

**Veranstaltungen für Seniorinnen und Senioren  
vom 13. August bis 3. September 2018**

# Gesund und vital im Alter

im Rahmen der Nachbarschaftstage in der Dresdner Altstadt



Foto: Christian Juppe

Ort: Caritas-Begegnungsraum, Am See 11/3.Etage,  
01067 Dresden

Uhrzeit: jeweils von 14.30 bis 16 Uhr

gefördert durch  
die Landeshauptstadt  
Dresden



Dresden.  
Dresdner

über 100  
JAHRE  
caritas  
DRESDEN



## Programm:

**13.08.**

„Wirkungsoptimierung durch die richtige Einnahme von Arzneimitteln“  
mit Apothekerin Dr. Katja Scarett Daub, „City- Apotheken Dresden“

**15.08.**

„So lange, wie möglich in den eigenen vier Wänden“  
mit Dorothee Wagner, Pflegedienstleiterin der Caritas-Sozialstation  
Dresden, und Dr. Alexander Schier, Hausarzt

**22.08.**

„Gesundheit in unseren Händen“ - ein Aktivierungsangebot für Senioren,  
mit der KSB Gesundheits- und Sporttherapie Dresden e.V.  
unterstützt von der AOK Plus

**27.08.**

„Bewegung nach Musik“ - ein Aktivierungsangebot für Senioren im Sitzen  
mit Ingrid Fritsch, Seniorentanzleiterin Dresden

**29.08.**

„Gesund essen – besser leben“ – Tipps für eine gesunde, nachhaltige und  
schmackhafte Ernährung  
mit Elvira Weissgerber, Verbraucherzentrale Sachsen

**03.09.**

„Musik ist Balsam für die Seele“ - gemeinsames Singen und Hören  
bekannter Strauß-Operettenmelodien  
mit der Musikerfamilie Friedrich

**Bitte melden Sie sich zur Veranstaltung vorher an bei:**

Caritas-Seniorenberatung

Telefon: 0351 / 496 21 78

seniorenberatung@caritas-dresden.de

**Der Eintritt zu den Veranstaltungen ist frei!**

**Veranstaltungen für Seniorinnen und Senioren  
vom 13. August bis 3. September 2018**

# Gesund und vital im Alter

im Rahmen der Nachbarschaftstage in der Dresdner Altstadt



Foto: Christian Juppe

**Ort:** Caritas-Begegnungsraum, Am See 11/3.Etage,  
01067 Dresden

**Uhrzeit:** jeweils von 14.30 bis 16 Uhr

gefördert durch  
die Landeshauptstadt  
Dresden



Dresden.  
Dresdner

über 100  
JAHRE  
caritas  
DRESDEN



## Programm:

**13.08.**

„Wirkungsoptimierung durch die richtige Einnahme von Arzneimitteln“  
mit Apothekerin Dr. Katja Scarett Daub, „City- Apotheken Dresden“

**15.08.**

„So lange, wie möglich in den eigenen vier Wänden“  
mit Dorothee Wagner, Pflegedienstleiterin der Caritas-Sozialstation  
Dresden, und Dr. Alexander Schier, Hausarzt (angefragt)

**22.08.**

„Gesundheit in unseren Händen“ - ein Aktivierungsangebot für Senioren,  
mit der KSB Gesundheits- und Sporttherapie Dresden e.V.  
unterstützt von der AOK Plus

**27.08.**

„Bewegung nach Musik“ - ein Aktivierungsangebot für Senioren im Sitzen  
mit Ingrid Fritsch, Seniorentanzleiterin Dresden

**29.08.**

„Gesund essen – besser leben“ – Tipps für eine gesunde, nachhaltige und  
schmackhafte Ernährung  
mit Elvira Weissgerber, Verbraucherzentrale Sachsen

**03.09.**

„Musik ist Balsam für die Seele“ - gemeinsames Singen und Hören  
bekannter Strauß-Operettenmelodien  
mit der Musikerfamilie Friedrich

**Bitte melden Sie sich zur Veranstaltung vorher an bei:**

Caritas-Seniorenberatung

Telefon: 0351 / 496 21 78

seniorenberatung@caritas-dresden.de

**Der Eintritt zu den Veranstaltungen ist frei!**

**Veranstaltungen für Seniorinnen und Senioren  
vom 13. August bis 3. September 2018**

# Gesund und vital im Alter

im Rahmen der Nachbarschaftstage in der Dresdner Altstadt



Foto: Christian Juppe

**Ort:** Caritas-Begegnungsraum, Am See 11/3.Etage,  
01067 Dresden

**Uhrzeit:** jeweils von 14.30 bis 16 Uhr

gefördert durch  
die Landeshauptstadt  
Dresden



Dresden.  
Dresdner

über 100  
JAHRE  
caritas  
DRESDEN



## Programm:

**13.08.**

„Wirkungsoptimierung durch die richtige Einnahme von Arzneimitteln“  
mit Apothekerin Dr. Katja Scarett Daub, „City- Apotheken Dresden“

**15.08.**

„So lange, wie möglich in den eigenen vier Wänden“  
mit Dorothee Wagner, Pflegedienstleiterin der Caritas-Sozialstation  
Dresden, und Dr. Alexander Schier, Hausarzt

**22.08.**

„Gesundheit in unseren Händen“ - ein Aktivierungsangebot für Senioren,  
mit der KSB Gesundheits- und Sporttherapie Dresden e.V.  
unterstützt von der AOK Plus

**27.08.**

„Bewegung nach Musik“ - ein Aktivierungsangebot für Senioren im Sitzen  
mit Ingrid Fritsch, Seniorentanzleiterin Dresden

**29.08.**

„Gesund essen – besser leben“ – Tipps für eine gesunde, nachhaltige und  
schmackhafte Ernährung  
mit Elvira Weissgerber, Verbraucherzentrale Sachsen

**03.09.**

„Musik ist Balsam für die Seele“ - gemeinsames Singen und Hören  
bekannter Strauß-Operettenmelodien  
mit der Musikerfamilie Friedrich

**Bitte melden Sie sich zur Veranstaltung vorher an bei:**

Caritas-Seniorenberatung

Telefon: 0351 / 496 21 78

seniorenberatung@caritas-dresden.de

**Der Eintritt zu den Veranstaltungen ist frei!**

**Veranstaltungen für Seniorinnen und Senioren  
vom 13. August bis 3. September 2018**

# Gesund und vital im Alter

im Rahmen der Nachbarschaftstage in der Dresdner Altstadt



Foto: Christian Juppe

**Ort:** Caritas-Begegnungsraum, Am See 11/3.Etage,  
01067 Dresden

**Uhrzeit:** jeweils von 14.30 bis 16 Uhr

gefördert durch  
die Landeshauptstadt  
Dresden



Dresden.  
Dresdner

über 100  
JAHRE  
caritas  
DRESDEN



## Programm:

**13.08.**

„Wirkungsoptimierung durch die richtige Einnahme von Arzneimitteln“  
mit Apothekerin Dr. Katja Scarett Daub, „City- Apotheken Dresden“

**15.08.**

„So lange, wie möglich in den eigenen vier Wänden“  
mit Dorothee Wagner, Pflegedienstleiterin der Caritas-Sozialstation  
Dresden, und Dr. Alexander Schier, Hausarzt (angefragt)

**22.08.**

„Gesundheit in unseren Händen“ - ein Aktivierungsangebot für Senioren,  
mit der KSB Gesundheits- und Sporttherapie Dresden e.V.  
unterstützt von der AOK Plus

**27.08.**

„Bewegung nach Musik“ - ein Aktivierungsangebot für Senioren im Sitzen  
mit Ingrid Fritsch, Seniorentanzleiterin Dresden

**29.08.**

„Gesund essen – besser leben“ – Tipps für eine gesunde, nachhaltige und  
schmackhafte Ernährung  
mit Elvira Weissgerber, Verbraucherzentrale Sachsen

**03.09.**

„Musik ist Balsam für die Seele“ - gemeinsames Singen und Hören  
bekannter Strauß-Operettenmelodien  
mit der Musikerfamilie Friedrich

**Bitte melden Sie sich zur Veranstaltung vorher an bei:**

Caritas-Seniorenberatung

Telefon: 0351 / 496 21 78

seniorenberatung@caritas-dresden.de

**Der Eintritt zu den Veranstaltungen ist frei!**



**Veranstaltungen für Seniorinnen und Senioren  
vom 13. August bis 3. September 2018**

# Gesund und vital im Alter

im Rahmen der Nachbarschaftstage in der Dresdner Altstadt



Foto: Christian Juppe

Ort: Caritas-Begegnungsraum, Am See 11/3.Etage,  
01067 Dresden

Uhrzeit: jeweils von 14.30 bis 16 Uhr

gefördert durch  
die Landeshauptstadt  
Dresden



Dresden.  
Dresdner

über 100  
JAHRE  
caritas  
DRESDEN



## Programm:

**13.08.**

„Wirkungsoptimierung durch die richtige Einnahme von Arzneimitteln“  
mit Apothekerin Dr. Katja Scarett Daub, „City- Apotheken Dresden“

**15.08.**

„So lange, wie möglich in den eigenen vier Wänden“  
mit Dorothee Wagner, Pflegedienstleiterin der Caritas-Sozialstation  
Dresden, und Dr. Alexander Schier, Hausarzt

**22.08.**

„Gesundheit in unseren Händen“ - ein Aktivierungsangebot für Senioren,  
mit der KSB Gesundheits- und Sporttherapie Dresden e.V.  
unterstützt von der AOK Plus

**27.08.**

„Bewegung nach Musik“ - ein Aktivierungsangebot für Senioren im Sitzen  
mit Ingrid Fritsch, Seniorentanzleiterin Dresden

**29.08.**

„Gesund essen – besser leben“ – Tipps für eine gesunde, nachhaltige und  
schmackhafte Ernährung  
mit Elvira Weissgerber, Verbraucherzentrale Sachsen

**03.09.**

„Musik ist Balsam für die Seele“ - gemeinsames Singen und Hören  
bekannter Strauß-Operettenmelodien  
mit der Musikerfamilie Friedrich

