

AWO Begegnung und Beratung für Senioren und Angehörige

Hainsberger Straße 2
01159 Dresden
Telefon 0351 4135471
Montag bis Freitag von 9.30 bis 16.00 Uhr



Bei uns im April

Montag bis Freitag

12.00 Uhr **Mittagstisch** - Sie können das Essen beim Menüservice *Gourmetta* über uns bestellen und bei uns in Gesellschaft essen. Bestellung bitte bis mind. einen Tag vorher. Guten Appetit!

Jeden Montag

10.00 Uhr **Englisch I** (UK 2,00 €)
11.00 Uhr **Englisch II** (UK 2,00 €)
14.30 Uhr **Yoga für Senioren** (UK 3,00 €)

Jeden Dienstag

13.00 Uhr **Doppelkopfnachmittag** (UK 1,00 €)
13.30 Uhr **Spanisch** (UK 4,00 €)

Jeden Mittwoch

9.30 Uhr **Französisch für Anfänger mit Vorkenntnissen** (UK 3,00 €)
10.45 Uhr **Französisch Konversation** (UK 3,00 €)
13.00 Uhr **Skat-, Rommé-Nachmittag** (UK 1,00 €)
17.00 Uhr **Schachfreunde AWO Löbtau** (UK 1,00 €)

Jeden Donnerstag

9.30 - 15 Uhr **Smartphone-Sprechstunde mit Einzelterminen** (UK 4,00 €)
10.00 Uhr **Gymnastik für Senioren** (UK 2,00 €)

Jeden Freitag

10.00 Uhr **Russisch für Interessierte** (UK 4,00 €)
12.00 Uhr **Gitarrenkurs** (UK 4,00 €)

Beratung Montag bis Freitag 10.00 - 12.00 Uhr, 13.00 - 15.30 Uhr

Wir beraten Sie kostenfrei zum Übergang in den Ruhestand, zu Leistungen der Pflegeversicherung und des Schwerbehindertengesetzes, Wohnformen im Alter, Vorsorgeregelungen, Grundsicherung und anderen Fragen. Bitte vereinbaren Sie einen Termin.

Donnerstag, den 11.4.

14.00 Uhr **Musik macht fröhlich** mit Herrn Lahmann (UK 3,00 €)

Freitag, den 12.4.

14.00 Uhr **Farbe, Körperteil, Möbelstück** –
das etwas andere Name, Stadt, Land mit Frau Lehmann (UK 2,00 €)

Dienstag, den 16.4.

14.00 Uhr **Stadtspaziergang** mit Frau Jirschik (UK 2,00 €)

Donnerstag, den 18.4.

14.00 Uhr **Seniorenkabarett mit dem Programm *Sketche aus dem Leben***
(UK 5,00 € inkl. Kaffee und Kuchen)



Freitag, den 19.4.

14.00 Uhr **Farbe, Körperteil, Möbelstück –**
das etwas andere Name, Stadt, Land mit Frau Lehmann (UK 2,00 €)

Donnerstag, den 25.4.

14.00 Uhr **AWO Gitarrenkurs spielt für und singt mit uns** (UK 1,00 €)

Freitag, den 26.4.

10.00 Uhr **Seniorenausflug** mit Frau Gerlach:
„Frühlingserwachen im Botanischen Garten“ (UK 2,00 € und eigene Kosten)
13.00 Uhr **Handwerkskurs- Töpfern und Flechten** mit Frau Matheus
(4,00€ + Material und Brennkosten)

„Musik macht fröhlich“ am Donnerstag, dem 11.04. um 14:00 Uhr

Musizieren ist für ältere Menschen wunderbar. Gerade das gemeinsame Singen macht Spaß. Singen fördert also Glücksgefühle, das allein ist schon ein Grund, um zu Singen.

„Stadtspaziergang“ am Dienstag, dem 16.04. um 14:00 Uhr

Unser Stadtspaziergang ist aus dem Winterschlaf erwacht. Genießen Sie frische Luft und Bewegung bei einer gemütlichen Runde zu Dresdens schönsten Fleckchen. Die genaue Route und den Treffpunkt erfragen Sie bitte bei uns direkt

„Sketche aus dem Leben“ am Donnerstag, dem 18.04. um 14 Uhr

Das Seniorenkabarett *Maske in Grau* unterhält Sie mit selbstgeschriebenen Texten, die Szenen aus dem Alltag auf witzige Art und Weise in einem ganz anderen Licht erscheinen lassen.

„Gitarren- und Akkordeon Kurs“ jeden Freitag ab 12:00 Uhr bzw. 13:00 Uhr

Für das Erlernen eines Instruments ist es nie zu spät! Viele Senioren haben im Alter die Zeit, um sich neuen Hobbys zu widmen, denen sie in jungen Jahren beispielsweise aufgrund von Zeitmangel nicht nachgehen konnten. Ein typisches Beispiel hierfür ist das Erlernen eines Instrumentes. Ganz generell gilt, Sie sind nie zu alt ist um noch Gitarre oder Akkordeon zu erlernen.

Wir laden Sie herzlich ein.