



Es kostet Mut, das Leben mit Demenz anzunehmen

Beratung und Unterstützung bietet die Woche der Demenz vom 14. bis 21. September in Dresden

Jedes Jahr am 21. September findet der Welt-Alzheimerstag statt. Er macht auf die Situation der 1,8 Millionen Menschen mit Demenz und ihren Familien in Deutschland aufmerksam. Der Welt-Alzheimerstag steht in diesem Jahr unter dem Motto „Demenz – Gemeinsam. Mutig. Leben.“ Den Herausforderungen einer Demenzerkrankung muss und kann man sich nur gemeinsam stellen – als Familie, mit dem Freundeskreis und als Gesellschaft.

■ Unterstützung bei Demenz

Demenz ist der Oberbegriff für eine Vielzahl von Erkrankungen und Veränderungen. Zum Krankheitsbild gehören Störungen des Gedächtnisses, der Orientierung, der Sprache, des Denk- und Urteilsvermögens sowie Veränderungen der Persönlichkeit. Sie sind bei den Betroffenen unterschiedlich stark ausgeprägt und nehmen im Krankheitsverlauf zu. Die Bewältigung des Alltagslebens wird immer schwieriger – nicht nur für die Betroffenen selbst, sondern auch für ihre Angehörigen. Da erfordert es Mut, das Leben mit Demenz anzunehmen und die positiven Dinge nicht aus den Augen zu verlieren. Auch wenn gegenwärtig keine Heilung der Erkrankung möglich ist, können Menschen mit Demenz und ihre Nahestehenden durch medizinische und therapeutische Behandlung, Beratung, soziale Betreuung, Wissen zum Krankheitsbild, fachkundige Pflege und vieles mehr unterstützt werden.

■ Woche der Demenz

Ergänzend zum Welt-Alzheimerstag findet im September die Woche der Demenz in Sachsen statt. Sie weckt nicht nur Aufmerksamkeit für das Thema, sondern bietet die Möglichkeit, sich zu informieren, beraten zu lassen, Neues kennenzulernen, Angebote auszuprobieren und Wege im Umgang mit der Erkrankung zu finden.

In Dresden können Interessierte stadtweit vom 14. bis zum



21. September ein abwechslungsreiches Programm mit über 70 Angeboten rund um das Thema Demenz erleben. Eingeläutet wird die Woche der Demenz mit einer Auftaktveranstaltung am Freitag, 14. September, im Albertinum, Georg-Treu-Platz (stufenloser Zugang). Das Programm dauert von 13 bis 17.30 Uhr. Professor Markus Donix gibt in seinem fachärztlichen Vortrag Antworten auf die Frage „Was ermutigt, stärkt und fördert die Lebensqualität bei Demenz?“ In einer offenen Gesprächsrunde beantworten Expertinnen und Experten Fragen aus dem Publikum. Die Gäste können die Wirkung von Musik – bei beschwingten Melodien für Menschen mit und ohne Demenz – genießen. Ein Markt der Möglichkeiten begleitet die Auftaktveranstaltung. Ansprechpersonen und Dienstleistende präsentieren sich an Informationsständen. Sie bieten Austausch, Beratung und Unterstützung rund um das Thema Demenz. Der Eintritt zur Auftaktveranstaltung ist kostenfrei und ohne Anmeldung. Alle Interessierten sind herzlich willkommen.

Bei Fragen und Interesse an einem kostenfreien Programmheft zur Woche der Demenz mit allen Angeboten in Dresden kann

Im **Beratungsgespräch**. Betroffene und ihre Angehörigen erhalten Information und Unterstützung. Foto: Ocskay Bence, stock.adobe.com

man sich an das Team „Kompetenzaufgaben Demenz“ wenden – telefonisch unter (03 51) 4 16 60 47 oder per E-Mail an demenz@dpbv-online.de. Alle Angebote für Dresden und Sachsen sind auch im Internet zu finden.

■ Angebote der Landeshauptstadt

In Dresden leben aktuell etwa 13.350 Menschen mit einer Demenz, jährlich kommen über 3.000 Neuerkrankungen hinzu. Mit diesem Wissen stellt sich die Landeshauptstadt Dresden der Herausforderung Demenz im gesellschaftlichen Miteinander. Sie fördert Angebote und Veranstaltungen in der Woche der Demenz, bietet Information und Unterstützung und sensibilisiert zu Demenzerkrankungen. Über die Woche der Demenz hinaus stellt Dresden seinen Bürgerinnen und Bürgern ganzjährig Schulungen zum Thema Demenz zur Verfügung.

www.dresden.de/demenz
www.landesinitiative-demenz.de/woche-der-demenz

Pflegestammtisch zum Thema Tagespflege

„Wie funktioniert das mit der Tagespflege?“, das ist das Thema des nächsten und mittlerweile 40. Dresdner Pflegestammtisches, der am Mittwoch, 11. September, einlädt. Er findet im Haus an der Kreuzkirche, Mauersberger Saal (barrierefrei), 15.30 bis 17.30 Uhr, statt. Die Veranstaltung wird von Gebärdendolmetschern begleitet. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich. Die Teilnahme ist kostenfrei.

Die Pflegekasse informiert, welche Voraussetzungen der Pflegebedürftige erfüllen muss, um eine Tagespflege in Anspruch nehmen zu können. Vertreter von Tagespflegeeinrichtungen geben Einblicke, wie eine Tagespflege abläuft. Das Projekt „Erinnerungs_reich – Museen als Medizin für Menschen mit Demenz“ wird präsentiert. Ansprechpartner aus der Senioren- und Pflegeberatung, der Wohnberatung sowie den Leistungsabteilungen des Sozialamts (zum Beispiel Wohngeld, Hilfe zur Pflege) ermöglichen den Gästen individuelle Gespräche.

Telefon (03 51) 4 88 48 71
E-Mail pflegenetz@dresden.de

Neuer Kurs in Gruna: Zumba® Gold für Ältere

Wegen der großen Nachfrage gibt es ab September einen zweiten Zumba®-Gold-Kurs im ASB-Begegnungszentrum „Wiesenhäuser“ auf der Wiesenstraße 17 im Stadtteil Gruna. Dann lädt die temperamentvolle Zumba-Trainerin Onari dienstags von 15.10 bis 16.10 Uhr Junggebliebene, Tanzfreudige und Finesseinsteiger dazu ein. Die Bewegungen werden zu fröhlicher Musik wie Rumba, Cha Cha oder Rock 'n' Roll ausgeführt. Die Schrittfolgen sind leicht zu erlernen, es gibt keine Sprünge, das Tempo ist entspannt. Interessierte melden sich bitte an. Für die Teilnahme werden fünf Euro pro Einheit erhoben.

