AUF EINEN BLICK für unsere SENIOREN

Fotos: Adobe Stock

Wir lieben Ideen Hoyerswerda Lausitz Město Wojerecy

PRÄSENTIERT für unsere Senioren Veranstaltungen in und um Hoyerswerda

03.10.2023

15:00 - 16:00 Uhr | **Computertechnik aus Ost und West** öffentliche Führung im ZCOM Zuse-Computer-Museum am Tag der Deutschen Einheit, im Eintrittspreis enthalten

04.10.2023

10:00 -12:00 Uhr | **Technikberatung** Fragen rund um Computer, Smartphone und Technik werden kostenlos beantwortet, jeden Mittwoch im ZCOM Zuse-Computer-Museum (mit Voranmeldung unter Tel.: 03571 2096080)

14:00 Uhr | **„Brigade Instandhaltung“** Mit Unterstützung von Experten (Elektronik, Nähen, Zweiradmechanik) geben wir defekten Geräten eine zweite Chance. Kulturfabrik Hoyerswerda

06.10.2023

16:00-18:00 Uhr | **Offener Computer-Stammtisch:** historische Computerspiele Die kostenlose Veranstaltung informiert über unterschiedliche Entwicklungen im Bereich digitaler Technik. Bei technischen Problemen helfen die Technikbotschafter im ZCOM Zuse-Computer-Museum gerne weiter.

10.10.2023

17:00 - 18:00 Uhr | **Webinar: Banken-Apps** kostenlose Onlineveranstaltungsreihe der Verbraucherzentrale und des ZCOM Zuse-Computer-Museums, Hilfe bei digitalen Alltagsproblemen. Teilnahmelink auf www.zuse-computer-museum.com

11.10.2023

10:00 - 12:00 Uhr | **Technikberatung** Fragen rund um Computer, Smartphone und Technik werden kostenlos beantwortet, jeden Mittwoch im ZCOM Zuse-Computer-Museum (mit Voranmeldung unter Tel.: 03571 2096080)

18:00 - 20:15 Uhr | **„Was ist Macht?"** Kostenfreier Vortrag mit Pfarrer Gregor, VHS Hoyerswerda

13.10.2023

ab 18:30 Uhr | **Naturfilmtag der VHS Hoyerswerda im Cinemotion Hoyerswerda** Kostenfreie Filmvorführung & Gespräch mit Filmemacher Robin Jähne „TerraX: Schlaue Schwärme“

14.10.2023

14:00 - 18:30 Uhr | **Fotoworkshop „Herbstlicht“,** VHS Hoyerswerda

16.10.2023

17:00 - 19:15 Uhr | **Klöppeln** Anfänger (5 Kurstage), VHS Hoyerswerda

17:00 - 18:00 Uhr | **Rückenfit – Rückenkräftigung** (krankenkassenanerkannt, 10 Kurstage), VHS Hoyerswerda

17.10.2023

09:00 - 12:00 Uhr | **Computerkurs für Senioren** „Fit am eigenen Laptop“ (3 Kurstage), VHS Hoyerswerda

16:00 - 18:00 Uhr | **Technik trifft Soziales** Wie sicher sind meine Daten im Web? Technikberatung im 3. Ort (Kufa), kostenlos (mit Voranmeldung unter Tel.: 03571 2096080)

18:00 - 20:15 Uhr | **Kreativkurs** „Trockenblumenkranz“, VHS Hoyerswerda

18.10.2023

10:30 Uhr | **Seniorentag/ Seniorenmesse** Raus aus der Wohnung - rein ins Leben. Informieren Sie sich hier über alle möglichen Angebote. VISAVIS Sparkassensaal in der Altstadt

ab 10:30 Uhr | **Technikberatung** Fragen rund um Computer, Smartphone und Technik werden im VISAVIS durch die Technikbotschafter*innen des ZCOM beantwortet,

17:00 Uhr | **Vortrag** „Auf dem Pfad in die Wildnis - 25 Jahre NSG Königsbrücker Heide“ Schloss & Stadtmuseum Hoyerswerda, Eintritt 5 € (Anmeldung bis 16.10. unter der Tel.-Nr. 03571 20937500 (Besucherservice)

17:00 - 19:00 Uhr | **Dialog-Café** Konnte Brigitte Reimann ihre Schreibmaschiene reparieren? - Umweltbewegung, Protest und Reparaturkultur in der DDR und heute. Die DDR – ein Musterbeispiel der Nachhaltigkeit? Nicht ganz.

