6

14.30 – 15.30 Uhr

Name, Stadt, Land

Kosten: 3 Euro

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

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 4 13 54 71

14.30 – 15.30 Uhr

„Der Nebel steigt, es fällt das Laub“ – Leselampe

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: VS-Begegnungsstätte, Laubegaster Ufer 22

Mittwoch, 10. Oktober

9 – Uhr + weitere Termine

Sport am Vormittag

Kosten: 2,50 Euro

Wer/Wo: Johannstädter Kulturtreff e.V., Elisenstraße 35
Anmeldung bis eine Woche vorher

Telefon: (03 51) 4 47 28 23

9 – 10 Uhr + weitere Termine

Frauensport

Kosten: 3 Euro

Wer/Wo: ASB-Seniorenzentrum, Wiesenstraße 17
Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 2 13 13 39

9 – 11.15 Uhr

Keramik-Werkstatt am Dienstag

Kosten: 10 Euro

Wer/Wo: Johannstädter Kulturtreff e.V., Elisenstraße 35

9 – 12 Uhr

HandarbeitszirkelWer/Wo: Jahresringe DD Verband für Vorruhestand und ak-
tives Alter

Geschäftsstelle Raum 3, Ehrlichstraße 3

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 4 21 51 85

9 – 12.30 Uhr

Workshop „Eine App für unterwegs“

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 oder artos@artos.de

9.30 – 10.45 Uhr

Ganzheitliches Gedächtnistraining für Senioren

Kosten: 3 Euro

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

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

Frauengymnastik

Kosten: 1,20 Euro

Wer/Wo: ASB Begegnungs- & Beratungszentrum „Am Friedens-
stein“, Dresdner Straße 3

10 – 11.30 Uhr + weitere Termine

Computerkurs für Anfänger

Kosten: 5 Euro

Wer/Wo: Volkssolidarität Dresden e. V.
Trachenberger Straße 6
Anmeldung bis einen Tag vorher
Telefon: (03 51) 5 01 04 25/ -4 27

10 – 12 Uhr

Malen wie Paul Klee (mit Aquarell & Tusche)

Kosten: 3,50 Euro

Wer/Wo: DRK Seniorenzentrum IMPULS, Bürgerstraße 6

13 – 16.30 Uhr

Workshop „Internet und E-Mail mit Smartphone und Tablet“

Kosten: 48 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.d

13.30 – 15 Uhr

Angehörigengruppe für pflegende Angehörige

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

14 – 15 Uhr

Parkspaziergang mit Rollator: Großer Garten – Dahlienblüte

Kosten: 2,50 Euro

Wer/Wo: DRK Seniorenzentrum IMPULS
Haltestelle „Comeniusplatz“ (Linien 1, 2)

14 – 16 Uhr

Fröhliche Liederstunde: „Im Krug zum grünen Kranze“

Kosten: 1,50 Euro

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

14 – 17 Uhr

Filmcafé: DIE VERFÜHRTEN

Kosten: 7 Euro

Wer/Wo: Rundkino, Prager Straße 6
Anmeldung bis einen Tag vorher
Telefon: (03 51) 4 84 39 22

14 – 18 Uhr

Wanderausstellung „Was heißt schon alt?“Wer/Wo: Dresdner Pflege- und Betreuungsverein e.V.
Rathaus, Vorraum Plenarsaal
Dr.-Külz-Ring 19

14.30 – 15.30 Uhr

Bildvortrag: 100 Jahre Talsperre Klingenberg

Kosten: 2 Euro

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

14.30 – 15.30 Uhr

„Ich hab für euch gespielt“ – Porträt Paul Hörbiger

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: VS-Begegnungsstätte
Laubegaster Ufer 22

14.30 – 16 Uhr

Parkinson-TanzgymnastikWer/Wo: Volkssolidarität Dresden e. V.
Trachenberger Straße 6
Anmeldung jeweils einen Tag vorher
Telefon: (03 51) 5 01 04 25/ -4 27

15 – 16 Uhr

Offene Strick- und HandarbeitsgruppeWer/Wo: AWO Sozialzentrum Prohlis
Herzberger Straße 2 – 4

18 Uhr

Patchwork

Kosten: 1,20 Euro

Wer/Wo: ASB Begegnungs- & Beratungszentrum „Am Friedens-
stein“, Dresdner Straße 3

20 – Uhr + weitere Termine

Qi Gong

Kosten: 8 Euro

Wer/Wo: Johannstädter Kulturtreff e.V.
Elisenstraße 35
Anmeldung bis eine Woche vorher
Telefon: (01 76) 45 92 27 57**Mittwoch, 11. Oktober**

8.45 – 17 Uhr

Wanderung zu einem unbekannten Ziel

Kosten: 1 Euro

Wer/Wo: Wandergruppe Böhm
Hauptbahnhof, Anzeigetafel
Anmeldung bis eine Woche vorher
Telefon: (03 51) 2 84 39 91


Inh. Mandy Frühauf
Steinbacher Weg 9 · 01723 Kesselsdorf · Telefon: 035204 - 39 64 65

Termine nach Vereinbarung · Behandlung aller Krankenkassen

Ihre Füße bereiten Ihnen Sorgen, Sie haben Fußschmerzen und können nicht mehr wie gewohnt laufen oder sind Diabetiker und benötigen die regelmäßige podologische Behandlung?

