

**Begegnungszentrum**  
»Wiesenhäuser«



# August '25

Monatsprogramm

28.08.  
Infocafé:  
Demenz  
14 Uhr



## FREITAG 1. AUGUST

- 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 4. AUGUST

- 08.30 Uhr** Fitnessgruppe Frauen I → 1 h | 4,50 €
- 09.45 Uhr** Fitnessgruppe Frauen II → 1 h | 4,50 €
- 10.00 Uhr** Seniorenberatung durch Frau Hartenfels von der Volksolidarität Dresden **(A)** → 1 h | kostenfrei  
*Beratung und Unterstützung für Menschen ab 60 Jahren, deren Angehörige sowie für alle, die sich auf das Älterwerden vorbereiten möchten.*

## DIENSTAG 5. AUGUST

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

## MITTWOCH 6. AUGUST

- 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 7. AUGUST

- 09.30 Uhr** **Gemeinsames Frühstück** → 7 €  
inkl. Eintritt & Verzehr  
Starten Sie mit uns entspannt in den Tag: Bei frischen Brötchen, Kaffee und guter Stimmung bleibt viel Zeit zum Plaudern, Austausch und Genießen – wir freuen uns auf Sie!

## FREITAG 8. AUGUST

- 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 11. AUGUST

- 08.30 Uhr** Fitnessgruppe Frauen I → 1 h | 4,50 €
- 09.45 Uhr** Fitnessgruppe Frauen II → 1 h | 4,50 €
- 14.00 Uhr** 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 12. AUGUST

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

## MITTWOCH 13. AUGUST

- 08.30 Uhr** Sportgruppe I → 1 h | 4,50 €
- 09.45 Uhr** Sportgruppe II → 1 h | 4,50 €
- x** Sitzgymnastik und Denksport → entfällt
- 18.00 Uhr** Klöppelkurs → 2 h | 6 €

## DONNERSTAG 14. AUGUST

- 10.00 Uhr** **Spielrunde mit Stadt, Land, Fluss** → 1 h | 2 €

## FREITAG 15. AUGUST

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

## MONTAG 18. AUGUST

- x** Fitnessgruppe Frauen I → entfällt
- x** Fitnessgruppe Frauen II → entfällt

- 14.00 Uhr** **Seniorenradio „Irren ist menschlich“** → 1 h | 2 €  
zzgl. Verzehr

## DIENSTAG 19. AUGUST

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

## MITTWOCH 20. AUGUST

- x** Sportgruppe I → entfällt
- x** Sportgruppe II → entfällt
- 13.30 Uhr** Sitzgymnastik und Denksport → 1 h | 3 €
- 18.00 Uhr** Klöppelkurs → 2 h | 6 €

## DONNERSTAG 21. AUGUST

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

## FREITAG 22. AUGUST

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

## MONTAG 25. AUGUST

08.30 Uhr Sportgruppe I → 1 h | 4,50 €

09.45 Uhr Sportgruppe II → 1 h | 4,50 €

## DIENSTAG 26. AUGUST

10.00 Uhr Spielevormittag → 2 €

13.00 Uhr Skatrunde → 5 €

14.30 Uhr Zumba® Sommerkurs  → 1 h | 5 €

## MITTWOCH 27. AUGUST

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 28. AUGUST

14.00 Uhr **Infocafé »Ist heute Montag oder Dezember?«** → 1,5 h | 2 €  
zzgl. Verzehr

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

## FREITAG 29. AUGUST

10.00 Uhr Seniorengymnastik → 1 h | 3 €  
(Der Kurs ist zurzeit belegt.)

17.00 Uhr Yoga für Seniorinnen und Senioren → 1,5 h | 12 €

# VORSCHAU

01. SEPTEMBER



## Seniorenradio „Lieben Sie Brahms“

18. SEPTEMBER

## Gemeinsamer Grillnachmittag

13. -27. SEPTEMBER

## Nachbarschafts- tage in Gruna

Neue Besucherinnen  
und Besucher sind jederzeit  
herzlich willkommen.

**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



# 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](mailto:wiesenhaeuser@asb-dresden.de)

[www.asb-dresden-kamenz.de/wiesenhaeuser](http://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](http://asb-dresden-kamenz.de)

Fotos: ASB Dresden & Kamenz gGmbH, Studio Romantic©AdobeStock (Titel),  
Sergey Kohl©AdobeStock (Vorschau)