



Wie möchte ich im Alter wohnen?

Zentrale Wohnberatungsstelle hilft bei der Beantragung baulicher Veränderungen in der Wohnung

Alten- oder behindertengerecht sind nur wenige Wohnungen oder Eigenheime. Manchmal genügen kleine, aber wirksame Veränderungen, um das Leben in den eigenen vier Wänden zu erleichtern. Die zentrale Wohnberatungsstelle im Sozialamt berät Interessierte.

Sind der Duscheinstieg zu hoch, die Badewanne nicht nutzbar oder die Schwellen ein Hindernis für den Rollator, dann bleibt meist nur ein Umzug, denken viele. Die richtige alters- oder behindertengerechte Wohnung zu finden, stellt Betroffene vor eine Herausforderung. Es gibt viele Angebote, über die es sich zu informieren lohnt. Die vertraute Wohnumgebung aufzugeben, sollte gut überlegt sein.

Die Mitarbeiterinnen der Wohnberatungsstelle richten den Blick auf die derzeitige Wohnsituation und den Wohnbedarf. Sie beraten zu möglichen Veränderungen in der Wohnung sowie zu Förder- und Finanzierungsmöglichkeiten. Gegebenenfalls unterstützen sie bei der Antragstellung. In vielen Fällen kann die Wohnung oder das eigene Haus an individuelle Anforderungen angepasst werden.

Häufige Anfragen betreffen die Veränderung des Badezimmers, zum Beispiel den Umbau von Badewanne zu Dusche oder den Einbau einer Badewannentür. Um Gefahren abzuwenden, können Bodenbeläge ausgetauscht oder Schwellen innerhalb der Wohnung entfernt wer-



Kompetente Beratung. Wohnungen für Rollstuhlfahrer müssen an ihre Bedürfnisse angepasst werden.

Foto: seventyfour-stock.adobe.com

den. Diese und weitere Umbauten tragen dazu bei, die Selbstständigkeit in der Wohnung zu erhalten.

Auch für Menschen mit Demenz kann eine Beratung durch die Wohnberatungsstelle wertvoll sein.

So sollte darauf geachtet werden, dass Veränderungen nur behutsam und vor allem individuell umgesetzt werden. Die Wohnumgebung sollte vereinfacht werden, zum Beispiel durch Bilder oder Piktogramme. Die Mitarbeiterinnen der Wohnberatungsstelle besprechen gemeinsam mit der betroffenen Person und den Angehörigen Lösungsmöglichkeiten.

Die Wohnberatungsstelle hält Kontakte zu Partnern, zum Beispiel Vermietern, Handwerkern, der Landesarbeitsgemeinschaft Sachsen e. V., den Pflegekassen und

dem Beratungszentrum für Barrierefreies Planen und Bauen in Sachsen, die im Einzelfall hinzugezogen werden. Beratung und Unterstützung bieten auch die wohnortnahen Senioren- und Behindertenberatungsstellen. Eine Übersicht ist über die Wohnberatungsstelle erhältlich oder steht unter www.dresden.de/wohnberatung zur Verfügung.

Wer sich rechtzeitig informiert, ist gut beraten. So können verschiedene Wege einer alters- oder behindertengerechten Anpassung der Wohnung aufgezeigt werden.

Kontakt zu den Mitarbeiterinnen der Wohnberatungsstelle erhalten Sie über:

Landeshauptstadt Dresden
Zentrale
Wohnberatungsstelle
Dr.-Külz-Ring 19
01067 Dresden
Telefon (0351) 4 88 14 50
Fax (0351) 4 88 14 53
E-Mail:
wohnberatung@dresden.de

Wahlhelfer gesucht

Viele Menschen nutzen den Ruhestand, um endlich ihren Interessen nachzugehen oder etwas Neues kennenzulernen. Wer sich für Politik interessiert, kann den Ablauf einer Wahl hautnah miterleben – wenn er sich als Wahlhelfer engagiert. Für die Landtagswahl am 1. September sucht die Stadt Dresden noch weitere 600 Freiwillige.

Jeder Wahlvorstand profitiert von einer altersgemischten Gruppe aus Jüngeren und Älteren. Wahlhelferin oder Wahlhelfer kann werden, wer wahlberechtigt ist. Für die Landtagswahl braucht er die deutsche Staatsangehörigkeit und muss seit mindestens drei Monaten mit Hauptwohnsitz in Dresden gemeldet sein.

