

# **Veranstaltungen und Angebote der Begegnungsstätte des ABZ, April, Mai und Juni 2025**

## **Aktuelles**

**Liebe Gäste des ABZ,**

in diesem Heft finden Sie viele verschiedene Veranstaltungen.  
Sicher ist auch für Sie etwas dabei.

Die Veranstaltungen finden im **ABZ, Albertstraße 29**, statt.  
Bei Ausflügen und Veranstaltungen außerhalb sind die Treffpunkte mit  
angegeben.

Wenn Sie für eine Veranstaltung besondere Unterstützung brauchen  
oder besondere Bedürfnisse haben, dann können Sie sich gern  
an uns wenden.

Sie erreichen uns für Fragen und Anmeldungen unter:

**Telefon: 0351 - 810 38 517**

**E-Mail: [abz.begegnung@diakonie-dresden.de](mailto:abz.begegnung@diakonie-dresden.de)**

oder persönlich bei uns im Café oder Büro.

**Café AB und Zu das inklusive Café**

**Geöffnet für alle:**

**Mo, Di, Mi**

**14:00 - 16:00 Uhr**

## **Kurse und Veranstaltungen**

Die meisten Kurse und Veranstaltungen für das 2. Quartal 2025 finden im ABZ, Albertstraße 29, 01097 Dresden statt.

### **Gesunde Ernährung**

Mittwoch

23.4. / 14.5. / 18.6.

Zeit 16:00 Uhr

mit Alex Winkelmann

Kosten 3 – 5 €

Wir kochen gemeinsam leckere und einfache Gerichte. Alle können gemeinsam entscheiden, was gekocht wird. Wir lernen dabei viel über gesunde Ernährung. Aber wir wollen auch eine schöne Zeit zusammen haben. Danach wird gemeinsam gegessen.

**Anmeldung erforderlich**

### **Kerzen gestalten**

Donnerstag

3.4. / 17.4. / 8.5. / 22.5. / 19.6.

Zeit 16:30 Uhr

mit Leonie Turba

Kosten je Termin 2 € für das Material

Gestalte deine eigene Kerze! Ob für dich selbst oder als Geschenk – deiner Kreativität sind keine Grenzen gesetzt.

**Anmeldung erforderlich**

### **Kreativ-Kurs**

Montag

28.4. / 19.5. / 16.6. / 23.6.

Zeit 17:30 bis 19 Uhr

mit Elisa Mattheus

Kosten 25 € (für 4 Veranstaltungen)

Es wird mit Papier, Farbe, Schere, Leim und anderen Dingen gebastelt. Diese Dinge kann man mit nach Hause nehmen.

**Anmeldung erforderlich**

## **Lesen und Schreiben**

### **Übungs-Kurs**

Montag

14.4. / 28.4. / 12.5. / 26.5. / 16.6. / 30.6.

Zeit 10 bis 11.15 Uhr

mit Ute Gilles

Wir üben Lesen, Schreiben und Rechnen.

Jede:r übt in seinem Tempo.

**Anmeldung erforderlich**

## **Stadt-Teil-Entdecker - schöne Orte, spannende Geschichten**

Dienstag

15.4. Neustädter Elbufer – vom Japanischen Palais zur Carolabrücke

20.5. rund um die Frauenkirche

17.6. von der Synagoge zum Stadtmuseum

Zeit 16:00 Uhr

mit Dietmar Horn und Ute Gilles

Wer kennt die Stadt Dresden bis in jede Ecke? Der Stadt-Teil-Entdecker ist eine Stadtführung der besonderen Art. Herr Horn zeigt bei jeder Führung ein paar kleine und versteckte Teile von Dresden. Erfahren Sie mehr über die nicht so bekannte Geschichte der Stadt.

**Anmeldung erforderlich**

## **Malen macht Spaß**

Mittwoch

2.4. / 16.4. / 4.6. / 11.6.

Zeit 16:30 Uhr

mit Thomas Schwalbe

Jeder Mensch kann malen. Mit Farben, Stiften und Pinseln kann man seine Gefühle auf Papier bringen. Wir malen und zeichnen zusammen und haben Freude dabei.

**Anmeldung erforderlich**

## **Medien-Café - Vortrag und Beratung mit Fachleuten**

Mittwoch

30.4. Unterhaltungsangebote mit dem Handy

21.5. „Ich weiß was, was Du nicht weißt“ – Suchen im Internet

25.6. 14:00 Uhr Besuch MDR-Studio, danach Gespräch im ABZ

Zeit 16:00 Uhr

mit Anne Hilliger und Sebastian Knappe vom Medien-Kultur-Zentrum

In diesem Kurs kann man mehr über die Benutzung von Handy, Computer und Internet lernen. Die Kursleiter:innen beantworten persönliche Fragen und helfen vor Ort am Handy oder Laptop.

