



Das Ehrenamt im Naturschutz – eine erfüllende Passion

Eine spannende Aufgabe wartet auf engagierte Dresdnerinnen und Dresdner im Ruhestand

Manche suchen nach Ende ihres Berufslebens eine neue, ausfüllende Herausforderung. Eine Option ist der ehrenamtliche Naturschutzdienst der Landeshauptstadt.

Über 30 Millionen Menschen engagieren sich zurzeit in Deutschland unentgeltlich und ehrenamtlich für gesellschaftliche Belange. Gerade im Naturschutz hat diese Tätigkeit eine lange Tradition. Der Freistaat Sachsen hat den ehrenamtlichen Naturschutz sogar in seinem Landesnaturschutzgesetz fest verankert und ihm Aufgaben per Gesetz zugewiesen.

Ehrenamtliche Naturschutz Helfer überwachen geschützte Teile von Natur und Landschaft – das können Schutzgebiete oder geschützte Tier- und Pflanzenarten sein. Sie kontrollieren Pflege- und Artenschutzmaßnahmen oder führen diese selbst durch. Außerdem beobachten sie die Natur, um Schäden und Gefährdungen von ihr abzuhalten oder um zur Dokumentation einzelner Schutzgebiete beizutragen. Sie begeistern mit Rundgängen und Vorträgen die Öffentlichkeit und den Nachwuchs für die Anliegen des Naturschutzes.

Naturschutz Helfer werden durch die Naturschutzbehörde – in Dresden ist dies das Umweltamt – in ihr Ehrenamt berufen. Sie erhalten eine Einweisung in ihre Aufgabe, einen Dienstausweis und einen ortskonkreten Zuständigkeitsbereich.



Prinzipiell wirken sie als ein „verlängerter Arm“ der Naturschutzbehörde und arbeiten mit dieser eng zusammen. Es sind dafür keine speziellen Fachkenntnisse erforderlich, sondern entscheidend ist dabei die Liebe zur Natur und die Bereitschaft zum ehrenamtlichen Engagement. Für einen ehrenamtlichen Naturschutz Helfer gibt es auch keine Altersgrenze. Von 60 Personen, die aktuell im ehrenamtlichen Naturschutzdienst in Dresden mitarbeiten, sind etwa die Hälfte älter als 50 Jahre. In Dresden gibt es vier Naturschutzgebiete, zehn Landschaftsschutzgebiete, 13 europäisch geschützte „Natura-2000“-Gebiete sowie über

100 Naturdenkmale. Hier benötigen die Behörden bei der Betreuung dieser Gebiete ehrenamtliche Mithilfe. Diese ist auch vonnöten, wenn wieder Kröten, Frösche und Molche ihren Weg zu den Fortpflanzungsgewässern nicht allein schaffen und getragen werden müssen.

Das Ehrenamt im Naturschutz bedeutet aber auch die Stärkung des sozialen Umfeldes. Regelmäßige Treffen, Erfahrungsaustausche mit Gleichgesinnten, Weiterbildungsmöglichkeiten, gemeinsame Arbeitsinsätze und Exkursionen gehören zum Alltag genauso dazu.

Wer Interesse an einer ehrenamtlichen Arbeit als

Rüstig statt rostig. Der 70-jährige ehrenamtliche Naturschutz Helfer Stephan Schubert (rechts) informiert bei einer Exkursion über das von ihm betreute Schutzgebiet.

Foto: Sebastian Schmidt

Naturschutz Helfer in oder - Helfer hat, ist jederzeit und herzlich willkommen. Das Umweltamt der Landeshauptstadt Dresden informiert gern ausführlicher über Möglichkeiten der Mitwirkung im Naturschutz.

Kontakt
Umweltamt
Untere Naturschutzbehörde
Telefon (03 51) 4 88 62 40
E-Mail an: umwelt.recht1@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. Mai

10 – 12.15 Uhr

Traumkino: Maria Stuart, Königin von Schottland

Kosten: 5,50 Euro

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

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 4 82 58 25

10 – 12.30 Uhr

Der Prießnitzgrund

Wer/Wo: Dresdner Wanderer- und Bergsteigerverein

Straßenbahn- und Bushaltestelle Zur Neuen Brücke

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 8 80 65 30/uwe.keffel@t-online.de

10 – 13 Uhr

Tag der offenen Tür

Wer/Wo: VS-Beratungszentrum

Laubegaster Ufer 22

Donnerstag, 2. Mai

7.45 – 8.45 Uhr + weitere Termine

Qi Gong am Morgen

Kosten: 67 Euro

Wer/Wo: Volkshochschule, Annenstraße 10, A2.07 Sport

9.30 – 11.30 Uhr

Stichelhexen

Kosten: 1 Euro

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

Anmeldung jeweils einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 5 01 04 25/trachenberge@volkssoli-dresden.de

9.30 – 12 Uhr + weitere Termine

Englisch Grundkurs für Wiedereinsteiger

Kosten: 129 Euro

Wer/Wo: Volkshochschule, Annenstraße 10, B3.04

10 – 11 Uhr

Gedächtnis spielend trainieren

Kosten: 2,50 Euro

Wer/Wo: DRK-Seniorenzentrum IMPULS

Bürgerstraße 6

10 – 12 Uhr

ARTOS Intensivkurse PC

Kosten: 50 Euro

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

Straße des 17. Juni 25/103 B

Anmeldung bis eine Woche vorher

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

10 – 12 Uhr + weitere Termine

Nordic-Walking-Gruppe

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: DRK-Seniorenzentrum IMPULS, Bürgerstraße 6

10.30 – 11.30 Uhr + weitere Termine

Zumba Gold für Ältere und Einsteiger

Kosten: 7,50 Euro

Wer/Wo: Kristina Reichenbach, TSC Herrmann-Nebel

Zwinglistraße 32

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (01 60) 97 08 03 43

13 – 15 Uhr + weitere Termine

Kreativzirkel

Kosten: 4 Euro

Wer/Wo: Ökumenische Seniorenhilfe Dresden e. V.

