



„Am Besten Zusammen“
April, Mai & Juni 2026

PROGRAMM



Diakonie

Dresden

Anmeldung

Bitte melden Sie sich zu den Veranstaltungen vorher an.

Telefon: 0351 - 810 38 517

E-Mail: abz.begegnung@diakonie-dresden.de

oder in diesem Formular ankreuzen:

- | | |
|--|---|
| <input type="checkbox"/> Basteln und Gestalten | <input type="checkbox"/> Frühstück im ABZ |
| <input type="checkbox"/> Gesunde Ernährung | <input type="checkbox"/> Gott und die Welt |
| <input type="checkbox"/> Kreativ sein | <input type="checkbox"/> „Ich bin dabei!“ Demokra-Tisch |
| <input type="checkbox"/> Lesen und Schreiben | <input type="checkbox"/> Irgendwas mit Pflanzen |
| <input type="checkbox"/> Malen macht Spaß | <input type="checkbox"/> Stammtisch „Leben hier bin ich!“ |
| <input type="checkbox"/> Medien-Café | <input type="checkbox"/> Lese-Bühne im ABZ |
| <input type="checkbox"/> Stadt-Teil-Entdecker | <input type="checkbox"/> Wandern mit dem ABZ |
| <input type="checkbox"/> Tanzen inklusive | <input type="checkbox"/> Kino-Abend |
| <input type="checkbox"/> Yoga für alle | <input type="checkbox"/> Singe-Zeit |
| <input type="checkbox"/> ABZ Themen-Nachmittag | <input type="checkbox"/> Wald erleben |
| <input type="checkbox"/> Anstoß ABZ | <input type="checkbox"/> Farbwerk Disko |
| <input type="checkbox"/> Frauen-Gruppe | <input type="checkbox"/> Inklusives Kultur-Festival |

Hiermit erkläre ich mich einverstanden, dass meine Daten für die Anmeldung von der Diakonie Dresden gespeichert werden.

Name.....

Vorname.....

Adresse

.....

Telefon.....

E-Mail.....

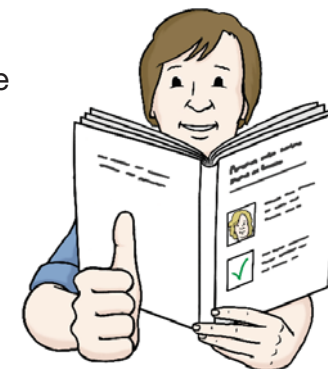
ABZ Begegnung, Albertstraße 29, 01097 Dresden

April, Mai & Juni 2026 – Aktuelles

Liebe Gäste des ABZ,

in diesem Heft finden Sie viele verschiedene Veranstaltungen für das Frühjahr des Jahres 2026.

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:

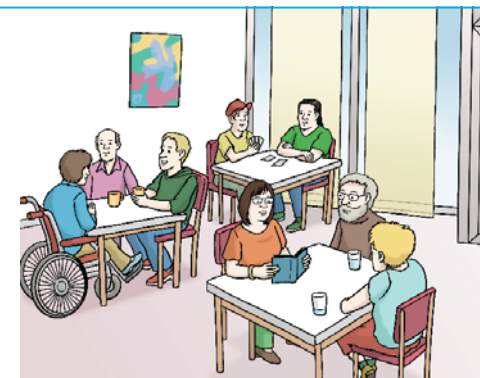
Telefon: 0351 - 810 38 517

E-Mail: abz.begegnung@diakonie-dresden.de

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**



„Am Besten Zusammen“

Besuchen Sie unsere Begegnungsstätte im ABZ!



Ute Gilles-Keul
Hauptamtliche
Mitarbeiterin



Thomas Schwalbe
Hauptamtlicher
Mitarbeiter



Alex Winkelmann
Hauptamtlicher
Mitarbeiter

Begleit-Assistenz

Brauchen Sie jemanden, der Sie von Zuhause zu unseren Veranstaltungen und zurückbegleitet? Nutzen Sie unsere Begleit-Assistenz.