Telefon (03 51) 2 13 13 39
wiesenhaeuser@asb-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

Sonntag, 1. September

14–15.30 Uhr

Rundgang: Wissenswertes zu Engel-Kunstwerken:

„Engelkummer – Engelglück“

Wer/Wo: Verwaltung des Elias-, Trinitatis- und Johannisfriedhof, Wehlener Straße 13

Montag, 2. September

9–15 Uhr + weitere Termine

Fragen zu Computer, Tablet und Smartphone

Kosten: 3 Euro

Wer/Wo: Beratungs- und Begegnungszentrum BÜLOWH, Pillnitzer Landstraße 12

Anmeldung: Telefon (03 51) 2 68 89 88

E-Mail: sbz.buelowh@diakonie-dresden.de

9.30–10.45 Uhr + weitere Termine

Singekreis

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: Nachbarschaftshilfeverein e. V., Leutewitzer Ring 47

Anmeldung: Telefon (03 51) 4 17 89 96

E-Mail: info@nhv-dresden.de

10–11 Uhr

Parkinson-Sport

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: Begegnungs- und Beratungszentrum Trachenberge, Trachenberger Straße 6

10–13 Uhr

„Sag mal, früher ...“ Biografische Geschichten des vergangenen Jahrhunderts

Wer/Wo: Beratungs- und Begegnungszentrum für Senioren Dresden-Neustadt, Hauptstraße 42/44

Anmeldung: Telefon (03 51) 2 06 60 26

E-Mail: neustadt@buelowh.de

10 Uhr

Nordic Walking (ca. sechs Kilometer)

Wer/Wo: Seniorenbegegnungsstätte Michelangelo, Räcknitzhöhe 52

Anmeldung: Telefon (03 51) 2 13 97 09

E-Mail: michelangelo@volkssoli-dresden.de

13.30–14.30 Uhr

Kinderbetreuung durch Leihomas/Leihopas

Wer/Wo: Jahresringe Dresden Verband für Vorruhestand und aktives Alter e. V., Treffpunkt: Großer Garten in Höhe Torwirtschaft

14–17 Uhr

Kurzwanderung: Heide – Stausee – Bühlau (ca. fünf Kilometer, Schwierigkeit: leicht)

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: Seniorenzentrum IMPULS, Bürgerstraße 6, Treffpunkt: Haltestelle „Weißer Adler“ (Linie 11)

14.15 Uhr

Singegruppe

Wer/Wo: Jahresringe Dresden Verband für Vorruhestand und aktives Alter e. V., DRK-Begegnungsstätte, Striesener Straße

15–16.30 Uhr + weitere Termine

Selbstverteidigungstipps mit Martin

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: KulturLeben Dresden UG, Bodenbacher Straße 100 c

Anmeldung: Telefon (01 51) 50 33 45 18

E-Mail: ava@roter-baum.de

Dienstag, 3. September

9.30–11 Uhr

Verkehrsteilnehmerschulung

Kosten: 3 Euro

Wer/Wo: JohannStadt Quartier e. V., Holbeinstraße 68

10–12 Uhr

Frühstückstreff – gemeinsam in die Rente: Selbstverteidigung

Wer/Wo: KulturLeben Dresden UG, Hauptstraße 42

Anmeldung: Telefon (03 51) 79 57 60 23

E-Mail: mandy.feldmann@roter-baum.de

13.30–15.30 Uhr

Kreatives Gestalten – Ausdrucksmalerei

Kosten: 3 Euro

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

Anmeldung: Telefon (03 51) 45 25 63 28

E-Mail: m.stoehr@asb-dresden.de

19–21 Uhr

Vortrag 60plus: „Hauptsach gudd gess“ – Gesunde Ernährung und Altern von Dr. Torsten Burkholz

Wer/Wo: KulturLeben Dresden UG, Hauptstraße 42

Anmeldung: Telefon (03 51) 79 57 60 23

E-Mail: mandy.feldmann@roter-baum.de

Mittwoch, 4. September

8.30–9.30 Uhr + weitere Termine

Yoga-Kurs

Wer/Wo: Nachbarschaftshilfeverein e. V., Leutewitzer Ring 45

Anmeldung: Telefon (03 51) 4 17 89 96

E-Mail: info@nhv-dresden.de

9–16 Uhr

Wandern (12 bis 14 Kilometer, Schwierigkeit: mittelschwer)

Kosten: 3,50 Euro

Wer/Wo: Seniorenbegegnungsstätte Michelangelo, Räcknitzhöhe 52

Anmeldung bis 2. September

Telefon (03 51) 2 13 97 09

E-Mail: michelangelo@volkssoli-dresden.de

9–11 Uhr + weitere Termine

Nordic Walking 60+

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: Beratungs- und Begegnungszentrum Johann, Striesener Straße 39

Anmeldung: Telefon (03 51) 4 46 76 23

E-Mail: johann@drk-dresden.de

9.30–11 Uhr

Verkehrsteilnehmerschulung

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: Seniorenbegegnungsstätte Michelangelo, Räcknitzhöhe 52

Anmeldung bis 2. September

Telefon (03 51) 2 13 97 09

E-Mail: michelangelo@volkssoli-dresden.de

9.45–15 Uhr

Wanderung vom Bahnhof Weinböhla zur Buschmühle – Gellertberg – nach Niederau

Wer/Wo: Begegnungs- und Beratungszentrum „Luise“, Warthaer Straße 25, Treffpunkt: Hauptbahnhof

Anmeldung: Telefon (03 51) 4 24 17 34

E-Mail: luise@asb-dresden.de

10–12 Uhr + weitere Termine

Fotozirkel

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: Begegnungs- und Beratungszentrum „Am Nürnberger Ei“, Nürnberger Straße 45

10–12 Uhr + weitere Termine

Seniorenberatung im BBZ Johann

Wer/Wo: Beratungs- und Begegnungszentrum Johann, Striesener Straße 39

13.30–15 Uhr

Film: 250 Jahre Caspar David Friedrich

Kosten: 3,50 Euro

Wer/Wo: Seniorenbegegnungsstätte Michelangelo, Räcknitzhöhe 52

Anmeldung bis 2. September

Telefon (03 51) 2 13 97 09

E-Mail: michelangelo@volkssoli-dresden.de

14–15 Uhr

Vortrag: Bestattungsvorsorge

Wer/Wo: Begegnungs- und Beratungszentrum Trachenberge, Trachenberger Straße 6

14–16 Uhr + weitere Termine

Bewegungstanz

Kosten: 3 Euro

Wer/Wo: Nachbarschaftshilfeverein e. V., Leutewitzer Ring 45

Anmeldung: Telefon (03 51) 4 17 89 96

E-Mail: info@nhv-dresden.de

14–17 Uhr

Waldspaziergang in der Dresdner Heide

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: KulturLeben Dresden UG, Wilhelminenstraße

Anmeldung: Telefon (01 51) 50 33 45 18

E-Mail: ava@roter-baum.de

14–15 Uhr

Singenachmittag

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: Begegnungs- und Beratungszentrum „Fidelio“, Papstdorfer Straße 25

15–17 Uhr
Freizeitdating für Menschen zwischen 60 und 70 Jahren
Wer/Wo: KulturLeben Dresden UG,
Hauptstraße 42
Anmeldung: Telefon (03 51) 79 57 60 23
E-Mail: mandy.feldmann@roter-baum.de

18 Uhr
Offene Lesebühne zum Thema „Sommernachtstraum“
Wer/Wo: Beratungs- und Begegnungszentrum für Senioren Dresden-Neustadt,
Hauptstraße 42/44
Anmeldung: Telefon (03 51) 2 06 60 26
E-Mail: neustadt@buelowh.de

