



Fotos: Adobe Stock

# AUF EINEN BLICK für unsere SENIOREN

Wir lieben Ideen  
**Hoyerswerda**  
LAUSITZ  
Město Wojerecy

**PRÄSENTIERT** für unsere Senioren Veranstaltungen in und um Hoyerswerda

**01. Dezember 2023**

**16:00 – 18:00 Uhr offener Computer-Stammtisch:** Raspberry Pico und Smart Home Die kostenlose Veranstaltung informiert über unterschiedliche Entwicklungen im Bereich digitaler Technik. Bei technischen Problemen helfen die Technikbotschafter im ZCOM Zuse-Computer-Museum gerne weiter.

**18:30 Uhr | „Geschichten aus dem Wald“** Krabat-Mühle Schwarzkollm. Naturfotograf Karste Nitsch und Wolfsexperte Stefan Kasche erzählen bei dieser VHS-Veranstaltung Spannendes, Kurioses und Außergewöhnliches aus ihrem Arbeitsalltag. Eintritt frei. Anmeldung über VHS Hoyerswerda.

**05. Dezember 2023**

**09:00 – 10:00 Uhr Pilates am Morgen** VHS Hoyerswerda. Erlernen Sie Pilates-Übungen, bei denen die tiefen Muskeln auf sanfte Weise

gekräftigt, entspannt und gedehnt werden. Der Kurs ist für jedes Alter geeignet. Bitte bei der VHS voranmelden.

**10:15 – 11:15 Uhr Beckenbodengymnastik** VHS Hoyerswerda. Der achteilige Kurs vermittelt effektive Übungen für Wirbelsäule und Becken, um den Beckenboden zu straffen und damit Beschwerden und Schmerzen vorzubeugen. Bitte bei der VHS voranmelden.

**17:00 – 18:00 Uhr Webinar: Pay Back und Punktesammler** kostenlose Onlineveranstaltungsreihe der Verbraucherzentrale und des ZCOM Zuse-Computer-Museums, Hilfe bei digitalen Alltagsproblemen. Teilnahmelink auf [www.zuse-computer-museum.com](http://www.zuse-computer-museum.com)

**19:00 – 21:00 Uhr Lesung: Der russische Krieg in der Ukraine und die Schlachter der Propaganda** Vortrag mit Diskussion, zu Gast sind die Referenten Sebastian Trept und Felix Schilk,

**Anmeldungen für VHS-Kurse:**  
03571 209 37 200  
[info@vhs-hy.de](mailto:info@vhs-hy.de)  
[vhs-hoyerswerda.de](http://vhs-hoyerswerda.de)



Politikwissenschaftler. Sie beleuchten die ukrainischen und russischen Versionen der Wahrheit und setzen sie in einen historischen und aktuellen Kontext. Stadtbibliothek Hoyerswerda, Eintritt frei.

**18:00 – 19:30 Uhr | Erbrecht und Testamentsgestaltung** VHS Hoyerswerda. Die Veranstaltung behandelt zahlreiche Aspekte rund um das Erbrecht und bietet die Möglichkeit, individuelle Fragen zu stellen. Bitte bei der VHS voranmelden

**06. Dezember 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)

**08. Dezember 2023**

**17:00 – 18:30 Uhr | Mein Tablet kennenlernen** VHS Hoyerswerda: Zweiteiliger Praxiskurs für Tablet-PC-Besitzer mit vielen Übungen rund ums Surfen im Internet, E-mails, Kalender, Wiedergabe von Musik, Fotos und Videos mit der Kamera, Apps und mehr. Bitte bei der VHS voranmelden.

**10. Dezember 2023**

**15:00 Uhr | Weihnachtskonzert der Musikschule Hoyerswerda.** Forumsaal Lausitzhalle Karten sind im Vorverkauf im Servicecenter der Musikschule und VHS am Lausitzer Platz 4 erhältlich.

**13. Dezember 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. Dezember 2023**

**16:00 – 17:30 Uhr Familiennachmittag – Lesung aus dem Roman Momo** Seien Sie und Ihre Familie mit dabei, wenn die Schriftstellerin Uta Hauthal und der Schauspieler Daniel Minetti Auszüge aus dem Roman "Momo" von Michael Ende lesen. Beide Künstler stellen sich dabei ganz in den Dienst des Textes und lassen durch ihren Vortrag die tiefen liegenden Themen des Buches lebendig werden. Denn Michael Ende beleuchtet grundlegende Fragen unseres Zusammenlebens, von den

Auswirkungen des (nach wie vor unverändert bestehenden) Geldsystems bis hin zur Bedeutung von gleichwürdigem Miteinander und kreativen Ausdrucksformen. Die Veranstaltung ist für (Enkel)Kinder ab 6 Jahren geeignet. Stadtbibliothek Hoyerswerda, Eintritt frei.

