



Heftnr.: 05/2025

# 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

**Mai - Programm**

## Mutausbruch



Ein Sprung von ganz hoch oben  
Ein Wort, das nicht gelogen  
Eine Hand am Hundefell  
Eine Frage, die du schnell  
und doch von ganzem Herzen stellst  
Eine Spinne, die du hältst  
Beim Zahnarzt dein Gebiss zu zeigen  
Die Kellertreppe runtersteigen  
Ganz klar Ja und Nein zu sagen  
Wenn du sie brauchst, um Hilfe fragen  
Wenn du sie hast, die Hilfe geben  
Mutig – das ist viel im Leben

Lena Raubaum und Katja Seifert

*Der Mai bietet häufig freundliches Wetter, daher ist er auf der Nordhalbkugel auch als „Wonnemonat“ bekannt.  
Der kalendarische Frühling erstreckt sich in allen Erdregionen von der Frühjahrs-Tagundnachtgleiche bis zur Sommersonnenwende.  
Südlich des Äquators fällt der Mai in den Herbst.  
Dahlienknollen und die Zwiebeln der Freesien können im Mai nach den Eisheiligen eingepflanzt werden.  
Genießen Sie die wärmende Sonne und tanken Sie Vitamin D!*

---

## **Geburtstagsglückwünsche**

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

Bekannte Mai-Geburtstagskinder:

05.05.1818 in Trier: Karl Marx

07.05.1833 in Hamburg: Johannes Brahms

10.05.1952 Roland Kaiser (als *Ronald Keiler*)



Fotos: 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



<b>Montag</b>	<b>09:30 – 16:00 Uhr</b>
<b>Dienstag</b>	<b>09:30 – 16:00 Uhr</b>
<b>Mittwoch</b>	<b>11:30 – 16:00 Uhr</b>
<b>Donnerstag</b>	<b>09:30 – 16:00 Uhr</b>
<b>Freitag</b>	<b>09:30 – 15:00 Uhr</b>

## Offene Sprechzeiten Beratung für Senioren und Angehörige

<b>Montag</b>	<b>10:00 – 12:00 Uhr</b>
<b>Mittwoch</b>	<b>13:00 – 15:00 Uhr</b>
<b>Freitag</b>	<b>10:00 – 12:00 Uhr</b>

## Kontakt

<b>Leiterin:</b>	<b>BSc. Sozialpäd.</b>	<b>Sandra Haufe</b>
<b>Beratung/ Begegnung:</b>	<b>Dipl. Sozialpäd.</b>	<b>Ute Fahnauer</b>
<b>Beratung/ Begegnung:</b>	<b>Sozialpädagogin</b>	<b>Annemarie Schütze</b>

<b>Telefon:</b>	<b>0351-3230560</b>
<b>Mail:</b>	<b><a href="mailto:mail18@awo-in-sachsen.de">mail18@awo-in-sachsen.de</a></b>
<b>Homepage:</b>	<b><a href="http://www.awo-in-sachsen.de">www.awo-in-sachsen.de</a></b>

Sie erreichen uns mit den Straßenbahnlinien 1, 9 und 13  
über die Haltestelle Jacob-Winter-Platz.

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

## 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 Irina Cojocar	08:45 Uhr	6,00 €
Englisch II (B1) mit Irina Cojocar	10:30 Uhr	6,00 €
Englisch Konversation mit Irina Cojocar	12:30 Uhr	6,00 €

### Mittwoch

Yoga I mit Annemarie Schütze	09:15 Uhr	5,00 €
Yoga II mit Annemarie Schütze	10:30 Uhr	5,00 €
Qigong mit Dagmar Hörhold	14:00 Uhr	5,00 €

### Donnerstag

Senioren gymnastik I mit Sirke Betke	09:15 Uhr	4,00 €
Senioren gymnastik II mit Sirke Betke	10:30 Uhr	4,00 €
Rommé + Skat Nachmittag mit Moni Vogler	13:30 Uhr	1,00 €