Donnerstag, 5. September

9–12 Uhr + weitere Termine
Mediensprechstunde
Kosten: 3 Euro
Wer/Wo: Beratungs- und Begegnungszentrum Johann, Sriesener Straße 39
Anmeldung: Telefon (03 51) 4 46 76 23
E-Mail: johann@drk-dresden.de

9.30–10.30 Uhr + weitere Termine
Stricken, Häkeln u. v. m. mit den „Stichelhexen“
Kosten: 2 Euro
Wer/Wo: Begegnungs- und Beratungszentrum Trachenberge, Trachenberger Straße 6

10–12 Uhr + weitere Termine
Seniorenberatung im Stadteilladen Johannstadt
Wer/Wo: Beratungs- und Begegnungszentrum Johann, Pfothenhauerstraße 66

10–11 Uhr + weitere Termine
Sitz-Yoga
Kosten: 3 Euro
Wer/Wo: Begegnungs- und Beratungszentrum „Luise“, Warthaer Straße 25
Anmeldung: Telefon (03 51) 4 24 17 34
E-Mail: luise@asb-dresden.de

10–12 Uhr
Anfänger-PC-Kurs startet
Kosten: 11 Euro
Wer/Wo: Seniorenbegegnungsstätte Michelangelo, Räcknitzhöhe 52
Anmeldung: Telefon (03 51) 2 13 97 09
E-Mail: michelangelo@volkssoli-dresden.de

10–10.45 Uhr + weitere Termine
Gedächtnistraining
Kosten: 10 Euro
Wer/Wo: Nachbarschaftshilfverein e. V., Leutewitzer Ring 45
Anmeldung: Telefon (03 51) 4 17 89 96
E-Mail: info@nhv-dresden.de

11–11.45 Uhr + weitere Termine
Sitzgymnastik
Kosten: 10 Euro
Wer/Wo: Nachbarschaftshilfverein e. V., Leutewitzer Ring 45
Anmeldung: Telefon (03 51) 4 17 89 96
E-Mail: info@nhv-dresden.de

13–15 Uhr
Kommunikation mal anders: Blindenschrift
Wer/Wo: Beratungs- und Begegnungszentrum für Senioren Dresden-Neustadt,
Hauptstraße 42/44

13.30–16 Uhr + weitere Termine
Wiesencafé PLUS Singen mit musikalischer Begleitung
Wer/Wo: Beratungs- und Begegnungszentrum Johann, Sriesener Straße 39
Anmeldung: Telefon (03 51) 4 46 76 23
E-Mail: johann@drk-dresden.de

14–16 Uhr
Infocafé zum Thema „Veränderung des Sehens mit zunehmendem Alter“
Kosten: 3 Euro
Wer/Wo: Begegnungs- und Beratungszentrum „Luise“, Warthaer Straße 25
Anmeldung: Telefon (03 51) 4 24 17 34
E-Mail: luise@asb-dresden.de

14–15 Uhr
Informationsveranstaltung zum Ehrenamtsprojekt „Kinderbetreuung durch Leihomas im Ehrenamt“
Wer/Wo: Begegnungs- und Beratungszentrum „Am Nürnberger Ei“, Nürnberger Straße 45

14 Uhr
Spaziergang durch Gorbitz
Kosten: ein Euro
Wer/Wo: Nachbarschaftshilfverein e. V., Leutewitzer Ring 45
Anmeldung: Telefon (03 51) 4 17 89 96
E-Mail: info@nhv-dresden.de

14–16 Uhr
Offener Nachmittag
Kosten: 2 Euro
Wer/Wo: Neues Volkshaus Cotta, Hebbelstraße 35 b
Anmeldung: Yvonne Engelhardt
Telefon (01 76) 22 35 27 79
E-Mail: yvonne@konglomerat.org

14.30–16 Uhr
Kurs: Sprache und Sprechen im Alter
Kosten: 4 Euro
Wer/Wo: Begegnungs- und Beratungszentrum Laubegast, Laubegaster Ufer 22

14.30–15.30 Uhr
Erzähltreff: Die Frauenkirche in Dresden
Kosten: 2 Euro
Wer/Wo: Begegnungs- und Beratungszentrum „Fidelio“, Papstdorfer Straße 25

16–18 Uhr
Mobilitätstraining mit Rollatoren
Wer/Wo: Beratungs- und Begegnungszentrum BÜLOWH, Pillnitzer Landstraße 12
Anmeldung bis 4. September
Telefon (03 51) 2 68 89 88
E-Mail: sbz.buelowh@diakonie-dresden.de

17–18.30 Uhr + weitere Termine
Schachtraining
Kosten: 2 Euro
Wer/Wo: Nachbarschaftshilfverein e. V., Leutewitzer Ring 45
Anmeldung: Telefon (03 51) 4 17 89 96
E-Mail: info@nhv-dresden.de

Freitag, 6. September

10–12 Uhr
Digital-Vortrag: Basiswissen für Senioren
Kosten: 2 Euro
Wer/Wo: Begegnungs- und Beratungszentrum Laubegast, Laubegaster Ufer 22
Anmeldung: Telefon (03 51) 5 01 05 25
E-Mail: laubegast@volkssoli-dresden.de

14–16 Uhr
Café-Freitag
Wer/Wo: Begegnungs- und Beratungszentrum Blasewitz, Wittenberger Straße 83

14.30–15.30 Uhr
Vernissage Fotoausstellung
Wer/Wo: Beratungs- und Begegnungszentrum BÜLOWH, Pillnitzer Landstraße 12

Sonnabend, 7. September

14–16 Uhr
Ü60-Treff
Kosten: 2 Euro
Wer/Wo: Seniorenbegegnungsstätte Michelangelo, Räcknitzhöhe 52
Anmeldung bis 4. September
Telefon (03 51) 2 13 97 09
E-Mail: michelangelo@volkssoli-dresden.de

Gut informiert?
www.dresden.de/wegweiser



Unsere Tagespflege

im Wohnpark Elsa Fenske
Freiberger Straße 18
01067 Dresden

Cultus

Beratungs-Telefon: 0351 3138-555
www.cultus-dresden.de

Gemeinsam statt einsam

14–16 Uhr

Erzählcafé am Sonntag

Wer/Wo: Beratungs- und Begegnungszentrum Johann, Striesener Straße 39
Anmeldung: Telefon (03 51) 4 46 76 23
E-Mail: johann@drk-dresden.de

Montag, 9. September

9–12 Uhr + weitere Termine

Schachgruppe

Wer/Wo: Johannstadt Quartier e. V.,
Dürerstraße 89

9.30–10.45 Uhr + weitere Termine

Singekreis

Kosten: 2 Euro
Wer/Wo: Nachbarschaftshilfeverein e. V.,
Leutewitzer Ring 45
Anmeldung: Telefon (03 51) 4 17 89 96
E-Mail: info@nhv-dresden.de

11–11.45 Uhr

Sport auf der Matte

Wer/Wo: Nachbarschaftshilfeverein e. V.,
Leutewitzer Ring 45
Anmeldung: Telefon (03 51) 4 17 89 96
E-Mail: info@nhv-dresden.de

