

Begegnungszentrum
»Wiesenhäuser«



September '25

Monatsprogramm

Vortrag:
**Hoffnung
für Mädchen
im Südsudan**

24.09.



MONTAG 1. SEPTEMBER

08.30 Uhr	Fitnessgruppe Frauen I	→ 1 h 4,50 €
09.45 Uhr	Fitnessgruppe Frauen II	→ 1 h 4,50 €
14.00 Uhr	Seniorenradio „Lieben Sie Brahms?“ (A)	→ 1 h 2 € zzgl. Verzehr

DIENSTAG 2. SEPTEMBER

10.00 Uhr	Spielevormittag	→ 2 €
13.00 Uhr	Skatrunde	→ 5 €
14.00 Uhr	Offener Kreativtreff <i>Miteinander Schönes schaffen!</i>	→ 1 h 2 € zzgl. Material
14.00 Uhr	Zumba® Gold I	→ 1 h 5 €
15.10 Uhr	Zumba® Gold II <i>Wir haben freie Plätze!</i>	→ 1 h 5 €

MITTWOCH 3. SEPTEMBER

08.30 Uhr	Sportgruppe I	→ 1 h 4,50 €
09.45 Uhr	Sportgruppe II	→ 1 h 4,50 €
09.00 Uhr	Offene Handysprechstunde (A) <i>Wir helfen Ihnen individuell bei Ihren Problemen rund ums Handy.</i>	→ 1 h 3 €
13.30 Uhr	Sitzgymnastik und Denksport	→ 1 h 3 €

DONNERSTAG 4. SEPTEMBER

09.30 Uhr	„Offenes Büro“ – Leitersprechstunde mit Frau Riedel <i>Kommen Sie gerne zu mir ins Büro um Wünsche, Anregungen oder Ideen zu besprechen oder für einen kleinen Plausch.</i>	→ 2 h
-----------	--	-------

FREITAG 5. SEPTEMBER

10.00 Uhr	Senioren-gymnastik <i>(Der Kurs ist zurzeit belegt.)</i>	→ 1 h 3 €
x	Yoga für Seniorinnen	→ entfällt

MONTAG 8. SEPTEMBER

08.30 Uhr	Fitnessgruppe Frauen I	→ 1 h 4,50 €
09.45 Uhr	Fitnessgruppe Frauen II	→ 1 h 4,50 €
14.00 Uhr	NEU: Kaffeekränzchen (A) <i>In entspannter Atmosphäre können sie mit einer Mitarbeiterin plaudern. Bringen Sie gern eine weitere Person mit.</i> <i>Dazu gibt es gern eine Tasse Kaffee und ein Stück Kuchen.</i>	→ 1 h 3 € inkl. Verzehr

(A) Anmeldung erbeten

DIENSTAG 9. SEPTEMBER

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 <i>Wir haben freie Plätze!</i>	→ 1 h 5 €

MITTWOCH 10. SEPTEMBER

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 11. SEPTEMBER

14.00 Uhr	Verkehrsteilnehmerschulung Herr Bürger (Anwalt für Verkehrsrecht) informiert über aktuelle verkehrsrecht- liche Themen. <i>Kommen Sie gerne ab 13.45 Uhr zu Kaffee und Kuchen.</i>	→ 1,5 h 2 € zzgl. Verzehr
-----------	--	--------------------------------

FREITAG 12. SEPTEMBER

09.00 Uhr	Offene Handysprechstunde (A) <i>Wir helfen Ihnen individuell bei Ihren Problemen rund ums Handy.</i>	→ 1 h 3 €
10.00 Uhr	Seniorengymnastik <i>(Der Kurs ist zurzeit belegt.)</i>	→ 1 h 3 €
x	Yoga für Seniorinnen <i>Momentan bieten wir den Kurs nur für Frauen an. Interessierte Männer können sich gerne für weitere Informationen bei uns melden.</i>	→ entfällt

MONTAG 15. SEPTEMBER

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

14.00 Uhr	Sei dabei ab um Zwei! (A) Offener Treff für Begegnung und Ideen: Ihre Wünsche an uns für zukünftige Angebote. <i>Gemeinsames Angebot mit dem Begeg- nungszentrum „Fidelio“ anlässlich der Nachbarschaftstage in Gruna.</i> <i>Die Veranstaltung findet im „Fidelio“ statt.</i>
-----------	--

(A) Anmeldung erbeten

DIENSTAG 16. SEPTEMBER

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 <i>Wir haben freie Plätze!</i>	→ 1 h 5 €

MITTWOCH 17. SEPTEMBER

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 18. SEPTEMBER

14.00 Uhr	Gemeinsamer Grillnachmittag ⓐ Wir grillen wieder und laden Sie herzlich ein. <i>Wir bitten um eine Anmeldung bis zum 15. September!</i>	→ 2 h 2 € zzgl. Verzehr
-----------	---	------------------------------

