

Jahresplan 2013

Anmeldungen für die Veranstaltungen bitte unter der Rufnummer

 **0351 – 796 641 60** oder per email dresden@rehability.de

Regelmäßige Aktivitäten

- Biken & Skaten; ab April jeden **DIENSTAG** ab 18.00 Uhr, Großer Garten
- Bowling! Jeden 1. Freitag im **QUARTAL** lassen wir die Kugel rollen...im „PLAY Bowling and More“ Elbepark.

Stammtische:

Donnerstag, 28.02. 2013 Eventkochkurs im Kochloft Dresden

Max. Teilnehmerzahl 15-20 Personen. Anmeldung unbedingt schnellstmöglich erforderlich!

Kochkursevent – Wir kochen gemeinsam ein mehrgängiges Menü unter der Anleitung von echten Kochprofis. Ob für die Vorspeise, Hauptgang oder Nachspeise eingeteilt, jeder Gruppe steht hierbei ein Profi zur Verfügung, der Euch genau anleitet und unter die Arme greift. Alle Zutaten und sonstiges Equipment werden vom Veranstalter gestellt. Höhepunkt des Abends ist dann das gemeinsame Essen des Gekochten in gemütlicher Atmosphäre. Dieser Abend ist eine hervorragende Gelegenheit ein leckeres Menü unter Anleitung selbst zu kochen, zu essen und dabei in lockerer, lustiger Gesellschaft zu plauschen, Spass zu haben und einfach einen geselligen Abend zu verbringen.

Beginn ca. 18 Uhr

Preis pro Person:

Donnerstag, 30.05.13 Outdoor Stammtisch im Großen Garten!

Wir stellen Euch Neuigkeiten im Bereich Freizeit & Fun sowie Handbikes & Co. vor. Ihr könnt alle von uns zur Verfügung gestellten Materialien testen und in Ruhe ausprobieren. Selbstverständlich haben wir schönes Wetter für diesen Tag bestellt und werden wie immer auch für das leibliche Wohl sorgen!

Donnerstag, 10.10.13 Messerevival & Warm up Party 2013

Wir berichten über Neuigkeiten von der diesjährigen Reha-Care, präsentieren aktuellste, neue Hilfsmittel auf dem Reha-und Inkomarkt und versorgen Euch gleichzeitig mit feinen kulinarischen Köstlichkeiten.

Donnerstag, 05.12.13 Weihnachtsstammtisch KuS Dresden e.V. und Rehability Dresden

Veranstaltungen

07.09.13 **Quad Tour (nähere Infos folgen)**

Seminar

31.01.13 *Seminar Ernährung & Bewegung im Rollstuhl*

Was alles mit der richtigen Ernährung und geeigneten Lebensmitteln zum Abspecken ohne Hunger möglich ist, könnt ihr hier lernen. Die richtigen Antworten von Profis, die es wissen müssen, und gleichzeitig ein optimales Bewegungskonzept machen wieder Laune und steigern Gesundheit und Selbstbewusstsein. Und ganz nebenbei klappt es auch wieder besser mit dem Umsetzen auf Toilette, Bett oder Auto.

Kursleiterin: Tesse Rehberg & Claudia Schmelzer

Gebühren: kostenfrei

Zeit: ab 18.00 Uhr

Termin folgt **Mobi-Kurs mit Thomas Weinsheimer aus Heidelberg**

Kultur-und Sportgruppe Dresden e.V.

25.02.13 Jahreshauptversammlung, Beginn 18.30 Uhr

Cottaer Str. 2, 01159 Dresden

Bei Interesse bitte rechtzeitig anmelden unter 0351-796 641 60 oder dresden@rehability.de

Änderungen vorbehalten!