Begegnungs- und Beratungszentrum

im Volkshaus Laubegast

Monatsprogramm

Nov./Dez. 2026



gefördert durch
die Landeshauptstadt
Dresden

Dresden.

VOLKSSOLIDARITÄT DRESDEN

Regelmäßige wöchentliche Angebote

Montag		
10:00 - 11:00	**Englisch** Basis mit W. Fischbein, Pause 7.12.-11.1.27	6 €
10:00 - 11:30	**Malkurs: Grafik auf Aquarell-** mit Sonja Schröder **am 2. und 16. Nov. | 7. und 21. Dez.** (zzgl. Material) mit Anmeldung!	3 €
11:00 - 12:30	**Gedächtnistraining** mit Dr. Monika Schulze	3 €
13:00 - 17:30	**Schachklub** Kontakt: Volker Schrödter	2 €
15:00 - 17:00	**Fotoclub** mit Gerd Böhme am **16. Nov. | 14. Dez.**	3,50 €
Dienstag		
09:30 - 10:15	**Sitz - Gymnastik** mit Eva Wels bis 10. Dez.	4 €
09:30 - 10:30	**Gymnastik** mit Monika Jeschar	3,50 €
10:00 - 11:00 **externes Angebot**	**Sitz-Yoga** mit Ina Teich (im Nebengebäude des Gemeindehauses d. Stephanusgemeinde, Meußlitzer Str. 113) **am 3. und 17. Nov. | 1. und 15. Dez.** *demenzsensibel!*	3 €
10:45 - 11:30	**Sitz - Gymnastik** mit Monika Jeschar	3,50 €
10:45 - 11:30	**Gymnastik** mit Eva Wels bis 10. Dez.	4 €
13:30 - 15:30	**Handarbeit für Fortgeschrittene** - ausgebucht	2 €
18:00 - 19:00	**Hatha - Yoga** mit Rita Möbius, mit Anmeldung: **Tel. 0152 29 94 25 08, rimoebi@web.de**	12 €
Mittwoch		
09:00 - 13:00	**Beratung zu Handy, PC und Co**. (auch zu Hause) mit Karl-Heinz Schubert, mit Anmeldung: **Tel. 0351 - 21111575 (AB wird abgehört)**	7 €
09:30 - 12:00	**Kreatives Nähen** mit Martina Kadula & Anne Richter **4. und 18. Nov. | 2. und 16. Dez.**	2,50 €
09:30 - 11:30	**Töpfern mit Anleitung** mit Sabine Born & Barbara Thiel, **11. & 25. Nov. | 9. Dez.** mit Anmeldung!	3,50 €

10:00 - 11:30	**Handarbeitstreff** gemeinsam in gemütlicher Atmosphäre mit Heike Wandel am **11. und 25. Nov.** bitte anmelden, findet ab 3 Personen statt	2,50 €
10:00 - 11:30	**Erlebnistanz 60+** mit Heike Brockow **4. und 18. Nov. | 2. und 16. Dez.**	5 €
13:00 - 16:30	**Rommé-Treff** Ansprechpartnerin: Heidi Schaaf	2 €
13:00 - 16:30	**Skattreff** Ansprechpartner: Jürgen Goetz	2 €
14:00 - 16:00	**Unser Technikbotschafter** berät Sie zu allen Fragen rund um Hardware, Software, Handy und PC. Anmeldung: 0351 50 10 525, bitte Thema benennen.	2 €
Donnerstag		
09:00 - 12:30	**Schachtreff** Ansprechpartner: Karl-Heinz Hofhans	2 €
09:30 - 10:30	**Gymnastik** mit Waltraud Wißmach bis 10.12.26	4 €
09:30 - 10:30	**Yoga** mit Ingrid Heinrich z. Zt. ausgebucht	3 €
14:30 - 15:30	**Gemeinsames Singen** mit Christa Lindner am **12. und 26. Nov. | 10. Dez.**	3 €
14:30 - 16:30	**Gemeinsames Töpfern für Jung und Alt** mit Regine Herbst → mit Anmeldung (8 Plätze) **5. und 12. Nov.** zzgl. Material + Brennkosten:	1,50 € 3,50 €
Freitag		
9:30 -11:30	**Töpfern Erfahrene ohne Anleitung** mit Karla Horn zzgl. Material und Brennkosten	3 €
10:00 -11:30	**Englisch für Fortgeschrittene** - ausgebucht mit Wolfgang Fischbein	6 €



im Volkshaus Laubegast
www.volkssoli-dresden.de



Termine November im Überblick

Bei allen Veranstaltungen freuen wir uns über Ihre Anmeldung :-) Tel. 0351 - 50 10 525

Montag, 2. November

14:30 - 15:30 Uhr

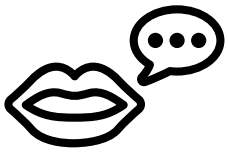
Lesecafé - Der Vogelkopp
Eine humorvolle Geschichte über einen eigensinnigen Mann, der an Bewährtem festhält – erzählt, gespielt und gesungen von Claudia Gräf.



