

Begegnungszentrum
»Wiesenhäuser«



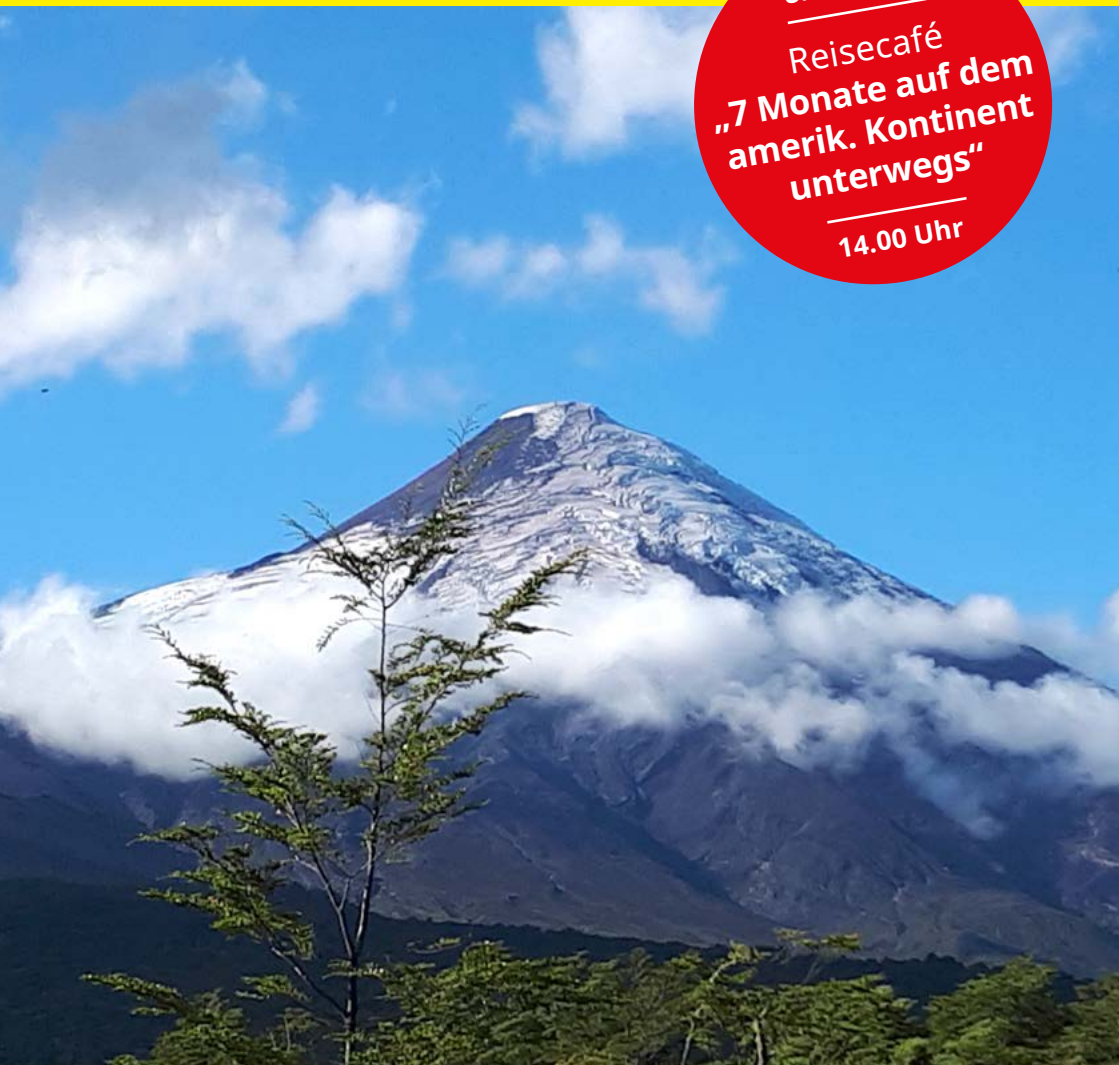
August '24

Monatsprogramm

8. August

Reisecafé
„7 Monate auf dem
amerik. Kontinent
unterwegs“

14.00 Uhr



DONNERSTAG 1. AUGUST

- 10.00 Uhr** offene Handysprechstunde (A) → 1 h | 3 €
Wir helfen Ihnen individuell bei Ihren Problemen rund ums Handy.