12.15–13 Uhr + weitere Termine

Bewegen & Stärken unserer Gelenke

Wer/Wo: Nachbarschaftshilfeverein e. V.,
Leutewitzer Ring 45
Anmeldung: Telefon (03 51) 4 17 89 96
E-Mail: info@nhv-dresden.de

13–14 Uhr

Spiele zum Thema Gesundheit

Geist, Körper, Seele
Kosten: 3,50 Euro
Wer/Wo: Seniorenbegegnungsstätte
Michelangelo, Räcknitzhöhe 52
Anmeldung bis 5. September
Telefon (03 51) 2 13 97 09
E-Mail: michelangelo@volkssoli-dresden.de

14 Uhr

Literaturzirkel

Wer/Wo: Jahresringe Dresden Verband
für Vorruhestand und aktives Alter e. V.,
Vereinshaus „Aktives Leben“, Dürer-
straße 89

14–16 Uhr + weitere Termine

Singekreis

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

15–17 Uhr

**„Sensibel gegen Antiziganismus“ –
Warum wissen wir eigentlich so wenig
über Sinti und Roma?**

Wer/Wo: Beratungs- und Begegnungszentrum für Senioren Dresden-Neustadt,
Hauptstraße 42/44

16–17 Uhr + weitere Termine

Dance-Fit

Kosten: 2 Euro
Wer/Wo: Begegnungs- und Beratungszentrum Trachenberge, Trachenberger
Straße 6
Anmeldung: Telefon (03 51) 5 01 04 25
E-Mail: trachenberge@
volkssoli-dresden.de

18–20.15 Uhr + weitere Termine

**Literarischer Salon: Gespräche, Lesungen,
Interpretationen**

Wer/Wo: Volkshochschule Dresden,
Annenstraße 10
Anmeldung: Telefon (03 51) 25 44 00
E-Mail: post@vhs-dresden.de

19.30–21 Uhr

Lebensfreude – Tanz dich gesund!

Kosten: 29 Euro
Wer/Wo: Volkshochschule Dresden,
Annenstraße 10
Anmeldung: Telefon (03 51) 25 44 00
E-Mail: post@vhs-dresden.de

Dienstag, 10. September

9.30–10.30 Uhr

Frauengymnastik

Kosten: 3 Euro
Wer/Wo: Begegnungs- und Beratungszentrum „Am Friedensstein“, Dresdner
Straße 3
Anmeldung: Telefon (03 51) 45 25 63 28
E-Mail: m.stoehr@asb-dresden.de

10–12 Uhr

Offener Spieletreff

Kosten: 2 Euro
Wer/Wo: Neues Volkshaus Cotta, Hebbel-
straße 35 b
Anmeldung: Yvonne Engelhardt
Telefon (01 76) 22 35 27 79
E-Mail: yvonne@konglomerat.org

10–12 Uhr + weitere Termine

**Malen wie Paul Klee – Farbexperimente
mit Aquarell und Tusche**

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

10–10.45 Uhr + weitere Termine

Herz-/Kreislauftraining

Wer/Wo: Nachbarschaftshilfeverein e. V.,
Leutewitzer Ring 45
Anmeldung: Telefon (03 51) 4 17 89 96
E-Mail: info@nhv-dresden.de

10–11.30 Uhr

Geselliger Tanzkreis

Kosten: 3 Euro
Wer/Wo: Begegnungs- und Beratungszentrum „Luise“, Warthaer Straße 25
Anmeldung: Telefon (03 51) 4 24 17 34
E-Mail: luise@asb-dresden.de

10.30–11.30 Uhr + weitere Termine

Heitere Gedächtnisspiele

Kosten: 2 Euro
Wer/Wo: Begegnungs- und Beratungszentrum Klotzsche, Putbuser Weg 18 im
Fontane Center

11.15–12 Uhr + weitere Termine

Streck- und Dehnungsübungen

Wer/Wo: Nachbarschaftshilfeverein e. V.,
Leutewitzer Ring 45
Anmeldung: Telefon (03 51) 4 17 89 96
E-Mail: info@nhv-dresden.de

Offene Ohren für Senioren
Seniorentelefon: (03 51) 4 88 48 00

13.30–16.30 Uhr + weitere Termine

Spieletreff

Kosten: 2 Euro
Wer/Wo: Begegnungs- und Beratungszentrum „Luise“, Warthaer Straße 25
Anmeldung: Telefon (03 51) 4 24 17 34
E-Mail: luise@asb-dresden.de

14–15.30 Uhr

**Klubcafé: Goethes Humor
im Wandel seines Lebens**

Kosten: 3 Euro
Wer/Wo: Begegnungs- und Beratungszentrum Laubegast, Laubegaster Ufer 22
Anmeldung: Telefon (03 51) 5 01 05 25
E-Mail: laubegast@volkssoli-dresden.de

16–19 Uhr

**Schulung zum Krankheitsbild Demenz
durch den Dresdner Pflege- und
Betreuungsverein e. V.**

Wer/Wo: Begegnungs- und Beratungszentrum „Am Friedensstein“, Dresdner Straße 3
Anmeldung: Telefon (03 51) 45 25 63 28
E-Mail: m.stoehr@asb-dresden.de

Mittwoch, 11. September

9.25–16 Uhr

**Wanderung gemeinsam in die Rente:
Forstbotanischer Garten in Tharandt
mit Bärbel und Doris (sieben Kilometer,
Schwierigkeit: mittelschwer)**

Wer/Wo: KulturLeben Dresden UG, Treff-
punkt: Hauptbahnhof, Gleis 9
Anmeldung: Telefon (01 51) 44 22 83 84
E-Mail: nachbarschaft60plus@roter-baum.de

9.30 Uhr

**Wanderung (ca. acht Kilometer,
Schwierigkeit: mittelschwer)**

Wer/Wo: Jahresringe Dresden Verband für
Vorruhestand und aktives Alter e. V., Treff-
punkt: Wilder Mann, Linie 3

10–11 Uhr

Gedächtnisspiele

Kosten: 2 Euro
Wer/Wo: Begegnungs- und Beratungszentrum „Am Nürnberger Ei“, Nürnberger
Straße 45

10–11.30 Uhr

Kreative Nadel

Kosten: ein Euro
Wer/Wo: Beratungs- und Begegnungszentrum BÜLOWH, Pillnitzer Landstraße 12
Anmeldung bis 10. September
Telefon (03 51) 2 68 89 88
E-Mail: sbz.buelowh@diakonie-dresden.de

11–12 Uhr + weitere Termine

Englischkurs für Einsteiger

Kosten: 4 Euro
Wer/Wo: Begegnungs- und Beratungszentrum Trachenberge, Trachenberger
Straße 6

11.15–12.45 Uhr

Seniorentanz

Kosten: 29 Euro
Wer/Wo: Volkshochschule Dresden,
Annenstraße 10
Anmeldung: Telefon (03 51) 25 44 00
E-Mail: post@vhs-dresden.de

