



Alltagsbegleitung und Nachbarschaftshilfe für Senioren

Über 1 300 Alltagsbegleiter und 1 100 Nachbarschaftshelfer unterstützen Senioren und Pflegebedürftige im gesamten Freistaat

Das Sächsische Staatsministerium für Soziales und Verbraucherschutz (SMS) begegnet dem demografischen Wandel auf ganz besondere Art: Das Landesprogramm „Alltagsbegleitung für Senioren“ unterstützt betagte und hochbetagte Senioren ohne Pflegegrad und ermöglicht, einen Verbleib in den eigenen vier Wänden. Durch das Unterstützungsangebot der Nachbarschaftshilfe werden pflegebedürftige Personen Zuhause betreut und pflegende Angehörige entlastet. Gerade älteren Menschen geht das Einkaufen, der Haushalt oder die Gartenarbeit nicht mehr so leicht von der Hand wie früher. Um sich über die neusten Geschehnisse auszutauschen oder in Erinnerungen zu schwelgen, fehlen oft die Gesprächspartner. Werden ältere Menschen dann pflegebedürftig, kümmern sich die Familien und Pflegepersonen entweder allein oder unterstützt von ambulanten Pflegediensten um ihre Verwandten. Allerdings fehlt oft die Zeit, sich ausführlich über Vergangenes zu unterhalten, etwas vorzulesen oder in alten Fotoalben zu blättern.

Alltagsbegleiter ermöglichen durch gemeinsame Aktivitäten eine Teilnahme am sozialen Leben, beugen so einer Isolierung vor und verlängern den Verbleib in der eigenen Wohnung. Für die ehrenamtliche Tätigkeit erhalten die Alltagsbegleiter eine monatliche Aufwandsentschädigung von maximal 80 Euro bei einem



32-stündigen Einsatz.

In Dresden gibt es im Förderzeitraum 2017 neun Projektträger. Diese kümmern sich um die Akquise und Vermittlung der Alltagsbegleiter und erhalten monatlich eine pauschale Aufwandsentschädigung. Förderfähig sind Kommunen, Kirchgemeinden, Stiftungen, Genossenschaften und Vereine. Nachbarschaftshelfer hingegen betreuen stundenweise pflegebedürftige Menschen, welche Zuhause wohnen. Sie helfen, den Tagesablauf zu strukturieren und entlasten damit pflegende Angehörige. Der Unterschied zu üblichen Pflegediensten ist hierbei, dass der Fokus auf zwischenmenschliche Tätigkeiten wie Unterhaltungen, Spielenachmittage oder Spaziergänge gelegt wird, für die im Pflege-

alltag oftmals keine Zeit bleiben. Finanziert werden die Nachbarschaftshelfer durch die Pflegekasse des Pflegebedürftigen. Die Höhe der Aufwandsentschädigung beträgt maximal zehn Euro pro Stunde. Nachbarschaftshelfer und Pflegebedürftiger vereinbaren diese eigenständig miteinander. Voraussetzungen für die Anerkennung als Nachbarschaftshelfer ist die Teilnahme an einem Grundkurs, welcher ebenfalls über die Pflegekasse finanziert wird. Die Diakonissenanstalt Dresden e. V., das Sächsische Umschulungs- und Fortbildungswerk Dresden e. V. und der Pflegedienst SANICUR bieten in Dresden die entsprechenden Kurse an.

Weitere Informationen gibt es bei der Koordinierungsstelle für Alltagsbegleitung,

Schön, wenn Nachbarn helfen.

Foto: Ulf Dahl

Nachbarschaftshilfe und Angebote zur Unterstützung im Alltag.

Ansprechpartnerinnen

Bianka Linz und
Kerstin Hunger
Telefon (03 71) 9 18 98 46 19
E-Mail: kontakt@koordinierungsstelle-sachsen.de

www.koordinierungsstelle-sachsen.de

Zudem bietet die Pflegekoordinatorin des Sozialamtes Dresden regelmäßige Sprechzeiten für Nachbarschaftshelfer und hilfesuchende Dresdnerinnen und Dresdner zum Thema an.

