



## Mit KI-Kursen und Kaiser Barbarossa ins Jubiläumssemester

Die Einschreibung für das Winterhalbjahr in der Dresdner Seniorenakademie beginnt

Der Montag, 7. Oktober, ist für die Dresdner Seniorenakademie Wissenschaft und Kunst (DSA) am Lingnerplatz 1 ein besonderes Datum. An diesem Tag vor 30 Jahren erfolgte im Deutschen Hygiene-Museum die feierliche Eröffnung des ersten Semesters der DSA. Von Anfang an bis heute stellt die Akademie jedes Jahr zwei umfangreiche, vielseitige Bildungsprogramme in hoher Qualität in ehrenamtlicher Tätigkeit auf die Beine. Dabei hat sie stets zuverlässige Partner an ihrer Seite, zum Beispiel die TU Dresden, das Deutsche Hygiene-Museum und viele andere wissenschaftliche und kulturelle Einrichtungen in der Stadt.

Dabei blieben den Hörerinnen und Hörern Veranstaltungen besonders im Gedächtnis, zum Beispiel die Beiträge im 14-tägigen Akademischen Donnerstagskolloquium. In dieser Serie erlebten die Seniorstudenten 2009 Gustav Adolf Schur und seinen Sohn Jan im überfüllten Hörsaal. Die Video-Gruppe der DSA präsentierte ihren Film „Denglisch“, der auf die vielen Anglizismen im Stadtbild von Dresden aufmerksam machte. Interessengruppen für kreatives Gestalten und Meinungsaustausch waren und sind ein wesentlicher Bestandteil der Seniorenakademie. Das 30. Jubiläum begeht die DSA am Montag, 21. Oktober, 10 Uhr, mit einer öffent-



entlichen festlichen Veranstaltung im großen Saal des Deutschen Hygiene-Museums. Zum Thema „Wie steht es um die Demokratie – nicht nur in Sachsen“ spricht Prof. Dr. Hans Vorländer vom Institut für Politikwissenschaften der TU Dresden. Interessengruppen der DSA stellen sich zudem vor. Den musikalischen Abschluss bildet ein beschwingtes Konzert der Geigerin Katrin Wettin und ihrer Band.

Die Einschreibung für das Wintersemester 2024/2025 läuft ab Montag, 30. September. Das Bildungsprogramm für das kommende halbe Jahr hält über 350 Veranstaltungen zur Auswahl bereit. Mit Unterstützung von 35 Partnern werden aktuelle und brisante Themen aus Wissenschaft, Wirtschaft, Kultur, Kunst, Medizin und Geschichte in den Mittelpunkt gestellt. Die Programmbroschüre kommt mit neuer Gestaltung daher (siehe Abbildung) und ist in den Stadtbezirksämtern erhältlich. Die Seniorstudenten können sich schlau machen beispielsweise in Kursen und Sprechstunden zum Umgang mit Smartphone und Tablet oder der kreativen Bildgestaltung mit Künstlicher Intelligenz. Vorträge widmen sich Sachsen

**Rundgang durch Pieschen.** Die Seniorstudenten stehen vor einem neu gestalteten Wohnkomplex, der ursprünglich von Hans Erlwein als Waisenhaus errichtet wurde.

Foto: Uta Löser

nach der Landtagswahl, der Forschung für die Welt von morgen oder dem Einsatz von Wasserstoff für die Energieversorgung. Historische Persönlichkeiten wie Kaiser Friedrich Barbarossa, August Christoph Wackerbarth und Traugott Bienert stoßen stets auf großes Interesse. Besichtigungen in der Druckerei in Dohna oder des Fahrzeugtechnischen Zentrums der TU Dresden vermitteln Eindrücke vor Ort.

Bildungsreisen stehen hoch im Kurs. Im Wintersemester gehen Reiselustige auf Tour in die Europäische Kulturhauptstadt Chemnitz 2025 und nach Leipzig ins Tübke-Atelier. Finnland, Vorpommern und Sachsen-Anhalt sind Ziele von Mehrtagesreisen.

Dresdner  
Seniorenakademie  
Lingnerplatz 1  
Telefon: (03 51) 4 90 64 70  
Internet:  
www.tu-dresden.de/senior

## „Luise“ öffnet an neuem Standort

Ein barrierefreier Zugang, super Anbindung an Bus und Bahn und neue Möglichkeiten für eine individuelle Beratung von Seniorinnen und Senioren in Briesnitz und Cotta – das sind nur einige Vorzüge, mit denen das neue ASB-Begegnungs- und Beratungszentrum „Luise“ punkten kann. Es befindet sich seit Kurzem auf der Warthaer Straße 25 und geht mit einem gut gefüllten Veranstaltungskalender an den Start.

Bisher war die „Luise“ im Hinterhof des Ärztehauses auf der Braunsdorfer Straße ansässig und seit den 90er Jahren als Treffpunkt der Seniorinnen und Senioren in Löbtau etabliert.

Dort stießen die Räumlichkeiten aber schon lange an Grenzen. Wichtigster Grund war der wachsende Bedarf an individueller Beratung für Seniorinnen und Senioren, die das Team seit September 2023 anbietet. Dafür waren die Räume in Löbtau nicht flexibel genug nutzbar.

Jetzt haben sich die Möglichkeiten für die Beratung, aber auch für Veranstaltungen sprunghaft verbessert. Dafür sorgen unter anderem Trennwände im großen Veranstaltungsraum, klappbares Mobiliar und separate Büros für die vier in Teilzeit tätigen Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter. In diesen Büros sind auch individuelle Beratungen möglich. Ein behindertengerechtes WC ist nun ebenfalls vorhanden.

Vor allem das Beratungsangebot können die Sozialpädagoginnen Tina Winkelmann und Anja Buchert ausbauen. Die Themen reichen von Pflege und Hausnotruf über seniorenrechtliches Wohnen bis zur Unterstützung beim Ausfüllen von Formularen. Wo der ASB nicht helfen kann, werden Ansprechpartner vermittelt. Hausbesuche bei Seniorinnen und Senioren oder den Angehörigen können vereinbart werden.