- 13-17 Uhr
Ausflug ins Grüne: Wir fahren nach Großharthau und zur Einkehr am Butterberg
Wer/Wo: Begegnungs- und Beratungszentrum Blasewitz, Wittenberger Straße 83
Anmeldung: Telefon (03 51) 3 40 08 76
E-Mail: bbz@seniorenhilfe-dresden.de
- 13.30-15 Uhr
Bewegungsapparat im Alter
Kosten: 3,50 Euro
Wer/Wo: Seniorenbegegnungsstätte Michelangelo, Räcknitzhöhe 52
Anmeldung bis 10. September
Telefon (03 51) 2 13 97 09
E-Mail: michelangelo@volkssoli-dresden.de
- 14-15.30 Uhr
Vortrag: Pieschen-Gespräche mit Herrn Brendler
Kosten: 2 Euro
Wer/Wo: Begegnungs- und Beratungszentrum Trachenberge, Trachenberger Straße 6
- 14-15 Uhr
Exkursion ins Haus der Presse
Kosten: 3 Euro
Wer/Wo: Seniorenzentrum IMPULS, Ostra-Allee 20
Anmeldung bis 3. September
Telefon (03 51) 84 72 26 78
E-Mail: impuls@drk-dresden.de
- 14.30-16.30 Uhr
IG Kegeln
Kosten: 6 Euro
Wer/Wo: Jahresringe Dresden Verband für Vorruhestand und aktives Alter e. V., Vereinshaus „Aktives Leben“, Dürerstraße 98
- 15-16.30 Uhr
Lesung: „Dresden nach Strich und Faden“
Kosten: 3 Euro
Wer/Wo: Begegnungs- und Beratungszentrum Klotzsche, Langebrücker Straße 4 am Käthe-Kollwitz-Platz
- 16-19 Uhr + weitere Termine
Treff der Schachfreunde
Kosten: ein Euro
Wer/Wo: AWO Begegnungs- und Beratungszentrum Cotta, Hainsberger Straße 2

Donnerstag, 12. September

- 9-11 Uhr
Führung im Stadtarchiv Dresden
Wer/Wo: Begegnungs- und Beratungszentrum Trachenberge, Elisabeth-Boer-Straße 1
Anmeldung: Telefon (03 51) 5 01 04 25
E-Mail: trachenberge@volkssoli-dresden.de
- 9-12 Uhr
Mediensprechstunde zu Smartphone, Laptop und Internet
Kosten: 3 Euro
Wer/Wo: Johannstadt Quartier e. V., Dürerstraße 89
Anmeldung: Telefon (03 51) 50 19 31 71
E-Mail: kurse@johannstadtquartier.de

- 9-12 Uhr
Schönes Erleben – Standteilsparzierung Von Zschertnitz nach Kaitz (Schwierigkeit: leicht)
Kosten: 3,50 Euro
Wer/Wo: Seniorenbegegnungsstätte Michelangelo, Räcknitzhöhe 52
Anmeldung bis 10. September
Telefon (03 51) 2 13 97 09
E-Mail: michelangelo@volkssoli-dresden.de
- 9-12.30 Uhr + weitere Termine
Schachtreff
Kosten: 2 Euro
Wer/Wo: Begegnungs- und Beratungszentrum Laubegast, Laubegaster Ufer 22
Anmeldung: Telefon (03 51) 5 01 05 25
E-Mail: laubegast@volkssoli-dresden.de
- 9.30-10.30 Uhr + weitere Termine
Frauengymnastik
Kosten: 3 Euro
Wer/Wo: Begegnungs- und Beratungszentrum „Am Friedensstein“, Dresdner Straße 3
Anmeldung: Telefon (03 51) 45 25 63 28
E-Mail: m.stoehr@asb-dresden.de
- 9.30-10.30 Uhr + weitere Termine
Yoga von Senioren für Senioren
Kosten: 3 Euro
Wer/Wo: Begegnungs- und Beratungszentrum Laubegast, Laubegaster Ufer 22
- 10-11.30 Uhr + weitere Termine
Einfach miteinander musizieren
Wer/Wo: Johannstadt Quartier e. V., Dürerstraße 89
- 10-11 Uhr + weitere Termine
Seniorengymnastik
Kosten: 2 Euro
Wer/Wo: AWO Begegnungs- und Beratungszentrum Cotta, Hainsberger Straße 2
Anmeldung: Telefon (03 51) 4 13 54 71
E-Mail: bs-loebtau@awo-in-sachsen.de
- 10-12 Uhr + weitere Termine
Nordic Walking – Bewegung an der frischen Luft
Kosten: 2 Euro
Wer/Wo: Seniorenzentrum IMPULS, Treffpunkt und Strecke werden individuell vereinbart
Anmeldung: Telefon (03 51) 84 72 26 78
E-Mail: impuls@drk-dresden.de

- 10-12 Uhr + weitere Termine
Künstlerisches Malen
Kosten: 5 Euro
Wer/Wo: Begegnungs- und Beratungszentrum Trachenberge, Trachenberger Straße 6
- 10.30-11.30 Uhr + weitere Termine
Tanz ab 60
Kosten: 45 Euro
Wer/Wo: Eigenbetrieb Heinrich-Schütz-Konservatorium der Landeshauptstadt Dresden, Kraftwerk Mitte 22
Anmeldung bei Petra Steinert
Telefon (01 62) 2 94 61 18
E-Mail: steinert.petra@hskd.de
- 14-16 Uhr + weitere Termine
Schachtreff 60+
Kosten: 2 Euro
Wer/Wo: Begegnungs- und Beratungszentrum Klotzsche, Langebrücker Straße 4 am Käthe-Kollwitz-Platz
Anmeldung: Telefon (03 51) 8 80 63 45
E-Mail: klotzsche@volkssoli-dresden.de

Freitag, 13. September

- 10-11 Uhr
Rückenfit
Kosten: 3 Euro
Wer/Wo: Begegnungs- und Beratungszentrum „Am Nürnberger Ei“, Nürnberger Straße 45
Anmeldung: Telefon (03 51) 4 71 93 66
E-Mail: nuernbergerei@volkssoli-dresden.de
- 13-14.30 Uhr + weitere Termine
Bingo-Nachmittag
Kosten: 2 Euro
Wer/Wo: Begegnungs- und Beratungszentrum Trachenberge, Trachenberger Straße 6
- 14-15.30 Uhr
Informationsvortrag „Kopf hoch! Wie wir in schwierigen Zeiten zuversichtlich bleiben“
Kosten: 3 Euro
Wer/Wo: Begegnungs- und Beratungszentrum Blasewitz, Wittenberger Straße 83

Hörgeräte Jens Steudler

Meisterbetriebe mit Labor



DRESDEN

Zwinglstr. 32
0351 / 25 02 41 41
Montag bis Freitag
9 - 13 und 14 - 18 Uhr
jeden 1. und 3. Samstag im Monat
9 - 12 Uhr

- individuelle Beratung
- sehr umfangreiches Angebot
- ausreichende Probezeit
- Gehörschutz
- Herstellung Ihrer individuellen Ohrpassstücke schnell und preisgünstig im eigenen Haus



IHRE OHREN WERDEN
STAUNEN!

