

Begegnungszentrum
»Wiesenhäuser«



September '23

Monatsprogramm

14. September
TANZTEE mit der
Brandenburger
Band
Kling Klang



FREITAG 1. SEPTEMBER

14.00 Uhr Rollatorspaziergang in den Großen Garten → 45 min | kostenfrei

MONTAG 4. SEPTEMBER

08.30 Uhr Fitnessgruppe Frauen I → 1 h | 2,50 €

09.45 Uhr Fitnessgruppe Frauen II → 1 h | 2,50 €

DIENSTAG 5. SEPTEMBER

10.00 Uhr Spielevormittag

13.00 Uhr Skatrunde

14.00 Uhr Zumba® Gold I → 1 h | 5 €

15.10 Uhr Zumba® Gold II → 1 h | 5 €

14.00 Uhr Offener Kreativtreff → 1 h |
Miteinander Schönes schaffen!
*Jeder ist herzlich willkommen zum
Plaudern, Kreativsein, Kaffeetrinken...*
Kosten: je nach
Materialaufwand

MITTWOCH 6. SEPTEMBER

08.30 Uhr Sportgruppe I → 1 h | 2,50 €

09.45 Uhr Sportgruppe II → 1 h | 2,50 €

13.30 Uhr Sitzgymnastik und Denksport → 1 h | 2 €

13.30 Uhr Rummikub Spielenachmittag

16.30 Uhr **Chorkonzert im Grünen** → ca. 45 min
Der Chor »Friedrich Wolf« Dresden e.V.
singt für uns Lieder zur Herbstzeit
und wir schenken Wein dazu aus.

DONNERSTAG 7. SEPTEMBER

09.00 Uhr Offene Handysprechstunde* → 1 h | 2 €
*Wir helfen Ihnen individuell bei Ihren
Problemen rund ums Handy.*

FREITAG 8. SEPTEMBER

- 10.00 Uhr Englische Konversation für Anfänger → 1 h | 2 €
17.00 Uhr Yoga für Seniorinnen und Senioren → 1 h | 10 €

MONTAG 11. SEPTEMBER

- 08.30 Uhr Fitnessgruppe Frauen I → 1 h | 2,50 €
09.45 Uhr Fitnessgruppe Frauen II → 1 h | 2,50 €
14.00 Uhr Tablet- und Handykurs* → 1 h | 2 €

DIENSTAG 12. SEPTEMBER

- 10.00 Uhr Spielevormittag
13.00 Uhr Skatrunde
14.00 Uhr Zumba® Gold I → 1 h | 5 €
15.10 Uhr Zumba® Gold II → 1 h | 5 €

MITTWOCH 13. SEPTEMBER

- 08.30 Uhr Sportgruppe I → 1 h | 2,50 €
09.45 Uhr Sportgruppe II → 1 h | 2,50 €
13.30 Uhr Sitzgymnastik und Denksport → 1 h | 2 €
13.30 Uhr Rummikub Spielenachmittag

DONNERSTAG 14. SEPTEMBER

- 15.00 Uhr **Tanztee mit der
Brandenburger Band
KLING KLANG***
→ 3 h | Kosten: 10 € für Kaffeegedeck,
Live Musik und gute Laune



FREITAG 15. SEPTEMBER

- 09.00 Uhr Spaziergang für Frühaufsteher → 45 min | 2 €
mit leichten Fitnessübungen
Treffpunkt: Kletterspinne am Großen Garten

MONTAG 18. SEPTEMBER

× Fitnessgruppe Frauen I + II entfallen

15.00 Uhr **Unser Angebot zur Woche der Demenz** → 1,5 h | 2 €
**Demenz ist vermeidbar –
Tipps und Anregungen zur Vorbeugung**
Vortrag von Hanna Wagner
*Kommen Sie gerne ab 14.30 Uhr
zu Kaffee und Kuchen*