2 €

Donnerstag, 5. November

14 - 15:30 Uhr



Sprache und Sprechen mit
Dipl. Logopädin i. R. Heidrun Themel
Übungen zu Sprech- und Sprachmotorik, Atmung, Wortschatzfestigung, sowie allen Zusammenhängen

4 €

Dienstag, 10. November — externes Angebot

14 - 15:30 Uhr



Kulturcafé - Zschachwitzer Melange
Gemütlich bei Kaffee und Buttersemmeln serviert Tenor Alexander Voigt eine musikalische Mischung aus Operette, Filmmusik und Chansons, gewürzt mit humorvoller Moderation. Im Vorfeld erfahren Sie die neuesten Informationen aus unserem Haus.
Ort: Meußlitzer Straße 108, Kleinzschachwitz
In der Ortskirchengemeinde Heilige Familie
(individuelle Bewirtung zzgl.)

4,50 €



Montag, 11. November

10:10 Uhr



Wanderung im Schönefelder Hochland
von Schullwitz über den Triebenberg zur Natursche
Start: Haltestelle Schullwitz Gasthaus (Bus 228 ab Bühlau 09.54 Uhr)
Länge: ca. 9 km (mittelschwer)
Fragen/ Anmeldung: joerg.ludewig@web.de
Tel.: 0171 223 92 55

3 €

Bei allen Veranstaltungen freuen wir uns über Ihre Anmeldung :-) Tel. 0351 - 50 10 525

Donnerstag, 12. November **externes Angebot**

10 - 11Uhr



Info-Vortrag - Wenn die Rente nicht reicht.
Welche Unterstützungsmöglichkeiten gibt es im Alter? Der Vortrag informiert über sozialrechtliche Leistungen wie Grundsicherung im Alter, Hilfe zur Pflege und Wohngeld und zeigt, wo Senior:innen Unterstützung erhalten können. → mit Sozialarbeiterinnen Maria Langhelm und Ina Teich.
Dieser Vortrag findet im Wohnprojekt INGE statt!
Rathener Str. 115, 01259 Dresden

frei

Am Fr., den 13. Nov. bleibt unser Haus wegen einer internen Veranstaltung geschlossen. Vielen Dank für Ihr Verständnis!

Montag, 16. November **externes Angebot**

14 - 16 Uhr
NEU!

Kaffee, Kreativität & gute Gespräche
Bei Kaffee und netten Gesprächen wollen wir gemeinsam kreativ werden. Diesmal falten wir einfache Fenstersterne aus Papier. Sie können aber auch nur zum Plaudern vorbei schauen. Kosten: nur Material und Kaffee. Ort: **Meußlitzer Straße 108, Kleinzschachwitz,in der Ortskirchengemeinde Heilige Familie.** Über eine Anmeldung freuen wir uns!



\+



=

3 €

Dienstag, 17. November

14 - 15:30 Uhr



Ideen - Café
Kommen Sie vorbei, genießen Sie eine Tasse Kaffee und bringen Sie Ihre Ideen, Wünsche und Anregungen mit! Welche Angebote und Veranstaltungen wünschen Sie sich für unser BBZ? Haben Sie Interesse an einem Ehrenamt oder möchten Sie sich aktiv einbringen? Wir möchten zuhören, miteinander ins Gespräch kommen und gemeinsam Neues entwickeln.
Wir freuen uns auf Sie! Auch alle bereits aktiven Ehrenamtlichen sind herzlich willkommen.

frei

Bei allen Veranstaltungen freuen wir uns über Ihre Anmeldung :-) Tel. 0351 - 50 10 525

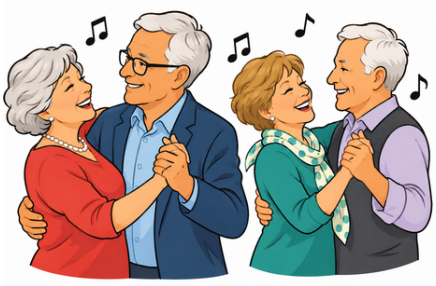
Freitag, 20. November

14 - 17:30 Uhr

Seniorentanz -

schwungvoll durch den Nachmittag!