FREITAG 2. AUGUST

- 14.00 Uhr** Seniorengymnastik → 1 h | 3 €
(Der Kurs ist zurzeit belegt.)
- 17.00 Uhr** Yoga für Seniorinnen und Senioren → 1,5 h | 12 €

MONTAG 5. AUGUST

- 08.30 Uhr** Fitnessgruppe Frauen I → 1 h | 4,50 €
- 09.45 Uhr** Fitnessgruppe Frauen II → 1 h | 4,50 €
- 14.00 Uhr** Seniorenradio: Ein Lächeln im Alltag → 1,5 h | 2 €
zzgl. Verzehr

DIENSTAG 6. AUGUST

- 10.00 Uhr** Spielevormittag → 2 €
- 13.00 Uhr** Skatrunde → 5 €
- x** offener Kreativtreff **entfällt**
- 14.30 Uhr** Zumba® Gold Sommerkurs (A) → 1 h | 5 €

MITTWOCH 7. AUGUST

- 08.30 Uhr** Sportgruppe I → 1 h | 4,50 €
- 09.45 Uhr** Sportgruppe II → 1 h | 4,50 €
- 13.30 Uhr** Sitzgymnastik mit Seniorenolympiade (A) → 1 h | 3 €



DONNERSTAG 8. AUGUST

- 15.00 Uhr** **Reisecafé** (A) **7 Monate auf dem amerikanischen Kontinent unterwegs** → 1,5 h | 2 €
zzgl. Verzehr
- Vortrag von Birgit Rößler über Mut, Vertrauen und Anfängen
- Kommen Sie gerne ab 14.30 Uhr zu Kaffee und Kuchen*

FREITAG 9. AUGUST

- 14.00 Uhr** Seniorengymnastik (Der Kurs ist zurzeit belegt.) → 1 h | 3 €
- 17.00 Uhr** Yoga für Seniorinnen und Senioren → 1,5 h | 12 €

MONTAG 12. AUGUST

- 08.30 Uhr** Fitnessgruppe Frauen I → 1 h | 4,50 €
- 09.45 Uhr** Fitnessgruppe Frauen II → 1 h | 4,50 €
- 12.00 Uhr** offene Handysprechstunde (A) → 1 h | 3 €
Wir helfen Ihnen individuell bei Ihren Problemen rund ums Handy.

DIENSTAG 13. AUGUST

- 10.00 Uhr** Spielevormittag → 2 €
- 13.00 Uhr** Skatrunde → 5 €
- 14.30 Uhr** Zumba® Gold Sommerkurs (A) → 1 h | 5 €

MITTWOCH 14. AUGUST

- 08.30 Uhr** Sportgruppe I → 1 h | 4,50 €
- 09.45 Uhr** Sportgruppe II → 1 h | 4,50 €
- 13.00 Uhr** Sitzgymnastik und Denksport → 1 h | 3 €
- 18.00 Uhr** Klöppelkurs → 2 h | 6 €

DONNERSTAG 15. AUGUST

14.00 Uhr „Eis-Kaffeeklatsch“ mit Claudia Walter → 1 h | 2 €
zzgl. Verzehr

FREITAG 16. AUGUST

14.00 Uhr Seniorengymnastik (Der Kurs ist zurzeit belegt.) → 1 h | 3 €

17.00 Uhr Yoga für Seniorinnen und Senioren → 1,5 h | 12 €

MONTAG 19. AUGUST

08.30 Uhr Fitnessgruppe Frauen I → 1 h | 4,50 €

09.45 Uhr Fitnessgruppe Frauen II → 1 h | 4,50 €

DIENSTAG 20. AUGUST

10.00 Uhr Spielevormittag → 2 €

13.00 Uhr Skatrunde → 5 €

14.30 Uhr Zumba® Gold Sommerkurs (A) → 1 h | 5 €

MITTWOCH 21. AUGUST

08.30 Uhr Sportgruppe I → 1 h | 4,50 €

09.45 Uhr Sportgruppe II → 1 h | 4,50 €

13.30 Uhr Sitzgymnastik und Denksport → 1 h | 3 €

DONNERSTAG 22. AUGUST

14.00 Uhr Verkehrsteilnehmerschulung (A) → 1,5 h | 2 €
zzgl. Verzehr
*Kommen Sie gerne ab 13.30 Uhr zu
Kaffee und Kuchen*

FREITAG 23. AUGUST

14.00 Uhr Seniorengymnastik (Der Kurs ist zurzeit belegt.) → 1 h | 3 €

17.00 Uhr Yoga für Seniorinnen und Senioren → 1,5 h | 12 €

(A) Anmeldung erbeten

MONTAG 26. AUGUST

- 08.30 Uhr** Fitnessgruppe Frauen I → 1 h | 4,50 €
- 09.45 Uhr** Fitnessgruppe Frauen II → 1 h | 4,50 €