Ich helfe Ihnen gern.

www.podologie-kesselsdorf.de

9 – 10.30 Uhr

„Herbstgenüsse“ – Gemeinsames Frühstück

Kosten: 5 Euro

Wer/Wo: VS-Begegnungsstätte

Laubegaster Ufer 22

Anmeldung bis 10. Oktober

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

10 – 12 Uhr

Mal- und Zeichenkurs

Kosten: 1,50 Euro

Wer/Wo: VS-Begegnungsstätte, Nürnberger Straße 45

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 4 71 93 66

10 – 12 Uhr

Traumkino: Das Pubertier – Der Film

Kosten: 5 Euro

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

10 – 12 Uhr

Traumkino: The Circle

Kosten: 5 Euro

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

10 – 15 Uhr

Wanderausstellung „Was heißt schon alt?“

Wer/Wo: Dresdner Pflege- und Betreuungsverein e.V.

SACHSEN FORUM, Merianplatz 3 – 4

10.04 – 13.30 Uhr

Wanderung – Kreischa – Willisch, ca 9,5 km

Wer/Wo: Jahresringe DD Verband für Vorruhestand und aktives Alter

Haltepunkt Dobritz, Bus 86

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 4 21 51 85

10.30 – 12 Uhr

Lesezeit: „Abenteuer reisender Frauen“ von Armin Strohmeier

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: Ökumenische Seniorenhilfe Dresden e.V.

Begegnungs- und Beratungszentrum für Senioren

Wittenberger Straße 83

13 – 16 Uhr

Rommé

Kosten: 1 Euro

Wer/Wo: VS-Begegnungsstätte, Laubegaster Ufer 22

13 – 18 Uhr

Rundreise zur Sternwarte in Sohland

Kosten: 26 Euro

Wer/Wo: DRK Seniorenzentrum IMPULS, Bürgerstraße 6

Anmeldung bis 4. Oktober

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

Donnerstag, 12. Oktober

9.30 – 11 Uhr

Verkehrsteilnehmerschulung „Sicher mobil“

Kosten: 1,50 Euro

Wer/Wo: VS-Seniorenbegegnungsstätte „fidelio“

Papstdorfer Straße 25

10 – 11 Uhr

Gedächtnis spielend trainieren

Kosten: 1,50 Euro

Wer/Wo: DRK Seniorenzentrum IMPULS, Bürgerstraße 6

10 – 15 Uhr

Wanderausstellung „Was heißt schon alt“

Wer/Wo: Dresdner Pflege- und Betreuungsverein e.V.

SACHSEN FORUM, Merianplatz 3 – 4

13 – 15 Uhr + weitere Termine

Kreatives Malen

Kosten: 4 Euro

Wer/Wo: Ökumenische Seniorenhilfe Dresden e.V.

Begegnungs- und Beratungszentrum für Senioren

Wittenberger Straße 83

13.30 – 14 Uhr

Besuch der Wanderausstellung „Was heißt schon alt“

Kosten: 1,20 Euro

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

13.30 – 14 Uhr + weitere Termine

Sitzgymnastik

Kosten: 1,20 Euro

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

13.30 – 16 Uhr

Gesunde Psyche im Alter

Kosten: 7,50 Euro

Wer/Wo: Volkshochschule, Helbigsdorfer Weg 1

Anmeldung bis eine Woche vorher

Telefon: (03 51) 2 54 40 45 oder post@vhs-dresden.de

14 – 16 Uhr

Kaffeetreff

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: ASB Regionalverband Dresden e. V.

ASB-Begegnungsstätte „Luise“, Braunsdorfer Straße 13

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 4 24 17 34

14 – 16 Uhr

Handarbeitscafe

Kosten: 1 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 – 17.30 Uhr

Tanz – Körper und Geist beflügeln

Kosten: 4 Euro

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

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 5 01 04 25 / - 427

14 – 17.30 Uhr

Oktoberfest mit DJ Jo & Co

Kosten: 4 Euro

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

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 5 01 04 25 / - 427

14.30 – 16 Uhr

Alles Wissenswerte rund um den Tee

Kosten: 1,50 Euro

Wer/Wo: ASB-Seniorenzentrum, Wiesenstraße 17

14.30 – 16 Uhr

Gesund durch die Erkältungszeit

Kosten: 1 Euro

Wer/Wo: VS-Seniorenbegegnungsstätte „fidelio“

Papstdorfer Straße 25

14.30 – 17 Uhr

Winzerfest mit Tombola

Kosten: 3 Euro

Wer/Wo: VS-Begegnungsstätte

Laubegaster Ufer 22

Freitag, 13. Oktober

9 – Uhr + weitere Termine

Sport am Vormittag

Kosten: 2,50 Euro

Wer/Wo: Johannstädter Kulturtreff e.V., Elisenstraße 35

Anmeldung bis eine Woche vorher

Telefon: (03 51) 4 47 28 23

9 – Uhr

Gemeinsames Frühstück

Kosten: 3 Euro

Wer/Wo: ASB-Seniorenzentrum, Wiesenstraße 17

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 2 13 13 39

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)

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 5 63 39 53 oder (01 60) 97 08 03 43

14 – 16 Uhr

Literaturstunde: „Hans Christian Andersen“

Kosten: 3 Euro

Wer/Wo: Ökumenische Seniorenhilfe Dresden e.V.