**Bitte melden Sie sich zur Veranstaltung vorher an bei:**

Caritas-Seniorenberatung

Telefon: 0351 / 496 21 78

[seniorenberatung@caritas-dresden.de](mailto:seniorenberatung@caritas-dresden.de)

**Der Eintritt zu den Veranstaltungen ist frei!**

**Veranstaltungen für Seniorinnen und Senioren  
vom 13. August bis 3. September 2018**

## **Gesund und vital im Alter**

im Rahmen der Nachbarschaftstage in der Dresdner Altstadt



Foto: Christian Juppe

**Ort:** Caritas-Begegnungsraum, Am See 11/3.Etage,  
01067 Dresden

**Uhrzeit:** jeweils von 14.30 bis 16 Uhr

gefördert durch  
die Landeshauptstadt  
Dresden



Dresden.  
Dresdner

über 100  
JAHRE  
caritas  
DRESDEN



### Programm:

**13.08.**

„Wirkungsoptimierung durch die richtige Einnahme von Arzneimitteln“  
mit Apothekerin Dr. Katja Scarett Daub, „City- Apotheken Dresden“

**15.08.**

„So lange, wie möglich in den eigenen vier Wänden“  
mit Dorothee Wagner, Pflegedienstleiterin der Caritas-Sozialstation  
Dresden, und Dr. Alexander Schier, Hausarzt (angefragt)

**22.08.**

„Gesundheit in unseren Händen“ - ein Aktivierungsangebot für Senioren,  
mit der KSB Gesundheits- und Sporttherapie Dresden e.V.  
unterstützt von der AOK Plus

**27.08.**

„Bewegung nach Musik“ - ein Aktivierungsangebot für Senioren im Sitzen  
mit Ingrid Fritsch, Seniorentanzleiterin Dresden

**29.08.**

„Gesund essen – besser leben“ – Tipps für eine gesunde, nachhaltige und  
schmackhafte Ernährung  
mit Elvira Weissgerber, Verbraucherzentrale Sachsen

**03.09.**

„Musik ist Balsam für die Seele“ - gemeinsames Singen und Hören  
bekannter Strauß-Operettenmelodien  
mit der Musikerfamilie Friedrich

**Bitte melden Sie sich zur Veranstaltung vorher an bei:**

Caritas-Seniorenberatung

Telefon: 0351 / 496 21 78

[seniorenberatung@caritas-dresden.de](mailto:seniorenberatung@caritas-dresden.de)

**Der Eintritt zu den Veranstaltungen ist frei!**

**Veranstaltungen für Seniorinnen und Senioren  
vom 13. August bis 3. September 2018**

# Gesund und vital im Alter

im Rahmen der Nachbarschaftstage in der Dresdner Altstadt



Foto: Christian Juppe

Ort: Caritas-Begegnungsraum, Am See 11/3.Etage,  
01067 Dresden

Uhrzeit: jeweils von 14.30 bis 16 Uhr

gefördert durch  
die Landeshauptstadt  
Dresden



Dresden.  
Dresdner

über 100  
JAHRE  
caritas  
DRESDEN



## Programm:

**13.08.**

„Wirkungsoptimierung durch die richtige Einnahme von Arzneimitteln“  
mit Apothekerin Dr. Katja Scarett Daub, „City- Apotheken Dresden“

**15.08.**

„So lange, wie möglich in den eigenen vier Wänden“  
mit Dorothee Wagner, Pflegedienstleiterin der Caritas-Sozialstation  
Dresden, und Dr. Alexander Schier, Hausarzt

**22.08.**

„Gesundheit in unseren Händen“ - ein Aktivierungsangebot für Senioren,  
mit der KSB Gesundheits- und Sporttherapie Dresden e.V.  
unterstützt von der AOK Plus

**27.08.**

„Bewegung nach Musik“ - ein Aktivierungsangebot für Senioren im Sitzen  
mit Ingrid Fritsch, Seniorentanzleiterin Dresden

**29.08.**

„Gesund essen – besser leben“ – Tipps für eine gesunde, nachhaltige und  
schmackhafte Ernährung  
mit Elvira Weissgerber, Verbraucherzentrale Sachsen

**03.09.**

„Musik ist Balsam für die Seele“ - gemeinsames Singen und Hören  
bekannter Strauß-Operettenmelodien  
mit der Musikerfamilie Friedrich

**Bitte melden Sie sich zur Veranstaltung vorher an bei:**

Caritas-Seniorenberatung

Telefon: 0351 / 496 21 78

[seniorenberatung@caritas-dresden.de](mailto:seniorenberatung@caritas-dresden.de)

**Der Eintritt zu den Veranstaltungen ist frei!**

**Veranstaltungen für Seniorinnen und Senioren  
vom 13. August bis 3. September 2018**

# Gesund und vital im Alter

im Rahmen der Nachbarschaftstage in der Dresdner Altstadt



Foto: Christian Juppe

**Ort:** Caritas-Begegnungsraum, Am See 11/3.Etage,  
01067 Dresden

**Uhrzeit:** jeweils von 14.30 bis 16 Uhr

gefördert durch  
die Landeshauptstadt  
Dresden



Dresden.  
Dresdner

über 100  
JAHRE  
caritas  
DRESDEN



## Programm:

**13.08.**

„Wirkungsoptimierung durch die richtige Einnahme von Arzneimitteln“  
mit Apothekerin Dr. Katja Scarett Daub, „City- Apotheken Dresden“

**15.08.**

„So lange, wie möglich in den eigenen vier Wänden“  
mit Dorothee Wagner, Pflegedienstleiterin der Caritas-Sozialstation  
Dresden, und Dr. Alexander Schier, Hausarzt (angefragt)

**22.08.**

„Gesundheit in unseren Händen“ - ein Aktivierungsangebot für Senioren,  
mit der KSB Gesundheits- und Sporttherapie Dresden e.V.  
unterstützt von der AOK Plus

**27.08.**

„Bewegung nach Musik“ - ein Aktivierungsangebot für Senioren im Sitzen  
mit Ingrid Fritsch, Seniorentanzleiterin Dresden

**29.08.**

„Gesund essen – besser leben“ – Tipps für eine gesunde, nachhaltige und  
schmackhafte Ernährung  
mit Elvira Weissgerber, Verbraucherzentrale Sachsen

**03.09.**

„Musik ist Balsam für die Seele“ - gemeinsames Singen und Hören  
bekannter Strauß-Operettenmelodien  
mit der Musikerfamilie Friedrich

**Bitte melden Sie sich zur Veranstaltung vorher an bei:**

Caritas-Seniorenberatung

Telefon: 0351 / 496 21 78

seniorenberatung@caritas-dresden.de

**Der Eintritt zu den Veranstaltungen ist frei!**



**Veranstaltungen für Seniorinnen und Senioren  
vom 13. August bis 3. September 2018**

# Gesund und vital im Alter

im Rahmen der Nachbarschaftstage in der Dresdner Altstadt



Foto: Christian Juppe

Ort: Caritas-Begegnungsraum, Am See 11/3.Etage,  
01067 Dresden

Uhrzeit: jeweils von 14.30 bis 16 Uhr

gefördert durch  
die Landeshauptstadt  
Dresden



Dresden.  
Dresdner

über 100  
JAHRE  
caritas  
DRESDEN



## Programm:

**13.08.**

„Wirkungsoptimierung durch die richtige Einnahme von Arzneimitteln“  
mit Apothekerin Dr. Katja Scarett Daub, „City- Apotheken Dresden“

**15.08.**

„So lange, wie möglich in den eigenen vier Wänden“  
mit Dorothee Wagner, Pflegedienstleiterin der Caritas-Sozialstation  
Dresden, und Dr. Alexander Schier, Hausarzt

**22.08.**

„Gesundheit in unseren Händen“ - ein Aktivierungsangebot für Senioren,  
mit der KSB Gesundheits- und Sporttherapie Dresden e.V.  
unterstützt von der AOK Plus

**27.08.**

„Bewegung nach Musik“ - ein Aktivierungsangebot für Senioren im Sitzen  
mit Ingrid Fritsch, Seniorentanzleiterin Dresden

**29.08.**

„Gesund essen – besser leben“ – Tipps für eine gesunde, nachhaltige und  
schmackhafte Ernährung  
mit Elvira Weissgerber, Verbraucherzentrale Sachsen

**03.09.**

„Musik ist Balsam für die Seele“ - gemeinsames Singen und Hören  
bekannter Strauß-Operettenmelodien  
mit der Musikerfamilie Friedrich

**Bitte melden Sie sich zur Veranstaltung vorher an bei:**

Caritas-Seniorenberatung

Telefon: 0351 / 496 21 78

[seniorenberatung@caritas-dresden.de](mailto:seniorenberatung@caritas-dresden.de)

**Der Eintritt zu den Veranstaltungen ist frei!**

**Veranstaltungen für Seniorinnen und Senioren  
vom 13. August bis 3. September 2018**

# Gesund und vital im Alter

im Rahmen der Nachbarschaftstage in der Dresdner Altstadt



Foto: Christian Juppe

Ort: Caritas-Begegnungsraum, Am See 11/3.Etage,  
01067 Dresden

Uhrzeit: jeweils von 14.30 bis 16 Uhr

gefördert durch  
die Landeshauptstadt  
Dresden



Dresden.  
Dresdner

über 100  
JAHRE  
caritas  
DRESDEN



## Programm:

**13.08.**

„Wirkungsoptimierung durch die richtige Einnahme von Arzneimitteln“  
mit Apothekerin Dr. Katja Scarett Daub, „City- Apotheken Dresden“

**15.08.**

„So lange, wie möglich in den eigenen vier Wänden“  
mit Dorothee Wagner, Pflegedienstleiterin der Caritas-Sozialstation  
Dresden, und Dr. Alexander Schier, Hausarzt (angefragt)

**22.08.**

„Gesundheit in unseren Händen“ - ein Aktivierungsangebot für Senioren,  
mit der KSB Gesundheits- und Sporttherapie Dresden e.V.  
unterstützt von der AOK Plus