DIENSTAG 19. SEPTEMBER

10.00 Uhr Spielevormittag

13.00 Uhr Skatrunde

14.00 Uhr Zumba® Gold I → 1 h | 5 €

15.10 Uhr Zumba® Gold II → 1 h | 5 €

MITTWOCH 20. SEPTEMBER

× Sportgruppen I + II entfallen

13.30 Uhr Sitzgymnastik und Denksport → 1 h | 2 €

13.30 Uhr Rummikub Spielenachmittag

19.15 Uhr **Unser Angebot zur Woche der Demenz** → 1 h | 5 €
Qi Gong zum Kennenlernen*
mit Anja Kaufhold

DONNERSTAG 21. SEPTEMBER

14.00 Uhr Verkehrsteilnehmerschulung → 1,5 h | 2 €
*Kommen Sie gerne ab 13.45 Uhr
zu Kaffee und Kuchen*

FREITAG 22. SEPTEMBER

10.00 Uhr Englische Konversation für Anfänger → 1 h | 2 €

17.00 Uhr Yoga für Seniorinnen und Senioren → 1 h | 10 €

MONTAG 25. SEPTEMBER

| | | |
|-----------|-------------------------|----------------|
| 08.30 Uhr | Fitnessgruppe Frauen I | → 1 h 2,50 € |
| 09.45 Uhr | Fitnessgruppe Frauen II | → 1 h 2,50 € |
| 14.00 Uhr | Tablet- und Handykurs* | → 1 h 2 € |

DIENSTAG 26. SEPTEMBER

| | | |
|-----------|-----------------|-------------|
| 10.00 Uhr | Spielevormittag | |
| 13.00 Uhr | Skatrunde | |
| 14.00 Uhr | Zumba® Gold I | → 1 h 5 € |
| 15.10 Uhr | Zumba® Gold II | → 1 h 5 € |

MITTWOCH 27. SEPTEMBER

| | | |
|-----------|-----------------------------|----------------|
| 08.30 Uhr | Sportgruppe I | → 1 h 2,50 € |
| 09.45 Uhr | Sportgruppe II | → 1 h 2,50 € |
| 13.30 Uhr | Sitzgymnastik und Denksport | → 1 h 2 € |
| 13.30 Uhr | Rummikub Spielenachmittag | |

DONNERSTAG 28. SEPTEMBER

| | | |
|-----------|---|-------------|
| 09.00 Uhr | Offene Handysprechstunde* <i>Wir helfen Ihnen individuell bei Ihren Problemen rund ums Handy.</i> | → 1 h 2 € |
| 14.00 Uhr | Qi Gong zum Kennenlernen, speziell für Ältere mit Übungen im Sitzen Zum Ausklingen: »Kraftschöpfer« Tee und Powerkekse* mit Anja Kaufhold | → 1 h 2 € |

FREITAG 29. SEPTEMBER

| | | |
|-----------|-----------------------------------|--------------|
| 17.00 Uhr | Yoga für Seniorinnen und Senioren | → 1 h 10 € |
|-----------|-----------------------------------|--------------|

*Anmeldung erbeten

VORSCHAU

12. OKTOBER

14.00 bis 17.00 Uhr

Modepräsentation bei Kaffee und Kuchen

Frau Böz
mit ihrem Modemobil
stellt die neue
Herbst- und
Winterkollektion
2023 vor.

20. OKTOBER

11.00 bis 13.00 Uhr

Zünftiges Weißwurstfrühstück im Begegnungs- zentrum

Wir stellen für Sie ein
traditionelles bayerisches
Weißwurstfrühstück
zusammen

(2 Weißwürste + 1 Brezel
+ 1 Weißbier mit/ohne Alkohol)
und wünschen Ihnen
schon jetzt »An Guadn«.



**DIE GRUNAER WANDERGRUPPE
»GRÜNE WIESE«
TRIFFT SICH MONATLICH
ZU STADTTEILWANDERUNGEN.**

Kommen Sie mit!
Nähere Informationen erhalten
Sie im Begegnungszentrum.



WIR FÜR SIE



**Darja
Müßiggang**

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, Toiletten, WLAN, Leinwand und eine Terrasse.

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



Begegnungszentrum

»Wiesenhäuser«

Wiesenstraße 17
01277 Dresden

Telefon: 0351 2131339

Mail: wiesenhaeuser@asb-dresden.de

www.asb-dresden-kamenz.de/wiesenhaeuser

Ihre Ansprechpartnerin

Darja Müßiggang (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: 11.00–14.00 Uhr

Zusätzliche Gebühren

Ohne Betreuungsvertrag mit der WG Aufbau
für die Wiesenstraße und Bodenbacher Str. 13-15a
erbitten wir von Besucherinnen und Besuchern
zusätzlich 2 € je Veranstaltung/ Kurs
(außer Qi Gong, Yoga und Zumba® Gold).

Bitte melden Sie sich für jede Veranstaltung an.

Änderungen vorbehalten



Zum digitalen
Monatsprogramm

Impressum

ASB Dresden & Kamenz gGmbH

ASB-Regionalverband e.V.

Leutewitzer Ring 84

01169 Dresden

Telefon: 0351 41820

asb-dresden-kamenz.de

Fotos: ASB Dresden & Kamenz gGmbH,

www.pixabay.com