Begegnungs- und Beratungszentrum für Senioren

Wittenberger Straße 83

14 – 17.30 Uhr

Seniorentanz

Kosten: 4 Euro

Wer/Wo: VS-Begegnungsstätte, Laubegaster Ufer 22

Sonnabend, 14. Oktober

7 – 18 Uhr

Linkselbische Tälertour

Kosten: 4 Euro

Wer/Wo: Dresdner Wanderer- und Bergsteigerverein e.V.

250 m vom Bhf. Dresden-Cossebaude; Sondermarkierung zum Startort

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 4 53 71 15

9.15 – Uhr

Radwanderung „Meißner 8“

Kosten: 2 Euro

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

Dresden Hauptbahnhof, Gleis 19

Anmeldung bis 11. Oktober

Telefon: (0 35 28) 41 26 67

19 – 23 Uhr

Rundkino: Metropolitan Opera: MOZART – DIE ZAUBER-FLÖTE

Kosten: 28,50 Euro

Wer/Wo: Rundkino

Prager Straße 6

Sonntag, 15. Oktober

9.15 – Uhr

Erlebniswanderung im Kirnitzschtal – 9 km

Kosten: 2 Euro

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

Dresden Hauptbahnhof, vor Gleis 10

Anmeldung bis 13. Oktober

Telefon: (01 73) 9 33 20 65

Montag, 16. Oktober

8.30 – 9.30 Uhr + weitere Termine

Frauensport

Kosten: 3 Euro

Wer/Wo: ASB-Seniorenzentrum, Wiesenstraße 17

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 2 13 13 39

9 – 12 Uhr + weitere Termine

Ausleihen & Tauschen – Bücherbasar

Wer/Wo: ASB Begegnungs- & Beratungszentrum „Am Friedenstein“, Dresdner Straße 3

9.45 – 10.45 Uhr + weitere Termine

Gymnastik im Sitzen

Kosten: 3 Euro

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

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 5 01 04 25/ -4 27

10 – Uhr + weitere Termine

Senioren-Fitness-Tanz

Kosten: 5 Euro

Wer/Wo: ASB Begegnungs- & Beratungszentrum „Am Friedenstein“, Dresdner Straße 47

10 – 11 Uhr

Frauensport

Kosten: 3 Euro

Wer/Wo: ASB-Seniorenzentrum, Wiesenstraße 17

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 2 13 13 39

10 – 11 Uhr + weitere Termine

Senioren-sport

Kosten: 3,50 Euro

Wer/Wo: ASB Begegnungszentrum „Prager Zeile“

St. Petersburger Straße 32



Cultus
Cultus gGmbH
der Landeshauptstadt
Dresden

► Wir suchen Pflegefachkräfte und Pflegehelfer für unsere Einrichtungen in der Altenpflege

► Wir bieten u.a. eine attraktive Vergütung, langfristige Dienstplanung und kostenlose interne Fortbildungsmöglichkeiten

Aktuelle Stellenausschreibungen unter:
www.cultus-dresden.de

Kommen Sie in unser Team

Geschäftsstelle
Freiberger Straße 18
01067 Dresden
Telefon: 0351 3138-523
bewerbung@cultus-dresden.de

10–11 Uhr

Seniorengymnastik

Kosten: 1,50 Euro

Wer/Wo: ASB Regionalverband Dresden e. V.

ASB-Begegnungsstätte „Luise“

Braunsdorfer Straße 13

10.30– Uhr + weitere Termine

Johannstädter Frauenchor

Kosten: 4 Euro

Wer/Wo: Johannstädter Kulturtreff e.V., Elisenstraße 35

10.30–12 Uhr + weitere Termine

Heiteres Gedächtnistraining

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: VS-Begegnungsstätte

Laubegaster Ufer 22

11 Uhr

Englisch für Anfänger mit Vorkenntnissen

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: AWO Begegnungs- und Beratungszentrum Cotta

Hainsberger Straße 2

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 4 13 54 71

13–14 Uhr

Pflegeberatung

Wer/Wo: Volkssolidarität Dresden e. V.

Trachenberger Straße 6

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 5 01 04 25/ -427

13.30–16 Uhr + weitere Termine

Bingo

Kosten: 1,50 Euro

Wer/Wo: ASB Begegnungszentrum „Prager Zeile“

St. Petersburger Straße 32

13.30–16 Uhr + weitere Termine

Skat

Kosten: 1,50 Euro

Wer/Wo: Ökumenische Seniorenhilfe Dresden e.V.

