

**Begegnungszentrum**  
»Wiesenhäuser«



# Oktober '24

Monatsprogramm



11. Oktober  
Lesung mit  
Dietmar Möschner  
über Christian  
Morgenstern  
14.00 Uhr

## DIENSTAG 1. OKTOBER

10.00 Uhr	Spielevormittag	→ 2 €
13.00 Uhr	Skatrunde	→ 5 €

13.30 Uhr	<b>Für ein Alter, das noch was vorhat – ein Teilhabeforum (A)</b>	→ 3,5 h   kostenlos
-----------	---	---------------------

Anlässlich des „Internationalen Tages der älteren Menschen“ fragen wir im Rahmen eines Teilhabe-Forums danach, wie Ältere als Nachbarn, Mitgestalter der Stadtgesellschaft, in sozialen und politischen Gruppierungen ihr Recht auf Inklusion und Partizipation ausgestalten. Darin stellen wir praktische Bezüge zwischen Menschenrechten und Innovationen in der Seniorenarbeit her.

Zur körperlichen und spirituellen Lockerung planen wir eine kleine Zumba® Gold Aktivität.

14.00 Uhr	offener Kreativtreff (A)	→ 1 h   Kosten: je nach Materialaufwand
	<i>Miteinander Schönes schaffen!</i>	
x	Zumba® Gold I	entfällt
x	Zumba® Gold II	entfällt

## MITTWOCH 2. OKTOBER

08.30 Uhr	Sportgruppe I <input checked="" type="checkbox"/>	→ 1 h   4,50 €
09.45 Uhr	Sportgruppe II <input checked="" type="checkbox"/>	→ 1 h   4,50 €
13.30 Uhr	Sitzgymnastik und Denksport	→ 1 h   3 €

## DONNERSTAG 3. OKTOBER

Wir wünschen Ihnen einen angenehmen Feiertag.

## FREITAG 4. OKTOBER

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

## MONTAG 7. OKTOBER

x	Fitnessgruppe Frauen I	entfällt
x	Fitnessgruppe Frauen II	entfällt
12.00 Uhr	offene Handysprechstunde (A)	→ 1 h   3 €

*Wir helfen Ihnen individuell bei Ihren Problemen rund ums Handy.*

Wir haben wieder freie Plätze!

(A) Anmeldung erbeten

## DIENSTAG 8. OKTOBER

10.00 Uhr	Spielevormittag	→ 2 €
13.00 Uhr	Skatrunde	→ 5 €
14.00 Uhr	Zumba® Gold I	→ 1 h   5 €
15.10 Uhr	Zumba® Gold II	→ 1 h   5 €

## MITTWOCH 9. OKTOBER

x	Sportgruppe I	entfällt
x	Sportgruppe II	entfällt

09.30 – 11.00 Uhr **Erntedank** → 2 h | kostenlos

Lassen Sie sich von uns ein Kräutersträußchen schenken (solange der Vorrat reicht)!

Unabhängig davon laden wir Sie herzlich ein, von unseren prächtig gedeihenden Kräutern jederzeit selbst zu ernten.



13.30 Uhr	Sitzgymnastik und Denksport	→ 1 h   3 €
18.00 Uhr	Klöppelkurs	→ 2 h   6 €

## DONNERSTAG 10. OKTOBER

09.00 Uhr	offene Handysprechstunde (A) <i>Wir helfen Ihnen individuell bei Ihren Problemen rund ums Handy.</i>	→ 1 h   3 €
14.00 Uhr	Seniorenradio: „Olympische Spiele“	→ 1,5 h   2 € zzgl. Verzeehr

## FREITAG 11. OKTOBER

10.00 Uhr	Senioren-gymnastik <i>(Der Kurs ist zurzeit belegt.)</i>	→ 1 h   3 €
14.00 Uhr	<b>Lesung mit Dietmar Möschner (A)</b> <b>Aus dem Leben und Werk von Christian Morgenstern</b>	→ 1,5 h   2 € zzgl. Verzeehr
17.00 Uhr	Yoga für Seniorinnen und Senioren	→ 1,5 h   12 €

## MONTAG 14. OKTOBER

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

✓ Wir haben wieder freie Plätze!

