

Wir sind offen für alle!
Sie müssen kein Mitglied

Programm
Dez. 24 / Jan. 25

Di., der 24. Dez. 2024
11 – 15 Uhr

“Weihnachten nicht allein“

Es erwarten Sie ein buntes
Programm, gemeinsames
Singen von Weihnachts-
liedern, kleinen
Überraschungen,
Kartoffelsalat und
Würstchen, Stollen und
Kaffeetrinken.

Feiern Sie mit uns!

**Bitte bis 12. Dez.
anmelden!**

☎ 0351 / 50 10 525

UKB 15 €



Dezember



Mi., 4. Dez., 9:30 - 12:00 Uhr

2 €

- **Kreatives Nähen** mit Martina Kadula und Anne Richter
Bitte anmelden! ☎ 0351 / 50 10 525

Fr., 6. Dez., 10 - 12:00 Uhr

2 €

- **Digital-Vortrag**
Clickbaiting und Co. – Online-Tricks erkennen
- mit Sebastian Knappe
Nur mit Anmeldung! ☎ 0351 / 50 10 525



Di., 10. Dez., 14 - 15:30 Uhr

3 €

- **Klubcafé**
Ein adventliches
Programm
mit gemütlichen
Kaffeetrinken und
dem Chor Marie



Anmeldung unter
☎ 0351 / 50 10 525

Fr., 13. Dez., 9 - 11:00 Uhr

6,50 €

- **Adventsfrühstück** Gemütliches Beisammensein mit
Leckereien, Adventsmusik
und Geschichten,
- mit Gabi Heyne und Ulrike Noack
Anmeldung bis 11. Dez.

☎ 0351 / 50 10 525



Fr., 24. Dez., 11 - 15 Uhr

Siehe Deckblatt!

15 €

- **Weihnachten nicht allein**
Anmeldung bis 12.12. unter ☎ 0351 / 50 10 525



*happy
new year*

 **2025** 

*Wir wünschen Ihnen ein frohes
Weihnachtsfest und für das neue Jahr
Freude, Glück und Gesundheit. Wir
freuen uns, Sie ab 2. Januar wieder
bei uns zu begrüßen.*

Ihr Team vom BBZ - Laubegast

Fr., 10. Jan., 10 - 12:00 Uhr

2 €

● Digital-Vortrag

WhatsApp und andere Messaging-Dienste –
Tipps, Tricks und Datenschutz

- mit Sebastian Knappe



Nur mit Anmeldung! ☎ 0351 / 50 10 525

Mo., 20. Jan., 10 - 11 Uhr

5 €



Freepic.com

Neu:

Englisch für Anfängerinnen und Anfänger

Lebendiges Englisch, Alltagsgespräche und
Konversation mit Wolfgang Fischbein

Bitte anmelden! ☎ 0351 / 50 10 525

Mi., 15. Jan., 9:30 - 12:00 Uhr

2 €

● Kreatives Nähen

Naht für Naht ein Unikat 😊

mit Martina Kadula und Anne Richter

Bitte anmelden! ☎ 0351 / 50 10 525



Di., 14. Jan., 14 - 15:30 Uhr

3 €

● Klubcafé

Sonaten des Frühbarocks

Das Hausmusik-Ensemble spielt
Werke von relativ unbekanntem
Komponisten des 17. und 18.

Jhd., die zu Unrecht
halbvergessen in Archiven und
Sammlungen schlummern.

Violine: Jürgen Nollau und Constanze Walzer,
Fagott: Bettina Heindel, Spinett: Yasushi Iwai