**27.08.**

„Bewegung nach Musik“ - ein Aktivierungsangebot für Senioren im Sitzen  
mit Ingrid Fritsch, Seniorentanzleiterin Dresden

**29.08.**

„Gesund essen – besser leben“ – Tipps für eine gesunde, nachhaltige und  
schmackhafte Ernährung  
mit Elvira Weissgerber, Verbraucherzentrale Sachsen

**03.09.**

„Musik ist Balsam für die Seele“ - gemeinsames Singen und Hören  
bekannter Strauß-Operettenmelodien  
mit der Musikerfamilie Friedrich

**Bitte melden Sie sich zur Veranstaltung vorher an bei:**

Caritas-Seniorenberatung

Telefon: 0351 / 496 21 78

seniorenberatung@caritas-dresden.de

**Der Eintritt zu den Veranstaltungen ist frei!**

**Veranstaltungen für Seniorinnen und Senioren  
vom 13. August bis 3. September 2018**

# Gesund und vital im Alter

im Rahmen der Nachbarschaftstage in der Dresdner Altstadt



Foto: Christian Juppe

Ort: Caritas-Begegnungsraum, Am See 11/3.Etage,  
01067 Dresden

Uhrzeit: jeweils von 14.30 bis 16 Uhr

gefördert durch  
die Landeshauptstadt  
Dresden



Dresden.  
Dresdner

über 100  
JAHRE  
caritas  
DRESDEN



## Programm:

**13.08.**

„Wirkungsoptimierung durch die richtige Einnahme von Arzneimitteln“  
mit Apothekerin Dr. Katja Scarett Daub, „City- Apotheken Dresden“

**15.08.**

„So lange, wie möglich in den eigenen vier Wänden“  
mit Dorothee Wagner, Pflegedienstleiterin der Caritas-Sozialstation  
Dresden, und Dr. Alexander Schier, Hausarzt

**22.08.**

„Gesundheit in unseren Händen“ - ein Aktivierungsangebot für Senioren,  
mit der KSB Gesundheits- und Sporttherapie Dresden e.V.  
unterstützt von der AOK Plus

**27.08.**

„Bewegung nach Musik“ - ein Aktivierungsangebot für Senioren im Sitzen  
mit Ingrid Fritsch, Seniorentanzleiterin Dresden

**29.08.**

„Gesund essen – besser leben“ – Tipps für eine gesunde, nachhaltige und  
schmackhafte Ernährung  
mit Elvira Weissgerber, Verbraucherzentrale Sachsen

**03.09.**

„Musik ist Balsam für die Seele“ - gemeinsames Singen und Hören  
bekannter Strauß-Operettenmelodien  
mit der Musikerfamilie Friedrich

**Bitte melden Sie sich zur Veranstaltung vorher an bei:**

Caritas-Seniorenberatung

Telefon: 0351 / 496 21 78

[seniorenberatung@caritas-dresden.de](mailto:seniorenberatung@caritas-dresden.de)

**Der Eintritt zu den Veranstaltungen ist frei!**

**Veranstaltungen für Seniorinnen und Senioren  
vom 13. August bis 3. September 2018**

## **Gesund und vital im Alter**

im Rahmen der Nachbarschaftstage in der Dresdner Altstadt



Foto: Christian Juppe

Ort: Caritas-Begegnungsraum, Am See 11/3.Etage,  
01067 Dresden

Uhrzeit: jeweils von 14.30 bis 16 Uhr

gefördert durch  
die Landeshauptstadt  
Dresden



Dresden.  
Dresdner

über 100  
JAHRE  
caritas  
DRESDEN



### Programm:

**13.08.**

„Wirkungsoptimierung durch die richtige Einnahme von Arzneimitteln“  
mit Apothekerin Dr. Katja Scarett Daub, „City- Apotheken Dresden“

**15.08.**

„So lange, wie möglich in den eigenen vier Wänden“  
mit Dorothee Wagner, Pflegedienstleiterin der Caritas-Sozialstation  
Dresden, und Dr. Alexander Schier, Hausarzt (angefragt)

**22.08.**

„Gesundheit in unseren Händen“ - ein Aktivierungsangebot für Senioren,  
mit der KSB Gesundheits- und Sporttherapie Dresden e.V.  
unterstützt von der AOK Plus

**27.08.**

„Bewegung nach Musik“ - ein Aktivierungsangebot für Senioren im Sitzen  
mit Ingrid Fritsch, Seniorentanzleiterin Dresden

**29.08.**

„Gesund essen – besser leben“ – Tipps für eine gesunde, nachhaltige und  
schmackhafte Ernährung  
mit Elvira Weissgerber, Verbraucherzentrale Sachsen

**03.09.**

„Musik ist Balsam für die Seele“ - gemeinsames Singen und Hören  
bekannter Strauß-Operettenmelodien  
mit der Musikerfamilie Friedrich

**Bitte melden Sie sich zur Veranstaltung vorher an bei:**

Caritas-Seniorenberatung

Telefon: 0351 / 496 21 78

[seniorenberatung@caritas-dresden.de](mailto:seniorenberatung@caritas-dresden.de)

**Der Eintritt zu den Veranstaltungen ist frei!**



**Veranstaltungen für Seniorinnen und Senioren  
vom 13. August bis 3. September 2018**

# Gesund und vital im Alter

im Rahmen der Nachbarschaftstage in der Dresdner Altstadt



Foto: Christian Juppe

Ort: Caritas-Begegnungsraum, Am See 11/3.Etage,  
01067 Dresden

Uhrzeit: jeweils von 14.30 bis 16 Uhr

gefördert durch  
die Landeshauptstadt  
Dresden



Dresden.  
Dresdner

über 100  
JAHRE  
caritas  
DRESDEN



## Programm:

**13.08.**

„Wirkungsoptimierung durch die richtige Einnahme von Arzneimitteln“  
mit Apothekerin Dr. Katja Scarett Daub, „City- Apotheken Dresden“

**15.08.**

„So lange, wie möglich in den eigenen vier Wänden“  
mit Dorothee Wagner, Pflegedienstleiterin der Caritas-Sozialstation  
Dresden, und Dr. Alexander Schier, Hausarzt

**22.08.**

„Gesundheit in unseren Händen“ - ein Aktivierungsangebot für Senioren,  
mit der KSB Gesundheits- und Sporttherapie Dresden e.V.  
unterstützt von der AOK Plus

**27.08.**

„Bewegung nach Musik“ - ein Aktivierungsangebot für Senioren im Sitzen  
mit Ingrid Fritsch, Seniorentanzleiterin Dresden

**29.08.**

„Gesund essen – besser leben“ – Tipps für eine gesunde, nachhaltige und  
schmackhafte Ernährung  
mit Elvira Weissgerber, Verbraucherzentrale Sachsen

**03.09.**

„Musik ist Balsam für die Seele“ - gemeinsames Singen und Hören  
bekannter Strauß-Operettenmelodien  
mit der Musikerfamilie Friedrich

**Bitte melden Sie sich zur Veranstaltung vorher an bei:**

Caritas-Seniorenberatung

Telefon: 0351 / 496 21 78

seniorenberatung@caritas-dresden.de

**Der Eintritt zu den Veranstaltungen ist frei!**

**Veranstaltungen für Seniorinnen und Senioren  
vom 13. August bis 3. September 2018**

# Gesund und vital im Alter

im Rahmen der Nachbarschaftstage in der Dresdner Altstadt



Foto: Christian Juppe

Ort: Caritas-Begegnungsraum, Am See 11/3.Etage,  
01067 Dresden

Uhrzeit: jeweils von 14.30 bis 16 Uhr

gefördert durch  
die Landeshauptstadt  
Dresden



Dresden.  
Dresdner

über 100  
JAHRE  
caritas  
DRESDEN



## Programm:

**13.08.**

„Wirkungsoptimierung durch die richtige Einnahme von Arzneimitteln“  
mit Apothekerin Dr. Katja Scarett Daub, „City- Apotheken Dresden“

**15.08.**

„So lange, wie möglich in den eigenen vier Wänden“  
mit Dorothee Wagner, Pflegedienstleiterin der Caritas-Sozialstation  
Dresden, und Dr. Alexander Schier, Hausarzt (angefragt)

**22.08.**

„Gesundheit in unseren Händen“ - ein Aktivierungsangebot für Senioren,  
mit der KSB Gesundheits- und Sporttherapie Dresden e.V.  
unterstützt von der AOK Plus

**27.08.**

„Bewegung nach Musik“ - ein Aktivierungsangebot für Senioren im Sitzen  
mit Ingrid Fritsch, Seniorentanzleiterin Dresden

**29.08.**

„Gesund essen – besser leben“ – Tipps für eine gesunde, nachhaltige und  
schmackhafte Ernährung  
mit Elvira Weissgerber, Verbraucherzentrale Sachsen

**03.09.**

„Musik ist Balsam für die Seele“ - gemeinsames Singen und Hören  
bekannter Strauß-Operettenmelodien  
mit der Musikerfamilie Friedrich

**Bitte melden Sie sich zur Veranstaltung vorher an bei:**

Caritas-Seniorenberatung

Telefon: 0351 / 496 21 78

seniorenberatung@caritas-dresden.de

**Der Eintritt zu den Veranstaltungen ist frei!**

**Veranstaltungen für Seniorinnen und Senioren  
vom 13. August bis 3. September 2018**

# Gesund und vital im Alter

im Rahmen der Nachbarschaftstage in der Dresdner Altstadt



Foto: Christian Juppe

Ort: Caritas-Begegnungsraum, Am See 11/3.Etage,  
01067 Dresden

Uhrzeit: jeweils von 14.30 bis 16 Uhr

gefördert durch  
die Landeshauptstadt  
Dresden



Dresden.  
Dresdner

über 100  
JAHRE  
caritas  
DRESDEN



## Programm:

**13.08.**

„Wirkungsoptimierung durch die richtige Einnahme von Arzneimitteln“  
mit Apothekerin Dr. Katja Scarett Daub, „City- Apotheken Dresden“

**15.08.**

„So lange, wie möglich in den eigenen vier Wänden“  
mit Dorothee Wagner, Pflegedienstleiterin der Caritas-Sozialstation  
Dresden, und Dr. Alexander Schier, Hausarzt