Ansprechpartnerin

Susanne Wenzel
Telefon (03 51) 4 88 48 84
E-Mail: swenzel2@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

Mittwoch, 1. November

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: Rund um den Geisingberg

Kosten: 1 Euro

Wer/Wo: Wandergruppe Böhm

Hauptbahnhof, 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 4728 23

9 – 10 Uhr + weitere Termine

Männersport

Kosten: 3.00 Euro

Wer/Wo: ASB-Seniorenzentrum, Wiesenstraße 17

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 2 13 13 39

9.15 – 12.15 Uhr

Erste Hilfe Senioren

Kosten: 12 Euro

Wer/Wo: Volkshochschule, Annenstraße 10

Anmeldung bis eine Woche vorher

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

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

9.33 – 14.30 Uhr

Wanderung Schmorkau – Wettinhöhe – Königsbrück

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

Bahnhof Neustadt

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 4 21 51 85

10 – 10.45 Uhr + weitere Termine

Sitzgymnastik

Kosten: 1,20 Euro

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

10 – 11.30 Uhr + weitere Termine

Gesellschaftstanz – paarweise

Kosten: 7,60 Euro

Wer/Wo: Tanzschule Nebl, Schäferstraße 4

Anmeldung bis eine Woche vorher

Telefon: (03 51) 4 94 22 96 oder info@ts-nebl.de

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

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 + weitere Termine

PC und Internet für Anfänger

Kosten: 8,50 Euro

Wer/Wo: AWO Begegnungs- und Beratungszentrum

Hainsberger Straße 2

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 4 13 54 71

10.30 – 11.30 Uhr

Männerfitnessgruppe

Kosten: 2 Euro

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

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 4 46 76 23 oder johann@drk-dresden.de

11.15 – 12.45 Uhr

Seniorentanz

Kosten: 42 Euro

Wer/Wo: Volkshochschule, Annenstraße 10

Anmeldung bis eine Woche vorher

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

13 – 16.30 Uhr + weitere Termine

Skat, Rommé und Schach

Kosten: 1 Euro

Wer/Wo: AWO Begegnungs- und Beratungszentrum

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

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 ein Tag vorher

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

14 Uhr + weitere Termine

Skat

Kosten: 2 Euro

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

14 Uhr

Vorsorge-Vollmacht, Sorgerecht, Patientenverfügung

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

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 – 17 Uhr

Kurzwanderung: Auf dem Hämmerchen Weg (4–5 km)

Kosten: 2,50 Euro

Wer/Wo: DRK Seniorenzentrum IMPULS
Haltestelle „Weißer Hirsch“ (Linie 11)

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

Gemeinsames Singen – „Beim Kronenwirt“

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: VS-Begegnungsstätte, Laubegaster Ufer 22

14.30 – 16.30 Uhr

Selbsthilfegruppe Parkinson – Runder Tisch

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

15 – 16 Uhr + weitere Termine

Englisch für Senioren – Anfängerkurs

Kosten: 4 Euro

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

15 – 17 Uhr

Gestalten mit Textil

Kosten: 3 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 ein 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

19 – 22 Uhr + weitere Termine

Keramik Werkstatt am Mittwoch Abend

Kosten: 13 Euro

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

Donnerstag, 2. November

8.30 – 9.30 Uhr

Männerfitnessgruppe II

Kosten: 2 Euro

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

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

9.45 – 11.30 Uhr

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

Zumba Gold für Ältere und Einsteiger

Kosten: 8 Euro

Wer/Wo: Kristina Reichenbach, Zwinglistraße 32
Anmeldung bis einen Tag vorher
Telefon: (01 60) 97 08 03 43

10 – 11 Uhr + weitere Termine

Frauengymnastik

Kosten: 1,20 Euro

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

10 – 11 Uhr + weitere Termine

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

Kosten: 1,50 Euro

Wer/Wo: DRK Seniorenzentrum IMPULS, Bürgerstraße 6

10.30 – 12 Uhr + weitere Termine

Nordic Walking

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: Ökumenische Seniorenbegegnungsstätte BÜLOWH
Pillnitzer Landstraße 12

Nachhaltig besser hören



Filiale Gruna
Stübelallee 55
☎ 0351/2509006

Filiale Johannstadt
Pfothenerstraße 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