Kosten: 1 Stunde 3 €

Anmeldung mindestens 3 Tage vorher unter 0351 – 895 14 612







Das Bild auf der Titelseite ist von Dr. Wolfdieter Hünig. Es heißt „Lilienstein (von Weißig)“ aus dem Jahr 1958. Noch mehr Bilder gibt es zur Zeit im Foyer des ABZ. Herr Hünig hat im März 90. Geburtstag. **Am 28.4. um 15 Uhr** ist die Finissage der Bilder-Ausstellung.

Kurse und Bildungs-Veranstaltungen

Basteln und Gestalten · einfach

ANMELDUNG
NOTWENDIG

Wir basteln mit verschiedenen Materialien. Jeder kann mitmachen.

Zeit		16:30 Uhr
Datum		Dienstag, 7.4./5.5./2.6.
Leitung		Ute Gilles-Keul
Kosten		3 € für Material je Veranstaltung



Gesunde Ernährung

ANMELDUNG
NOTWENDIG

Wir kochen leckere und einfache Gerichte. Wir lernen dabei etwas über gesunde Ernährung. Danach wird gemeinsam gegessen.

Zeit		16:30 Uhr
Datum		Mittwoch, 1.4./6.5./3.6.
Leitung		Alex Winkelmann
Kosten		3 - 5 €



Kurse und Bildungs-Veranstaltungen

Kreativ sein · für Fortgeschrittene

ANMELDUNG
NOTWENDIG

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

April Papierschöpfen aus altem Papier

Mai Töpfern: aus Ton etwas entstehen lassen

Juni Übertöpfe neu gestalten




Zeit		17:00 Uhr
Datum		Montag, 13.4./4.5./8.6.
Leitung		Elisa Mattheus
Kosten		28 € (für 3 Veranstaltungen)

Lesen und Schreiben · Übungsgruppe

ANMELDUNG
NOTWENDIG

Wir üben Lesen, Schreiben und Rechnen.
Jeder übt in seinem Tempo.



Zeit		10:00 Uhr
Datum		Freitag, 10.4./24.4. 15.5./29.5./19.6./3.7.
Leitung		Ute Gilles-Keul

Kurse und Bildungs-Veranstaltungen

Lesen und Schreiben · für Fortgeschrittene

ANMELDUNG
NOTWENDIG

Wir üben hier Rechtschreibung und Grammatik.
Jeder bringt seine Lern-Wünsche mit.



Zeit		9:00 Uhr
Datum		Freitag, 10.4./24.4. 15.5./29.5./19.6./3.7.
Leitung		Ute Gilles-Keul

Malen macht Spaß

ANMELDUNG
NOTWENDIG

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.



Zeit		16:00 Uhr
Datum		Donnerstag, 2.4./23.4. 28.5./4.6./11.6./18.6.
Leitung		Thomas Schwalbe

Kurse und Bildungs-Veranstaltungen

Medien-Café

ANMELDUNG
NOTWENDIG




In diesem Kurs kann man mehr über die Benutzung von Handy, Computer und Internet lernen.

In jedem Monat gibt es ein bestimmtes Thema.

April Übersetzen mit dem Smartphone

Mai 14:00 Uhr Besuch im Haus der Presse

Juni Navigation mit dem Smartphone

Zeit		16:00 Uhr
Datum		Mittwoch, 29.4./27.5./24.6.
Leitung		Sebastian Knappe vom Medien-Kultur-Zentrum



Stadt-Teil-Entdecker

ANMELDUNG
NOTWENDIG

Wer kennt die Stadt Dresden bis in jede Ecke?
Der Stadt-Teil-Entdecker ist eine Stadtführung der besonderen Art.
Erfahren Sie mehr über die nicht so bekannte Geschichte der Stadt.

