

Begegnungszentrum
»Wiesenhäuser«



Juli '25

Monatsprogramm

17. Juli
„Sicher Leben,
sicher zu Hause“
Vortrag der Polizei
14 Uhr



DIENSTAG 1. JULI

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

MITTWOCH 2. JULI

x	Sportgruppe I	→ entfällt
x	Sportgruppe II	→ entfällt
x	Sitzgymnastik und Denksport	→ entfällt
→ wird auf Donnerstag verschoben		

14.00 Uhr	Gräfin Cosel kommt zu Besuch Ⓐ Hoher Besuch in Sicht: Gräfin Cosel macht Halt in den Wiesenhäusern und sendet gräfliche Sommergrüße!	→ 1,5 h 2 € zzgl. Verzeehr
-----------	--	---------------------------------

DONNERSTAG 3. JULI

13.30 Uhr	Sitzgymnastik und Denksport	→ 1 h 3 €
-----------	-----------------------------	-------------

FREITAG 4. JULI

09.00 Uhr	Offene Handysprechstunde Ⓐ <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 7. JULI

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 Ⓐ <i>Wir helfen Ihnen individuell bei Ihren Problemen rund ums Handy.</i>	→ 1 h 3 €

DIENSTAG 8. JULI

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

MITTWOCH 9. JULI

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 10. JULI

14.00 Uhr	Ausstellungseröffnung Aquarelle und Ölbilder von Frau Hajesch	→ 1,5 h kostenfrei
	<i>Wir laden Sie herzlich ein.</i>	

FREITAG 11. JULI

10.00 Uhr	Senioren-gymnastik (Der Kurs ist zurzeit belegt.)	→ 1 h 3 €
17.00 Uhr	Yoga für Seniorinnen und Senioren	→ 1,5 h 12 €

MONTAG 14. JULI

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

DIENSTAG 15. JULI

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

MITTWOCH 16. JULI

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 €

Ⓐ Anmeldung erbeten

DONNERSTAG 17. JULI

14.00 Uhr	Vortrag der Polizei: „Sicher Leben, sicher Zuhause“ Ⓐ	→ 1,5 h 2 €
	Die Polizei informiert in ihrem Vortrag „Sicher Leben – sicher zu Hause“ über aktuelle Maschen und gibt hilfreiche Tipps für mehr Sicherheit im Alltag.	

FREITAG 18. JULI

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

MONTAG 21. JULI

08.30 Uhr	Fitnessgruppe Frauen I	→ 1 h 4,50 €
09.45 Uhr	Fitnessgruppe Frauen II	→ 1 h 4,50 €
14.00 Uhr	Seniorenradio „Dresdner Spezialitäten“	→ 1 h 2 € zzgl. Verzehr

DIENSTAG 22. JULI

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

MITTWOCH 23. JULI

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 24. JULI

14.00 Uhr	Gemeinsames Singen zur Gitarre Ⓐ	→ 1,5 h 2 € zzgl. Verzehr
	Wir begrüßen den Sommer mit gemeinsamen Singen zur Gitarre. Kommen Sie vorbei und singen Sie mit.	

Ⓐ Anmeldung erbeten

FREITAG 25. JULI

- 09.00 Uhr** Offene Handysprechstunde Ⓐ → 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 28. JULI

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

- 14.00 Uhr** **Neu: Mandala malen zur Entspannung und Meditation** Ⓐ → 1 h | 4,50 €
inkl. Material & Eintritt
Gemeinsam malen wir Mandalas aus – jeden Monat zu einem neuen Thema. Wenn Sie Lust haben, testen wir auch andere Materialien wie Aquarellfarben, Wachsmalstifte und vieles mehr.

DIENSTAG 29. JULI

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

MITTWOCH 30. JULI

- 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 31. JULI

- 14.00 Uhr** **Spielecafé** Ⓐ → 1 h | 2 €
zzgl. Verzehr
Lassen Sie sich überraschen!
Wir stellen Ihnen ein neues Spiel vor oder vielleicht doch einen alten Klassiker?

VORSCHAU

28. AUGUST



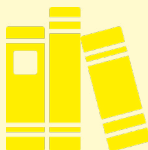
Infocafé: »Ist heute Montag oder Dezember?«

Schulung zum Krankheitsbild Demenz mit Sandrine Augustin vom Dresdner Pflege- und Betreuungsverein e.V.

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



Neue Besucherinnen und Besucher sind jederzeit herzlich willkommen.

**JEDEN
WOCHENTAG**
11.30 – 13.00 Uhr
Mittagstisch in
Gemeinschaft

WIR FÜR SIE



**Lisa
Riedel**

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

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, photobyphotoboy©AdobeStock (Titel),
Pixel-Shot©AdobeStock (Vorschau)