Wer diese Voraussetzungen erfüllt, kann sich direkt im Bürgeramt anmelden: telefonisch unter (03 51) 4 88 11 18 oder bei der AG Wahlhelfer vor Ort (Theaterstraße 6, 2. Etage, Raum 2|227). Auch online unter www.dresden.de/wahlhelfer oder per E-Mail an wahlhelfer@dresden.de werden Anmeldungen entgegen genommen. Als Entschädigung zahlt die Stadt je nach Funktion (Wahlvorsteher, Schriftführer oder Beisitzer) zwischen 35 und 65 Euro pro Wahltag. Zudem fahren alle Helfer am Wahlsonntag kostenfrei mit Bus und Bahn in der Tarifzone Dresden; das Berufungsschreiben der Landeshauptstadt gilt dabei als Fahrkarte. Fragen beantwortet die AG Wahlhelfer im Internet unter www.dresden.de/wahlhelfer oder unter den oben stehenden Kontaktdaten.

Hinweis für Nutzer

Die gedruckte Version des „Veranstaltungskalenders für das reife Semester“ stellt nur eine Auswahl an Veranstaltungen in Dresden vor.

Noch mehr Termine und Ankündigungen finden Sie im Internet unter:

www.dresden.de/pluszeit

Montag, 1. Juli

9.30 – 13 Uhr + weitere Termine

Generation 50+ Computerwissen für Einsteiger – Teil 1

Kosten: 96 Euro

Wer/Wo: Volkshochschule, Annenstraße 10, B3.06 PC-Raum

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 25 44 00/post@vhs-dresden.de

10 – 12.30 Uhr

Kreatives und autobiografisches Schreiben

Kosten: 2,50 Euro

Wer/Wo: DRK-Seniorenzentrum IMPULS, Bürgerstraße 6

14 – 16 Uhr

Kurzwanderung: Klotzsche–Todweg

Kosten: 1,50 Euro

Wer/Wo: DRK-Seniorenzentrum IMPULS

Haltestelle „Neue Brücke“ (Linie 7)

14.45 – 15.45 Uhr + weitere Termine

Latinofitness

Kosten: 0,50 Euro

Wer/Wo: AWO Begegnungs- und Beratungszentrum

Hainsberger Straße 2

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 4 13 54 71

15.45 – 16.45 Uhr + weitere Termine

Yoga für Senioren – am oder auf dem Stuhl

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: AWO Beratungszentrum, Hainsberger Straße 2

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 4 13 54 71

Dienstag, 2. Juli

9.30 – 13 Uhr + weitere Termine

Generation 50+ Veraltete Vorkenntnisse – Computer

Kosten: 67 Euro

Wer/Wo: Volkshochschule, Annenstraße 10, B3.06 PC-Raum

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 25 44 00/post@vhs-dresden.de

10 – 11 Uhr + weitere Termine

Frauengymnastik

Kosten: 1,20 Euro

Wer/Wo: ASB Begegnungsstätte „Am Friedensstein“

Dresdner Straße 3

10 – 11 Uhr + weitere Termine

Tänze im Sitzen

Kosten: 3 Euro

Wer/Wo: AWO Begegnung und Beratung

Prohliser Allee 31

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 3 23 05 60

10 – 12 Uhr + weitere Termine

Malen wie Paul Klee (mit Aquarell & Tusche)

Kosten: 2,50 Euro

Wer/Wo: DRK-Seniorenzentrum IMPULS

Bürgerstraße 6

14 – 15.30 Uhr

Kerzen gießen für unsere Geburtstagsjubilare

Wer/Wo: AWO Begegnung und Beratung

Prohliser Allee 31

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 3 23 05 60

16 – 17 Uhr + weitere Termine

Zumba Gold für Ältere und Einsteiger

Kosten: 6,50 Euro

Wer/Wo: Kristina Reichenbach, Sosaer Straße 10, Dresden-

Niedersedlitz, Sporthalle 89. Grundschule

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (01 60) 97 08 03 43

19.30 – 20.30 Uhr + weitere Termine

Zumba

Kosten: 5 Euro

Wer/Wo: Sportverein Motor Mickten

Pestalozziplatz 20

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 5 63 39 53 (AB)/(01 60) 97 08 03 43

Mittwoch, 3. Juli

8 – 18 Uhr

Wanderung zur Schöberlinie

Kosten: 10 Euro

Wer/Wo: Wandergruppe Böhm, Hauptbahnhof, Kuppelhalle

Anmeldung bis eine Woche vorher

Telefon: (03 51) 2 84 39 91

9 – 12 Uhr + weitere Termine

Ruhestand – und nun? Den Übergang gestalten

Wer/Wo: AWO Sachsen Soziale Dienste gemeinnützige GmbH

Herzberger Straße 2 – 4

Anmeldung bis eine Woche vorher

Telefon: (03 51) 2 89 16 13/kuer@awo-in-sachsen.de

10 – 11.30 Uhr + weitere Termine

Tänze für Jung und Alt

Kosten: 2,50 Euro

Wer/Wo: VS-Begegnungs- und Beratungszentrum Laubegast

Laubegaster Ufer 22

10 – 11.45 Uhr

Traumkino: Glück ist was für Weicheier

Kosten: 5,50 Euro

Wer/Wo: UFA Kristallpalast

St. Petersburger Straße 24 a

10 – 12 Uhr

Schnupperkurs

ARTOS – die mediengemeinschaft e. V.

