

## Begegnungsstätte *Friedrichstadt*

Alfred-Althus-Str. 2a • 01067 Dresden • Tel. 0351/213 5999 2

Mail: [friedrichstadt@volkssoli-dresden.de](mailto:friedrichstadt@volkssoli-dresden.de)

[www.volkssoli-dresden.de](http://www.volkssoli-dresden.de)

### Ansprechpartnerinnen:

Lena Jasef, Sozialpädagogin (Vertretung, Leitung)

Constanze Grottker, Mitarbeiterin

### Öffnungszeiten:

Mo.-Do. 9.30 - 16.00 Uhr

Fr. 9.30 - 15.30 Uhr

**Zu erreichen:** Haltestelle Schweriner Str. Bahn1 od. 2, Bus 68 • Haltestelle Freiburger Str. Bahn 12

*Bitte beachten Sie, dass krankheitsbedingt veränderte Öffnungszeiten sein können. Bei Fragen, rufen Sie uns an.*

## August 2024

### Donnerstag, 01.08.

14.00 – 16.00 Bowling, Gruppe Fr. Felgendreher

14:00 – 16:00 „Freylax“ – Chorprobe

### Freitag, 02.08.

12.30 – 15.30 Rommee 2,00 €

13.00 – 15.30 Skat 2,00 €

### Montag, 05.08.

10.00 – 11.00 Alternative Entspannungstechniken 2,00 €

13.00 – 15.00 Kreatives – wir stricken für einen guten Zweck

14.00 – 15.30 Basteleien mit Christa für zuhause und die Einrichtung

14.00 – 16.00 „Freylax“ – Chorprobe

### Dienstag, 06.08.

10.00 – 11.00 Gymnastik im Sitzen 2,00 €

11.00 – 12.30 **NEU:** Wir gehen **kneipen und barfußlaufen** im „Johann“  
Striesener Straße 39

14.00 – 15.30 geselliger **Spielesachmittag** – Scrabble, Brett- und  
Würfelspiele 2,00 €



### Mittwoch, 07.08.

10.30 Backstube – wir backen gemeinsam Pizza 3,50 €  
Anmeldung erbeten

13.00 – 15.30 **Ausstellung: Schwarz-Weiß Fotografien aus Dresden der 1970er bis 1980er Jahren** von Carla Arnold. Gemeinsamer Start 13 Uhr in der Begegnungsstätte Anmeldung erbeten

### Donnerstag, 08.08.

10.00 – 12.00	Kabarett „Die zornigen Alten“	
14.00 – 15.00	lustige Gedächtnisspiele	2,00 €
14.00 – 16.00	„Freylax“ – Chorprobe	

### Freitag, 09.08.

10.00 – 12.00	Englisch mit Herrn Kupko – offen für alle	3,00 €
12.30 – 15.30	Romme	2,00 €
13.00 – 15.30	Skat	2,00 €

### Montag, 12.08.

10.00 – 11.00	Alternative Entspannungstechniken	2,00 €
14.00 – 16.00	„Freylax“ – Chorprobe	
15.00 – 17.00	Miteinander Singen	2,00 €

### Dienstag, 13.08.

10.00 – 11.00	Gymnastik im Sitzen	2,00 €
11.00 – 12.30	<b>NEU:</b> Wir gehen <b>kneipen und barfußlaufen</b> im „Johann“ Striesener Straße 39	
14.00 – 15.30	geselliger <b>Spielesamstag</b> – Scrabble, Brett- und Würfelspiele	2,00 €
14:30 – 15:30	SHG Arthrose mit Jürgen Dudek	



### Mittwoch, 14.08.

09.30 – 10.30	Plauderfrühstück – In Gesellschaft gemütlich in den Tag starten. Anmeldung erbeten	3,50 €
14.00 – 15.30	Bingo	2,00 €

### Donnerstag, 15.08.

10.00 – 12.00	Kabarett „Die zornigen Alten“
14.00 – 16.00	„Freylax“ – Chorprobe
14.00 – 16.00	Bowling, Gruppe Fr. Felgendreher

### Freitag, 16.08.

9.30 – 12.00	<b>Ausstellung: Schwarz-Weiß Fotografien aus Dresden der 1970er bis 1980er Jahren</b> von Carla Arnold. Gemeinsamer Start 9.30 Uhr in der Begegnungsstätte Anmeldung erbeten	
12.30 – 15.30	Romme	2,00 €
13.00 – 15.30	Skat	2,00 €