April rund um den Albertplatz

Mai rund um den Pirnaischen Platz

Juni Königsufer am Wasser entlang

Zeit		16:30 Uhr
Datum		Dienstag, 21.4./19.5./16.6.
Leitung		Dietmar Horn und Ute Gilles-Keul





Kurse und Bildungs-Veranstaltungen

Tanzen inklusive · Jeder kann tanzen

ANMELDUNG
NOTWENDIG

Sie haben Lust zu tanzen?

Im Tanzkurs können sie sich mit Spaß bewegen.

Zeit		16:30 Uhr
Datum		Montag, 11.5./18.5. 1.6./15.6./22.6./29.6.
Leitung		Lucia Pech






Yoga für alle · Achtsamkeit in der Natur

ANMELDUNG
NOTWENDIG

In diesem Kurs gehen wir raus in die Natur.

Wir bewegen uns an der frischen Luft und erleben dabei die Natur.

Zeit		16:30 Uhr
Datum		Dienstag, 26.5./30.6.
Leitung		Thomas Schwalbe



Regelmäßige Veranstaltungen

ABZ Themen-Nachmittag



ANMELDUNG
NOTWENDIG

Wir treffen uns im Café und sprechen über ein bestimmtes Thema. Das kann ein Tipp für den Alltag sein, aber auch ein Thema, das die Menschen in Dresden beschäftigt.

April die Deutsche Bahn

Mai umsonst und draußen – Dresdens Ausflugsziele im Frühling

Juni Hitze in der Großstadt – was können wir dagegen machen?




Zeit		15:00 Uhr
Datum		Mittwoch, 22.4./20.5./24.6.



Anstoß ABZ · Dynamo-Fangruppe

ANMELDUNG
NOTWENDIG

In dieser Gruppe sprechen wir über Dynamo Dresden. Wir sprechen auch über andere Mannschaften und Sportarten. Manchmal gehen wir gemeinsam ins Stadion. Auch darüber wird in der Gruppe gesprochen.

Zeit		16:00 Uhr
Datum		Wochenende 4.4./5.4. Freitag, 8.5./5.6.
Leitung		Alex Winkelmann und René Räder



Regelmäßige Veranstaltungen

Frauen-Gruppe

ANMELDUNG
NOTWENDIG

Wir wollen über das Frau-sein sprechen. Wir reden über Weiblichkeit und unsere Stärken.

April Meine Gesundheit ist wichtig!

Mai Ich bin schön!

Juni Ich schaffe das!

Zeit		16:00 Uhr
Datum		Freitag, 17.4./15.5./26.6.
Leitung		Ute Gilles-Keul



Frühstück im ABZ

ANMELDUNG
NOTWENDIG

Wir frühstücken gemütlich zusammen. Wir unterhalten uns über interessante Themen:

Mai Alles neu macht der Mai?

Juni kurze Nächte – lange Tage

Zeit		10:00 Uhr
Datum		Dienstag, 26.5./23.6.
Leitung		Ute Gilles-Keul
Kosten		3 €






Regelmäßige Veranstaltungen

Gott und die Welt

ANMELDUNG
NOTWENDIG

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.

Zeit		14:30 Uhr
Datum		Mittwoch, 8.4./13.5./10.6.
Leitung		Thomas Schwalbe und Ute Gilles-Keul



.....

„Ich bin dabei!“ · Demokra-Tisch

ANMELDUNG
NOTWENDIG

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.

- April** Vorbereitung für den 5. Mai – Protesttag für die Gleichstellung von Menschen mit Behinderung
- Mai** Arbeit und Freizeit – gerecht verteilt?
- Juni** Künstliche Intelligenz – Wieso ist das politisch?

Zeit		16:30 Uhr
Datum		Mittwoch, 15.4./20.5./17.6.
Leitung		Alex Winkelmann




Regelmäßige Veranstaltungen

Irgendwas mit Pflanzen

ANMELDUNG
NOTWENDIG

Wir machen praktische Dinge mit Pflanzen.