Begegnungs- und Beratungszentrum für Senioren

Wittenberger Straße 83

14 Uhr

Gedächtnistraining

Kosten: 1,20 Euro

Wer/Wo: ASB Begegnungs- & Beratungszentrum „Am Friedens-

stein“, Dresdner Straße 3

14–16 Uhr

Töpfern

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: AWO Begegnungs- und Beratungszentrum Cotta

Hainsberger Straße 2

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 4 13 54 71

14–16 Uhr

Schach

Kosten: 1 Euro

Wer/Wo: Ökumenische Seniorenhilfe Dresden e.V.

Begegnungs- und Beratungszentrum für Senioren

Wittenberger Straße 83

15–17 Uhr

Fotozirkel-Thema: Blitzlicht – Dauerlicht

Kosten: 2,50 Euro

Wer/Wo: VS-Begegnungsstätte, Laubegaster Ufer 22

16–17 Uhr + weitere Termine

Quigong

Kosten: 5,90 Euro

Wer/Wo: ASB-Seniorenzentrum, Wiesenstraße 17

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 2 13 13 39

16–17 Uhr + weitere Termine

ZumbaGold für Ältere und Einsteiger

Kosten: 6 Euro

Wer/Wo: Kristina Reichenbach

Breitscheidstraße 78, Haus D, 4. Etage

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (01 60) 97 08 03 43

18– Uhr + weitere Termine

Pilates

Wer/Wo: ASB Begegnungs- & Beratungszentrum „Am Friedens-

stein“, Dresdner Straße 3

Dienstag, 17. Oktober

8–12.30 Uhr

Workshop „Bildbearbeitungs Gimp erweitern“

Kosten: 30 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 oder artos@artos.de

9–11.15 Uhr

Keramik-Werkstatt am Dienstag

Kosten: 10 Euro

Wer/Wo: Johannstädter Kulturtreff e.V., Elisenstraße 35

10–11 Uhr

ADAC-Verkehrsteilnehmerschulung

Kosten: 1 Euro

Wer/Wo: ASB Regionalverband Dresden e. V.

Begegnungsstätte „Luise“, Braunsdorfer Straße 13

10–11 Uhr + weitere Termine

Frauengymnastik

Kosten: 1,20 Euro

Wer/Wo: ASB Begegnungs- & Beratungszentrum „Am Friedens-

stein“, Dresdner Straße 3

14– Uhr

Spielesachmittag: Rommé, Skat und Brettspiele

Kosten: 1,20 Euro

Wer/Wo: ASB Begegnungs- & Beratungszentrum „Am Friedens-

stein“, Dresdner Straße 3

14–15.30 Uhr

Musikcafé: Volkslieder singen mit Klavierbegleitung

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: VS-Begegnungsstätte, Nürnberger Straße 45

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 471 94 66

14–17 Uhr + weitere Termine

Kurzwanderung: Neue Brücke zum Klettergarten (4–5 km)

Kosten: 2,50 Euro

Wer/Wo: DRK Seniorenzentrum IMPULS

Haltestelle „Zur Neuen Brücke“ (Linie 7)

14.30– Uhr

Vorsorgevollmacht und Patientenverfügung

Kosten: 1,50 Euro

Wer/Wo: ASB-Seniorenzentrum, Wiesenstraße 17

18 – 19.30 Uhr

Erste Hilfe freshup

Kosten: 7,50 Euro

Wer/Wo: Volkshochschule

Helbigsdorfer Weg 1

Anmeldung bis eine Woche vorher

Telefon: (03 51) 2 54 40 45 oder post@vhs-dresden.de

Mittwoch, 18. Oktober

7.30 – 8.30 Uhr + weitere Termine

Männersport

Kosten: 3 Euro

Wer/Wo: ASB-Seniorenzentrum, Wiesenstraße 17

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 2 13 13 39

8.30 – 16 Uhr

Bergwanderung: In den Trebnitzgrund

Kosten: 1 Euro

Wer/Wo: Wandergruppe Böhme

Hauptbahnhof, Anzeigetafel, Kuppelhalle

Anmeldung bis eine Woche vorher

Telefon: (03 51) 2 84 39 91

9 – 10 Uhr + weitere Termine

Männersport

Kosten: 3 Euro

Wer/Wo: ASB-Seniorenzentrum, Wiesenstraße 17

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 2 13 13 39

9.01 – 14.30 Uhr

Wanderung zum Keulenberg

Wer/Wo: Jahresringe DD Verband für Vorruhestand und aktives Alter

Hauptbahnhof SB 34 bis Pulsnitz

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 4 21 51 85

9.30 – 10.30 Uhr + weitere Termine

Französisch für Anfänger mit Vorkenntnissen

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: AWO Begegnungs- und Beratungszentrum Cotta

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-Begegnungsstätte, Nürnberger Straße 45

10 – 10.45 Uhr

Zumba Gold für Ältere und Einsteiger

Kosten: 35 Euro

Wer/Wo: Volkshochschule

Annenstraße 10

Anmeldung bis eine Woche vorher

Telefon: (03 51) 2 54 40 45 oder post@vhs-dresden.de

10 – 12 Uhr

Mal- und Zeichenkurs

Kosten: 1,50 Euro

Wer/Wo: VS-Begegnungsstätte

Nürnberger Straße 45

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 4 71 93 66

10 – 12 Uhr

Traumkino: Nicht allein

Kosten: 5 Euro

Wer/Wo: Volkssolidarität Dresden e. V.

