

# Begegnungs- und Beratungszentrum

*Trachenberge*

Trachenberger Str 6 , 01129 Dresden

## Monatsprogramm

## März '25



**VOLKSSOLIDARITÄT**

Miteinander. Füreinander. Leben in Dresden.

gefördert durch  
die Landeshauptstadt  
Dresden



Dresden.  
DIESSER

## Montag, 03.03.

09:15-10:15	<b>Gedächtnistraining</b>	2,00€
10:00-11:00	<b>Parkinson Sport</b>	2,00€

## Dienstag, 04.03

10:00-12:00	<b>Mediensprechstunde</b>	kostenlos
	<i>Anmeldung erforderlich!</i>	

## Mittwoch, 05.03.

09:30-10:30	<b>Begegnungsfrühstück</b>	5,00€
	Lernen Sie neue Leute kennen und kommen Sie bei einem leckeren Frühstücksbuffet mit anderen Personen ins Gespräch!	
	<i>Anmeldung erforderlich!</i>	

## Donnerstag, 06.03.

09:30-12:00	<b>Stichelhexen</b>	2,00€
	Alles rundum Nadel und Faden ist hier willkommen!	
09:30-10:30	<b>Entspannen mit Yoga</b>	2,00€

## Mittwoch, 12.03.

10:00-12:00	<b>Parkinson Tischtennis</b>	2,00€
-------------	------------------------------	-------

## Donnerstag, 13.03.

09:30-10:30	<b>Entspannen mit Yoga</b>	2,00€
-------------	----------------------------	-------

## Montag, 17.03.

09:30-10:30	<b>Gedächtnistraining</b>	2,00€
-------------	---------------------------	-------

## Dienstag, 18.03.

10:00-12:00	<b>Mediensprechstunde</b>	kostenlos
	<i>Anmeldung erforderlich!</i>	

### Mittwoch, 19.03.

10:00-11:00	<b>Basteln</b> Werden Sie kreativ und kommen Sie zum gemeinsamen Frühlingsbasteln.	2,00€
14:00-15:30	<b>Pieschen Gespräche mit Herrn Brendler</b>	2,00€

### Donnerstag, 20.03.

09:30-12:00	<b>Stichelhexen</b>	2,00€
09:30-10:30	<b>Entspannen mit Yoga</b>	2,00€
14:45-15:45	<b>Reisefilmvortrag</b> Begeben Sie sich auf eine Reise durch das <b>Land Marokko</b> und lernen Sie neues über Kultur und Menschen kennen!	2,00€

### Donnerstag, 21.03.

09:30-10:30	<b>Besuch im Stadtarchiv</b> <i>Anmeldung erforderlich!</i>	kostenlos
-------------	--	-----------

### Mittwoch, 26.03.

10:00-12:00	<b>Parkinson Tischtennis</b>	2,00€
14:00-14:45	<b>Theateraufführung "Und sie lebten glücklich"</b> Ein Programm über unser doch so schönes Leben mit all seinen Höhen und Tiefen. <i>Anmeldung erforderlich!</i>	kostenlos

### Donnerstag, 27.03.

09:30-10:30	<b>Entspannen mit Yoga</b>	2,00€
-------------	----------------------------	-------

### Freitag, 28.03.

13:00-14:00	<b>Vortrag zur elektronischen Patientenakte</b> Dabei haben Sie die Möglichkeit alle technischen Fragen an unseren Medienexperten zu stellen. <i>Anmeldung erforderlich!</i>	kostenlos
-------------	--	-----------

### Montag, 31.03.

09:15-10:15	<b>Gedächtnistraining</b>	2,00€
-------------	---------------------------	-------

# Unser Begegnungs- und Beratungszentrum Trachenberge!



## Das sind wir!

Wir sind Anna Krien und Friederike Bentele. Wir sind Sozialarbeiterinnen und stehen Ihnen bei Fragen zu Themen wie Pflege, Belastungen, Alter, Tod und vieles mehr zur Verfügung. Gern helfen wir Ihnen auch beim Beantragen und Ausfüllen von Anträgen. All diese Beratungen sind natürlich kostenlos. Thomas Wachsmuth steht Ihnen und uns außerdem unterstützend zur Seite. Wir freuen uns auf Sie!