13 – 15 Uhr + weitere Termine

Kreatives Malen

Kosten: 3 Euro

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

13.30 Uhr + weitere Termine

Rommé

Kosten: 1 Euro

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

14 – 16 Uhr + weitere Termine

Kaffeetreff

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: ASB-Begegnungsstätte „Luise“
Braunsdorfer Straße 13
Anmeldung bis einen Tag vorher
Telefon: (03 51) 4 24 17 34

14 – 16 Uhr + weitere Termine

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

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 – 16 Uhr + weitere Termine

Tänze für Jung und Alt

Kosten: 2,50 Euro

Wer/Wo: VS-Begegnungsstätte
Laubegaster Ufer 22

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) 34 0 08 76 oder bg.seniorenhilfe-dd@e.V.lks.de

16.15 – 18.15 Uhr + weitere Termine

Holzschnitzkurs

Kosten: 5 Euro

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

17.30 Uhr + weitere Termine

Näh- und Schneiderzirkel

Kosten: 50 Euro

Wer/Wo: Johannstädter Kulturtreff e.V., Elisenstraße 35
Anmeldung bis einen Tag vorher
Telefon: (03 51) 4 47 28 23

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, 3. November

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 (AB) oder (01 60) 97 08 03 43

14.30 – 15.30 Uhr + weitere Termine

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, 4. November

9.30 – 13 Uhr

Computerwissen für Einsteiger

Kosten: 84 Euro

Wer/Wo: Volkshochschule
Annenstraße 10
Anmeldung bis eine Woche vorher
Telefon: (03 51) 2 54 40 45 oder post@vhs-dresden.de

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

Montag, 6. November

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

10 – 11 Uhr + weitere Termine

Seniorenport

Kosten: 3,50 Euro

Wer/Wo: ASB Begegnungszentrum „Prager Zeile“
St. Petersburger Straße 32

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

10.30 Uhr + weitere Termine

Johannstädter Frauenchor

Kosten: 4 Euro

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

10.30 Uhr + weitere Termine

Heiteres Gedächtnistraining

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: VS-Begegnungsstätte
Laubegaster Ufer 22

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

13.30 – 16 Uhr + weitere Termine

Skat

Kosten: 1,50 Euro

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

14 Uhr

Wie Sie sich vor Kriminalität schützen können

Kosten: 1,20 Euro

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

14 – 15 Uhr

Winterkaleidoskop

Kosten: 3 Euro

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

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 2 50 21 60

14 – 16 Uhr + weitere Termine

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 – 16 Uhr

Kulturhistorischer Stadtspaziergang: Grünes Elbufer (4 km)

Kosten: 1,50 Euro

Wer/Wo: DRK Seniorenzentrum IMPULS
Haltestelle Anton/Leipziger Str. (Linien 4, 6, 9, 11)

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

16 Uhr + weitere Termine

Mal- und Zeichenkurs am Nachmittag

Kosten: 56,25 Euro

Wer/Wo: Johannstädter Kulturtreff e.V., Elisenstraße 35
Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 4 47 28 23

16 – 17 Uhr + weitere Termine

Qigong

Kosten: 5,90 Euro

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

Telefon: (03 51) 2 13 13 39

17.30 Uhr + weitere Termine

Gymnastik

Kosten: 25 Euro

Wer/Wo: Johannstädter Kulturtreff e.V., Elisenstraße 35
Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 4 47 28 23

18.30 Uhr + weitere Termine

Mal- und Zeichenkurs am Abend

Kosten: 56,25 Euro

Wer/Wo: Johannstädter Kulturtreff e.V., Elisenstraße 35
Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 4 47 28 23

19 Uhr + weitere Termine

English Club

Kosten: 60/42 Euro

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

Telefon: (03 51) 4 47 28 23

Dienstag, 7. November

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 – 12.30 Uhr

Workshop „Zusatzangebot Windows 10“

Kosten: 24 Euro

Wer/Wo: ARTOS – die mediengemeinschaft e.V.
Straße des 17. Juni 25/ 103 B

Anmeldung jeweils ein Tag vorher

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

10 – 12 Uhr + weitere Termine

Malen wie Paul Klee (mit Aquarell & Tusche)

