

Nachbarn treffen, zuhören, mitreden, Gemeinschaft gestalten, Neues ausprobieren, über den Tellerrand schauen, Kaffee trinken. Ein lebendiges Quartier ist ein Ort des sozialen Miteinanders. Für Jung und Alt – hier in der Neustadt.

Alle Veranstaltungen und Angebote werden vom BÜLOWH Beratungs- und Begegnungszentrum für Seniorinnen und Senioren Dresden-Neustadt organisiert.

Ein Projekt von:



Gefördert durch:



Initiiert von:



In Kooperation mit:



29.08 // 14:30 - 17:30 UHR

„Selbstgespräche“

Ein sprach-biografisches Zine gestalten

Jeder kennt Anekdoten zum Thema Sprache. Geschichten über Wortspiele, peinliche Missverständnisse und witzige Versprecher. Man erinnert sich auch an den Sprachunterricht. Schwierige Redewendungen bleiben im Gedächtnis hängen. Die Illustratorin und Workshopleiterin Rosa Brockelt zeigt Euch, wie man Geschichten und Erlebnisse kreativ als Zine umsetzen kann. Am Ende entstehen persönliche Büchlein, die aus Texten, Bildern und Zeichnungen zusammengesetzt sind.

Kultur Aktiv e.V. | Kunst und Kultur aktiv mitgestalten

29.08 // 18:00 UHR

Live Hörspiel: „Das hässliche Entlein“

Die „Königskinder“ spielen eine besondere Form von Theater. Beim Hör-Theater und Live-Hörspiel werden Geschichten mit verteilten Rollen, selbstgemachten Geräuschen und Musik auf der Bühne erzählt. Es wird nicht gespielt und es gibt keine Kostüme. Diese Art Theater ist sehr gut für blinde und sehbehinderte Menschen geeignet, da es nur um das Hören geht. Jede Vorstellung ist wie ein Hörspiel im Radio, nur eben live.

ABZ Begegnung für Menschen mit Behinderung Diakonie Dresden

30.08 // 17:00 - 20:00 UHR

Kochabend 60plus: Lebensmittelrettung im Alltag

Ronny Zenker (Bailando, Foodsharing) stellt uns aktuelle Initiativen zur Lebensmittelrettung vor, berichtet von seinen Erfahrungen, beantwortet Fragen und bringt gerettetes Obst und Gemüse mit passenden Rezepten mit. Freuen Sie sich auf einen kulinarisch-kreativen, vegetarischen Abend!

Anmeldung unter Tel. 0351 / 795 760 23

KulturLeben Dresden UG

SEPTEMBER

03.09 // 10:00 - 12:00 UHR

Frühstückstreff - gemeinsam in die Rente mit Schnupperstunde Selbstverteidigung

Bei einem leckeren Frühstück haben Sie die Möglichkeit Menschen im Rentenübergang kennenzulernen und sich zu interessanten Themen auszutauschen. Nach dem Frühstück begrüßen wir einen Trainer des Kampfsportstudios Nug Mui in Pieschen. Niemand muss körperliche Höchstleistungen vollbringen, sondern kann lernen, sich mit einfachen Mitteln zu verteidigen.

Anmeldung unter Tel. 0351 / 795 760 23

KulturLeben Dresden UG

03.09 // 16:00 UHR

Stadt-Teil-Entdecker

Eine Führung zwischen Hauptstraße und Barockviertel um mehr über die Geschichte zu erfahren. Sie werden Neues entdecken und können sich (an) Vergangenes erinnern (lassen).

ABZ Begegnung für Menschen mit Behinderung Diakonie Dresden

03.09 // 19:00 - 21:00 UHR

Vortrag 60plus: Hauptsach gudd gess - Gesunde Ernährung und Altern mit Dr. Torsten Burkholz

Mit der richtigen Ernährung gesünder alt werden, Krankheiten vorbeugen, Lebensqualität dazugewinnen, Ernährungskompetenzen älterer Menschen zu stärken und ihre Konsumententscheidungen in Bezug auf den Lebensmitteleinkauf zu unterstützen – das sind Anliegen des Vortrags „Hauptsach gudd gess“.