Trachenberger Straße 6

Anmeldung jeweils einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 5 01 04 25/-4 27

10.45 – 11.45 Uhr + weitere Termine

Französisch für Fortgeschrittene

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: AWO Begegnungs- und Beratungszentrum Cotta

Hainsberger Straße 2

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 4 13 54 71

13 – 16.30 Uhr + weitere Termine

Skat, Rommé und Schach

Kosten: 1 Euro

Wer/Wo: AWO Begegnungs- und Beratungszentrum Cotta

Hainsberger Straße 2

13.15 – 14.15 Uhr + weitere Termine

Selbstverteidigung für Senioren

Kosten: 6 Euro

Wer/Wo: ASB-Seniorenzentrum, Wiesenstraße 17

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 2 13 13 39

14 – 15.30 Uhr + weitere Termine

Gedächtnistraining

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: ASB Regionalverband Dresden e. V.

ASB-Begegnungsstätte „Luise“

Braunsdorfer Straße 13

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 4 24 17 34

14 – 16 Uhr

Gut kommunizieren – wie geht das?

Kosten: 2,50 Euro

Wer/Wo: DRK Seniorenzentrum IMPULS

Bürgerstraße 6

14 – 17 Uhr + weitere Termine

Skat

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: Johannstädter Kulturtreff e.V.

Elisenstraße 35

14.30 – 15.30 Uhr

Flechten mit Peddigrohr

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: AWO Begegnungs- und Beratungszentrum Cotta

Hainsberger Straße 2

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 4 13 54 71

14.30 – 15.30 Uhr

„Bunt sind schon die Wälder“ – Gemeinsames Singen

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: VS-Begegnungsstätte, Laubegaster Ufer 22

15 – 16 Uhr + weitere Termine

Englisch für Senioren – Anfängerkurs

Kosten: 4 Euro

Wer/Wo: Volkssolidarität Dresden e. V.

Trachenberger Straße 6

Anmeldung jeweils einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 5 01 04 25/-4 27

15.30 – 17 Uhr + weitere Termine

Yoga sanft am Nachmittag

Kosten: 150 Euro

Wer/Wo: Corina Bode

Palitzschhof, Gamigstraße 24

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (01 78) 4 33 84 66

16 – 19 Uhr

Praktische Ansätze zum Umgang mit demenzerkrankten Menschen

Wer/Wo: Dresdner Pflege- und Betreuungsverein e.V.

Amalie-Dietrich-Platz 3

Anmeldung bis eine Woche vorher

Telefon: (03 51) 4 16 60 47 oder demenz@dpbv-online.de

16 – 20.15 Uhr

Pflegekurs für Angehörige

Wer/Wo: Volkshochschule, Helbigsdorfer Weg 1

Anmeldung bis eine Woche vorher

Telefon: (03 51) 2 54 40 45 oder post@vhs-dresden.de

16.15 – 17.45 Uhr + weitere Termine

Englisch für Senioren für Fortgeschrittene

Kosten: 5 Euro

Wer/Wo: Volkssolidarität Dresden e. V.

Trachenberger Straße 6

Anmeldung jeweils einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 5 01 04 25/ -4 27

17.30 – 19 Uhr + weitere Termine

Gemischter Chor „DIE CHORIOSEN“

Kosten: 20 Euro

Wer/Wo: Anja Schumann

Musiksaal im Erdgeschoss der Waldorfschule

Jägerstraße 34, Hintereingang

18 – 21.15 Uhr

Erste Hilfe am Hund

Kosten: 12 Euro

Wer/Wo: Volkshochschule, Annenstraße 10

Anmeldung bis eine Woche vorher

Telefon: (03 51) 25 44 40 45 oder post@vhs-dresden.de

Donnerstag, 19. Oktober

8.15 – 9.15 Uhr + weitere Termine

10 x 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 oder kurse@corinabode.de

9.30 – 10.30 Uhr + weitere Termine

Seniorengymnastik

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: AWO Begegnungs- und Beratungszentrum Cotta

Hainsberger Straße 2

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 4 13 54 71

9.30 – 11.45 Uhr

Malen und Zeichnen am Vormittag

Kosten: 66 Euro

Wer/Wo: Volkshochschule, Annenstraße 10

Anmeldung bis eine Woche vorher

Telefon: (03 51) 25 44 40 45 oder post@vhs-dresden.de

9.45 – 11.30 Uhr + weitere Termine

Tanzkreis für Senioren

Kosten: 1,50 Euro

Wer/Wo: ASB-Seniorenzentrum, Wiesenstraße 17

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 2 13 13 39

10 – Uhr

Stadtentdeckungen „Spurensuche – Mühlen an der Weißeritz“

Kosten: 2 Euro

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

Haltestelle Saxoniastraße Linien 7, 12)