Kosten: 2,50 Euro

Wer/Wo: DRK Seniorenzentrum IMPULS, Bürgerstraße 6

13.30 – 16 Uhr + weitere Termine

Bingo

Kosten: 1,50 Euro

Wer/Wo: ASB Begegnungszentrum „Prager Zeile“
St. Petersburger Straße 32

14 Uhr + weitere Termine

Spielenachmittag- Rommé, Skat & Brettspiele

Kosten: 1,20 Euro

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

14–15 Uhr

Parkspaziergang mit Rollator: Volkspark Räcknitz

Kosten: 1,50 Euro

Wer/Wo: DRK Seniorenzentrum IMPULS

Haltestelle Räcknitzhöhe (Linie 11)

14–16 Uhr

Ausstellungseröffnung Aquarelle von Maria Schreier

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: DRK-Begegnungszentrum Johann

Striesener Straße 39

18–20.15 Uhr

Ich will selbst bestimmen!

Kosten: 9 Euro

Wer/Wo: Volkshochschule

Städtische Bibliotheken/Filiale Neustadt

Königsbrücker Str. 26

Anmeldung bis eine Woche vorher

Telefon: (03 51) 25 44 00

Mittwoch, 8. November

8–16 Uhr

Wanderung: Die Schlösser an der Triebisch

Kosten: 1 Euro

Wer/Wo: Wandergruppe Böhm

Hauptbahnhof, Kuppelhalle

Anmeldung bis eine Woche vorher

Telefon: (03 51) 2 84 39 91

9.07–14 Uhr

Wanderung Rabenauer Grund – Oberhäslich

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

Hauptbahnhof Dresden

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 4 21 51 85

10–12.30 Uhr

Traumkino: Dalida

Kosten: 5 Euro

Wer/Wo: UFA Kristallpalast

St. Petersburger Straße 24a

13.15–15 Uhr

Literaturtreff

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: Ökumenische Seniorenbegegnungsstätte BÜLOWH

Pillnitzer Landstraße 12

13.30–15 Uhr

Dia-Show: Thailand 6 – Pattaya Attraktionen

Kosten: 1 Euro

Wer/Wo: Begegnungs- und Beratungszentrum „Walter“

Walter-Arnold-Straße 23

13.30–16 Uhr + weitere Termine

Rommé

Kosten: 1 Euro

Wer/Wo: VS-Begegnungsstätte

Laubegaster Ufer 22

14 Uhr

Vortrag: 1.000 Meilen nach Westen

Kosten: 1,20 Euro

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

Dresdner Straße 3

14–15 Uhr

Reisevortrag – Usbekistan/Seidenstraße Teil 1

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

Aromatherapie mit Apothekenempfehlung

Kosten: 2,50 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 + weitere Termine

Gedächtnistraining

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: ASB-Begegnungsstätte „Luise“, Braunsdorfer Straße 13

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 4 24 17 34

14–16 Uhr

Literaturcafé: Eva Menasse „Vienna“

Kosten: 2,50 Euro

Wer/Wo: DRK Seniorenzentrum IMPULS, Bürgerstraße 6

Donnerstag, 9. November

14–17.30 Uhr + weitere Termine

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) 05 01 04 25/-4 27

14–17.30 Uhr

Hutball

Kosten: 4 Euro

Wer/Wo: Volkssolidarität Dresden e.V.

Trachenberger Straße 6

Anmeldung bis einen Tag vorher

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

14.30–15.30 Uhr

Vortrag: Thailand Teil 1

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

Videovortrag: „Städtereisen durch China“

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: VS-Begegnungsstätte, Laubegaster Ufer 22