Straße des 17. Juni, Nr. 25 Eingang 103 B

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 25 38 14 77/artos@artos.de

10 – 12 Uhr

Traumkino: Kirschblüten & Dämonen

Kosten: 5,50 Euro

Wer/Wo: UFA Kristallpalast

St. Petersburger Straße 24 a

10 – 12 Uhr

Planung der neuen Seniorenbegegnungsangebote in Gorbitz

Wer/Wo: Dresdner Pflege- und Betreuungsverein e.V.
 Merianplatz 4 (im Sachsenforum, Ebene 2)
 Anmeldung bis einen Tag vorher
 Telefon: (03 51) 4 10 89 43/seniorenberatung@dpbv-online.de

10 – 14 Uhr

Heidewanderung

Wer/Wo: Jahresringe DD Verband für Vorruhestand und aktives
 Alter, Haltestelle Wilhelminenstraße, Linie 11
 Anmeldung bis einen Tag vorher
 Telefon: (03 51) 4 21 51 85/freitags 5 00 76 35

13 – 16.30 Uhr + weitere Termine

Skat, Rommee und Schach

Kosten: 1 Euro
 Wer/Wo: AWO Beratungszentrum, Hainsberger Straße 2

14 – 15 Uhr

Reisevortrag „Sumatra“

Kosten: 2 Euro
 Wer/Wo: Trägerwerk Soziale Dienste AG
 Rottwerndorfer Straße 5
 Anmeldung bis einen Tag vorher
 Telefon: (03 51) 20 74 33 33

14 – 15.30 Uhr

Strickgruppe: „Erfahrene Hände stricken für kleine Füße“

Kosten: 1 Euro
 Wer/Wo: Ökumenische Seniorenhilfe Dresden e.V.
 Wittenberger Straße 83

14 – 16 Uhr

Literaturcafé „Das sanfte Joch der Vortrefflichkeit“

Kosten: 2,50 Euro
 Wer/Wo: DRK-Seniorenzentrum IMPULS, Bürgerstraße 6
 14 – 18 Uhr

Tanznachmittag

Kosten: 4 Euro
 Wer/Wo: VS-Seniorenbegegnungsstätte „fidelio“
 Papstdorfer Straße 25
 Anmeldung bis einen Tag vorher
 Telefon: (03 51) 2 50 21 60

16 – 19 Uhr

Schulung zum Krankheitsbild Demenz

Wer/Wo: Dresdner Pflege- und Betreuungsverein e.V.
 Amalie-Dietrich-Platz 3
 Anmeldung bis eine Woche vorher
 Telefon: (03 51) 16 60 47/demenz@dpbv-online.de

Donnerstag, 4. Juli

10 – 11 Uhr + weitere Termine

Gedächtnis spielend trainieren

Kosten: 2,50 Euro
 Wer/Wo: DRK-Seniorenzentrum IMPULS, Bürgerstraße 6

10 – 12 Uhr + weitere Termine

Nordic-Walking-Gruppe

Kosten: 2 Euro
 Wer/Wo: DRK-Seniorenzentrum IMPULS, Bürgerstraße 6

14 – 16 Uhr + weitere Termine

Strickcafé

Kosten: 1 Euro
 Wer/Wo: Trägerwerk Soziale Dienste AG, Rottwerndorfer Straße 5
 Anmeldung bis einen Tag vorher
 Telefon: (03 51) 20 74 33 33

14 – 18 Uhr

Sommerfest in Trachenberge

Kosten: 4 Euro
 Wer/Wo: Volkssolidarität Dresden e. V., Trachenberger Straße 6
 Anmeldung bis einen Tag vorher
 Telefon: (03 51) 5 01 04 25/trachenberge@volkssoli-dresden.de

Freitag, 5. Juli

9.30 – 10.30 Uhr + weitere Termine

Yoga am Morgen

Kosten: 7 Euro
 Wer/Wo: Volkssolidarität Dresden e. V., Trachenberger Straße 6
 Anmeldung bis einen Tag vorher
 Telefon: (03 51) 5 01 04 25/trachenberge@volkssoli-dresden.de

10.30 – 12 Uhr + weitere Termine

Englisch für Senioren – Aufbaukurs

Kosten: 5 Euro
 Wer/Wo: Volkssolidarität Dresden e. V., Trachenberger Straße 6
 Anmeldung bis einen Tag vorher
 Telefon: (03 51) 5 01 04 25/trachenberge@volkssoli-dresden.de