**22.08.**

„Gesundheit in unseren Händen“ - ein Aktivierungsangebot für Senioren,  
mit der KSB Gesundheits- und Sporttherapie Dresden e.V.  
unterstützt von der AOK Plus

**27.08.**

„Bewegung nach Musik“ - ein Aktivierungsangebot für Senioren im Sitzen  
mit Ingrid Fritsch, Seniorentanzleiterin Dresden

**29.08.**

„Gesund essen – besser leben“ – Tipps für eine gesunde, nachhaltige und  
schmackhafte Ernährung  
mit Elvira Weissgerber, Verbraucherzentrale Sachsen

**03.09.**

„Musik ist Balsam für die Seele“ - gemeinsames Singen und Hören  
bekannter Strauß-Operettenmelodien  
mit der Musikerfamilie Friedrich

**Bitte melden Sie sich zur Veranstaltung vorher an bei:**

Caritas-Seniorenberatung

Telefon: 0351 / 496 21 78

[seniorenberatung@caritas-dresden.de](mailto:seniorenberatung@caritas-dresden.de)

**Der Eintritt zu den Veranstaltungen ist frei!**

**Veranstaltungen für Seniorinnen und Senioren  
vom 13. August bis 3. September 2018**

# Gesund und vital im Alter

im Rahmen der Nachbarschaftstage in der Dresdner Altstadt



Foto: Christian Juppe

**Ort:** Caritas-Begegnungsraum, Am See 11/3.Etage,  
01067 Dresden

**Uhrzeit:** jeweils von 14.30 bis 16 Uhr

gefördert durch  
die Landeshauptstadt  
Dresden



Dresden.  
Dresdner

über 100  
JAHRE  
caritas  
DRESDEN



## Programm:

**13.08.**

„Wirkungsoptimierung durch die richtige Einnahme von Arzneimitteln“  
mit Apothekerin Dr. Katja Scarett Daub, „City- Apotheken Dresden“

**15.08.**

„So lange, wie möglich in den eigenen vier Wänden“  
mit Dorothee Wagner, Pflegedienstleiterin der Caritas-Sozialstation  
Dresden, und Dr. Alexander Schier, Hausarzt (angefragt)

**22.08.**

„Gesundheit in unseren Händen“ - ein Aktivierungsangebot für Senioren,  
mit der KSB Gesundheits- und Sporttherapie Dresden e.V.  
unterstützt von der AOK Plus

**27.08.**

„Bewegung nach Musik“ - ein Aktivierungsangebot für Senioren im Sitzen  
mit Ingrid Fritsch, Seniorentanzleiterin Dresden

**29.08.**

„Gesund essen – besser leben“ – Tipps für eine gesunde, nachhaltige und  
schmackhafte Ernährung  
mit Elvira Weissgerber, Verbraucherzentrale Sachsen

**03.09.**

„Musik ist Balsam für die Seele“ - gemeinsames Singen und Hören  
bekannter Strauß-Operettenmelodien  
mit der Musikerfamilie Friedrich

**Bitte melden Sie sich zur Veranstaltung vorher an bei:**

Caritas-Seniorenberatung

Telefon: 0351 / 496 21 78

seniorenberatung@caritas-dresden.de

**Der Eintritt zu den Veranstaltungen ist frei!**



**Veranstaltungen für Seniorinnen und Senioren  
vom 13. August bis 3. September 2018**

# Gesund und vital im Alter

im Rahmen der Nachbarschaftstage in der Dresdner Altstadt



Foto: Christian Juppe

Ort: Caritas-Begegnungsraum, Am See 11/3.Etage,  
01067 Dresden

Uhrzeit: jeweils von 14.30 bis 16 Uhr

gefördert durch  
die Landeshauptstadt  
Dresden



Dresden.  
Dresdner

über 100  
JAHRE  
caritas  
DRESDEN



## Programm:

**13.08.**

„Wirkungsoptimierung durch die richtige Einnahme von Arzneimitteln“  
mit Apothekerin Dr. Katja Scarett Daub, „City- Apotheken Dresden“

**15.08.**

„So lange, wie möglich in den eigenen vier Wänden“  
mit Dorothee Wagner, Pflegedienstleiterin der Caritas-Sozialstation  
Dresden, und Dr. Alexander Schier, Hausarzt

**22.08.**

„Gesundheit in unseren Händen“ - ein Aktivierungsangebot für Senioren,  
mit der KSB Gesundheits- und Sporttherapie Dresden e.V.  
unterstützt von der AOK Plus

**27.08.**

„Bewegung nach Musik“ - ein Aktivierungsangebot für Senioren im Sitzen  
mit Ingrid Fritsch, Seniorentanzleiterin Dresden

**29.08.**

„Gesund essen – besser leben“ – Tipps für eine gesunde, nachhaltige und  
schmackhafte Ernährung  
mit Elvira Weissgerber, Verbraucherzentrale Sachsen

**03.09.**

„Musik ist Balsam für die Seele“ - gemeinsames Singen und Hören  
bekannter Strauß-Operettenmelodien  
mit der Musikerfamilie Friedrich

**Bitte melden Sie sich zur Veranstaltung vorher an bei:**

Caritas-Seniorenberatung

Telefon: 0351 / 496 21 78

[seniorenberatung@caritas-dresden.de](mailto:seniorenberatung@caritas-dresden.de)

**Der Eintritt zu den Veranstaltungen ist frei!**

**Veranstaltungen für Seniorinnen und Senioren  
vom 13. August bis 3. September 2018**

# Gesund und vital im Alter

im Rahmen der Nachbarschaftstage in der Dresdner Altstadt



Foto: Christian Juppe

**Ort:** Caritas-Begegnungsraum, Am See 11/3.Etage,  
01067 Dresden

**Uhrzeit:** jeweils von 14.30 bis 16 Uhr

gefördert durch  
die Landeshauptstadt  
Dresden



Dresden.  
Dresdner

über 100  
JAHRE  
caritas  
DRESDEN



## Programm:

**13.08.**

„Wirkungsoptimierung durch die richtige Einnahme von Arzneimitteln“  
mit Apothekerin Dr. Katja Scarett Daub, „City- Apotheken Dresden“

**15.08.**

„So lange, wie möglich in den eigenen vier Wänden“  
mit Dorothee Wagner, Pflegedienstleiterin der Caritas-Sozialstation  
Dresden, und Dr. Alexander Schier, Hausarzt (angefragt)

**22.08.**

„Gesundheit in unseren Händen“ - ein Aktivierungsangebot für Senioren,  
mit der KSB Gesundheits- und Sporttherapie Dresden e.V.  
unterstützt von der AOK Plus

**27.08.**

„Bewegung nach Musik“ - ein Aktivierungsangebot für Senioren im Sitzen  
mit Ingrid Fritsch, Seniorentanzleiterin Dresden

**29.08.**

„Gesund essen – besser leben“ – Tipps für eine gesunde, nachhaltige und  
schmackhafte Ernährung  
mit Elvira Weissgerber, Verbraucherzentrale Sachsen

**03.09.**

„Musik ist Balsam für die Seele“ - gemeinsames Singen und Hören  
bekannter Strauß-Operettenmelodien  
mit der Musikerfamilie Friedrich

**Bitte melden Sie sich zur Veranstaltung vorher an bei:**

Caritas-Seniorenberatung

Telefon: 0351 / 496 21 78

seniorenberatung@caritas-dresden.de

**Der Eintritt zu den Veranstaltungen ist frei!**

**Veranstaltungen für Seniorinnen und Senioren  
vom 13. August bis 3. September 2018**

# Gesund und vital im Alter

im Rahmen der Nachbarschaftstage in der Dresdner Altstadt



Foto: Christian Juppe

Ort: Caritas-Begegnungsraum, Am See 11/3.Etage,  
01067 Dresden

Uhrzeit: jeweils von 14.30 bis 16 Uhr

gefördert durch  
die Landeshauptstadt  
Dresden



Dresden.  
Dresdner

über 100  
JAHRE  
caritas  
DRESDEN



## Programm:

**13.08.**

„Wirkungsoptimierung durch die richtige Einnahme von Arzneimitteln“  
mit Apothekerin Dr. Katja Scarett Daub, „City- Apotheken Dresden“

**15.08.**

„So lange, wie möglich in den eigenen vier Wänden“  
mit Dorothee Wagner, Pflegedienstleiterin der Caritas-Sozialstation  
Dresden, und Dr. Alexander Schier, Hausarzt

**22.08.**

„Gesundheit in unseren Händen“ - ein Aktivierungsangebot für Senioren,  
mit der KSB Gesundheits- und Sporttherapie Dresden e.V.  
unterstützt von der AOK Plus

**27.08.**

„Bewegung nach Musik“ - ein Aktivierungsangebot für Senioren im Sitzen  
mit Ingrid Fritsch, Seniorentanzleiterin Dresden

**29.08.**

„Gesund essen – besser leben“ – Tipps für eine gesunde, nachhaltige und  
schmackhafte Ernährung  
mit Elvira Weissgerber, Verbraucherzentrale Sachsen

**03.09.**

„Musik ist Balsam für die Seele“ - gemeinsames Singen und Hören  
bekannter Strauß-Operettenmelodien  
mit der Musikerfamilie Friedrich

**Bitte melden Sie sich zur Veranstaltung vorher an bei:**

Caritas-Seniorenberatung

Telefon: 0351 / 496 21 78

seniorenberatung@caritas-dresden.de

**Der Eintritt zu den Veranstaltungen ist frei!**

**Veranstaltungen für Seniorinnen und Senioren  
vom 13. August bis 3. September 2018**

# Gesund und vital im Alter

im Rahmen der Nachbarschaftstage in der Dresdner Altstadt



Foto: Christian Juppe

Ort: Caritas-Begegnungsraum, Am See 11/3.Etage,  
01067 Dresden

Uhrzeit: jeweils von 14.30 bis 16 Uhr

gefördert durch  
die Landeshauptstadt  
Dresden



Dresden.  
Dresdner

über 100  
JAHRE  
caritas  
DRESDEN



## Programm:

**13.08.**

„Wirkungsoptimierung durch die richtige Einnahme von Arzneimitteln“  
mit Apothekerin Dr. Katja Scarett Daub, „City- Apotheken Dresden“