KulturLeben Dresden UG

04.09 // 15:00 - 17:00 UHR

Freizeitdating für Menschen zwischen 60 und 70

Allein daheim bleiben, weil keine Begleitung für Freizeitaktivitäten da ist? Das muss nicht sein! Beim Freizeitdating lernen sie neue Menschen kennen. Stimmt die Chemie, können Sie zukünftig gemeinsam ihren Interessen nachgehen. Anmeldung unter Tel. 0351 / 795 760 23

KulturLeben Dresden UG

04.09 // 18:00 UHR

Offene Lesebühne zum Thema „Sommernachtstraum“

Menschen lesen eigene Text oder aus Lieblingsbüchern zum Thema „Sommernachtstraum“ Ob Prosa oder Poesie, ob frei vorgetragen, gelesen oder Poetry Slam...alles ist willkommen. Menschen, welche selbst lesen wollen bitten wir um vorherige Anmeldung.

Anmeldung unter Tel. 0351 / 81 03 85 17

ABZ Begegnung für Menschen mit Behinderung Diakonie Dresden

05.09 // 13:00 - 15:00 UHR

Kommunikation mal anders

Lernt in diesem Workshop den Alltag von blinden Menschen kennen und testet Euren Tastsinn! Anfang des 19. Jahrhunderts hat der Franzose Louis Braille die Blindenschrift erfunden, die heutzutage international gültig ist. Sie besteht aus 64 Zeichen. Die Braille-Schrift verzichtet auf Groß- und Kleinschreibung. Unsere Gesellschaft ist vielfältig – auch in der Sprache.

Workshopleiter: Marco Rademann

Kultur Aktiv e.V. | Kunst und Kultur aktiv mitgestalten

09.09 // 15:00 - 17:00 UHR

„Sensibel gegen Antiziganismus“

Warum wissen wir eigentlich so wenig über Sinti und Roma? In dem zweistündigen Workshop beleuchten wir die historische Kontinuität der Diskriminierung von Sinti und Roma, gehen auf Ihre Fragen ein und möchten neue Perspektiven aufzeigen. Das Angebot ist offen für alle und soll einen Einstieg ins Thema bieten.

Projekt WIR SIND HIER! von RomaTrial e.V. und riesa efau. Kultur Forum Dresden, Bündnis gegen Rassismus + BÜLOWH

09.09 // 18:00 - 20:00 UHR

Filmvorführung mit Gespräch „Amaro Filmos - Wir sind hier!“

In „Amaro Filmos“ (auf Romanes „Unser Film“) geben junge Roma* aus Berlin einen Einblick in ihr Leben und in ihre Gedankenwelt. Mit Humor und Selbstbewusstsein beantworten sie die Fragen: Wie sehen wir uns? Wie werden wir von anderen gesehen? Und was bewegt uns? Der partizipativ entwickelte Dokumentarfilm beleuchtet nicht nur die Träume, Zukunftswünsche und Rollenbilder einer Generation, sondern auch brennende gesellschaftliche Probleme: Rassismus, Gentrifizierung und die damit einhergehende räumliche Verdrängung einer ganzen Community.

Projekt WIR SIND HIER! von RomaTrial e.V. und riesa efau. Kultur Forum Dresden, Bündnis gegen Rassismus + BÜLOWH

10.09. // 14:00 - 16:00 UHR

Erster Stammtisch Telefonkette

Sie leben alleine und wünschen sich einen regelmäßigen Kontakt zu anderen alleinlebenden Menschen? Bei diesem ersten Treffen können wir darüber sprechen, wie eine Telefonkette gegründet werden kann. Was braucht es? Wie geht das? Wem nutzt das?