Wittenberger Straße 83

14 – 15.30 Uhr

Feierliche Ausstellungseröffnung

Wer/Wo: AWO-Prohlis

Herzberger Straße 2 – 4

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 3 23 05 60

14 – 16 Uhr + weitere Termine

Strickcafé

Kosten: 1 Euro

Wer/Wo: Trägerwerk Soziale Dienste AG „Seblia“

Rottwerndorfer Straße 5

14.30 – 17 Uhr

Blitzschachturnier – Schweizer System

Kosten: 5 Euro

Wer/Wo: AWO-Beratungszentrum, Hainsberger Straße 2

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 4 13 54 71

16.15 – 18.15 Uhr

Holzschnitzkurs

Kosten: 5 Euro

Wer/Wo: Ökumenische Seniorenhilfe Dresden e. V.

Wittenberger Straße 83

17 – 19.30 Uhr + weitere Termine

Strickrunde: Figuren, Puppen und anderes

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: VS-Beratungszentrum

Nürnbergstraße 45

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. Mai

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 – 10 Uhr + weitere Termine

Walking/Nordic Walking

Kosten: 59 Euro

Wer/Wo: Volkshochschule, Stübelallee, EckeKarcherallee

9.20 – 10.50 Uhr + weitere Termine

Englisch Starterkurs

Kosten: 94 Euro

Wer/Wo: Volkshochschule, Annenstraße 10, B1.05

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 25 44 00/post@vhs-dresden.de

12.30 – 13.30 Uhr + weitere Termine

Englisch für Senioren – Anfängerkurs

Kosten: 5 Euro

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

Anmeldung jeweils einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 5 01 04 25/trachenberge@volkssoli-dresden.de

13 – 14.30 Uhr + weitere Termine

Englisch 50+

Kosten: 9 Euro

Wer/Wo: ASB Regionalverband Dresden e. V.

„Luise“, Braunsdorfer Straße 13

Anmeldung bis eine Woche vorher

Telefon: (03 51) 4 24 17 34

13.30 – 15 Uhr + weitere Termine

Englisch für Senioren – Aufbaukurs

Kosten: 5 Euro

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

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 5 01 04 25/trachenberge@volkssoli-dresden.de

14 – 16 Uhr

Café Freitag

Wer/Wo: Ökumenische Seniorenhilfe Dresden e. V.

Wittenberger Straße 83

Sonnabend, 4. Mai

15 – 17 Uhr

Trauercafé

Wer/Wo: Ambulanter Malteser Hospizdienst

Malteser Hilfsdienst e. V., 1. Obergeschoss, Leipziger Straße 33

Sonntag, 5. Mai

10 – 14 Uhr

Stadtspaziergang „Grüne Inseln in der Stadt“

Kosten: 2 Euro

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

Reichenbachstraße, Haltestelle 3, 8, 11

Anmeldung bis 3. Mai

Telefon: (01 73) 3 68 65 86

Montag, 6. Mai

9 – 12 Uhr

Fotografie: Grundlagen für Senioren

Kosten: 69,30 Euro

Wer/Wo: Volkshochschule, Annenstraße 10, B3.06 PC-Raum

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 25 44 00/post@vhs-dresden.de

9.45 – 10.45 Uhr + weitere Termine

Gymnastik im Sitzen

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/trachenberge@volkssoli-dresden.de

10 – 11 Uhr + weitere Termine

Französisch-Treff

Kosten: 1 Euro

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

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 5 01 04 25/trachenberge@volkssoli-dresden.de

10 – 11.30 Uhr

Acrylmalerei am Vormittag

Kosten: 57,50 Euro

Wer/Wo: Volkshochschule, Annenstraße 10

B2.09 Kreativraum

Anmeldung bis eine Woche vorher

Telefon: (03 51) 25 44 00/post@vhs-dresden.de

10.30 – 12 Uhr + weitere Termine

Heiteres Gedächtnistraining

Kosten: 3 Euro

Wer/Wo: VS-Begegnungs- und Beratungszentrum Laubegast

Laubegaster Ufer 22

11 – 12 Uhr + weitere Termine

Gymnastik

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/trachenberge@volkssoli-dresden.de

13 – 15.45 Uhr + weitere Termine

Spielesachmittag in der Begegnungsstätte „Michelangelo“

Kosten: 1,50 Euro

Wer/Wo: Begegnungsstätte „Michelangelo“, Räcknitzhöhe 52

13 – 16 Uhr + weitere Termine

Spielesachmittag: Rommee

Kosten: 1,50 Euro

Wer/Wo: VS-Beratungszentrum, Nürnberger Straße 45

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 4 71 93 66

13.30 – 16 Uhr + weitere Termine

Skat

Kosten: 1,50 Euro

Wer/Wo: Ökumenische Seniorenhilfe Dresden e. V.

Wittenberger Straße 83

14 – 16 Uhr

Ländernachmittag mit Herrn Starke

Kosten: 5 Euro

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

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 5 01 04 25/trachenberge@volkssoli-dresden.de

**Nahezu
unsichtbar.**Machen Sie den
Alltagstest bei
uns im
Hörgeräteladen!

Das neue

Signia Pure 312 NX**Filiale Gruna****Stübelallee 55**

☎ 0351/2509006

Filiale Johannstadt**Pfotenauerstraße 41**

☎ 0351/2104488

**DER HÖRGERÄTELADEN**

www.der-hoergeraeteladen.de

14–16 Uhr

Kurzwanderung: Silbersee–Prießnitzgrund

Kosten: 1,50 Euro

Wer/Wo: DRK-Seniorenzentrum IMPULS

Haltestelle: Käthe-Kollwitz-Platz (Linie 7)

17.30–18.30 Uhr + weitere Termine

Walking/Nordic Walking

Kosten: 59 Euro

Wer/Wo: Volkshochschule

Stübelallee/Ecke Karcherallee (Spielplatz)

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 25 44 00/post@vhs-dresden.de

Dienstag, 7. Mai

9.30–10.30 Uhr + weitere Termine

Zumba-Fitness am Vormittag

Kosten: 78 Euro

Wer/Wo: Volkshochschule, Annenstraße 10, A0.01

Anmeldung bis eine Woche vorher

Telefon: (03 51) 25 44 00/post@vhs-dresden.de

10–11 Uhr

Tänze im Sitzen

Kosten: 3 Euro

Wer/Wo: AWO-Begegnungs- und Beratungszentrum Prohlis

Herzberger Straße 2–4

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 3 23 05 60

10–12 Uhr

Malen wie Paul Klee (mit Aquarell und Tusche)

