

Begegnungszentrum
»Wiesenhäuser«

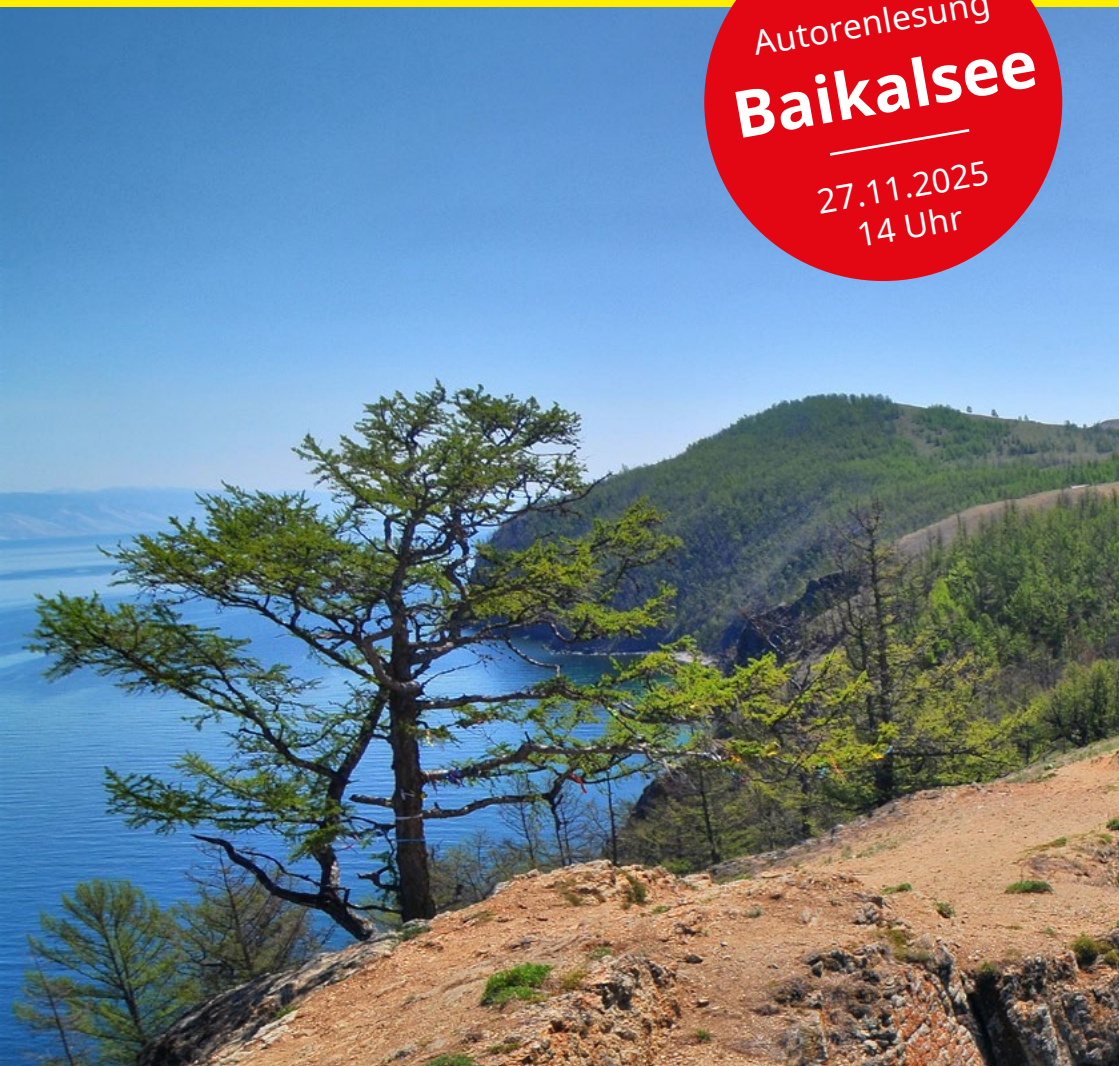


November '25

Monatsprogramm

Autorenlesung
Baikalsee

27.11.2025
14 Uhr



MONTAG 3. NOVEMBER

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

- 10.00 Uhr** **Seniorenberatung durch Frau Hartenfels** Ⓐ → 1 h | kostenlos
- Beratung und Unterstützung für Menschen ab 60 Jahren, deren Angehörige sowie für alle, die sich auf das Alterwerden vorbereiten möchten.

- 14.00 Uhr** **Erzählcafé: November früher und heute** Ⓐ → 1,5 h | 5 € inkl. Eintritt & Verzeehr
- Gemeinsam plaudern, lachen und in Erinnerung schwelgen – das Erzählcafé lädt zu einem gemütlichen Nachmittag bei Kaffee, Tee und Gebäck ein. Wir kommen miteinander ins Gespräch, tauschen uns über frühere Traditionen und Kindheitserinnerungen aus. Wer mag, kann gerne alte Fotos oder Erinnerungsstücke von früher mitbringen.

DIENSTAG 4. NOVEMBER

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

MITTWOCH 5. NOVEMBER

- 08.30 Uhr** Sportgruppe I → 1 h | 4,50 €
- 09.45 Uhr** Sportgruppe II → 1 h | 4,50 €
- 14.00 Uhr** **Stadt – Land – Fluss Gedächtnisrunde** Ⓐ → 1 h | 2 € zzgl. Verzeehr
- Gemeinsam spielen wir Stadt – Land – Fluss bei Kaffee und Kuchen – aber anders als gewohnt! Lassen Sie sich überraschen und genießen Sie einen unterhaltsamen Nachmittag.

