

Begegnungszentrum
»Wiesenhäuser«



September '26

Monatsprogramm

Tanztee
„Tanz mit
mir in den
Herbst“



DIENSTAG 1. SEPTEMBER

10.00 Uhr	Spielevormittag		→ 2 €
13.00 Uhr	Skatrunde		→ 5 €
14.00 Uhr	Offener Kreativtreff – gemeinsam Schönes gestalten		→ 1,5 h 2 €
14.10 Uhr	Zumba® Gold I		→ 1 h 5 €
15.20 Uhr	Zumba® Gold II		→ 1 h 5 €

MITTWOCH 2. SEPTEMBER

09.00 Uhr	Sportgruppe Ladies & Gentlemen		→ 1 h 4,50 €
13.30 Uhr	Sitzgymnastik und Denksport		→ 1 h 3 €

DONNERSTAG 3. SEPTEMBER

09.00 Uhr	Offene Handysprechstunde Ⓐ		→ 1 h 3 €
	Wir helfen Ihnen individuell bei Ihren Problemen rund ums Handy.		
14.00 Uhr	Vortrag: „Wohnen in Begleitung – Umzug in die Seniorenresidenz“ Ⓐ		→ 1 h 2 €
	Info-Veranstaltung zu Antragstellung, Aufnahme und Kosten, mit Sozial- arbeiterin Annegret Hartenfels		

FREITAG 4. SEPTEMBER

10.00 Uhr	Senioren-gymnastik Ⓐ		→ 1 h 3 €
x	Yoga für Seniorinnen		→ entfällt

MONTAG 7. SEPTEMBER

08.30 Uhr	Fitnessgruppe Frauen I		→ 1 h 4,50 €
09.45 Uhr	Fitnessgruppe Frauen II		→ 1 h 4,50 €
14.00 Uhr	Seniorenradio Thema „Uckermark“ Ⓐ		→ 1 h 2 €
14.00 Uhr	Kreativgruppe mit Christine		→ 1,5 h 2 €
	Häkeln, stricken oder basteln in gemütlicher Runde		zzgl. Material & Verzehr

DIENSTAG 8. SEPTEMBER



10.00 Uhr	Spielevormittag	→ 2 €
10.30 Uhr	NEU! Riksha-Fahrt durch den Großen Garten Ⓐ Sichern Sie sich schnell einen Platz!	→ 1 h 2 €
13.00 Uhr	Skatrunde	→ 5 €
14.10 Uhr	Zumba® Gold I	→ 1 h 5 €
15.20 Uhr	Zumba® Gold II	→ 1 h 5 €

MITTWOCH 9. SEPTEMBER



09.00 Uhr	Sportgruppe Ladies & Gentlemen	→ 1 h 4,50 €
13.30 Uhr	Sitzgymnastik und Denksport	→ 1 h 3 €
18.00 Uhr	Klöppelkurs	→ 2 h 6 €

DONNERSTAG 10. SEPTEMBER

14.00 Uhr	Neu! Tanztee „Tanz in den Herbst“ Ⓐ Verbringen Sie mit uns einen beschwingten Nachmittag voller schöner Melodien, guter Gesellschaft und fröhlicher Bewegung. DJ Ulli lädt Sie bei stimmungsvoller Atmosphäre auf die Tanzfläche ein.	→ 3 h 5 € zzgl. Getränke & Verzeehr
-----------	---	--

FREITAG 11. SEPTEMBER

10.00 Uhr	Seniorengymnastik Ⓐ	→ 1 h 3 €
14.00 Uhr	Qi Gong mit Kornelia Herrmann Ⓐ Diese leichten Übungen aus der chinesischen Heilkunde entspannen die Muskeln, verbessern die Beweglichkeit und bringen die Lebensfreude zurück.	→ 1 h 10 € <i>Freie Plätze!</i>
x	Yoga für Seniorinnen	→ entfällt

MONTAG 14. SEPTEMBER

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

DIENSTAG 15. SEPTEMBER



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

MITTWOCH 16. SEPTEMBER

09.00 Uhr	Sportgruppe Ladies & Gentlemen	→ 1 h 4,50 €
13.30 Uhr	Sitzgymnastik und Denksport 	→ 1 h 3 €

DONNERSTAG 17. SEPTEMBER

09.00 Uhr	Offene Handysprechstunde Ⓐ → 1 h 3 € Wir helfen Ihnen individuell bei Ihren Problemen rund ums Handy.
14.00 Uhr	Literatur-Café mit Anja Haase Ⓐ → 1 h 3 € Lesung aus Stephan Schäfers Buch „25 letzte Sommer“ + Gelegenheit zum Austausch bei Kaffee und Kuchen zzgl. Getränke & Verzeehr

