

Begegnungs- und
Beratungszentrum

Trachenberge
Trachenberger Str 6 , 01129 Dresden

Monatsprogramm

Januar '25



VOLKSSOLIDARITÄT

Miteinander. Füreinander. Leben in Dresden.

gefördert durch
die Landeshauptstadt
Dresden



Dresden.
Dresdner

Montag, 06.01.

10:00-11:00	Krippenspiel der Kita Himmelblau Die Kinder der Kita Himmelblau laden Sie auf eine Zeitreise ein und führen exklusiv nur für Sie das Krippenspiel vor.	kostenlos
-------------	--	-----------

Dienstag, 07.01

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

Mittwoch, 08.01..

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

Donnerstag, 09.01.

09:30-12:00	Stichelhexen	2,00€
14:30-16:00	Reisefilmvortrag Lernen Sie das Land Andalusien von einer neuen Seite kennen!	2,00€

Freitag, 10.01.

10:00-11:00	Singkreis Frau Lommatzsch möchte gemeinsam mit Ihnen bekannte Volkslieder singen und begleitet Sie dabei mit Ihrer Gitarre. Anmeldung erforderlich!	kostenlos
-------------	--	-----------

Montag, 13.01.

09:15-10:15	Gedächtnistraining	2,00€
10:00-11:00	Parkinson Sport	2,00€

Mittwoch, 15.01.

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

Donnerstag, 16.01

14:45-15:45 **Entspannen mit Yoga** 3,00€
Anmeldung erforderlich!

Freitag, 17.01.

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

Dienstag, 21.01

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

Mittwoch, 22.01.

10:00-11:00 **Kreatives Gestalten** 2,00€
Thema: Briefumschläge

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

Donnerstag, 23.01

09:30-12:00 **Stichelhexen** 2,00€

14:45-15:45 **Entspannen mit Yoga** 3,00€
Anmeldung erforderlich!

Montag, 27.01

13:00-14:00 **Gedächtnistraining** 2,00€

Mittwoch, 29.01.

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

Donnerstag, 30.01

14:45-15:45 **Entspannen mit Yoga** 3,00€
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

Telefon Begegnung: 0351/ 50 10 425

Soziale Beratung: 0351/ 50 10 427

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