ASB-Begegnungs- & Beratungszentrum „Luise“  
Warthaer Straße 25  
Telefon: (03 51) 4 18 21 46  
Mobil: (01 74) 3 03 00 73  
E-Mail: h.wagner@asb-dresden.de

**DSA**  
Dresdner  
Seniorenakademie  
Wissenschaft und Kunst

Bildungsangebot der Seniorenakademie, der Bürgeruniversität der TU Dresden und weiterer wissenschaftlicher, kultureller, künstlerischer Einrichtungen der Stadt Dresden

30 Jahre 1994 – 2024

Vorträge  
Interessengruppen  
Vorlesungen  
Führungen  
Konzerte  
Bildungsreisen  
Digitale Kompetenz

Kindergarten  
Schule  
Ausbildung  
Arbeitsleben  
Seniorenakademie

Wintersemester 2024/25

**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](http://www.dresden.de/pluszeit)

**Dienstag, 1. Oktober**

9.30–11 Uhr

**1. Begegnungsfrühstück in der „Luise“**

Kosten: 5 Euro

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

Anmeldung: Telefon (03 51) 4 24 17 34

E-Mail: [luise@asb-dresden.de](mailto:luise@asb-dresden.de)

10–15 Uhr

**Wanderung im Forstbotanischen Garten Tharandt**

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

10 Uhr am Hauptbahnhof Dresden, große

Anzeigetafel an den Gleisen

Anmeldung: Telefon (03 51) 4 24 17 34

E-Mail: [luise@asb-dresden.de](mailto:luise@asb-dresden.de)

10–12 Uhr + weitere Termine

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

Kosten: 3 Euro

Wer/Wo: Seniorenzentrum „Impuls“, DRK

„Impuls“, Bürgerstraße 6

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](mailto:m.stoehr@asb-dresden.de)

13.30–16 Uhr

**Zeugen der Flucht, geflüchtete Menschen erzählen**

Kosten: 2,50 Euro zzgl. Kosten nach Verzehr

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

Bitte melden Sie sich vorher im BBZ

„Johann“ an, damit wir die kulinarische

Versorgung sicherstellen können.

Telefon: (03 51) 4 46 76 23

E-Mail: [johann@drk-dresden.de](mailto:johann@drk-dresden.de)

14–16 Uhr + weitere Termine

**Sitzgymnastik**

Kosten: 3 Euro

Wer/Wo: Begegnungs- und Beratungszentrum

Trachenberge, Trachenberger Straße 6

15.30–18.30 Uhr

**Internationaler Tag der älteren Menschen – Die Nierentische spielen für Sie!**

Wer/Wo: Beratungs- und Begegnungszentrum

„Bülowh“, Grundstraße 3

19 Uhr

**„Die Erde bei Meissen“ – Gedenkveranstaltung für Wulf Kirsten zum 90. Geburtstag**

Kosten: 8 Euro

Wer/Wo: Das Erich Kästner Haus für

Literatur, Antonstraße 1

**Mittwoch, 2. Oktober**

8.24 Uhr

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

Wer/Wo: Jahresringe Dresden Verband für

Vorruhestand und aktives Alter e. V., Treff:

Hauptbahnhof Dresden RE 1

9–16 Uhr

**Wandergruppe trifft sich (Schwierigkeit: mittelschwer, 12–14 Kilometer)**

Kosten: 3,50 Euro

Wer/Wo: Seniorenbegegnungsstätte

„Michelangelo“, Räcknitzhöhe 52

Anmeldung bis 1. Oktober

Telefon: (03 51) 2 13 97 09

E-Mail: [michelangelo@volkssoli-dresden.de](mailto:michelangelo@volkssoli-dresden.de)

13–16 Uhr + weitere Termine

**Spielenachmittag mit Skat und Rommé**

Kosten: ein Euro

Wer/Wo: AWO Begegnungs- und Beratungszentrum

Cotta, Hainsberger Straße 2

13.30–15 Uhr

**Bingo im Michelangelo**

Kosten: 3,50 Euro zzgl. Kaffee und Kuchen

Wer/Wo: Seniorenbegegnungsstätte

„Michelangelo“, Räcknitzhöhe 52

Anmeldung bis 1. Oktober

Telefon: (03 51) 2 13 97 09

E-Mail: [michelangelo@volkssoli-dresden.de](mailto:michelangelo@volkssoli-dresden.de)

14–16 Uhr

**Vortrag „Die haben ja gar nichts an!“****Modegeschichte(n) um 1800**

Kosten: 5 Euro

Wer/Wo: Begegnungs- und Beratungszentrum

„Luise“, Warthaer Straße 25

Anmeldung: Telefon: (03 51) 4 24 17 34

E-Mail: [luise@asb-dresden.de](mailto:luise@asb-dresden.de)

14–16 Uhr

**Literaturcafé**

Kosten: 3 Euro

Wer/Wo: Seniorenzentrum „Impuls“,

Bürgerstraße 6

15–16 Uhr

**Reisevortrag Mexiko: Halbinsel Yucatan**

Kosten: 3 Euro

Wer/Wo: Begegnungs- und Beratungszentrum

„Fidelio“, Papstdorfer Straße 25

16–17.30 Uhr

**Kaffeerunde: Wie erleben Sie****den Ruhestand?**

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: KulturLeben Dresden UG,

Bodenbacher Straße 100 c, das kleine

Haus hinter Bodenbacher Straße 100

Anmeldung: Telefon: (01 51) 50 33 45 18

E-Mail: [ava@roter-baum.de](mailto:ava@roter-baum.de)

**Donnerstag, 3. Oktober**

9–12.30 Uhr + weitere Termine

**Schachtreff**

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: Begegnungs- und Beratungszentrum

Laubegast, Laubegaster Ufer 22,

1. Obergeschoss, kleiner Saal

Anmeldung: Telefon: (03 51) 5 01 05 25

E-Mail: [laubegast@volkssoli-dresden.de](mailto:laubegast@volkssoli-dresden.de)

10–12 Uhr + weitere Termine

**Seniorenberatung im Stadtteilladen Johannstadt**

Wer/Wo: Beratungs- und Begegnungszentrum

„Johann“, Pfothenauerstraße 66

13.30–16 Uhr + weitere Termine

**Wiesencafé PLUS Singen mit****musikalischer Begleitung**

Wer/Wo: Beratungs- und Begegnungszentrum

„Johann“, Striesener Straße 39

Anmeldung: Telefon: (03 51) 4 46 76 23

E-Mail: [johann@drk-dresden.de](mailto:johann@drk-dresden.de)

**Sonnabend, 5. Oktober**

15–17 Uhr + weitere Termine

**Trauercafé**

Wer/Wo: Malteser Hilfsdienst e. V. Ambulanter

Hospizdienst und Trauerbegleitung

Dresden, Leipziger Straße 33, 1. Obergeschoss

Anmeldung: Telefon: (03 51) 4 35 55 17

E-Mail: [hospizdienst.dresden@malteser.org](mailto:hospizdienst.dresden@malteser.org)