Kosten: 2,50 Euro

Wer/Wo: DRK-Seniorenzentrum IMPULS

Bürgerstraße 6

11.45–11.45 Uhr + weitere Termine

Malen und Zeichnen für Ältere – Morgenkurs

Kosten: 75,60 Euro

Wer/Wo: Volkshochschule, Annenstraße 10, B2.06 Atelier

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 25 44 00/post@vhs-dresden.de

13.30–16 Uhr

Kleine Wanderung nach Wachwitz zur Rhododendronblüte

Kosten: 1,50 Euro

Wer/Wo: VS-Begegnungs- und Beratungszentrum Laubegast

Laubegaster Ufer 22

Anmeldung bis einen Tag vorher

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

13.30–17 Uhr + weitere Termine

Romme und Skat

Kosten: 1,50 Euro

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

Braunsdorfer Straße 13

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 4 24 17 34

14–15.30 Uhr

Russland, Georgien, Kaukasus – Bildvortrag

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: AWO-Begegnungs- und Beratungszentrum

Hainsberger Straße 2

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 4 13 54 71

15–18 Uhr

Tanztee für Junggebliebene

Kosten: 3 Euro

Wer/Wo: Musik- und Tanzschule Schwarz-Weiss

Pirnaer Landstraße 239

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (01 57) 7 07 55 09

16–17 Uhr + weitere Termine

Herz aktiv – Ganzkörpertraining für Herz und Kreislauf

Kosten: 71 Euro

Wer/Wo: Volkshochschule, Annenstraße 10, A0.01

Anmeldung bis eine Woche vorher

Telefon: (03 51) 25 44 00/post@vhs-dresden.de

16–17 Uhr + weitere Termine

ZumbaGold für Ältere und Einsteiger

Kosten: 6,50 Euro

Wer/Wo: Kristina Reichenbach, Sosaer Straße 10

Dresden-Niedersedlitz, Sporthalle 89. Grundschule

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (01 60) 97 08 03 43

17.45–19.15 Uhr + weitere Termine

Qi Gong für Wirbelsäule und Beweglichkeit

Kosten: 99 Euro

Wer/Wo: Volkshochschule, Annenstraße 10, A1.07 Sport

Anmeldung bis eine Woche vorher

Telefon: (03 51) 25 44 00/post@vhs-dresden.de

18–19.30 Uhr

Vortrag: Osteoporose

Kosten: 7 Euro

Wer/Wo: Volkshochschule, Annenstraße 10, A2.12

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 25 44 00/post@vhs-dresden.de

19.30–20.30 Uhr + weitere Termine

Zumba

Kosten: 5 Euro

Wer/Wo: Sportverein Motor Mickten

Pestalozziplatz 20

Anmeldung bis einen Tag vorher

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

Mittwoch, 8. Mai

8.45 Uhr

Wanderung zur Baumblüte im Süden

Kosten: 1 Euro

Wer/Wo: Wandergruppe Böhm

Bahnhof Niedersedlitz, Vorplatz

Anmeldung bis eine Woche vorher

Telefon: (03 51) 2 84 39 91

9–14 Uhr

Wanderung durch das Hüttertal

Wer/Wo: Jahresringe DD Verband für Vorruhestand und aktives

Alter, Hauptbahnhof Radeberg

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 4 21 51 85/freitags 5 00 76 35

9.30–11 Uhr

Gesprächsrunde für ältere Kraftfahrer

Kosten: 1 Euro

Wer/Wo: VS-Beratungszentrum

Laubegaster Ufer 22

10 – 10.45 Uhr + weitere Termine

Seniorengymnastik

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

10 – 11 Uhr

Handgymnastik

Kosten: 4 Euro
 Wer/Wo: Ökumenische Seniorenhilfe Dresden e. V.
 Wittenberger Straße 83

10 – 12 Uhr

Traumkino: Die unglaublichen Abenteuer von Bella

Kosten: 5,50 Euro
 Wer/Wo: UFA Kristallpalast
 St. Petersburger Straße 24 a
 Anmeldung bis einen Tag vorher
 Telefon: (03 51) 4 82 58 25

10 – 12 Uhr + weitere Termine

Mal- und Zeichenkurs

Kosten: 1,50 Euro
 Wer/Wo: VS-Beratungszentrum
 Nürnberger Straße 45
 Anmeldung bis einen Tag vorher
 Telefon: (03 51) 4 71 93 66

10.45 – 12.15 Uhr + weitere Termine

Englisch 50+

Kosten: 9 Euro
 Wer/Wo: ASB Regionalverband Dresden e. V. „Luise“
 Braunsdorfer Straße 13
 Anmeldung bis eine Woche vorher
 Telefon: (03 51) 4 24 17 34

11 – 11.45 Uhr + weitere Termine

Seniorengymnastik

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

13 – 15 Uhr

Handarbeit – Stricken für alle

Kosten: 1 Euro
 Wer/Wo: Volkssolidarität Dresden e. V., Trachenberger Straße 6
 Anmeldung bis einen Tag vorher
 Telefon: (03 51) 5 01 04 25/trachenberge@volkssoli-dresden.de

13.30 – 16.30 Uhr

Rommee

Kosten: 1 Euro
 Wer/Wo: VS-Beratungszentrum, Laubegaster Ufer 22

14 – 15 Uhr

Ausstellungseröffnung „Berühmt und Behindert“ mit Lesung

Kosten: 3,50 Euro
 Wer/Wo: Begegnungstätte „Michelangelo“, Räcknitzhöhe 52

14 – 15.30 Uhr

Strickgruppe: „Erfahrene Hände stricken für kleine Füße“

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

14 – 16 Uhr

Literaturcafé: „Goethes Mutter“ Bärbel Schröter

Kosten: 2,50 Euro
 Wer/Wo: DRK-Seniorenzentrum IMPULS, Bürgerstraße 6

14.30 – 15.30 Uhr

Singen

Kosten: 2 Euro
 Wer/Wo: ASB Seniorenzentrum „Wiesenhäuser“, Wiesenstraße 17

14.30 – 15.30 Uhr

Atemgymnastik

Kosten: 4 Euro
 Wer/Wo: Ökumenische Seniorenhilfe Dresden e. V.
 Wittenberger Straße 83

16 – 17.30 Uhr

Fachvortrag: „Ergotherapie bei Demenz“

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

18.30 – 20.45 Uhr

Die Schilddrüse

Kosten: 9 Euro
 Wer/Wo: Volkshochschule, Städtische Bibliotheken/Filiale
 Klotzsche, Boltenhagener Straße 66
 Anmeldung bis einen Tag vorher
 Telefon: (03 51) 25 44 00/post@vhs-dresden.de

Donnerstag, 9. Mai

10 – 11 Uhr

Gymnastik im Sitzen – Fit bis ins hohe Alter

Kosten: 25 Euro
 Wer/Wo: DRK-Seniorenzentrum IMPULS
 Bürgerstraße 6

13 – 15 Uhr

Entspannungsangebot: Klang- und Fantasiereise

Kosten: 2,50 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/trachenberge@volkssoli-dresden.de

14.30 – 15.30 Uhr

Ratgeber Soziales: Vorsorgevollmacht, Patientenverfügung ...

