



Heftnr.: 4/2026

Begegnung und Beratung

für Senioren und Angehörige

Prohliser Allee 31, 01239 Dresden

Telefon: **0351-3230560**

Einrichtung von der Landeshauptstadt Dresden
anerkanntes und gefördertes Begegnungs- und Beratungszentrum



Foto: freepik.com

April - Programm

Leise zieht durch mein Gemüt

*Leise zieht durch mein Gemüt
liebliches Geläute.*

*Klinge, kleines Frühlingslied,
kling hinaus ins Weite.*

*Kling hinaus, bis an das Haus,
wo die Blumen sprießen.*

*Wenn du eine Rose schaust,
sag, ich lass sie grüßen.*

Heinrich Heine



Bild von Gruenderoach auf Pixabay

Wir möchten Sie an dieser Stelle bereits auf unser Frühlingsfest im kommenden Monat aufmerksam machen.

Im Wonnemonat Mai wollen wir mit Ihnen am **Samstag, den 09.05.2026** den Lenz feiern und laden Sie zu einem frühlingsfrohen Nachmittag in den Palitzschhof ein.

Merken Sie sich schon jetzt dieses Datum vor!



Geburtstagsglückwünsche

*Wir gratulieren allen Senioren und Seniorinnen, die im **April** Geburtstag haben. Wir wünschen Ihnen alles erdenklich Gute, vor allem Gesundheit, Glück und Freude!*

Bild von [Melanie](#) auf [Pixabay](#)

Kurse & regelmäßige Angebote

Dienstag bis Freitag

Mittagstisch zwischen 12:00 Uhr und 13:00 Uhr in geselliger Runde mit Essen von **HOLZKE MENÜ**.

Montag

Englisch I (A2)	pausiert	6,00 €
Englisch II (B1)	pausiert	6,00 €
Englisch Konversation	pausiert	6,00 €

Mittwoch

Name, Stadt, Land mit Edda Kalmar	am 08.04.	10:30 Uhr	1,00 €
Heitere Gedächtnisspiele mit Ute Fahnauer	am 15.04.	10:30 Uhr	1,00 €
Qigong mit Dagmar Hörhold		14:30 Uhr	5,00 €

Donnerstag

Seniorengymnastik I mit S. Betke		09:15 Uhr	4,00 €
Seniorengymnastik II mit S. Betke		10:30 Uhr	4,00 €
Rommé + Skat Nachmittag mit Moni Vogler		13:30 Uhr	1,00 €

Freitag

Yoga I mit Marianna Ruff		09:15 Uhr	5,00 €
Yoga II mit Marianna Ruff		10:30 Uhr	5,00 €

Smartphone-Einzelsprechstunde

3,00 €/h

mit Andreas Strohbach

**Sprechzeiten: mittwochs von 13.45 -16 Uhr
nur mit Anmeldung, auch im Hausbesuch**

Veranstaltungen

Freitag, 10. April – 14.00-15.00 Uhr
Erzählcafé - gemütlicher Plausch mit
thematischem Impuls bei Kaffee und Kuchen

UK: 4,00 €

Anmeldung und Bezahlung bitte bis zum 02.04.

Dienstag, 14. April – 14.00-15.00 Uhr
Geschichten über das alte Dresden
„Die 40er und 60er Jahre“

mit Andreas Strohbach

UK: 2,00 € | Anmeldung bitte bis 07.04.

Freitag, 17. April – 14.00-15.00 Uhr
Heitere Singestunde

mit Franz Scharfenberg

Singen in geselliger Runde.

UK: 3,00 € | Anmeldung bitte bis zum 10.04.

Dienstag, 21. April – ca. 11.00 Uhr
Wanderung mit Frau Mickan
zu den Raabsteinen in Bad Gottleuba
Weitere Informationen erhalten Sie bei uns im Büro
oder telefonisch.

UK: 2,00 € + Fahrkarte und Selbstversorgung

Anmeldung bitte bis zum 14.04.

Dienstag, 21. April – 14.00-15.00 Uhr

Kreativer Nachmittag mit Christel Hörder

„Gestalten mit Seidenpapier im Metallrahmen“

UK: 4,00 € zzgl. Materialkosten & Cappuccino/Tee

Anmeldung und Bezahlung bitte bis 14.04.