Anmeldung bis 17. Oktober

Telefon: (01 73) 3 68 65 86

10 – 11 Uhr + weitere Termine

ZumbaGold für Senioren

Kosten: 8 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

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

Nordic-Walking-Gruppe des IMPULS

Kosten: 2,50 Euro

Wer/Wo: DRK Seniorenzentrum IMPULS, Bürgerstraße 6

11.05 – 12.35 Uhr

English Take it Easy – Englisch lernen auf die leichte Art

Kosten: 83 Euro

Wer/Wo: Volkshochschule, Annenstraße 10

Anmeldung bis eine Woche vorher

Telefon: (03 51) 25 44 40 45 oder post@vhs-dresden.de

13 – 15 Uhr + weitere Termine

Kreatives Malen

Kosten: 4 Euro

Wer/Wo: Ökumenische Seniorenhilfe Dresden e.V.

Begegnungs- und Beratungszentrum für Senioren

Wittenberger Straße 83

13.30 – 14 Uhr + weitere Termine

Sitzgymnastik

Kosten: 1,20 Euro

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

13.30 – 17 Uhr + weitere Termine

Rommé

Kosten: 1 Euro

Wer/Wo: Johannstädter Kulturtreff e.V., Elisenstraße 35

14 – Uhr

Verkehrsteilnehmerschulung

Kosten: 1,50 Euro

Wer/Wo: ASB-Seniorenzentrum, Wiesenstraße 17

14 – 16 Uhr

Kaffeetreff

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: ASB Regionalverband Dresden e. V.

ASB-Begegnungsstätte „Luise“, Braunsdorfer Straße 13

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 4 24 17 34

14–16 Uhr

Handarbeitscafe

Kosten: 1 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

14.30–15.30 Uhr

Musik macht fröhlich

Kosten: 2 Euro

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

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 4 13 54 71

14.30–16.30 Uhr

Frauentreff

Wer/Wo: Jahresringe DD Verband für Vorruhestand und aktives Alter

Cafe Luby 2, Freiburger Straße 18

17.30–18.30 Uhr + weitere Termine

Zumba Gold für Ältere und Einsteiger

Kosten: 5 Euro

Wer/Wo: Sportverein Motor Mickten e. V.

Turnhalle 56. Grundschule, Böttgerstraße 11

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (01 60) 97 08 03 43

Freitag, 20. Oktober

9 Uhr + weitere Termine

Sport am Vormittag

Kosten: 2,50 Euro

Wer/Wo: Johannstädter Kulturtreff e.V., Elisenstraße 35

Anmeldung bis eine Woche vorher

Telefon: (03 51) 4 47 28 23

9–10 Uhr + weitere Termine

Yoga am Morgen

Kosten: 6 Euro

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

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 5 01 04 25

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)

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 5 63 39 53 oder (01 60) 97 08 03 43

14.30–15.30 Uhr

Gedächtnistraining

Kosten: 1 Euro

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

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 4 13 54 71

17–18.30 Uhr + weitere Termine

Yoga

Kosten: 5 Euro

Wer/Wo: ASB-Seniorenzentrum, Wiesenstraße 17

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 2 13 13 39

19–21 Uhr

Konzert „Laurentius Harmonists“ – 82.Laubegaster Abend

Kosten: 12 Euro

Wer/Wo: VS-Begegnungsstätte

Laubegaster Ufer 22

Anmeldung bis einen Tag vorher

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

Sonnabend, 21. Oktober

14–16 Uhr

Lesefreuden – neue Gruppe für Buchliebhaber/-innen

Kosten: 3,50 Euro

Wer/Wo: DRK Seniorenzentrum IMPULS, Bürgerstraße 6

14–17.30 Uhr

Tanz – Körper und Geist beflügeln

Kosten: 4 Euro

Wer/Wo: Volkssolidarität Dresden e. V.

Trachenberger Straße 6

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 5 01 04 25 / - 427

Sonntag, 22. Oktober

17–20 Uhr

Bolshoi Ballett 2017/18: LE CORSAIRE

Kosten: 23 Euro

Wer/Wo: Rundkino, Prager Straße 6

Montag, 23. Oktober

9.45–10.45 Uhr + weitere Termine

Gymnastik im Sitzen

Kosten: 3 Euro

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

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 5 01 04 25/ -4 27

10–11 Uhr

Frauensport

Kosten: 3 Euro

Wer/Wo: ASB-Seniorenzentrum, Wiesenstraße 17

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 2 13 13 39

10–12.30 Uhr

Kreatives und autobiografisches Schreiben

Kosten: 2,50 Euro

Wer/Wo: DRK Seniorenzentrum IMPULS, Bürgerstraße 6

11 Uhr

Englisch für Anfänger mit Vorkenntnissen

Kosten: 2 Euro

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

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 4 13 54 71

13–16.30 Uhr

Workshop „Ein Fotobuch attraktiv gestalten“

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 oder artos@artos.de

14–16 Uhr

Singekreis des IMPULS

Kosten: 2,50 Euro

Wer/Wo: DRK Seniorenzentrum IMPULS, Bürgerstraße 6

14–16.30 Uhr

Kulturhist. Stadtpaziergang: Besuch beim „Wilden Mann“

Kosten: 1,50 Euro

Wer/Wo: DRK Seniorenzentrum IMPULS

Endhaltestelle „Wilder Mann“ (Linien 3, 80, 326, 457, 458)

