

Begegnungs- und
Beratungszentrum »Luise«
in Cotta/Briesnitz



August '25

Monatsprogramm

04. August

Neu:
Hartha-Yoga



FREITAG 1. AUGUST

- 09.30 Uhr** **Begegnungsfrühstück** → 1,5 h | 5 € inkl. Speisen & Getränke
Gemeinsames Zusammenkommen bei einem reichhaltigen Frühstück
- 13.00 Uhr** Englisch lernen mit Mariana → 1 h | 3 € inkl. English Tea

MONTAG 4. AUGUST

- 09.00 Uhr** **Hartha-Yoga im Stehen und Sitzen** → 1 h | 4 €
Anfängerkurs mit der Physiotherapeutin Maria Schütt
- 14.00 Uhr** Gedächtnisübungen mit anschließendem Kaffeetrinken → 1,5 h | 4 €

DIENSTAG 5. AUGUST

- 13.00 Uhr** Offener Spielertreff → 3 h | 2 €
Skat, Rommé und Gesellschaftsspiele
- 18.00 Uhr** Zumba 60+ mit Zuly Vargas → 1 h | 5 €

MITTWOCH 6. AUGUST

- 10.00 Uhr** Mediencafé Gruppe I → 1 h | 3 €
Wir unterstützen Sie themenbezogen in der Anwendung mit Ihrem Smartphone.
- 16.00 Uhr** Offenes Farbatelier mit Bianca Hess → 2 h | 4,50 € inkl. Material

DONNERSTAG 7. AUGUST

- 09.00 Uhr** Stuhl-Yoga Gruppe I → 1 h | 3 €
- 10.30 Uhr** Stuhl-Yoga Gruppe II → 1 h | 3 €
- 10.30 Uhr** **Bustour „Königsbrücker Heide“** → 3,5 h | 5 €
Geführte Bustour durch das Wildnisgebiet
- 13.00 Uhr** Individuelle Mediensprechstunde mit Jürgen Grafe → 3 x 1 h | kostenfrei
- 13.30 Uhr** Freier Kreativtreff → 2 h | 2 € zzgl. Material
- 16.30 Uhr** Gymnastik auf der Matte → 1 h | 3 € inkl. Matten
Leichte Übungen für Anfänger

FREITAG 8. AUGUST

- 10.00 Uhr** Aquarellzeichnen mit Karl Stübing → 2 h | 4,50 € zzgl. Material

Bitte melden Sie sich zu jeder Veranstaltung / jedem Kurs an!

MONTAG 11. AUGUST

10.00 Uhr Frauengymnastik → 1 h | 2 €
Gemeinsamer Sport nach Gabi Fastner

14.00 Uhr **Lesecafé** → 1 h | 2 €
Lesung aus dem Buch Erwin Strittmatters „Vor der Verwandlung“.

DIENSTAG 12. AUGUST

10.00 Uhr **Nordic Walking** → 1 h | 3 €
mit Jörg Schmidt im Leutewitzer Park inkl. Stöcke

13.00 Uhr Offener Spielertreff → 3 h | 2 €
Skat, Rommé und Gesellschaftsspiele

18.00 Uhr Zumba 60+ mit Zuly Vargas → 1 h | 5 €

MITTWOCH 13. AUGUST

09.50 Uhr **Wanderung „Dippoldiswalder Heide“** → ca. 4 h |
Heidemühlteich – Heidemühle – Ein- kostenfrei
siedlerstein – Katharienkapelle (Ruine) zzgl. Reisekosten
Leichte Wanderung, Länge: 10 km
*Treffpunkt: Dresden Hauptbahnhof
große Anzeigetafel*

10.00 Uhr Mediencafé Gruppe II → 1 h | 3 €
Wir unterstützen Sie themenbezogen in der Anwendung mit Ihrem Smartphone.

16.00 Uhr Offenes Farbatelier mit Bianca Hess → 2 h | 4,50 €
inkl. Material

DONNERSTAG 14. AUGUST

09.00 Uhr Sitzgymnastik Gruppe I → 1 h | 3 €

10.30 Uhr Sitzgymnastik Gruppe II → 1 h | 3 €

13.00 Uhr Individuelle Mediensprechstunde → 3 x 1 h |
mit Jürgen Grafe kostenfrei

13.00 Uhr Fadengrafik mit Moni Weigang → 1,5 h | 3 €

14.30 Uhr Schreibwerkstatt → 1 h | 2 €

16.30 Uhr Gymnastik auf der Matte → 1 h | 3 €
Leichte Übungen für Anfänger inkl. Matten

FREITAG 15. AUGUST

14.00 Uhr **Sommerfest** → 3 h | 5 € im Vor-
verkauf oder 7 € an der Tageskasse
Feiern Sie mit uns und den Swing Comedians in den Sommer. Es erwarten Sie unterschiedliche Stände mit erfrischenden Gaumen- und Augenfreuden.