**15.08.**

„So lange, wie möglich in den eigenen vier Wänden“  
mit Dorothee Wagner, Pflegedienstleiterin der Caritas-Sozialstation  
Dresden, und Dr. Alexander Schier, Hausarzt (angefragt)

**22.08.**

„Gesundheit in unseren Händen“ - ein Aktivierungsangebot für Senioren,  
mit der KSB Gesundheits- und Sporttherapie Dresden e.V.  
unterstützt von der AOK Plus

**27.08.**

„Bewegung nach Musik“ - ein Aktivierungsangebot für Senioren im Sitzen  
mit Ingrid Fritsch, Seniorentanzleiterin Dresden

**29.08.**

„Gesund essen – besser leben“ – Tipps für eine gesunde, nachhaltige und  
schmackhafte Ernährung  
mit Elvira Weissgerber, Verbraucherzentrale Sachsen

**03.09.**

„Musik ist Balsam für die Seele“ - gemeinsames Singen und Hören  
bekannter Strauß-Operettenmelodien  
mit der Musikerfamilie Friedrich

**Bitte melden Sie sich zur Veranstaltung vorher an bei:**

Caritas-Seniorenberatung

Telefon: 0351 / 496 21 78

seniorenberatung@caritas-dresden.de

**Der Eintritt zu den Veranstaltungen ist frei!**



**Veranstaltungen für Seniorinnen und Senioren  
vom 13. August bis 3. September 2018**

# Gesund und vital im Alter

im Rahmen der Nachbarschaftstage in der Dresdner Altstadt



Foto: Christian Juppe

Ort: Caritas-Begegnungsraum, Am See 11/3.Etage,  
01067 Dresden

Uhrzeit: jeweils von 14.30 bis 16 Uhr

gefördert durch  
die Landeshauptstadt  
Dresden



Dresden.  
Dresdner

über 100  
JAHRE  
caritas  
DRESDEN



## Programm:

**13.08.**

„Wirkungsoptimierung durch die richtige Einnahme von Arzneimitteln“  
mit Apothekerin Dr. Katja Scarett Daub, „City- Apotheken Dresden“

**15.08.**

„So lange, wie möglich in den eigenen vier Wänden“  
mit Dorothee Wagner, Pflegedienstleiterin der Caritas-Sozialstation  
Dresden, und Dr. Alexander Schier, Hausarzt

**22.08.**

„Gesundheit in unseren Händen“ - ein Aktivierungsangebot für Senioren,  
mit der KSB Gesundheits- und Sporttherapie Dresden e.V.  
unterstützt von der AOK Plus

**27.08.**

„Bewegung nach Musik“ - ein Aktivierungsangebot für Senioren im Sitzen  
mit Ingrid Fritsch, Seniorentanzleiterin Dresden

**29.08.**

„Gesund essen – besser leben“ – Tipps für eine gesunde, nachhaltige und  
schmackhafte Ernährung  
mit Elvira Weissgerber, Verbraucherzentrale Sachsen

**03.09.**

„Musik ist Balsam für die Seele“ - gemeinsames Singen und Hören  
bekannter Strauß-Operettenmelodien  
mit der Musikerfamilie Friedrich

**Bitte melden Sie sich zur Veranstaltung vorher an bei:**

Caritas-Seniorenberatung

Telefon: 0351 / 496 21 78

seniorenberatung@caritas-dresden.de

**Der Eintritt zu den Veranstaltungen ist frei!**

**Veranstaltungen für Seniorinnen und Senioren  
vom 13. August bis 3. September 2018**

## **Gesund und vital im Alter**

im Rahmen der Nachbarschaftstage in der Dresdner Altstadt



Foto: Christian Juppe

**Ort:** Caritas-Begegnungsraum, Am See 11/3.Etage,  
01067 Dresden

**Uhrzeit:** jeweils von 14.30 bis 16 Uhr

gefördert durch  
die Landeshauptstadt  
Dresden



Dresden.  
Dresdner

über 100  
JAHRE  
caritas  
DRESDEN



### Programm:

**13.08.**

„Wirkungsoptimierung durch die richtige Einnahme von Arzneimitteln“  
mit Apothekerin Dr. Katja Scarett Daub, „City- Apotheken Dresden“

**15.08.**

„So lange, wie möglich in den eigenen vier Wänden“  
mit Dorothee Wagner, Pflegedienstleiterin der Caritas-Sozialstation  
Dresden, und Dr. Alexander Schier, Hausarzt (angefragt)

**22.08.**

„Gesundheit in unseren Händen“ - ein Aktivierungsangebot für Senioren,  
mit der KSB Gesundheits- und Sporttherapie Dresden e.V.  
unterstützt von der AOK Plus

**27.08.**

„Bewegung nach Musik“ - ein Aktivierungsangebot für Senioren im Sitzen  
mit Ingrid Fritsch, Seniorentanzleiterin Dresden

**29.08.**

„Gesund essen – besser leben“ – Tipps für eine gesunde, nachhaltige und  
schmackhafte Ernährung  
mit Elvira Weissgerber, Verbraucherzentrale Sachsen

**03.09.**

„Musik ist Balsam für die Seele“ - gemeinsames Singen und Hören  
bekannter Strauß-Operettenmelodien  
mit der Musikerfamilie Friedrich

**Bitte melden Sie sich zur Veranstaltung vorher an bei:**

Caritas-Seniorenberatung

Telefon: 0351 / 496 21 78

[seniorenberatung@caritas-dresden.de](mailto:seniorenberatung@caritas-dresden.de)

**Der Eintritt zu den Veranstaltungen ist frei!**

**Veranstaltungen für Seniorinnen und Senioren  
vom 13. August bis 3. September 2018**

# Gesund und vital im Alter

im Rahmen der Nachbarschaftstage in der Dresdner Altstadt



Foto: Christian Juppe

**Ort:** Caritas-Begegnungsraum, Am See 11/3.Etage,  
01067 Dresden

**Uhrzeit:** jeweils von 14.30 bis 16 Uhr

gefördert durch  
die Landeshauptstadt  
Dresden



Dresden.  
Dresdner

über 100  
JAHRE  
caritas  
DRESDEN



## Programm:

**13.08.**

„Wirkungsoptimierung durch die richtige Einnahme von Arzneimitteln“  
mit Apothekerin Dr. Katja Scarett Daub, „City- Apotheken Dresden“

**15.08.**

„So lange, wie möglich in den eigenen vier Wänden“  
mit Dorothee Wagner, Pflegedienstleiterin der Caritas-Sozialstation  
Dresden, und Dr. Alexander Schier, Hausarzt

**22.08.**

„Gesundheit in unseren Händen“ - ein Aktivierungsangebot für Senioren,  
mit der KSB Gesundheits- und Sporttherapie Dresden e.V.  
unterstützt von der AOK Plus

**27.08.**

„Bewegung nach Musik“ - ein Aktivierungsangebot für Senioren im Sitzen  
mit Ingrid Fritsch, Seniorentanzleiterin Dresden

**29.08.**

„Gesund essen – besser leben“ – Tipps für eine gesunde, nachhaltige und  
schmackhafte Ernährung  
mit Elvira Weissgerber, Verbraucherzentrale Sachsen

**03.09.**

„Musik ist Balsam für die Seele“ - gemeinsames Singen und Hören  
bekannter Strauß-Operettenmelodien  
mit der Musikerfamilie Friedrich

**Bitte melden Sie sich zur Veranstaltung vorher an bei:**

Caritas-Seniorenberatung

Telefon: 0351 / 496 21 78

[seniorenberatung@caritas-dresden.de](mailto:seniorenberatung@caritas-dresden.de)

**Der Eintritt zu den Veranstaltungen ist frei!**

**Veranstaltungen für Seniorinnen und Senioren  
vom 13. August bis 3. September 2018**

# Gesund und vital im Alter

im Rahmen der Nachbarschaftstage in der Dresdner Altstadt



Foto: Christian Juppe

Ort: Caritas-Begegnungsraum, Am See 11/3.Etage,  
01067 Dresden

Uhrzeit: jeweils von 14.30 bis 16 Uhr

gefördert durch  
die Landeshauptstadt  
Dresden



Dresden.  
Dresdner

über 100  
JAHRE  
caritas  
DRESDEN



## Programm:

**13.08.**

„Wirkungsoptimierung durch die richtige Einnahme von Arzneimitteln“  
mit Apothekerin Dr. Katja Scarett Daub, „City- Apotheken Dresden“

**15.08.**

„So lange, wie möglich in den eigenen vier Wänden“  
mit Dorothee Wagner, Pflegedienstleiterin der Caritas-Sozialstation  
Dresden, und Dr. Alexander Schier, Hausarzt (angefragt)

**22.08.**

„Gesundheit in unseren Händen“ - ein Aktivierungsangebot für Senioren,  
mit der KSB Gesundheits- und Sporttherapie Dresden e.V.  
unterstützt von der AOK Plus

**27.08.**

„Bewegung nach Musik“ - ein Aktivierungsangebot für Senioren im Sitzen  
mit Ingrid Fritsch, Seniorentanzleiterin Dresden

**29.08.**

„Gesund essen – besser leben“ – Tipps für eine gesunde, nachhaltige und  
schmackhafte Ernährung  
mit Elvira Weissgerber, Verbraucherzentrale Sachsen

**03.09.**

„Musik ist Balsam für die Seele“ - gemeinsames Singen und Hören  
bekannter Strauß-Operettenmelodien  
mit der Musikerfamilie Friedrich

**Bitte melden Sie sich zur Veranstaltung vorher an bei:**

Caritas-Seniorenberatung

Telefon: 0351 / 496 21 78

[seniorenberatung@caritas-dresden.de](mailto:seniorenberatung@caritas-dresden.de)