- März** Frühlingsgestecke
- Mai** Kräutertöpfe
- Juni** Leckeres vom Balkon/Fensterbrett

Zeit		16:30 Uhr	
Datum		Dienstag, 31.3./26.5./23.6.	
Leitung		Ute Gilles-Keul	
Kosten		4 € pro Veranstaltung	

NEU

.....

Stammtisch „Leben hier bin ich!“

ANMELDUNG
NOTWENDIG

Gemeinsam sprechen wir über Themen aus unserem Leben.

- April** Glück und Zufriedenheit im Alltag
- Mai** Behinderung – Was ist das? Erfahrungen und Beispiele
- Juni** Medizin – barrierefrei?

Zeit		16:30 Uhr
Datum		Dienstag, 14.4./12.5./9.6.
Leitung		Ute Gilles-Keul



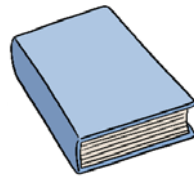
Besondere Veranstaltungen

20.4. Lese-Bühne im ABZ

Jeder kann für andere seine eigenen Gedichte oder Geschichten vortragen oder aus einem Lieblings-Buch vorlesen. Ein Unterstützer oder Vorleser kann mitgebracht werden. Man kann aber auch nur zuhören und etwas trinken.

ANMELDUNG
NOTWENDIG

Zeit  17:00 Uhr
Datum  Montag, 20.4.



25.4. Wandern mit dem ABZ

Wir gehen gemeinsam wandern. Ziele sind kurze Strecken in der Natur. Meistens gehen wir einen Kuchen essen und trinken einen Kaffee. Dafür etwas Geld mitbringen.

Ziel: durch das Gauernitzbachtal zum Schloss Gauernitz

Strecke: 4 - 5 Kilometer

ANMELDUNG
NOTWENDIG

Zeit  10:00 - 16:00 Uhr
Ort  Treff am Bhf. Neustadt vor dem Blumenladen
Datum  Freitag, 25.4.

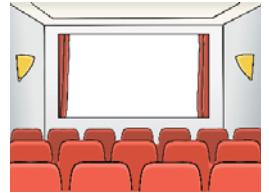


Besondere Veranstaltungen

27.4. Kino-Abend

... mit einem Überraschungsfilm.



Zeit  16:30 Uhr
Datum  Montag, 27.4.



ANMELDUNG
NOTWENDIG

13.5. Singe-Zeit

Gemeinsames Singen macht Freude!
Wir singen zusammen Sommerlieder und Volkslieder.

Zeit  16:30 Uhr
Datum  Mittwoch, 13.5.




ANMELDUNG
NOTWENDIG

11.6. Wald erleben

Wir wollen uns an einem Frühlingstag gemeinsam an der frischen Luft im Wald bewegen. Auf spielerische Art können wir miteinander die Natur entdecken. Freuen Sie sich auf ein paar Stunden im Wald. Erleben Sie die Geräusche und die Düfte der Natur.

Bitte selbst mitbringen: Essen und Getränke, Sitzunterlage.

Zeit  10:00 - 14:00 Uhr
Datum  Donnerstag, 11.6.
Leitung  Thomas Schwalbe



ANMELDUNG
NOTWENDIG

Besondere Veranstaltungen auswärts

30.4. Farbwerk Disko „Tanz wie du willst“

ANMELDUNG
NOTWENDIG

Der Verein Farbwerk veranstaltet einmal im Monat eine Disko im Zentralwerk. Wir machen im April einen gemeinsamen Ausflug zur **Farbwerk Disko**.

Zeit	 17:00 Uhr
Ort	 Zentralwerk, Treff am ABZ
Datum	 Donnerstag, 30.4.
Kosten	 3 €



1.5. - 10.5. Woche der Inklusion

ANMELDUNG
NOTWENDIG

Rund um den Europäischen Protesttag zur Gleichstellung von Menschen mit Behinderungen am 5. Mai gibt es die Woche der Inklusion vom 1. - 10. Mai 2026.