6 €



Freuen Sie sich auf flotte Rhythmen, gute Musik und jede Menge Tanzvergnügen mit DJ Jochen.

Platzreservierung
ab Mo., 2. Nov., 10 Uhr
Karten-Vorverkauf vom
9. bis 13. Nov.: 5 €

Montag, 23. November

14:30 -15:30 Uhr

Reisevortrag - Katalonien: Ein grünes Land im Nordosten Spaniens

Begleiten Sie Gisela und Rainer Liebscher auf Ihrer spannenden Reise.



3 €

Dienstag, 24. November

14 - 16 Uhr

Musikalischer Nachmittag mit „pianissimo“

7 €
inkl. Kaffee & Kuchen

Freuen Sie sich auf bekannte Lieder wie „Ich hab ein zärtliches Gefühl“ und „Die Gedanken sind frei“. Zum Mitsingen, Zuhören und Genießen – ein Nachmittag voller guter Laune und Lebensfreude!

Bitte rechtzeitig bis 20. Nov. anmelden!



(auch für Geburtstagskinder der Mitgliedergruppen geeignet: hierfür bitte Einladung für den Einlass mitbringen)



Freitag, 27. November

10 - 11:30 Uhr

Schulung für Verkehrsbeteiligte 65+

2 €

ADAC

Informatives aus dem ADAC - Programm „sicher mobil“ → mit Rechtsanwalt Dr. M. Bürger

Termine Dezember im Überblick

Bei allen Veranstaltungen freuen wir uns über Ihre Anmeldung :-) Tel. 0351 - 50 10 525

Donnerstag, 3. Dezember

14 - 15:30 Uhr



Sprache und Sprechen mit
Dipl. Logopädin i. R. Heidrun Themel
Übungen zu Sprech- und Sprachmotorik, Atmung, Wortschatzfestigung, sowie allen Zusammenhängen

4 €

Montag, 7. Dezember

14 Uhr

Post mit Herz – Gemeinsam Freude schenken
Weihnachten ist die Zeit der kleinen Gesten. Gemeinsam gestalten und schreiben wir Weihnachtskarten für Senior:innen in Pflegeeinrichtungen, die sich über einen persönlichen Gruß und ein paar herzliche Worte freuen. Bei Kaffee und gemütlicher Atmosphäre basteln wir Karten, schreiben Grüße und schenken ein Stück Nähe und Freude.

Spenden-basis



Dienstag, 8. Dezember

14 - 15:30 Uhr

Kulturcafé - Der Chor der 95. Grundschule möchte Sie mit bekannten und neuen Liedern auf die Adventszeit einstimmen.





3 €

Mittwoch, 9. Dezember

9:45 Uhr

Wanderung "Glühweinrunde in Radebeul"
Tour vom Schloss Wackerbarth über Waldpark zur Aussicht an der Friedensburg nach Altkötzschenbroda
Start: Linie 4 Haltestelle Schloss Wackerbarth
Länge: ca. 8 km (leicht), Fragen/ Anmeldung: joerg.ludewig@web.de , Tel.: 0171 223 92 55

3 €

Bei allen Veranstaltungen freuen wir uns über Ihre Anmeldung :-) Tel. 0351 - 50 10 525

Freitag, 11. Dezember

9 - 10:30 Uhr



Gemeinsames Adventsfrühstück
→ mit Gabi Heyne und Ulrike Noack.
Bitte melden Sie sich bis 9. Dez. an!

7 €

---

10 - 12 Uhr

Digital-Vortrag: Smartphone-Wissen - Speicher, Cloud & Backup einfach erklärt
mit Sebastian Knappe und Janine Goliaß - eine Kooperation mit dem Medienkulturzentrum Dresden.

2 €

Dienstag, 22. Dezember



14 - 16 Uhr



Weihnachtsfeier
Freuen Sie sich auf ein buntes Programm mit gemeinsamem Singen von Weihnachtsliedern, begleitet von Gitarre, kleinen Überraschungen, Stollen und Kaffee.
Feiern Sie mit uns und genießen Sie eine stimmungsvolle Vorweihnachtszeit!

Bitte melden Sie sich bis Mo., den 14. Dez. an!

