



Heftnr.: 7/2026

Begegnung und Beratung

für Senioren und Angehörige

Prohliser Allee 31, 01239 Dresden

Telefon: 0351-3230560



Foto: pixabay.com jplenio

Juli - Programm

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

gefördert durch
die Landeshauptstadt
Dresden



Dresden.
DIEZIGER

Wieviel Prozent der Erdoberfläche bedeckt das Meer?

- a) ca. 57%
- b) ca. 71%
- c) ca. 83%

An welchen Meeren kann man in Deutschland Urlaub machen?

- a) Nordsee und Südsee
- b) Ostsee und Atlantik
- c) Nordsee und Ostsee

Welche Vögel sieht man am häufigsten am Meer?

- a) Möwen
- b) Tauben
- c) Raben

Was hat Einfluss auf Ebbe und Flut?

- a) die Sterne
- b) die Sonne
- c) der Mond

Was machen Kinder in der Regel nicht gern am Strand?

- a) still sitzen
- b) Muscheln sammeln
- c) Burgen bauen

Welcher dieser Meeresbewohner ist ein Säugetier?

- a) Hering
- b) Wal
- c) Qualle



, c, a, b

Geburtstagsglückwünsche

*Wir gratulieren allen Senioren und Seniorinnen, die im **Juli** Geburtstag haben. Wir wünschen Ihnen alles erdenklich Gute,*

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) mit Karin Gabriela Arndt	8:45 Uhr	6,00 €
Englisch II (B1) mit Karin Gabriela Arndt	10:30 Uhr	6,00 €

Mittwoch

Name, Stadt, Land mit Edda Kalmar	am 01.07.	10:30 Uhr	1,00 €
Heitere Gedächtnisspiele mit Ute Fahnauer	entfällt	10:30 Uhr	1,00 €
Qigong mit Dagmar Hörhold	nicht am 22./29.07.	14:15 Uhr	5,00 €

Donnerstag

Seniorengymnastik I	pausiert	4,00 €
Seniorengymnastik II	pausiert	4,00 €
Rommé + Skat Nachmittag mit Moni Vogler	13:30 Uhr	1,00 €
Englisch Konversation mit Barbara Conradi	17:30 Uhr	6,00 €

Freitag

Yoga I mit Marianna Ruff	nicht am 10.07.	09:15 Uhr	5,00 €
Yoga II mit Marianna Ruff	nicht am 10.07.	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, 3. Juli – 14.00-15.00 Uhr

Musikalischer Nachmittag zum Mitsingen

mit Frau Kazmirowski am Klavier.

UK: 3,00 € | Anmeldung bitte bis zum 26.06.

Dienstag, 7. Juli – 12.00-14.00 Uhr

Mittagessen im Gemeinschaftsgarten Prohlis

Der Prohliser Mittagstisch lädt im idyllischen Grün zum gemeinsamen Essen mit Vor-, Haupt- und Nachspeise ein.

UK: 2,00 €

Anmeldung bitte bis zum 30.06.

Freitag, 10. Juli – 14.00-15.00 Uhr

„Badetag und große Wäsche“

Ein Vortrag mit Lutz Reike.

Waschzuber - Geschichten zum Anfassen

Baden oder nicht baden – waren sie wasserscheu, die Menschen im 19. Jahrhundert? Und wie reinigte ein Höfling seine goldbestickte Uniform und die Dame ihr Seidengewand?”

UK: 5,00 €

Anmeldung und Bezahlung bitte bis zum 03.07.

Donnerstag, 16. Juli – 10.00-18.00 Uhr
Busfahrt mit DresdenCar Reiseservice

Fahrt nach Bad Muskau
mit Besichtigung der Parkanlage
und Fahrt mit der Bimmelbahn bis Weißwasser.
UK: 53,- € zzgl. Essen, Getränke und Bimmelbahn
Bezahlung bitte zur Reisesprechstunde am 30.06.

Freitag, 17. Juli – 14.00-15.00 Uhr
Erzählcafé

gemütlicher Plausch zum Wochenende mit thematischem Impuls bei Kaffee und Kuchen
UK: 4,00 € | Anmeldung und Bezahlung bitte bis zum 10.07.

Dienstag, 21. Juli – 14.00-15.00 Uhr
Kreativer Nachmittag mit Christel Hörder

Wir gestalten Kerzen mit buntem flüssigen Wachs.
UK: 4,00 € zzgl. Materialkosten & Cappuccino/Tee
Anmeldung bitte bis 15.07.

Freitag, 24. Juli – 14.00-15.00 Uhr
Informationsveranstaltung

„Wohnraumanpassung - Möglichkeiten und Finanzierung von Umbauten im eigenen Zuhause“
Ein kurzer Vortrag und Fragerunde mit Frau Schnitzer
von der Wohnberatungsstelle der LH Dresden.
UK: 1,00 €
Anmeldung bitte bis zum 17.07.

Dienstag, 28. Juli – ca. 11.00 Uhr

Wanderung mit Frau Mickan

zu den Seerenteichen im Tharandter Wald

Weitere Informationen erhalten Sie bei uns im Büro,
per Mail oder telefonisch.

UK: 2,00 € zzgl. Fahrkarte und Selbstversorgung
Anmeldung bitte bis zum 21.07.

Dienstag, 28. Juli – 10.00-11.00 Uhr

Reisesprechstunde

mit Hartmut Sitte von DD-Car

Bezahlung der August-Busfahrt und Information zu allen weiteren Fahrten im Jahr 2026.

Dienstag, 28. Juli – 14.00-15.00 Uhr

Geschichten über das alte Dresden

„Die 90er und 2000er Jahre“

mit Andreas Strohbach

UK: 2,00 € | Anmeldung bitte bis 23.07.

Freitag, 31. Juli – 14.00-15.00 Uhr

Eiscafé in der AWO

Einladung zu einem Eisbecher
mit Plausch in geselliger Runde.

UK: 4,00 € pro Eisbecher zzgl. Kaffee
Anmeldung und Bezahlung bitte bis zum 24.07.

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
Beratung/Begegnung:	B.A. Sozialpädagogin	Vanessa Grapenthin

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!**