Jetzt auch Online-Termin vereinbaren:

www.Hoergeraete-Steudler.de

Sonntag, 15. September

11–18 Uhr

Wanderung rund um die Radebeuler Weinberge (ca. 12 Kilometer, Schwierigkeit: mäßig anstrengend)

Kosten: 3 Euro

Wer/Wo: NaturFreunde Dresden e. V.,

Treffpunkt: S-Bahnhof Radebeul-Alt-

kötzschenbroda

Anmeldung bis 12. September

Wanderleiterin Denise Küster

Telefon (01 76) 61 11 58 57

E-Mail: denisekuester@web.de

Montag, 16. September

9.30–10.45 Uhr + weitere Termine

Singekreis

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: Nachbarschaftshilfeverein e. V.,

Leutewitzer Ring 45

Anmeldung: Telefon (03 51) 4 17 89 96

E-Mail: info@nhv-dresden.de

10–12.30 Uhr + weitere Termine

Schreibwerkstatt –**Techniken des kreativen Schreibens**

Kosten: 3 Euro

Wer/Wo: Seniorenzentrum IMPULS,

Bürgerstraße 6

10–12 Uhr + weitere Termine

Computerkurs für Senioren

Wer/Wo: Nachbarschaftshilfeverein e. V.,

Leutewitzer Ring 45

Anmeldung: Telefon (03 51) 4 17 89 96

E-Mail: info@nhv-dresden.de

10–11.30 Uhr + weitere Termine

Kollektivkaffee, zum Übergang**in die Rente**

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: KulturLeben Dresden UG,

Bodenbacher Straße 100 c

Anmeldung: Telefon (01 51) 50 33 45 18

E-Mail: ava@roter-baum.de

11–11.45 Uhr

Sport auf der Matte

Wer/Wo: Nachbarschaftshilfeverein e. V.,

Leutewitzer Ring 45

Anmeldung: Telefon (03 51) 4 17 89 96

E-Mail: info@nhv-dresden.de

15–18 Uhr + weitere Termine

Schulung zum Krankheitsbild Demenz durch den Dresdner Pflege- und Betreuungsverein e. V.

Wer/Wo: AWO KBS GerDA Dresden

Prohlis, Herzberger Straße 2

Anmeldung: Telefon (03 51) 2 89 16 15

E-Mail: kathrin.boye@awo-in-sachsen.de

Dienstag, 17. September

9.30–10.30 Uhr + weitere Termine

Fraueingymnastik

Kosten: 3 Euro

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

Anmeldung: Telefon (03 51) 45 25 63 28

E-Mail: m.stoehr@asb-dresden.de

10–11.30 Uhr

ADAC-Verkehrsteilnehmerschulung

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: Begegnungs- und Beratungszentrum „Luise“, Warthaer Straße 25

Anmeldung: Telefon (03 51) 4 24 17 34

E-Mail: luise@asb-dresden.de

10–11 Uhr + weitere Termine

Gedächtnistraining

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: Begegnungs- und Beratungszentrum „Am Nürnberger Ei“, Nürnberger

Straße 45

10–11 Uhr

Smartphone-Sprechstunde

Wer/Wo: Begegnungs- und Beratungszentrum „Am Friedensstein“, Dresdner

Straße 3

Anmeldung: Telefon (03 51) 45 25 63 28

E-Mail: m.stoehr@asb-dresden.de

10–12 Uhr

Soziale Beratung für Seniorinnen, Senioren und Angehörige

Wer/Wo: Beratungs- und Begegnungszentrum BÜLOWH, „Elbhangtreff. –

Alte Schule Niederpoyritz e. V.“, Plantagen-

weg 3

10–12 Uhr

Mediensprechstunde: Beratung zu PC und Smartphone

Wer/Wo: Begegnungs- und Beratungszentrum Trachenberge, Trachenberger

Straße 6

Anmeldung: Telefon (03 51) 5 01 04 25

E-Mail: trachenberge@volkssoli-dresden.de

10–12 Uhr

Freude am Singen

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: Neues Volkshaus Cotta, Hebbel-

straße 35 b

Anmeldung: Yvonne Engelhardt

Telefon (01 76) 22 35 27 79

E-Mail: yvonne@konglomerat.org

10.45–11.45 Uhr + weitere Termine

Smartphone-Kurs: Anfänger für Apple

Kosten: 3 Euro

Wer/Wo: Begegnungs- und Beratungszentrum Blasewitz, Wittenberger

Straße 83

Anmeldung: Telefon (03 51) 3 40 08 76

E-Mail: bbz@seniorenhilfe-dresden.de

14–16 Uhr

Garten der Klänge: Wirkung von Geräuschen und Tönen

Kosten: 2,50 Euro

Wer/Wo: Beratungs- und Begegnungszentrum Johann, Striesener

Straße 39

Anmeldung: Telefon (03 51) 4 46 76 23

E-Mail: johann@drk-dresden.de

14–16 Uhr + weitere Termine

Sitzgymnastik

Kosten: 3 Euro

Wer/Wo: Begegnungs- und Beratungszentrum Trachenberge, Trachenberger

Straße 6

14.45–16.45 Uhr + weitere Termine

Seniorencafé

Wer/Wo: Johannstadt Quartier e. V., Dürer-

straße 89

Mittwoch, 18. September

8–15 Uhr + weitere Termine

Individuelle Handy-Sprechstunde

Kosten: 3 Euro

Wer/Wo: Begegnung und Beratung für

Senioren und Angehörige Prohlis,

Prohliser Allee 31

Anmeldung: Telefon (03 51) 3 23 05 60

E-Mail: mail18@awo-in-sachsen.de

8.34 Uhr

Wanderung (ca. acht Kilometer, Schwierigkeit: mittelschwer)

Wer/Wo: Jahresringe Dresden Verband für

Vorruhestand und aktives Alter e. V., Treff-

punkt: Hauptbahnhof Dresden, S 3

9–10 Uhr + weitere Termine

Handgymnastik

Kosten: 4 Euro

Wer/Wo: Begegnungs- und Beratungszentrum Blasewitz, Wittenberger

Straße 83

Anmeldung: Telefon (03 51) 3 40 08 76

E-Mail: bbz@seniorenhilfe-dresden.de

9.15 Uhr

Wanderung (ca. zehn Kilometer, Schwierigkeit: mittelschwer)

Wer/Wo: Jahresringe Dresden Verband für

Vorruhestand und aktives Alter e. V., Treff-

punkt: Gleisschleife Pennrich, Linie 7

16–19 Uhr + weitere Termine

Treff der Schachfreunde

Kosten: ein Euro

Wer/Wo: AWO Begegnungs- und

Beratungszentrum Cotta, Hainsberger

Straße 2

Donnerstag, 19. September

9–16 Uhr

Spirituelle Wanderung (10 bis 15 Kilometer, Schwierigkeit: mittel)