12.15 – 13.15 Uhr + weitere Termine

Englisch für Senioren – Anfängerkurs

Kosten: 5 Euro
 Wer/Wo: Volkssolidarität Dresden e. V., Trachenberger Straße 6
 Anmeldung jeweils einen Tag vorher
 Telefon: (03 51) 5 01 04 25/trachenberge@volkssoli-dresden.de

14 – 16 Uhr

„Café Freitag“

Wer/Wo: Ökumenische Seniorenhilfe, Wittenberger Straße 83

14.30 – 15.30 Uhr + weitere Termine

Heiteres Gedächtnistraining

Kosten: 1 Euro
 Wer/Wo: AWO Begegnungszentrum, Hainsberger Straße 2
 Anmeldung bis einen Tag vorher
 Telefon: (03 51) 4 13 54 71

Montag, 8. Juli

9.30 – 13 Uhr + weitere Termine

Generation 50+ Computerwissen für Einsteiger – Teil 2

Kosten: 128 Euro
 Wer/Wo: Volkshochschule, Annenstraße 10, B3.06 PC-Raum
 Anmeldung bis einen Tag vorher
 Telefon: (03 51) 25 44 00/post@vhs-dresden.de

Ihr Spezialist für nachhaltig besseres Hören

www.der-hörgeräteladen.de

Filiale Gruna
 Stübelallee 55
Pädakustik
 ☎ 0351 250 90 06

Filiale Johannstadt
 Pfothenauerstraße 41
 ☎ 0351 210 44 88

DER HÖRGERÄTE Laden

Dienstag, 9. Juli

9.30 – 10.45 Uhr + weitere Termine

Ganzheitliches Gedächtnstraining für Senioren

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: Ökumenische Seniorenhilfe Dresden e.V.

Wittenberger Straße 83

9.30 – 13 Uhr + weitere Termine

Generation 50+ Veraltete Vorkenntnisse Teil 2

Kosten: 67 Euro

Wer/Wo: Volkshochschule, Annenstraße 10, B3.06 PC-Raum

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 25 44 00/post@vhs-dresden.de

13 – 15 Uhr + weitere Termine

Radeln mit Genuss

Kosten: 1,50 Euro

Wer/Wo: DRK-Seniorenzentrum IMPULS

Treff: Leipziger Straße, Fahrradbrücke „Undine“

Haltestelle Altpieschen

13.30 – 15 Uhr

Angehörigengruppe für pflegende Angehörige

Wer/Wo: AWO Prohlis Beratungsstelle für Senioren und Angehörige Herzberger Straße 2 – 4

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 2 89 16 13

14 – 16 Uhr

Fröhliche Liederstunde: „Im schönsten Wiesengrunde“

Kosten: 1,50 Euro

Wer/Wo: Ökumenische Seniorenhilfe Dresden e.V.

Wittenberger Straße 83

Mittwoch, 10. Juli

8.45 – 17 Uhr

Wanderung ins Blaue, unbekanntes Ziel

Kosten: 8 Euro

Wer/Wo: Wandergruppe Böhm, Hauptbahnhof, Kuppelhalle

Anmeldung bis eine Woche vorher

Telefon: (03 51) 2 84 39 91

9 – 10.30 Uhr

Gemeinsames Frühstück „Sommerpicknick“

Kosten: 5 Euro

Wer/Wo: VS-Begegnungs- und Beratungszentrum Laubegast

Laubegaster Ufer 22

Anmeldung bis 8. Juli

Telefon: (03 51) 5 01 05 25/heyne@volkssoli-dresden.de

9.08 – 14 Uhr

Wanderung von Arnsdorf nach Weißig

Wer/Wo: Jahresringe DD Verband für Vorruhestand und aktives

Alter, Hauptbahnhof RE 2 bis Arnsdorf

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 4 21 51 85/ freitags 5 00 76 35

10 – 11 Uhr + weitere Termine

Sitzgymnastik

Kosten: 1,20 Euro

Wer/Wo: ASB Begegnungszentrum „Am Friedensstein“

Dresdner Straße 3

10 – 11.45 Uhr

Traumkino: Glück ist was für Weicheier

Kosten: 5,50 Euro

Wer/Wo: UFA Kristallpalast, St. Petersburger Straße 24 a

10 – 12 Uhr

Traumkino: Kirschblüten & Dämonen

Kosten: 5,50 Euro

Wer/Wo: UFA Kristallpalast

St. Petersburger Straße 24 a

13.15 – 14.45 Uhr

Literatur am Nachmittag

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: Ökumenische Seniorenbegegnungsstätte BÜLOWH

Pillnitzer Landstraße 12

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 2 68 89 88/sbz.buelowh@diakonie-dresden.de

14.30 – 15.30 Uhr

Traumfabrik UFA: Der erste Superstar Lilian Harvey

Kosten: 3 Euro

Wer/Wo: VS-Seniorenbegegnungsstätte „fidelio“

Papstdorfer Straße 25

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 2 50 21 60

Donnerstag, 11. Juli

10 – 11 Uhr + weitere Termine

Gymnastik im Sitzen – Fit bis ins hohe Alter!