Kosten: 1 Euro
 Wer/Wo: VS-Beratungszentrum, Laubegaster Ufer 22

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

Raumdecor
LEUE GmbH
 Beratung · Verkauf
 Verlegung/Montage

- ◆ Parkett/Laminat
- ◆ Teppichböden
- ◆ Designbeläge
- ◆ Gardinen und Zubehör
- ◆ Farben/Tapeten
- ◆ Sonnenschutz innen & außen

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

16–18 Uhr

Klöppelkurs im „Michelangelo“

Kosten: 4,50 Euro

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

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 2 13 97 09

16.15–18.15 Uhr

Holzschnitzkurs

Kosten: 5 Euro

Wer/Wo: Ökumenische Seniorenhilfe Dresden e. V.

Wittenberger Straße 83

17–19.30 Uhr + weitere Termine

Strickrunde: Figuren, Puppen und anderes

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: VS-Beratungszentrum

Nürnberger Straße 45

19.30–21 Uhr

Lesung: „Kaffeeklatsch bei Barbara“

Kosten: 7 Euro

Wer/Wo: Putjatinhaus e. V.

Meußlitzer Straße 83

Freitag, 10. Mai

10.10–11.40 Uhr

Qi Gong für alle

Kosten: 99 Euro

Wer/Wo: Volkshochschule, Annenstraße 10, A0.01

Anmeldung bis eine Woche vorher

Telefon: (03 51) 25 44 00/post@vhs-dresden.de

14–17.30 Uhr

Seniorentanz

Kosten: 4 Euro

Wer/Wo: VS-Beratungszentrum, Laubegaster Ufer 22

Montag, 13. Mai

9–12 Uhr

Fotografie: Grundlagen für Senioren

Kosten: 69,30 Euro

Wer/Wo: Volkshochschule, Annenstraße 10, B3.06 PC-Raum

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 25 44 00/post@vhs-dresden.de

10–12 Uhr

Querschreiber – Werkstatt kreatives Schreiben

Kosten: 1 Euro

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

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 5 01 04 25/trachenberge@volkssoli-dresden.de

14–16 Uhr

Schach

Kosten: 1 Euro

Wer/Wo: Ökumenische Seniorenhilfe Dresden e. V.

Wittenberger Straße 83

14.30–15.30 Uhr

Leselampe: „Die Welt wird schöner mit jedem Tag“

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: VS-Begegnungs- und Beratungszentrum Laubegast

Laubegaster Ufer 22

Dienstag, 14. Mai

10–11 Uhr

Gedächtnisspiele für Fortgeschrittene

Kosten: 2,50 Euro

Wer/Wo: VS-Begegnungsstätte, Nürnberger Straße 45

10–12 Uhr

Malen wie Paul Klee (mit Aquarell und Tusche)

Kosten: 2,50 Euro

Wer/Wo: DRK-Seniorenzentrum IMPULS, Bürgerstraße 6

12–14.15 Uhr + weitere Termine

Malen und Zeichnen für Ältere – Mittagkurs

Kosten: 75,60 Euro

Wer/Wo: Volkshochschule, Annenstraße 10, B2.06 Atelier

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 25 44 00/post@vhs-dresden.de

12.30–19 Uhr

Begleitete Busfahrt – Rundreise zum Kamenzer Hutberg

Kosten: 33 Euro

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

Anmeldung bis 6. Mai

Telefon: (03 51) 3 23 05 60

13–15 Uhr

Radeln mit Genuss

Kosten: 2,50 Euro

Wer/Wo: DRK-Seniorenzentrum IMPULS

Treff: Leipziger Straße Fahrradbrücke „Undine“

(Haltestelle „Altpieschen“)

13.30–15 Uhr

Angehörigengruppe für pflegende Angehörige

Wer/Wo: AWO Prohlis – Beratungsstelle für Senioren und

Angehörige, Herzberger Straße 2–4

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 2 89 16 13/mail17@awo-in-sachsen.de

14–17.15 Uhr

Generation 50+ Computerwissen für Einsteiger – Teil 1

Kosten: 96 Euro

Wer/Wo: Volkshochschule, Helbigsdorfer Weg 1, 1.01 Kabinett

Anmeldung bis eine Woche vorher

Telefon: (03 51) 25 44 00/post@vhs-dresden.de

Vortrag und Gespräch: Wochenkinder in der DDR

Am Dienstag, 14. Mai, 14 Uhr, lädt die AWO-Seniorenbegegnungsstätte, Hainsberger Straße 2, zu einem Vortrag und Gespräch zum Thema „Wochenkinder in der DDR“ ein. Um Anmeldung per Telefon (03 51) 4 13 54 71 wird gebeten. Der Eintritt kostet zwei Euro.

In einer Forschungsarbeit am Beispiel von Dresden untersucht Heike Liebsch die biografische Entwicklung von Menschen, die in einer weitgehend familiengelösten Wochenunterbringung aufgewachsen sind. Dazu hat sie Interviews mit damaligen Kindern, ihren Eltern und Erziehern geführt. Sie geht der Frage nach, was aus diesen Kindern geworden ist. Wie wirkt eine solche Unterbringung auf die Entwicklung eines Kindes – und ist davon im Erwachsenenalter noch etwas spürbar? Im Rahmen eines Vortrages stellt Frau Liebsch erste Ergebnisse dieser Forschungsarbeit vor. Mehr Informationen unter:

www.wochenkinder.de

15 – 16 Uhr

Offene Strick- und Handarbeitsgruppe

Wer/Wo: AWO Prohlis, Herzberger Straße 2 – 4
Anmeldung bis einen Tag vorher
Telefon: (03 51) 2 89 16 15/mail17@awo-in-sachsen.de