Am 9. Mai gibt es eine besondere Veranstaltung, zu der wir gemeinsam gehen können.



InklUBEAT – Inklusives Kultur-Festival

15 bis 18 Uhr Kulturbeiträge auf der Bühne,
Familienprogramm, Bastelangebote

18 bis 20 Uhr Bands

ab 20 Uhr Disko

Treff: 15 Uhr, St.-Pauli-Ruine, Hechtstraße 32, 01097 Dresden

Veranstaltungsplan April

Mi	1.4.	Gesunde Ernährung	16:30 Uhr
Do	2.4.	Theatergruppe Königskinder	14:30 Uhr
Do	2.4.	Malen macht Spaß	16:00 Uhr
Di	7.4.	Basteln und Gestalten einfach	16:30 Uhr
Mi	8.4.	Gott und die Welt	14:30 Uhr
Fr	10.4.	Lesen und Schreiben Fortgeschrittene	9:00 Uhr
Fr	10.4.	Lesen und Schreiben Übungsgruppe	10:00 Uhr
Mo	13.4.	Kreativ sein Fortgeschrittene	17:00 Uhr
Di	14.4.	Stammtisch „Leben hier bin ich!“	16:30 Uhr
Mi	15.4.	„Ich bin dabei!“ Demokra-Tisch	16:30 Uhr
Fr	17.4.	Frauen-Gruppe	16:00 Uhr
Mo	20.4.	Lese-Bühne im ABZ	17:00 Uhr
Di	21.4.	Stadt-Teil-Entdecker	16:30 Uhr
Mi	22.4.	ABZ Themennachmittag	15:00 Uhr
Do	23.4.	Malen macht Spaß	16:00 Uhr
Fr	24.4.	Lesen und Schreiben Fortgeschrittene	9:00 Uhr
Fr	24.4.	Lesen und Schreiben Übungsgruppe	10:00 Uhr
Sa	25.4.	Wandern mit dem ABZ	10:00 Uhr
Mo	27.4.	Kino-Abend	16:30 Uhr
Di	28.4.	Feier der Bilder-Ausstellung	15:00 Uhr
Mi	29.4.	Medien-Café	16:00 Uhr
Do	30.4.	Theatergruppe Königskinder	14:30 Uhr
Do	30.4.	Farbwerk Disko „Tanz wie du willst“	17:00 Uhr

Veranstaltungsplan Mai

Mo 4.5.	Kreativ sein Fortgeschrittene	17:00 Uhr
Di 5.5.	Basteln und Gestalten einfach	16:30 Uhr
Mi 6.5.	Gesunde Ernährung	16:30 Uhr
Fr 8.5.	Anstoß ABZ Dynamo-Fangruppe	16:00 Uhr
Sa 9.5.	Inklusives Kultur-Festival	15:00 Uhr
Mo 11.5.	Tanzen inklusive Jeder kann tanzen	16:30 Uhr
Di 12.5.	Stammtisch „Leben hier bin ich!“	16:30 Uhr
Mi 13.5.	Gott und die Welt	14:30 Uhr
Mi 13.5.	Singe-Zeit	16:30 Uhr
Fr 15.5.	Lesen und Schreiben Fortgeschrittene	9:00 Uhr
Fr 15.5.	Lesen und Schreiben Übungsgruppe	10:00 Uhr
Fr 15.5.	Frauen-Gruppe	16:00 Uhr
Mo 18.5.	Tanzen inklusive Jeder kann tanzen	16:30 Uhr
Di 19.5.	Stadt-Teil-Entdecker	16:30 Uhr
Mi 20.5.	ABZ Themennachmittag	15:00 Uhr
Mi 20.5.	„Ich bin dabei!“ Demokra-Tisch	16:30 Uhr
Di 26.5.	Frühstück im ABZ	10:00 Uhr
Di 26.5.	Yoga für alle Achtsamkeit in der Natur	16:30 Uhr
Di 26.5.	Irgendwas mit Pflanzen	16:30 Uhr
Mi 27.5.	Medien-Café – Haus der Presse	14:00 Uhr
Do 28.5.	Theatergruppe Königskinder	14:30 Uhr
Do 28.5.	Malen macht Spaß	16:00 Uhr
Fr 29.5.	Lesen und Schreiben Fortgeschrittene	9:00 Uhr
Fr 29.5.	Lesen und Schreiben Übungsgruppe	10:00 Uhr