Kosten: 1,50 Euro

Wer/Wo: DRK-Seniorenzentrum IMPULS, Bürgerstraße 6

10 – 11 Uhr + weitere Termine

Frauengymnastik

Kosten: 1,20 Euro

Wer/Wo: ASB Begegnungsstätte „Am Friedensstein“

Dresdner Straße 3

14.30 – 15.30 Uhr + weitere Termine

Musik macht fröhlich – gemeinsam singen und musizieren

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: AWO Beratungszentrum, Hainsberger Straße 2

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 4 13 54 71

Freitag, 12. Juli

13.30 – 15.30 Uhr

Mal- und Zeichenkurs

Kosten: 3 Euro

Wer/Wo: AWO Beratungszentrum, Hainsberger Straße 2

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 4 13 54 71

14 – 15 Uhr + weitere Termine

Musik erleben und gestalten

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: ASB Begegnungszentrum „Wiesenhäuser“

Wiesenstraße 17

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 2 13 13 39

Montag, 15. Juli

14 – 16 Uhr + weitere Termine

Kurzwanderung: Weißer Hirsch – Marienbad

Kosten: 1,50 Euro

Wer/Wo: DRK-Seniorenzentrum IMPULS

Haltestelle „Plattleite“ (Linie 11)

14.30 – 15.30 Uhr + weitere Termine

Name, Stadt, Land mit wechselnden Kategorien

Kosten: 1 Euro

Wer/Wo: AWO Begegnungs- und Beratungszentrum
Hainsberger Straße 2

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 4 13 54 71

14.45 – 15.45 Uhr + weitere Termine

Latinofitness

Kosten: 0,50 Euro

Wer/Wo: AWO Begegnungs- und Beratungszentrum
Hainsberger Straße 2,

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 4 13 54 71

15 – 17 Uhr

Fotozirkel „Nahaufnahmen von Pflanzen und Tieren“

Kosten: 2,50 Euro

Wer/Wo: VS-Begegnungs- und Beratungszentrum Laubegast
Laubegaster Ufer 22

Dienstag, 16. Juli

9.30 – 11 Uhr

Ideen- und Begegnungsfrühstück

Kosten: 3 Euro

Wer/Wo: VS-Seniorenbegegnungsstätte „fidelio“
Papstdorfer Straße 25

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 2 50 21 60

13.30 – 16 Uhr

Kleine Elbwanderung vom Körnerplatz zum Waldschlösschen

Kosten: 1,50 Euro

Wer/Wo: VS-Begegnungs- und Beratungszentrum Laubegast
Körnerplatz

14 – 15.30 Uhr

Lesecafé

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: Ökumenische Seniorenhilfe Dresden e.V.
Wittenberger Straße 83

14.30 – 15.30 Uhr

Wolga – eine Flussreise in bewegten Bildern – Teil I

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: AWO Begegnung und Beratung, Prohliser Allee 31

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 3 23 05 60

Mittwoch, 17. Juli

7.30 – 18 Uhr

Wanderung ins Gebiet des Zeughauses

Kosten: 8 Euro

Wer/Wo: Wandergruppe Böhm, Hauptbahnhof, Kuppelhalle

Anmeldung bis eine Woche vorher

Telefon: (03 51) 2 84 39 91

9.01 – 14.30 Uhr

Wanderung zum Keulenberg

Wer/Wo: Jahresringe DD Verband für Vorruhestand und
aktives Alter, Hauptbahnhof RB 34 bis Pulsnitz, Bus 312 bis

Oberlichtenau

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 4 21 51 85/freitags 5 00 76 35

10 – 11 Uhr + weitere Termine

Sitzgymnastik

Kosten: 1,20 Euro

Wer/Wo: ASB Beratungszentrum „Am Friedensstein“
Dresdner Straße 3

10 – 11.30 Uhr + weitere Termine

Tänze für Jung und Alt

Kosten: 2,50 Euro

Wer/Wo: VS-Beratungszentrum Laubegast, Laubegaster Ufer 22

10 – 12 Uhr

Traumkino: Rocketman

Kosten: 5,50 Euro

Wer/Wo: UFA Kristallpalast, St. Petersburger Straße 24 a

10 – 12 Uhr

Traumkino: Der Fall Collini

Kosten: 5,50 Euro

Wer/Wo: UFA Kristallpalast, St. Petersburger Straße 24 a

10 – 14 Uhr

Picknick an der Elbe: Mitbringbrunch

Kosten: 1,50 Euro

Wer/Wo: DRK-Seniorenzentrum IMPULS
Glockenspiel am Japanischen Palais

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 84 72 26 78

14 – 15 Uhr

Reisevortrag „Java“

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: Trägerwerk Soziale Dienste AG
Rottwerndorfer Straße 5

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 20 74 33 33

14 – 16 Uhr

Gut kommunizieren – wie geht das?