14.30–15.30 Uhr

Name, Stadt, Land

Kosten: 3 Euro

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

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 4 13 54 71

16–17 Uhr + weitere Termine

Quigong

Kosten: 5,90 Euro

Wer/Wo: ASB-Seniorenzentrum

Wiesenstraße 17

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 2 13 13 39

20.15–23.30 Uhr

Royal Opera House 2017/18: ALICE IM WUNDERLAND

Kosten: 23 Euro

Wer/Wo: Rundkino, Prager Straße 6

Dienstag, 24. Oktober

9–12.30 Uhr

Workshop „Umgang mit Windows 10“

Kosten: 48 Euro

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

Straße des 17. Juni 25/103 B

Anmeldung bis einen Tag vorher

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

9.30–10.45 Uhr

Ganzheitliches Gedächtnistraining für Senioren

Kosten: 3 Euro

Wer/Wo: Ökumenische Seniorenhilfe Dresden e.V.

Wittenberger Straße 83

9.30–11.30 Uhr + weitere Termine

Verkehrsteilnehmerschulung 60plus

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: Volkssolidarität Dresden e. V.

Trachenberger Straße 6

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 5 01 04 25/ -4 27

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

Frauengymnastik

Kosten: 1,20 Euro

Wer/Wo: ASB Begegnungs- & Beratungszentrum „Am Friedens-
stein“, Dresdner Straße 3

10–11.30 Uhr + weitere Termine

Computerkurs für Anfänger

Kosten: 5 Euro

Wer/Wo: Volkssolidarität Dresden e. V.

Trachenberger Straße 6

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 5 01 04 25/ -4 27

10–12 Uhr

Malen wie Paul Klee (mit Aquarell & Tusche)

Kosten: 3,50 Euro

Wer/Wo: DRK Seniorenzentrum IMPULS

Bürgerstraße 6

14 Uhr

Kreativzirkel – Basteln & Zeichnen

Kosten: 5 Euro

Wer/Wo: ASB Begegnungs- & Beratungszentrum „Am Friedens-
stein“, Dresdner Straße 3

14–15 Uhr

Parkspaziergang mit Rollator: Gorbitzer Park

Kosten: 1,50 Euro

Wer/Wo: DRK Seniorenzentrum IMPULS

Haltestelle „Merianplatz“ (Linien 2, 7)

14–16 Uhr

Aufbauschulung zum Krankheitsbild Demenz/Alzheimer

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

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 2 69 16 15

14–16 Uhr

Klubcafé – Programm: „Kerzenqualm und Magenknurren“

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: VS-Begegnungsstätte

Laubegaster Ufer 22

14.30–15.30 Uhr

Vortrag: Thailand – Teil 5

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: AWO Begegnungs- und Beratungszentrum Cotta

Hainsberger Straße 2

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 4 13 54 71

17.30–19.30 Uhr

Bergabend: „Bergfahrten im Zentralpamir“

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

Klubraum des DWBV, Blumenstraße 80

Mittwoch, 25. Oktober

8.45–18 Uhr

Wanderung: Weihnachtssterne Herrnhut

Kosten: 1 Euro

Wer/Wo: Wandergruppe Böhm

Hauptbahnhof, Anzeigetafel – Kuppelhalle

Anmeldung bis eine Woche vorher

Telefon: (03 51) 2 84 39 91

9 Uhr + weitere Termine

Sport am Vormittag

Kosten: 2,50 Euro

Wer/Wo: Johannstädter Kulturtreff e.V.,

Elisenstraße 35

Anmeldung bis eine Woche vorher

Telefon: (03 51) 4 47 28 23

9.17 – 13.30 Uhr

Wanderung: Niederau – Gellertberg, ca 10 km

Wer/Wo: Jahresringe DD Verband für Vorruhestand und aktives Alter

Hauptbahnhof, RE 50 bei Niederau

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 4 21 51 85

10 – 12 Uhr

Mal- und Zeichenkurs

Kosten: 1,50 Euro

Wer/Wo: VS-Begegnungsstätte, Nürnberger Straße 45

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 4 71 93 66

10 – 12 Uhr

Traumkino: Der Stern von Indien

Kosten: 5 Euro

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

10 – 12 Uhr

Traumkino: Hampstead Park

Kosten: 5 Euro

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

10 – 12 Uhr

Kreativzirkel

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: Ökumenische Seniorenhilfe Dresden e.V.

