

## Kontakt:

AWO Beratungsstelle für  
Senioren und Angehörige  
Herzberger Str. 2,  
01239 Dresden



Telefon **0351 – 289 1613**

E-Mail [mail23@awo-in-sachsen.de](mailto:mail23@awo-in-sachsen.de)

Internet [www.awo-in-sachsen.de](http://www.awo-in-sachsen.de)

## Sprechzeiten:

Montag, Donnerstag

15 - 18 Uhr

Dienstag, Mittwoch

9 - 11 Uhr

sowie nach Vereinbarung

## Ansprechpartner\*innen:

Frau Floreck (Leiterin), Frau Boye, Herr Dr. Motzek,  
Frau Nowak, Frau Paul, Frau Schüßler-Staemmler



## Anfahrt:

Straßenbahnlinien 1, 4 und 13  
über Haltestelle  
Jacob-Winter-Platz  
Buslinie 66 über Haltestelle  
Gamigstraße

gefördert durch  
die Landeshauptstadt  
Dresden



Dresden.  
Dresden



# Beratungsstelle für Senioren und Angehörige

Herzberger Str. 2, 01239 Dresden

Telefon: **0351 - 289 1613**

Einrichtung von der Landeshauptstadt Dresden  
anerkannte und geförderte Beratungsstelle



Quelle alle Foto`s: Pixaby

## Januar 2026 Programm Begegnung

# Beratungsangebot für Senioren und Angehörige

Wir beraten und unterstützen Sie in folgenden Bereichen:

- Pflegeleistungen, Kosten und Finanzierung
- Anträge bei Pflegekassen oder Sozialamt
- Betreuungsrecht und Vorsorgevollmacht
- Hilfen durch Entlastungs- und Pflegedienste sowie Kurzzeitpflege und Tagespflege
- Wohnen im Alter und Wohnraumanpassung
- Lebensthemen wie Krankheit, Trauer oder Beziehung im Alter
- Umgang mit Demenz und anderen kognitiven Veränderungen

Das Beratungsangebot richtet sich an Seniorinnen und Senioren ab 60 Jahren sowie an Angehörige und nahestehende Personen.

**Individuell, trägerneutral und vertraulich.**

Gern können Sie mit uns einen kostenlosen Beratungstermin vereinbaren. Bei Bedarf kommen wir zu Ihnen nach Hause.



**0351 - 289 1613**



*Winterwörter*  
*rückwärts lesen*

e e n h c S

---

t s o r F

---

l e f e i t S

---

s i e t t a l G

---

e h u h c s d n a H

---

e z t ü m l e d u P

---

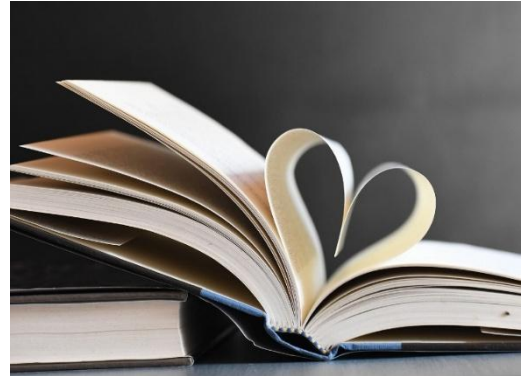
# Unsere Begegnungsangebote

## **NEU!** LeseZeit

**Mo 5. Januar, 14 – 15 Uhr**

Unsere Lese-Patin Frau Röseler lädt herzlich zu einer gemütlichen Runde bei Tee und Keksen ein, in der es - passend zum Jahresanfang – in humorvollen Geschichten und Gedichten um Neuanfänge und Vorsätze gehen wird.

**Unkostenbeitrag: 2 €**



## **Mußestunde für Menschen mit Demenz/ Alzheimer**

**Do 8., 15., 22. und 29. Januar, 10 - 11 Uhr**

Wir genießen das Beisammensein in einer kleinen Gruppe, trinken miteinander Tee und tauschen uns zu geselligen Themen aus.

**Unkostenbeitrag: 2 €**



## **Angehörigengruppe für pflegende Angehörige**

**Di 13. Januar, 13:30 - 15 Uhr**

Wir laden Sie herzlich ein, bei einer Tasse Kaffee etwas Abstand zum Pflegealltag zu finden. Wir nehmen uns Zeit für Gespräche und Fragen.

**Unkostenbeitrag: 2,50 € inkl.**

**Kaffee, Tee, Knabberei**





## **Vernetzungstreffen „Aktiv im Ruhestand“**

**Do 8. und 22. Januar**

**10 - 12 Uhr**

**Ort: Bürgerhaus Prohlis**

Sie sind im Ruhestand oder beenden bald Ihr Arbeitsleben? In dieser Gruppe geht es darum Gleichgesinnte zu treffen, sich auszutauschen und Freizeit miteinander zu planen und zu gestalten.

**Unkostenbeitrag: 2 €**



## **Morgensport und Sturzprophylaxe**

**Di 6., 13., 20. und 27. Januar**

**Gruppe 1: 9 – 10 Uhr**

**Gruppe 2: 10:30 – 11:30 Uhr**

Mobil bleiben, Muskeln aufbauen, Stürze vermeiden - starten Sie sportlich mit uns in den Tag!

**Unkostenbeitrag: 4 €**



## **Gartengruppe „Grüner Daumen“**

**pausiert in den Wintermonaten  
Neustart März/April 2026**

Wir tauschen uns über Natur und Pflanzenkunde aus und gärtnern ein wenig in Gemeinschaft – sind Sie dabei? Herzlich willkommen in unserer Gartengruppe!

**Kostenfrei**



## **Plauderstunde für alle Seniorinnen und Senioren**

**Di 27. Januar, 14:30 - 15:30 Uhr**

Sie wünschen sich ab und zu etwas  
Geselligkeit in einer kleinen Runde?  
Dann kommen Sie gern zum  
Plaudern zu uns!

**Unkostenbeitrag: 2 € inkl. Kaffee,  
Tee**



## **NEU! Techniksprechstunde**

**Di 20. Januar, 14 - 15 Uhr**

Herr Dr. Vogel nimmt sich Zeit für Ihre  
Fragen. Er erklärt Ihnen Schritt für  
Schritt Ihre Geräte. Er zeigt Ihnen, wie  
Technik wieder Spaß macht – und wie  
Sie die digitale Welt ganz entspannt  
entdecken können.

**Unkostenbeitrag: 0,50 €/ 15 Minuten**



Glück ist eine stille Stunde,  
Glück ist auch ein gutes Buch,  
Glück ist Spaß in froher Runde,  
Glück ist freundlicher Besuch.  
Glück ist niemals ortsgebunden,  
Glück kennt keine Jahreszeit,  
Glück hat immer der gefunden, der  
sich seines Lebens freut.

# Beratung auch in Leubnitz



## Beratungsstelle

für Senioren und Angehörige

**Seniorenberatung im Gemeinderaum  
Paulinum im Pfarramt der  
Kirchgemeinde Leubnitz-Neuostra,  
Alt-Leubnitz 1, 01219 Dresden**

Zu folgenden Terminen findet **freitags**  
von 9 bis 11 Uhr eine offene Sprechzeit statt:

09. / 23. Januar

13. / 27. Februar

13. / 27. März

10. / 24. April

08. Mai

12. / 26. Juni

Wir beraten Sie individuell und kostenfrei – auch im  
Hausbesuch.



**0351 - 289 1613**