Bitte melden Sie sich zu jeder Veranstaltung / jedem Kurs an!

MONTAG 18. AUGUST

- 09.00 Uhr** **Hartha-Yoga im Stehen und Sitzen** → 1 h | 4 €
Anfängerkurs mit der Physiotherapeutin Maria Schütt
- 13.30 Uhr** Gedächtnisübungen mit anschließendem Kaffeetrinken → 1,5 h | 4 €

DIENSTAG 19. AUGUST

- 13.00 Uhr** Offener Spielertreff → 3 h | 2 €
Skat, Rommé und Gesellschaftsspiele
- 18.00 Uhr** Zumba 60+ mit Zuly Vargas → 1 h | 5 €

MITTWOCH 20. AUGUST

- 09.50 Uhr** **Rundwanderung „Silbersee“** → ca. 2 h |
Über den Priesnitzwasserfall zum Silbersee mit Einkehr in der Eisdiele kostenfrei
Leicht begehbare Wege, Länge: 8 km zzgl. Reisekosten
- 10.00 Uhr** Mediencafé Gruppe I → 1 h | 3 €
Wir unterstützen Sie themenbezogen in der Anwendung mit Ihrem Smartphone.
- 16.00 Uhr** Offenes Farbatelier mit Bianca Hess → 2 h | 4,50 €
inkl. Material

DONNERSTAG 21. AUGUST

- 09.00 Uhr** Stuhl-Yoga Gruppe I → 1 h | 3 €
- 10.30 Uhr** Stuhl-Yoga Gruppe II → 1 h | 3 €
- 13.00 Uhr** Individuelle Mediensprechstunde mit Jürgen Grafe → 3 x 1 h |
kostenfrei
- 14.00 Uhr** Plauderkaffee: Kennenlernen in gemütlicher Atmosphäre → 1 h | 4 €
inkl. Gedeck
- 16.30 Uhr** Gymnastik auf der Matte → 1 h | 3 €
Leichte Übungen für Anfänger inkl. Matten

FREITAG 22. AUGUST

- 10.00 Uhr** Aquarellzeichnen mit Karl Stübing → 2 h | 4,50 €
zzgl. Material
- 13.00 Uhr** Englisch lernen mit Mariana → 1 h | 3 €
inkl. English Tea

Bitte melden Sie sich zu jeder Veranstaltung / jedem Kurs an!

MONTAG 25. AUGUST

10.00 Uhr Frauengymnastik → 1 h | 2 €
Gemeinsamer Sport nach Gabi Fastner

14.00 Uhr Sitztanz mit Nico Scheiblich → 1 h | 3 €

DIENSTAG 26. AUGUST

10.00 Uhr **Geselliger Tanzkreis** → 1,5 h | 3 €
Heitere Kreis- und Paartänze

10.00 Uhr **Nordic Walking** → 1 h | 3 €
mit Jörg Schmidt im Leutewitzer Park
inkl. Stöcke

10.30 Uhr **Bustour „Königsbrücker Heide“** → 3,5 h | 5 €
Geführte Bustour durch das
Wildnisgebiet

13.00 Uhr Offener Spielertreff → 3 h | 2 €
Skat, Rommé und Gesellschaftsspiele

18.00 Uhr Zumba 60+ mit Zuly Vargas → 1 h | 5 €

MITTWOCH 27. AUGUST

10.00 Uhr Mediencafé Gruppe II → 1 h | 3 €
Wir unterstützen Sie themenbezogen in
der Anwendung mit Ihrem Smartphone.

14.00 Uhr **Qi Gong** → 1 h | 4 €
Chinesische Bewegungskunst zur
Harmonisierung von Körper und Geist
mit Christine Wehner

16.00 Uhr Offenes Farbatelier mit Bianca Hess → 2 h | 4,50 €
inkl. Material

DONNERSTAG 28. AUGUST

09.00 Uhr Sitzgymnastik Gruppe I → 1 h | 3 €

10.30 Uhr Sitzgymnastik Gruppe II → 1 h | 3 €

13.00 Uhr Individuelle Mediensprechstunde → 3 x 1 h |
mit Jürgen Grafe
kostenfrei

16.30 Uhr Gymnastik auf der Matte → 1 h | 3 €
Leichte Übungen für Anfänger
inkl. Matten

Bitte melden Sie sich zu jeder Veranstaltung / jedem Kurs an!

