



Programm Oktober 2022

Do, 6. Okt, 14 - 16 Uhr

Medien-Cafe

Gemütlich bei Kaffee und Kuchen machen wir uns schlau und sind zukünftig souveräner im Umgang mit unserem Smartphone.

Das Smartphone ist ein Multitalent. Es dient zum Informieren, Online-Shopping und Kommunizieren mit unseren Liebsten, aber auch zum Fotografieren. Oft ist es ein Ersatz für die herkömmliche Digitalkamera. Doch wie gelingen gute Schnappschüsse mit dem Smartphone und was sind gute Apps z.B. zur Bildbearbeitung? Ein Vortrag mit Kristina Richter, Sebastian Knappe vom Medienkulturzentrum Dresden UKB: 2 €

Do, 20. Okt, 14 - 16 Uhr

Herbst-Fest

mit einer heiteren hausgemachten Modenschau, Wissenswertem und Wein-Verkostung.

Wein ist die Nachtigall unter den Getränken (Voltaire)



Bitte melden Sie sich an!

☎ 0351 / 50 10 525

Es gilt die aktuelle sächs. Corona-Schutz-Verordnung!

Bitte melden Sie sich an! ☎ **0351 / 50 10 525**

Mi, 5. + 19. Okt, 10:00 - 11:30 Uhr 4 €

Tänze für Jung und Alt mit Heike Brockow

Mo, 10. Okt, 14:30 – 15:30 Uhr  1 €

NEU*NEU*NEU: *Lesecafé*

„Das Beste aus meine Leben“

von Axel Hacke - Eine Lesung in
Zusammenarbeit mit Marion Noack
vom Bücherhausdienst der Stadt Dresden.



Di, 11. Okt, bitte Zeit erfragen  1 €

Wandern mit Barbara Falge (ca. 12 km)

Näheres unter ☎ 0351 27 80 19 10

Mi, 12. Okt, 9:00 - 11:00 Uhr  5,50 €

Gemeinsames Herbstfrühstück mit Ulrike Noack

Mi, 12. + 26. Okt, 1. Kurs: 8:30, 2. Kurs: 10:30 Uhr 2 €

Töpferwerkstatt 60 + mit Sabine Born, gemeinsam schöne
Objekte aus Ton formen (zzgl. Material- u. Brennkosten)

Do, 13. + 27. Okt, 14:30 - 15:30 Uhr  2 €

Singen mit Christa Lindner: "Bunt sind schon die Wälder"

Do, 13. Okt, 14:00 - 15:00 Uhr 3 €

Sprache und Sprechen im Alter mit Dipl. Logopädin
Heidrun Themel Wissenswertes über das Sprechen, Training des
Stimmeneinsatzes, der Gesichtsmuskulatur und der Atmung

Fr, 14. Okt, 14:00 - 17:30 Uhr  4,50 €

Seniorentanz mit Tommy Solo; Einlass ab 13:30 Uhr

Mo, 17. Okt, 15:00 - 17:00 Uhr  2,50 €

Fotozirkel mit Herrn Böhme „Schwarz-Weiß-Fotografie“

Di, 18. Okt, 14:00 - 15:30 Uhr

☰ 2,50 €

Klubcafé **Gottfried Körner** und seine berühmten Gäste

Mit einem Vortrag von Dipl. Germanistin Barbara Stave
Außerdem erfahren Sie wie immer das Neueste aus dem BBZ!

Fr, 21. Okt, 10:00 - 11:30 Uhr

1 €

Schulung für Verkehrsteilnehmer*innen 65 plus

mit Rechtsanwalt Dr. M. Bürger (ADAC-Programm „sicher mobil“)

Mo, 24. Okt, 14:30 - 15:30 Uhr

2,50 €

Erzählcafé **Denkmale der Dresdner Heide**

Die grüne Lunge der Stadt Dresden ist reichlich bestückt mit Denkmälern aus unterschiedlichen Nutzungsepochen. Heinz Ullmann nimmt uns mit in das große Wanderwege-Netz der Heide.



Vorschau:

Sa, 5. Nov, 11:00 - 15:00 Uhr,

Besuch kostenfrei



Kleider- und Trödelmarkt für Alt und Jung Wir laden ein zum 1. Trödelmarkt in unseren Räumen. Sie können selbst einen Stand betreiben oder einfach nur vorbeischaun. Für Ihr leibliches Wohl ist gesorgt. Anbieten können Sie z.B.:
Erwachsenen- u. Kinderkleidung, Spielzeug, CDs, Videos, Bücher, Hobbywaren, Dekoratives, Kleinküchengeräte, Geschirr, Bilder...
Sichern Sie sich jetzt schon Ihren Platz und melden sich an!

Standaufbau: ab 9 Uhr, **Standkosten:** mit eigenem Tisch pro lfd. Meter 4 € (3m Höchstlänge), 1 € pro lfd. Meter zusätzlich bei Tischausleihe.

Regelmäßiges

Montag

10:30 - 12:00	Heiteres Gedächtnistraining	2 €
13:00 - 17:30	Senioren- Schachclub mit Erwin Böhm	1 €

Dienstag

09:30 - 10:30	Sitz-Gymnastik mit Eva Wels	z.Z. ausgebucht	2 €
09:30 - 10:30	Gymnastik mit Monika Jeschar		2 €
10:45 - 11:45	Gymnastik mit Eva Wels	z.Z. ausgebucht	2 €
13:30 - 15:30	Handarbeit mit Doris Kerber		1 €

Mittwoch

09:00 - 14:00	Beratung: Smartphone, Tablet und PC mit Wolfgang Schubert	6,50 €
	→ nur mit Terminabsprache ☎ 0351 211 115 75	
10:00 - 11:00	Yoga im Sitzen mit Dorothea Endorf	2 €
13:00 - 16:00	Spieletreff - Rommé	1 €
13:00 - 16:30	Spieletreff - Skat	1 €

Donnerstag

08:30 - 12:30	Schachzirkel , Kontakt: Dieter Waldmann	1 €
09:30 - 10:30	Yoga mit Gudrun Blochberger	2 €
10:00 - 11:00	Gymnastik mit Monika Jeschar	2 €

Freitag

10:00 - 11:00	Englisch mit Wolfgang Fischbein	4 €
---------------	--	-----

Ihre Ansprechpartnerinnen: Sabine Born (Leiterin)
Aline Hoffmann und Kristin Schumann (Sozialarbeiterinnen)
Ulrike Noack (Projekt Alltagsbegleitung)

✉ laubegast@volkssoli-dresden.de

Erreichbarkeit: 01279 Dresden; Laubegaster Ufer 22

Haltestelle Leubener Straße, Bahn 🚆 4 & 6, Bus 🚌 86



Beratung
0351/ 50 10 520

Mo 13 - 15 Uhr
Mi 14 - 16 Uhr
Do 8 - 16 Uhr



Begegnung
0351/ 50 10 520

Mo - Do 8 - 16 Uhr
Fr 8 - 14 Uhr