Gemeinsam mit dem Deutschen Hygiene-Museum Dresden und der Energiefabrik Knappenrode laden wir ein zu einem Abend, an dem Sie Spannendes zur Umweltbewegung in der Lausitz erfahren. Stadtbibliothek Hoyerswerda

19.10.2023

16:30 – 19:30 Uhr | **Kreativkurs** „Makramee – Kleiner Wandbehang“ (2 Kurstage), VHS Hoyerswerda

17:30 - 20:00 Uhr | **„Wie weiter? Zukunft Wasser in der Lausitz“** Kostenfreier Vortrag & Diskussion, Veranstaltung der VHS Hoyerswerda im Schloss

18:00 - 19:30 Uhr | **„Gesunde Ernährung“** Krankenkassenanerkannter Präventionskurs (8 Kurstage), VHS Hoyerswerda

20.10.2023

18:00 - 20:15 Uhr | **Selbsthilfe gegen Rückenschmerzen** (2 Kurstage), VHS Hoyerswerda

21.10.2023

10:00 - 14:00 Uhr | **Kreativworkshop** Asiatische Tuschmalerei, VHS Hoyerswerda

10:00 - 16:00 Uhr | **Feldenkrais-Spezial:** Der aufrechte Gang, VHS Hoyerswerda

10:00 - 13:00 Uhr | **Modellbautag** Alle Modellbau- & Bastelbegeisterten sind zum „Tag des Modellbaus“ in die Brigitte-Reimann-Stadtbibliothek eingeladen. Vom einfachen Steckmodell bis zum klassischen Klebemodell, kann man sich an diesem Tag ausprobieren. Für Großeltern und Enkelkinder.

25.10.2023

10:00 - 12:00 Uhr | **Technikberatung** Fragen rund um Computer, Smartphone und Technik werden kostenlos beantwortet, jeden Mittwoch im ZCOM Zuse-Computer-Museum (mit Voranmeldung unter Tel.: 03571 2096080)

10:00 - 11:00 Uhr | **Digitalcafé: von Frauen für Frauen** Fragen rund ums Handy, Internet und Computer werden kostenlos beantwortet, Bistro, ZCOM Zuse-Computer-Museum

19:00 - 20:30 Uhr | **„Schlossgespräch: Krisen, Kriege, Konkurrenz“** Kostenfreier Vortrag & Diskussionsrunde, Veranstaltung der VHS Hoyerswerda im Schloss

26.10.2023

09:00 - 13:00 Uhr | **Fit fürs Ehrenamt** Computerwissen für Einsteiger (2 Kurstage), VHS Hoyerswerda

27.10.2023

18:00 - 19:30 | **Frag den Oberbürgermeister** Thema: Funktioniert Demokratie in Hoyerswerda? Zu Gast: Katja Meier, Staatsministerin der Justiz und für Demokratie, Europa und Gleichstellung. Die Veranstaltung ist kostenlos.

**Änderungen vorbehalten.Kein Anspruch auf Vollständigkeit.*

Anmeldungen für VHS-Kurse:
03571 209 37 200
info@vhs-hy.de
vhs-hoyerswerda.de
vhs Volkshochschule Hoyerswerda

Sie benötigen Unterstützung? Ob in Ihrer häuslichen Umgebung, Begleitung zu Freizeitangeboten oder Hilfe im Alltag - unsere Nachbarschaftshelfer sind für Sie da.

AWO Lausitz - Fragen Sie uns! Telefon: 03571 4885634

Gesundheitssport beim Sportclub...

Neueröffnung Aerobic Sportgruppe bei Christl

Sport Club Hoyerswerda e.V.