BÜLOWH

11.09. // 17.00 UHR

end of project

Unser Projekt geht zu Ende. Lasst uns feiern! Mittendrin erlebt, Mittendrin begegnet, Mittendrin gelernt. Zeit für Neues? Eingeladen sind alle Partner:innen und Interessierte.

alle Beteiligten

Gemeinsam Mittendrin 60+



05.08. - 12.09.
Hauptstraße 42 - 44

AUGUST

05.08. // 14:30 UHR
Eröffnungsveranstaltung
Wir eröffnen unseren temporären Begegnungsraum „GemeinsamMittendrin“. Es gibt Ansprachen, leckeren Kuchen, Schnittchen und Kaffee vom TAG2WO Kulturbäcker - serviert durch das Team des Café AB und Zu der Diakonie Dresden. Die Kontaktclowninnen LuLu und Frau Stange laden zum humorvollen Workshop der anderen Art „Begegnung leicht gemacht“ ein.
BÜLOWH, Manuela Scharf (Beauftragte für Menschen mit Behinderungen/Senioren) + Netzwerkpartner:innen

6.08/13.08/20.08/27.08/03.09 // 14 - 16 UHR
Cafe „Mittendrin“ für Menschen mit allerlei Lebensjahren
In gemütlicher Runde den Nachmittag genießen, miteinander ins Gespräch kommen, einfach nur dabei sein, Geschichten erzählen, Spiele spielen, sich am Kuchen vom TAG2WO Bäcker gütlich tun. Ein Selbstkostenbeitrag für Kaffee und Kuchen ist erbeten.
BÜLOWH

06./13./20.08. // 16:30 - 18:00 UHR
Ruhestand. Und Nun? – Gesund und zufrieden in die nachberufliche Lebensphase
Im Rahmen des dreiteiligen Kurses erfahren Sie, wie der Übergang in den Ruhestand gut gelingen kann. Durch Wissensvermittlung, verschiedene Übungen und den Austausch in der Gruppe erhalten Sie zahlreiche Impulse zur Gestaltung Ihrer nachberuflichen Lebensphase. Der Workshop richtet sich an Menschen, die sich in Vorbereitung auf den Ruhestand befinden oder bereits im Ruhestand sind. Die kostenfreien Module sind zusammenhängend. Dr. Tom Motzek führt und begleitet die Veranstaltungen.
BÜLOWH + AWO Kompetenzzentrum für den Übergang in den Ruhestand (KÜR)

07.08. // 14:00 - 17:00 UHR
Wir für uns - Sorgende Gemeinschaften
Wie sorgen die Neustädter:innen für ihre Nachbarschaft? Was wünschen sich die Bewohner:innen aller Generationen? Wer weiß, was schon gut funktioniert? Lasst uns gemeinsam ins Gespräch kommen.
Sören Haak, Sorgende Gemeinschaften
Projektkoordination der Landeshauptstadt Dresden | Beauftragte für Menschen mit Behinderungen/Senioren

7./14./21./28.8. // 18:00 - 20:00 UHR
Nähcafe
Seid herzlich eingeladen zum Näh-Café. Hier kann man plaudern, gemeinsam kreativ werden und Schönes schaffen! Wir stellen ein paar Nadeln, Garne und Stoffstücke zur Verfügung. Wer mag, kann selbstverständlich eigene Materialien mitbringen! Erfahrung spielt keine Rolle.
Kultur Aktiv e.V. | Kunst und Kultur aktiv mitgestalten + BÜLOWH

08.08 // 17:00 UHR
Vernissage: Generationenbilder - Christine Starke
In der Serie „Generationen - die Familie“ porträtiert Christine Starke Familienmitglieder in verschiedenen Lebensaltern. Die Serie hat ihren Beginn vor mehr als 15 Jahren. Einführende Gedanken von Iduna Böhning vom Kunstverein Raskolnikow mit musikalischer Begleitung durch Markus Manzer.
BÜLOWH + Starke Fotografen

9./16./23./30.8. UND 06.09 // 09:30 - 12:00 UHR
Das etwas andere Frühstück für Menschen mit allerlei Lebensjahren
Es ist Freitagmorgen und Sie mögen nicht allein zu Hause frühstücken? Das etwas andere Frühstückslokal öffnet seine Pforten: Wir laden Sie auf einen Kaffee oder Tee ein und Sie bringen dazu Ihr eigenes Frühstück zum Genießen in Gemeinschaft mit. Kosten: Keine, bitte bringen Sie für sich etwas zum Frühstück mit. Kaffee und Tee stehen bereit.
BÜLOWH