FREITAG 18. SEPTEMBER

10.00 Uhr	Senioren-gymnastik Ⓐ → 1 h 3 €
17.00 Uhr	Yoga für Seniorinnen  → 1 h 12 €

MONTAG 21. SEPTEMBER

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

DIENSTAG 22. SEPTEMBER

09.30 Uhr	Liederspaß für Groß und Klein! Ⓐ  → 1 h 3 € Wir singen, lachen und musizieren gemeinsam mit den Kindern der Kita „Friderun“ aus Dresden-Striesen
10.00 Uhr	Spielevormittag → 2 €
13.00 Uhr	Skatrunde → 5 €
14.10 Uhr	Zumba® Gold I → 1 h 5 €
15.20 Uhr	Zumba® Gold II → 1 h 5 €
18.00 Uhr	NEU! Frauen Theater Projekt Ⓐ → 2 h 3 € mit Dipl. Sozialpädagogin/Drama- dozentin Karini Grau Sinnliches Erleben und Gestalten – Gemeinsam werden kleine Szenen und Improvisationen erarbeitet.

MITTWOCH 23. SEPTEMBER

09.00 Uhr	Sportgruppe Ladies & Gentlemen → 1 h 4,50 €
13.30 Uhr	Sitzgymnastik und Denksport  → 1 h 3 €

Ⓐ Anmeldung erbeten

DONNERSTAG 24. SEPTEMBER

14.00 Uhr	Offener Treff: Seniorencafé „Plauder-Eck“ Man ist nie zu alt, um neue Lieblingsmenschen zu finden. Wir möchten gemeinsam mit Ihnen die Nachbarschaft pflegen, gute Gespräche führen und gemeinsam lachen.	→ 1 h 2 € zzgl. Getränke & Verzeehr
14.00 Uhr	Kreativgruppe mit Christine Häkeln, stricken oder basteln	→ 1,5 h 2 € zzgl. Mat. & Verzeehr

FREITAG 25. SEPTEMBER

10.00 Uhr	Senioren gymnastik (A)	→ 1 h 3 €
10.30 Uhr	NEU! Riksha-Fahrt durch den Großen Garten (A)	→ 1 h 2 €
14.00 Uhr	„Musik macht froh“ (A) mit Musiker & Kreativitätslehrer Hans-Joachim Lahmann. Wir singen bekannte Lieder und begleiten uns mit Rhythmusinstrumenten.	→ 1 h 3 € zzgl. Getränke & Verzeehr
17.00 Uhr	Yoga für Seniorinnen 	→ 1 h 12 €

MONTAG 28. SEPTEMBER

08.30 Uhr	Fitnessgruppe Frauen I	→ 1 h 4,50 €
09.45 Uhr	Fitnessgruppe Frauen II	→ 1 h 4,50 €
10.30 Uhr	NEU! Riksha-Fahrt durch den Großen Garten (A)	→ 1 h 2 €
14.00 Uhr	Qi Gong mit Kornelia Herrmann (A)	→ 1 h 10 € <i>Freie Plätze!</i>
14.00 Uhr	Stadt, Land, Fluss Gedächtnisrunde (A) Gemeinsam spielen wir Stadt – Land – Fluss bei Kaffee und Kuchen – aber anders, als Sie es kennen!	 → 1,5 h 2 €

DIENSTAG 29. SEPTEMBER

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

MITTWOCH 30. SEPTEMBER

09.00 Uhr	Sportgruppe Ladies & Gentlemen	→ 1 h 4,50 €
13.30 Uhr	Sitzgymnastik und Denksport 	→ 1 h 3 €
18.00 Uhr	Klöppelkurs	→ 2 h 2,50 €

(A) Anmeldung erbeten

VORSCHAU

19. – 27. SEPTEMBER 2026



Anlässlich der „Woche der Demenz“ vom 19. bis 27. September 2026 in Dresden haben wir unsere Kurse und Veranstaltungen, die für demenzerkrankte Menschen in Begleitung eines pflegenden Angehörigen in Frage kommen, mit der „Vergissmeinnicht-Blüte“ der Initiative Demenz Partner gekennzeichnet.



Wir danken unseren lieben Ehrenamtlichen für Ihr Engagement und Ihre Unterstützung bei der Umsetzung unserer Veranstaltungen, bei der Verteilung unseres Monatsprogrammes und für die Gestaltung unseres Kursprogrammes

OKTOBER



Das Modemobil rollt in die Wiesenhäuser

Wir freuen uns auf Neues für unseren Kleiderschrank!



Wir freuen uns über neue Mittagsgäste!

JEDEN WOCHENTAG

**11.30 – 13.00 Uhr
Mittagstisch in
Gemeinschaft**

Bitte melden Sie
sich vorab an!

WIR FÜR SIE



**Peggy
Scharl**

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

Peggy Scharl (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,
Yevhen©AdobeStock (Titel)



Zum digitalen
Monatsprogramm

Änderungen im Programm vorbehalten.