



Seniorenbegegnungs- und Beratungszentren Gorbitz und Gompitz / Altfranken

Herzlich willkommen!



Monatsprogramm Oktober 2026



Herzlich Willkommen zu den Angeboten in Gorbitz und Gompitz / Altfranken!

Liebe Seniorinnen und Senioren,

Liebe Seniorinnen und Senioren,
herzlich willkommen! Der Oktober beginnt mit dem „Internationalen Tag der älteren Menschen“, den wir gebührend begehen wollen: am 1. Oktober findet im Sachsen Forum der beliebte Seniorentag mit einem bunten Programm statt (siehe Seite 3). In der zweiten Monathälfte lockt ein neues Bewegungsangebot (Seite 7) in die Seniorenbegegnung Gorbitz. Die westlichen Ortschaften laden am 07.10. zu einem Vortrag „Erbrecht und Testament ein (Seite 9). Und es geht auch ins Freie- diesmal wird der Ortsteil Mobschatz erkundet (Seite 10)

Auf den folgenden Seiten finden Sie alle Programmangebote- wir hoffen, es ist etwas für Sie dabei. Sprechen sie uns gern zu allen Fragen an- wenn sie Programmwünsche und Ideen haben oder Fragen zu bestehenden Angeboten und Preisen.

Wir freuen uns auf Sie!

Mit herzlichen Grüßen und bis bald verbleiben
Ihre Teams der Seniorenarbeit Gorbitz und Gompitz / Altfranken

Wir sind eine demenzfreundliche Einrichtung.

Bitte beachten Sie: bei allen Veranstaltungen außerhalb unserer Räume haftet jeder für sich selbst. Bei einer aktuellen Unwetterwarnung oder extremer Hitze fällt das jeweilige Angebot außerhalb unserer Räume immer aus.

Gern können Sie uns mit einer Spende unterstützen. Wenden Sie sich dazu an die Mitarbeitenden vor Ort oder überweisen Sie uns den Betrag auf das Vereinskonto mit dem Betreff: "Spende Seniorenbegegnung- und Beratung". Eine Spendenbescheinigung wird Ihnen ausgestellt.

Empfänger: Dresdner Pflege- und Betreuungsverein e.V.
IBAN: DE28 3006 0601 0004 5856 20 BIC: DAAEEDDDXXX
Kreditinstitut: Deutsche Apotheker- und Ärztebank
Betreff: Spende Seniorenbegegnung- und Beratung



Seniorentag im Sachsen Forum



Wir feiern
SENIORENTAG
*am Tag der
älteren Menschen*

- » Infomeile
- » Beratung
- » Seniorencafé
- » Vorträge
- » Aktionen
- » Live-Musik

01.10.26
10 - 15 Uhr



Dresden:
Dresdner Stadtverordnetenversammlung



Dresdner Pflege- und
Betreuungsverein e.V.



**SACHSEN
FORUM**

SACHSEN FORUM Dresden Gorbitz Merianplatz 3-4 01169 Dresden Telefon: 0351 41 64 000



/SachsenForum



www.sachsen-forum-dresden.de

Anfahrt mit den Straßenbahn-Linien 2 und 7

Änderungen im Programm vorbehalten! - Wenn nicht anders im Programm vermerkt, ist bei Vorlage des Dresden-Passes eine Ermäßigung von 50% möglich. Es ist möglich freiwillig mehr zu zahlen, um jemand anderem die Teilnahme zu ermöglichen.

Angebote Gorbitz vom 02.10. bis 07.10.2026

Freitag,
02.10.2026

10:30- 13:00 Uhr - Kochgruppe “Schnippeln und schnabbeln”

Gesamtkosten 2 € + Ihr Anteil der Kosten für die Zutaten. *Anmeldung bis 29.09.2026, 10:00 Uhr!*

Montag,
05.10.2026

10:00 - 12:00 Uhr - „Was bringt uns 2027?“

Ideen und Wünsche für das neue Programm der Seniorenbegegnung: Infos siehe Seite 7 -Kosten: 2 €

Dienstag,
06.10.2026

13:30 - 14:30 Uhr - Wir spielen gemeinsam die Spiele „Mensch ärgere dich nicht“ & „Malefiz“.

Bitte melden Sie sich bei uns an! - Kosten 2 €

15:00 - 16:30 Uhr - Wir spielen weiter!
gemütliche **Spieleunde** am Nachmittag
Kosten: 2 €

15:00 - 16:30 Uhr - “Wolle, plaudern & Kaffee”
gemütlicher Handarbeitstreff am Nachmittag
Kosten: 2 €

Mittwoch,
07.10.2026

09:00 - 12:00 Uhr - Digitale Sprechstunde

Einzeltermine sind für eine halbe oder ganze Stunde möglich. - Kosten: 1h 4 € / 0,5h 2 €

Bitte melden Sie sich bei uns an!