Für alle Sportbegeisterten, die schon immer gern mit Gleichgesinnten viel Spaß an rhythmischen Bewegungen haben, startet der Sportclub Hoyerswerda e. V. demnächst erneut eine Aerobic-Sportgruppe, immer mittwochs 19.15-20.15 Uhr.
Unter der Anleitung von Trainerin Christl Nulle kannst du dich Schritt für Schritt in gut gelaunte Choreographien einüben, um Koordination, Kondition und die Merk- sowie Reaktionsfähigkeit zu trainieren. Damit sind alle Voraussetzungen erfüllt, um bis in das hohe Alter maximal fit zu bleiben.

Wir laden zum Probetraining ein
und freuen uns auf jeden Interessierten!
Detaillierte Informationen gibt es beim Sportclub Hoyerswerda e. V. – Gesundheitssport unter:
03571 6079825, 0157 38485555 oder über
gesundheitssport@sportclub-hoyerswerda.de

Gemeinsam statt einsam:
Besuchs- und Begleitdienst für Senioren
Erzählen, sich begegnen , Kontakte knüpfen, Sinnvolles tun. Kostenfrei.

Kreativ- und Kontaktgruppe: Jeden 2. und 4. Mittwoch im Monat 10 bis 12 Uhr, neue Menschen kennenlernen, Kontakte knüpfen, Interessen teilen, aktiv sein.

Malteser Hilfsdienst e.V.
Anfragen bitte unter Telefon: 0171 3681015

"Die Elsterbienchen"

Wir bieten alleinstehenden, vereinsamten oder in der Mobilität eingeschränkten älteren Menschen Alltagsbetreuung durch die “Elsterbienchen” an, mit dem Ziel, dass sie solange wie möglich, in der vertrauten angestammten Wohnung bleiben und aktiv am gesellschaftlichen Leben teilhaben können.

Alle Informationen und Angebote finden Sie unter www.nhv-hy.de oder Sie rufen an unter Telefon 03571 609242

NHV e.V.

Seniorentag & Messe 18. Oktober 2023

Informationen und Anregungen für ein gutes Leben im Alter. Lassen Sie sich inspirieren von den Angeboten und Möglichkeiten Ihren Alltag zu gestalten.

VISAVIS Hoyerswerda (Sparkassensaal) Altstadt Hoyerswerda
Einlass: ab 10:30 Uhr

Raus aus der Wohnung. Rein ins LEBEN.

Wir lieben Ideen Hoyerswerda Lausitz Město Wojerecy

WochenKurier

Hoyerswerda: Unsere Stadt für alle Generationen.

Hoyerswerda steckt voller Ideen und kreativer Köpfe. Das macht sie lebens- und liebenswert. Kultur- sowie Sportangebote und ein reges Vereinsleben hält unsere Stadt für alle Generationen bereit.

Wir lieben Ideen Hoyerswerda Lausitz Město Wojerecy

Franks HausMeisterService

☎ 0160 93888656
Mail: frank.lienig@icloud.com web: frank-lienig.de

- kleinere Maurer/ Putzarbeiten
- Fliesenlegerarbeiten
- Malerarbeiten
- Trockenbau
- Möbelaufbau
- Grabpflege
- Gartenpflege jeglicher Art
- Entrümpelungen
- Fußbodenarbeiten
- Schnee schieben
- u.v.m.

Fragen kostet nichts!

Kontaktstelle: Nachbarschaftshilfe
Sie möchten sich sozial engagieren?

- Nachbarschaftshelfer sind engagierte Bürger, die Menschen mit einem Pflegegrad und ihren Angehörigen helfen möchten. Kurse zur Anerkennung als Nachbarschaftshelfer finden bei uns statt. Fragen Sie uns!
- Als Nachbarschaftshelfer können bis zu 10,00 Euro/Stunde für max. 40 Stunden/ Monat abgerechnet werden.
- Wir betreuen Sie als Nachbarschaftshelfer und vermitteln zwischen den Helfern und den Hilfesuchenden.

AWO Lausitz

AWO Pflege- und Betreuungs-gGmbH
Thomas-Müntzer-Straße 26
02977 Hoyerswerda

Ihre Ansprechpartnerin:
Silvana Fey
Telefon: 03571 4885634
E-Mail: s.fey@awo-lausitz.de

Wir betreuen Generationen - Gestalten Sie mit uns die Zukunft der Region
Unser Versprechen - Unser Auftrag - Unsere Verantwortung - Unsere sichere Zukunft