

Begegnungs- und
Beratungszentrum

Fidelia

Monatsprogramm **Mai 2025**

Nicht verpassen:
Gesundheitswoche vom 19.05. - 23.05.



VOLKSSOLIDARITÄT
Miteinander. Füreinander. Leben in Dresden.

gefördert durch
die Landeshauptstadt
Dresden



Dresden.
Dresden.

Unsere Termine im Überblick

Donnerstag, 01.05.

Maifeiertag - Die Begegnungsstätte bleibt heute geschlossen.

Mittwoch, 07.05.

14:00-15:00 **Singenachmittag** 2,00 €

Montag, 12.05.

10:00 **Stadtspaziergang** 2,00 €
Treff ist am Wir besuchen das Erich-Kästner-Museum am Albert-
“Fidelio”! platz. Anschließend geht es zum Sarrasani-Brunnen.
Das Angebot ist rollatorgeeignet. zzgl.
Eintritt
Museum

Mittwoch, 14.05.

15:00-18:00 **Tanznachmittag mit Joachim Schmidt** 5,00 €
Bitte melden Sie sich bis zum 07.05.25 an.

Donnerstag, 15.05.

14:00-15:30 **"Sieben Monate auf Reisen - Ein Vortrag über Mut, Vertrauen und Anfangen"** 2,00 €
Birgit Rößler war in ihrem Sabbat-Jahr sieben Monate in Süd-, Mittel- und Nordamerika unterwegs. Sie berichtet und zeigt Bilder dieser eindrucksvollen Reise.

Freitag, 16.05.

10:00 **Wanderung: Vom Körnerplatz entlang des Elbhanges nach Wachwitz und an der Elbe zurück** kosten-
Treff ist am Ca. 10 km Strecke, 4-5 Stunden Dauer, Verpflegung freies
“Fidelio”! aus dem Rucksack. *Anmeldung bitte bis 12.05.25.* Angebot

Montag, 19.05.

14:00-15:00	Sei dabei ab um Zwei: Offener Treff für Begegnung und Ideen Beim Kaffeetrinken ins Gespräch zu aktuellen Alltagsthemen kommen und neue Leute kennenlernen. <i>Bitte melden Sie sich bis zum 15.05.25 an.</i>	4,00 € inkl. Kaffee und Kuchen
-------------	---	--

Mittwoch, 21.05.

15:30-16:30	Kleine Bewegungsübungen für zwischendurch Wir zeigen Ihnen leichte und einfache Übungen, die sie gut in den Alltag integrieren können.	kosten- freies Angebot
-------------	--	------------------------------

Donnerstag, 22.05.

14:00-16:00	Balance halten! Taststrecke und Rollatorparcours der Orthopädie- und Reha Technik Dresden (ORD) Testen Sie Ihr Gleichgewicht indem Sie auf verschiedenen Untergründen laufen. Tipps zum Rollator und zu Hilfsmitteln gibt es außerdem.	kosten- freies Angebot
-------------	--	------------------------------

Freitag, 23.05.

14:00-15:00	Wohlfühlen mit Kneipp - Fünf Elemente für die Gesundheit Vortrag zu Kneipps Gesundheitskonzept. Ausgewählte Anwendungen können Sie gleich ausprobieren!	2,00 €
-------------	---	--------

Mittwoch, 28.05.

14:00-16:00	Musikalischer Nachmittag mit Chor "Silberklang" Kaffeetrinken und ein buntes Programm erwarten Sie. <i>Bitte melden Sie sich bis zum 22.05.25 an.</i>	5,00 € inkl. Kaffee + Kuchen
-------------	--	---------------------------------------

Unsere regelmäßigen Zirkel:

Montag

09:30-11:30	Probe der Musikgruppe "Fidelio"	
13:00-15:00	Stricken	2,00 €

Dienstag

08:30-10:30	Malen und Zeichnen I mit Frau Tillner	8,00 €
10:00-11:30	Englisch mit Frau Paulitz	6,00 €
10:30-12:30	Malen und Zeichnen II mit Frau Tillner	8,00 €
13:00-16:00	Rommé	2,00 €
13:00-16:00	Schach	2,00 €

Mittwoch

10:00-11:30	Französisch für Fortgeschrittene	2,00 €
10:30-11:30	Senioren-sport mit Frau Funke	2,00 €
13:00-16:00	Skat	2,00 €

Donnerstag

13:00-16:00	Rommé	2,00 €
13:00-16:00	Kreativnachmittag (nur 08.05. und 22.05.)	2,00 €

Freitag

10:00-11:00	Sitztanz mit Frau Heer	2,00 €
13:00-14:30	Tanzkreis	2,00 €

Gesundheitswoche 19.05. - 23.05.