Wer/Wo: Begegnungs- und Beratungszentrum Blasewitz, Wittenberger

Straße 83

Anmeldung: Telefon (03 51) 3 40 08 76

E-Mail: bbz@seniorenhilfe-dresden.de

9.30–10.30 Uhr + weitere Termine

Fraueingymnastik

Kosten: 3 Euro

Wer/Wo: Begegnungs- und Beratungszentrum „Am Friedensstein“, Dresdner

Straße 3

Anmeldung: Telefon (03 51) 45 25 63 28

E-Mail: m.stoehr@asb-dresden.de

10–11 Uhr + weitere Termine

Gymnastik im Sitzen

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: Seniorenzentrum IMPULS,

Bürgerstraße 6

10–12 Uhr

Stadtteilspaziergang Plauen

Wer/Wo: Begegnungs- und Beratungszentrum „Am Nürnberger Ei“, Nürnberger

Straße 45

Anmeldung: Telefon (03 51) 4 71 93 66

E-Mail: nuernbergerei@

volkssoli-dresden.de

10.30–12.30 Uhr + weitere Termine
Kochen und Genuss
Kosten: 5 Euro
Wer/Wo: Begegnungs- und Beratungszentrum Blasewitz, Wittenberger Straße 83
Anmeldung: Telefon (03 51) 3 40 08 76
E-Mail: bbz@seniorenhilfe-dresden.de

13–15.30 Uhr + weitere Termine
Skat-Nachmittag
Kosten: 2 Euro
Wer/Wo: Begegnungs- und Beratungszentrum Trachenberge, Trachenberger Straße 6

14–15 Uhr + weitere Termine
Englisch
Kosten: 2,50 Euro
Wer/Wo: Beratungs- und Begegnungszentrum BÜLOWH, Pillnitzer Landstraße 12
Anmeldung: Telefon (03 51) 2 68 89 88
E-Mail: sbz.buelowh@diakonie-dresden.de

16.15–18.15 Uhr + weitere Termine
Holzschnitzen
Kosten: 5 Euro
Wer/Wo: Begegnungs- und Beratungszentrum Blasewitz, Wittenberger Straße 83

Freitag, 20. September

10–11 Uhr + weitere Termine
Yoga auf dem Stuhl
Kosten: 3 Euro
Wer/Wo: Seniorenzentrum IMPULS, Bürgerstraße 6

10–13 Uhr
Erntedankfest im Garten
Kosten: 4 Euro
Wer/Wo: Begegnungs- und Beratungszentrum Blasewitz, Glashütter Straße
Anmeldung: Telefon (03 51) 3 40 08 76
E-Mail: bbz@seniorenhilfe-dresden.de

10–12 Uhr + weitere Termine
Skat und Sudoku für Anfänger
Kosten: 2 Euro
Wer/Wo: Begegnungs- und Beratungszentrum „Am Nürnberger Ei“, Nürnberger Straße 45

10–11.30 Uhr
Schulung für Verkehrsbeteiligte 65plus ADAC-Programm „sicher mobil“
Wer/Wo: Begegnungs- und Beratungszentrum Laubegast, Laubegaster Ufer 22
Anmeldung: Telefon (03 51) 5 01 05 25
E-Mail: laubegast@volkssoli-dresden.de

Sonnabend, 21. September

8–18 Uhr
Bergbauwanderung rund um Halsbrücke (neun Kilometer, Schwierigkeit: leicht)
Kosten: 3 Euro
Wer/Wo: NaturFreunde Dresden e. V., Treffpunkt: Hauptbahnhof Dresden, Gleis 7
Anmeldung bis 18. September bei Wanderleiter Frank Cieslik
Telefon (01 76) 30 14 43 59

Sonntag, 22. September

14–15.30 Uhr
Kulturhistorische Spurensuche: Caspar David Friedrich und die Dresdner Stadtgesellschaft
Wer/Wo: Verwaltung des Elias-, Trinitatis- und Johannisfriedhof, Fiedlerstraße 1

Montag, 23. September

9.30–10.45 Uhr + weitere Termine
Singekreis
Kosten: 2 Euro
Wer/Wo: Nachbarschaftshilfverein e. V., Leutewitzer Ring 45
Anmeldung: Telefon (03 51) 4 17 89 96
E-Mail: info@nhv-dresden.de

10–11 Uhr
Frauengymnastik
Kosten: 2 Euro
Wer/Wo: Begegnungs- und Beratungszentrum „Luise“, Warthaer Straße 25
Anmeldung: Telefon (03 51) 4 24 17 34
E-Mail: luise@asb-dresden.de

10.30–11.30 Uhr + weitere Termine
Gemeinsam Lachen
Kosten: 2 Euro
Wer/Wo: Beratungs- und Begegnungszentrum BÜLOWH, Pillnitzer Landstraße 12

11–11.45 Uhr
Sport auf der Matte
Wer/Wo: Nachbarschaftshilfverein e. V., Leutewitzer Ring 45
Anmeldung: Telefon (03 51) 4 17 89 96
E-Mail: info@nhv-dresden.de

12.15–13 Uhr + weitere Termine
Bewegen & Stärken unserer Gelenke
Wer/Wo: Nachbarschaftshilfverein e. V., Leutewitzer Ring 45
Anmeldung: Telefon (03 51) 4 17 89 96
E-Mail: info@nhv-dresden.de

13–16 Uhr + weitere Termine
Handy-Sprechstunde
Wer/Wo: Nachbarschaftshilfverein e. V., Leutewitzer Ring 45
Anmeldung: Telefon (03 51) 4 17 89 96
E-Mail: info@nhv-dresden.de

Dienstag, 24. September

9.30–10.30 Uhr + weitere Termine
Frauengymnastik
Kosten: 3 Euro
Wer/Wo: Begegnungs- und Beratungszentrum „Am Friedensstein“, Dresdner Straße 3
Anmeldung: Telefon (03 51) 45 25 63 28
E-Mail: m.stoehr@asb-dresden.de

10–10.45 Uhr + weitere Termine
Herz-/Kreislauftraining
Wer/Wo: Nachbarschaftshilfverein e. V., Leutewitzer Ring 45
Anmeldung: Telefon (03 51) 4 17 89 96
E-Mail: info@nhv-dresden.de

11–11.45 Uhr + weitere Termine
Sitzgymnastik 60plus
Kosten: 3 Euro
Wer/Wo: Begegnungs- und Beratungszentrum Laubegast, Laubegaster Ufer 22



Johanniter-Hausnotruf
Sicherheit im Alltag
T. 0800 0191414 (gebührenfrei)
www.johanniter.de/dresden



JOHANNITER

Fetscherplatz 3 | 01307 Dresden
Lockwitzer Str. 15 | 01219 Dresden
E.-Thälmann-Str. 13 | 01809 Heidenau
Goethestr. 1 | 01896 Pulsnitz



www.hörakustik-fritsche.de

Ihr Fachmann für Hörakustik in Dresden, Heidenau und Pulsnitz!

