

Neu im Johann



Lebenslust im August



Fotos: K. Weise

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

9. Dresdner Seniorenkonferenz

Miteinander
Mitreden
Mitgestalten

Beteiligung im Alter stärken

Mittwoch, 30. September 2026
Stadtforum Dresden, Waisenhausstraße 14

Markt der
Möglichkeiten

9-16 Uhr
Offen für alle.
Ohne Anmeldung.



Monatsprogramm September 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 - 15:30 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 €



Kurse & Gruppen

Qi Gong	Mo	09:30 Uhr	2,00 €
Smartphone- /PC-Kurs	Mo	10:00 Uhr	2,00 €
Singen im Verein	1. & 3. Mo im Monat	14:00 Uhr	2,00 €
Klöppeln	2. & 4. Mo im Monat	14:00 Uhr	2,00 €
Ladies Fit	Mo	15:45 Uhr	2,00 €
Malwerkstatt	1. & 3. Di im Monat	14:00 Uhr	3,00 €
Nordic Walking	Mi	09:30 Uhr	2,00 €
Gymnastik im Sitzen	Mi	09:00 Uhr	2,00 €
Männerfitness	Mi	10:00 Uhr	2,00 €
Rummy Cup /Rommé	Mi, Do & Fr	13:30 Uhr	2,00 €
Skat	2. & 4. Mi im Monat	14:00 Uhr	2,00 €
Yoga im Sitzen	Mi	16:00 Uhr	2,00 €
Kreativwerkstatt	Do	10:00 Uhr	3,00 €
Da Capo Violinenspiel	2. & 4. Do im Monat	16:00 Uhr	2,00 €
Wandergruppe	1. Do im Monat	Fahrtkosten+	2,00 €
Gedächtnistraining	Fr	10:00 Uhr	2,00 €
Exkursionsgruppe	Fr	13:00 Uhr	2,00 €
Handarbeit	Fr	13:30 Uhr	2,00 €
Seniorentheater	Sa	09:30 Uhr	2,00 €

Bitte melden Sie sich vorab im Johann an.

Freie Plätze in folgenden Gruppen: Handarbeit, Klöppeln, Theatergruppe, Gymnastik im Sitzen

Veranstaltungen und Aktuelles

einfache Weise verewigt. Diese Veranstaltung findet im Rahmen der Woche der Demenz statt – es kann natürlich jeder Interessierte sehr gern daran teilnehmen. **Ab 13:30 Uhr Kaffeetrinken.**

Donnerstag, 24.09. 14:00 Uhr Kosten nach Verzehr

Wiesencafé PLUS Spielenachmittag

Heute organisieren Simone und Eveline wieder das Spielecafé am letzten Donnerstag im Monat. Kommen Sie gerne vorbei und genießen selbstgebackenen Kuchen und Kaffee.

Montag, 28.09. 13:30 Uhr Kosten nach Verzehr

Willkommen im Johann

Im Anschluss an unseren offenen Monat „Lebenslust im August“ möchten wir die neuen Besucher zu einer Willkommensrunde in den Johann einladen. Wir stellen Ihnen unsere Einrichtung vor und bieten Raum für Gespräche und neue Verabredungen. Dieses Treffen ist offen für Senioren, die den Johann kennen lernen und neue Kontakte knüpfen wollen.

Dienstag, 29.09. 14:00 Uhr 2,50 € + Kosten nach Verzehr

Informationsvortrag zu elektronischen Patientenakte (ePA)

Erfahren Sie mehr über die elektronische Patientenakte und wie sie Ihnen im Alltag helfen kann. Wir erklären verständlich, was die ePA bietet, wie sie funktioniert und worauf Sie achten sollten. Kommen Sie vorbei – wir nehmen uns Zeit für Ihre Fragen und zeigen Ihnen die wichtigsten Schritte.

Ab 13:30 Uhr Kaffeetrinken.

Donnerstag, 30.09. 14:00 Uhr Kosten nach Verzehr

Wiesencafé mit Simone und Eveline

Der August ist zu Ende und es beginnt der langsam Herbst.

Eine schöne Gelegenheit, sich über den vergangenen Sommer auszutauschen. Was haben Sie erlebt und worüber haben Sie sich besonders gefreut? Kommen Sie gerne für ein leckeres Stück Kuchen und eine Tasse Kaffee vorbei und genießen Sie die Gesellschaft im herbstlichen Garten.



Veranstaltungen und Ausflüge

Achtung! Bitte melden Sie sich für jeden Termin vorab im Johann an.

Montag, 31.08.

Heute beginnt wieder unser reguläres Johannprogramm. Die Woche startet mit der Qi Gong Gruppe und am Nachmittag findet der Frauensport statt.

Dienstag, 01.09. 14:00 Uhr Kosten nach Verzehr

Urlaub gestern und heute – ein Nachmittag mit Schüler*innen des St. Benno Gymnasiums

Heute sind wieder einmal Schüler*innen des St. Benno Gymnasiums Dresden bei uns zu Gast. Sie wollen gern mit Ihnen zum Thema Urlaub ins Gespräch kommen. Dabei zeigen die Schüler*innen Fotos ihres letzten Urlaubs und berichten davon – im Anschluss hoffen wir auf einen regen Austausch zu ihren früheren Urlaubserfahrungen. **Ab 13:30 Uhr Kaffee.**

Donnerstag, 03. & 17.09. 09:00 Uhr 3,00 €

Mediensprechstunde

Unsere ehrenamtlichen Medienberater bieten Ihnen eine fachliche Beratung für den sicheren Umgang mit Ihrem PC oder Smartphone an. Sie beantworten Ihre Fragen und unterstützen Sie mit diesen Medien. Sie haben jeweils eine dreiviertel Stunde Zeit für Ihre Fragen.

