

Begegnungs- und Beratungszentrum

*im Volkshaus Laubegast*

Monatsprogramm

Sept. und Okt. 2025

Wir sind offen für alle!  
Sie müssen kein  
Mitglied sein!



gefördert durch  
die Landeshauptstadt  
Dresden



Dresden.  
Dresdner

# Regelmäßige wöchentliche Angebote

## Montag

10:00 - 11:00	<b>Englisch</b> für Beginnende mit Wolfgang Fischbein	5 €
11:00 - 12:30	<b>Gedächtnistraining</b> mit Dr. Monika Schulze	3 €
13:00 - 17:30	<b>Schachklub</b> Kontakt: Volker Schrödter	2 €
15:00 - 16:30	<b>Fotoclub</b> mit Gerd Böhme <b>15. Sept. und 20. Okt.</b>	3,50 €

## Dienstag

09:30 - 10:15	<b>Sitz - Gymnastik</b> mit Eva Wels	4 €
09:30 - 10:30	<b>Gymnastik</b> mit Monika Jeschar	3,50 €
10:45 - 11:30	<b>Gymnastik</b> mit Eva Wels	4 €
11:00 - 11:45	<b>Sitz - Gymnastik</b> mit Monika Jeschar	3,50 €
13:30 - 15:30	<b>Handarbeit für Fortgeschrittene</b> mit Doris Kerber z.Z. ausgebucht/ bei Interesse Gründung einer 2. Gruppe	2 €
18:00 - 19:00	<b>Hatha-Yoga</b> mit Rita Möbius, Bitte anmelden! <b>Tel. 0152 29 94 25 08, rimoebi@web.de</b>	12 €

## Mittwoch

09:00 - 13:00	<b>Beratung zu Handy, PC und Co.</b> mit Karl-Heinz Schubert, Direktanmeldung: <b>Tel. 0351 - 21111575 (auch AB möglich)</b>	7 €
09:30 - 12:00	<b>Kreatives Nähen</b> 2 x im Monat mit Martina Kadula & Anne Richter <b>3. und 17. Sept. / 1. und 15. Okt.</b>	2 €
10:00 - 11:30	<b>Tänze für Jung und Alt</b> mit Heike Brockow <b>3. und 17. Sept. / 1. und 15. Okt.</b>	5 €
13:00 - 16:30	<b>Rommétreff</b> Ansprechpartnerin: Heidi Schaaf <b>Skattreff</b> , Ansprechpartner: Jürgen Goetz	2 €

## Donnerstag

09:00 - 12:30 **Schachtreff** Ansprechpartner: Peter Knoll 2 €

09:30 - 10:30 **Gymnastik** mit Eva Wels 4 €

Für Vertretungseinsätze suchen wir eine neue  
Gymnastiktrainerin. ☎ 035 1-50 10 525



09:30 - 10:30 **Yoga** mit Ingrid Heinrich z.Z. ausgebucht 3 €

09:30 - 11:30 **Leiterin-Sprechstunde** für Wünsche, Anregungen  
oder Ehrenamtsanfragen u.a. | **4. Sept., 2. Okt.**

14:30 - 15:30 **Gemeinsames Singen** mit Christa Lindner am  
**11. und 25. Sept. / 9. und 23. Okt.** 3 €

## Freitag

10:00 - 11:30 **Englisch für Fortgeschrittene**  
mit Wolfgang Fischbein 5 €

## Sonntag

**GALLI nutzt unsere Räume für das MÄRCHEN - Mitspieltheater**  
am **28. Sept., 12. Okt. 16 - 17 Uhr**, Infos: <https://galli-dresden.de/programm/>

### Termine Töpferwerkstatt September/ Oktober

- **Dienstag - Nachmittag, 14:30 - 16:30 Uhr:**  
16. und 30. Sept./ 7. und 21. Okt. Kind 1,50 €, Student 2 €, Erw. 3 €
  - **Mittwoch - Vormittag, 9:30 - 11:30 Uhr:**  
10. und 24. Sept./ 8. und 22. Okt. Kind 1,50 €, Student 2 €, Erw. 3 €
  - **Freitag - Vormittag, 9:30 - 11:30 Uhr:**  
12. und 26. Sept./ 17. Okt. Kind 1,50 €, Student 2 €, Erw. 3 €
- UKB zzgl. Materialverbrauch + Brennkosten: pro 100 g = 0,75 €  
mit Sabine Born, unterstützt durch Barbara Thiel

