VOLKSSOLIDARITÄT

BEGEGNUNGS- UND BERATUNGSZENTRUM TRACHENBERGE

Trachenberger Straße 6

Die Einrichtung wird durch das Sozialamt der Landeshauptstadt Dresden gefördert.

gefördert durch die Landeshauptstadt Dresden.

Ihre Ansprechpartner:

Anja Buchert	**Leiterin**
Nadine Bauer	**Sozialarbeiterin**
Thomas Wachsmuth	**Mitarbeiter**

Telefon Leiterin:	**0351 / 50 10 441**
Telefon Begegnung:	**0351 / 50 10 425**
Soziale Beratung:	**0351/ 50 10 427**

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

April 2024

Ein sozialer und kultureller Treffpunkt für die Generation *60+*.
Nutzen Sie unseren Ort der Kommunikation, Geselligkeit, Fortbildung und Selbstbetätigung.

Öffnungszeiten:
Mo - Do: 9:00 - 16:00 Uhr
Fr: 9:00 - 15:00 Uhr

Sprechzeiten
Soziale Beratung:
Mo 13:00 - 15:00 Uhr
Mi 9:00 - 12:00 Uhr

Weitere Termine sowie Hausbesuche nach Vereinbarung.

Trachenberger Straße 6
01129 Dresden

Erreichbarkeit:

- Trachenberger Platz, Tram 3, Bus 70
- HP Pieschen , Bus 64, 73, 76
- HP Pieschen, S-Bahn 1

Veranstaltungen in diesem Monat

Mittwoch, 03.04.

9:30-10:30	**Begegnungsfrühstück in geselliger Runde** Kommen Sie mit uns bei einem gesunden Frühstücksbuffet ins Gespräch, knüpfen Sie Kontakte und nutzen Sie die Gelegenheit unsere Angebote kennenzulernen! Anmeldung erforderlich!	5,00 €
14:00-16:00	Parkinson Selbsthilfegruppe	

Donnerstag, 04.04.

9:30-10:30	Stichelhexen (sowie am 18.04.)	2,00 €

Montag, 08.04.

10:00-12:00	Parkinson Sport	2,00 €
14:00-15:00	**Gedächtnistraining** (sowie am 22.04.)	2,00 €
16:00-16:45	**Tanzgymnastik** Unter fachlicher Anleitung tanzen, mobilisieren, dehnen und strecken Sie sich zu verschiedenen Musikrhytmhen. Bringen Sie mit dieser fließenden Bewegungsimprovisation Ihren Körper und Geist wieder in Balance!	6,00 €

Dienstag, 09.04.

10:00-11:00	**Mediensprechstunde** Ein Technikbotschafter (qualifiziert über die TU Dresden) stellt sich Ihren Fragen rund um Smartphone & Co. Um Anmeldung wird gebeten!	kostenlos

Mittwoch, 10.04.

10:00-12:00	Tischtennis Parkinson (sowie am 24.04.)	2,00 €

Mittwoch, 10.04.

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

Gehen Sie auf historische Spurensuche und erfahren Sie Neues und Altes aus der Geschichte des Dresdner Nordwestens und seiner Umgebung.

Montag, 15.04.

16:00-16:45 **Tanzgymnastik** 6,00 €

Donnerstag, 18.04.

14:30-16:00 **Reisefilmvortrag Norwegen** 2,00 €

Frau Wendrock präsentiert mit ihrem Film Wissenswertes über Land & Leute.

Freitag, 19.04.

09:30-10:30 **Yoga-Achtsamkeitskurs** 3,00 €

11:00-12:00 Ehrenamt-Stammtisch

Dienstag, 23.04.

10:00-11:00 **Mediensprechstunde** kostenlos

Um Anmeldung wird gebeten!

Mittwoch, 24.04.

10:00-11:00 **Kreativwerkstatt Frühling** 2,00 €

Kommen Sie in Frühlingsstimmung und stellen Sie einen Kranz aus Weide her

14:00-15:00 **Biographisches Erzählcafé mit Lesung** 2,00 €

zzgl. Kaffee/ Kuchen

Fr. Friedrich liest aus einer bewegenden Lebensgeschichte in Form von Tagebucheinträgen vor. Kommen Sie bei Kaffee und Kuchen zu einem gemeinsamen Austausch über Ihre persönlichen Erlebnissen und Geschichten zusammen.

Unsere regelmäßigen Kurse

Montag

11:15-12:15	Französisch-Treff	2,00 €
13:00-15:30	Rommé - Nachmittag	2,00 €
16:00-16:45	Tanzgymnastik	6,00 €

Dienstag

9:15-10:15	Gymnastik I (Ausfall am 02.04.)	3,00 €
10:30-11:30	Gymnastik II (Ausfall am 02.04.)	3,00 €
14:00-15:00	Sitzgymnastik mit anschließender Kaffeerunde	3,00 €

Mittwoch

9:30-10:30	Englisch- Fortgeschrittene mit Hr Fischbein	4,00 €
11:00-12:00	Englisch- 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 €

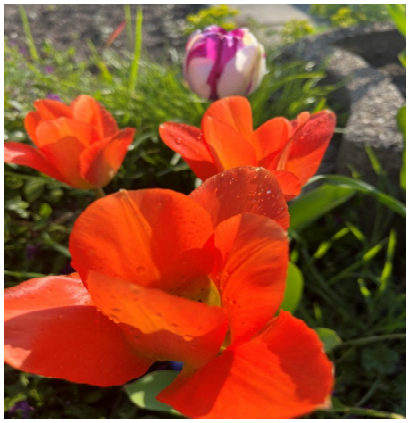
Montag bis Freitag

11:00-13:00	**Mittagstisch von E.I.B.I. Suppenküche**	3,50 €

Bitte um Bestellung am Vortag: 0351/5010425

Offener Computerarbeitsplatz

Nutzen Sie unseren Gast-Laptop für Interentrecherchen oder Dokumenterstellungen. Gerne beraten und unterstützen wir Sie dabei.

Ausblick:

Tanz in den Mai
mit DJ Jochen
am 02.05.24 von 14:30 - 17:30