

Neu im Johann

Lebenslust im August

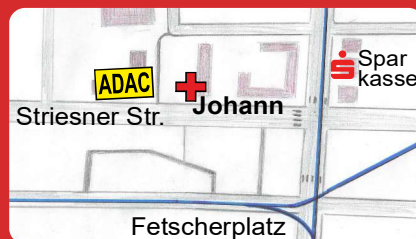
Treffpunkt unter freiem Himmel

Lebenslust im August ist eine Sommerinitiative gegen Einsamkeit. Wir laden Sie herzlich ein, in unseren Johann-Garten zu kommen. Von Montag bis Freitag, von 09:00 bis 16:00 Uhr, können Sie einfach vorbeischaun, Neues ausprobieren, freundliche Menschen treffen und miteinander ins Gespräch kommen. Wir haben Zeit, hören zu und freuen uns auf viele lustige, tröstende und nachdenkliche Gespräche mit Ihnen. Sie sind alle herzlich eingeladen und wir heißen unsere neuen und natürlich auch alle vertrauten Besucher, die sich im Johann seit vielen Jahren wie zuhause fühlen, willkommen. Hier können Sie sich aktiv einbringen und Gemeinschaft erleben.

DRK-Kreisverband Dresden e.V.
Beratungs- und Begegnungs-
zentrum Johann

Striesener Straße 39
01307 Dresden
Tel.: 0351 446 76 23 (Begegnung)
0351 3162 7858 (Beratung)
Email: johann@drk-dresden.de

Öffnungszeiten:
Montag - Freitag 9-16 Uhr
Dienstag 9-12 Uhr geschlossen



DRK Kreisverband Dresden e.V.
Beratungs- und Begegnungszentrum Johann
für Senior*innen und Angehörige / Ortsamt Altstadt
Striesener Str. 39 | 01307 Dresden



Johann

Begegnung
Beratung
Kneippgesundheit

Eine Einrichtung für Senior*innen, gefördert durch die Landeshauptstadt Dresden

Montag bis Freitag
09:00 - 16:00 Uhr

Lebenslust im August

Treffpunkt unter freiem Himmel

Ein Monat in unserem Garten,
voller Zeit für Gespräche, zum
Genießen und Gestalten.

Foto: Johannes Plenio, lizenziert: Creative Commons Attribution 4.0 International License

Monatsprogramm August 2026

Wir stellen uns vor

Der Johann ist ein Ort der Beratung und Begegnung für die Generation 60plus. Sie möchten Ihre Freizeit aktiv, kreativ und in Gesellschaft verbringen? Bei uns gibt es verschiedenste Freizeitgruppen und Veranstaltungen rund um die Schwerpunkte Gesundheitsförderung, Medienbildung, Kreatives Gestalten, Kultur, Musik, Geselligkeit sowie Begegnung mit anderen Kulturen und Generationen. Wir freuen uns auf ein Kennenlernen mit Ihnen!

Individuelle Beratung

Darüber hinaus bieten wir Sozial- und Lebensberatung für Senior*innen und ihre Angehörigen an. Unser sozialpädagogisches Team unterstützt Sie bei:

Antragstellungen, z.B. Pflegeleistungen, Wohngeld, Schwerbehinderung, Grundsicherung

Vollmachten und Patientenverfügungen

seniorengerechtem Wohnen

Organisation häuslicher Unterstützungsleistungen

der **Bewältigung herausfordernder Lebenssituationen**,
z. B. Trauer, Einsamkeit

der **Vorbereitung und Neuorientierung beim Älterwerden**

Wir beraten Sie gerne bei einem persönlichen Gespräch in unserer Einrichtung (barrierefrei) oder im Stadtteilladen Johannstadt, Pfotenhauerstraße 66, 01307 Dresden (drei Stufen mit Griff). Bei Bedarf bieten wir auch Hausbesuche an.

Offene Sprechzeiten

Montag	13:00 - 15:00 Uhr	im BBZ Johann
Mittwoch	10:00 - 12:00 Uhr	im BBZ Johann
Donnerstag	15:00 - 16:00 Uhr	im Café „Halva“

Gerne können Sie auch außerhalb dieser Zeiten einen persönlichen Termin vereinbaren.

Gemeinsames Mittagessen im Johann

Neue Mittagsgäste sind willkommen - melden Sie sich gern bei uns

Mo - Fr 12:00 bis 13:00 Uhr mit Anmeldung | Preis: 5,20 € bis 6,75 €



Jubiläumsfeier

Wir feiern gemeinsam und blicken zurück auf

25 Jahre
Begegnungs- und Beratungszentrum
Johann

mit Gastsänger Tenor Alexander Voigt

Donnerstag, 27. August 2026
von 14:00 bis 17:00 Uhr
im Garten des Johann
Striesener Straße 39

Wir bitten um eine Spende.



Woche 4: 24.- 28.08.

Montag, 24.08.

09:00 - 09:45 Uhr	Atemübungen für einen entspannten Wochenstart
10:00 - 11:30 Uhr	Ein Platz am Frühstückstisch - jeder bringt was mit
13:00 - 15:30 Uhr	Wiesencafé im Garten

Dienstag, 25.08.

09:00 - 09:45 Uhr	Nordic Walking
09:00 - 12:00 Uhr	Mediensprechstunde auf der Terrasse
10:00 - 11:30 Uhr	Ein Platz am Frühstückstisch - jeder bringt was mit
13:00 - 15:30 Uhr	Englischer Teenachmittag mit britischen Spezialitäten

Mittwoch, 26.08.

09:00 - 09:45 Uhr	Frühsport im Sitzen
10:00 - 11:30 Uhr	Ein Platz am Frühstückstisch - jeder bringt was mit
13:00 - 15:30 Uhr	Kneippworkshop

Donnerstag, 27.08.