# Termine September im Überblick

**Bitte für alle Veranstaltungen anmelden!**

**Tel. 0351 - 50 10 525**

**Montag, 1. September**



**Lesecafé "Bummi"**

14:30 - 15:30 Erlebnisse eines Schnauzers von Friedrich Wolf mit Frau Dr. Sieglinde Dittmann **2 €**

**Donnerstag, 4. September**

## Spätsommerfest

14:00-16:00



Es erwartet Sie zu Kaffee und Kuchen ein buntes Programm mit Tanz, Musik und Poesie. Es gibt eine kl. Bierverkostung schmackhafter alkoholfreier Biere 0,0 Promille. Seien Sie herzlich willkommen und lassen Sie sich überraschen!



**7€**



**Freitag, 5. September**



**Schulung für Verkehrsbeteiligte 65+**

10:00 - 11:30 ADAC-Programm „sicher mobil“ mit Rechtsanwalt Dr. M. Bürger **2 €**



**Dienstag, 9. September**

**Kultur-Café**

14:00 - 15:30 Hans Christian Andersen Teil I, mit Lutz Reike aus dem Kugelgenhaus Dresden **4 €**

**Mittwoch, 10. September**

**Rustikales Frühstück**

09:00 - 10:30 mit Gabi Heyne und Ulrike Noack



**7 €**

***Bitte bis Fr., den 5. September anmelden!***

# Bitte für alle Veranstaltungen anmelden!

Tel. 0351 - 50 10 525



Freitag, 12. September

## Digital-Vortrag

10:00 - 12:00 "Reisen und Navigieren mit dem Smartphone"  
mit Sebastian Knappe und Anne Hilliger

2 €

Dienstag, 16. September



## Fährausflug zum Schloss & Park Pillnitz

Ausflug mit der Fähre zum Schloss Pillnitz mit

09:00 - 12:00 Palmenhaus - **Treff: 8:45 Uhr Fährstelle**

**Kleinzschachwitz** *Anmeldung bis 9. Sept.!*

Ansprechpartnerin: Henrike Marquardt

7 €  
Eintritt Schloss u.  
Palmenhaus  
zzgl. Fähre

Mittwoch, 17. September

**Rundwanderung:** Durch das Spaargebirge bis zur  
Boselspitze; Länge ca. 10 km; Schwierigkeit: mittel  
Treff: **9:40 Uhr Bahnhof Meißen** | Anmeldung:

[joerg.ludewig@web.de](mailto:joerg.ludewig@web.de),  **0171 223 92 55**

10:00

3 €

Donnerstag, 18. September

## Rollatortraining

Mobil bleiben, aber sicher – im Straßenverkehr  
und mit dem ÖPNV! Vortrag über die sichere  
Nutzung und Techniken für Rollatoren, mit  
Anwendungserklärung und Übungen,  
mit Frank Tiesler von der Verkehrswacht Dresden

14:00

frei

14:00 - 15:30

**Sprache und Sprechen** mit Dipl. Logopädin i. R.  
Heidrun Themel

4 €

Freitag, 19. September

**Seniorentanz** - Eine herzliche  
Einladung nach flotten Rhythmen das  
Tanzbein zu schwingen, mit DJ Uli

*Anmeldung ab Fr. 5. September!*

14:00 - 17:30

5 €



# Bitte für alle Veranstaltungen anmelden!

Tel. 0351 - 50 10 525

Woche der Demenz in Sachsen 20. - 28. Sept.

Montag, 22. September

## Musikalischer Vormittag und Mittagessen

11:00 - 12:30 Gemeinsam singen wir bekannte Lieder,  
begleitet von Andreas Noack an der Gitarre.  
Anschließend gibt es ein klassisches  
Mittagessen: Kartoffeln, Quark und Salat.



5 €

## Reisevortrag

14:30-15:30 Nord- und Südkorea - nur Gegen-  
sätze oder auch Gemeinsamkeiten?  
mit Dr. Siegfried Müller



3 €

Dienstag, 23. September

## Musikalischer Nachmittag

14:00 - 16:00 ein Konzert mit Musizierenden  
der Stiftung zur Förderung von Kultur und  
Zivilisation [www.internationalestiftung.de](http://www.internationalestiftung.de)  
(auch für Geburtstagskinder der Mitglieder-  
gruppen - bitte hierfür **Einladung** mitbringen)  
**Anmeldung bitte bis 19. September!**



7 €

incl.  
Kaffee &  
Kuchen

Donnerstag, 25. September (Hinweis: externes Angebot)