16 – 17 Uhr + weitere Termine

Herz aktiv – Ganzkörpertraining für Herz und Kreislauf

Kosten: 71 Euro
Wer/Wo: Volkshochschule
Annenstraße 10, A0.01
Anmeldung bis eine Woche vorher
Telefon: (03 51) 25 44 00/post@vhs-dresden.de

Mittwoch, 15. Mai

8 – 17 Uhr

Wanderung bei Hrensko – Schmilka

Kosten: 7 Euro
Wer/Wo: Wandergruppe Böhm Hauptbahnhof Kuppelhalle
Anmeldung bis eine Woche vorher
Telefon: (03 51) 2 84 39 91

10 – 11 Uhr

Handgymnastik

Kosten: 4 Euro
Wer/Wo: Ökumenische Seniorenhilfe Dresden e. V.
Wittenberger Straße 83

10 – 12 Uhr

Traumkino: Der Spitzenkandidat

Kosten: 5,50 Euro
Wer/Wo: UFA Kristallpalast, St. Petersburger Straße 24 a
Anmeldung bis einen Tag vorher
Telefon: (03 51) 4 82 58 25

10 – 15 Uhr

Wanderung Pillnitz über Borsberg nach Graupa

Wer/Wo: Jahresringe DD Verband für Vorruhestand und aktives
Alter, Rathaus Pillnitz, Bus 63
Anmeldung bis einen Tag vorher
Telefon: (03 51) 4 21 51 85/freitags 5 00 76 35

11.15 – 12.45 Uhr + weitere Termine

Seniorentanz

Kosten: 93,30 Euro
Wer/Wo: Volkshochschule, Annenstraße 10, A0.01
Anmeldung bis eine Woche vorher
Telefon: (03 51) 25 44 00/post@vhs-dresden.de

14 – 15.30 Uhr

Vor-Lese-Café

Kosten: 3 Euro
Wer/Wo: Volkssolidarität Dresden e. V., Trachenberger Straße 6
Anmeldung bis einen Tag vorher
Telefon: (03 51) 5 01 04 25/trachenberge@volkssoli-dresden.de

14 – 16 Uhr

Gut kommunizieren – wie geht das?

Kosten: 3,50 Euro
Wer/Wo: DRK-Seniorenzentrum IMPULS, Bürgerstraße 6

14 – 16 Uhr

Führung über den Johannisfriedhof

Kosten: 1 Euro
Wer/Wo: Ökumenische Seniorenhilfe Dresden e. V.
Kapelle Johannisfriedhof
Anmeldung bis einen Tag vorher
Telefon: (03 51) 3 40 08 76/bbz@seniorenhilfe-dresden.de

14.30 – 15.30 Uhr

Gemeinsames Singen

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

16 – 19 Uhr

Schulung zum Krankheitsbild Demenz

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

18.30 – 20.45 Uhr

Vortrag: Gesunder Darm – gesundes Leben

Kosten: 12 Euro
Wer/Wo: Volkshochschule
Städtische Bibliotheken, Filiale Strehlen, Otto-Dix-Ring 61
Anmeldung bis einen Tag vorher
Telefon: (03 51) 25 44 00/post@vhs-dresden.de

Donnerstag, 16. Mai

9.30 – 11.30 Uhr

Stichelhexen

Kosten: 1 Euro
Wer/Wo: Volkssolidarität Dresden e. V.
Trachenberger Straße 6
Anmeldung jeweils einen Tag vorher
Telefon: (03 51) 5 01 04 25/trachenberge@volkssoli-dresden.de

9.40 – 16 Uhr

Wanderung: Fernsehturm – Wachwitzgrund – Rhododendronpark

Kosten: 1 Euro
Wer/Wo: AWO-Begegnung und Beratungszentrum
Haltestelle Körnerplatz
Anmeldung bis einen Tag vorher
Telefon: (03 51) 3 23 05 60

10 – 11 Uhr

Gedächtnis spielend trainieren

Kosten: 2,50 Euro
Wer/Wo: DRK-Seniorenzentrum IMPULS
Bürgerstraße 6

10 – 12 Uhr + weitere Termine

Nordic-Walking-Gruppe

Kosten: 2 Euro
Wer/Wo: DRK-Seniorenzentrum IMPULS
Bürgerstraße 6

Individuelle Pflege- und Sozialberatung

Wir beraten Sie trägerneutral, kostenfrei und qualifiziert
zu Unterstützungsangeboten bei Pflegebedürftigkeit.

Telefon: 0351 3138-555

E-Mail: service@cultus-dresden.de

Für Sie vor Ort:

Freiberger Straße 18, 01067 Dresden

Mo., Mi.: 8–17 Uhr / Di., Do.: 9–18 Uhr

Fr.: 8–16 Uhr

Cultus
gGmbH
der Landeshauptstadt
Dresden

VERBUND
Dresden
Dresden

10.30 – 11.30 Uhr + weitere Termine

Zumba Gold für Ältere und Einsteiger

Kosten: 7,50 Euro

Wer/Wo: Kristina Reichenbach, TSC Herrmann-Nebel, Zwinglistraße 32

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (01 60) 97 08 03 43

11 – 12 Uhr

Schnupperkurs „Fit am Vormittag“

Wer/Wo: Begegnungstätte „Michelangelo“, Räcknitzhöhe 52

13 – 15 Uhr + weitere Termine

Kreativzirkel

Kosten: 4 Euro

Wer/Wo: Ökumenische Seniorenhilfe Dresden e. V.

Wittenberger Straße 83

14 – 15 Uhr

Infoveranstaltung „Vorsorgevollmacht“

Wer/Wo: Begegnungstätte „Michelangelo“, Räcknitzhöhe 52

Wiesenstraße 17

14 – 16 Uhr

Modellbau: Bauen von Landschaftsmodellen

Kosten: 1,50 Euro

Wer/Wo: DRK-Seniorenzentrum IMPULS, Bürgerstraße 6

14 – 16 Uhr + weitere Termine

Strickcafé

Kosten: 1 Euro

Wer/Wo: Trägerwerk Soziale Dienste AG „Seblia“

Rottwerndorfer Straße 5

14.30 – 15.30 Uhr

Bildvortrag: „Nepal“

Kosten: 2 Euro

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

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 3 23 05 60

16 – 18 Uhr

Klöppelkurs im Michelangelo

Kosten: 4,50 Euro

Wer/Wo: Begegnungstätte „Michelangelo“, Räcknitzhöhe 52

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 2 13 97 09

16.15 – 18.15 Uhr

Holzschnitzkurs

Kosten: 5 Euro

Wer/Wo: Ökumenische Seniorenhilfe Dresden e. V.

