



Heftnr.: 10/2026

Begegnung und Beratung

für Senioren und Angehörige

Prohliser Allee 31, 01239 Dresden

Telefon: **0351-3230560**



Foto: magnific von freepic

Oktober - Programm

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

gefördert durch
die Landeshauptstadt
Dresden



Dresden.
Dresdner

Hier sind 10 Begriffe für den Oktober versteckt!

Q	F	Q	N	Q	P	E	R	N	T	E	D	A	N	K	M	H
K	I	A	Z	T	U	S	R	M	H	C	U	L	E	O	O	Y
F	F	R	C	S	C	M	U	E	C	K	Ü	R	B	I	S	M
W	T	U	P	E	H	S	N	L	T	V	I	C	O	E	J	Z
T	Z	N	I	S	T	R	A	U	B	E	N	I	K	Q	P	M
D	E	V	L	U	N	F	D	C	H	Z	M	P	T	H	X	R
P	I	P	Z	S	U	D	D	L	M	J	Q	J	O	M	H	G
G	G	T	E	F	W	Z	H	C	Y	S	D	A	B	U	W	D
H	E	K	R	F	Q	Y	T	R	U	N	G	T	E	B	Z	G
Y	L	U	J	I	P	B	N	E	B	E	L	W	R	B	U	Y
P	K	A	S	T	A	N	I	E	S	O	U	Q	F	U	G	Q
W	G	Q	J	L	D	B	D	H	G	P	J	K	E	B	V	J
P	P	S	O	N	N	E	N	B	L	U	M	E	S	T	O	H
I	K	Y	P	P	R	C	C	A	R	I	U	N	T	Q	G	Y
M	B	Q	E	Q	C	R	L	U	O	I	P	F	S	G	E	P
D	X	N	C	J	S	I	Z	E	H	P	M	Y	C	B	L	J
O	W	N	N	H	O	C	X	V	E	G	K	J	H	W	V	J



Foto: freepik.com, wirestock

Geburtstagsglückwünsche

*Wir gratulieren allen Senioren und Seniorinnen, die im **Oktober** Geburtstag haben.*

Wir wünschen Ihnen alles erdenklich Gute, vor allem Gesundheit, Glück und Freude!

Kurse & regelmäßige Angebote

Dienstag bis Freitag

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

Montag

Englisch I (A2)	pausiert	09:15 Uhr	6,00 €
Englisch II (B1)	pausiert	11:30 Uhr	6,00 €

Mittwoch

Name, Stadt, Land mit Edda Kalmar	am 14.10.	10:30 Uhr	1,00 €
Heitere Gedächtnisspiele mit Ute Fahnauer	am 07.10.	10:30 Uhr	1,00 €
Qigong mit Dagmar Hörhold	entfällt am 14.10.	14:15 Uhr	5,00 €

Donnerstag

Seniorengymnastik I	pausiert	09:15 Uhr	4,00 €
Seniorengymnastik II	pausiert	10:30 Uhr	4,00 €
Rommé + Skat Nachmittag mit Moni Vogler		13:30 Uhr	1,00 €
Englisch Konversation mit Barbara Conradi	am 08.10./ 22.10.	17:30 Uhr	6,00 €

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, 02. Oktober – 14:00-15:00 Uhr

Erzählcafé

**gemütlicher Plausch zum Wochenende mit
thematischem Impuls bei Kaffee und Kuchen**

UK: 4,00 € | Anmeldung und Bezahlung bis 25.09.2026

Dienstag, 06. Oktober – 9:30-11:00 Uhr

Herbstfrühstück

Gemeinsam schlemmen, genießen & plaudern.

UK: 7,00 € | Anmeldung und Bezahlung bis 29.09.2026

Freitag, 09. Oktober – 14:00-15:00 Uhr

Bildervortrag

Der Treidel- oder Leinpfad

Die Senioren des Männernetzwerk Dresden e.V.
nehmen Sie mit auf eine Wanderung der besonderen Art. Im
Sitzen werden Sie von Loschwitz bis Pillnitz viel
Wissenswertes über diesen besonderen Weg erfahren.