## Präventionstag - Gesund u. aktiv leben in der Altersgruppe 60+

09:30-14:00 Das Amt für Gesundheit u. Prävention lädt ein!  
Ort: Neues Rathaus (Goldene Pforte)

Freitag, 26. September

## Infovortrag „Beratungskompass Demenz –

10:00 - 11:00 Wer hilft mir wo?“

mit Maria Langhelm und Antonia Kliemann



frei

**Bitte für alle Veranstaltungen anmelden!**

**Tel. 0351 - 50 10 525**

## Termine Oktober im Überblick

**Donnerstag, 2. Oktober**

### **Galerieeröffnung anlässlich 80 Jahre VOSO - eine Zeitreise unseres Zentrums**

Eröffnung  
14:30

vom Klub "Martin Anderson Nexö" bis  
hin zum "Begegnungs- und  
Beratungszentrum im Volkshaus  
Laubegast". gestaltet von  
Dr. Monika Schulze & Ulrike Noack



**Freitag, 3. Oktober**

**Tag der deutschen Einheit**



**Montag, 6. Oktober**

**Lesecafé** mit Wolf Dieter Göök -

15:00 - 16:00 "Willkommen und Abschied" humorvolle Lieder und  
Geschichten selbstgemacht.

2 €

**Mittwoch, 8. Oktober**

**Info-Vortrag**

mit den "Senioren Helfern Sachsen":

10:00-11:00 Von hauswirtschaftlicher Versorgung über  
den Begleit- und Einkaufsservice bis hin zur  
Demenzbetreuung - Wer unterstützt mich im Alltag?  
Infos zu Unterstützungs- und Entlastungsleistungen

frei



**Freitag, 10. Oktober**

**Schulung für Verkehrsbeteiligte 65+**

10:00 - 11:30 ADAC-Programm „sicher mobil“  
mit Rechtsanwalt Dr. M. Bürger



2 €

# Bitte für alle Veranstaltungen anmelden!

Tel. 0351 - 50 10 525

## Dienstag, 14. Oktober

### Kultur-Café

14:00 - 15:30 Hans Christian Andersen Teil II  
mit Lutz Reike aus dem  
Kügelgenhaus Dresden  
Zuvor wird das neue  
Programmheft für Nov/ Dez vorgestellt.



3 €

## Mittwoch, 15. Oktober

10:10 **Wanderung** durch Hermsdorf & Grünberg | Länge  
ca. 8 km; Schwierigkeit: leicht  
Treff: Bahnhof Hermsdorf (Dresden) Anmeldung:  
[joerg.ludewig@web.de](mailto:joerg.ludewig@web.de), Tel.: 0171 223 92 55

3 €

## Donnerstag, 16. Oktober

### Vortrag "80 Jahre Volkssolidarität"

14:30 - 16:00 Von der Gründung in Dresden bis heute;  
eine Zeitreise mit Anita Köhler, ehemalige  
Mitarbeiterin, Wegbegleiterin und Engagierte der  
MG 518



frei

## Freitag, 17. Oktober

### Digital-Vortrag

10:00 - 12:00 "Übersetzungstools auf dem Smartphone"  
mit Sebastian Knappe und Anne Hilliger -  
eine Kooperation mit dem Medienkulturzentrum  
Dresden.



2 €

14:00 - 17:30 **Seniorentanz** - Eine herzliche  
Einladung nach flotten Rhythmen das  
Tanzbein zu schwingen, mit DJ Jochen.



5 €

**Anmeldung ab Do, 2. Oktober!**

**Bitte für alle Veranstaltungen anmelden!**

**Tel. 0351 - 50 10 525**

Freitag, 24. Oktober

# THOMAS STELZER TRIO



**Beginn: 19 Uhr**

**Einlass: 18:30 Uhr**

**Ticket-VVK**

19 € bis 10. Okt 25,  
ab dann 22 €

Montag, 27. Oktober

**Reisevortrag im Zeichen französisch-deutscher  
Freundschaft.** Beidseits des Rheins - Vom

14:30-15:30

Schwarzwald zu den Vogesen,  
vom Bodensee über Straßburg  
bis Köln, mit Roland H. Winkelhöfer



3 €

Mittwoch, 29. Oktober

**Herbstfrühstück**

09:00 - 10:30 mit Gabi Heyne und Ulrike Noack

**Bitte bis Fr., den 24. Okt. anmelden!**



7 €

## Hilfreiche Links

<https://www.pflegenetz.sachsen.de>

<https://www.zqp.de/thema/hitze-und-pflege/#tipps>

[www.dresden.de/apps\\_ext/Seniorenkalender/](http://www.dresden.de/apps_ext/Seniorenkalender/)



