

Begegnungszentrum
»Wiesenhäuser«



Juni '26

Monatsprogramm

14 Uhr
24.06.2026

Sommerfest
„Kaffeeklatsch &
Kohleglühen“

SOMMER FEST

MONTAG 1. JUNI

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

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

10.00 Uhr **Seniorenberatung durch** → 1 h | kostenlos

Frau Hartenfels Ⓐ

Beratung und Unterstützung für Menschen ab 60 Jahren, deren Angehörige sowie für alle, die sich auf das Alterwerden vorbereiten möchten.

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 2. JUNI

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 €

15.15 Uhr Zumba® Gold II → 1 h | 5 €

MITTWOCH 3. JUNI

09.00 Uhr Sportgruppe Ladies & Gentlemen → 1 h | 4,50 €

13.30 Uhr Sitzgymnastik und Denksport → 1 h | 3 €

DONNERSTAG 4. JUNI

09.00 Uhr **Offene Handysprechstunde** Ⓐ → 1 h | 3 €

Wir helfen Ihnen individuell bei Ihren Problemen rund ums Handy.

FREITAG 5. JUNI

10.00 Uhr Seniorengymnastik → 1 h | 3 €
Bei Interesse bitte telefonisch oder vor Ort anfragen.

x Yoga für Seniorinnen → entfällt

MONTAG 8. JUNI

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

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

Ⓐ Anmeldung erbeten

DIENSTAG 9. JUNI

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

MITTWOCH 10. JUNI

09.00 Uhr	Sportgruppe Ladies & Gentlemen	→ 1 h 4,50 €
x	Sitzgymnastik und Denksport	→ entfällt

DONNERSTAG 11. JUNI

09.30 Uhr	NEU! Liederspaß für Groß & Klein (A)	→ 1 h 2 €
	Wir singen, lachen und musizieren gemeinsam mit den Kindern der Kindertagesstätte „Friderun“ aus Dresden Striesen.	

FREITAG 12. JUNI

10.00 Uhr	Senioren-gymnastik <i>Bei Interesse bitte telefonisch oder vor Ort anfragen.</i>	→ 1 h 3 €
14.00 Uhr	Literatur-Café mit Anja Haase (A)	→ 1 h 3 € zzgl. Verzehr
	Lauschen, Verweilen und Austausch – ein Ort der Gemeinschaft und Debatte mit Kaffee und Kuchen	
x	Yoga für Seniorinnen	→ entfällt

MONTAG 15. JUNI

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 (A)	→ 1 h 10 €
	<i>Wieder freie Plätze!</i> Qi Gong-Übungen verbessern unser tägliches Energieniveau, harmonisieren Atmung und Herz-Kreislauf und führen zu innerer Ausgeglichenheit.	

DIENSTAG 16. JUNI

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

(A) Anmeldung erbeten

MITTWOCH 17. JUNI

x	Sportgruppe Ladies & Gentlemen	→ entfällt
13.30 Uhr	Sitzgymnastik und Denksport	→ 1 h 3 €

DONNERSTAG 18. JUNI

09.00 Uhr	Offene Handysprechstunde Ⓐ Wir helfen Ihnen individuell bei Ihren Problemen rund ums Handy.	→ 1 h 3 €
14.00 Uhr	Seniorenradio „Bertolt Brecht Teil II“ Ⓐ	→ 1 h 3 €

FREITAG 19. JUNI

10.00 Uhr	Senioren-gymnastik <i>Bei Interesse bitte telefonisch oder vor Ort anfragen.</i>	→ 1 h 3 €
14.00 Uhr	Jetzt jeden Monat: „Musik macht froh“ Ⓐ mit Musiker & Kreativitätslehrer Hans-Joachim Lahmann Wir singen bekannte Lieder und begleiten uns mit Rhythmusinstrumenten.	→ 1 h 3 €
x	Yoga für Seniorinnen	→ entfällt

MONTAG 22. JUNI

08.30 Uhr	Fitnessgruppe Frauen I	→ 1 h 4,50 €
09.45 Uhr	Fitnessgruppe Frauen II	→ 1 h 4,50 €
14.00 Uhr	Stadt-Land-Fluss Gedächtnisrunde Ⓐ Gemeinsam spielen wir „Stadt - Land - Fluss“ bei Kaffee und Kuchen – aber anders, als Sie es kennen! Lassen Sie sich überraschen und genießen Sie einen unterhaltsamen Nachmittag.	→ 1,5 h 2 € zzgl. Verzehr

DIENSTAG 23. JUNI

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

Ⓐ Anmeldung erbeten

MITTWOCH 24. JUNI

09.00 Uhr Sportgruppe Ladies & Gentlemen → 1 h | 4,50 €
x Sitzgymnastik und Denksport → entfällt

14.00 Uhr **Sommerfest „Kaffeeklatsch & Kohleglühen“** → 3 h | 12 €
Wir laden Sie herzlich zu unserem Sommerfest mit selbst gebackenem Kuchen, kleinen Überraschungen und Köstlichkeiten vom Grill ein.
Wir freuen uns auf Sie!

18.00 Uhr Klöppelkurs → 2 h | 6 €

DONNERSTAG 25. JUNI

14.00 Uhr **Kreativgruppe mit Christine** → 1,5 h | 2 €
Häkeln, stricken oder basteln zzgl. Material & Verzehr
in gemütlicher Runde

FREITAG 26. JUNI

10.00 Uhr Seniorengymnastik → 1 h | 3 €
Bei Interesse bitte telefonisch oder vor Ort anfragen.
x Yoga für Seniorinnen → entfällt

MONTAG 29. JUNI

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

14.00 Uhr **Qi Gong mit Frau Herrmann** (A) → 1 h | 10 €
Wieder freie Plätze!
Qi Gong-Übungen verbessern unser tägliches Energieniveau, harmonisieren Atmung und Herz-Kreislauf und führen zu innerer Ausgeglichenheit.

DIENSTAG 30. JUNI

10.00 Uhr Spielevormittag → 2 €

13.00 Uhr Skatrunde → 5 €

14.00 Uhr Zumba® Gold I → 1 h | 5 €

15.15 Uhr Zumba® Gold II → 1 h | 5 €

(A) Anmeldung erbeten

VORSCHAU

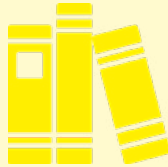
BLEIBEN SIE BELESEN!

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 freuen uns über
neue Mittagsgäste!**

WIR FÜR SIE



**Peggy
Scharl**

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

www.asb-dresden-kamenz.de

Fotos: ASB Dresden & Kamenz gGmbH,
Nelos/rawpixel/krissikunterbunt©AdobeStock (Inhalt)



Zum digitalen
Monatsprogramm

Änderungen im Pro-
gramm vorbehalten.