## Erreichbarkeit

**Trachenberger Str 6 , 01129 Dresden**

Öffentliche Verkehrsmittel:

Trachenberger Platz : Bahn 3, Bus 70

HP Pieschen: Bus 64, 73, 76

S-Bahnhof Pieschen: S-Bahn 1

## Öffnungszeiten

Mo-Do: 9:00-16:00 Uhr

Fr: 9:00-15:00 Uhr

**Telefon Leiterin:** 0351/ 50 10 441 Anna Krien

**Telefon Begegnung:** 0351/ 50 10 425

**Soziale Beratung:** 0351/ 50 10 427 Friederike Bentele

## Sprechzeiten Soziale Beratung

Mo: 13:00-15:00 Uhr

Mi: 09:00-12:00 Uhr

Weitere Termine sowie, auch Hausbesuche gern nach Vereinbarung.

**Wir freuen uns auf Sie!**

# **kostenlose Soziale Beratung für Senioren oder Angehörige**

**Wussten Sie bereits, dass wir neben unseren tollen  
Begegnungsangeboten die folgenden  
Beratungsthemen für Sie bereithalten?**

- Wohngeld
- Pflege, Pflegeleistung, Pflegegrad, Antragstellung
- Vermittlung Pflegedienst
- Pflegeheimplätze
- Begleitung bei MD Begutachtung
- Vorsorgevollmacht
- Patientenverfügung
- Hilfe bei Beantragung eines Grades der Behinderung
- Betreuungsverfügung
- Essen auf Rädern
- unterschiedliche Wohnformen im Alter
- Alltagsbegleitdienste
- Hauswirtschaftshilfen
- Hausnotruf
- und vieles mehr...

# Unsere regelmäßigen Angebote

## Montag

11:15 - 12:15	Französisch Treff	2,00€
13:00 - 15:30	Rommé- Nachmittag	2,00€
16:00 - 17:00	Dance Fit	2,00€

## Dienstag

09:15 - 10:15	Gymnastik I	3,00€
10:30 - 11:30	Gymnastik II	3,00€
14:00 - 15:00	Sitzgymnastik mit anschließender Kaffeerunde	3,00€

## Mittwoch

09:30 - 10:30	Englisch für Fortgeschrittene	4,00€
11:00 - 12:00	Englisch für Anfänger	4,00€

## Donnerstag

10:00 - 12:00	Künstlerisches Malen "Kleckselgilde"	5,00€
13:00 - 15:30	Skat	2,00€

## Freitag

13:00 - 14:30	Bingo-Nachmittag	2,00€
---------------	------------------	-------

Montag bis Freitag

**11:00 - 13:00 Mittagstisch von E.I.B.I Suppenküche**

3,50€

Bitte um Anmeldung am Vortag 0351-50 10 425

# **kostenlose Soziale Beratung für Senioren oder Angehörige**

**Wussten Sie bereits, dass wir neben unseren tollen  
Begegnungsangeboten die folgenden  
Beratungsthemen für Sie bereithalten?**

- Wohngeld
- Pflege, Pflegeleistung, Pflegegrad, Antragstellung
- Vermittlung Pflegedienst
- Pflegeheimplätze
- Begleitung bei MD Begutachtung
- Vorsorgevollmacht
- Patientenverfügung
- Hilfe bei Beantragung eines Grades der Behinderung
- Betreuungsverfügung
- Essen auf Rädern
- unterschiedliche Wohnformen im Alter
- Alltagsbegleitdienste
- Hauswirtschaftshilfen
- Hausnotruf
- und vieles mehr...

# Unsere regelmäßigen Angebote

## Montag

11:15 - 12:15	Französisch Treff	2,00€
13:00 - 15:30	Rommé- Nachmittag	2,00€
16:00 - 17:00	Dance Fit	2,00€

## Dienstag

09:15 - 10:15	Gymnastik I	3,00€
10:30 - 11:30	Gymnastik II	3,00€
14:00 - 15:00	Sitzgymnastik mit anschließender Kaffeerunde	3,00€

## Mittwoch

09:30 - 10:30	Englisch für Fortgeschrittene	4,00€
11:00 - 12:00	Englisch für Anfänger	4,00€

## Donnerstag

10:00 - 12:00	Künstlerisches Malen "Kleckselgilde"	5,00€
13:00 - 15:30	Skat	2,00€

## Freitag

13:00 - 14:30	Bingo-Nachmittag	2,00€
---------------	------------------	-------

Montag bis Freitag

**11:00 - 13:00 Mittagstisch von E.I.B.I Suppenküche**

3,50€

Bitte um Anmeldung am Vortag 0351-50 10 425