**Anmeldung erforderlich**

## **Regelmäßige Veranstaltungen**

### **Anstoß ABZ – Dynamo-Fangruppe**

Freitag

4.4. / 2.5. / 6.6.

Zeit 16:00 Uhr

mit Alex Winkelmann und René Räder

Wir sprechen über Dynamo Dresden und andere Mannschaften und Sportarten. Manchmal gehen wir gemeinsam ins Stadion.

Auch darüber wird in der Gruppe gesprochen. Alle sind willkommen und können auch ohne Anmeldung teilnehmen.

**Ohne Anmeldung**

### **Eltern-Café**

Für Eltern erwachsener Kinder mit Behinderung.

Freitag

29.4. / 16.5. / 13.6.

Zeit 10 bis 12 Uhr

mit Cathleen Potthoff und Ute Gilles

Wir wollen ins Gespräch kommen, Erfahrungen austauschen, aktuelle Informationen erhalten.

**Anmeldung erforderlich**

### **Frühstück im ABZ**

Dienstag

Wir frühstücken gemütlich zusammen.

Wir unterhalten uns über interessante Themen:

29.4. Frühlingsgefühle

27.5. Frei sein

24.6. Kraftquellen

Zeit 10:00 Uhr

Kosten 3 €

mit Ute Gilles

**Anmeldung erforderlich**

### **Gott und die Welt - Kaffee trinken und Andacht**

Mittwoch

**9.4. / 14.5. / 11.6.**

Zeit 14:30 bis 15:30 Uhr

mit Pfarrer Börnert

Wir reden und singen gemeinsam. Wir hören von Gottes Wort und was es mit uns zu tun hat. Wir erleben gemeinsam die Feste im Kirchenjahr. Am 9.4. findet die Veranstaltung außerhalb statt.

Wir besuchen 15 Uhr einen Auftritt der Theatergruppe „Königskinder“ im Gemeindezentrum Herz-Jesu, Borsbergstraße 13.

**Anmeldung erforderlich**

### **„Ich bin dabei!“ - Demokra-Tisch**

Dienstag

Der Stammtisch für Selbstvertretung und Teilhabe. Wir wollen über Politik sprechen. Die Gruppe entscheidet welche Themen wichtig sind. Alle sind willkommen und können sich einbringen.

22.4. Woche der Inklusion – wir wollen Forderungen sammeln für die Protestwoche (10. Mai)

20.5. neue Regierung – was ändert sich für Menschen mit Behinderung?

24.6. Zeitungsschau – wir lesen barrierefreie Artikel und schauen aktuelle Beiträge bei Youtube zu Themen, die uns interessieren

Zeit 16:00 Uhr

mit Alex Winkelmann

**Anmeldung erforderlich**

## **Stammtisch „Leben hier bin ich!“**

Gemeinsam sprechen wir über Themen aus unserem Leben.

Dienstag

8.4. Barrierefreiheit für alle!

13.5. Inklusion – Wie geht das?

3.6. Gespräche führen – mit Leichtigkeit und Freude

Zeit 16:00 bis 17:30 Uhr

mit Ute Gilles

**Anmeldung erforderlich**

## **Besondere Veranstaltungen**

### **April**

#### **Finissage der Bilder-Ausstellung**

Die Künstlerin Waltraud Heischkel stellt seit Januar 2025 ihre Bilder im ABZ aus. Nun wird sie selbst da sein und etwas über ihre Bilder und ihre Art zu Malen und zu Zeichnen erzählen. Es gibt auch ein wenig Kultur, Musik und ein paar Getränke.

Dienstag

1.4.

Zeit 15:00 Uhr

**Anmeldung erforderlich**

#### **Singe-Zeit**

Gemeinsames Singen macht Freude!

Wir singen zusammen Frühlingslieder und Volkslieder.

Dienstag

29.4.

Zeit 17:00 Uhr

**Anmeldung erforderlich**

## **Mai**

### **1.5. - 10.5. „Zeit für Möglichkeiten“ –**

#### **Woche der Inklusion**

In der Woche geht es um die Rechte von Menschen mit Behinderung.

Es gibt verschiedene Veranstaltungen zum Thema Inklusion und Selbstbestimmung.

Verschiedene Vereine aus Dresden stellen ihre Ideen vor.

Weitere Informationen zum Programm gibt es unter

**[www.dresden.de/de/leben/gesellschaft/behinderung/aktuelles/woche-der-inklusion.php](http://www.dresden.de/de/leben/gesellschaft/behinderung/aktuelles/woche-der-inklusion.php)**

#### **verschiedene Orte in Dresden**

**Datum:** Donnerstag, 1.5. - Samstag, 10.5.

**Anmeldung erforderlich**

### **5.5. Parade für die Rechte von Menschen mit Behinderungen**

**Ort** Protestroute /Jorge-Gomondai-Platz

**Zeit** ab 15:00 Uhr

**Datum** Montag, 5.5.

Am 5.5. ist in ganz Europa ein Protesttag. Für die Gleichstellung von Menschen mit Behinderung. Auch in Dresden gibt es eine Demonstration. Danach gibt es eine Veranstaltung auf dem

Jorge-Gomondai-Platz. Bei dem Bühnenprogramm gibt es Reden und Kultur. Wer sich ausruhen möchte, kann ins ABZ kommen.