Freitag, 10. November

13.30–15.30 Uhr

Mal- und Zeichnenkurs

Kosten: 3 Euro

Wer/Wo: AWO Begegnungs- und Beratungszentrum

Hainsberger Straße 2

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 4 13 54 71

14 – 17.30 Uhr + weitere Termine

Seniorentanz

Kosten: 4 Euro

Wer/Wo: VS-Begegnungsstätte, Laubegaster Ufer 22

Sonnabend, 11. November

10 Uhr

Kleine Stadt-Wanderung in die 5. Jahreszeit

Kosten: 2 Euro

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

Postplatz, Käseglocke

Anmeldung bis 6. November

Telefon: (03 51) 4 42 25 60

Sonntag, 12. November

14 Uhr

Sonntagscafé mit Kaffee und Kuchen

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

14 – 16 Uhr

Unterhaltsames Sonntagscafé für Senioren

Kosten: 2,50 Euro

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

Montag, 13. November

9 – 12.30 Uhr + weitere Termine

Workshop „Mobile Geräte für Einsteiger“

Kosten: 72 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 – 12 Uhr

Aquarellieren am Vormittag: Blumen und Stilleben

Kosten: 52,50 Euro

Wer/Wo: Volkshochschule

Annenstraße 10

Anmeldung bis eine Woche vorher

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

10 – 11 Uhr + weitere Termine

Seniorengymnastik

Kosten: 1,50 Euro

Wer/Wo: 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

14 Uhr

ADAC-Verkehrsteilnehmerschulung

Kosten: 1,50 Euro

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

14 – 15.30 Uhr

SWIS-Erzählcafé

Wer/Wo: VS-Seniorenbegegnungsstätte „fidelio“

Papstdorfer Straße 25

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 2 50 21 60

14 – 16 Uhr

Ländervortrag: Mongolei

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 + weitere Termine

Singekreis des IMPULS

Kosten: 2,50 Euro

Wer/Wo: DRK Seniorenzentrum IMPULS, Bürgerstraße 6

14 – 16 Uhr + weitere Termine

Schach

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: Ökumenische Seniorenhilfe Dresden e.V.

Wittenberger Straße 83

14.30 – 15.30 Uhr

Leselampe: „Wir schauen schon zum Frühling hin...“

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: VS-Begegnungsstätte

Laubegaster Ufer 22

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

Dienstag, 14. November

9 – 12.30 Uhr

Workshop „Datenverwaltung mit Smartphone und Tablet“

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

9 – 12.30 Uhr

Workshop „Datenverwaltung mit Smartphone und Tablet“

Kosten: 24 Euro

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

Straße des 17. Juni 25/ 103 B

9.30 – 12 Uhr

Handarbeitszirkel und Basteln

Wer/Wo: Jahresringe DD Verband für Vorruhestand und aktives Alter, Ehrlichstraße 3

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 4 21 51 85

10 – 11 Uhr

ADAC - Verkehrsteilnehmerschulung

Kosten: 1 Euro

Wer/Wo: ASB - Begegnungsstätte „Luise“

Braunsdorfer Straße 13

13.30 Uhr

Hinein in die Weihnachtszeit... – Weihnachtsbasteleien

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: VS-Begegnungsstätte, Laubegaster Ufer 22

13.30 – 15 Uhr

Angehörigengruppe für pflegende Angehörige

Wer/Wo: AWO Sozialzentrum Prohlis

Herzberger Straße 2 – 4

14–16 Uhr

Weinfest im Johann mit Musik und Unterhaltung

Kosten: 2 Euro

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

14–17 Uhr

Kurzwanderung: Neue Brücke – Käthe-Kollwitz-Platz (4–5km)

Kosten: 2,50 Euro

Wer/Wo: DRK Seniorenzentrum IMPULS

Haltestelle „Zur neuen Brücke“ (Linie 7)

14.30–15.30 Uhr

Vortrag: Wechselwirkungen von Medikamenten

Kosten: 1 Euro

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

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 4 13 54 71

14.30–16 Uhr

Parkinson – Tanzgymnastik

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

Anmeldung jeweils ein Tag vorher

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

15–16 Uhr

Offene Strick- und Handarbeitsgruppe

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

17 Uhr

Vorsorge-Vollmacht, Sorgerecht, Patientenverfügung

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

Mittwoch, 15. November

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

9–15 Uhr

Wanderung im Süden von Goppeln nach Luga

Kosten: 1 Euro

Wer/Wo: Wandergruppe Böhm – Endhaltestelle Bus 75 Goppeln

Anmeldung bis eine Woche vorher

Telefon: (03 51) 2 84 39 91

9.17–13.30 Uhr

Wanderung Weinböhla – MoritzburgWer/Wo: Jahresringe DD Verband für Vorruhestand und aktives
Alter, Hauptbahnhof Dresden