DONNERSTAG 6. NOVEMBER

- 09.00 Uhr** Offene Handysprechstunde **A** → 1 h | 3 €
Wir helfen Ihnen individuell bei Ihren Problemen rund ums Handy.

FREITAG 7. NOVEMBER

- 10.00 Uhr** Seniorengymnastik → 1 h | 3 €
(Der Kurs ist zurzeit belegt.)
- 17.00 Uhr** Yoga für Seniorinnen → 1,5 h | 12 €
Momentan bieten wir den Kurs nur für Frauen an. Interessierte Männer können sich gerne für weitere Informationen bei uns melden.

MONTAG 10. NOVEMBER

- 08.30 Uhr** Fitnessgruppe Frauen I → 1 h | 4,50 €
- 09.45 Uhr** Fitnessgruppe Frauen II → 1 h | 4,50 €
- 14.00 Uhr** **Plauderstündchen mit Kaffee und Kuchen **A**** → 2 h | 5 €
inkl. Eintritt & Kaffeegedeck
Plauderthema: Der ASB
Kommen Sie vorbei und machen Sie es sich bei Kaffee und Kuchen gemütlich. Gemeinsam mit Hanna Wagner erzählen wir Ihnen, was der ASB macht, wofür er sich einsetzt und wie er Menschen unterstützt. Danach ist Zeit für Ihre Fragen und ein nettes Gespräch in entspannter Runde.

DIENSTAG 11. NOVEMBER

- 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 freie Plätze!

MITTWOCH 12. NOVEMBER

- 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 13. NOVEMBER

- 14.00 Uhr** Verkehrsteilnehmerschulung
Herr Bürger (Anwalt für Verkehrsrecht)
informiert über aktuelle verkehrsrechtliche Themen.
Kommen Sie gerne ab 13.45 Uhr zu Kaffee und Kuchen → 1,5 h | 2 €
zzgl. Verzehr

FREITAG 14. NOVEMBER

- 10.00 Uhr** Seniorengymnastik
(Der Kurs ist zurzeit belegt.) → 1 h | 3 €
- 17.00 Uhr** Yoga für Seniorinnen
Momentan bieten wir den Kurs nur für Frauen an. Interessierte Männer können sich gerne für weitere Informationen bei uns melden. → 1,5 h | 12 €

MONTAG 17. NOVEMBER

- 08.30 Uhr** Fitnessgruppe Frauen I → 1 h | 4,50 €
- 09.45 Uhr** Fitnessgruppe Frauen II → 1 h | 4,50 €
- 14.00 Uhr** **Qi Gong mit Frau Herrmann Ⓐ** → 1 h | 10 €
Qi Gong-Übungen verbessern unser tägliches Energieniveau, harmonisieren Atmung und Herz-Kreislauf und führen zu innerer Ausgeglichenheit.

DIENSTAG 18. NOVEMBER

- 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
Wir haben freie Plätze! → 1 h | 5 €

DONNERSTAG 20. NOVEMBER

- 14.00 Uhr** **Kreativgruppe mit Frau Herrmann Ⓐ** → 2 €
Schnuppern Sie in unsere neue Kreativgruppe. Frau Herrmann bringt vielseitige Erfahrungen & Ideen mit – sei es häkeln, stricken oder basteln! Gemeinsam können Ideen besprochen werden.
zzgl. Material

FREITAG 21. NOVEMBER

09.00 Uhr	Offene Handysprechstunde Ⓐ	→ 1 h 3 €
10.00 Uhr	Senioren gymnastik (<i>Kurs ist zzt. belegt</i>)	→ 1 h 3 €
17.00 Uhr	Yoga für Seniorinnen	→ 1,5 h 12 €

MONTAG 24. NOVEMBER

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 Ⓐ	→ 1 h 3 €
14.00 Uhr	Seniorenradio „Alles muss man nicht wissen“	→ 1 h 2 € zzgl. Verzehr

DIENSTAG 25. NOVEMBER

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 26. NOVEMBER

08.30 Uhr	Sportgruppe I	→ 1 h 4,50 €
09.45 Uhr	Sportgruppe II	→ 1 h 4,50 €
18.00 Uhr	Klöppelkurs	→ 2 h 6 €

Wir sind außer Haus und daher nicht im Büro erreichbar.

Der Mittagstisch findet wie gewohnt statt.

DONNERSTAG 27. NOVEMBER

14.00 Uhr	Autorenlesung und Buchverkauf mit Petra Büschelberger Ⓐ	→ 1,5 h 3 €
	„Weit entfernte Nähe“ – Reiseerlebnisse auf der russischen Insel Olchon im Baikalsee	
	<i>Bitte melden Sie sich bis zum 24.11. an!</i>	

FREITAG 28. NOVEMBER

10.00 Uhr	Senioren gymnastik (<i>Kurs ist zzt. belegt</i>)	→ 1 h 3 €
17.00 Uhr	Yoga für Seniorinnen	→ 1,5 h 12 €

Ⓐ Anmeldung erbeten

VORSCHAU

08. DEZEMBER



Igelsterne basteln mit Frau Päßler

17. DEZEMBER



Chorkonzert im Warmen mit Glühwein

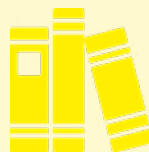
Der Chor „Friedrich Wolf“ Dresden e.V. singt für uns Lieder zur Weihnachtszeit

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 barriere-
freien 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.



Impressum

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

Telefon: 0351 4182-0

www.asb-dresden-kamenz.de

Fotos: ASB Dresden & Kamenz gGmbH,
robnaw©AdobeStock (Titel),
chernikovatv©AdobeStock, DR pics©AdobeStock (Vorschau)



Zum digitalen
Monatsprogramm

Änderungen im Programm vorbehalten.