(A) Anmeldung erbeten

## DIENSTAG 15. OKTOBER

10.00 Uhr	Spielevormittag	→ 2 €
13.00 Uhr	Skatrunde	→ 5 €
14.00 Uhr	Zumba® Gold I	→ 1 h   5 €
15.10 Uhr	Zumba® Gold II	→ 1 h   5 €

## MITTWOCH 16. OKTOBER

08.30 Uhr	Sportgruppe I <input checked="" type="checkbox"/>	→ 1 h   4,50 €
09.45 Uhr	Sportgruppe II <input checked="" type="checkbox"/>	→ 1 h   4,50 €
13.30 Uhr	Sitzgymnastik und Denksport	→ 1 h   3 €

## DONNERSTAG 17. OKTOBER

09.00 Uhr	offene Handysprechstunde <input type="checkbox"/>	→ 1 h   3 €
	<i>Wir helfen Ihnen individuell bei Ihren Problemen rund ums Handy.</i>	
14.00 Uhr	Verkehrsteilnehmerschulung <i>Kommen Sie gerne ab 13.45 Uhr zu Kaffee und Kuchen.</i>	→ 1,5 h   2 € zzgl. Verzehr

## FREITAG 18. OKTOBER

11.00 Uhr	<b>Zünftiges Weißwurstfrühstück <input type="checkbox"/></b> 2 Weißwürste + 1 Brezel + 1 Weißbier mit/ohne Alkohol	→ 2 h   12 € inkl. Eintritt
17.00 Uhr	Yoga für Seniorinnen und Senioren	→ 1,5 h   12 €

## MONTAG 21. OKTOBER

08.30 Uhr	Fitnessgruppe Frauen I	→ 1 h   4,50 €
09.45 Uhr	Fitnessgruppe Frauen II	→ 1 h   4,50 €
14.00 Uhr	<b>gemeinsames Lieder-Singen zur Gitarre <input type="checkbox"/></b> bei Kaffee und Kuchen	→ 1,5 h   2 € zzgl. Verzehr

## DIENSTAG 22. OKTOBER

10.00 Uhr	Spielevormittag	→ 2 €
13.00 Uhr	Skatrunde	→ 5 €
14.00 Uhr	Zumba® Gold I	→ 1 h   5 €
15.10 Uhr	Zumba® Gold II	→ 1 h   5 €

Wir haben wieder freie Plätze!

Anmeldung erbeten

## MITTWOCH 23. OKTOBER

- 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 24. OKTOBER

- 14.00 Uhr **Modenschau bei Kaffee und Kuchen**  → 3 h | 2 €  
zzgl. Verzehr
- Frau Böz mit ihrem Modemobil stellt die neue Herbst- und Winterkollektion 2024 vor.
- Kommen Sie gerne ab 13.45 Uhr zu Kaffee und Kuchen.*

## FREITAG 25. OKTOBER

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

## MONTAG 28. OKTOBER

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

## DIENSTAG 29. OKTOBER

- 10.00 Uhr Spielevormittag → 2 €
- 13.00 Uhr Skatrunde → 5 €
- 14.00 Uhr Zumba® Gold I → 1 h | 5 €
- 15.10 Uhr Zumba® Gold II → 1 h | 5 €

## MITTWOCH 30. OKTOBER

- 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 €
- 18.00 Uhr Klöppelkurs → 2 h | 6 €

## DONNERSTAG 31. OKTOBER

Wir wünschen Ihnen einen angenehmen Feiertag.

Wir haben wieder freie Plätze!

Anmeldung erbeten

# VORSCHAU

**07. NOVEMBER**

17.30 Uhr

## Ausstellungs- eröffnung

„Was die Welt im Innersten  
zusammenhält“

Acrylmalerei von Juliane Franke

**14. NOVEMBER**

14.00 Uhr

## Reisecafé

„Der Zauber Zentralasiens“

Filmvorführung von Reinhard  
Georgi über eine Reise nach  
Usbekistan und Kirgisistan

**FREITAGS, EIN MAL IM MONAT**

10.00 Uhr, ca. 2 Stunden

## Die Grunaer Wandergruppe „Grüne Wiese“ trifft sich zur Stadt- teilwanderung.

Kommen Sie mit! Nähere  
Informationen erhalten Sie  
im Begegnungszentrum.



**KUNST IN DEN  
WIESENHÄUSERN**



**Aquarelle von Regine Martin**

Besuchen Sie die 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](mailto:wiesenhaeuser@asb-dresden.de)

[www.asb-dresden-kamenz.de/wiesenhaeuser](http://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](http://asb-dresden-kamenz.de)

Fotos: ASB Dresden & Kamenz gGmbH

AdobeStock@pressmaster (Titel)

Regine Martin, Flaticon©Flaticon (Vorschau)