In der Zeit vom 19.05. - 23.05. stellen wir Themen rund um die Gesundheit in den Mittelpunkt. Seien es Angebote zur Bewegung oder zur Entspannung, zum Informieren oder zum Mitmachen - zusammen mit anderen macht alles mehr Spaß!

Gemeinsam mit den Kollegen des BBZ "Am Nürnberger Ei" und der Begegnungsstätte "Michelangelo" haben wir in den jeweiligen

Einrichtungen vielfältige Angebote für Sie geplant. Bitte beachten Sie dazu das ausliegende Extra-Programm. Wir freuen uns auf Sie!



Engagement ist immer willkommen!

Sie selbst haben eine besondere Fähigkeit oder ein Hobby, welches Sie mit anderen gern teilen möchten? Sie wollen sich ehrenamtlich engagieren? Dann werden Sie bei uns im "Fidelio" aktiv!

Kostenlose Soziale Beratung für Senioren, Angehörige oder Bezugspersonen



Wussten Sie, dass wir neben unseren vielfältigen Begegnungsangeboten die folgenden Beratungsthemen für Sie bereithalten?

- Pflege, Pflegeleistung, Pflegegrad, Antragstellung
- Wohnformen im Alter
- Vorsorgevollmacht/ Patientenverfügung/ Betreuungsverfügung
- Schwerbehinderung
- Essen auf Rädern und Hauswirtschaftshilfe
- Alltagsbegleitedienste
- Hausnotruf
- Wohngeld
- Gesprächsangebote und Unterstützung bei Alltagsfragen
- Hilfen zur Bewältigung schwieriger Lebenslagen
- Ausfüllhilfe bei Anträgen
- und vieles mehr...

Nutzen Sie für Ihre Fragen ohne vorherige Anmeldung die Offene Sprechstunde jeden Dienstag von 9.00 bis 11.30 Uhr oder vereinbaren Sie einen individuellen Termin:

0173/ 36 45 285 oder 0351/ 250 21 60

Vorschau auf den Juni

Mittwoch, 04.06.

14:00-15:00 Singenachmittag 2,00 €

Mittwoch, 11.06.

15:00-18:00 Tanznachmittag 5,00 €

Freitag, 13.06

10:00 Wandergruppe kostenfrei

Montag, 16.06.

14:00-15:00 Sei dabei ab um Zwei - Offener Treff für Begegnung und Ideen 4,00 €

Mittwoch, 18.06.

14:00-15:00 Reisevortrag: Nordamerikas Osten, Teil 2 3,00 €

Donnerstag, 26.06.

14:00-16:00 Die Volkssolidarität feiert 80.Geburtstag! Wir feiern mit einer Erzählrunde, Kaffee und Kuchen sowie vielen spannenden Geschichten und Erinnerungen mit.

Neues Angebot: Wandergruppe startet im Mai!

Gelaufen werden Strecken von ca. 10 km Länge im Dresdner Umland. Für weitere Infos und Anmeldung melden Sie sich bitte im Büro, per Telefon oder E-Mail.

Das Begegnungs- und Beratungszentrum "Fidelio"

BBZ "Fidelio"

Papstdorfer Str. 25 · 01277 Dresden

Tel: 0351/250 21 60

E-Mail: fidelio@volkssoli-dresden.de

Öffnungszeiten

Mo + Fr: 09:00 - 15:00 Uhr

Di + Do: 09:00 - 16:00 Uhr

Mi: 10:00 - 17:00 Uhr

Ihre Ansprechpartnerinnen:

Jana Baumgart (Leiterin BBZ)

Darja Müßiggang

Annegret Hartenfels

Hier finden Sie unser
Monatsprogramm online



Sie erreichen uns mit der Bahn: Linien 1
und 2 und dem Bus: Linien 61, 64 und 85.
Haltestelle Zwinglistraße.

**Unsere Angebote sind für alle nutzbar.
Sie brauchen keine Mitgliedschaft dafür.**

Neues Beratungsangebot in Gruna:



Jeden 1. Montag im Monat von 9 - 11 Uhr im **ASB-Begegnungszentrum**
"Wiesenhäuser", Wiesenstraße 17, 01277 Dresden
ist Annegret Hartenfels Ihre Ansprechpartnerin für die Soziale Beratung.