Donnerstag 03.09. 14:00 Uhr Kosten nach Verzehr

Wiesencafé PLUS Singen

Nach einem heißen Sommer beginnt nun langsam die Herbstzeit und somit können Sie aus einem großen Repertoire der Herbstlieder auswählen. Stefan und sein Akkordeon sind auch wieder mit dabei.

Freitag, 04.09. 15:00 Uhr Kosten 2,00 € + Fahrtkosten
Treffpunkt: Haltestelle der Linie 7, Fuchsberg

Kurzwanderung mit Gerd - Der Weixdorfer Rundweg

Wir wandern den Weixdorfer Rundweg und besuchen am Ende unserer Wanderung die Köhlerhütte. An dieser Tour sollten bitte nur geübte Wanderer teilnehmen.

Veranstaltungen und Ausflüge

Dienstag, 08.09. 14:00 Uhr 2,50 € + Kosten nach Verzehr

Umgang mit Hautveränderungen im Alter – Die Apotheke Johannstadt berät
Die Haut verändert sich mit dem Älterwerden. Sie verliert an Fett und Feuchtigkeit, wird eventuell rauer, schuppig, gerötet und fängt öfters an zu jucken. Die Wundheilung verlangsamt sich, man wird anfälliger für blaue Flecken. Die Apotheke Johannstadt informiert und berät wie ein achtsamer Umgang mit Hautveränderungen gelingen und die Haut im Alter individuell und gesundheitsfördernd gestärkt und gepflegt werden kann.

Ab 13:30 Uhr Kaffeetrinken

Mittwoch, 09.09. 14:00 Uhr Kosten nach Verzehr

Gartenparadies

Unsere kleine Gartengruppe freut sich, wenn Sie im August durch unser Angebot „Gärtnern für die Seele“ Lust bekommen haben, wieder zu kommen. Wir treffen uns einmal im Monat und zwischendurch wird individuell auch immer mal nach unseren Beeten geschaut. Letzten Monat haben die Tomaten, Gurken und Paprikas das tägliche Frühstück bereichert, mit den Kräutern haben wir ein Pesto hergestellt. Schauen wir gemeinsam, was wir in diesem Monat noch ernten und verarbeiten können.

Donnerstag 10.09. 09:30 Uhr Kosten nach Verzehr

Männerfrühstück mit einem Vortrag zur Geschichte der Dresdner Straßenbahnen Teil 2

Jens Leonhardt, ehrenamtlicher Mitarbeiter im Straßenbahnmuseum Dresden e.V., wird vertiefend in seinen Vortrag die Erprobung der Tatra Straßenbahnen T3 in Dresden und die Vorbereitungen zur Einführung in den Linienverkehr ab 1968 vorstellen. **Um Anmeldung wird gebeten.**



Donnerstag 10.09. 14:00 Uhr Kosten nach Verzehr

Wiesencafé mit Simone und Eveline

Es erwartet Sie wieder eine gesellige, lustige und abwechslungsreiche Runde mit viel Zeit für schöne Gespräche, heitere Unterhaltungen und einen kleinen Plausch mit Kaffee und Kuchen.

Veranstaltungen und Ausflüge

Sonntag, 13.09. 14:00 Uhr Kosten nach Verzehr

Sonntagscafé

Unsere Ehrenamtlichen, Therese und Petra, gestalten wieder einen geselligen Sonntagnachmittag gemeinsam mit Ihnen. Kommen Sie gerne vorbei und genießen Sie leckeren Kaffee und Kuchen im Johann.

Dienstag, 15.09. 14:00 Uhr 2,50 € + Kosten nach Verzehr

Kneippworkshop mit Claudia Görlach

Zu Gast ist heute eine Seniorengruppe der Volkssolidarität und freut sich auf ein gemeinsames Kneipptreffen mit Senioren des DRK-BBZ Johanns. Claudia Görlach, ausgebildete Kneipp-Gesundheitstrainerin, gibt einen kurzen Einblick in die Historie der Kneippbewegung, stellt verschiedene Kneippanwendungen vor und ermutigt, die eigene Gesundheitsfürsorge stärker in den Blick zu nehmen. **Ab 13:30 Uhr Kaffeetrinken**

Mittwoch, 16.09. 09:45 Uhr am Johann Kosten 2,00€

Johann außer Haus- Abenteuerspielplatz Johannstadt

In unserer Nachbarschaft befindet sich der ASP mit verschiedenen Angeboten für Kinder und Jugendliche. Die Mitarbeiter*Innen geben uns heute einen Einblick in Ihre Arbeit und zeigen uns den Platz. Neben einer Fahrradwerkstatt, einer Holzwerkstatt interessiert mich besonders die Gemüsefarm.

Donnerstag, 17.09. 14:00 Uhr Kosten nach Verzehr

Wiesencafé PLUS Literatursalon mit Dagmar Höfler

Freuen Sie sich auf einen besonderen Literatursalon mit Geschichten, Gedanken und Überraschungen. Welches literarische Thema Sie erwartet? Lassen Sie sich überraschen und genießen Sie einen unterhaltsamen Nachmittag in gemütlicher Runde.

Wir freuen uns über eine kleine Spende.

Dienstag, 22.09 14:00 Uhr 2,50 € + Kosten nach Verzehr

Karten gestalten mit Sand und getrockneten Blüten

Bunt sind schon die Wälder, gelb die Stoppelfelder, und der Herbst beginnt... Wir fangen die schönen Erinnerungen an den Sommer ein und gestalten