**Montag, 7. Oktober**

10–12 Uhr + weitere Termine

**Groschenhefte Basar**

Wer/Wo: Begegnungs- und Beratungszentrum

„Am Friedensstein“, Dresdner Straße 3

10–12 Uhr + weitere Termine

**Computerkurs für Senioren**

Wer/Wo: Nachbarschaftshilfeverein e. V.,

Leutewitzer Ring 45

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 4 17 89 96

E-Mail: [info@nhv-dresden.de](mailto:info@nhv-dresden.de)

10–12 Uhr

**Schulung zum Krankheitsbild Demenz**

Wer/Wo: Johannstadt Quartier e. V.,

Dürerstraße 89

Anmeldung: Telefon: (03 51) 50 19 31 71

E-Mail: [kurse@johannstadtquartier.de](mailto:kurse@johannstadtquartier.de)

10 Uhr

**Nordic Walking (ca. sechs Kilometer)**

Wer/Wo: Jahresringe Dresden Verband für

Vorruhestand und aktives Alter e. V., Treff:

Großer Garten in Höhe „Torwirtschaft“

14–15.30 Uhr

**Gedächtnistraining/-spiele**

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](mailto:m.stoehr@asb-dresden.de)

14.15 Uhr

**Singegruppe**

Wer/Wo: Jahresringe Dresden Verband für

Vorruhestand und aktives Alter e. V., DRK-

Begegnungsstätte Striesener Straße

14.30–15.30 Uhr

**Lesecafé mit Christine Koitzsch****„Über die Liebe und andere Lebensergänzungsmittel im Alter“**

Kosten: 4,50 Euro

Wer/Wo: Begegnungs- und Beratungszentrum

Laubegast, Laubegaster Ufer 22,

2. Obergeschoss, Zirkelraum

Anmeldung: Telefon: (03 51) 5 01 05 25

E-Mail: [laubegast@volkssoli-dresden.de](mailto:laubegast@volkssoli-dresden.de)

**Dienstag, 8. Oktober**

- 10.30–11.30 Uhr + weitere Termine  
**Heitere Gedächtnisspiele für Alle**  
Kosten: 2 Euro  
Wer/Wo: Begegnungs- und Beratungszentrum Klotzsche, Putbusser Weg 18 im Fontane Center
- 13.30–15 Uhr  
**Kreatives Gestalten**  
Kosten: 4 Euro  
Wer/Wo: AWO Begegnungs- und Beratungszentrum Cotta, Hainsberger Straße 2
- 13.30–15 Uhr + weitere Termine  
**Gruppe für pflegende Angehörige**  
Wer/Wo: Beratungsstelle für Senioren und Angehörige der AWO, Herzberger Straße 2–4  
Anmeldung: Telefon: (03 51) 2 89 16 13  
E-Mail: mail17@awo-in-sachsen.de
- 13.45–16 Uhr  
**Neue Bowlinggruppe legt los**  
Kosten: 1,50 Euro zzgl. Anteil für Bahnkosten und Leihschuhe  
Wer/Wo: Seniorenbegegnungsstätte „Michelangelo“, Räcknitzhöhe 52, Treff: Bowlingarena Südhöhe  
Anmeldung bis 4. Oktober  
Telefon: (03 51) 2 13 97 09  
E-Mail: michelangelo@volkssoli-dresden.de
- 14–15.30 Uhr  
**Klubcafé: „Von Männern mit falschen Bärten“, Vortrag mit Lutz Reike**  
Kosten: 3 Euro  
Wer/Wo: Begegnungs- und Beratungszentrum Laubegast, Laubegaster Ufer 22, großer Saal  
Wir bitten um Platzreservierung.  
Telefon: (03 51) 5 01 05 25  
E-Mail: laubegast@volkssoli-dresden.de
- 14–15 Uhr  
**Wiener Nachmittag**  
Kosten: 2,50 Euro, Kosten nach Verzehr  
Wer/Wo: Beratungs- und Begegnungszentrum „Johann“, Striesener Straße 39  
Anmeldung bis 4. Oktober  
Telefon: (03 51) 4 46 76 23  
E-Mail: johann@drk-dresden.de
- 14–15.30 Uhr + weitere Termine  
**Fröhliche Liederstunde**  
Kosten: 2,50 Euro  
Wer/Wo: Begegnungs- und Beratungszentrum Blasewitz, Wittenberger Straße 83  
Wenn Sie unseren Fahrdienst nutzen möchten, bitten wir um eine Anmeldung bis zum Vortag.  
Telefon: (03 51) 3 40 08 76  
E-Mail: bbz@seniorenhilfe-dresden.de
- 16–17.30 Uhr  
**Offener Treff für Alleinstehende**  
Kosten: 2 Euro  
Wer/Wo: KulturLeben Dresden UG, Bodenbacher Straße 100 c, das kleine Haus hinter Bodenbacher Straße 100  
Anmeldung: Telefon: (01 51) 50 33 45 18  
E-Mail: ava@roter-baum.de

17–20 Uhr

**Kochabend gemeinsam in die Rente – herbstliche Gemüseküche**

Wer/Wo: KulturLeben Dresden UG, Oschatzer Straße 10, Dresdner Nachbarschaft 60plus  
Anmeldung: Telefon: (01 51) 44 22 83 84  
E-Mail: nachbarschaft60plus@roter-baum.de

**Mittwoch, 9. Oktober**

8.58 Uhr

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

Wer/Wo: Jahresringe Dresden Verband für Vorruhestand und aktives Alter e. V., Treff: Dresden-Neustadt, RE 15

9–11 Uhr + weitere Termine

**Nordic Walking 60plus im Großen Garten**

Kosten: 2 Euro  
Wer/Wo: Beratungs- und Begegnungszentrum Johann, Striesener Straße 39, Treffpunkt nach Absprache  
Anmeldung: Telefon: (03 51) 4 46 76 23  
E-Mail: johann@drk-dresden.de

9.24 Uhr

**Wanderung (ca. zehn Kilometer, Schwierigkeit: mittelschwer, Stöcke empfehlenswert)**

Wer/Wo: Jahresringe Dresden Verband für Vorruhestand und aktives Alter e. V., Treff: Hauptbahnhof Dresden RE 2

10–11 Uhr + weitere Termine

**Digitales Bewegungsangebot mit der Nintendo Switch**

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

10.45–12.30 Uhr + weitere Termine

**Strickzirkel**

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

Offene Ohren für Senioren

Seniorentelefon: (03 51) 4 88 48 00

11–12.30 Uhr + weitere Termine

**Erlebnistanz**

Kosten: 7 Euro  
Wer/Wo: Beratungs- und Begegnungszentrum „Bülowh“, Plantagenweg 3  
Anmeldung bis einen Tag vorher  
Telefon: (03 51) 2 68 89 88  
E-Mail: sbz.buelowh@diakonie-dresden.de

