

Begegnungszentrum
»Wiesenhäuser«



März '25

Monatsprogramm

13. März

Kaffee-
klatsch

14 Uhr



MONTAG 3. MÄRZ

- 08.30 Uhr** Fitnessgruppe Frauen I → 1 h | 4,50 €
- 09.45 Uhr** Fitnessgruppe Frauen II → 1 h | 4,50 €
- 09.00 Uhr** NEU: Seniorenberatung (A) → 3 h | kostenlos
durch Annegret Hartenfels
(Sozialarbeiterin)
*Beratungen und Unterstützung für
ältere Menschen ab 60 Jahren, deren
Angehörige und Menschen, die sich auf
das Alter vorbereiten.*
- 16.00 Uhr** Ausdrucksmalen mit Juliane Franke (A) → 2 h | 8 €
*keine Vorkenntnisse nötig,
Material vorhanden*

DIENSTAG 4. MÄRZ

- 10.00 Uhr** Spielevormittag → 2 €
- 13.00 Uhr** Skatrunde → 5 €
- 14.30 Uhr** Zumba® Gold → 1 h | 5 €

MITTWOCH 5. MÄRZ

- 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 6. MÄRZ

- 14.00 Uhr** Spielecafé (A) → 2 h | 2 €
zzgl. Verzehr
Noch verrückter als „Mensch ärgere
dich nicht“: Malefiz

FREITAG 7. MÄRZ

- 09.00 Uhr** offene Handysprechstunde (A) → 1 h | 3 €
*Wir helfen Ihnen individuell bei Ihren
Problemen rund ums Handy.*
- 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 10. MÄRZ

- 08.30 Uhr** Fitnessgruppe Frauen I → 1 h | 4,50 €
- 09.45 Uhr** Fitnessgruppe Frauen II → 1 h | 4,50 €
- 16.00 Uhr** Ausdrucksmalen mit Juliane Franke (A) → 2 h | 8 €
*keine Vorkenntnisse nötig,
Material vorhanden*

DIENSTAG 11. MÄRZ

- 10.00 Uhr** Spielevormittag → 2 €
- 13.00 Uhr** Skatrunde → 5 €
- 14.30 Uhr** Zumba® Gold → 1 h | 5 €

MITTWOCH 12. MÄRZ

- 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. MÄRZ

- 14.00 Uhr** **Kaffeeklatsch mit selbstgebackenem Kuchen (A)** → 2 h | 2 €
zzgl. Verzehr
- Kommen Sie zu uns und genießen Sie einen entspannten Nachmittag mit selbstgebackenem Kuchen! Bei Kaffee und Kuchen haben Sie die Gelegenheit, in geselliger Runde zu plaudern.

FREITAG 14. MÄRZ

- 09.00 Uhr** offene Handysprechstunde (A) → 1 h | 3 €
Wir helfen Ihnen individuell bei Ihren Problemen rund ums Handy.
- 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 17. MÄRZ

x	Fitnessgruppe Frauen I	entfällt
x	Fitnessgruppe Frauen II	entfällt
16.00 Uhr	Ausdrucksmalen mit Juliane Franke (A) <i>keine Vorkenntnisse nötig, Material vorhanden</i>	→ 2 h 8 €

DIENSTAG 18. MÄRZ

10.00 Uhr	Spielevormittag	→ 2 €
13.00 Uhr	Skatrunde	→ 5 €
14.30 Uhr	Zumba® Gold	→ 1 h 5 €

MITTWOCH 19. MÄRZ

x	Sportgruppe I	entfällt
x	Sportgruppe II	entfällt
13.30 Uhr	Sitzgymnastik und Denksport	→ 1 h 3 €

FREITAG 21. MÄRZ

09.00 Uhr	offene Handysprechstunde (A) <i>Wir helfen Ihnen individuell bei Ihren Problemen rund ums Handy.</i>	→ 1 h 3 €
10.00 Uhr	Senioren-gymnastik <i>(Der Kurs ist zurzeit belegt.)</i>	→ 1 h 3 €
17.00 Uhr	Yoga für Seniorinnen und Senioren	→ 1,5 h 12 €

MONTAG 24. MÄRZ

08.30 Uhr	Fitnessgruppe Frauen I	→ 1 h 4,50 €
09.45 Uhr	Fitnessgruppe Frauen II	→ 1 h 4,50 €
16.00 Uhr	Ausdrucksmalen mit Juliane Franke (A) <i>keine Vorkenntnisse nötig, Material vorhanden</i>	→ 2 h 8 €

DIENSTAG 25. MÄRZ

- 10.00 Uhr** Spielevormittag → 2 €
- 13.00 Uhr** Skatrunde → 5 €
- 14.30 Uhr** Zumba® Gold → 1 h | 5 €

MITTWOCH 26. MÄRZ

- 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 27. MÄRZ

- 14.00 Uhr** Verkehrsteilnehmerschulung → 1,5 h | 2 €
*Kommen Sie gerne ab 13:45 Uhr
zu Kaffee und Kuchen.*
zzgl. Verzehr

FREITAG 28. MÄRZ

- 09.00 Uhr** offene Handysprechstunde (A) → 1 h | 3 €
*Wir helfen Ihnen individuell bei Ihren
Problemen rund ums Handy.*
- 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 24. MÄRZ

- 08.30 Uhr** Fitnessgruppe Frauen I → 1 h | 4,50 €
- 09.45 Uhr** Fitnessgruppe Frauen II → 1 h | 4,50 €
- 16.00 Uhr** Ausdrucksmalen mit Juliane Franke (A) → 2 h | 8 €
*keine Vorkenntnisse nötig,
Material vorhanden*

VORSCHAU

10. APRIL



Modemobil „Mode, die zu Ihnen kommt“

Frau Bätz stellt die neue Frühjahrs- und Sommerkollektion vor.

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.



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

Neue Besucherinnen und Besucher sind jederzeit herzlich willkommen.

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

Änderungen im Programm vorbehalten.



Zum digitalen
Monatsprogramm

Impressum

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

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

Fotos: ASB Dresden & Kamenz gGmbH
Peter©AdobeStock (Titel), Luciano©AdobeStock (Vorschau)