

Begegnungs- und Beratungszentrum im Volkshaus *Lanbefast*

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

Dienstag

09:30 -10:15	Sitz - Gymnastik mit Eva Wels z.Z. ausgebucht	4 €
09:30 -10:30	Gymnastik mit Monika Jeschar	3,50 €
10:45 -11:30	Gymnastik mit Eva Wels z.Z. ausgebucht	4 €
11:00 -11:45	Sitz - Gymnastik mit Monika Jeschar	4 €
13:30 -15:30	Handarbeit mit Doris Kerber z.Z. ausgebucht	2 €
	Töpfern Jung + Alt mit Sabine Born am	
14:30 -16:30	04.02./04.03. Kind 1,50 €/ Student 2 €/ Erw. 3 € 1,50 -3 € zzgl. Material	
18:00 -19:00	Hatha-Yoga mit Rita Möbius, Bitte anmelden! Tel. 0152 29 94 25 08, rimoebi@web.de	12 €

Mittwoch

09:00 -11:00	Beratung zu Handy, PC und Co. mit Karl-Heinz Schubert, Direktanmeldung: Tel. 0351 - 21111575	7 €
09:30 -11:30	Töpfern mit Sabine Born am 12.02. 12.03./26.3.	3 €
09:30 - 12:00	Kreatives Nähen mit Martina Kadula & Anne Richter 05.02./ 19.02. 05.03./ 19.03.	2 €
10:00 -11:30	Tänze für Jung und Alt mit Heike Brockow 5.02/ 19.02. 5.03./ 19.03.	5 €
13:00 -16:30	Spiele-Treffs Rommé und 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	Gemeinsames Singen mit Christa Lindner am 13.2/27.2. 13.3./27.3.	3 €
14:30 -16:00	Schreibzeit mit Iris Stauch, Anmeldung bitte bis fünf Tage vorher! Tel. 0171 362 14 59 6.2/20.2 6.3./20.3.	6 €

Freitag

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

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

Vorschau
April

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
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