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 4 21 51 85

9.30–11 Uhr

Sicher+mobil: Gesprächsrunde für ältere Kraftfahrer

Kosten: 1,50 Euro

Wer/Wo: VS-Begegnungsstätte, Nürnberger Straße 45

10–12.15 Uhr

Traumkino: Das Löwenmädchen

Kosten: 5 Euro

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

10–12.30 Uhr

Traumkino: Dalida

Kosten: 5 Euro

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

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 ein Tag vorher

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

14 Uhr + weitere Termine

Skat

Kosten: 2 Euro

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

14–16 Uhr

Astrid Lindgren

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

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 einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 4 13 54 71

14.30–15.30 Uhr

Gemeinsames Singen: „Die Gedanken sind frei“

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: VS-Begegnungsstätte

Laubegaster Ufer 22

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

18.30–20.45 Uhr

Rentenrecht aktuell

Kosten: 8 Euro

Wer/Wo: Volkshochschule, Annenstraße 10

Anmeldung bis eine Woche vorher

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

Donnerstag, 16. November

10 Uhr

Stadtentdeckung – Wie geht es (an) der Lockwitz?

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: NaturFreunde Deutschlands, Ortsgruppe Dresden e.V.
Haltestelle Altlockwitz/Am Plan (Bus 86, 89, 386)

Anmeldung bis 14. November

Telefon: (01 73) 3 68 65 86

10–11 Uhr + weitere Termine

Zumba Gold für Ältere und Einsteiger

Kosten: 8 Euro

Wer/Wo: Kristina Reichenbach

TSC Herrmann-Neb, Zwinglistraße 32

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (01 60) 97 08 03 43

14–16 Uhr

Frauentreff

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

Freiberger Straße 18, Cafe Luby

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 4 21 51 85

14–16 Uhr

Kultur-Exkursionsgruppe, Besuch des Atelier Hempel

Wer/Wo: Ökumenische Seniorenbegegnungsstätte BÜLOWH

Oberwachwitzer Weg 6

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 2 68 89 88 oder sbz.buelowh@diakonie-dresden.de

19.30–21.30 Uhr

Solange wir noch schön sind

Kosten: 10 Euro

Wer/Wo: Dresdner Kabarett Breschke & Schuch gGmbH

Wettiner Platz 10 (Eingang Jahnstraße)

20–21.30 Uhr

Das Pflichtmandat – H.O.Theater

Kosten: 8 Euro

Wer/Wo: Theaterhaus Rudi

Theater unterm Dach, Fechnerstraße 2a

Anmeldung bis einen Tag vorher

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

Freitag, 17. November

20–21.30 Uhr

Das Pflichtmandat – H.O.Theater

Kosten: 8 Euro

Wer/Wo: Theaterhaus Rudi

Theater unterm Dach, Fechnerstraße 2a

Anmeldung bis einen Tag vorher

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

Sonnabend, 18. November

15–16 Uhr

Familientheater – Die goldene Gans

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

19–22 Uhr

Rundkino: Metropolitan Opera: Adès: The Exterminating Angel

Kosten: 28,50 Euro

Wer/Wo: Rundkino

Prager Straße 6

Sonntag, 19. November

10–11 Uhr

Wie mache ich meinen Garten winterfest?

Wer/Wo: Botanischer Garten der TU Dresden, Eingangsbereich

Montag, 20. November

9–12.30 Uhr + weitere Termine

Workshop „Mobile Geräte für Einsteiger“

Kosten: 72 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

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/-4 27

14–17 Uhr

Kulturhistorischer Stadtpaziergang: Zukunftsstraße B6 (6,5 km)

Kosten: 2,50 Euro

Wer/Wo: DRK Seniorenzentrum IMPULS

Haltestelle „Werftstraße“ (Linien 70, 79, 80)

18.30 Uhr + weitere Termine

Mal- und Zeichenkurs am Abend

Kosten: 56,25 Euro

Wer/Wo: Johannstädter Kulturtreff e.V.

Elisenstraße 35, Große Werkstatt

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 4 47 28 23

Dienstag, 21. November

9 Uhr

Keramik Werkstatt am Dienstag

Kosten: 10 Euro

Wer/Wo: Johannstädter Kulturtreff e.V.