**20. Dezember 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)

**17:00 – 18:30 Uhr Dialog-Café Dezember "Weihnachtslesung"** Eine weihnachtliche Lesung und eine offene Gesprächsrunde in gemütlicher Atmosphäre. Zu Gast ist die aus Tätschwitz stammende Autorin Louise Seeliger welche aus ihrem Weihnachtsroman "Für Weihnachten und ein Leben lang" lesen wird. Stadtbibliothek Hoyerswerda, der Eintritt ist frei. **Über das Buch:** Acht Jahre sind vergangen, seit Ava ihre Heimat, ihre erste große Liebe und ihre engsten Freunde Hals über Kopf verlassen hat. Doch nun steht Weihnachten vor der Tür und ihre Schulfreundin Nathalie lädt Ava in ihr Haus am Meer ein, wo sie einst gemeinsam ihre Sommer verbrachten. Ava, die gerade aus einer toxischen Beziehung geflohen ist, folgt ihrer Sehnsucht und nimmt die Einladung an. Zwischen Schneegestöber und funkelndem Weihnachtsglanz stellt sie sich ihrer Vergangenheit und einem ganz besonderen Gast, der ihr Herz auch nach all den Jahren höher schlagen lässt...

**Gesundheitssport beim Sportclub...**

**Neue Aerobic-Sportgruppe beim SC Hoyerswerda e.V.**



Hier liegt der Fokus auf dem Spaß an rhythmischen Bewegungen. Schritt für Schritt werden kleine Choreographien eingeübt. Dabei werden neben der Kondition auch die Koordination sowie Merk- und Reaktionsfähigkeit trainiert. Das sind beste Voraussetzungen, um bis in das hohe Alter maximal fit zu bleiben.

Wir laden zum Probetraining am Mittwoch, den 10.01.2024 von 19:15 bis 20:15 Uhr ein. Alle Informationen gibt es unter: 03571 6079825, 0157 38485555 oder über [gesundheitsport@sportclub-hoyerswerda.de](mailto:gesundheitsport@sportclub-hoyerswerda.de) Wir freuen uns auf euch und sagen Sport frei!

**Besuchs- und Begleitedienst für Senioren. Kostenfrei.** Wir besuchen Sie zu Hause und stehen Ihnen vertrauensvoll zur Seite. Erzählen, spazieren gehen u.v.m. Verlässlich und vertrauensvoll. Nehmen Sie unverbindlich Kontakt mit uns auf.

**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

**Handarbeitstreffs**

Wenn auch Sie leidenschaftlich gern häkeln, stricken, sticken, klöppeln und immer mal auf der Suche nach neuen Anregungen sind oder sich gern mit anderen austauschen möchten, dann sind vielleicht unsere Handarbeitsnachmittage genau das Richtige für Sie. Treff ist montags im "Grünen Hain" von 14:00 bis 16:30 Uhr und von 15:00 bis 18:00 Uhr im Fließhof. Am Freitag nochmal von 15:00 bis 18:00 Uhr im "Grünen Hain".

**Alle Informationen und Angebote finden Sie unter [www.nhv-hy.de](http://www.nhv-hy.de) oder Sie rufen an unter Telefon 03571 609242**



**27. Dezember 2023**

**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

**14:00 – 15:00 Uhr Die Geschichte des Computers** Öffentliche

Führung im ZCOM Zuse-Computer-Museum, im Eintrittspreis enthalten.

**29. Dezember 2023**

**14:00 – 15:00 Uhr Die Geschichte des Computers** Öffentliche Führung im ZCOM Zuse-Computer-Museum, im Eintrittspreis enthalten.

\*Änderungen vorbehalten.Kein Anspruch auf Vollständigkeit.

**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.



**Franks HausMeisterService**  
0160 93888656  
Mail: [frank.lienig@icloud.com](mailto:frank.lienig@icloud.com) web: [frank-lienig.de](http://frank-lienig.de)

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

**Fragen kostet nichts!**

## Liebe Senioren, liebe Hilfesuchenden!

Sie benötigen Unterstützung in Ihrer häuslichen Umgebung, Begleitung zu Freizeitangeboten oder Hilfe im Alltag?

Oft sind es kleine Dinge, bei denen Sie Unterstützung benötigen und wo Nachbarschaftshelfer\*innen aktiv werden kann. Unsere Nachbarschaftshelfer\*innen sind für Sie da. Nutzen Sie die Unterstützung durch einen Helfer, um Ihre Mobilität und Eigenständigkeit möglichst lange zu erhalten.

Egal, ob Betreuung oder Hilfe im Haushalt, jede Unterstützung ist sinnvoll. So können durch Nachbarschaftshelfer\*innen Angehörige entlastet werden, um Kraft zu sammeln und für die eigenen Interessen wieder mehr Zeit zu haben.

Sie benötigen Unterstützung? Wir nehmen uns gern Zeit für ein persönliches Gespräch! Ich freue mich auf Ihren Anruf. Ihre Silvana Fey

**Telefon: 03571 488 5634**



Foto: Adobe Stock



**AWO Pflege- und Betreuungs-gGmbH**  
Thomas-Müntzer-Straße 26  
02977 Hoyerswerda  
[www.awo-lausitz.de](http://www.awo-lausitz.de)

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