13.30–15 Uhr

**Tierdokumentation**

Kosten: 3,50 Euro zzgl. Kaffee und Kuchen  
Wer/Wo: Seniorenbegegnungsstätte „Michelangelo“, Räcknitzhöhe 52  
Anmeldung bis 8. Oktober  
Telefon: (03 51) 2 13 97 09  
E-Mail: michelangelo@volkssoli-dresden.de

14–15.30 Uhr + weitere Termine

**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

15–16.30 Uhr

**Basteln Herbstdeko**

Kosten: 2 Euro  
Wer/Wo: KulturLeben Dresden UG, -Berzdorfer Straße 26  
Anmeldung: Telefon: (01 51) 50 33 45 18  
E-Mail: ava@roter-baum.de

**Donnerstag, 10. Oktober**

9–12 Uhr

**Wandern ist gesund und macht Freude – leicht**

Kosten: 3,50 Euro  
Wer/Wo: Seniorenbegegnungsstätte „Michelangelo“, Räcknitzhöhe 52  
Anmeldung bis 9. Oktober  
Telefon: (03 51) 2 13 97 09  
E-Mail: michelangelo@volkssoli-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, 2. Obergeschoss, Zirkelraum



**Unsere Tagespflege**

im Wohnpark Elsa Fenske  
Freiberger Straße 18  
01067 Dresden

**Cultus**

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

**Gemeinsam statt einsam**

9.30–11.30 Uhr + weitere Termine

### Computerstammtisch

Kosten: 2 Euro

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

9.30–15 Uhr + weitere Termine

### Smartphoneberatung mit Einzelterminen

Kosten: 4 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

9.45–10.45 Uhr

### Sitzgymnastik

Kosten: 3 Euro

Wer/Wo: Seniorenbegegnungsstätte „Michelangelo“, Räcknitzhöhe 52  
Anmeldung bis 8. Oktober  
Telefon: (03 51) 2 13 97 09  
E-Mail: michelangelo@volkssoli-dresden.de

10–11 Uhr + weitere Termine

### Sitzgymnastik

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

10–11 Uhr + weitere Termine

### Gymnastik im Sitzen

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: Seniorenzentrum „Impuls“, Bürgerstraße 6

10 Uhr

### Handarbeitszirkel/Nähcafé

Wer/Wo: Jahresringe Dresden Verband für Vorruhestand und aktives Alter e. V., Bundschuhstraße 13

10–12 Uhr + weitere Termine

### Künstlerisches Malen

Kosten: 5 Euro

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

10–12 Uhr + weitere Termine

### Plaudertreff für Senioren

Wer/Wo: Begegnungs- und Beratungszentrum „Am Nürnberger Ei“, Zwickauer Straße 162

13.30–16 Uhr + weitere Termine

### Treff der Skatspieler

Kosten: 2 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

14–15.30 Uhr

### Lockwitzer Begegnungstreff

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: KulturLeben Dresden UG, Röhrsdorfer Straße 4  
Anmeldung: Telefon: (01 51) 50 33 45 18  
E-Mail: ava@roter-baum.de

14–15 Uhr + weitere Termine

### Englisch

Kosten: 2,50 Euro

Wer/Wo: Beratungs- und Begegnungszentrum „Bülowh“, Pillnitzer Landstraße 12  
Anmeldung bis einen Tag vorher  
Telefon: (03 51) 2 68 89 88  
E-Mail: sbz.buelowh@diakonie-dresden.de

14–15.30 Uhr

### Treff Seniorenradio

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: Begegnungszentrum „Wiesenhäuser“, Wiesenstraße 17  
Anmeldung: Telefon: (03 51) 2 13 13 39  
E-Mail: wiesenhaeuser@asb-dresden.de

15–16 Uhr + weitere Termine

### Treff der Angehörigengruppe Demenz

Wer/Wo: Begegnungs- und Beratungszentrum „Am Friedensstein“, Dresdner Straße 3  
jeden 1. Donnerstag im Monat  
Telefon: (03 51) 45 25 63 28  
E-Mail: m.stoehr@asb-dresden.de

16.30–18 Uhr + weitere Termine

### Schatzkiste des Lebens

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: Begegnungs- und Beratungszentrum Blasewitz, Wittenberger Straße 83  
Anmeldung: Telefon: (03 51) 3 40 08 76  
E-Mail: bbz@seniorenhilfe-dresden.de

18–19 Uhr

### Vortrag: Caspar David Friedrichs Friedhöfe

Wer/Wo: Verwaltung des Elias-, Trinitatis- und Johannisfriedhof, Fiedlerstraße 1

## Freitag, 11. Oktober

9.30–11 Uhr

### Nachbarschaftsfrühstück

Kosten: 6,50 Euro

Wer/Wo: Seniorenbegegnungsstätte Michelangelo, Räcknitzhöhe 52  
Anmeldung bis 8. Oktober  
Telefon: (03 51) 2 13 97 09  
E-Mail: michelangelo@volkssoli-dresden.de

10–12 Uhr

### Digital-Vortrag: Bildbearbeitung auf dem Smartphone

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: Begegnungs- und Beratungszentrum Laubegast, Laubegaster Ufer 22, 2. Obergeschoss, Zirkelraum  
Anmeldung: Telefon: (03 51) 5 01 05 25  
E-Mail: laubegast@volkssoli-dresden.de

10–12 Uhr + weitere Termine

### Skat für Anfängerinnen und Anfänger

Kosten: 2 Euro

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

14–15.30 Uhr

### Lesung: Aus dem Leben und Werk von Christian Morgenstern

Kosten: 2 Euro zzgl. Verzehr

Wer/Wo: Begegnungszentrum „Wiesenhäuser“, Wiesenstraße 17  
Anmeldung: Telefon: (03 51) 2 13 13 39  
E-Mail: wiesenhaeuser@asb-dresden.de

17–18.30 Uhr + weitere Termine

### Yoga

Kosten: 12 Euro

Wer/Wo: Begegnungszentrum „Wiesenhäuser“, Wiesenstraße 17  
Anmeldung über Kursleiterin Anett Juhrs.  
Telefon: (01 72) 3 51 76 00  
E-Mail: anett.juhrs@icloud.com

## Sonntag, 13. Oktober

14–15.30 Uhr

### Sonntagsspaziergang

Wer/Wo: Verwaltung des Elias-, Trinitatis- und Johannisfriedhofs, Wehlener Straße 13, Treff: An der Feierhalle

## Montag, 14. Oktober

10–11.30 Uhr + weitere Termine

### Handarbeitszirkel „Fadenspiel“

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

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 + weitere Termine

### Sport auf der Matte

Wer/Wo: Nachbarschaftshilfeverein e. V., Leutewitzer Ring 45, Fitnessraum Leutewitzer Ring 47