Anmeldung bis 10. Jan. ☎ 0351 / 50 10 525



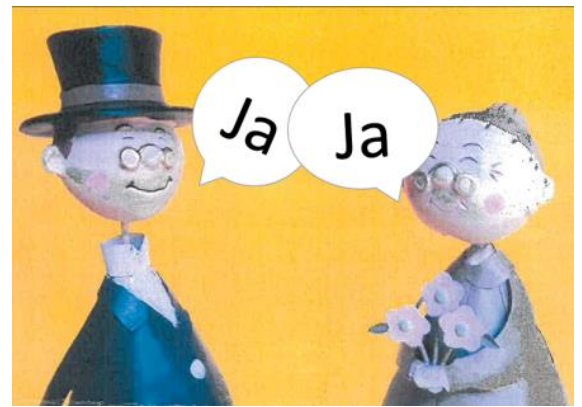
Do., 16. Jan.,

14:30 - 16:00 Uhr

4 €

● **Sprache und Sprechen im Alter**

Wissenswertes sowie Training der Atmung mit Dipl. Logopädin i.R. Heidrun Themel.



Fr., 17. Jan., 14 - 17:30 Uhr

5 €



● **Seniorentanz** mit Ulli,

Fürs Tanzen ist man nie zu alt- Tanzen aktiviert Körper, Geist & Seele und hält Sie jung und mobil.

Anmeldung erforderlich!

→ 14 Tage im Voraus möglich!

☎ **0351 / 50 10 525**

Mi., 22. Jan., 14:30 – 15:30 Uhr

frei

● **Zukunftsquizz mit den „Omas for Future“**

Die Omas und Opas for Future – arbeiten ehrenamtlich in mehr als 80 Regionalgruppen in Deutschland, den Niederlanden und Österreich und setzen sich für eine lebenswerte Zukunft auf der Erde ein. Auch wir entscheiden mit unserem Handeln, wie lebenswert unsere Erde und damit unsere Zukunft bleibt. Wenn wir es wollen, ist Zukunft lebenswert und gesund. Das schaffen gemeinsam.



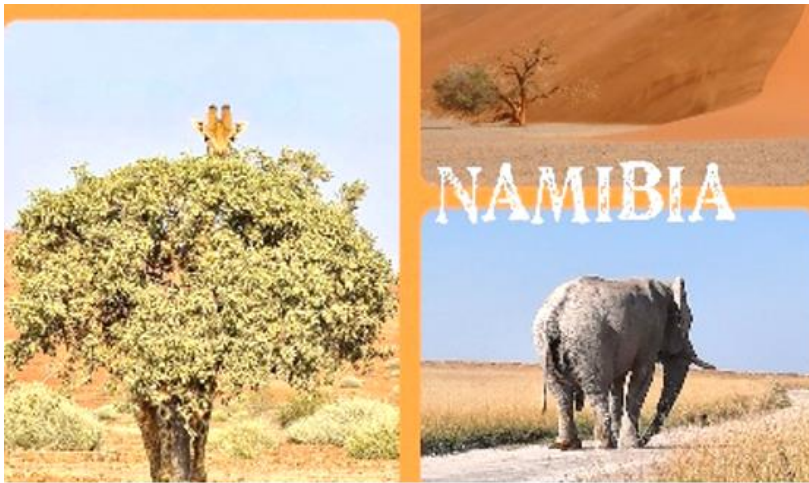
unsere
wir nur

Die Omas zeigen, wie man spielerisch Gutes für Gesundheit, Geldbeutel und Erde tun kann – für eine lebenswerte Zukunft unserer Kinder und Enkel. **Nur mit Anmeldung!** ☎ **0351 / 50 10 525**

<https://omasforfuture.de>

Mo., 27. Jan., 14:30 - 15:30 Uhr

3 €



● **Bildvortrag**
Namibia

Ein Land, das Träume weckt - Von dem Beginn einer großen Leidenschaft - mit Kerstin Steidte

Anmeldung!

☎ **0351 / 50 10 525**

Di., 28. Jan., 14 - 16 Uhr

incl. Kaffee und Kuchen 7 €

● **Musikalischer
Nachmittag**

Ein bunter Melodienreigen mit den „saitenweisen“. Die Geburtstagskinder der Mitgliedergruppen sind auch herzlich eingeladen.