**Der Eintritt zu den Veranstaltungen ist frei!**



**Veranstaltungen für Seniorinnen und Senioren  
vom 13. August bis 3. September 2018**

# Gesund und vital im Alter

im Rahmen der Nachbarschaftstage in der Dresdner Altstadt



Foto: Christian Juppe

Ort: Caritas-Begegnungsraum, Am See 11/3.Etage,  
01067 Dresden

Uhrzeit: jeweils von 14.30 bis 16 Uhr

gefördert durch  
die Landeshauptstadt  
Dresden



Dresden.  
Dresdner

über 100  
JAHRE  
caritas  
DRESDEN



## Programm:

**13.08.**

„Wirkungsoptimierung durch die richtige Einnahme von Arzneimitteln“  
mit Apothekerin Dr. Katja Scarett Daub, „City- Apotheken Dresden“

**15.08.**

„So lange, wie möglich in den eigenen vier Wänden“  
mit Dorothee Wagner, Pflegedienstleiterin der Caritas-Sozialstation  
Dresden, und Dr. Alexander Schier, Hausarzt

**22.08.**

„Gesundheit in unseren Händen“ - ein Aktivierungsangebot für Senioren,  
mit der KSB Gesundheits- und Sporttherapie Dresden e.V.  
unterstützt von der AOK Plus

**27.08.**

„Bewegung nach Musik“ - ein Aktivierungsangebot für Senioren im Sitzen  
mit Ingrid Fritsch, Seniorentanzleiterin Dresden

**29.08.**

„Gesund essen – besser leben“ – Tipps für eine gesunde, nachhaltige und  
schmackhafte Ernährung  
mit Elvira Weissgerber, Verbraucherzentrale Sachsen

**03.09.**

„Musik ist Balsam für die Seele“ - gemeinsames Singen und Hören  
bekannter Strauß-Operettenmelodien  
mit der Musikerfamilie Friedrich

**Bitte melden Sie sich zur Veranstaltung vorher an bei:**

Caritas-Seniorenberatung

Telefon: 0351 / 496 21 78

[seniorenberatung@caritas-dresden.de](mailto:seniorenberatung@caritas-dresden.de)

**Der Eintritt zu den Veranstaltungen ist frei!**

**Veranstaltungen für Seniorinnen und Senioren  
vom 13. August bis 3. September 2018**

# Gesund und vital im Alter

im Rahmen der Nachbarschaftstage in der Dresdner Altstadt



Foto: Christian Juppe

**Ort:** Caritas-Begegnungsraum, Am See 11/3.Etage,  
01067 Dresden

**Uhrzeit:** jeweils von 14.30 bis 16 Uhr

gefördert durch  
die Landeshauptstadt  
Dresden



Dresden.  
Dresdner

über 100  
JAHRE  
caritas  
DRESDEN



## Programm:

**13.08.**

„Wirkungsoptimierung durch die richtige Einnahme von Arzneimitteln“  
mit Apothekerin Dr. Katja Scarett Daub, „City- Apotheken Dresden“

**15.08.**

„So lange, wie möglich in den eigenen vier Wänden“  
mit Dorothee Wagner, Pflegedienstleiterin der Caritas-Sozialstation  
Dresden, und Dr. Alexander Schier, Hausarzt (angefragt)

**22.08.**

„Gesundheit in unseren Händen“ - ein Aktivierungsangebot für Senioren,  
mit der KSB Gesundheits- und Sporttherapie Dresden e.V.  
unterstützt von der AOK Plus

**27.08.**

„Bewegung nach Musik“ - ein Aktivierungsangebot für Senioren im Sitzen  
mit Ingrid Fritsch, Seniorentanzleiterin Dresden

**29.08.**

„Gesund essen – besser leben“ – Tipps für eine gesunde, nachhaltige und  
schmackhafte Ernährung  
mit Elvira Weissgerber, Verbraucherzentrale Sachsen

**03.09.**

„Musik ist Balsam für die Seele“ - gemeinsames Singen und Hören  
bekannter Strauß-Operettenmelodien  
mit der Musikerfamilie Friedrich

**Bitte melden Sie sich zur Veranstaltung vorher an bei:**

Caritas-Seniorenberatung

Telefon: 0351 / 496 21 78

seniorenberatung@caritas-dresden.de

**Der Eintritt zu den Veranstaltungen ist frei!**

**Veranstaltungen für Seniorinnen und Senioren  
vom 13. August bis 3. September 2018**

# Gesund und vital im Alter

im Rahmen der Nachbarschaftstage in der Dresdner Altstadt



Foto: Christian Juppe

Ort: Caritas-Begegnungsraum, Am See 11/3.Etage,  
01067 Dresden

Uhrzeit: jeweils von 14.30 bis 16 Uhr

gefördert durch  
die Landeshauptstadt  
Dresden



Dresden.  
Dresdner

über 100  
JAHRE  
caritas  
DRESDEN



## Programm:

**13.08.**

„Wirkungsoptimierung durch die richtige Einnahme von Arzneimitteln“  
mit Apothekerin Dr. Katja Scarett Daub, „City- Apotheken Dresden“

**15.08.**

„So lange, wie möglich in den eigenen vier Wänden“  
mit Dorothee Wagner, Pflegedienstleiterin der Caritas-Sozialstation  
Dresden, und Dr. Alexander Schier, Hausarzt

**22.08.**

„Gesundheit in unseren Händen“ - ein Aktivierungsangebot für Senioren,  
mit der KSB Gesundheits- und Sporttherapie Dresden e.V.  
unterstützt von der AOK Plus

**27.08.**

„Bewegung nach Musik“ - ein Aktivierungsangebot für Senioren im Sitzen  
mit Ingrid Fritsch, Seniorentanzleiterin Dresden

**29.08.**

„Gesund essen – besser leben“ – Tipps für eine gesunde, nachhaltige und  
schmackhafte Ernährung  
mit Elvira Weissgerber, Verbraucherzentrale Sachsen

**03.09.**

„Musik ist Balsam für die Seele“ - gemeinsames Singen und Hören  
bekannter Strauß-Operettenmelodien  
mit der Musikerfamilie Friedrich

**Bitte melden Sie sich zur Veranstaltung vorher an bei:**

Caritas-Seniorenberatung

Telefon: 0351 / 496 21 78

seniorenberatung@caritas-dresden.de

**Der Eintritt zu den Veranstaltungen ist frei!**

**Veranstaltungen für Seniorinnen und Senioren  
vom 13. August bis 3. September 2018**

# Gesund und vital im Alter

im Rahmen der Nachbarschaftstage in der Dresdner Altstadt



Foto: Christian Juppe

Ort: Caritas-Begegnungsraum, Am See 11/3.Etage,  
01067 Dresden

Uhrzeit: jeweils von 14.30 bis 16 Uhr

gefördert durch  
die Landeshauptstadt  
Dresden



Dresden.  
Dresdner

über 100  
JAHRE  
caritas  
DRESDEN



## Programm:

**13.08.**

„Wirkungsoptimierung durch die richtige Einnahme von Arzneimitteln“  
mit Apothekerin Dr. Katja Scarett Daub, „City- Apotheken Dresden“

**15.08.**

„So lange, wie möglich in den eigenen vier Wänden“  
mit Dorothee Wagner, Pflegedienstleiterin der Caritas-Sozialstation  
Dresden, und Dr. Alexander Schier, Hausarzt (angefragt)

**22.08.**

„Gesundheit in unseren Händen“ - ein Aktivierungsangebot für Senioren,  
mit der KSB Gesundheits- und Sporttherapie Dresden e.V.  
unterstützt von der AOK Plus

**27.08.**

„Bewegung nach Musik“ - ein Aktivierungsangebot für Senioren im Sitzen  
mit Ingrid Fritsch, Seniorentanzleiterin Dresden

**29.08.**

„Gesund essen – besser leben“ – Tipps für eine gesunde, nachhaltige und  
schmackhafte Ernährung  
mit Elvira Weissgerber, Verbraucherzentrale Sachsen

**03.09.**

„Musik ist Balsam für die Seele“ - gemeinsames Singen und Hören  
bekannter Strauß-Operettenmelodien  
mit der Musikerfamilie Friedrich

**Bitte melden Sie sich zur Veranstaltung vorher an bei:**

Caritas-Seniorenberatung

Telefon: 0351 / 496 21 78

seniorenberatung@caritas-dresden.de

**Der Eintritt zu den Veranstaltungen ist frei!**



**Veranstaltungen für Seniorinnen und Senioren  
vom 13. August bis 3. September 2018**

# Gesund und vital im Alter

im Rahmen der Nachbarschaftstage in der Dresdner Altstadt



Foto: Christian Juppe

Ort: Caritas-Begegnungsraum, Am See 11/3.Etage,  
01067 Dresden

Uhrzeit: jeweils von 14.30 bis 16 Uhr

gefördert durch  
die Landeshauptstadt  
Dresden



Dresden.  
Dresdner

über 100  
JAHRE  
caritas  
DRESDEN



## Programm:

**13.08.**

„Wirkungsoptimierung durch die richtige Einnahme von Arzneimitteln“  
mit Apothekerin Dr. Katja Scarett Daub, „City- Apotheken Dresden“

**15.08.**

„So lange, wie möglich in den eigenen vier Wänden“  
mit Dorothee Wagner, Pflegedienstleiterin der Caritas-Sozialstation  
Dresden, und Dr. Alexander Schier, Hausarzt

**22.08.**

„Gesundheit in unseren Händen“ - ein Aktivierungsangebot für Senioren,  
mit der KSB Gesundheits- und Sporttherapie Dresden e.V.  
unterstützt von der AOK Plus

**27.08.**

„Bewegung nach Musik“ - ein Aktivierungsangebot für Senioren im Sitzen  
mit Ingrid Fritsch, Seniorentanzleiterin Dresden

**29.08.**

„Gesund essen – besser leben“ – Tipps für eine gesunde, nachhaltige und  
schmackhafte Ernährung  
mit Elvira Weissgerber, Verbraucherzentrale Sachsen

**03.09.**

„Musik ist Balsam für die Seele“ - gemeinsames Singen und Hören  
bekannter Strauß-Operettenmelodien  
mit der Musikerfamilie Friedrich