Wittenberger Straße 83

16.30 – 19.45 Uhr

Generation 50+ Hilfe, das Smartphone klingelt!

Kosten: 36 Euro

Wer/Wo: Volkshochschule, Helbigsdorfer Weg 1, 1.03

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 25 44 00/post@vhs-dresden.de

17 – 19.30 Uhr + weitere Termine

Strickrunde: Figuren, Puppen und anderes

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: VS-Beratungszentrum, Nürnberger Straße 45

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, 17. Mai

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 – 10 Uhr + weitere Termine

Walking/Nordic Walking

Kosten: 59 Euro

Wer/Wo: Volkshochschule, Stübelallee Ecke Karcherallee

10.10 – 11.40 Uhr

Qi Gong für alle

Kosten: 99 Euro

Wer/Wo: Volkshochschule, Annenstraße 10, A0.01

Anmeldung bis eine Woche vorher

Telefon: (03 51) 25 44 00/post@vhs-dresden.de

12.30 – 13.30 Uhr + weitere Termine

Englisch für Senioren – Anfängerkurs

Kosten: 5 Euro

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

Anmeldung jeweils einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 5 01 04 25/trachenberge@volkssoli-dresden.de

13 – 14.30 Uhr + weitere Termine

Englisch 50+

Kosten: 9 Euro

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

Braunsdorfer Straße 13

Anmeldung bis eine Woche vorher

Telefon: (03 51) 4 24 17 34

13.30 – 15 Uhr + weitere Termine

Englisch für Senioren – Aufbaukurs

Kosten: 5 Euro

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

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 5 01 04 25/trachenberge@volkssoli-dresden.de

14 – 16 Uhr

Kasematten-Kaffee-Die besondere Exkursion zur Festung Dresden

Kosten: 4 Euro

Wer/Wo: Volkssolidarität Dresden e. V., 13.58 Uhr Haltestelle

Trachenberger Platz

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 5 01 04 25/trachenberge@volkssoli-dresden.de

14.30 – 15.30 Uhr

Musik macht froh

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: AWO-Begegnung- und Beratung Prohlis,

Herzberger Straße 2 – 4

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 3 23 05 60

Sonntag, 19. Mai

9.30 Uhr

Erlebniswanderung „Lieblingstal – Schöne Höhe – Belvedere“

Kosten: 2 Euro

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

Dresden – Bühlau, Ullersdorfer Platz

Anmeldung bis 17. Mai

Telefon: (01 73) 9 33 20 65

17–19 Uhr

Konzert mit Thomas Stelzer und seiner Gospel-Crew

Kosten: 15 Euro

Wer/Wo: VS-Begegnungs- und Beratungszentrum Laubegaster
Laubegaster Ufer 22

Anmeldung bis 17. Mai (Vorverkauf)

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

Montag, 20. Mai

9.45–10.45 Uhr + weitere Termine

Gymnastik im Sitzen

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/trachenberge@volkssoli-dresden.de

10–11 Uhr + weitere Termine

Französisch-Treff

Kosten: 1 Euro

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

Telefon: (03 51) 5 01 04 25/trachenberge@volkssoli-dresden.de

10–12.30 Uhr

Kreatives und autobiografisches Schreiben

Kosten: 2,50 Euro

Wer/Wo: DRK-Seniorenzentrum IMPULS, Bürgerstraße 6

10.30–12 Uhr + weitere Termine

Heiteres Gedächtnistraining

Kosten: 3 Euro

Wer/Wo: VS-Beratungszentrum, Laubegaster Ufer 22

11–12 Uhr + weitere Termine

Gymnastik

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/trachenberge@volkssoli-dresden.de

13–14 Uhr

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

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

13–15.45 Uhr + weitere Termine

Spielenachmittag in der Begegnungsstätte Michelangelo

Kosten: 1,50 Euro

Wer/Wo: Begegnungsstätte „Michelangelo“, Räcknitzhöhe 52

13–16 Uhr + weitere Termine

Spielenachmittag: Rommee

Kosten: 1,50 Euro

Wer/Wo: VS-Beratungszentrum, Nürnberger Straße 45
Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 4 71 93 66

13.30–16 Uhr + weitere Termine

Skat

Kosten: 1,50 Euro

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

14–15.30 Uhr

Vortrag und Gesprächsreihe: Ruhestand – und nun?Wer/Wo: AWO Sachsen Soziale Dienste gemeinnützige GmbH
Bürgertreff „Grunaer Aue“, Winterbergstraße 31 c

14–16 Uhr

Kurzwanderung: Wachwitzer Park – Rhododendrongarten

Kosten: 1,50 Euro

Wer/Wo: DRK-Seniorenzentrum IMPULS
Haltestelle „Körnerplatz“ (Linie 63)

15–17 Uhr

Fotozirkel – Thema: „Menschen in ihrer Umgebung“

Kosten: 2,50 Euro

Wer/Wo: VS-Beratungszentrum, Laubegaster Ufer 22

17.30–18.30 Uhr + weitere Termine

Walking/Nordic Walking

Kosten: 59 Euro

Wer/Wo: Volkshochschule, Stübelallee, Ecke Karcherallee
Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 25 44 00/post@vhs-dresden.de

Dienstag, 21. Mai

8.25–10.50 Uhr

Englisch Starterkurs

Kosten: 129 Euro

Wer/Wo: Volkshochschule, Annenstraße 10, B1.05
Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 25 44 00/post@vhs-dresden.de

9.30–10.30 Uhr + weitere Termine

Zumba-Fitness am Vormittag

Kosten: 78 Euro

Wer/Wo: Volkshochschule,
Annenstraße 10, A0.01

Anmeldung bis eine Woche vorher

Telefon: (03 51) 25 44 00/post@vhs-dresden.de

10–11 Uhr

ADAC – Verkehrsteilnehmerschulung

Kosten: 1 Euro

Wer/Wo: ASB Regionalverband Dresden e. V. „Luise“
Braunsdorfer Straße 13

10–11 Uhr

Tänze im Sitzen

Kosten: 3 Euro

Wer/Wo: AWO Prohlis, Herzberger Straße 2–4
Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 3 23 05 60