Kosten: 2,50 Euro

Wer/Wo: DRK-Seniorenzentrum IMPULS, Bürgerstraße 6

14.30 – 15.30 Uhr

Flechten mit Peddigrohr

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: AWO Begegnungszentrum, Hainsberger Straße 2

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 4 13 54 71

Donnerstag, 18. Juli

14 – 16 Uhr + weitere Termine

Strickcafé

Kosten: 1 Euro

Wer/Wo: Trägerwerk Soziale Dienste AG
Rottwerndorfer Straße 5

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 20 74 33 33

14.30 – 15.30 Uhr

Informationsveranstaltung Sprache mit Logopädin

Kosten: 1 Euro

Wer/Wo: VS-Begegnungs- und Beratungszentrum Laubegast
Laubegaster Ufer 22

14.30 – 15.30 Uhr

Musik zum Träumen – Seniorenrundfunk Dresden

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: ASB Begegnungszentrum „Wiesenhäuser“
Wiesenstraße 17

Anmeldung bis einen Tag vorher
Telefon: (03 51) 2 13 13 39

Freitag, 19. Juli

9.30 – 11.30 Uhr

Smartphone – Workshop für Senioren

Wer/Wo: Johannstädter Kulturtreff e.V.
Elisenstraße 35
Anmeldung bis einen Tag vorher
Telefon: (03 51) 4 47 28 23

14 – 16 Uhr

Christian Morgenstern – Leben, Werk und Wirkung

Kosten: 2 Euro
Wer/Wo: Ökumenische Seniorenhilfe Dresden e.V.
Wittenberger Straße 83

Sonnabend, 20. Juli

14.30 – 16.30 Uhr

Lesefreuden: Gruppe für Buchliebhaber/innen

Kosten: 2,50 Euro
Wer/Wo: DRK-Seniorenzentrum IMPULS, Bürgerstraße 6

Montag, 22. Juli

8 – 16 Uhr

Wanderung ab Labyrinth nach Thürmsdorf

Kosten: 10 Euro
Wer/Wo: Wandergruppe Böhm, Hauptbahnhof, Kuppelhalle
Anmeldung bis eine Woche vorher
Telefon: (03 51) 2 84 39 91

Dienstag, 23. Juli

12.30 – 16 Uhr

Ausflug in den Großen Garten

Kosten: 1 Euro
Wer/Wo: AWO Begegnung und Beratung
Anmeldung bis 19. Juli
Telefon: (03 51) 3 23 05 60

14 – 15.30 Uhr

Bauen und Wohnen in Löbtau – die EWG berichtet

Kosten: 1 Euro
Wer/Wo: AWO Begegnungs- und Beratungszentrum
Hainsberger Straße 2
Anmeldung bis einen Tag vorher
Telefon: (03 51) 4 13 54 71

14 – 16 Uhr

Gedächtnisspiele

Kosten: 1,20 Euro
Wer/Wo: ASB Begegnungsstätte „Am Friedensstein“
Dresdner Straße 3

14 – 16 Uhr

Klubcafé – Informationsveranstaltung zum Begegnungs- und Beratungszentrum

Kosten: 2 Euro
Wer/Wo: VS-Begegnungs- und Beratungszentrum Laubegast
Laubegaster Ufer 22

Mittwoch, 24. Juli

9 – 19 Uhr

Landesgartenschau in Frankenberg

Kosten: 10 Euro
Wer/Wo: Wandergruppe Böhm, Hauptbahnhof, Kuppelhalle
Anmeldung bis eine Woche vorher
Telefon: (03 51) 2 84 39 91

9.08 – 14 Uhr

Wanderung – Arnsdorfer Rundweg

Wer/Wo: Jahresringe DD Verband für Vorruhestand und aktives
Alter, Hauptbahnhof RE 2 bis Ansdorf
Anmeldung bis einen Tag vorher
Telefon: (03 51) 4 21 51 85/freitags 5 00 76 35