Anmeldung: Telefon: (03 51) 4 17 89 96

E-Mail: info@nhv-dresden.de

14–15.30 Uhr

### Abenteuer Radreise Südchina – von Kunming bis zur Tigersprungschlucht Teil II

Kosten: 3 Euro

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

14–16 Uhr + weitere Termine

### Seniorenberatung im BBZ „Johann“

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

14–15 Uhr

### Rede-Café

Wer/Wo: Begegnungs- und Beratungszentrum Laubegast, Laubegaster Ufer 22, 1. Obergeschoss, Klubraum

14 Uhr

### Literaturzirkel

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

15.15–16.15 Uhr

### Vortrag: 55 Jahre Dresdner Fernsehturm

Wer/Wo: Begegnungs- und Beratungszentrum Laubegast, Laubegaster Ufer 22, 2. Obergeschoss, Zirkelraum

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

## Dienstag, 15. Oktober

9.30–10.30 Uhr + weitere Termine

### Handgymnastik

Kosten: 4 Euro

Wer/Wo: Begegnungs- und Beratungszentrum Blasewitz, Marienberger Straße 65  
Anmeldung: Telefon: (03 51) 3 40 08 76  
E-Mail: bbz@seniorenhilfe-dresden.de

9.30–10.30 Uhr + weitere Termine

**Gedächtnis-Fitness**

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: Begegnungs- und Beratungszentrum Blasewitz, Marienberger Straße 65

Anmeldung bitte bis einen Tag vorher.

Telefon: (03 51) 3 40 08 76

E-Mail: bbz@seniorenhilfe-dresden.de

10–11 Uhr + weitere Termine

**Gedächtnistraining**

Kosten: 2 Euro

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

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

14–15.30 Uhr + weitere Termine

**Musikcafé**

Kosten: 2 Euro zzgl. Getränke

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

14–15 Uhr + weitere Termine

**Zumba® Gold 1**

Kosten: 5 Euro

Wer/Wo: Begegnungszentrum „Wiesenhäuser“, Wiesenstraße 17

Anmeldung: Telefon: (03 51) 2 13 13 39

E-Mail: wiesenhaeuser@asb-dresden.de

14.15–16 Uhr

**Kaffee, Kuchen und Kultur –  
Dresdner Geschichten – Lesung**

Kosten: 5 Euro

Wer/Wo: Beratungs- und Begegnungszentrum „Bülowh“, Pillnitzer Landstraße 12

Anmeldung bis einen Tag vor der

Veranstaltung erforderlich

Telefon: (03 51) 2 68 89 88

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

15.10–16.10 Uhr + weitere Termine

**Zumba® Gold 2**

Kosten: 5 Euro

Wer/Wo: Begegnungszentrum „Wiesenhäuser“, Wiesenstraße 17

Anmeldung: Telefon: (03 51) 2 13 13 39

E-Mail: wiesenhaeuser@asb-dresden.de

15.30–16.30 Uhr

**Gemeinsam Lachen**

Kosten: 3 Euro

Wer/Wo: Begegnungs- und Beratungszentrum Blasewitz, Wittenberger Straße 83

9–10 Uhr + weitere Termine

**Handgymnastik**

Kosten: 4 Euro

Wer/Wo: Begegnungs- und Beratungszentrum Blasewitz, Wittenberger Straße 83

Anmeldung bitte bis einen Tag im Voraus.

Telefon: (03 51) 3 40 08 76

E-Mail: bbz@seniorenhilfe-dresden.de

9.30–10.30 Uhr + weitere Termine

**Englischkurs**

Kosten: 4 Euro

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

9.41 Uhr

**Wanderung Moorseeerunde, Röderbrücke,  
Großdittmannsdorf (ca. 12 Kilometer,  
Schwierigkeit: mittelschwer)**

Wer/Wo: Jahresringe Dresden Verband für Vorruhestand und aktives Alter e.V., Treff: Bahnhof Kloztsche Bus 522

10 Uhr

**Rundwanderung bei Radeberg**

Kosten: 3 Euro

Wer/Wo: Begegnungs- und Beratungszentrum Laubegast, Laubegaster Ufer 22, Treff, Start und Ziel: Bahnhof Radeberg; Parkplatz am Bahnhof; Start der Runde 10

Uhr. Es gibt zehn Plätze, um Anmeldung

wird gebeten (joerg.ludewig@web.de,

Telefon: (01 71) 2 23 92 55). Bitte beachten

Sie, dass Sie sich direkt am angegebenen

Treffpunkt einfinden.

E-Mail: laubegast@volkssoli-dresden.de

10–11 Uhr

**Polizei informiert: Sicher Leben,  
sicher Zuhause**

Wer/Wo: Seniorenbegegnungsstätte

„Michelangelo“, Räcknitzhöhe 52

Anmeldung bis 15. Oktober

Telefon: (03 51) 2 13 97 09

E-Mail: michelangelo@volkssoli-dresden.de

10–11.30 Uhr

**Zeit für mich – Lust im Alter – eine  
Gesprächsrunde für Frauen 60plus**

Wer/Wo: KulturLeben Dresden UG,

Oschatzer Straße 10, Dresdner Nachbarschaft 60plus

Anmeldung: Telefon: (03 51) 79 57 60 23

E-Mail: nachbarschaft60plus@roter-baum.de

13–16 Uhr + weitere Termine

**Rommé-Runde**

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: Begegnungs- und Beratungszentrum Laubegast, Laubegaster Ufer 22, 1. Obergeschoss, Klubraum

13–18 Uhr + weitere Termine

**Preisskatturnier**

Kosten: 8 Euro zzgl. Getränke

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

13.30–14.30 Uhr + weitere Termine

**Sitzgymnastik und Denksport**

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: Begegnungszentrum „Wiesenhäuser“, Wiesenstraße 17

13.30–15 Uhr

**Buchlesung**

Kosten: 3,50 Euro zzgl. Kaffee und Kuchen

Wer/Wo: Seniorenbegegnungsstätte

„Michelangelo“, Räcknitzhöhe 52

Anmeldung bis 15. Oktober

Telefon: (03 51) 2 13 97 09

E-Mail: michelangelo@volkssoli-dresden.de

14–16 Uhr

**Literatursalon: „Meine Trauerspuren“ –  
Texte & Gedichte von Anja Plechinger**

Wer/Wo: KulturLeben Dresden UG,

Oschatzer Straße 10, Dresdner Nachbarschaft 60plus

Anmeldung: Telefon: (03 51) 79 57 60 23

E-Mail: nachbarschaft60plus@roter-baum.de

14–15 Uhr

**Singenachmittag**

Kosten: 2 Euro

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

14.30–15.30 Uhr + weitere Termine

**Atemgymnastik**

Kosten: 4 Euro

Wer/Wo: Begegnungs- und Beratungszentrum Blasewitz, Wittenberger Straße 83

14.30–15.30 Uhr

**Vernissage im Zirkelraum**

Wer/Wo: Begegnungs- und Beratungszentrum Laubegast, Laubegaster Ufer 22,

2. Obergeschoss, Zirkelraum

**Mittwoch, 16. Oktober**

9–10.30 Uhr

**Begegnungsfrühstück**

Kosten: 4 Euro

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

# Hörgeräte Jens Steudler

Meisterbetriebe mit Labor

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

Jetzt auch Online-Termin vereinbaren:

[www.Hoergeraete-Steudler.de](http://www.Hoergeraete-Steudler.de)**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



IHRE OHREN WERDEN  
**STAUNEN!**

16.30–19 Uhr

**Kulinarisches Erlebnis**

Kosten: 7 Euro

Wer/Wo: KulturLeben Dresden UG, Berzdorfer Straße 26. Der Eingang für Besucher befindet sich hinter dem schwarzen Netto.  
Anmeldung: Telefon: (01 51) 50 33 45 18  
E-Mail: ava@roter-baum.de

**Donnerstag, 17. Oktober**

9–12 Uhr

**Mediensprechstunde**

Kosten: 3 Euro

Wer/Wo: Beratungs- und Begegnungszentrum „Johann“, Striesener Straße 39  
Bitte melden Sie sich per Telefon oder persönlich bei uns im BBZ „Johann“ an.  
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

10–11 Uhr

**Sitz-Yoga (auf und um den Stuhl)**

Kosten: 3 Euro

Wer/Wo: Begegnungs- und Beratungszentrum „Luise“, Warthaer Straße 25  
Bitte bringen Sie bequeme Kleidung mit.  
Telefon: (03 51) 4 24 17 34  
E-Mail: luise@asb-dresden.de

10–11 Uhr

**Gedächtnistraining**

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: Seniorenzentrum „Impuls“, Bürgerstraße 6

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. Bei Interesse erfragen Sie bitte den Treffpunkt bei uns.  
Telefon: (03 51) 84 72 26 78  
E-Mail: impuls@drk-dresden.de

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

10–11 Uhr + weitere Termine

**Mußestunde – für Menschen mit Demenzerkrankungen**

Wer/Wo: AWO KBS GerDA Dresden Prohlis, Herzberger Straße 2

Anmeldung: Telefon: (03 51) 2 89 16 15

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

13–15.30 Uhr + weitere Termine

**Skat-Nachmittag**

Kosten: 2 Euro

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

14–15.30 Uhr

**ADAC-Verkehrsteilnehmerschulung**

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: Begegnungszentrum „Wiesenhäuser“, Wiesenstraße 17  
Anmeldung: Telefon: (03 51) 2 13 13 39  
E-Mail: wiesenhaeuser@asb-dresden.de

14–15 Uhr

**Nachbarschaftlicher Besuch im Eltern-Kind-Büro**

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: KulturLeben Dresden UG, Rosenbergsstraße 10  
Anmeldung: Telefon: (01 51) 50 33 45 18  
E-Mail: ava@roter-baum.de

14 Uhr

**Spielenachmittag, Achtung neuer Ort**

Kosten: ein Euro

Wer/Wo: Jahresringe Dresden Verband für Vorruhestand und aktives Alter e. V., Treff: Vereinshaus „Aktives Leben“ Johannstadthalle Dürerstraße 89

14–16 Uhr + weitere Termine

**Offener Treff für Spielebegeisterte**

Kosten: 2 Euro

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

14–15.30 Uhr + weitere Termine

**Musik macht fröhlich**

Kosten: 3 Euro

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

14.30–16 Uhr

**Kurs: Sprache und Sprechen im Alter**

Kosten: 3 Euro

Wer/Wo: Begegnungs- und Beratungszentrum Laubegast, Laubegaster Ufer 22, 2. Obergeschoss, Zirkelraum

15.30–17.30 Uhr

**Gruppe Pflegender Angehöriger**

Wer/Wo: Beratungs- und Begegnungszentrum „Bülowh“, Pillnitzer Landstraße 12

**Freitag, 18. Oktober**

9–15 Uhr

**Workshop – Ruhestand. Und nun?**

Wer/Wo: KulturLeben Dresden UG, Oschatzer Straße 10, Dresdner Nachbarschaft 60plus  
Anmeldung: Telefon: (03 51) 79 57 60 23  
E-Mail: nachbarschaft60plus@roter-baum.de

9–12 Uhr

**Wanderung (Schwierigkeit: leicht, fünf Kilometer)**

Kosten: 3,50 Euro

Wer/Wo: Seniorenbegegnungsstätte „Michelangelo“, Räcknitzhöhe 52, Treff: 9 Uhr  
Begegnungsstätte Michelangelo  
Anmeldung bis 17. Oktober  
Telefon: (03 51) 2 13 97 09  
E-Mail: michelangelo@volkssoli-dresden.de

10–11 Uhr + weitere Termine

**Yoga auf dem Stuhl**

Kosten: 3 Euro

Wer/Wo: Seniorenzentrum „Impuls“, Bürgerstraße 6

10–12 Uhr

**Schulung für Verkehrsbeteiligte 65plus ADAC-Programm „sicher mobil“**

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: Begegnungs- und Beratungszentrum Laubegast, 2. Obergeschoss, Zirkelraum  
Anmeldung: Telefon: (03 51) 5 01 05 25  
E-Mail: laubegast@volkssoli-dresden.de

14–15.30 Uhr + weitere Termine

**Farbe, Kleidungsstück, Körperteil – das etwas andere Name, Stadt, Land**

Kosten: 2 Euro

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

**Sonnabend, 19. Oktober**

14–16 Uhr

**Ü60-Treff**

Kosten: 2 Euro zzgl. Speisen und Getränke

Wer/Wo: Seniorenbegegnungsstätte „Michelangelo“, Räcknitzhöhe 52  
Anmeldung bis 15. Oktober  
Telefon: (03 51) 2 13 97 09  
E-Mail: michelangelo@volkssoli-dresden.de

**Montag, 21. Oktober**

9–12 Uhr + weitere Termine

**Fragen zu Tablet und Smartphone**

Kosten: 3 Euro

Wer/Wo: Beratungs- und Begegnungszentrum „Bülowh“, Pillnitzer Landstraße 12  
Die individuelle Terminvereinbarung erfolgt nach Weitergabe der Kontaktdaten an die Kursleiterin. Diese setzt sich direkt mit den Interessierten in Verbindung.  
Telefon: (03 51) 2 68 89 88  
E-Mail: sbz.buelowh@diakonie-dresden.de