### Montag, 19.08.

10.00 – 11.00	Alternative Entspannungstechniken	2,00 €
10.30	Mit S-Bahn und Bus zum <b>Gut Gamig</b> , wir schauen uns in der Anlage um und picknicken mit eigener Verpflegung im Park. Auf dem Rückweg wandern wir nach Dohna zur Bahn. Treff: 10.30 Uhr am Postplatz	
13.00 – 15.00	Kreatives – wir stricken für einen guten Zweck	
14.00 – 16.00	„Freylax“ – Chorprobe	

### Dienstag, 20.08.

10.00 – 11.00	Gymnastik im Sitzen	2,00 €
11.00 – 12.30	<b>NEU:</b> Wir gehen <b>kneippen und barfußlaufen</b> im „Johann“ Striesener Straße 39	
11.00 – 13.30	<b>Ausstellung: Schwarz-Weiß Fotografien aus Dresden der 1970er bis 1980er Jahren</b> von Carla Arnold. Gemeinsamer Start 11 Uhr in der Begegnungsstätte Anmeldung erbeten	
14.00 – 15.30	geselliger <b>Spielesachmittag</b> – Scrabble, Brett- und Würfelspiele	2,00 €

### Mittwoch 21.08.

10.00 – 12.00	Kostenloses <b>Beratungsangebot</b> der Sozialarbeiterinnen der Caritas zu Fragen Pflegegrad, Vollmachten und was Sie bewegt. Kommen Sie mit Ihren Anliegen zu uns.	
14.00 – 15.30	<b>Neu:</b> Gesundheitsnachmittag mit Mustafa Khedher zum Thema <b>Immunsystem und Gelenke stärken, Selbstheilungskräfte, Meditation und alternative Entspannungstechniken</b> Anmeldung erbeten	2,00 €



### Donnerstag, 22.08.

10.00 – 12.00	Kabarett „Die zornigen Alten“	
14.00 – 15.00	lustige Gedächtnisspiele	2,00 €
14.00 – 16.00	„Freylax“ – Chorprobe	

### Freitag, 23.08.

10.00 – 12.00	Englisch mit Herrn Kupko – offen für alle	
12.30 – 15.30	Rommee	2,00 €
13.00 – 15.30	Skat	2,00 €



### Sonntag, 25.08.

14.00 – 16.00	Wir öffnen wieder unser <b>Sonntagscafé</b> und freuen uns über Ihren Besuch zum Plauschen oder Kartenspielen.	
---------------	--	--

### Montag, 26.08.

10.00 – 11.00	Alternative Entspannungstechniken	2,00 €
10.00 – 11.00	Raten und Wissen – eine unterhaltsame Stunde mit Constanze	2,00 €
14.00 – 15.30	Basteleien mit Christa für die Einrichtung und zuhause	
14.00 – 16.00	„Freylax“ – Chorprobe	

### Dienstag, 27.08.

10.00 – 11.00	Gymnastik im Sitzen	2,00 €
11.00 – 12.30	<b>NEU:</b> Wir gehen <b>kneipen und barfußlaufen</b> im „Johann“ Striesener Straße 39	
14.00 – 15.30	geselliger <b>Spielesamstag</b> – Scrabble, Brett- und Würfelspiele	2,00 €

### Mittwoch, 28.08.

10.30 – 13.00	<b>Gemeinsames Kochen „Internationale Gerichte“</b> Anmeldung erbeten Auch wer ab 12.00 Uhr nur mitessen möchte.	6,50 €
14.00 – 15.00	Bingo	2,00 €
14.00 – 16.00	KLIO	

### Donnerstag, 29.08.

13.30 – 16.00	<b>Ausstellung: Schwarz-Weiß Fotografien aus Dresden der 1970er bis 1980er Jahren</b> von Carla Arnold. Gemeinsamer Start 11 Uhr in der Begegnungsstätte Anmeldung erbeten	
14.00 – 16.00	„Freylax“ – Chorprobe	

### Freitag, 30.08.

10.00 – 11.30	Handysprechstunde mit Herrn Preé – auch Fragen zu Ihrem Tablet oder Laptop können beantwortet werden Anmeldung erbeten	2,00 €
12.30 – 15.30	Rommee	2,00 €
13.00 – 15.30	Skat	2,00 €



Von Montag bis Freitag finden jeweils von 9.30 – 11.00 Uhr und 11.00 – 12.30 Uhr die Deutschkurse von DAMF statt.

### Vorschau für den Monat September:

Mittwoch, 04.09.	Backstube: wir backen Brot und Brötchen
Montag, 16.09.	Wanderung von Altkaditz nach Altkötzschenbroda
Mittwoch, 18.09.	50. Geburtstag unserer Begegnungsstätte Friedrichstadt