**Bitte melden Sie sich zur Veranstaltung vorher an bei:**

Caritas-Seniorenberatung

Telefon: 0351 / 496 21 78

seniorenberatung@caritas-dresden.de

**Der Eintritt zu den Veranstaltungen ist frei!**

**Veranstaltungen für Seniorinnen und Senioren  
vom 13. August bis 3. September 2018**

# Gesund und vital im Alter

im Rahmen der Nachbarschaftstage in der Dresdner Altstadt



Foto: Christian Juppe

**Ort:** Caritas-Begegnungsraum, Am See 11/3.Etage,  
01067 Dresden

**Uhrzeit:** jeweils von 14.30 bis 16 Uhr

gefördert durch  
die Landeshauptstadt  
Dresden



Dresden.  
Dresdner

über 100  
JAHRE  
caritas  
DRESDEN



## Programm:

**13.08.**

„Wirkungsoptimierung durch die richtige Einnahme von Arzneimitteln“  
mit Apothekerin Dr. Katja Scarett Daub, „City- Apotheken Dresden“

**15.08.**

„So lange, wie möglich in den eigenen vier Wänden“  
mit Dorothee Wagner, Pflegedienstleiterin der Caritas-Sozialstation  
Dresden, und Dr. Alexander Schier, Hausarzt (angefragt)

**22.08.**

„Gesundheit in unseren Händen“ - ein Aktivierungsangebot für Senioren,  
mit der KSB Gesundheits- und Sporttherapie Dresden e.V.  
unterstützt von der AOK Plus

**27.08.**

„Bewegung nach Musik“ - ein Aktivierungsangebot für Senioren im Sitzen  
mit Ingrid Fritsch, Seniorentanzleiterin Dresden

**29.08.**

„Gesund essen – besser leben“ – Tipps für eine gesunde, nachhaltige und  
schmackhafte Ernährung  
mit Elvira Weissgerber, Verbraucherzentrale Sachsen

**03.09.**

„Musik ist Balsam für die Seele“ - gemeinsames Singen und Hören  
bekannter Strauß-Operettenmelodien  
mit der Musikerfamilie Friedrich

**Bitte melden Sie sich zur Veranstaltung vorher an bei:**

Caritas-Seniorenberatung

Telefon: 0351 / 496 21 78

seniorenberatung@caritas-dresden.de

**Der Eintritt zu den Veranstaltungen ist frei!**

**Veranstaltungen für Seniorinnen und Senioren  
vom 13. August bis 3. September 2018**

# Gesund und vital im Alter

im Rahmen der Nachbarschaftstage in der Dresdner Altstadt



Foto: Christian Juppe

Ort: Caritas-Begegnungsraum, Am See 11/3.Etage,  
01067 Dresden

Uhrzeit: jeweils von 14.30 bis 16 Uhr

gefördert durch  
die Landeshauptstadt  
Dresden



Dresden.  
Dresdner

über 100  
JAHRE  
caritas  
DRESDEN



## Programm:

**13.08.**

„Wirkungsoptimierung durch die richtige Einnahme von Arzneimitteln“  
mit Apothekerin Dr. Katja Scarett Daub, „City- Apotheken Dresden“

**15.08.**

„So lange, wie möglich in den eigenen vier Wänden“  
mit Dorothee Wagner, Pflegedienstleiterin der Caritas-Sozialstation  
Dresden, und Dr. Alexander Schier, Hausarzt

**22.08.**

„Gesundheit in unseren Händen“ - ein Aktivierungsangebot für Senioren,  
mit der KSB Gesundheits- und Sporttherapie Dresden e.V.  
unterstützt von der AOK Plus

**27.08.**

„Bewegung nach Musik“ - ein Aktivierungsangebot für Senioren im Sitzen  
mit Ingrid Fritsch, Seniorentanzleiterin Dresden

**29.08.**

„Gesund essen – besser leben“ – Tipps für eine gesunde, nachhaltige und  
schmackhafte Ernährung  
mit Elvira Weissgerber, Verbraucherzentrale Sachsen

**03.09.**

„Musik ist Balsam für die Seele“ - gemeinsames Singen und Hören  
bekannter Strauß-Operettenmelodien  
mit der Musikerfamilie Friedrich

**Bitte melden Sie sich zur Veranstaltung vorher an bei:**

Caritas-Seniorenberatung

Telefon: 0351 / 496 21 78

[seniorenberatung@caritas-dresden.de](mailto:seniorenberatung@caritas-dresden.de)

**Der Eintritt zu den Veranstaltungen ist frei!**

**Veranstaltungen für Seniorinnen und Senioren  
vom 13. August bis 3. September 2018**

# Gesund und vital im Alter

im Rahmen der Nachbarschaftstage in der Dresdner Altstadt



Foto: Christian Juppe

**Ort:** Caritas-Begegnungsraum, Am See 11/3.Etage,  
01067 Dresden

**Uhrzeit:** jeweils von 14.30 bis 16 Uhr

gefördert durch  
die Landeshauptstadt  
Dresden



Dresden.  
Dresdner

über 100  
JAHRE  
caritas  
DRESDEN



## Programm:

**13.08.**

„Wirkungsoptimierung durch die richtige Einnahme von Arzneimitteln“  
mit Apothekerin Dr. Katja Scarett Daub, „City- Apotheken Dresden“

**15.08.**

„So lange, wie möglich in den eigenen vier Wänden“  
mit Dorothee Wagner, Pflegedienstleiterin der Caritas-Sozialstation  
Dresden, und Dr. Alexander Schier, Hausarzt (angefragt)

**22.08.**

„Gesundheit in unseren Händen“ - ein Aktivierungsangebot für Senioren,  
mit der KSB Gesundheits- und Sporttherapie Dresden e.V.  
unterstützt von der AOK Plus

**27.08.**

„Bewegung nach Musik“ - ein Aktivierungsangebot für Senioren im Sitzen  
mit Ingrid Fritsch, Seniorentanzleiterin Dresden

**29.08.**

„Gesund essen – besser leben“ – Tipps für eine gesunde, nachhaltige und  
schmackhafte Ernährung  
mit Elvira Weissgerber, Verbraucherzentrale Sachsen

**03.09.**

„Musik ist Balsam für die Seele“ - gemeinsames Singen und Hören  
bekannter Strauß-Operettenmelodien  
mit der Musikerfamilie Friedrich

**Bitte melden Sie sich zur Veranstaltung vorher an bei:**

Caritas-Seniorenberatung

Telefon: 0351 / 496 21 78

seniorenberatung@caritas-dresden.de

**Der Eintritt zu den Veranstaltungen ist frei!**



**Veranstaltungen für Seniorinnen und Senioren  
vom 13. August bis 3. September 2018**

# Gesund und vital im Alter

im Rahmen der Nachbarschaftstage in der Dresdner Altstadt



Foto: Christian Juppe

Ort: Caritas-Begegnungsraum, Am See 11/3.Etage,  
01067 Dresden

Uhrzeit: jeweils von 14.30 bis 16 Uhr

gefördert durch  
die Landeshauptstadt  
Dresden



Dresden.  
Dresdner

über 100  
JAHRE  
caritas  
DRESDEN



## Programm:

**13.08.**

„Wirkungsoptimierung durch die richtige Einnahme von Arzneimitteln“  
mit Apothekerin Dr. Katja Scarett Daub, „City- Apotheken Dresden“

**15.08.**

„So lange, wie möglich in den eigenen vier Wänden“  
mit Dorothee Wagner, Pflegedienstleiterin der Caritas-Sozialstation  
Dresden, und Dr. Alexander Schier, Hausarzt

**22.08.**

„Gesundheit in unseren Händen“ - ein Aktivierungsangebot für Senioren,  
mit der KSB Gesundheits- und Sporttherapie Dresden e.V.  
unterstützt von der AOK Plus

**27.08.**

„Bewegung nach Musik“ - ein Aktivierungsangebot für Senioren im Sitzen  
mit Ingrid Fritsch, Seniorentanzleiterin Dresden

**29.08.**

„Gesund essen – besser leben“ – Tipps für eine gesunde, nachhaltige und  
schmackhafte Ernährung  
mit Elvira Weissgerber, Verbraucherzentrale Sachsen

**03.09.**

„Musik ist Balsam für die Seele“ - gemeinsames Singen und Hören  
bekannter Strauß-Operettenmelodien  
mit der Musikerfamilie Friedrich

**Bitte melden Sie sich zur Veranstaltung vorher an bei:**

Caritas-Seniorenberatung

Telefon: 0351 / 496 21 78

[seniorenberatung@caritas-dresden.de](mailto:seniorenberatung@caritas-dresden.de)

**Der Eintritt zu den Veranstaltungen ist frei!**

**Veranstaltungen für Seniorinnen und Senioren  
vom 13. August bis 3. September 2018**

# Gesund und vital im Alter

im Rahmen der Nachbarschaftstage in der Dresdner Altstadt



Foto: Christian Juppe

**Ort:** Caritas-Begegnungsraum, Am See 11/3.Etage,  
01067 Dresden

**Uhrzeit:** jeweils von 14.30 bis 16 Uhr

gefördert durch  
die Landeshauptstadt  
Dresden



Dresden.  
Dresdner

über 100  
JAHRE  
caritas  
DRESDEN



## Programm:

**13.08.**

„Wirkungsoptimierung durch die richtige Einnahme von Arzneimitteln“  
mit Apothekerin Dr. Katja Scarett Daub, „City- Apotheken Dresden“

**15.08.**

„So lange, wie möglich in den eigenen vier Wänden“  
mit Dorothee Wagner, Pflegedienstleiterin der Caritas-Sozialstation  
Dresden, und Dr. Alexander Schier, Hausarzt (angefragt)

**22.08.**

„Gesundheit in unseren Händen“ - ein Aktivierungsangebot für Senioren,  
mit der KSB Gesundheits- und Sporttherapie Dresden e.V.  
unterstützt von der AOK Plus

**27.08.**

„Bewegung nach Musik“ - ein Aktivierungsangebot für Senioren im Sitzen  
mit Ingrid Fritsch, Seniorentanzleiterin Dresden

