

# Begegnungs- und Beratungszentrum im Volkshaus *Lambefest*

## Programm Feb. und März 2025



**VOLKSSOLIDARITÄT**

Miteinander. Für einander. Leben in Dresden.

gefördert durch  
die Landeshauptstadt  
Dresden



Dresden.  
Dresdner

# Termine Februar im Überblick

**Bitte für alle Veranstaltungen anmelden!**


## Montag, 03.02.

14:30 - 15:30 **Ich erinnere mich...** mit Frau Anders -  
Teilnehmende berichten aus ihrem Leben 2 €


## Donnerstag, 06.02.

**neu**  
14:30 - 16:00 **Schreibzeit** Schreibend erzählen ...so entstehen  
spielerisch kleine Texte, Gedichte und  
Geschichten. Termine jeden 1. und 3. Donnerstag  
im Monat. **Anmeldung 5 Tage vorher bei Iris  
Stauch! Tel. 0171 362 14 59** 6 €

## Freitag, 07.02.

10:00 - 11:30 **Schulung für Verkehrsbeteiligte 65+**  
ADAC-Programm „sicher mobil“  
mit Rechtsanwalt Dr. M. Bürger  2 €


## Dienstag, 11.02.

14:00 - 15:30 **Klubcafé** „Von Männern mit falschen  
Bärten. Geschichten, Bilder und modische  
Accessoires präsentiert von Lutz Reike vom  
Museum Kügelgenhaus.  3 €  
Quelle: Wikipedia

## Freitag, 14.02.

10:00 - 12:00 **Info-Vortrag** „digitale Gesundheitswelt“  
elektronische Patientenakte, das E-Rezept, Online  
Apotheken. Mit Elisa Wanitzek, Medienpädagogin  
der Mobilen Bibliothek 2 €

## Montag, 17.02.

14:00 - 15:30 **Fotoclub** mit Gerd Böhme  3,50 €  
Quelle: Freepik

## Mittwoch, 19.02.

10:00 **Wanderung:** über Oberwartha in den  
Tännichtgrund, **Treff:** Bahnhof Cossebaude,  
Bitte anmelden bei: [joerg.ludewig@web.de](mailto:joerg.ludewig@web.de), mobil:  
0171 223 92 55

# Bitte für alle Veranstaltungen anmelden!

Tel. 0351 - 50 10 525

## Freitag, 21.02.

14:00 - 17:30 **Seniorentanz** - Eine herzliche Einladung nach flotten Rhythmen das Tanzbein zu schwingen, mit Jochen. 5 €

## Montag, 24.02.

14:30 - 15:30 **Moldau- ein Mix aus Bildern, Musik und Geräuschen** mit Jürgen Clauß 3 €

## Mittwoch, 26.02.

09:00 - 11:00 **Gemeinsames Frühstück** mit Ulrike Noack und Gabi Heyne 7 €

## Freitag, 28.02.

10:00 - 12:00 **Digital-Vortrag** "Facebook, TikTok und Co." Die Welt der sozialen Netzwerke entdecken mit Sebastian Knappe und Anne Hilliger. 2 €



## Termine März im Überblick

## Montag, 03.03.

15:00 - 16:00 **Lesecafé** Märchenprogramm mit Katharina Randel 2 €

## Freitag, 07.03.

10:00 - 11:30 **Schulung für Verkehrsbeteiligte 65+** mit Rechtsanwalt Dr. M. Bürger 2 €



## Dienstag, 11.03.

14:00 - 15:30 **Klubcafé** Ein Liederblumenstrauß anlässlich des **Frauentages** mit dem Chor Marie und einer Bilderausstellung berühmter Frauen. 3 €



# Bitte für alle Veranstaltungen anmelden!

Tel. 0351 - 50 10 525



Freitag, 14.03.

**Digital-Vortrag** "Unterhaltungsangebote mit dem Smartphone" mit Sebastian Knappe und Anne Hilliger 2 €

Mittwoch, 19.03.

**Wanderung**- zur König Albert Höhe, **Treff:** Freital Heinsberg West, Bitte anmelden bei:  
[joerg.ludewig@web.de](mailto:joerg.ludewig@web.de), mobil: 0171 223 92 55

Freitag, 21.03.

**Seniorentanz** - Eine herzliche Einladung nach flotten Rhythmen das Tanzbein zu schwingen, mit Uli. 5 €



Montag, 24.03.

**Diashow** Teil I "Faszination Natur mit Klängen und Melodien" mit Wolfgang Mey. 3 €

Dienstag, 25.03.