10–12 Uhr

Malen wie Paul Klee (mit Aquarell und Tusche)

Kosten: 2,50 Euro

Wer/Wo: DRK-Seniorenzentrum IMPULS
Bürgerstraße 6

11.45–11.45 Uhr + weitere Termine

Malen und Zeichnen für Ältere – Morgenkurs

Kosten: 75,60 Euro

Wer/Wo: Volkshochschule, Annenstraße 10, B2.06 Atelier
Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 25 44 00/post@vhs-dresden.de

13.30–17 Uhr + weitere Termine

Rommee und Skat

Kosten: 1,50 Euro

Wer/Wo: ASB Regionalverband Dresden e. V. „Luise“
Braunsdorfer Straße 13

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 4 24 17 34

14–15.30 Uhr

Musikcafé: Volkslieder singen mit Klavierbegleitung

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: VS-Beratungszentrum, Nürnberger Straße 45

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 4 71 94 66

14–15.30 Uhr

Insel Usedom – Bildvortrag

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: AWO-Beratungszentrum, Hainsberger Straße 2

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 4 13 54 71

14–16 Uhr

Klubcafé – Infoveranstaltung zur Begegnungsstätte

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: VS-Beratungszentrum, Laubegaster Ufer 22

14–17.15 Uhr

Generation 50+ Computerwissen für Einsteiger – Teil 1

Kosten: 96 Euro

Wer/Wo: Volkshochschule, Helbigsdorfer Weg 1*1.01 Kabinett

Anmeldung bis eine Woche vorher

Telefon: (03 51) 25 44 00/post@vhs-dresden.de

15–18 Uhr

Tanztee für Junggebliebene

Kosten: 3 Euro

Wer/Wo: Musik- und Tanzschule Schwarz-Weiss

Pirnaer Landstraße 239

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (01 57) 7 07 55 09

16–17 Uhr + weitere Termine

ZumbaGold für Ältere und Einsteiger

Kosten: 6,50 Euro

Wer/Wo: Kristina Reichenbach, Sosaer Straße 10

Dresden-Niedersedlitz, Sporthalle 89. Grundschule

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (01 60) 97 08 03 43

17.10–18.10 Uhr + weitere Termine

Herz aktiv – Ganzkörpertraining für Herz und Kreislauf

Kosten: 71 Euro

Wer/Wo: Volkshochschule, Annenstraße 10, A0.01

Anmeldung bis eine Woche vorher

Telefon: (03 51) 25 44 00/post@vhs-dresden.de

17.45–19.15 Uhr + weitere Termine

Qi Gong für Wirbelsäule und Beweglichkeit

Kosten: 99 Euro

Wer/Wo: Volkshochschule, Annenstraße 10, A1.07 Sport

Anmeldung bis eine Woche vorher

Telefon: (03 51) 25 44 00/post@vhs-dresden.de

18.30–20 Uhr

Augenerkrankungen

Kosten: 7 Euro

Wer/Wo: Volkshochschule, Annenstraße 10, A2.12

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 25 44 00/post@vhs-dresden.de

19.30–20.30 Uhr + weitere Termine

Zumba

Kosten: 5 Euro

Wer/Wo: Sportverein Motor Mickten

Sportcenter Motor Mickten, Pestalozziplatz 20

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 563 39 53 (AB)/(01 60) 97 08 03 43

Mittwoch, 22. Mai

9–10.30 Uhr

Gemeinsames Frühstück: „Mit dem Koffer nach Berlin“

Kosten: 5 Euro

Wer/Wo: VS-Beratungszentrum, Laubegaster Ufer 22

Anmeldung jeweils bis 20. Mai

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

9.27–15.30 Uhr

Wanderung von Pirna nach Dresden-Bühlau

Wer/Wo: Jahresringe DD Verband für Vorruhestand und aktives

Alter, Bahnhof Pirna

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 4 21 51 85/freitags 5 00 76 35

9.30–11 Uhr

Sicher+mobil: Gesprächsrunde für ältere Kraftfahrer

Kosten: 1,50 Euro

Wer/Wo: VS-Beratungszentrum

Nürnberger Straße 45

10–10.45 Uhr + weitere Termine

Seniorengymnastik

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: VS-Beratungszentrum

Nürnberger Straße 45

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 4 71 93 66

10–11 Uhr

Handgymnastik

Kosten: 4 Euro

Wer/Wo: Ökumenische Seniorenhilfe Dresden e. V.

Wittenberger Straße 83

10–12 Uhr + weitere Termine

Mal- und Zeichenkurs

Kosten: 1,50 Euro

Wer/Wo: VS-Beratungszentrum, Nürnberger Straße 45

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 4 71 93 66

10.45–12.15 Uhr + weitere Termine

Englisch 50+

Kosten: 9 Euro

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

Braunsdorfer Straße 13

Anmeldung bis eine Woche vorher

Telefon: (03 51) 4 24 17 34

13–15 Uhr

Handarbeit – Stricken für alle

Kosten: 1 Euro

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

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 5 01 04 25/trachenberge@volkssoli-dresden.de

13.30–16.30 Uhr + weitere Termine

Rommee

Kosten: 1 Euro

Wer/Wo: VS-Beratungszentrum, Laubegaster Ufer 22

14–16 Uhr

Exkursion Besichtigung Pflegeheim „Clara Zetkin“ DRK

Kosten: 2,50 Euro

Wer/Wo: DRK-Seniorenzentrum IMPULS

Fetscherstraße 111, Haupteingang (an der Rezeption)

Anmeldung bis 2. Mai

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

14.30 – 15.30 Uhr

Atemgymnastik

Kosten: 4 Euro

Wer/Wo: Ökumenische Seniorenhilfe Dresden e. V.

Wittenberger Straße 83

15 – 18 Uhr

Neustadt – ein Ort zum Altwerden Begegnungstag

Wer/Wo: Ökumenische Seniorenbegegnungsstätte BÜLOWH

St. Pauli Ruine, Königsbrücker Platz

Donnerstag, 23. Mai

10 – 11 Uhr

Gymnastik im Sitzen – Fit bis ins hohe Alter!