## ➡ **Neu: Offene Sprechstunde für Menschen mit Demenz und deren Angehörige:**

Jeden Mittwoch 16 -17 Uhr ohne Anmeldung

## ➡ **Neu: Im Stadtbezirk unterwegs!**

Um Sie auch in den Randgebieten besser zu erreichen, sind wir künftig verstärkt in der Umgebung von Klein- u. Großschachwitz, Meußnitz, Sporbitz u. Zschießen unterwegs. Sie haben Themen- oder Angebotswünsche? Sprechen Sie uns gern an oder schreiben Sie an: [marquardt@volkssoli-dresden.de](mailto:marquardt@volkssoli-dresden.de)

## **Wir suchen Wandergruppenleitende**

Sie haben Lust für eine Gruppe bewegungsfreudiger Menschen vielleicht einmal im Monat eine Tour zu planen und diese zu begleiten? Dann melden Sie sich bei uns oder schreiben an [marquardt@vollkssoli-dresden.de](mailto:marquardt@vollkssoli-dresden.de)

## **Sachspenden**

Wir suchen einen Bollerwagen.



## **Sie möchten das Programmheft per E-Mail?**

Dann schreiben Sie an [laubegast@volkssoli-dresden.de](mailto:laubegast@volkssoli-dresden.de) und lassen Sie sich in unseren Verteiler aufnehmen!



**Hier finden Sie unser  
Programmheft online:**



# Kostenfreie soziale Beratung für Senior:innen und deren Angehörige

## Mögliche Beratungsthemen für Sie:

- Alltagsbegleitung,
- Hauswirtschaftshilfe, Nachbarschaftshilfe
- Hausnotruf, Essen für Zuhause
- Pflegeleistungen, Pflegegrad, Antragstellung
- Begleitung bei der Begutachtung durch den medizin. Dienst
- Vermittlung Pflegedienst
- Vorsorgevollmacht, Betreuungs- und Patientenverfügung
- Hilfe bei der Beantragung eines Grades der Behinderung
- Umzug, barrierearmes Wohnen, Maßnahmen zur Wohnraumanpassung, Wohnformen im Alter
- Hilfestellung bei Anträgen und Formularen z.B. für Grundsicherung im Alter, Wohngeld, u.v.m.



**Vereinbaren Sie Ihren individuellen kostenfreien Termin unter**

 **0351 - 50 10 520**

**Gern beraten wir Sie persönlich – direkt vor Ort im Volkshaus Laubegast oder bequem bei Ihnen zu Hause.**



# Mobile Beratung in Ihrer Nähe ohne Anmeldung

**Leuben**



Jeden 1. Do., **9 - 11 Uhr** (*neue Zeit!*) im ASB-Begegnungszentrum „Haus der Generationen“, Reisstraße 7, 01257 Dresden, 1.OG

**Kleinzschachwitz**



Jeden 3. Do., 9 - 11 Uhr im Putjatinhaus, Werkstatt Meußlitzer Straße 83, 01259 Dresden

**Achtung:** für die offenen Sprechzeiten im **Volkshaus Laubegast** ist ebenfalls keine Anmeldung nötig. Kommen Sie einfach vorbei: **Mo 10 - 12 Uhr** oder **Mi 14 - 16 Uhr**

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

Laubegaster Ufer 22 · 01279 Dresden

E-Mail: [laubegast@volkssoli-dresden.de](mailto:laubegast@volkssoli-dresden.de)



**0351 - 50 10 525**



**EV 6/9; Buslinie 86 Leubener Straße;  
Kronstädter Platz**



## Ihre Ansprechpartnerinnen:

**Raumanfragen/Kurse:** Sabine Born (Leitung BBZ, 0351 - 50 10 525)

**Alltagsbegleitung:** Ulrike Noack (Mitarbeiterin, 0351 - 50 10 525)

**Seniorenberatung:** Antonia Kliemann (Sozialarbeiterin, 0174 295 76 29)

**Seniorenberatung:** Maria Langhelm (Sozialarbeiterin, 0173 367 14 62)

**Seniorenberatung:** Henrike Marquardt (Sozialarbeiterin, 0152 22 47 86 10)

## Büro - Öffnungszeiten

Montag bis Donnerstag : 9 - 16 Uhr

Freitag: 9 - 13 Uhr