**Ein musikalischer Nachmittag** mit Vera und Lutz Dazu gibt es Kaffee und Kuchen (auch für Geburtstagskinder der Mitgliedergruppen geeignet, bitte hierfür **Gutschein** mitbringen!) 7 €



# Regelmäßige wöchentliche Angebote

## Montag

10:00 - 11:00	<b>Englisch</b> für Beginnende mit Wolfgang Fischbein	5 €
11:00 - 12:00	<b>Wellness-Sport</b> mit Lori Bussmann	5 €
11:30 - 13:00	<b>Gedächtnistraining</b> mit Dr. Monika Schulze	3 €
13:00 - 17:30	<b>Schachklub</b> Kontakt: Erwin Böhm	2 €

## Dienstag

09:30 - 10:15	<b>Sitz - Gymnastik</b> mit Eva Wels <b>z.Z. ausgebucht</b>	4 €
09:30 - 10:30	<b>Gymnastik</b> mit Monika Jeschar	3,50 €
10:45 - 11:30	<b>Gymnastik</b> mit Eva Wels <b>z.Z. ausgebucht</b>	4 €
11:00 - 11:45	<b>Sitz - Gymnastik</b> mit Monika Jeschar	4 €
13:30 - 15:30	<b>Handarbeit</b> mit Doris Kerber <b>z.Z. ausgebucht</b>	2 €
	<b>Töpfern Jung + Alt</b> mit Sabine Born am	
14:30 - 16:30	<b>04.02./04.03.</b> Kind 1,50 €/ Student 2 €/ Erw. 3 € 1,50 - 3 € zzgl. Material	
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 - 11:00	<b>Beratung zu Handy, PC und Co.</b> mit Karl-Heinz Schubert, Direktanmeldung: <b>Tel. 0351 - 21111575</b>	7 €
09:30 - 11:30	<b>Töpfern</b> mit Sabine Born am <b>12.02.   12.03./26.3.</b>	3 €
09:30 - 12:00	<b>Kreatives Nähen</b> mit Martina Kadula & Anne Richter <b>05.02./ 19.02.   05.03./ 19.03.</b>	2 €
10:00 - 11:30	<b>Tänze für Jung und Alt</b> mit Heike Brockow <b>5.02/ 19.02.   5.03./ 19.03.</b>	5 €
13:00 - 16:30	<b>Spiele-Treffs</b> Rommé und Skat	2 €

## Donnerstag

09:00 -12:30	<b>Schachtreff</b> Kontakt: Peter Knoll	2 €
09:30 -10:30	<b>Gymnastik</b> mit Waltraut Wißmach	4 €
09:30 -10:30	<b>Yoga</b> mit Ingrid Heinrich <b>z.Z. ausgebucht</b>	3 €
14:30 -15:30	<b>Gemeinsames Singen</b> mit Christa Lindner am <b>13.2/27.2.   13.3./27.3.</b>	3 €
14:30 -16:00	<b>Schreibzeit</b> mit Iris Stauch, <b>Anmeldung bitte bis fünf Tage vorher! Tel. 0171 362 14 59</b> <b>6.2/20.2   6.3./20.3.</b>	6 €

## Freitag

09:00 -12:30	<b>Englisch für Fortgeschrittene</b> mit Wolfgang Fischbein	5 €
09:00 -12:30	<b>Töpfern</b> mit Sabine Born am <b>12.02.   12.03./26.3.</b>	3 €

**Ostermarkt**  
am Fr., 11. April, 14 -17 Uhr  
Mitmachaktionen für Groß und  
Klein, Oster-Café und österliche  
Hobby-Verkaufsstände



Hier finden Sie unser  
Monatsprogramm online



# Kostenfreie soziale Beratung für Senior:innen und Angehörige



## Mögliche Beratungsthemen für Sie:

- Pflegeleistungen, Pflegegrad, Antragstellung
- Vermittlung Pflegedienst
- Begleitung bei der Begutachtung durch den medizinischen Dienst
- Vorsorgevollmacht, Betreuungs- und Patientenverfügung
- Hilfe bei der Beantragung eines Grades der Behinderung
- Umzug, barrierearmes Wohnen, Maßnahmen  
Wohnraumanpassung, Wohnformen im Alter, Wohngeld
- Alltagsbegleitdienste und Hauswirtschaftshilfen
- Hausnotruf, Essen auf Rädern
- und vieles mehr...

**Gern beraten wir Sie vor Ort oder bei  
Ihnen zu Hause.**

**Vereinbaren Sie einfach einen Termin!**

**Tel. 0351 - 50 10 520**



# Mobile Beratung in Ihrer Nähe

## Leuben

Jeden 1. Donnerstag, 10–12 Uhr im ASB-Begegnungszentrum  
„Haus der Generationen“, Reisstraße 7, 01257 Dresden

## Kleinzschachwitz

Jeden 3. Donnerstag, 9–11 Uhr im Putjatinhaus, Meußlitzer  
Straße 83, 01259 Dresden

**Für unsere mobile Beratung sowie unsere offenen  
Sprechzeiten am Montag 10 - 12 Uhr und am  
Mittwoch 14 -16 Uhr ist keine Anmeldung erforderlich!**

## 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)  
Tel: 0351 - 50 10 525



### Ihre Ansprechpartnerinnen:

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

**Alltagsbegleitung:** Ulrike Noack (Mitarbeiterin)

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

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

### Büro - Öffnungszeiten

Montag bis Donnerstag : 9 - 16 Uhr

Freitag: 9 - 13 Uhr