10 – 12 Uhr

Traumkino: Rocketman

Kosten: 5,50 Euro
Wer/Wo: UFA Kristallpalast, St. Petersburger Straße 24 a

10 – 12 Uhr

Traumkino: Der Fall Collini

Kosten: 5,50 Euro
Wer/Wo: UFA Kristallpalast, St. Petersburger Straße 24 a

13.15 – 14.45 Uhr

Literatur am Nachmittag

Kosten: 2 Euro
Wer/Wo: Ökumenische Seniorenbegegnungsstätte BÜLOWH
Pillnitzer Landstraße 12
Anmeldung bis einen Tag vorher
Telefon: (03 51) 2 68 89 88/sbz.buelowh@diakonie-dresden.de

Donnerstag, 25. Juli

13.30 – 14 Uhr + weitere Termine

Sitzgymnastik

Kosten: 1,20 Euro
Wer/Wo: ASB Beratungszentrum „Am Friedensstein“
Dresdner Straße 3

Montag, 29. Juli

10 – 12.30 Uhr

Kreatives und autobiografisches Schreiben

Kosten: 2,50 Euro
Wer/Wo: DRK-Seniorenzentrum IMPULS, Bürgerstraße 6

Individuelle Pflege- und Sozialberatung

Wir beraten Sie trägerneutral, kostenfrei und qualifiziert
zu Unterstützungsangeboten bei Pflegebedürftigkeit.

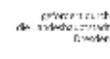
Telefon: 0351 3138-555

E-Mail: service@cultus-dresden.de

Für Sie vor Ort:

Freiberger Straße 18, 01067 Dresden
Mo., Mi.: 8–17 Uhr / Di., Do.: 9–18 Uhr
Fr.: 8–16 Uhr


Cultus
gGmbH
der Landeshauptstadt
Dresden

   **Dresden.**
Dienstadt

14–16 Uhr

Kurzwanderung: Kaditz–Altkaditz–Pieschen

Kosten: 1,50 Euro

Wer/Wo: DRK-Seniorenzentrum IMPULS

Haltestelle Kaditz-Riegelplatz (Linie 9 und 64) Endhaltestelle

14.30–15.30 Uhr

Erzählcafé „Sagen aus Heide und Spreewald“

Kosten: 1 Euro

Wer/Wo: VS-Begegnungs- und Beratungszentrum Laubegast

Laubegaster Ufer 22

Dienstag, 30. Juli

14–15 Uhr

Handarbeiten

Kosten: 1 Euro

Wer/Wo: AWO Begegnung und Beratung

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 3 23 05 60

Mittwoch, 31. Juli

9–15 Uhr

Wanderung von Gompitz nach Plauen

Kosten: 1 Euro

Wer/Wo: Wandergruppe Böhm, Hauptbahnhof, Kuppelhalle

Anmeldung bis eine Woche vorher

Telefon: (03 51) 2 84 39 91

9.02–14 Uhr

Wanderung Langebrück–Bühlau

Wer/Wo: Jahresringe DD Verband für Vorruhestand und aktives

Alter, Hauptbahnhof RB 34 bis Langebrück

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 4 21 51 85 jederzeit/freitags 5 00 76 35

10–11.45 Uhr

Traumkino: Die Wiese – Ein Paradies nebenan

Kosten: 5,50 Euro

Wer/Wo: UFA Kristallpalast

St. Petersburger Straße 24 a

10–12 Uhr

Traumkino: Der König der Löwen

Kosten: 5,50 Euro

Wer/Wo: UFA Kristallpalast, St. Petersburger Straße 24 a

14–15 Uhr

Reisevortrag – Australien

Kosten: 2 Euro

Wer/Wo: Trägerwerk Soziale Dienste AG

Rottwerndorfer Straße 5

Anmeldung bis einen Tag vorher

Telefon: (03 51) 20 74 33 33

14–16 Uhr

Exkursion Werkstatt Lebenshilfe (Elektroschrott)

Kosten: 1,50 Euro

Wer/Wo: DRK-Seniorenzentrum IMPULS

Werftstraße 5

Anmeldung bis 24. Juli

Telefon: (03 51) 84 72 26 78/impuls@drk-dresden.de

Redaktionsschluss: 12. Juni 2019

Impressum**Dresdner plusZeit**

Mitteilungsblatt der Landeshauptstadt Dresden

www.dresden.de/pluszeit

Herausgeberin: Landeshauptstadt Dresden

Amt für Presse-, Öffentlichkeitsarbeit und Protokoll

Dr.-Külz-Ring 19

Postfach 12 00 20

01001 Dresden

Telefon: (03 51) 4 88 23 90

Telefax: (03 51) 4 88 22 38

E-Mail: presse@dresden.de

www.dresden.de

facebook.com/stadt.dresden

Redaktion:

Kai Schulz (verantwortlich)

