

AWO Begegnung und Beratung für Senioren und Angehörige

Prohliser Allee 31
01239 Dresden
Telefon 0351 3230560



Mo, Di, Do 09.30 – 16.00 Uhr
Mi 11.30 – 16.00 Uhr
Fr 09.30 – 15.00 Uhr

Bei uns im April

Von Dienstag bis Freitag

12.00 – 13.00 Uhr Nehmen Sie Ihr Mittagessen in geselliger Runde bei uns ein.
Bestellung bitte bei uns im Büro bis spätestens einen Tag vorher mit dem
Essensanbieter HOLZKE MENÜ.
Neue Mittagsgäste sind herzlich willkommen!

Jeden Montag

10-12 Uhr	Beratung für Senioren und Angehörige	
08.45 Uhr	Englisch I mit Irina Cojocar	UK: 5,00 €
10.30 Uhr	Englisch II für Fortgeschrittene mit Irina Cojocar	UK: 5,00 €
12.30 Uhr	Englisch Konversation mit Irina Cojocar	UK: 5,00 €
16.30 Uhr	Qigong mit Dagmar Hörhold (Kurs z Zt. belegt)	UK: 4,00 €

Jeden Dienstag

13-15 Uhr Beratung für Senioren und Angehörige

Jeden Mittwoch

09.15 Uhr	Yoga I mit Christiane Zumpe	UK: 4,00 €
10.30 Uhr	Yoga II mit Christiane Zumpe	UK: 4,00 €
14.00 Uhr	Englisch Konversation mit Barbara Conradi	10. & 24.4. UK: 5,00 €

Nach terminlicher Vorabsprache:

Handysprechstunde mit Andreas Strohbach UK: 3,00 €/h
Sprechzeiten: 9-11 Uhr und 13-15 Uhr mit Anmeldung, auch im Hausbesuch

Jeden Donnerstag

09.30 Uhr	Senioren-gymnastik I mit Sandra Haufe	außer 4.4. UK: 3,00 €
10.30 Uhr	Senioren-gymnastik II mit Sandra Haufe	außer 4.4. UK: 3,00 €
13.30 Uhr	Skat und Rommé	UK: 1,00 €

Jeden Freitag

10-12 Uhr	Beratung für Senioren und Angehörige	
10.00 Uhr	Meditation mit Maria Lüttich	am 19.4. UK: 3,00 €
10.30 Uhr	Name, Stadt, Land mit Edda Kalmar	am 5.4. UK: 1,00 €
10.30 Uhr	Heitere Gedächtnisspiele mit Ute Fahnauer	am 12.4. UK: 1,00 €

Dienstag, 2.4.
14.00 Uhr

Herzliche Einladung zum Bildervortrag mit Günter Krumbiegel
„Eine Reise durch das mediterrane Südfrankreich“
UK: 2,50 € | Anmeldung bitte bis 29.3.

Donnerstag, 4.4.
12.00 Uhr

Begleitete Busfahrt mit DresdenCar Reiseservice
Fahrt zur Talsperre Saidenbach und zum Trakehnerhof Großwaltersdorf
UK: 40,- € / 53,- €, zzgl. Essen und Getränke
Bezahlung bitte zur Reisesprechstunde am 18.3.

Freitag, 5.4.
14.00 Uhr

Musik macht froh mit Hans Joachim Lahmann – Gemeinsames
Musizieren in geselliger Runde
UK: 2,50 €, zzgl. Kaffee und Tee | Anmeldung bitte bis 2.4.

Dienstag, 9.4.
14.00 Uhr

„Es gibt nichts Gutes, außer man tut es“
Ein musikalisch-literarischer Nachmittag nach Erich Kästner mit dem
Duo Lahmann - Rönsch
UK: 3,50 € | Anmeldung und Bezahlung bitte bis 5.4.

Freitag, 12.4.
14.00 Uhr

Einladung zum Erzählcafé – Der gesellige Wochenausklang bei Kaffee
und Kuchen
UK: 3,50 € | Anmeldung bitte bis 9.4.

Dienstag, 16.4.
10.00 Uhr

Wanderung durch den Gebergrund nach Prohlis mit Siegfried Grahl
Streckenlänge ca. 14 km
Treff: Haltestelle Campingplatz Mockritz Buslinie 63 und 66
Rückfahrt: Prohlis Gleisschleife Straßenbahnlinie 1,9,13
UK: 1,00 € | Anmeldung bitte bis 12.4.

Dienstag, 16.4.
14.00 Uhr

Kreativzirkel mit Christel Hörder – Wir gestalten Keramikhänger
für Geschenke
Neue kreative Teilnehmer_innen sind herzlich willkommen.
UK: 2,00 € + 2,50 € Materialkosten | Anmeldung bitte bis 12.4.

Freitag, 19.4.
14.00 Uhr

Musik macht froh mit Hans Joachim Lahmann – Gemeinsames
Musizieren in geselliger Runde
UK: 2,50 €, zzgl. Kaffee und Tee | Anmeldung bitte bis 16.4.



Montag, 22.4.
14.15-15.15 Uhr

Reisesprechstunde

mit Hartmut Sitte von DresdenCar Reiseservice

Anmeldung und Bezahlung der Maibusfahrt

Das Programm und Informationen zu den aktuellen Busfahrten erhalten Sie bei uns im Büro.

Dienstag, 23.4.
9.30 Uhr

Herzliche Einladung zum Zweiten Frühstück mit den Kindern der KITA Sonnenschein

Geselliges Beisammensein mit Leckereien am Vormittag

UK: 6,50 € | Anmeldung bitte bis 19.4.

Freitag, 26.4.
14.00 Uhr

Kleiner Spaziergang durch den Frühling in den Hinterhöfen von Prohlis

UK: 2,50 € inkl. Kaffee und Kuchen | Anmeldung bis 22.4.

Dienstag, 30.4.
14.00 Uhr

Herzliche Einladung zur Ausstellungseröffnung von Christel Hörder

mit Sekt, Häppchen und Musik

Eintritt frei | Anmeldung bitte bis 27.4.

Aufgrund der hohen Nachfrage planen wir einen zweiten QiGong-Kurs im Monat Mai 2024. Bei Interesse melden Sie sich gern bei uns!

Bei uns finden Sie Beratung für Seniorinnen und Senioren sowie deren Angehörige

zu Fragen wie Vorsorgeregulung, Pflegeversicherung, Finanzierung der Pflege, Lebensbewältigung, Antragstellung für Wohngeld, Grundsicherung, Schwerbehinderung etc.

Sprechzeiten: Mo 10 – 12 Uhr, Di 13 – 15 Uhr, Fr 10 – 12 Uhr

Liebe Seniorinnen, Senioren und Angehörige,

wenn Sie unser Monatsprogramm gern regelmäßig per Email zugesandt haben möchten, können Sie dies gern kostenfrei bei uns per Email anfordern unter: mail18@awo-in-sachsen.de