DIENSTAG 27. AUGUST

- 10.00 Uhr** Spielevormittag → 2 €
- 13.00 Uhr** Skatrunde → 5 €
- 14.30 Uhr** Zumba® Gold Sommerkurs (A) → 1 h | 5 €

MITTWOCH 28. AUGUST

- 08.30 Uhr** Sportgruppe I → 1 h | 4,50 €
- 09.45 Uhr** Sportgruppe II → 1 h | 4,50 €
- x** Sitzgymnastik und Denksport **entfällt**
- 18.00 Uhr** Klöppelkurs → 2 h | 6 €

DONNERSTAG 29. AUGUST

- 14.00 Uhr** **Mobilitätstraining mit Rollator (A)** → 2 h | kostenlos zzgl. Verzehr
- Mobil bleiben, aber sicher – im Straßenverkehr und mit dem ÖPNV!
- Kommen Sie gerne ab 13.30 Uhr zu Kaffee und Kuchen*

FREITAG 30. AUGUST

- 14.00 Uhr** Seniorengymnastik → 1 h | 3 €
(Der Kurs ist zurzeit belegt.)
- 17.00 Uhr** Yoga für Seniorinnen und Senioren → 1,5 h | 12 €

VORSCHAU

19. SEPTEMBER

16.00 Uhr

Malen zum Entspannen

Eine intuitive Zeichenmethode zur Entspannung und zur Förderung der Kreativität. Im Vordergrund steht die Freude am Gestalten. Es entstehen wunderschöne bunte Grafiken.

Keine Vorkenntnisse nötig, Material vorhanden.

30. SEPTEMBER

09.00 – 16.00 Uhr

8. Dresdner Seniorenkonferenz für Verbundenheit und Teilhabe

„Alt? Arm? Allein? Nicht mit uns!“ (gegen Altersarmut und Einsamkeit)

Rathaus, Fest- und Plenarsaal, Dr.-Külz-Ring 19, 01067 Dresden

Neue Besucherinnen und Besucher sind jederzeit herzlich willkommen.

KUNST IN DEN WIESENHÄUSERN



Aquarelle von Regine Martin

Besuchen Sie unsere Ausstellung gerne zu unseren Öffnungszeiten.

BLEIBEN SIE FIT!

Nutzen Sie kostenlos unsere Ergometer in der Bibliothek (während der Öffnungszeiten).



JEDEN WOCHENTAG

**11.30 – 13.00 Uhr
Mittagstisch in
Gemeinschaft**

WIR FÜR SIE



**Darja
Müßiggang**

Leiterin



**Claudia
Walter**

Mitarbeiterin



**Hanna
Wagner**

Bereichsleitung

Ihre Veranstaltung in unseren Räumen

Gerne können Sie die barrierefreien Räumlichkeiten im ASB-Begegnungszentrum »Wiesenhäuser« auch für Ihre Feier, Seminare, Workshops etc. nutzen.

Die Vermietung kann tage- und stundenweise erfolgen. Inbegriffen sind eine voll ausgestattete Küche, WLAN, Leinwand, eine Terrasse, barrierefreie Toilette.

Rufen Sie uns an und wir besprechen gerne alles Weitere mit Ihnen.

Telefon: 0351 213 13 39



ASB-Begegnungszentrum

»Wiesenhäuser«

Wiesenstraße 17
01277 Dresden

Telefon: 0351 213 13 39

Mail: wiesenhaeuser@asb-dresden.de

www.asb-dresden-kamenz.de/wiesenhaeuser

Ihre Ansprechpartnerin

Darja Müßiggang (Leiterin)

Öffnungszeiten Begegnungszentrum

Mo – Do: 09.00 – 15.00 Uhr

Fr: 09.00 – 14.00 Uhr

Senioren-Mittagstisch

Mo – Fr: 11.30 – 13.00 Uhr

Nähere Informationen erhalten Sie
in unserem Begegnungszentrum.

Offene Bibliothek

Mo – Fr: 09.00 – 14.00 Uhr

Änderungen im Programm vorbehalten.



Zum digitalen
Monatsprogramm

Impressum

ASB Dresden & Kamenz gGmbH

ASB-Regionalverband e.V.

Leutewitzer Ring 84

01169 Dresden

Telefon: 0351 4182-0

asb-dresden-kamenz.de

Fotos: ASB Dresden & Kamenz gGmbH

Birgit Rößler (Titel)

Regine Martin (Vorschau)