14:00-15:00 Uhr - Fit in den Herbst: Mit Yoga beweglich bleiben

Mit Anmeldung- weitere Infos siehe **Seite 7**

Änderungen im Programm vorbehalten! - Wenn nicht anders im Programm vermerkt, ist bei Vorlage des Dresden-Passes eine Ermäßigung von 50% möglich. Es ist möglich freiwillig mehr zu zahlen, um jemand anderem die Teilnahme zu ermöglichen.

Angebote Gorbitz vom 08.10. bis 16.10.2026

Donnerstag, 08.10.2026 **09:30 - 12:00 Uhr - offener Frühstückstreff**

Gesamtkosten: 6 € / erm. 5 €

Mit Anmeldung bis 06.10.2026, 10:00 Uhr!

10:00 - 15:00 Uhr - Abteilung Wanderlust: Dresdner Heide (ca. 9 km), Infos siehe Aushang: Treff H Platteleite oder in der Seniorenbegegnung möglich

Bitte melden Sie sich bei uns an! - Kosten 2 €

Freitag, 09.10.2026

10:30- 13:00 Uhr - Kochgruppe "Die Oldies"

Gesamtkosten 2 € + Ihr Anteil der Kosten für die Zutaten. *Für Teilnehmende: Anmeldung bis 05.10.2026, 10:00 Uhr!*

Montag, 12.10.2026

10:00 - 12:00 Uhr - „Start in die Woche“

Offener Treff für Seniorinnen und Senioren
Kosten: 2 €

Dienstag, 13.10.2026

13:30 - 14:30 Uhr - Wir spielen gemeinsam die Spiele „Mensch ärgere dich nicht“ & „Malefiz“.

Bitte melden Sie sich bei uns an! - Kosten 2 €

Mittwoch, 14.10.2026

10:00 - 12:00 Uhr - "Verbunden trotz Verlust"

Offener Gesprächskreis für Menschen in Trauer.
Manche Wege müssen wir selbst gehen – aber nicht allein. *Bitte melden Sie sich bei uns an! - Kosten 2 €*

14:00-15:00 Uhr - Fit in den Herbst: Mit Yoga beweglich bleiben

Mit Anmeldung- weitere Infos siehe **Seite 7**

Angebote Gorbitz vom 19.10. bis 23.10.2026

Montag,
19.10.2026

10:00 - 12:00 Uhr - „Start in die Woche“
Offener Treff für Seniorinnen und Senioren
Kosten: 2 €

Dienstag,
20.10.2026

13:30 - 14:30 Uhr - Wir spielen gemeinsam die Spiele
„Mensch ärgere dich nicht“ & „Malefiz“.
Bitte melden Sie sich bei uns an! - Kosten 2 €

15:00 - 16:30 Uhr - Wir spielen weiter!
gemütliche **Spieleunde** am Nachmittag
Kosten: 2 €

15:00 - 16:30 Uhr - **“Wolle, plaudern & Kaffee”**
gemütlicher Handarbeitstreff am Nachmittag
Kosten: 2 €

Mittwoch,
21.10.2026

09:00 - 12:00 Uhr - Digitale Sprechstunde
Einzeltermine sind für eine halbe oder ganze Stunde
möglich. - Kosten: 1h 4 € / 0,5h 2 €
Bitte melden Sie sich bei uns an!



Änderungen im Programm vorbehalten! - Wenn nicht anders im Programm vermerkt, ist bei Vorlage des Dresden-Passes eine Ermäßigung von 50% möglich. Es ist möglich freiwillig mehr zu zahlen, um jemand anderem die Teilnahme zu ermöglichen.

Was bringt uns 2027?

Ideen und Wünsche für das neue Programm der Seniorenbegegnung

Was bringt uns 2027 in der Seniorenbegegnung? Wir wollen all Ihre Ideen, Wünsche und Vorstellungen hören, welche Angebote gestaltet werden und stattfinden sollen.

Sie wissen es schon: wir können zwar nicht zaubern, versuchen aber vieles möglich zu machen.

Wir laden Sie herzlich ein, in einer gemütlichen Runde bei Kaffee und kleinen Leckereien mit zu überlegen, was uns das kommende Jahr alles bringen kann!



Wann: Montag 05.10.26, 10:00 Uhr bis 12:00 Uhr

Wo: Seniorenbegegnungsraum

Kosten: 2€ (ermäßigt 1€)

Fit in den Herbst 2026 Mit Yoga beweglich bleiben

Yoga ist eine Jahrtausende alte Tradition, welche ihren Ursprung im indischen Raum hat.

