



## Ihre Ansprechpartnerinnen:

Cathrin Bochert und Sabine Hänsch

Telefon: 0351 / 447 28 69

Fax: 0351 / 447 28 74

Mail: amadeus@volkssoli-dresden.de

## Erreichbarkeit:

St. Benno Gymnasium, Straßenbahn 13

Striesener Straße, Bus 62

## Öffnungszeiten:

Mo - Do 10:00 - 17:00 Uhr

Fr 10:00 - 15:00 Uhr

Striesener Str. 2

01307 Dresden



## Oktober 2021

### Veranstaltungen in diesem Monat:

#### Montag, 04.10.

16:30 - 18:00 **Seniorenrechtsberatung** diskret und individuell mit Rechtsanwalt Prof. Dr. Deichsel. Diese Beratung ist kostenfrei, Sie können gern spenden. Wir bitten um Ihre Anmeldung.

kostenfrei

#### Dienstag, 05. und 19.10.

09:30 - 11:30 **Malen und Zeichnen**

5,00 €

#### Mittwoch, 06.10.

14:00 - 16:00 **Treff der Strickfrauen**

kostenfrei

#### Donnerstag, 07.10.

09:45 - 11:00 Das erste Mal seit Monaten wieder:

**Qi Gong** für Frauen

Anleitung: Jelena Krüger

Anfrage

#### Samstag, 09.10.

10:00 - 18:00 **Grunaer Brunnenfest**

Rock am Brunnen rund um den Findlingsbrunnen an der Zwinglistraße

Eintritt frei

## Sonntag, 10.10.

10:00 - 18:00 **Grunar Brunnenfest** rund um den Findlingsbrunnen an der ZwinglistraÙe. Programme bekommen Sie bei uns. Eintritt frei

## Mittwoch, 13.10.

10:00 - 11:00 **Treff zum Singekreis** 2,00 €

## Donnerstag, 14.10.

13:30 - 15:00 **Amadeus unterwegs** in die Nachbarschaft auf den Spuren des Historischen Rundwegs in Johannstadt zur ArnoldstraÙe. Bitte melden Sie sich an. 2,00 €

## Mittwoch, 20.10.

15:00 - 16:00 **Rund um den Vierwaldstätter See** 4,00 €  
Die Reise beginnt in Brienz. Mit der Bahn geht es zum Gipfel des Rothorns, weiter nach Thun am Berner Oberland. Nach der Wanderung zur Rütli Wiese, dem Grundungsort der Schweiz, geht es in einem nostalgischen Dampfschiff über den Vierwaldstätter See nach Luzern. Hier werden Teile der Altstadt und der Neustadt von Luzern besichtigt. Das und mehr zeigt dieser Vortrag. 14:00 Uhr wenn Sie mögen, können Sie plaudern und Kaffeetrinken. Anmeldung erbeten.

## Mittwoch, 27.10.

9:30 - 10:30 **Verkehrsteilnehmerschulung** 2,00 €

15:00 - 16:00 **Musikalische Stunde im Herbst** 6,00 €  
Maximilian Friedrich spielt wundervoll mitreiÙende Melodien auf der Geige und am Keyboard. Begleitet wird er virtuos von Stephan Friedrich auf der Geige. Zu hören sind Melodien und Lieder zum Mitwippen und Mitsingen, gerne darf auch getanzt werden. Für 14:00 Uhr können Sie Kaffee und Kuchen bestellen. Nur mit Anmeldung.

## Vorschau auf November:

---

**Montag, 01.11.**

16:30 - 18:00 **Seniorenrechtsberatung**

**Dienstag, 09.11.**

8:30 - 10:00 **Plauder-Frühstück**

**Donnerstag, 18.11.**

15:00 - 16:00 **Lichtbildervortrag: Gibraltar**

**Mittwoch, 24.11.**

9:30 - 10:30 **Verkehrsteilnehmerschulung**

### Technik-Sprechstunden

Sie haben Probleme im Umgang mit Ihrem Handy, Computer oder Smartphone? Ihr Handy macht was es will? Plötzlich sind im PC Ihre Dateien weg? Dann kommen Sie zu uns. Im individuellen persönlichen Gespräch gehen wir die Probleme gemeinsam an und finden eine Lösung.

Melden Sie sich gerne an unter 447 28 69.

### Wo finde ich Hilfe im Haushalt?

Haben Sie sich schon mal folgende Fragen gestellt: Ich möchte gerne Senioren-Sport machen - aber wo? Wo finde ich eine Haushaltshilfe?

Was ist eigentlich Betreutes Wohnen?

Gerne würde ich wieder mal spazieren gehen - aber mit wem?

Darauf erhalten Sie hier eine Antwort.

Wir beantworten Fragen zum Hausnotruf, rund um die Pflegeversicherung und vermitteln Unterstützungsangebote für zu Hause wie z. B.

Pflege zu Hause, Essen auf Rädern.

Egal wie Ihre Frage lautet, wir finden darauf eine Antwort immer mittwochs, 13:00-14:00 Uhr.

## Regelmäßige Zirkel und Kurse:

---

### Montag

09:30 - 10:30	Senioren-sport mit Carola Freyer	6,00 €
10:40 - 11:40	Senioren-sport mit Carola Freyer	6,00 €
17:00 - 18:00	Englisch für Senioren via Skype	5,00 €
17:45 - 18:45	Smovey: Spaß mit den grünen Ringen	7,50 €

### Dienstag

09:30 - 11:00	Notebookschule	Nachfrage
09:30 - 11:30	Malen und Zeichnen 05. und 19.10.	5,00 €
14:00 - 16:00	Klöppeln	2,00 €
13 und 14 Uhr	Notebooksprechstunde	Nachfrage

### Mittwoch

13:00 - 14:00	Tipps zur Freizeitgestaltung und Informationen zu Alltagsproblemen, z. B. Betreutes Wohnen	kostenfrei
14:00 - 16:00	Treff der Strickfrauen am 06.10.	kostenfrei
17:00 - 18:30	Geselliger Tanz mit Frau Rabich	1,50 €

### Donnerstag

09:30 - 10:30	Heitere Gedächtnisspiele mit Monika Hänke	1,50 €
09:45 - 11:00	Qi Gong für Frauen mit Jelena Krüger	Nachfrage
14:00 - 15:00	Plauder-Treff mit Kaffee und Kuchen	

### Freitag

08:30 - 09:30	Senioren-sport mit Carola Freyer	6,00 €
09:40 - 10:40	Senioren-sport mit Carola Freyer	6,00 €

Die Ankündigungen der Veranstaltungen erfolgen unter Vorbehalt aufgrund geltender Regelungen zum Infektionsschutz.