10–12 Uhr + weitere Termine

**Computerkurs für Senioren**

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

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 4 17 89 96

E-Mail: info@nhv-dresden.de

10–12 Uhr

**Stadtspaziergang**

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: Begegnungs- und Beratungszentrum „Fidelio“, Papstdorfer Straße 25  
Anmeldung bis 18. Oktober  
Telefon: (03 51) 2 50 21 60  
E-Mail: fidelio@volkssoli-dresden.de

10–12 Uhr

**IG Wissenschaft und Kultur/Philosophier-Café**

Kosten: ein Euro

Wer/Wo: Jahresringe Dresden Verband für Vorruhestand und aktives Alter e. V., Treff: Vereinshaus „Aktives Leben“, Johannstadthalle, Dürerstraße 89

14–15.30 Uhr + weitere Termine

**ADAC-Verkehrsteilnehmerschulung**

Kosten: 3 Euro

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

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. Der Zugang ist barrierefrei.

Telefon: (03 51) 8 80 63 45

E-Mail: klotzsche@volkssoli-dresden.de

18–19 Uhr

**Ruhestand als Chance. Die späte Lebensphase entdecken – Vortrag und Lesung mit Sabine Schröder-Kunz**

Wer/Wo: Kompetenzzentrum für den Übergang in den Ruhestand (KÜR),

Dr.-Külz-Ring 12

Anmeldung über die Buchhandlung oder

Telefon: (03 51) 2 89 16 12

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

**Dienstag, 22. Oktober**

9.30–11 Uhr

**Kurs: Gemeinsam Digital**

Kosten: 20 Euro

Wer/Wo: Digitale Großeltern, Luchbergstraße 5 c, Gruppenraum

Bitte bringen Sie ihr geladenes Gerät mit!

Telefon: (01 63) 6 39 83 57

E-Mail: info@digitalegrosseltern.de

14–16 Uhr + weitere Termine

**Stadtspaziergang**

Kosten: 2 Euro

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

**Mittwoch, 23. Oktober**

9.29 Uhr

**Wanderung (ca. zehn Kilometer, Schwierigkeit: mittelschwer, Stücke empfehlenswert)**

Wer/Wo: Jahresringe Dresden Verband für Vorruhestand und aktives Alter e. V.,

Hauptbahnhof Dresden S1

Gut informiert?

[www.dresden.de/wegweiser](http://www.dresden.de/wegweiser)

10–11 Uhr + weitere Termine

**Männerfitness 60plus**

Kosten: 2 Euro

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

Einrichtung ist barrierefrei zugänglich.

Anmeldung: Telefon: (03 51) 4 46 76 23

E-Mail: johann@drk-dresden.de

10.09 Uhr

**Wanderung durch die Dippser Heide (ca. acht Kilometer, Schwierigkeit: mittelschwer)**

Wer/Wo: Jahresringe Dresden Verband für Vorruhestand und aktives Alter e. V., Treff:

Hauptbahnhof Dresden Bus 360 bis Ober-

häslich

10.45–11.45 Uhr + weitere Termine

**Französisch-Konversation**

Kosten: 3 Euro

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

13.30–15 Uhr

**Sketche der DDR**

Kosten: 3,50 Euro zzgl. Kaffee und Kuchen

Wer/Wo: Seniorenbegegnungsstätte

„Michelangelo“, Räcknitzhöhe 52

Anmeldung bis 22. Oktober

Telefon: (03 51) 2 13 97 09

E-Mail: michelangelo@volkssoli-dresden.de

16–19 Uhr + weitere Termine

**Grundschulung zum Krankheitsbild Demenz**

Wer/Wo: Kompetenzaufgaben Demenz,

Amalie-Dietrich-Platz 3

Anmeldung: Telefon: (03 51) 4 16 60 47

E-Mail: demenz@dpbv-online.de

**Donnerstag, 24. Oktober**

10–11.30 Uhr

**Themencafé Lockwitz**

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: KulturLeben Dresden UG, Am Galgenberg 99, Freiraum in der Gewürzmühle:

bitte gehen Sie in den Hof (grünes Tor) nach

hinten links zum Gebäude „Freiraum“

Anmeldung: Telefon: (01 51) 50 33 45 18

E-Mail: ava@roter-baum.de

14.15–15.15 Uhr + weitere Termine

**Von und für 60plus – Techniksprechstunde mit Joachim**

Wer/Wo: KulturLeben Dresden UG,

Oschatzer Straße 10, Dresdner Nachbarschaft 60plus

Anmeldung: Telefon: (03 51) 79 57 60 23

E-Mail: nachbarschaft60plus@

roter-baum.de

14.30 Uhr

**IG Wissenschaft und Kultur/ Philosophier-Café, Neuer Treffpunkt, neue Zeit**

Wer/Wo: Jahresringe Dresden Verband für Vorruhestand und aktives Alter e. V., Treff:

Café Eisold, Fetscherplatz

14.30–15.30 Uhr + weitere Termine

**Gemeinsames Singen**

Kosten: 3 Euro

Wer/Wo: Begegnungs- und Beratungszentrum Laubegast, Laubegaster Ufer 22,

2. Obergeschoss, Zirkelraum

15.30–17.30 Uhr + weitere Termine

**Spielenachmittag – gemeinsam in die Rente**

Wer/Wo: KulturLeben Dresden UG,

Oschatzer Straße 10, Dresdner Nachbarschaft 60plus, Erdgeschoss

Anmeldung: Telefon: (03 51) 79 57 60 23

E-Mail: nachbarschaft60plus@

roter-baum.de

17–19 Uhr + weitere Termine

**Stricktreff für Jung und Alt**

Kosten: 2 Euro

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

Anmeldung: Telefon: (03 51) 8 80 63 45

E-Mail: klotzsche@volkssoli-dresden.de

**Freitag, 25. Oktober**

10–12 Uhr

**Kreativzirkel**

Kosten: 2 Euro zzgl. Materialkosten

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

Straße 45

JOHANNITER

**Fürsorge,  
die nie endet.**

Seit 30 Jahren in Ihrer Region.

**Jetzt bewerben!**[www.johanniter.de/jobs-dresden](http://www.johanniter.de/jobs-dresden)Gleich  
Termin  
vereinbaren!**der horchladen****Hören Sie den Unterschied?**Entdecken Sie die neuesten  
Hörgeräte-Technologien  
und erleben Sie besseres Hören  
und Verstehen wie nie zuvor!