Unter fachlicher Anleitung verbindet dieses Angebot viele tolle Aspekte:

Yoga bietet Möglichkeiten, sich zu entspannen, Stress abzubauen, aber auch im Alter beweglich zu bleiben. Es soll helfen, Stürzen vorzubeugen und möglichst lange aktiv sein zu können.

Im fortlaufenden Kurs lernen Sie Schritt für Schritt einfache Bewegungen des Yoga kennen. Bei Übungen auf dem Boden, unterstützt Sie die Anleiterin mit praktischen Techniken, um auf den Boden zu gelangen und sicher wieder aufzustehen



Wo: Seniorenbegegnungs- und Beratungszentrum Gorbitz, Merianplatz 4

Wann: 8 x mittwochs, jeweils 14 - 15 Uhr, am

07.10.26 11.11.26

14.10.26 25.11.26

28.10.26 02.12.26

04.11.26 09.12.26

Kosten: zu Beginn des Kurses **einmalig 8 x 5€** - eine **Ermäßigung ist nicht möglich!**
Wir freuen uns über Ihre Unterstützung: Gern können Sie einen höheren Betrag zahlen, z.B. 8 x 10€.

Bitte melden Sie sich für den Kurs bis zum 05.10.26 bei uns an!

Angebote Gorbitz am 26.10. bis 30.10.2026

Montag,
26.10.2026

10:00 - 12:00 Uhr - „Start in die Woche“
Offener Treff für Seniorinnen und Senioren
Kosten: 2 €

Dienstag,
27.10.2026

10:00 - 11:30 Uhr - Sprachcafé - Englisch für den Alltag - Kosten: 2 € - *Bitte melden Sie sich bei uns an!*

13:30 - 14:30 Uhr - Wir spielen gemeinsam die Spiele „**Mensch ärgere dich nicht**“ & „**Malefiz**“.
Bitte melden Sie sich bei uns an! - Kosten 2 €

15:00 - 16:30 Uhr - Wir spielen weiter!
gemütliche **Spielerunde** am Nachmittag
Kosten: 2 €

15:00 - 16:30 Uhr - “Wolle, plaudern & Kaffee”
gemütlicher Handarbeitstreff am Nachmittag
Kosten: 2 €

Mittwoch,
28.10.2026

10:00 - 12:00 Uhr - "Verbunden trotz Verlust"
Offener Gesprächskreis für Menschen in Trauer.
Manche Wege müssen wir selbst gehen – aber nicht allein. *Bitte melden Sie sich bei uns an!* - Kosten 2 €

14:00-15:00 Uhr - Fit in den Herbst: Mit Yoga beweglich bleiben
Mit Anmeldung- weitere Infos siehe **Seite 7**

Donnerstag,
29.10.2026

10:00 - 11:30 Uhr - Angehörigengruppe
Austausch für pflegende Angehörige -
Diese Veranstaltung ist mit Anmeldung und kostenfrei!

Änderungen im Programm vorbehalten! - Wenn nicht anders im Programm vermerkt, ist bei Vorlage des Dresden-Passes eine Ermäßigung von 50% möglich. Es ist möglich freiwillig mehr zu zahlen, um jemand anderem die Teilnahme zu ermöglichen.



gefördert durch
die Landeshauptstadt
Dresden



Dresden.
DLGZQGJ

DPBV e.V.

**SENIORENARBEIT
GOMPITZ/ALTFRANKEN**

*Einladung zur
Informationsveranstaltung*

Erbrecht und Testament



Frau Patricia Goratsch, Fachanwältin für Erbrecht,
informiert Sie zum Thema Erbrecht und
Testamentsgestaltung.

Wann? **Mittwoch, 07.10. 2026 von 15:00 - 17:00 Uhr**

Wo? Ortschaftszentrum Altfranken
(Otto- Harzer-Straße 2b, 01156 Dresden)

Kosten? Die Veranstaltung ist kostenfrei.
Eine kleine Spende willkommen.

Bitte melden Sie sich unter **0351/4166090** oder
per E-Mail: **seniorenarbeit-west@dpbv-online.de** an.



Merianplatz 4 (Sachsenforum, Ebene 2), 01169 Dresden; Tel. (0351) 4166090
E-Mail: seniorenarbeit-west@dpbv-online.de



gefördert durch
die Landeshauptstadt



Dresden.
D.L.G.Z.Q.G.U.



Herzliche Einladung

Spaziergang durch Mobschatz

Freuen Sie sich auf einen geführten Spaziergang durch Mobschatz mit interessanten Einblicken in die Geschichte des Ortes. Im Anschluss lassen wir den Nachmittag bei Kaffee und Kuchen im Dorfklub Mobschatz gemütlich ausklingen.