Nur mit Anmeldung bis 27. Jan. ☎ 0351 / 50 10 52

Dank Wir möchten uns ganz herzlich bei Frau Oppermann für die Nähmaschinenspende bedanken

Externe Angebote in unseren Räumen

Sonntags 16 Uhr Märchen – Mitspiel-Theater

Erw. 10 €/ Kinder 8 € für Alt und Jung (Kinder ab 3 Jahren)

Termine und Themen erfahren Sie über: www.galli-dresden.de

Regelmäßiges in der Woche (23.12. bis 3.1. keine Kurse)

Montag

10:30 - 12:00	Gedächtnistraining mit Dr. Monika Schulze	3 €
11:00 - 12:00	Wellness-Sport mit Lori Bussmann	5 €
13:00 – 17:30	Schachklub Kontakt: Erwin Böhm	2 €

Dienstag

09:30 - 10:15	Sitz-Gymnastik mit Eva Wels	3 €
09:30 - 10:30	Gymnastik mit Monika Jeschar	freie Plätze! 3 €
10:45 - 11:30	Gymnastik mit Eva Wels	3 €
11:00 - 11:45	Sitz-Gymnastik mit Monika Jeschar	freie Plätze! 3 €
13:30 - 15:30	Handarbeit mit Doris Kerber	z.Z. ausgebucht 2 €
14:30 - 16:30	Töpfern Jung + Alt mit Sabine Born	

am 7.01./ 21.01.

➔ Bitte anmelden! UKB: Kind, 1,50/ Student 2 €/

18:00 – 19:00	Hatha-Yoga mit Rita Möbius.	12 €
---------------	------------------------------------	------

Anmeldung! ☎ 01522 9 94 25 08 , rimoebi@web.de

Mittwoch

09:00 - 14:00	Beratung: Smartphone, Tablet und PC	7 €
➔ Terminvereinbarung mit Karl-Heinz Schubert (☎ 0351 211 115 75)		
09:30 - 11:30	Töpferwerkstatt mit Sabine Born,	3 €
11.12./ 22.01.		
10:00 - 11:30	Tänze für Jung und Alt	5 €
mit Heike Brockow 4.12./ 15.01.		
13:00 - 16:30	Spiele-Treffs: 1 Rommé/ 2 Skat	2 €

Donnerstag

09:00 - 12:30	Schachtreff Kontakt: Peter Knoll	2 €
09:30 - 10:30	Gymnastik mit Waltraut Wißmach	4 €
09:30 - 10:30	Yoga mit Ingrid Heinrich	z.Z. ausgebucht 3 €
14:30 - 15:30	Singen mit C. Lindner	12.12./ 9.01. / 23.01. 3 €

Freitag

09:30 - 11:30	Töpferwerkstatt mit S. Born,	17.01./ 31.01. 3 €
zzgl. Brenn- und Materialkosten		
10:00 - 11:00	Englisch für Versierte mit Wolfgang Fischbein	5 €

Kontakt

Büro – Öffnungszeit im Zentrum

Montag bis Donnerstag 9 - 16 Uhr und Freitag 9 - 13 Uhr

 **0351/ 50 10 525**

laubegast@volkssoli-dresden.de

Alltagsbegleitung: Ulrike Noack (Mitarbeiterin)

Angebotsplanung/ Projekte: Sabine Born (Leiterin BBZ)

Senioren - Beratung

vor Ort oder in Ihren eigenen 4 Wänden

Ihren individuellen Beratungstermin
erhalten Sie ganz leicht telefonisch:

 **0351/ 50 10 520**

Kostenfrei!

→ Für montags von 10 - 12 Uhr und mittwochs von 14 - 16 Uhr benötigen Sie keinen Termin.

Unsere Außenberatung:

- den 1. Donnerstag im Monat von 10 - 12 Uhr im ASB-Begegnungszentrum "Haus der Generationen", Reisstraße 7, 01257 Dresden
- den 3. Donnerstag im Monat von 9 - 11 Uhr im Putjatinhaus, Meußlitzer Straße 83, 01259 Dresden.

Die Sozialarbeiterinnen Antonia Kliemann (0174 295 76 29) und Maria Langhelm (0173 367 14 62) freuen sich auf Sie!