Räcknitzhöhe 35 | Dresden

Tel. 0351 / 476 33 41

[www.derhorchladen.de](http://www.derhorchladen.de)

10 Uhr

**Archivführung für Seniorinnen und Senioren**

Wer/Wo: Stasi-Unterlagen-Archiv Dresden, Riesaer Straße 7 D, Treff: 2. Obergeschoss, Foyer. Die Führung ist auf max. 15 Teilnehmende begrenzt. Ein Fahrstuhl ist vorhanden. Sitzgelegenheiten werden zur Verfügung gestellt.

Anmeldung: Telefon: (030) 1 86 65 34 11

E-Mail: Dresden.Stasiunterlagenarchiv@Bundesarchiv.de

13-14.30 Uhr + weitere Termine

**Bingo Nachmittag**

Kosten: 2 Euro

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

13-15.30 Uhr + weitere Termine

**Skat**

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: SBS Friedrichstadt, Alfred-Althus-Straße 2 a

13-14 Uhr + weitere Termine

**Akkordeontreff**

Kosten: 4 Euro

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

**Montag, 28. Oktober**

8.30-9.30 Uhr

**Fitnessgruppe Frauen I**

Kosten: 4,50 Euro

Wer/Wo: Begegnungszentrum „Wiesenhäuser“, Wiesenstraße 17

Anmeldung: Telefon: (03 51) 2 13 13 39

E-Mail: wiesenhaeuser@asb-dresden.de

9.45-10.45 Uhr

**Fitnessgruppe Frauen II**

Kosten: 4,50 Euro

Wer/Wo: Begegnungszentrum „Wiesenhäuser“, Wiesenstraße 17

Anmeldung: Telefon: (03 51) 2 13 13 39

E-Mail: wiesenhaeuser@asb-dresden.de

10-11.30 Uhr

**Neu in Kaditz: Nachbarschaftsfrühstück**

Kosten: 3 Euro

Wer/Wo: Seniorenzentrum „Impuls“, Altkaditz 25

10.30-12 Uhr

**Heiteres Gedächtnistraining**

Kosten: 3 Euro

Wer/Wo: Begegnungs- und Beratungszentrum Laubegast, Laubegaster Ufer 22, 1. Obergeschoss, Saal

14-16 Uhr

**Singekreis**

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: Seniorenzentrum „Impuls“, Bürgerstraße 6

14.30-15.30 Uhr

**Erzählcafé: „Das Alte Dresden“**

Kosten: 3 Euro

Wer/Wo: Begegnungs- und Beratungszentrum Laubegast, Laubegaster Ufer 22, 2. Obergeschoss, Zirkelraum

Anmeldung: Telefon: (03 51) 5 01 05 25

E-Mail: laubegast@volkssoli-dresden.de

**Dienstag, 29. Oktober**

9-12 Uhr + weitere Termine

**Aufbauschulung zum Krankheitsbild Demenz**

Wer/Wo: Kompetenzaufgaben Demenz, Amalie-Dietrich-Platz 3

Anmeldung: Telefon: (03 51) 4 16 60 47

E-Mail: demenz@dpbv-online.de

11-11.45 Uhr

**Sitzgymnastik 60+**

Kosten: 3 Euro

Wer/Wo: Begegnungs- und Beratungszentrum Laubegast, Laubegaster Ufer 22, 2. Obergeschoss, Zirkelraum

**Mittwoch, 30. Oktober**

9-11 Uhr

**Nordic Walking 60plus im Großen Garten**

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: Beratungs- und Begegnungszentrum „Johann“, Striesener Straße 39, Treffpunkt nach Absprache

Anmeldung: Telefon: (03 51) 4 46 76 23

E-Mail: johann@drk-dresden.de

9-10.30 Uhr

**„Des Tages schönste Stunde“ – wir frühstücken gemeinsam.**

Kosten: 6,50 Euro

Wer/Wo: Begegnungs- und Beratungszentrum Laubegast, Laubegaster Ufer 22, Kleiner Saal

Anmeldung: Telefon: (03 51) 5 01 05 25

E-Mail: laubegast@volkssoli-dresden.de

9-16.30 Uhr

**Wanderung gemeinsam in die Rente: Sächsische Schweiz mit Jörg (zwölf Kilometer, Schwierigkeit: mittelschwer)**

Wer/Wo: KulturLeben Dresden UG, Treff:

9.00 Uhr in der Kuppelhalle des Hauptbahnhofs Dresden gegenüber Burgerking; Fahrt: S 2 Hauptbahnhof Dresden – Pirna (ab 9.10 Uhr, Gleis 13); Bus 245 Pirna – Langenhennersdorf Forsthaus (ab 9.40 Uhr, ZOB)

Anmeldung: Telefon: (01 51) 44 22 83 84

E-Mail: nachbarschaft60plus@roter-baum.de

9.09 Uhr

**Wanderung vom Golfplatz Possendorf nach Freital-Deuben (ca. sieben Kilometer, Schwierigkeit: mittelschwer)**

Wer/Wo: Jahresringe Dresden Verband für Vorruhestand und aktives Alter e. V., Treff: Hauptbahnhof Dresden Bus 360

14-16 Uhr

**Gemeinsam kreativ**

Kosten: 3 Euro

Wer/Wo: Seniorenzentrum „Impuls“, Bürgerstraße 6

15-17 Uhr

**Leben als Unikat. Ein Workshop für die Einzigartigkeit in uns.**

Kosten: 15 Euro

Wer/Wo: KulturLeben Dresden UG, Bodenbacher Straße 100 c, das kleine Haus hinter Bodenbacher Straße 100  
Anmeldung: Telefon: (01 51) 50 33 45 18  
E-Mail: ava@roter-baum.de

17-18 Uhr

**Neu! Rückengymnastik**

Kosten: 5 Euro

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

Anmeldung: Telefon: (03 51) 4 24 17 34

E-Mail: luise@asb-dresden.de

18-20 Uhr

**Klöppelkurs**

Kosten: 6 Euro

Wer/Wo: Begegnungszentrum „Wiesenhäuser“, Wiesenstraße 17

Anmeldung: Telefon: (03 51) 2 13 13 39

E-Mail: wiesenhaeuser@asb-dresden.de

**Donnerstag, 31. Oktober**

9.30-10.30 Uhr + weitere Termine

**Rhythmische Gymnastik**

Kosten: 4 Euro

Wer/Wo: Begegnungs- und Beratungszentrum Laubegast, Laubegaster Ufer 22, 1. Obergeschoss, Saal

12.30-15.30 Uhr + weitere Termine

**Rommé**

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: SBS Friedrichstadt, Alfred-Althus-Straße 2 a

**Redaktionsschluss nächste PlusZeit:  
9. Oktober 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