Veranstaltungsplan Juni

Mo 1.6.	Tanzen inklusive Jeder kann tanzen	16:30 Uhr
Di 2.6.	Basteln und Gestalten einfach	16:30 Uhr
Mi 3.6.	Gesunde Ernährung	16:30 Uhr
Do 4.6.	Theatergruppe Königskinder	14:30 Uhr
Do 4.6.	Malen macht Spaß	16:00 Uhr
Fr 5.6.	Anstoß ABZ Dynamo-Fangruppe	16:00 Uhr
Mo 8.6.	Kreativ sein Fortgeschrittene	17:00 Uhr
Di 9.6.	Stammtisch „Leben hier bin ich!“	16:30 Uhr
Mi 10.6.	Gott und die Welt	14:30 Uhr
Do 11.6.	Wald erleben	10:00 Uhr
Do 11.6.	Malen macht Spaß	16:00 Uhr
Mo 15.6.	Tanzen inklusive Jeder kann tanzen	16:30 Uhr
Di 16.6.	Stadt-Teil-Entdecker	16:30 Uhr
Mi 17.6.	„Ich bin dabei!“ Demokra-Tisch	16:30 Uhr
Do 18.6.	Theatergruppe Königskinder	14:30 Uhr
Do 18.6.	Malen macht Spaß	16:00 Uhr
Fr 19.6.	Lesen und Schreiben Fortgeschrittene	9:00 Uhr
Fr 19.6.	Lesen und Schreiben Übungsgruppe	10:00 Uhr
Mo 22.6.	Tanzen inklusive Jeder kann tanzen	16:30 Uhr
Di 23.6.	Frühstück im ABZ	10:00 Uhr
Di 23.6.	Irgendwas mit Pflanzen	16:30 Uhr
Mi 24.6.	ABZ Themennachmittag	15:00 Uhr
Mi 24.6.	Medien-Café	16:00 Uhr
Fr 26.6.	Frauen-Gruppe	16:00 Uhr
Mo 29.6.	Tanzen inklusive Jeder kann tanzen	16:30 Uhr
Di 30.6.	Yoga für alle Achtsamkeit in der Natur	16:30 Uhr

Arbeitsbereiche des ABZ

Beratung für Menschen mit Behinderung

0351 - 810 38 518

Koordinierungsstelle Schulische Inklusion

0351 - 810 38 519

Begleit-Assistenz (Bestellung einer Begleitung
auf Anruf-Beantworter)

0351 - 895 14 612

Begegnung und Begleit-Assistenz (Büro)

0351 - 810 38 517

Büro Selbstbestimmt Wohnen

0351 - 895 14 606

Fax-Nummer für alle Bereiche des ABZ

0351 - 895 14 608

Redaktion und Herausgeber

Diakonisches Werk – Stadtmission Dresden gGmbH Glacisstraße 44, 01099 Dresden

ABZ Albertstraße 29, 01097 Dresden

E-Mail abz.begegnung@diakonie-dresden.de

Internet www.diakonie-dresden.de

Quelle Piktogramme Leichte Sprache, Die Bilder,
Lebenshilfe für Menschen mit geistiger Behinderung Bremen e.V.

Spendenkonto Diakonisches Werk – Stadtmission Dresden gGmbH

IBAN DE29 3506 0190 0160 1601 60

Verwendungszweck ABZ