

Begegnungs- und  
Beratungszentrum

Trachenberge

Trachenberger Str 6 , 01129 Dresden

Monatsprogramm

Februar '25



**VOLKSSOLIDARITÄT**

Miteinander. Füreinander. Leben in Dresden.

gefördert durch  
die Landeshauptstadt  
Dresden



Dresden.  
Dresden.

## Montag, 03.02.

10:00-11:00 **Parkinson Sport** 2,00€

## Dienstag, 04.02

10:00-12:00 **Mediensprechstunde** kostenlos  
*Anmeldung erforderlich!*

## Mittwoch, 05.02.

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

## Donnerstag, 06.02.

09:30-12:00 **Stichelhexen** 2,00€  
Alles rundum Nadel und Faden ist hier willkommen!

09:30-10:30 **Entspannen mit Yoga** 2,00€

## Montag, 10.02.

09:15-10:15 **Gedächtnistraining** 2,00€

## Mittwoch, 12.02.

10:00-12:00 **Parkinson Tischtennis** 2,00€

## Donnerstag, 13.02.

09:30-10:30 **Entspannen mit Yoga** 2,00€

## Freitag, 14.02.

13:00-14:00 **Valentinstags-Kennlernen! Gemeinsam statt einsam!** kostenlos  
Sie genießen den Kontakt zu anderen und suchen eine neue Freund- oder Partnerschaft? Dann kommen Sie gern vorbei und lernen neue Menschen kennen!

## Montag, 17.02.

09:30-10:30 **Gedächtnistraining** 2,00€

## Dienstag, 18.02.

10:00-12:00 **Mediensprechstunde** kostenlos  
**Anmeldung erforderlich!**

## Mittwoch, 19.02.

10:00-11:00 **Basteln** 2,00€  
Werden Sie kreativ und kommen Sie zum gemeinsamen Winterbasteln.

14:00-15:30 **Pieschen Gespräche mit Herrn Brendler** 2,00€

## Donnerstag, 20.02.

09:30-12:00 **Stichelhexen** 2,00€

09:30-10:30 **Entspannen mit Yoga** 2,00€

14:45-15:45 **Reisefilmvortrag** 2,00€  
Begeben Sie sich auf eine Reise durch das Land China und lernen Sie neues über Kultur und Menschen kennen!

## Mittwoch, 26.02.

10:00-12:00 **Parkinson Tischtennis** 2,00€

14:00-17:00 **Faschingstanz!** 5,00€  
Egal ob Hexe, Tier oder Kindheitsheld - verkleiden Sie sich und besuchen Sie unseren bunten Faschingstanz!

## Donnerstag, 27.02.

09:30-10:30 **Entspannen mit Yoga** 2,00€

## Freitag, 28.02.

13:00-14:00 **Lesecafé** kostenlos  
**Anmeldung erforderlich!**

# 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!**

# Wir Suchen!!!!

Liebe Senioren und Seniorinnen,  
uns liegt Ihr Wohlbefinden und vor allem die Freude bei einem Besuch in unserem Begegnungszentrum sehr am Herzen. Aus diesem Grund sind wir in einem stetigen Prozess unsere Angebote für Sie zu optimieren. Unsere neuste Idee ist ein **Darts-und Tischkicker Zirkel**. Ab März soll dieser stattfinden. Wir suchen deshalb interessierte Frauen und Männer, welche sich sportlich betätigen wollen und Lust haben neue Menschen kennen zu lernen. Wenn Sie sich nun angesprochen fühlen, bitten wir Sie herzlich, sich bei uns zu melden, damit wir einschätzen können wie groß das Interesse ist.

Wir freuen uns außerdem über Feedback, weitere kreative Ideen, Anliegen zu Veranstaltungen oder Vorträgen damit wir das Begegnungszentrum nach Ihren Wünschen gestalten können!

## So erreichen Sie uns:

Telefon: 0351/ 50 40 441

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



# 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