### Freitag

Name, Stadt, Land mit Edda Kalmar	am 02.05.	10:30 Uhr	1,00 €
Heitere Gedächtnisspiele mit Ute Fahnauer	am 08.05.	10:30 Uhr	1,00 €

**Smartphone-Einzelsprechstunde** mit Andreas Strohbach  
Sprechzeiten: mittwochs 9-11 Uhr und 13-15 Uhr  
nur mit Anmeldung, auch im Hausbesuch

3 €/h

## Veranstaltungen

**Freitag, 02.05. 14:00 Uhr**

**Einladung zum Erzählcafé – gemütliche Runde bei  
Kaffee und Kuchen**

UK: 4,00 € | Anmeldung und Bezahlung bitte bis 25.04.

**Dienstag, 06.05. 14:00 Uhr**

**Bildervortrag mit Klaus Gärtner**

**„Syrien und Libanon – kulturelle Höhepunkte“**

UK: 3,00 € (1/2-Preis mit DD-Pass) | Anmeldung bitte bis 03.04.

**Donnerstag, 08.05. 12:00 Uhr**

**Begleitete Busfahrt mit DresdenCar Reiseservice**

**Fahrt zur Klosterruine „Heilig Kreuz“ in Meißen  
mit Führung**

UK: 42,-€/ 55,-€ je nach Teilnehmendenzahl,  
zzgl. Essen, Getränke und Führung (ca.10,- € p.P.)  
Bezahlung bitte zur Reisesprechstunde am 15.04.

**Freitag, 09.05. 14:00 Uhr**

**Musik macht froh**

**mit Hans Joachim Lahmann**

**Gemeinsames Musizieren in geselliger Runde**

UK: 3,00 € (1/2-Preis mit DD-Pass), zzgl. Kaffee/ Tee  
Anmeldung bitte bis 06.05.

**Dienstag, 13.05. 12:00 Uhr**

**Gemeinsames Mittagessen mit Prohliser Döner  
mit Geschichtlichem zur Kultspeise**

UK: 2,00 €, zzgl. Dönerkosten, inkl. Getränk  
Anmeldung bitte bis 8.5.

**Freitag, 16.05. 13:00 Uhr**

**Spaziergang durchs frühlinghafte Prohlis und  
Einkehr im Eiscafé**

Treff in der AWO-Begegnung  
UK: 1,00 €, zzgl. Eiskosten|  
Anmeldung und Bezahlung bitte bis 9.5.

**Dienstag 20.05. 9:15 Uhr**

**Wanderung mit Frau Mickan über die Weinberge  
von Trachau nach Radebeul (ca.10 km)**

Start: S-Bahn Haltepunkt Dresden Trachau  
(Ausgang Leipziger Straße)  
Ziel: Radebeul Weintraube  
Rückfahrt mit S-Bahn möglich  
UK: 1,00 € + Fahrkarte und Selbstversorgung  
Anmeldung bitte bis 16.05.

**Dienstag 20.05. 14:00 Uhr**

**Kreativer Nachmittag mit Christl Hörder  
„Holzscheiben künstlerisch gestalten“**

UK: 3,00 € (1/2-Preis mit DD-Pass), zzgl. 1,50 € Materialkosten  
zzgl. Kaffee | Anmeldung bitte bis 15.05.

**Freitag, 23.05. 14:00 Uhr**

**Musik macht froh  
mit Hans Joachim Lahmann**

Gemeinsames Musizieren in geselliger Runde

UK: 3,00 € (1/2-Preis mit DD-Pass), zzgl. Kaffee/ Tee  
Anmeldung bitte bis 20.05.

**Dienstag, 27.05., 10:00-11:00 Uhr**

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

Bezahlung der Juni-Busfahrt und Information zu allen  
weiteren Fahrten im Jahr 2025.

**Dienstag 27.05. 14:00 Uhr**

**„Kunterbunt & Farbenfroh“ ein frühlingshafter  
musikalisch-literarischer Nachmittag  
mit dem Duo Lahmann-Rönsch**

UK: 4,00 € (1/2-Preis mit DD-Pass)  
Anmeldung und Bezahlung bitte bis 21.05.