Elisenstraße 35

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

9–12.30 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.de

9.30–11 Uhr

Ideen- und Begegnungsfrühstück

Kosten: 2,50 Euro

Wer/Wo: VS-Seniorenbegegnungsstätte „fidelio“

Papstdorfer Straße 25

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 2 50 21 60

10–11 Uhr + weitere Termine

Frauengymnastik

Kosten: 1,20 Euro

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

14–15 Uhr

Parkspaziergang mit Rollator: Konzertplatz „Weißer Hirsch“

Kosten: 1,50 Euro

Wer/Wo: DRK Seniorenzentrum IMPULS

Haltestelle Plattelle (Linie11)

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

14.30 Uhr

Der Verein Alternativ stellt sich vor

Kosten: 1,50 Euro

Wer/Wo: ASB-Seniorenzentrum, Wiesenstraße 17

14.30–15.30 Uhr

Iran – Bildvortrag

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: AWO Begegnungs- und Beratungszentrum

Hainsberger Straße 2

18.30 Uhr + weitere Termine

English Club

Kosten: 60/42 Euro

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

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 4 47 28 23

Mittwoch, 22. November

10–12 Uhr

Traumkino: Victoria & Abdul

Kosten: 5 Euro

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

14–17 Uhr

Lucia di Lammermoor

Kosten: 25-52 Euro

Wer/Wo: Sächsisches Staatstheater – Staatsoper Dresden und Staatsschauspiel Dresden Semperoper

Donnerstag, 23. November

9–12.30 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.de

10–11 Uhr

Übergabe der Broschüre Bewegung im Stadtteil Loschwitz

Wer/Wo: Ökumenische Seniorenbegegnungsstätte BÜLOWH

Pillnitzer Landstraße 12

13.30–14 Uhr + weitere Termine

Sitzgymnastik

Kosten: 1,20 Euro

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

14 Uhr

Verkehrsteilnehmerschulung

Kosten: 1,50 Euro

Wer/Wo: ASB-Seniorenzentrum, Wiesenstraße 17

14.30–15.30 Uhr

Buchlesung: Aller Anfang ist schwer

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.

Wittenberger Straße 83

Anmeldung bis einen Tag vorher

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

Freitag, 24. November

13–16 Uhr

Kurzwanderung Laubegast – Kleinschachwitz

Kosten: 1,50 Euro

Wer/Wo: DRK- Begegnungszentrum Johann

Striesener Straße 39

Sonntag, 26. November

16–18.30 Uhr

Bolshoi Ballett 2017/18: Der Widerspänstigen Zähmung

Kosten: 23 Euro

Wer/Wo: Rundkino

Prager Straße 6

19–20.30 Uhr + weitere Termine

Zwei nette kleine Damen auf dem Weg nach Norden

Kosten: 10 Euro

Wer/Wo: Theaterhaus Rudi

Fechnerstraße 2a, 3.Etage

Anmeldung bis einen Tag vorher

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

Montag, 27. November

9–12 Uhr + weitere Termine

Ausleihen & Tauschen – Bücherbasar

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

9–12.30 Uhr

Workshop „Schneckenpost war gestern“

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

10.30 Uhr

Heiteres Gedächtnistraining

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: VS-Begegnungsstätte

Laubegaster Ufer 22

13.30–16 Uhr + weitere Termine

Skat

Kosten: 1,50 Euro

Wer/Wo: Ökumenische Seniorenhilfe Dresden e.V.

Wittenberger Straße 83

14 – 16 Uhr

Weihnachtsbäckerei

Kosten: 1 Euro

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

Anmeldung bis 24. November

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

14.30 – 15.30 Uhr

Erzählcafé: „Auf den Spuren von George Bähr...“

Kosten: 1 Euro

Wer/Wo: VS-Begegnungsstätte, Laubegaster Ufer 22

Dienstag, 28. November

10 – 12 Uhr + weitere Termine

Malen wie Paul Klee (mit Aquarell & Tusche)

Kosten: 2,50 Euro

Wer/Wo: DRK Seniorenzentrum IMPULS

Bürgerstraße 6

14 – 15.30 Uhr

Florales Gestalten von Weihnachtsgestecken

Kosten: 4 Euro

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

Anmeldung bis eine Woche vorher

Telefon: (03 51) 4 46 76 23 oder johann@drk-dresden.de

14 – 17 Uhr

Kurzwanderung: Auf dem Fensterchen Weg (4-5 km)