Kosten: 25 Euro

Wer/Wo: DRK-Seniorenzentrum IMPULS

Bürgerstraße 6

10.30 – 11.30 Uhr

Qi Gong Vormittag

Kosten: 35 Euro

Wer/Wo: Volkshochschule, Annenstraße 10, A0.01

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 25 44 00/post@vhs-dresden.de

13.30 – 15.30 Uhr

Spielenachmittag: Rommee, Rummikub, Skippo und mehr

Kosten: 2,50 Euro

Wer/Wo: DRK-Seniorenzentrum IMPULS,

Bürgerstraße 6

14.30 – 15.30 Uhr

Udo Jürgens ... unterm Smoking Gänsehaut

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: AWO Prohlis

Herzberger Straße 2 – 4

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 3 23 05 60

16.15 – 18.15 Uhr

Holzsnitzkurs

Kosten: 5 Euro

Wer/Wo: Ökumenische Seniorenhilfe Dresden e. V.

Wittenberger Straße 83

17 – 19.30 Uhr + weitere Termine

Strickrunde: Figuren, Puppen und anderes

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: VS-Beratungszentrum

Nürnberger Straße 45

17.30 – 20.30 Uhr

Genuss, Gemeinschaft und Geplauder

Kosten: 16 Euro

Wer/Wo: Volkshochschule, Annenstraße 10, B4.01 Küche

Anmeldung bis eine Woche vorher

Telefon: (03 51) 25 44 00/post@vhs-dresden.de

Freitag, 24. Mai

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

10.10 – 11.40 Uhr

Qi Gong für alle

Kosten: 99 Euro

Wer/Wo: Volkshochschule, Annenstraße 10, A0.01

Anmeldung bis eine Woche vorher

Telefon: (03 51) 25 44 00/post@vhs-dresden.de

Sonnabend, 25. Mai

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/trachenberge@volkssoli-dresden.de

Montag, 27. Mai

10 – 12 Uhr

Querschreiber – Werkstatt kreatives Schreiben

Kosten: 1 Euro

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

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 5 01 04 25/trachenberge@volkssoli-dresden.de

14 – 16 Uhr

Schach

Kosten: 1 Euro

Wer/Wo: Ökumenische Seniorenhilfe Dresden e. V.

Wittenberger Straße 83

14.30 – 15.30 Uhr

Erzählcafé: „Gold unter der Lupe“

Kosten: 1 Euro

Wer/Wo: VS-Begegnungs- und Beratungszentrum Laubegast

Laubegaster Ufer 22

Dienstag, 28. Mai

9.30 – 10.45 Uhr

Ganzheitliches Gedächtnistraining für Senioren

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: Ökumenische Seniorenhilfe Dresden e. V.

Wittenberger Straße 83

10 – 11 Uhr

Gedächtnisspiele für Fortgeschrittene

Kosten: 2,50 Euro

Wer/Wo: VS-Begegnungsstätte, Nürnberger Straße 45

10 – 12 Uhr

Malen wie Paul Klee (mit Aquarell und Tusche)

Kosten: 2,50 Euro

Wer/Wo: DRK-Seniorenzentrum IMPULS, Bürgerstraße 6

12 – 14.15 Uhr + weitere Termine

Malen und Zeichnen für Ältere – Mittagkurs

Kosten: 75,60 Euro

Wer/Wo: Volkshochschule, Annenstraße 10, B2.06 Atelier

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 25 44 00/post@vhs-dresden.de

13 – 15 Uhr

Radeln mit Genuss

Kosten: 2,50 Euro

Wer/Wo: DRK-Seniorenzentrum IMPULS, Treff: Leipziger

Straße, Fahrradbrücke „Undine“ (Haltestelle „Altpieschen“)

14–15.30 Uhr

Handarbeiten

Kosten: 1 Euro

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

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 3 23 05 60

14–17.15 Uhr

Generation 50+ Computerwissen für Einsteiger – Teil 1

Kosten: 96 Euro

Wer/Wo: Volkshochschule, Helbigsdorfer Weg 1, 1.01 Kabinett

Anmeldung bis eine Woche vorher

Telefon: (03 51) 25 44 00/post@vhs-dresden.de

16.30–19.45 Uhr

Generation 50+ Mein Tablet Teil 1

Kosten: 36 Euro

Wer/Wo: Volkshochschule, Helbigsdorfer Weg 1, 1.02

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 25 44 00/post@vhs-dresden.de

17.30–19.30 Uhr

Vortrag „Ouagadougou – Impressionen aus einer anderen Welt“

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

Klubraum des DWBV, Blumenstraße 80, DD-Johannstadt

Mittwoch, 29. Mai

8.45–16 Uhr

Bergtour: Wanderung am Coswiger Weinhang

Kosten: 5 Euro

Wer/Wo: Wandergruppe Böhm, Hauptbahnhof Kuppelhalle

Anmeldung bis eine Woche vorher

Telefon: (03 51) 2 84 39 91

9–14.30 Uhr

Wanderung von Zitschewig nach Moritzburg

Wer/Wo: Jahresringe DD Verband für Vorruhestand und aktives

Alter, Hauptbahnhof Strecke: Zitschewig-Kreyernweg-Auer-

Moritzburg (circa 12 km)

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 4 21 51 85/freitags 5 00 76 35

10–11 Uhr

Handgymnastik

Kosten: 4 Euro

Wer/Wo: Ökumenische Seniorenhilfe Dresden e. V.

Wittenberger Straße 83

11.15–12.45 Uhr + weitere Termine

Seniorentanz

Kosten: 93,30 Euro

Wer/Wo: Volkshochschule, Annenstraße 10, A0.01

Anmeldung bis eine Woche vorher

Telefon: (03 51) 25 44 00/post@vhs-dresden.de

Freitag, 31. Mai

9.30–11 Uhr

Schreibgruppe

Kosten: 2,50 Euro

Wer/Wo: Ökumenische Seniorenhilfe Dresden e. V.

Wittenberger Straße 83

Redaktionsschluss: 11. April 2019

Impressum**Dresdner plusZeit**

Mitteilungsblatt der Landeshauptstadt Dresden

www.dresden.de/pluszeit

Herausgeberin: Landeshauptstadt Dresden

Amt für Presse-, Öffentlichkeitsarbeit und Protokoll

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

www.dresden.de

facebook.com/stadt.dresden

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) 42 44 70 10, Telefax (03 51) 42 44 70 60

E-Mail info@scharfe-media.de

Web www.scharfe-media.de

Verlagssonderveröffentlichung

Telefon (03 51) 42 44 70 10, Telefax (03 51) 42 44 70 60

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.