Sylvia Siebert, Grit Hammer, Jürgen Eckoldt,

Barbara Münch, Heribert Pallas

Verlag, Anzeigen, Verlagsbeilagen, Satz

scharfe media GmbH

Tharandter Straße 31-33, 01159 Dresden

Telefon (03 51) 42 44 70 10, Telefax (03 51) 42 44 70 60

E-Mail info@scharfe-media.de

Web www.scharfe-media.de

Verlagssonderveröffentlichung

Telefon (03 51) 42 44 70 10, Telefax (03 51) 42 44 70 60

Druck

Schenkelberg Druck Weimar GmbH

Vertrieb

Elbtal Logistik GmbH, Dresden

Bezugsbedingungen

Der Seniorenkalender erscheint monatlich, jeweils in der letzten Ausgabe des Monats im Amtsblatt. Er liegt kostenlos mit dem Amtsblatt in den Rathäusern, Ortsämtern und Verwaltungsstellen der Stadt, in den Filialen der Ostsächsischen Sparkasse Dresden sowie in weiteren Dresdner Bürohäusern und Einrichtungen aus.

Jahresabonnement für das Amtsblatt über Postversand: 63,35 EUR inklusive Mehrwertsteuer, Versand und Porto.

Die Aufnahme eines Abonnements ist wöchentlich möglich bei anteiligem Abonnementpreis. Kündigungen müssen bis zum 15. November des Jahres bei scharfe media GmbH nach einem Mindestbezug von einem Jahr schriftlich eingegangen sein.

**Sicher und geborgen in
den eigenen 4 Wänden!**



Der Johanniter-Hausnotruf
Tel. kostenfrei: 0800 3233800
www.johanniter.de/dresden

**DIE
JOHANNITER**
Aus Liebe zum Leben

Raumdecor

LEUE GmbH

**Beratung · Verkauf
Verlegung/Montage**

- ◆ Parkett/Laminat
- ◆ Teppichböden
- ◆ Designbeläge
- ◆ Gardinen und Zubehör
- ◆ Farben/Tapeten
- ◆ Sonnenschutz innen & außen

Omsewitzer Ring 17 · 01169 Dresden
Telefon 0351 4129436
Warthaer Straße 25 · 01157 Dresden
Telefon 0351 4214092
www.raumdecor-leue.de

Mehr Sicherheit zuhause mit dem Malteser Hausnotruf

„Was mache ich, wenn mir zu Hause etwas zustößt und niemand da ist, um mir zu helfen?“ Eine Frage, die sich ältere und beeinträchtigte Menschen oft mit großer Sorge stellen.

Robert Golz, Hausnotrufverantwortlicher für Sachsen der Malteser, weist deshalb auf den Hausnotruf hin.

Der Hausnotruf bietet Hilfe rund um die Uhr. In einer Notlage genügt ein Knopfdruck und die Verbindung zur Hausnotrufzentrale wird automatisch hergestellt. Dort sind Tag und Nacht erfahrene Mitarbeiter im Einsatz, die die Notrufe entgegennehmen und sofort die notwendigen Hilfsmaßnahmen einleiten.

Jeder Kunde bekommt ein Hausnotrufgerät und einen wasserdichten Hilfefknopf in Form einer Halskette oder eines Armbandes. „Vielleicht kein Schmuckstück“, findet Robert Golz, „doch der Hilfefknopf schenkt die Gewissheit, sicher und selbstbestimmt in den eigenen vier Wänden zu leben. Das ist für viele ganz, ganz wichtig!“ Robert Golz hofft, dass ältere Menschen die technischen Hilfsmöglichkeiten im Alltag nutzen und sich informieren.

Aber nicht nur im Falle eines Unfalls kann der Hausnotruf das Extra an Sicherheit bieten. Auch Menschen mit chronischen Erkrankungen können sich



darüber zusätzlich absichern. Wer beispielsweise unter Asthma, Diabetes mellitus, Epilepsie, Herz-Kreislauf-Beschwerden oder Osteoporose leidet, kann mit Unterstützung des Hausnotrufs weiterhin unabhängig in den eigenen vier Wänden wohnen und sich trotzdem bei medizinischen Notfällen sicher fühlen.

Wer gerade aus dem Krankenhaus entlassen wurde, aber vielleicht noch nicht einhundertprozentig fit ist, kann mit dem Hausnotruf auch kurzfristig Hilfe und Sicherheit bekommen. „Leider kennen viele Menschen den Hausnotruf gar nicht“,



Robert Golz

bedauert Golz. „Das ist schade, denn für viele Situationen ist der Hausnotruf genau die richtige Unterstützung. Oft kann man sich dadurch das Leben leichter und gleichzeitig sicherer machen.“