Kosten: 2,50 Euro

Wer/Wo: DRK Seniorenzentrum IMPULS

Haltestelle „Weißer Adler“ (Linie 11)

14.30 Uhr

Elefantenapotheke zum Thema: Schlafstörungen

Kosten: 1,50 Euro

Wer/Wo: ASB-Seniorenzentrum

Wiesenstraße 17

14.30 – 16 Uhr

20 Jahre AWO Begegnungsstätte

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 – 21.30 Uhr + weitere Termine

Die Feuerzangenbowle

Kosten: 19-28 Euro

Wer/Wo: Comödie Dresden, Freiburger Straße 39

Mittwoch, 29. November

8.30 – 16 Uhr

Wanderung zur Reichstädter Windmühle

Kosten: 1 Euro

Wer/Wo: Wandergruppe Böhm

Hauptbahnhof Kuppelhalle

Anmeldung bis eine Woche vorher

Telefon: (03 51) 2 84 39 91

9 – 10.30 Uhr

Gemeinsames Frühstück: „Oh es riecht gut...“

Kosten: 5 Euro

Wer/Wo: VS-Begegnungsstätte, Laubegaster Ufer 22

Anmeldung bis einen Tag vorher

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

9.42 – 14 Uhr

Wanderung: Weixdorf – Jonaskreuz

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

Endhaltestelle Linie 7 Weixdorf (Rathausstraße)

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 4 21 51 85

10 – 12 Uhr

Traumkino: Leanders letzte Reise

Kosten: 5 Euro

Wer/Wo: UFA Kristallpalast, Petersburger Straße 24a

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 ein Tag vorher

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

13.30 – 16 Uhr

Kreativnachmittag

Kosten: 1 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 – 15 Uhr

Reisevortrag: Usbekistan/Seidenstraße Teil 2

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

Flohmarkt: Verkaufen – Tauschen – Schenken

Wer/Wo: DRK Seniorenzentrum IMPULS

Bürgerstraße 6

Anmeldung bis 28. November

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

14 – 16 Uhr

Musikalischer Nachmittag

Kosten: 5 Euro

Wer/Wo: VS-Seniorenbegegnungsstätte „fidelio“

Papstdorfer Straße 25

Anmeldung bis 27. November

Telefon: (03 51) 2 50 21 60

Tagespflege

Wohn- 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

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

www.cultus-dresden.de

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

Donnerstag, 30. November

10 – 11 Uhr + weitere Termine

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

Kosten: 1,50 Euro

Wer/Wo: DRK Seniorenzentrum IMPULS

Bürgerstraße 6

10.30 – 12 Uhr + weitere Termine

Nordic Walking

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: Ökumenische Seniorenbegegnungsstätte BÜLOWH

Pillnitzer Landstraße 12

13 – 15 Uhr + weitere Termine

Kreatives Malen

Kosten: 3 Euro

Wer/Wo: Ökumenische Seniorenhilfe Dresden e.V.

Wittenberger Straße 83

14 – 16 Uhr + weitere Termine

Kaffeetreff

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: ASB-Begegnungsstätte „Luise“

Braunsdorfer Straße 13

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 4 24 17 34

14 – 16 Uhr + weitere Termine

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

14.30 – 16 Uhr

Tänze für Jung und Alt

Kosten: 2,50 Euro

Wer/Wo: VS-Begegnungsstätte

Laubegaster Ufer 22

16.15 – 18.15 Uhr + weitere Termine

Holzschnitzkurs

Kosten: 5 Euro

Wer/Wo: Ökumenische Seniorenhilfe Dresden e.V.

Wittenberger Straße 83

Redaktionsschluss: 12. Oktober 2017

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:

Kai Schulz (verantwortlich)

Sylvia Siebert, Grit Hammer, Jürgen Eckoldt,

Barbara Münch, Heribert Pallas

Verlag, Anzeigen, Verlagsbeilagen, Satz

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 Sie mobil:
pünktlich und sicher**



Der Johanniter-Fahrdienst
Tel. kostenfrei 0800 1144774
www.johanniter.de/dresden

DIE JOHANNITER
Aus Liebe zum Leben

1652



Seniorentelefon:
(03 51) 4 88 48 00

Offene Ohren für Senioren