Wittenberger Straße 83

14 – 15 Uhr

Reisevortrag – Grönland

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

Lesung: Heinrich von Kleist – 240. Geburtstag

Kosten: 3 Euro

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

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 5 01 04 25/ -4 27

14 – 16 Uhr

Musikalischer Nachmittag mit der Mandolinengruppe

Kosten: 5 Euro

Wer/Wo: VS-Seniorenbegegnungsstätte „fidelio“

Papstdorfer Straße 25

Anmeldung bis 23. Oktober

Telefon: (03 51) 2 50 21 60

14 – 16 Uhr

Ausstellungseröffnung „Eulen“ (Aquarell/Acryl)

Kosten: 3,50 Euro

Wer/Wo: DRK Seniorenzentrum IMPULS, Bürgerstraße 6

14.30 – 16 Uhr

Vortrag mit Musik: „Reise nach Rom und auf die Insel Capri“

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: VS-Begegnungsstätte, Laubegaster Ufer 22

Donnerstag, 26. Oktober

10 – 11 Uhr

Gedächtnis spielend trainieren

Kosten: 1,50 Euro

Wer/Wo: DRK Seniorenzentrum IMPULS, Bürgerstraße 6

10 – 12 Uhr

Nordic-Walking-Gruppe des IMPULS

Kosten: 2,50 Euro

Wer/Wo: DRK Seniorenzentrum IMPULS, Bürgerstraße 6

13 – 16.15 Uhr

Reiseplanung mit dem Internet

Kosten: 64 Euro

Wer/Wo: Volkshochschule, Annenstraße 10

Anmeldung bis eine Woche vorher

Telefon: (03 51) 2 54 40 45 oder post@vhs-dresden.de

13.30 – 14 Uhr + weitere Termine

Sitzgymnastik

Kosten: 1,20 Euro

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

13.30 – 16 Uhr

Ausstellungseröffnung – Kunstkurs

Kosten: 5 Euro

Wer/Wo: Volkssolidarität Dresden e. V.,

Trachenberger Straße 6

14 – 16 Uhr

Handarbeitscafé

Kosten: 1 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

17 – 19 Uhr

Vortrag: Vorsorgevollmacht & Patientenverfügung (Einführung)

Kosten: 3 Euro

Wer/Wo: DRK Seniorenzentrum IMPULS, Bürgerstraße 6

Anmeldung bis 25. Oktober

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

Freitag, 27. Oktober

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)

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 5 63 39 53 oder (01 60) 97 08 03 43

14.30 – 17.30 Uhr

Seniorentanz mit Power-Disko

Kosten: 4 Euro

Wer/Wo: VS-Begegnungsstätte

Laubegaster Ufer 22

Sonntag, 29. Oktober

9.30 Uhr

Erlebniswanderung: „Herbstfärbung an den Elbhängen“ – 12 km

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: NaturFreunde Deutschlands, Ortsgruppe Dresden e. V. Dresden-Bühlau, Ullersdorfer Platz

Anmeldung bis 27. Oktober

Telefon: (035 28) 41 26 67

Montag, 30. Oktober

9.45 – 10.45 Uhr + weitere Termine

Gymnastik im Sitzen

Kosten: 3 Euro

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

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 5 01 04 25/ -4 27

10 – Uhr + weitere Termine

Senioren-Fitness-Tanz

Kosten: 5 Euro

Wer/Wo: ASB Begegnungs- & Beratungszentrum „Am Friedensstein“, Dresdner Straße 47

10 – 11 Uhr

Frauensport

Kosten: 3 Euro

Wer/Wo: ASB-Seniorenzentrum, Wiesenstraße 17

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 2 13 13 39

10 – 11 Uhr

Seniorengymnastik

Kosten: 1,50 Euro

Wer/Wo: ASB Regionalverband Dresden e. V.

ASB-Begegnungsstätte „Luise“, Braunsdorfer Straße 13

10 – 12 Uhr + weitere Termine

Querschreiber – Werkstatt kreatives Schreiben

Kosten: 3 Euro

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

10.30 – 12 Uhr + weitere Termine

Heiteres Gedächtnistraining

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: VS-Begegnungsstätte, Laubegaster Ufer 22

11 Uhr

Englisch für Anfänger mit Vorkenntnissen

Kosten: 2 Euro

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

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 4 13 54 71

13.30 – 16 Uhr + weitere Termine

Bingo

Kosten: 1,50 Euro

Wer/Wo: ASB Begegnungszentrum „Prager Zeile“

St. Petersburger Straße 32

13.30 – 16 Uhr + weitere Termine

Skat

Kosten: 1,50 Euro

Wer/Wo: Ökumenische Seniorenhilfe Dresden e.V.

Begegnungs- und Beratungszentrum für Senioren

Wittenberger Straße 83

14 – 15 Uhr

Reisevortrag: Bella Italia – Schönes Italien

Kosten: 3 Euro

Wer/Wo: VS-Seniorenbegegnungsstätte „fidelio“

Papstдорfer Straße 25

18 Uhr + weitere Termine

Pilates

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

Redaktionsschluss: 13. September

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.

Sicher und geborgen in den eigenen 4 Wänden!



Der Johanniter-Hausnotruf
Tel. kostenfrei: 0800 3233800
www.johanniter.de/dresden

DIE JOHANNITER
Aus Liebe zum Leben

1651



Seniorentelefon:
(03 51) 4 88 48 00

Offene Ohren für Senioren