9.08/16.08/23.08/30.08/06.09 // 14:00 - 16:00 UHR
„MitmachRaum“ für Menschen mit allerlei Lebensjahren
Immer Freitagnachmittag ist Gelegenheit, den Raum mit Ihren Ideen, Ihrer Kreativität und Wissen zu füllen - zeigen Sie Ihr spannendes Hobby, stellen Sie ein Buch vor oder teilen Sie eine besondere Gabe. Oder kommen Sie einfach vorbei und lassen sich überraschen, was andere Besucher vorbereiten. Was genau geplant ist, erfahren Sie immer kurzfristig auf dem Infoplatat am Schaufenster. Melden Sie sich gern bis einen Tag vorher mit Ihren Ideen für den MitmachRaum. Detailabsprachen unter neu-stadt@buelowh.de oder Tel. 0351 / 20 66 026
BÜLOWH

12./19./26.8. UND 2.09 // 10:00 - 13:00 UHR
Sag mal, früher ... biografische Geschichten des vergangenen Jahrhunderts
Jede Geschichte ist es wert, erzählt zu werden. Berichtet uns von euren Erlebnissen. Gemeinsam gestalten wir eine illustrierte Kurzgeschichte, welche Ihr dann in euren Händen halten könnt. Eine bleibende Erinnerung nicht nur für die Enkelkinder. Anmeldung unter Tel. 0351 / 20 66 026
BÜLOWH + Das Kommunikat

12.08 // 18:00 - 19:30 UHR
Netzwerktreffen NEUSTAD(t)RAUM“
Wie kann die Neustadt ein inklusiver Ort werden? Ein Stadtteil für Menschen mit Behinderung, Kinder, Familien, ältere Menschen, Alteingesessene und Zugezogene? Ihr seid herzlich zu diesem offenen Treffen eingeladen. Ihr könnt zuhören, mitreden und mitgestalten und uns kennenlernen.
NEUSTAD(t)RAUM

14.08. // 15:00 - 16:30 UHR
KlangRaum - Singen
Wir öffnen die Türen für Kornelius, 28 Jahre alt: „Mein Leben ist die Musik. Und diese möchte ich mit meinem Umfeld teilen, egal ob jung oder alt. Daher lade ich herzlich zu meinem Singekreis ein: „Die Gedanken sind frei“, „Du liegst mir im Herzen“ und viele mehr - wir singen sie alle.“
BÜLOWH + Kornelius Music

15.08 // 09:30 - 12:00 UHR
Frühstücks(g)kreis für Seniorinnen und Senioren
In gemütlicher Frühstücksrunde mit selbst mitgebrachten Köstlichkeiten verbringen normalerweise die Männer gemeinsame Zeit. Für diesen Tag sind aber ausdrücklich auch Frauen eingeladen, die sich für das Thema Leihoma oder Leihopa interessieren. Frau Palm vom Frauenförderwerk wird das Projekt für drei Generationen vorstellen.
Männernetzwerk Dresden e.V.

15.08 // 14:00 - 16:00 UHR
Schauen und Klöppeln
Schau dem Klöppeln zu, bring geklöppelte Erinnerungsstücke mit, tausche Dich aus, entdecke alte Hobbies neu, stelle Fragen und staune. Du kannst auch deine Klöppelrolle oder Flachkissen mitbringen und mit anderen Menschen jeder Generation gemeinsam klöppeln. Frau Kasper vom Frauenzentrum „Guter Rat“ zeigt Ihr Können in dieser Technik und steht für Fragen bereit.
Frauenzentrum Guter Rat + BÜLOWH

15.08. // 16:30 - 18:00 UHR
Workshop: Insekten schützen und fördern im Garten und auf dem Balkon
Welche Tiere zählen eigentlich zu den Insekten? Welche sind besonders häufig auch in der Dresdner Neustadt zu finden? Was bedeuten sie für uns und unsere Natur? Wir laden ein, Wissenswertes zum Thema zu erfahren und zum Abschluss ein kleines Wildbienenhotel oder Ohrwurmversteck zu basteln. Für Großeltern, Eltern, Kinder, Enkel.
Senckenberg Naturhistorische Sammlungen Dresden + BÜLOWH