7 €

Donnerstag, 24. Dezember

13 - 15 Uhr



“Weihnachten nicht allein” ; Unter diesem Motto laden die Ehrenamtlichen der Mitgliedergruppen 910, 518 und 534 alle Alleinstehenden herzlich ein.
Freuen Sie sich auf ein kleines weihnachtliches Programm bei Kaffee mit Stollen und netten Gesprächen in geselliger Runde.
Bitte melden Sie sich bis Mo., den 14. Dez. im BBZ an!



7 €

Das Team vom BBZ im Volkshaus Laubegast wünscht Ihnen frohe und besinnliche Weihnachtstage und einen guten Start ins neue Jahr!

Wir freuen uns, Sie ab dem 4.1.2027 wieder bei uns begrüßen zu dürfen.



Kostenfreie soziale Beratung für Senior:innen und deren Angehörige mit Anmeldung



Mögliche Beratungsthemen für Sie:

- mögliche Hilfen im Alltag und Haushalt
- Hausnotruf, Essen auf Rädern, ambulanter Hospizdienst
- Pflegeleistungen, Pflegegrad, Pflegedienst & Antragstellung
- Vorbereitung und Begleitung bei der Begutachtung durch den medizinischen Dienst
- Vorsorgevollmacht, Betreuungs- und Patientenverfügung
- Tages- und Kurzzeitpflege, Senioren- und Pflegeheime, betreutes Wohnen sowie Unterstützung bei der Aufnahme
- Beantragung eines Grades der Behinderung, Nachteils-Ausgleiche, Teilhabe-Leistungen
- Wohnformen im Alter, barrierefreies Wohnen/ Maßnahmen zur Wohnraum-Anpassung und Finanzierung
- sozialrechtliche Leistungen, z.B. Wohngeld, Grundsicherung im Alter, Hilfe zur Pflege

Vereinbaren Sie einen Termin:

☎ **0351 - 50 10 520**



Wir beraten Sie **persönlich und diskret**

in unseren barrierefreien Räumen im Hinterhaus des Volkshauses Laubegast oder bequem bei Ihnen zu Hause.

Unsere mobile Beratung in Ihrer Nähe
ohne Anmeldung - einfach vorbeikommen!

Leuben

Jeden Do., 9 – 12 Uhr im **ASB - Begegnungszentrum „Haus der Generationen“**, Reisstr. 7, 01257 Dresden, (Büro im EG)

Großzschachwitz

Am 2. Do., 9 – 11 Uhr (12. Nov. | 10. Dez.) im **Beratungsraum des Projekts “INGE”** (VSP e.V.), Rathener Str. 115, 01259 Dresden
(EG, rechts am Wohnblock)

Kleinzschachwitz

Am 3. Do., 9 – 11 Uhr (19. Nov. | 17. Dez.) im **Putjatinhaus**, Meußlitzer Str. 83, 01259 Dresden,
(in der Werkstatt)



Laubegast

Jeden **Mo., 10 – 12 Uhr**
und Mi., 14 – 16 Uhr
im Hinterhaus BBZ
im Volkshaus Laubegast,
Laubegaster Ufer 22, 01279 Dresden

Sie möchten das Programmheft per E-Mail?

Dann schreiben Sie an laubegast@volkssoli-dresden.de und lassen Sie sich in unseren Verteiler aufnehmen!



Hier finden Sie unser Programmheft online:

Ihr Begegnungs- und Beratungszentrum im Volkshaus Laubegast für den Stadtbezirk Leuben

Laubegaster Ufer 22 · 01279 Dresden

E-Mail: laubegast@volkssoli-dresden.de

Tramlinie 6 und 9; Buslinie 86

Leubener Straße; Kronstädter Platz



Büro - Öffnungszeiten

Montag bis Donnerstag : 10 - 12 / 13 - 15 Uhr

Freitag: 10 - 12 Uhr

Ihre Ansprechpartnerinnen/ Kontakt

Raumanfragen/ neue Kurse: Sabine Born (Leitung)

Alltagsbegleitung: Ulrike Noack (Mitarbeiterin)

0351 50 10 525

Seniorenberatung: Antonia Kliemann, Maria Langhelm, Ina Teich, Elke Schee (Sozialarbeiterinnen)

0351 50 10 520

VOLKSSOLIDARITÄT

Miteinander. Füreinander. Leben in Dresden.

gefördert durch die Landeshauptstadt Dresden

Dresden.