Mittwoch, 22. April – 15.00-16.00 Uhr

Senioren-Café mit musikalischem Besuch

Sie sind herzlich eingeladen bei Kaffee und Gebäck
unserem musikalischem Besuch

(Kindern des Mosaik e. V.) zu lauschen.

UK: 4,00 €

Anmeldung bitte bis 15.04.

Donnerstag, 23. April – 12.30-18.00 Uhr

Busfahrt mit DresdenCar Reiseservice

**Fahrt in die Oberlausitzer Berge
und zum Czorneboh**

UK: 45,-€/ 59,-€ je nach Teilnehmerzahl, zzgl. Essen,
Getränke und Eintritt | Bezahlung bitte zur
Reisesprechstunde am 31.03.

Freitag, 24. April – 14.00-15.00 Uhr

Infoveranstaltung „Stromspar-Check“

Erfahren Sie mehr über den Stromverbrauch und
erhalten Sie nützliche Tipps, an welchen Stellen Sie in
ihrer Wohnung die Energiekosten senken können.

UK: 1,00 € zzgl. Kaffee/Tee

Anmeldung und Bezahlung bitte bis zum 17.04.

Dienstag, 28. April – 14.00-15.00 Uhr

Bildervortrag

**„Jordanien – Amman über Petra ins Wadi Rum,
Wandern und Kultur in Jordanien – Teil 1/2“**

Siegfried Grahl nimmt und mit auf seine
Reise nach Jordanien.

UK: 3,00 €

Anmeldung und Bezahlung bitte bis zum 21.04.

Liebe Seniorinnen und Senioren,

*bitte beachten Sie die Schließzeiten
über die Ostertage an
Karfreitag, den 03. April und
Ostermontag, den 06. April!*

*Wir wünschen Ihnen eine schöne
Osterzeit!*

Ihr AWO-Team



Foto: freepik.com

Wussten Sie bereits, dass wir neben unseren Begegnungsangeboten, folgende Beratungsangebote für Sie bereithalten?

- Essen auf Rädern, Hauswirtschaftshilfen, Seniorenbegleitdienst, Hausnotruf
- Leistungen der Pflegeversicherung, Hilfe bei Antragstellung, Vermittlung Pflegedienst, Kurzzeitpflege oder Pflegeheimplatzes, Begleitung bei MDK Begutachtung
- verschiedene Wohnformen im Alter, Wohnraumanpassungen
- Vorsorgevollmacht, Patientenverfügung und Betreuungsverfügung
- Informationen und Vermittlung von Unterstützungsangeboten bei demenzieller Erkrankung
- Leistungen des Schwerbehindertengesetzes/ Hilfe bei Beantragung eines Grades der Behinderung
- Informationen zu Grundsicherung im Alter, Hilfe zur Pflege, Wohngeld, Dresden-Pass/ Unterstützung bei der Beantragung der materiellen Hilfen
- Vermittlung zur Beratung Übergang in den Ruhestand (KÜR)
AWO Beratungsstelle Herzberger Str. 2-4

**Vereinbaren Sie einen
kostenlosen Beratungstermin!**

**Bei Bedarf kommen wir auch zu
Ihnen nach Hause!**



Öffnungszeiten Begegnung



Montag	09:30 – 16:00 Uhr
Dienstag	09:30 – 16:00 Uhr
Mittwoch	11:30 – 16:00 Uhr
Donnerstag	09:30 – 16:00 Uhr
Freitag	09:30 – 15:00 Uhr

Offene Sprechzeiten Beratung für Senioren und Angehörige

Montag	10:00 – 12:00 Uhr
Mittwoch	13:00 – 15:00 Uhr
Freitag	10:00 – 12:00 Uhr

Kontakt

Leiterin: BSc. Sozialpädagogin Sandra Haufe
Beratung/ Begegnung: Dipl. Sozialpädagogin Ute Fahnauer
Beratung/ Begegnung: B.A. Sozialpädagogin Clara Sparsbrod

Telefon: **0351-3230560**
Mail: mail18@awo-in-sachsen.de
Homepage: www.awo-in-sachsen.de

Sie erreichen uns mit den Straßenbahnlinien 1, 4 und 13
über die Haltestelle Jacob-Winter-Platz.

**NEUE GÄSTE SIND UNS IMMER
HERZLICH WILLKOMMEN!**