- Regional
- Unabhängig
- Persönlich

- Unverbindliches Probetragen neuester Hörsysteme aller Hersteller
- Kostenloser Hörtest
- Beratung für Gehörschutz
- Partner aller Krankenkassen
- Experte für Kinderversorgung (Pädakustik)
- Wir kommen zu Ihnen, wenn Sie nicht mehr zu uns kommen können
- Pflege, Wartung und Service bereits vorhandener Hörsysteme



Ihre Katy & Robby Fritsche

Mittwoch, 25. September

- 8.59 Uhr
Wanderung (ca. sieben Kilometer, Schwierigkeit: mittelschwer)
Wer/Wo: Jahresringe Dresden Verband für Vorruhestand und aktives Alter e. V., Treffpunkt: Hauptbahnhof Dresden, S 1
- 10–11 Uhr + weitere Termine
Digitales Bewegungsangebot mit der Nintendo Switch
Wer/Wo: Begegnungs- und Beratungszentrum „Am Nürnberger Ei“, Nürnberger Straße 45
- 10–11 Uhr + weitere Termine
Männerfitness 60+
Kosten: 2 Euro
Wer/Wo: Beratungs- und Begegnungszentrum Johann, Striesener Straße 39
Anmeldung: Telefon (03 51) 4 46 76 23
E-Mail: johann@drk-dresden.de
- 10–12 Uhr + weitere Termine
Nachbarschaftsfrühstück
Kosten: 3 Euro
Wer/Wo: Seniorenzentrum IMPULS, Bürgerstraße 6
- 10.45–12.30 Uhr + weitere Termine
Strickzirkel
Kosten: 2 Euro
Wer/Wo: Begegnungs- und Beratungszentrum „Am Nürnberger Ei“, Nürnberger Straße 45
- 14–15.30 Uhr
Gehirnjogging
Kosten: 3 Euro
Wer/Wo: Begegnungs- und Beratungszentrum „Luise“, Warthaer Straße 25
Anmeldung: Telefon (03 51) 4 24 17 34
E-Mail: luise@asb-dresden.de
- 14.30–17 Uhr
Nachmittagskaffee im Begegnungszentrum auf dem Trinitatisfriedhof
Wer/Wo: Verwaltung des Elias-, Trinitatis- und Johannfriedhof, Fiedlerstraße 1
- 15.30–18 Uhr
Engagiert im Viertel: Nachbarschaftshilfe für Jung und Alt!
Wer/Wo: KulturLeben Dresden UG, Stadtmuseum, Wilsdruffer Straße 2 Eingang Landhausstraße
Anmeldung: Telefon (03 51) 65 55 78 53
E-Mail: nachbarschaftshilfe@roter-baum.de

Donnerstag, 26. September

- 9.30–10.30 Uhr + weitere Termine
Rhythmische Gymnastik
Kosten: 4 Euro
Wer/Wo: Begegnungs- und Beratungszentrum Laubegast, Laubegaster Ufer 22
- 9.30–10.30 Uhr + weitere Termine
Frauengymnastik
Kosten: 3 Euro
Wer/Wo: Begegnungs- und Beratungszentrum „Am Friedensstein“, Dresdner Straße 3
Anmeldung: Telefon (03 51) 45 25 63 28
E-Mail: m.stoehr@asb-dresden.de

- 10–16 Uhr
Offene Bibliothek
Wer/Wo: JohannStadt Quartier e. V., Dürerstraße 89
- 10–11 Uhr + weitere Termine
Gedächtnistraining
Kosten: 2 Euro
Wer/Wo: Seniorenzentrum IMPULS, Bürgerstraße 6
- 13 Uhr
Führung durch das Dresdner Schloss
Kosten: 15 Euro
Wer/Wo: Nachbarschaftshilfeverein e. V., Treffpunkt: Dresdner Schloss
Anmeldung: Telefon (03 51) 4 17 89 96
E-Mail: info@nhv-dresden.de
- 14–16 Uhr
Soziale Beratung für Senioren, Seniorinnen und Angehörige
Wer/Wo: Beratungs- und Begegnungszentrum BÜLOWH, Chinesischer Pavillion, Bautzner Landstraße 17
- 14.30–15.30 Uhr + weitere Termine
Gemeinsames Singen
Kosten: 3 Euro
Wer/Wo: Begegnungs- und Beratungszentrum Laubegast, Laubegaster Ufer 22
- 15.30–17.30 Uhr + weitere Termine
Spielenachmittag – gemeinsam in die Rente
Wer/Wo: KulturLeben Dresden UG, Oschatzer Straße 10
Anmeldung: Telefon (03 51) 79 57 60 23
E-Mail: nachbarschaft60plus@roter-baum.de
- 19–21 Uhr
Dresdner Geschichte(n): Kurfürst August der Starke und seine Zeit
Kosten: 5 Euro
Wer/Wo: JohannStadt Quartier e. V., Holbeinstraße 68

Freitag, 27. September

- 14–15.30 Uhr
Planetarium Palitzsch-Museum
Kosten: 3 Euro
Wer/Wo: KulturLeben Dresden UG, Gamigstraße 24
Anmeldung: Telefon (01 51) 50 33 45 18
E-Mail: ava@roter-baum.de

Sonntag, 29. September

- 9.30–18 Uhr
Wanderprojekt: „Die kleinen Nebenflüsse der Weißeritz“ (ca. 15 Kilometer, Schwierigkeit: mäßig anstrengend)
Kosten: 3 Euro
Wer/Wo: NaturFreunde Dresden e. V., Treffpunkt: Bahnhof Freital/Hainsberg
Anmeldung bis 20. September bei Wanderleiter Stefan und Elfrun Thomas
Telefon (01 70) 7 07 02 64
E-Mail: elfrun.thomas@gmx.de
- 14–15.30 Uhr
Spurensuche: Frieden ist nicht alles, aber ohne Frieden ist alles nichts
Wer/Wo: Verwaltung des Elias-, Trinitatis- und Johannfriedhof, Fiedlerstraße 1

Montag, 30. September

- 9–15 Uhr
Freies Training im Fitnessraum
Wer/Wo: Nachbarschaftshilfeverein e. V., Leutewitzer Ring 45
- 9–16 Uhr
8. Dresdner Seniorenkonferenz – „Alt? Arm? Allein? Nicht mit uns!“
Wer/Wo: KulturLeben Dresden UG, Rathausplatz 1
Anmeldung: Telefon (03 51) 4 88 48 00
E-Mail: nachbarschaftshilfe@roter-baum.de
- 11–11.45 Uhr
Sport auf der Matte
Wer/Wo: Nachbarschaftshilfeverein e. V., Leutewitzer Ring 45
Anmeldung: Telefon (03 51) 4 17 89 96
E-Mail: info@nhv-dresden.de
- 14.30–16.30 Uhr + weitere Termine
Tanzcafé mit Livemusik
Kosten: 6 Euro
Wer/Wo: Begegnungs- und Beratungszentrum Klotzsche, Putbuser Weg 18 im Fontane Center
Anmeldung: Telefon (03 51) 8 80 63
E-Mail: klotzsche@volkssoli-dresden.de

Redaktionsschluss nächste PlusZeit:
11. September 2024

Impressum

Dresdner PlusZeit

Veranstaltungskalender für das reife Semester
www.dresden.de/pluszeit

Herausgeber

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
E-Mail: presse@dresden.de
www.dresden.de/social-media

Redaktion/Satz

Barbara Knifka, kommissarische Amtsleiterin (verantwortlich),
Sylvia Siebert, Katharina Lübcke, Jürgen Eckoldt
Der Seniorenkalender erscheint jeweils in der letzten Ausgabe eines Monats im Amtsblatt.

Verlag, Anzeigen, Verlagsbeilagen und -sonderveröffentlichungen

DDV Sachsen GmbH
DDV MEDIA
Ostra-Allee 20, 01067 Dresden
Telefon (03 51) 48 64 48 64
E-Mail: DresdenAmtsblatt@ddv-mediengruppe.de
www.ddv-media.de

Druck

DDV Druck GmbH, Dresden