FREITAG 19. SEPTEMBER

10.00 Uhr	Senioren-gymnastik <i>(Der Kurs ist zurzeit belegt.)</i>	→ 1 h 3 €
x	Yoga für Seniorinnen	→ entfällt

MONTAG 22. SEPTEMBER

08.30 Uhr	Fitnessgruppe Frauen I	→ 1 h 4,50 €
09.45 Uhr	Fitnessgruppe Frauen II	→ 1 h 4,50 €
09.00 Uhr	Offene Handysprechstunde ⓐ <i>Wir helfen Ihnen individuell bei Ihren Problemen rund ums Handy.</i>	→ 1 h 3 €

15.00 Uhr	NEU: Qigong-Kennenlernen mit Frau Herrmann ⓐ Das Qigong ist überliefert aus der chinesischen Tradition und ist weitaus mehr als eine Atem- und Bewegungslehre. Das Üben dieser leichten Bewegungen verbessert unser tägliches Energieniveau, harmonisiert Atmung und Herz-Kreislauf und führt zu innerer Ausgeglichenheit. Ziel für den sich anschließenden Kurs sind Übungsfolgen, die jeder auch zu Hause ausführen kann.	→ 45 min 8 €
-----------	--	----------------

DIENSTAG 23. SEPTEMBER

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 <i>Wir haben freie Plätze!</i>	→ 1 h 5 €

MITTWOCH 24. SEPTEMBER

08.30 Uhr	Sportgruppe I	→ 1 h 4,50 €
09.45 Uhr	Sportgruppe II	→ 1 h 4,50 €
x	Sitzgymnastik und Denksport	→ entfällt

14.00 Uhr	Reisevortrag „Hoffnung für Mädchen im Südsudan“ Ⓐ In ihrem Vortrag gibt Schwester Helena Erler einen bewegenden Einblick in das Leben junger Mädchen vor Ort und berichtet von deren täglichen Herausforderungen.	→ 1,5 h 2 €
-----------	---	---------------

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

DONNERSTAG 25. SEPTEMBER

14.00 Uhr	Stadt - Land - Fluss Gedächtnisrunde Ⓐ Gemeinsam spielen wir Stadt - Land - Fluss zu Kaffee und Kuchen.	→ 1 h 2 € zzgl. Verzehr
-----------	---	------------------------------

FREITAG 26. SEPTEMBER

10.00 Uhr	Senioren-gymnastik <i>(Der Kurs ist zurzeit belegt.)</i>	→ 1 h 3 €
x	Yoga für Seniorinnen	→ entfällt

MONTAG 29. SEPTEMBER

08.30 Uhr	Fitnessgruppe Frauen I	→ 1 h 4,50 €
09.45 Uhr	Fitnessgruppe Frauen II	→ 1 h 4,50 €
09.00 Uhr	Offene Handysprechstunde Ⓐ <i>Wir helfen Ihnen individuell bei Ihren Problemen rund ums Handy.</i>	→ 1 h 3 €

DIENSTAG 30. SEPTEMBER

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 <i>Wir haben freie Plätze!</i>	→ 1 h 5 €

Ⓐ Anmeldung erbeten

VORSCHAU

15. OKTOBER



Reisevortrag Frau Rößler „Eine (noch) un- entdeckte Schön- heit: Bolivien“

23. OKTOBER



Modemobil – Frau Bäz stellt die neue Herbst-/Winter- kollektion vor.

Neue Besucherinnen und Besucher
sind jederzeit herzlich willkommen.

BLEIBEN SIE BELESEN!

Nutzen Sie kostenlos unsere
gut sortierte
Bibliothek

- ca. 1.200 Bücher
aus den Bereichen
Romane, Krimis,
Biografien, Liebe/Leidenschaft,
Reiseliteratur, Sachbücher etc.
Auch Hörbücher, Musik-CDs
stehen Ihnen zur Verfügung.
→ während der 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**

Bitte melden Sie
sich vorab an!

WIR FÜR SIE



**Lisa
Riedel**

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

Lisa Riedel (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

Sie brauchen ein bisschen Hilfe oder Gesellschaft im Alltag?

Unsere jungen AlltagsSamariter begleiten Sie bei kleinen Alltagsaufgaben – ehrenamtlich und ganz unkompliziert.

Unser Angebot für Sie:

- Einkaufen, Begleitung zum Arzt oder ins Begegnungszentrum
- Hilfe im Garten oder bei kleinen Dingen in der Wohnung
- Einfach mal reden, spazieren gehen oder gemeinsam Kaffee trinken

Wichtig:

Dieses Angebot richtet sich an Menschen ab 60 Jahren ohne Pflegegrad, die trotzdem einen Unterstützungsbedarf haben.

Sie haben Interesse? Teilen Sie uns Ihre Wünsche mit und wir bringen Sie mit dem passenden AlltagsSamariter zusammen – ganz unverbindlich, persönlich und mit dem Ziel, Sie im Alltag zu unterstützen und ein wertvolles Miteinander zu schaffen.



ASB
AlltagsSamariter

Impressum

ASB-Regionalverband e.V.
Leutewitzer Ring 84 | Haus II
01169 Dresden

Telefon: 0351 4182-0
asb-dresden-kamenz.de

Fotos: ASB Dresden & Kamenz gGmbH,
AS Photo Family©AdobeStock (Titel),
tan4ikk©AdobeStock, pressmaster©AdobeStock (Vorschau)



Zum digitalen
Monatsprogramm

Änderungen im Pro-
gramm vorbehalten.