BEGEGNUNGS- UND
BERATUNGSZENTRUM FÜR
SENIOR*INNEN
Ökumenische Seniorenhilfe e.V.

ANGEBOTE im NOVEMBER
im Gemeindehaus der Bethlehemkirche

Marienberger Straße 65, 01279 Dresden - Tolkewitz
Telefon: 0151- 5031 7569

Montag			**Beitrag / €**
09.30 – 10.30	Englisch für Fortgeschrittene **02.11. / 09.11. / 16.11. / 23.11. / 30.11.**	B	2,00
11.00 – 12.00	Englisch für Anfänger*innen **02.11. / 09.11. / 16.11. / 23.11. / 30.11.**	B	2,00
14.00 – 16.00	Spielenachmittag mit Fahrdienst **02.11.**		1,50
14.00 – 16.00	Spielenachmittag bei Kaffee & Tee **02.11. / 09.11. / 16.11. / 23.11. / 30.11.**		1,50
Dienstag			**Beitrag / €**
09.30 – 11:00	Smartphonesprechstunde **03.11. / 1711.**	**A**	2,00
09.30 – 10:30	Gedächtnisfitness **10.11. / 24.11.**	B	2,00
11.30 – 13.00	Resilienz-Training: Grundkurs A **24.11.**	B	3,00
14:00 – 13.00	Resilienz-Training: Grundkurs B **24.11.**	B 	3,00
14.00 – 15.30	Buchvorstellung „Tolkewitz – Illustrierte Ortsgeschichte“ mit Martin Kaden **10.11.**	**A**	
Mittwoch			**Beitrag / €**
09.00 – 10.30	Soziale Beratung für Senior*innen und Angehörige **04.11. / 11.11. / 25.11.**	**kostenfrei**	
10.30 – 12.00	Offenes Café „Kreativ mit Hand und Herz“ **04.11.**		2,00
10.30 – 11.30	Handgymnastik **11.11. / 25.11.**	B	4,00

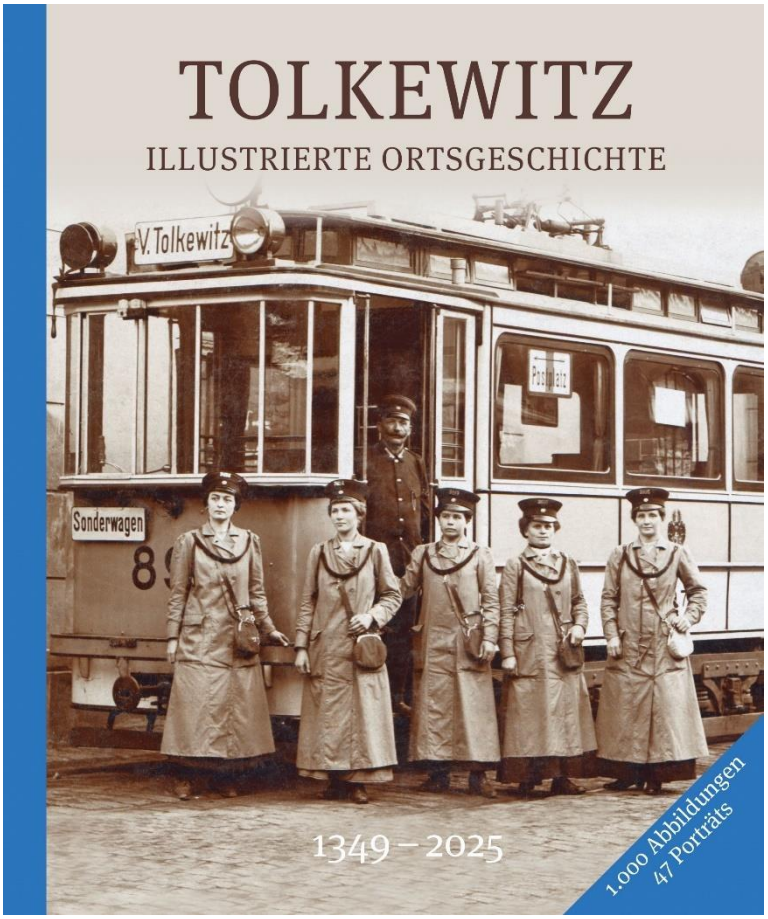
A = Anmeldung bitte bis einen Werktag vorher; B = Kurs ist zurzeit belegt
ohne Markierung = Kurs ist offen; Auto = Anmeldung für Fahrdienst bis 12.00 Uhr am Vortag

14.30 – 16.00	Seniorenkreis Kooperation mit der Kirchgemeinde Dresden-Blasewitz **11.11.**		

Donnerstag			**Beitrag / €**
08.30 – 09.30	Yoga auf der Matte **05.11. / 12.11. / 26.11.**	B	6,00
10.00 – 11.00	Yoga auf dem Stuhl **05.11. / 12.11. / 26.11.**	B	6,00

Buchvorstellung „Tolkewitz – Illustrierte Ortsgeschichte“ am Dienstag, den 10.11.2026 von 14.00 bis 15.30 Uhr

Mit „Tolkewitz – Illustrierte Ortsgeschichte“ liegt ein aktuelles Buch über die Tolkewitzer und die Entwicklung ihres Dorfes zum Stadtteil der Landeshauptstadt Dresden vor. Es beschreibt den Zeitraum von der Vorgeschichte über die urkundliche Ersterwähnung 1349 bis zur Gegenwart. 60 Ehrenamtliche, die aus verschiedensten Wissensgebieten stammen, beleuchten unterschiedliche Facetten dieses Stadtteils. Martin Kaden wirkte als Tolkewitzer Ortschronist maßgeblich an diesem Projekt mit. Mit reicher Detailkenntnis und großer Freude wird er Ihnen das Buch vorstellen. Die Teilnahme ist kostenfrei. **Wir bitten um Anmeldung bis Montag, den 09.11.2026 unter 0351 340 08 76. Wir freuen uns auf Ihr Kommen!**



A = Anmeldung bitte bis einen Werktag vorher; B = Kurs ist zurzeit belegt
ohne Markierung = Kurs ist offen; Auto = Anmeldung für Fahrdienst bis 12.00 Uhr am Vortag