Das Café AB und Zu hat geöffnet und man kann auf die Toilette gehen.

**Anmeldung erforderlich**

### **6.5. Workshop „Frau Sein – Selbstbestimmt“**

**Zeit:** 16:30 - 19:00 Uhr

**Datum:** Dienstag, 6.5.

**Leitung:** Yaëlle Dorison

Im Workshop wollen wir über das Frau-Sein sprechen.

Wir fragen uns: Was bedeutet „Weiblichkeit“?

Wir fragen uns: Was bedeutet es für uns, eine Frau zu sein?

Im Workshop sind wir kreativ. Wir tanzen. Wir malen.

Wir sprechen miteinander bei einem gemeinsamen Abendessen.

**Anmeldung erforderlich**

### **15.5. Wandern in der Natur – Erlebnisausflug in die Dresdner Heide**

**Zeit:** 9:00 - 14:00 Uhr

**Datum:** Donnerstag, 15.5.

**Leitung:** Thomas Schwalbe

Wir wollen uns gemeinsam an der frischen Luft in der Natur bewegen.

Auf spielerische Art können wir miteinander die Natur entdecken.

Freuen Sie sich auf ein paar Stunden in der Natur. Erleben Sie

die Geräusche und die Düfte der Natur. **Bitte selbst mitbringen:**

Essen und Getränke, Sitzunterlage. **Strecke:** ca. 3 Kilometer

**Anmeldung erforderlich**

### **17.5. Wandern mit dem ABZ**

**Zeit:** 10:00 - 16:00 Uhr

**Datum:** Samstag, 17.5.

**Ort:** Treff am Bhf. Neustadt vor dem Blumenladen

**Leitung:** Alex Winkelmann

Wir gehen gemeinsam wandern. Wir besprechen gemeinsam,  
wo wir beim nächsten Mal hingehen.

Strecke: 5 Kilometer (ungefähr 3-4 Stunden Laufzeit)

Meistens gehen wir einen Kuchen essen und trinken einen Kaffee.

Dafür gerne etwas Geld mitnehmen. **Ziel:** Zschonergrund

**Anmeldung erforderlich**

### **22.5. Lese-Bühne im ABZ**

**Zeit:** 18:00 Uhr

**Datum:** Donnerstag, 22.5.

Jeder kann für andere seine eigenen Gedichte oder Geschichten  
vortragen oder aus einem Lieblings-Buch vorlesen.

Ein:e Unterstützer:in oder ein Vorlesegerät kann mitgebracht werden.

Man kann aber auch nur zuhören und etwas trinken.

**Anmeldung erforderlich**

## **Juni**

### **2.6. Hörspiel-Abend unter freiem Himmel**

**Zeit:** 17:00 Uhr

**Datum:** Montag, 2.6.

**Ort:** bitte im ABZ erfragen

An einem lauen Sommerabend wollen wir gemeinsam ein spannendes Hörspiel erleben.

Danach können wir uns darüber unterhalten.

Bitte eventuell eine Decke oder Kissen mitbringen.

**Anmeldung erforderlich**

### **12.6. Wandern im Wald**

**Zeit:** 9:00 – 14:00 Uhr

**Datum:** Donnerstag, 12.6.

**Leitung:** Thomas Schwalbe

Wir wollen uns gemeinsam an der frischen Luft in der Natur bewegen.

Auf spielerische Art können wir miteinander die Natur entdecken.

Freuen Sie sich auf ein paar Stunden in der Natur.

Erleben Sie die Geräusche und die Düfte der Natur.

**Bitte selbst mitbringen:** Essen und Getränke, Sitzunterlage

**Strecke:** ca. 4 Kilometer

**Anmeldung erforderlich**

### **28.6. Kultur-Samstag im ABZ**

**Zeit:** 10:00 - 16:00 Uhr

**Datum:** Samstag, 28.6.

**Leitung:** Thomas Schwalbe

**Kosten:** 3 € für Essen

An diesem Tag wollen wir gemeinsam eine große Figur/Skulptur bauen.

Wir arbeiten mit verschiedenen Materialien (Holz, Pappe, Papier, Farben, Strick, Draht...).

Rundherum gibt es auch Geschichten und Musik und etwas zum Essen.

**Anmeldung erforderlich**

## **Begleit-Assistenz**

Sie können sich zu unseren Kursen und Veranstaltungen begleiten lassen.  
Sie werden daheim abgeholt und wieder nach Hause gebracht.

Kosten: 1 Stunde 3,00 €

**Anmeldung mindestens 3 Tage vorher**

**unter 0351 – 895 14 612**