VORSCHAU

10. SEPTEMBER

Flohmarkt in der Luise – Trödeln, Stöbern und Genießen



Wer möchte an unserem „Luise“-Flohmarkt teilnehmen?

Sie können Ihre Kleidung/Schätze gegen einen kleinen Preis oder zum Tauschen anbieten.

Es wird keine Standgebühren geben. Sie können jedoch gerne einen kleinen Beitrag für das ASB-Ehrenamt spenden.

Hightech für den Ernstfall

Die **ehrenamtliche Drohnenstaffel** des ASB-Regionalverband Dresden e.V. ist rund um die Uhr einsatzbereit, um Menschen in Not zu helfen. Mit modernster Drohnentechnik und Spezialausrüstung leistet sie sachsenweit wertvolle Hilfe für Feuerwehren, Rettungsdienste und den Katastrophenschutz.

Seit 2020 kommt die Staffel regelmäßig bei besonderen Einsatzlagen zum Einsatz – zum Beispiel bei Großbränden in der Sächsischen Schweiz und der Gohrischheide oder nach dem Einsturz der Carolabrücke. Aus der Luft liefert sie wichtige Daten zur Lageerkundung und trägt so zur Sicherheit der Einsatzkräfte bei.

Helpen
Sie uns
zu helfen!



Spendenkonto

ASB-Regionalverband Dresden e.V.

IBAN: DE92 3702 0500 0003 5867 00

BIC: BFSWDE33XXX

SozialBank

Zweck: **Drohnenstaffel**

WIR FÜR SIE



Tina Winkelmann

Leiterin, Seniorenberatung



Anja Buchert

Stellv. Leiterin, Seniorenberatung Praktikantin



Monique Erdmann

Praktikantin



Sandra Olschewski

Mitarbeiterin, Begegnung



Manja Glaß

Mitarbeiterin, Begegnung



Hanna Wagner

Bereichsleitung

Ihre Veranstaltung in unseren Räumen

Gern können Sie die barrierefreien Räumlichkeiten des ASB-Begegnungs- und Beratungszentrum »Luise« auch für Ihre Feierlichkeiten, Seminare, Workshops etc. nutzen.

Die Vermietung kann tageweise und stundenweise erfolgen.

Inbegriffen sind eine vollausgestattete Küche, Toiletten, WLAN, Leinwand, Beamer etc.

Ein Anruf genügt, und wir besprechen gerne alles Weitere mit Ihnen.



ASB-Begegnungs- & Beratungszentrum

»Luise«

Warthaer Straße 25
01157 Dresden

Mail: luise@asb-dresden.de
www.asb-dresden-kamenz.de/luise

Öffnungszeiten Begegnungs- & Beratungszentrum

Mo – Do: 09.00 – 16.00 Uhr

Fr: 09.00 – 14.00 Uhr

Telefon: 0351 42 41 734

Offene Sprechzeiten Seniorenberatung

Mo: 09.00 – 12.00 Uhr

Mi: 13.00 – 16.00 Uhr

Telefon: 0351 42 41 764

Hausbesuche und Beratung sind auch nach Vereinbarung möglich!

Änderungen im Programm vorbehalten.



Zum digitalen
Monatsprogramm

Impressum

ASB-Regionalverband e.V.
Leutowitzer Ring 84
01169 Dresden

Telefon: 0351 4182-0
www.asb-dresden-kamenz.de/luise

Fotos: ASB Dresden & Kamenz gGmbH, Pixel-Shot©AdobeStock (Titel),
Hilda Weges©AdobeStock (Vorschau)



Das Begegnungszentrum wird durch das Sozialamt der Landeshauptstadt Dresden gefördert.

gefördert durch
die Landeshauptstadt
Dresden



Dresden.
Dresdner