Die Teilnahme mit einem Rollator ist möglich. Bitte geben Sie Bescheid, wenn Sie einen Fahrdienst benötigen.

Wann? Dienstag, den
20. Oktober 2026,
13:30 Uhr

Wo? Altmobschatz 14
(Dorfplatz),
01156 Dresden

Kosten? 5 € pro Person
(inkl. Kaffee &
Kuchen)

Bitte
melden Sie
sich bis zum
16.10. an!



Dresdner Pflege - und Betreuungsverein e.V.
Seniorenbegegnung und -beratung
Gompitz / Altfranken
Merianplatz 4 | 01169 Dresden
Tel.: 0351 41660-90
E-Mail: seniorenarbeit-west@dpbv-online.de

ASB-Regionalverband Dresden e.V.
Begegnungs- und Beratungszentrum
„Am Friedensstein“
Dresdner Str. 3 | 01156 Dresden
Tel.: 0351 45256328
E-Mail: friedensstein@asb-dresden.de

Hinweis: Die Teilnahme erfolgt auf eigene Verantwortung. Bei einer aktuellen Unwetterwarnung muss die Veranstaltung aus Sicherheitsgründen leider entfallen.

Angebote Oktober in Gompitz / Altfranken

Sprechzeit

“Alle Fragen rund ums Älterwerden”

Wo? Gemeindezentrum Gompitz
Altnossener Straße 46 A, 01156 Dresden

Wann? am 08./ 15./ 22. und 29. Oktober 2026
von 10:00 - 12:00 Uhr

Wo? Ortschaftszentrum Altfranken
Otto-Harzer-Straße 2 b, 01156 Dresden

Wann? am 07. Oktober 2026 von 10:00 - 12:00 Uhr

Vortrag “Erbrecht und Testament” (siehe Seite 9)

Mittwoch, 07.10.2026 von 15:00-17:00 Uhr / Ortschaftszentrum
Altfranken / die Veranstaltung ist kostenfrei / Spenden sind willkommen

Begegnungsangebote

Erzählcafé “Sagenhaftes aus dem Zschonergrund”

Dienstag, 20.10.2026 von 10:00 - 12:00 Uhr

Kosten: 3 € / Gemeindezentrum Gompitz

Ortserkundung in Mobschatz gemeinsam mit dem ASB

Dienstag, 20.10.2026, 13:30 Uhr (siehe Seite 10) Kosten: 5 €

“Spielenachmittage”

Donnerstag, 08.10. und 22.10.2026 von 13:30 bis 15:00 Uhr

Kosten: 3 € / Gemeindezentrum Gompitz

“Gemeinsam aktiv”

Dienstag, 13.10. von 10:00 Uhr bis 11:30 Uhr

Kosten: 3 € / Gemeindezentrum Gompitz

Ockerwitzer Runde “für Jung und Alt” Kosten 3 €

Montag, 19.10.2026 von 15:00 - 18:00 Uhr / Gemeindezentrum
Ockerwitz (Ockerwitzer Dorfstraße 1d, 01156 Dresden)

Für Sie vor Ort!

Seniorenbegegnungs- und Beratungszentrum Gorbitz

Merianplatz 4, 01169 Dresden

Öffnungszeiten: Montag - Freitag 09:00 - 16 Uhr

www.dpbv-online.de

Beratung und Informationen

für Senior*innen und Angehörige

Sprechzeiten

Montag	10.00 - 12.00 Uhr 15.00 - 17.00 Uhr
Dienstag	09.00 - 12.00 Uhr (russischsprachig) 10.00 - 12.00 Uhr (Sprechzeit für kurze Anliegen)
Mittwoch	10.00 - 12.00 Uhr
Freitag	10.00 - 12.00 Uhr

Kontakt Telefon: 0351 4166092
seniorenberatung@dpbv-online.de

Seniorenbegegnung

Kontakt Telefon: 0351 4166091
seniorenbegegnung@dpbv-online.de

Seniorenbegegnungs- und Beratungszentrum Gompitz / Altfranken

Beratungssprechzeiten für Sie vor Ort

in **Gompitz** jeden **Donnerstag von 10:00 - 12:00 Uhr** im
Gemeindezentrum Gompitz (Altnossener Straße 46 A, 01156
Dresden)

in **Altfranken** jeden **1. Mittwoch von 10:00 - 12:00 Uhr** im
Ortschaftszentrum Altfranken (Otto-Harzer-Straße 2 b, 01156
Dresden)

Kontakt:
Telefon: 0351 4166090
seniorenarbeit-west@dpbv-online.de
www.dpbv-online.de

*Die Beratungen sind kostenfrei, vertraulich und werden auf Wunsch auch im
Hausbesuch durchgeführt*