09:00 - 12:00 Uhr	Mediensprechstunde auf der Terrasse
14:00 - 17:00 Uhr	Jubiläumsfeier im Garten mit Musik

Freitag, 28.08.

Heute bleibt unser Johann geschlossen. Wir sind ab dem 31.08. zu den gewohnten Zeiten mit allen regulären Angeboten wieder für Sie da.

Woche 1: 03.- 07.08.

Ein Platz am Frühstückstisch:

Wir möchten Sie gerne zu einem gemeinsamen Frühstück im Garten einladen. Jeder soll etwas Kleines für den Frühstückstisch mitbringen. Gemeinsam schmeckt's besser. Brot, Butter und Marmelade gibt es für 1,00 € von uns. Auch für Kaffee und Tee ist für 1,00 € pro Tasse gesorgt. Für alle anderen Angebote bitten wir um eine kleine Spende und in Einzelfällen um Materialkosten bis zu 3,00 €. **Es sind keine Anmeldungen im Voraus möglich.**

Montag, 03.08.

09:00 - 09:45 Uhr	Frühsport im Garten
10:00 - 11:30 Uhr	Ein Platz am Frühstückstisch - jeder bringt was mit
13:00 - 15:30 Uhr	Häkeln, Stricken, Reden

Dienstag, 04.08.

09:00 - 09:45 Uhr	Qi Gong im Grünen
10:00 - 11:30 Uhr	Ein Platz am Frühstückstisch - jeder bringt was mit
13:00 - 15:30 Uhr	Formen mit Ton I: Keramik selbst herstellen

Mittwoch, 05.08.

09:00 - 09:45 Uhr	Frühsport im Sitzen
10:00 - 11:30 Uhr	Sterne des Himmels - Sterne basteln
13:00 - 15:30 Uhr	Wiesencafé und Kleidertauschbörse

Donnerstag, 06.08.

09:00 - 09:45 Uhr	Progressive Muskelentspannung
10:00 - 11:30 Uhr	Ein Platz am Frühstückstisch - jeder bringt was mit
13:00 - 15:30 Uhr	Kreativwerkstatt

Freitag, 07.08.

09:00 - 09:45 Uhr	Zumba - Tanzen auf der Wiese
09:00 - 12:00 Uhr	Mediensprechstunde auf der Terrasse
10:00 - 11:30 Uhr	Gärtnern für die Seele
13:00 - 15:30 Uhr	kleiner Spaziergang in der Johannstadt



Woche 2: 10.- 14.08.

Montag, 10.08.



09:00 - 09:45 Uhr	Atemübungen für einen entspannten Wochenstart
10:00 - 11:30 Uhr	Ein Platz am Frühstückstisch - jeder bringt was mit
13:00 - 15:30 Uhr	Spielenachmittag

Dienstag, 11.08.

09:00 - 09:45 Uhr	Yoga im Grünen
09:00 - 12:00 Uhr	Mediensprechstunde auf der Terrasse
10:00 - 11:30 Uhr	Ein Platz am Frühstückstisch - jeder bringt was mit
13:00 - 15:30 Uhr	Heute sind wir Kräuterhexen

Mittwoch, 12.08.

09:00 - 09:45 Uhr	Frühsport im Sitzen
10:00 - 11:30 Uhr	Ein Platz am Frühstückstisch - jeder bringt was mit
13:00 - 15:30 Uhr	Gedächtnistraining

Donnerstag, 13.08.

09:00 - 09:45 Uhr	Frühsport im Garten
09:00 - 12:00 Uhr	Mediensprechstunde auf der Terrasse
10:00 - 11:30 Uhr	Ein Platz am Frühstückstisch - jeder bringt was mit
13:00 - 15:30 Uhr	Maltechnik und Musik

Freitag, 14.08.

09:00 - 09:45 Uhr	Zumba - Tanzen auf der Wiese
10:00 - 11:30 Uhr	Gärtnern für die Seele
13:00 - 15:30 Uhr	kleiner Spaziergang in Johannstadt
13:00 - 16:00 Uhr	Kurzwanderung

Woche 3: 17.- 21.08.

Montag, 17.08.

09:00 - 09:45 Uhr	Yoga im Grünen
10:00 - 11:30 Uhr	Ein Platz am Frühstückstisch - jeder bringt was mit
13:00 - 15:30 Uhr	Formen mit Ton II: Selbstgemachte Keramik bemalen

Dienstag, 18.08.

09:00 - 09:45 Uhr	Progressive Muskelentspannung
10:00 - 12:00 Uhr	Mediensprechstunde auf der Terrasse
10:00 - 11:30 Uhr	Ein Platz am Frühstückstisch - jeder bringt was mit
13:00 - 15:30 Uhr	Ein Nachmittag, wie beim Eisladen

Mittwoch, 19.08.

09:00 - 09:45 Uhr	Frühsport im Garten
10:00 - 11:30 Uhr	Ein Platz am Frühstückstisch - jeder bringt was mit
13:00 - 15:30 Uhr	Heute sind wir Kräuterhexen

Donnerstag, 20.08.

09:00 - 09:45 Uhr	Qi Gong im Grünen
09:00 - 12:00 Uhr	Mediensprechstunde auf der Terrasse
10:00 - 11:30 Uhr	Ein Platz am Frühstückstisch - jeder bringt was mit
13:00 - 15:30 Uhr	Kreativwerkstatt und Musik

Freitag, 21.08.

09:00 - 09:45 Uhr	Zumba - Tanzen auf der Wiese
10:00 - 11:30 Uhr	Gärtnern für die Seele
13:00 - 15:30 Uhr	kleiner Spaziergang in Johannstadt