19.08 // 16:00 - 19:00 UHR
Grundschulung zum Krankheitsbild Demenz
Sie können sich in diesem Kurs grundlegend über das Krankheitsbild Demenz informieren und erhalten Kommunikationstipps sowie wichtige Adressen und Ansprechpersonen in Dresden. Anmeldung unter Tel. 0351 / 20 66 026
BÜLOWH + Kompetenzzentrum Demenz Dresdner Pflege- und Betreuungsverein e. V

21./28.8 // 14:00 - 17:30 UHR
Erzählcafe - Senioren erzählen aus ihrem Leben plus Männermusik.
Eine herzliche Einladung an Männer über 60 (wobei das nicht so eng mit dem Alter gesehen wird) in gemütlicher Runde einen Austausch über persönliche Geschichten zu pflegen. Musik begleitet den Nachmittag. Das Gespräch wird wertschätzend moderiert. Für diesen Tag sind Frauen herzlich eingeladen.
Männernetzwerk Dresden e.V.

22.08. // 16:00 - 19:00 UHR
Aufbauschulung Demenz: Praktische Ansätze in der Kommunikation und im Umgang
Informieren Sie sich zusätzlich zur Grundschulung über praktische Ansätze in der Kommunikation und im Umgang bei herausforderndem Verhalten von Menschen mit Demenz. Anmeldung unter Tel. 0351 / 20 66 026
BÜLOWH + Kompetenzzentrum Demenz Dresdner Pflege- und Betreuungsverein e. V

24.08 // 11:00 - 16:00 UHR
Druckwerkstatt „Dein T-Shirt- Deine Message“ Gegeneinander - nebeneinander - miteinander – füreinander?
In welcher Welt leben wir? Und in welcher Welt möchtest du leben? Schöne Sachen kaufen ist einfach. Schöne Sachen selber herstellen auch – macht aber mehr Spaß! Lasst uns ganz individuelle Botschaften an die Gesellschaft entwickeln. Die Umsetzung der Botschaft ins Bild realisieren wir gemeinsam. Ihr gestaltet selbst die Formen und wir helfen euch dabei. Mit der Technik des

Schablonensiebdrucks, kann anschließend jeder sein Shirt oder Stoffbeutel selbst drucken und so für seine Ideen werben. Bitte eigene Shirts mitbringen. Workshopleiter: Moussa Mbarek
Kultur Aktiv e.V. | Kunst und Kultur aktiv mitgestalten

26.08 // 16:30 - 18:30 UHR
Im Gespräch mit OMAS GEGEN RECHTS
Die OMAS GEGEN RECHTS setzen sich nunmehr seit 2019 gegen Rassismus und Fremdenfeindlichkeit ein. Im deutschsprachigen Raum sind sie nicht mehr wegzudenken. Auch die Sächsischen Landfrauen setzen sich in ländlichen Räumen nicht nur für die Ursprungsbelange ihrer Initiative ein, sondern sind seit Jahren im Bündnis gegen Rassismus - Für ein gerechtes und menschenwürdiges Sachsen aktiv. Was motiviert diese Frauen im höheren Lebensalter zu ihrem Engagement?
Gesprächspartnerinnen: Astrid Bodenstein, Christine Weimann, Hella Helm
Moderation: Susanne Gärtner
OMAS GEGEN RECHTS, Bündnis gegen Rassismus, riesa efau. Kultur Forum Dresden + BÜLOWH

27.08 // 10:00 - 12:00 UHR
Inklusives Frühstück
Gemeinsam frühstücken und ins Gespräch kommen. Kosten: 3€
Anmeldung unter Tel. 0351 / 810 385 17
ABZ Begegnung für Menschen mit Behinderung Diakonie Dresden

27.08 // 16:00 - 18:00 UHR
DemokraTisch
Thema: Landtagswahl-Sachsen-Spezial
Wir schauen uns gemeinsam die Wahlprogramme der Parteien an. Kommt einfach vorbei.
ABZ Begegnung für Menschen mit Behinderung Diakonie Dresden