UK: 3,00 € | Anmeldung bis 02.10.2026

Dienstag, 13. Oktober – 14:00-15:00 Uhr

Bunter Hund

**Kuscheln und Wissenswertes rund um den Hund –
ein lustiger Nachmittag mit Ulrike Richter und
Begleithündin Josi**

Ein lustiger Nachmittag mit Begleithündin Josi.

UK: 2,00 € | Anmeldung bis 06.10.2026

Donnerstag, 15. Oktober – 10:00-17:00 Uhr

Busfahrt mit DresdenCar Reiseservice

**Rundfahrt durch die Deutsch-Böhmische-Schweiz
nach Peterswalde und Kaffeezeit in Hřensko**

UK: 52 € zzgl. Essen/Getränke

Bezahlung zur Reisesprechstunde am 22.09.2026

Freitag, 16. Oktober – 14:00-15:00 Uhr

Bildervortrag

**Dietrich Helmrich zeigt uns beeindruckende
Bilder von seiner Reise nach Pakistan.**

UK: 3,00 € | Anmeldung bis 09.10.2026

Dienstag, 20. Oktober – 10:00-11:00 Uhr

**Gemütliche Reisesprechstunde
mit Hartmut Sitte von DD-Car**

Bezahlung der November-Busfahrt und Information zu allen
weiteren Fahrten im Jahr 2026 und 2027.

Dienstag, 20. Oktober – ca. 11:00 Uhr

Wanderung mit Frau Mickan

zum Seerosenteich bei Coswig

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

UK: 2,00 € zzgl. Fahrkarte & Selbstversorgung

Anmeldung bis 13.10.2026

Dienstag, 20. Oktober – 14:00-15:00 Uhr

Kreativer Nachmittag mit Silvia Krumbiegel

Aus Alt mach Neu –

Kreative Unikate aus alten Dosen gestalten.

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

Anmeldung bis 13.10.2026

Freitag, 23. Oktober – Start 13:00 Uhr

**Gemeinsamer Ausflug
ins Café Blümchen**

Waren Sie schon im Café Blümchen, das letztes Jahr nach der Wiedereröffnung in neuem Glanz erstrahlt? Genießen Sie hausgemachte Torten in geselliger Runde!

UK: 2,00 € zzgl. Fahrkarte & Speisen/Getränke

Anmeldung bis 16.10.2026

Dienstag, 27. Oktober – 14:00-15:00 Uhr

**Informationsveranstaltung
„Gefahren an der Haustür, am Telefon
und im Alltag unterwegs“**

Herr Schwab (Polizeihauptmeister und Bürgerpolizist in Prohlis) informiert Sie zu verschiedenen Themen wie z.B. Enkeltrick, Betrug, Vorbeugung Diebstahl Handtasche/ Geldbörse und kommt mit Ihnen ins Gespräch.

UK: 1,00 € | Anmeldung bitte bis zum 20.10.2026

Freitag, 30. Oktober – 14:00-15:00 Uhr

**Heitere Singestunde
Singen in geselliger Runde mit Michael Wieting**

UK: 3,00 € | Anmeldung bis 23.10.2026

Wussten Sie schon?

Am **1. Oktober** ist der
Internationale Tag der älteren Menschen.

Dieser besondere Tag steht für Wertschätzung, Respekt und Dankbarkeit und macht sichtbar, wie wertvoll die Erfahrungen und Lebensgeschichten der älteren Generation für unsere Gesellschaft und unser Miteinander sind.

Ein schöner Anlass, Danke zu sagen und unsere Seniorinnen und Senioren zu würdigen.

Herzlichen Dank, dass Sie unser Haus mit Leben, Lachen und vielen schönen Momenten bereichern!

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

- Essen auf Rädern, Hauswirtschaftshilfen, Seniorenbegleitedienst, Hausnotruf
- Leistungen der Pflegeversicherung, Hilfe bei Antragstellung, Vermittlung Pflegedienst, Kurzzeitpflege oder Pflegeheimplatzes, Begleitung bei MD-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: 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 BEI UNS
HERZLICH WILLKOMMEN!**