

BEGEGNUNGS- UND BERATUNGSZENTRUM Trachenberge

Trachenberger Straße 6 / 01129 Dresden / 0351 50 10 425

Mail: trachenberge@volkssoli-dresden.de
www.volkssoli-dresden.de



Monatsprogramm September 2024

Montag, 02.09.

10:00-11:00 **Parkinson Sport** 2,00€

Dienstag, 03.09.

10:00-11:00 **Mediensprechstunde** kostenlos
Anmeldung erforderlich !

Mittwoch, 04.09.

09:30-10:30 **Begegnungsfrühstück in geselliger Runde** 5,00€
Kommen Sie bei einem leckeren
Frühstücksbuffet mit uns ins Gespräch, knüpfen
Sie Kontakte und lernen Sie unsere Angebote
kennen! **Anmeldung erforderlich!**

14:00-15:00 **Vortrag Bestattungsvorsorge** kostenlos
In einer gemütlichen Runde gibt Ihnen Herr
Polenk vom Städtischen Friedhofs- und
Bestattungswesen einen Überblick zum Thema
Bestattungsvorsorge und alles was dazu gehört.
Wir laden Sie herzlich zu einer offenen
Fragerunde ein. **Anmeldung erforderlich!**

Donnerstag, 05.09.

09:30-10:30 **Stichelhexen** 2,00€

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

Montag, 09.09.

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

Mittwoch, 11.09.

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

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

Donnerstag, 12.09.

10:00-12:00 **Besuch des Stadtarchivs** kostenlos
Anmeldung erforderlich!

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

Freitag, 13.09.

10:00-11:00 **Backen mit Nadine** kostenlos

Dienstag, 17.09.

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

Donnerstag, 19.09.

09:30-10:30 **Stichelhexen** 2,00€

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

Freitag, 20.09.

10:00-12:00 **Gesundheitspfad + Gehhilfen-Check** kostenlos
Wir nehmen Sie mit auf einen Spaziergang entlang des Gesundheitspfades durch Trachau. Nutzen vorab die Möglichkeit eines qualifizierten Gehhilfen-Checks vor Ort.

Anmeldung erforderlich!

Mittwoch, 25.09.

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

Thema: kleine Geschenkverpackungen

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

14:00-15:00 **Homöopathie-Vortrag** kostenlos

Frau Lückenbach gibt Ihnen in Ihrem Vortrag einen Überblick zum Thema Homöopathie.

Donnerstag, 26.09.

14:30-16:00 **Reisefilmvortrag** 2,00€
Land: Italien

Samstag, 28.09.

15:00-16:00 **Führung durch die Festung Dresden** 3,00€
Anmeldung erforderlich!

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
- Alltagsbegleitedienste
- Hauswirtschaftshilfen
- Hausnotruf
- und vieles mehr...

Unser Begegnungs- und Beratungszentrum Trachenberge!



Das sind wir!

Wir sind Nadine Bauer und Anna Krien. 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

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!