**29.08.**

„Gesund essen – besser leben“ – Tipps für eine gesunde, nachhaltige und  
schmackhafte Ernährung  
mit Elvira Weissgerber, Verbraucherzentrale Sachsen

**03.09.**

„Musik ist Balsam für die Seele“ - gemeinsames Singen und Hören  
bekannter Strauß-Operettenmelodien  
mit der Musikerfamilie Friedrich

**Bitte melden Sie sich zur Veranstaltung vorher an bei:**

Caritas-Seniorenberatung

Telefon: 0351 / 496 21 78

seniorenberatung@caritas-dresden.de

**Der Eintritt zu den Veranstaltungen ist frei!**

**Veranstaltungen für Seniorinnen und Senioren  
vom 13. August bis 3. September 2018**

# Gesund und vital im Alter

im Rahmen der Nachbarschaftstage in der Dresdner Altstadt



Foto: Christian Juppe

Ort: Caritas-Begegnungsraum, Am See 11/3.Etage,  
01067 Dresden

Uhrzeit: jeweils von 14.30 bis 16 Uhr

gefördert durch  
die Landeshauptstadt  
Dresden



Dresden.  
Dresdner

über 100  
JAHRE  
caritas  
DRESDEN



## Programm:

**13.08.**

„Wirkungsoptimierung durch die richtige Einnahme von Arzneimitteln“  
mit Apothekerin Dr. Katja Scarett Daub, „City- Apotheken Dresden“

**15.08.**

„So lange, wie möglich in den eigenen vier Wänden“  
mit Dorothee Wagner, Pflegedienstleiterin der Caritas-Sozialstation  
Dresden, und Dr. Alexander Schier, Hausarzt

**22.08.**

„Gesundheit in unseren Händen“ - ein Aktivierungsangebot für Senioren,  
mit der KSB Gesundheits- und Sporttherapie Dresden e.V.  
unterstützt von der AOK Plus

**27.08.**

„Bewegung nach Musik“ - ein Aktivierungsangebot für Senioren im Sitzen  
mit Ingrid Fritsch, Seniorentanzleiterin Dresden

**29.08.**

„Gesund essen – besser leben“ – Tipps für eine gesunde, nachhaltige und  
schmackhafte Ernährung  
mit Elvira Weissgerber, Verbraucherzentrale Sachsen

**03.09.**

„Musik ist Balsam für die Seele“ - gemeinsames Singen und Hören  
bekannter Strauß-Operettenmelodien  
mit der Musikerfamilie Friedrich

**Bitte melden Sie sich zur Veranstaltung vorher an bei:**

Caritas-Seniorenberatung

Telefon: 0351 / 496 21 78

[seniorenberatung@caritas-dresden.de](mailto:seniorenberatung@caritas-dresden.de)

**Der Eintritt zu den Veranstaltungen ist frei!**

**Veranstaltungen für Seniorinnen und Senioren  
vom 13. August bis 3. September 2018**

# Gesund und vital im Alter

im Rahmen der Nachbarschaftstage in der Dresdner Altstadt



Foto: Christian Juppe

**Ort:** Caritas-Begegnungsraum, Am See 11/3.Etage,  
01067 Dresden

**Uhrzeit:** jeweils von 14.30 bis 16 Uhr

gefördert durch  
die Landeshauptstadt  
Dresden



Dresden.  
Dresdner

über 100  
JAHRE  
caritas  
DRESDEN



## Programm:

**13.08.**

„Wirkungsoptimierung durch die richtige Einnahme von Arzneimitteln“  
mit Apothekerin Dr. Katja Scarett Daub, „City- Apotheken Dresden“

**15.08.**

„So lange, wie möglich in den eigenen vier Wänden“  
mit Dorothee Wagner, Pflegedienstleiterin der Caritas-Sozialstation  
Dresden, und Dr. Alexander Schier, Hausarzt (angefragt)

**22.08.**

„Gesundheit in unseren Händen“ - ein Aktivierungsangebot für Senioren,  
mit der KSB Gesundheits- und Sporttherapie Dresden e.V.  
unterstützt von der AOK Plus

**27.08.**

„Bewegung nach Musik“ - ein Aktivierungsangebot für Senioren im Sitzen  
mit Ingrid Fritsch, Seniorentanzleiterin Dresden

**29.08.**

„Gesund essen – besser leben“ – Tipps für eine gesunde, nachhaltige und  
schmackhafte Ernährung  
mit Elvira Weissgerber, Verbraucherzentrale Sachsen

**03.09.**

„Musik ist Balsam für die Seele“ - gemeinsames Singen und Hören  
bekannter Strauß-Operettenmelodien  
mit der Musikerfamilie Friedrich

**Bitte melden Sie sich zur Veranstaltung vorher an bei:**

Caritas-Seniorenberatung

Telefon: 0351 / 496 21 78

seniorenberatung@caritas-dresden.de

**Der Eintritt zu den Veranstaltungen ist frei!**



**Veranstaltungen für Seniorinnen und Senioren  
vom 13. August bis 3. September 2018**

# Gesund und vital im Alter

im Rahmen der Nachbarschaftstage in der Dresdner Altstadt



Foto: Christian Juppe

Ort: Caritas-Begegnungsraum, Am See 11/3.Etage,  
01067 Dresden

Uhrzeit: jeweils von 14.30 bis 16 Uhr

gefördert durch  
die Landeshauptstadt  
Dresden



Dresden.  
Dresdner

über 100  
JAHRE  
caritas  
DRESDEN



## Programm:

**13.08.**

„Wirkungsoptimierung durch die richtige Einnahme von Arzneimitteln“  
mit Apothekerin Dr. Katja Scarett Daub, „City- Apotheken Dresden“

**15.08.**

„So lange, wie möglich in den eigenen vier Wänden“  
mit Dorothee Wagner, Pflegedienstleiterin der Caritas-Sozialstation  
Dresden, und Dr. Alexander Schier, Hausarzt

**22.08.**

„Gesundheit in unseren Händen“ - ein Aktivierungsangebot für Senioren,  
mit der KSB Gesundheits- und Sporttherapie Dresden e.V.  
unterstützt von der AOK Plus

**27.08.**

„Bewegung nach Musik“ - ein Aktivierungsangebot für Senioren im Sitzen  
mit Ingrid Fritsch, Seniorentanzleiterin Dresden

**29.08.**

„Gesund essen – besser leben“ – Tipps für eine gesunde, nachhaltige und  
schmackhafte Ernährung  
mit Elvira Weissgerber, Verbraucherzentrale Sachsen

**03.09.**

„Musik ist Balsam für die Seele“ - gemeinsames Singen und Hören  
bekannter Strauß-Operettenmelodien  
mit der Musikerfamilie Friedrich

**Bitte melden Sie sich zur Veranstaltung vorher an bei:**

Caritas-Seniorenberatung

Telefon: 0351 / 496 21 78

[seniorenberatung@caritas-dresden.de](mailto:seniorenberatung@caritas-dresden.de)

**Der Eintritt zu den Veranstaltungen ist frei!**

**Veranstaltungen für Seniorinnen und Senioren  
vom 13. August bis 3. September 2018**

# Gesund und vital im Alter

im Rahmen der Nachbarschaftstage in der Dresdner Altstadt



Foto: Christian Juppe

Ort: Caritas-Begegnungsraum, Am See 11/3.Etage,  
01067 Dresden

Uhrzeit: jeweils von 14.30 bis 16 Uhr

gefördert durch  
die Landeshauptstadt  
Dresden



Dresden.  
Dresdner

über 100  
JAHRE  
caritas  
DRESDEN



## Programm:

**13.08.**

„Wirkungsoptimierung durch die richtige Einnahme von Arzneimitteln“  
mit Apothekerin Dr. Katja Scarett Daub, „City- Apotheken Dresden“

**15.08.**

„So lange, wie möglich in den eigenen vier Wänden“  
mit Dorothee Wagner, Pflegedienstleiterin der Caritas-Sozialstation  
Dresden, und Dr. Alexander Schier, Hausarzt (angefragt)

**22.08.**

„Gesundheit in unseren Händen“ - ein Aktivierungsangebot für Senioren,  
mit der KSB Gesundheits- und Sporttherapie Dresden e.V.  
unterstützt von der AOK Plus

**27.08.**

„Bewegung nach Musik“ - ein Aktivierungsangebot für Senioren im Sitzen  
mit Ingrid Fritsch, Seniorentanzleiterin Dresden

**29.08.**

„Gesund essen – besser leben“ – Tipps für eine gesunde, nachhaltige und  
schmackhafte Ernährung  
mit Elvira Weissgerber, Verbraucherzentrale Sachsen

**03.09.**

„Musik ist Balsam für die Seele“ - gemeinsames Singen und Hören  
bekannter Strauß-Operettenmelodien  
mit der Musikerfamilie Friedrich

**Bitte melden Sie sich zur Veranstaltung vorher an bei:**

Caritas-Seniorenberatung

Telefon: 0351 / 496 21 78

[seniorenberatung@caritas-dresden.de](mailto:seniorenberatung@caritas-dresden.de)

**Der Eintritt zu den Veranstaltungen ist frei!**

**Veranstaltungen für Seniorinnen und Senioren  
vom 13. August bis 3. September 2018**

# Gesund und vital im Alter

im Rahmen der Nachbarschaftstage in der Dresdner Altstadt



Foto: Christian Juppe

Ort: Caritas-Begegnungsraum, Am See 11/3.Etage,  
01067 Dresden

Uhrzeit: jeweils von 14.30 bis 16 Uhr

gefördert durch  
die Landeshauptstadt  
Dresden



Dresden.  
Dresdner

über 100  
JAHRE  
caritas  
DRESDEN



## Programm:

**13.08.**

„Wirkungsoptimierung durch die richtige Einnahme von Arzneimitteln“  
mit Apothekerin Dr. Katja Scarett Daub, „City- Apotheken Dresden“

**15.08.**

„So lange, wie möglich in den eigenen vier Wänden“  
mit Dorothee Wagner, Pflegedienstleiterin der Caritas-Sozialstation  
Dresden, und Dr. Alexander Schier, Hausarzt

**22.08.**

„Gesundheit in unseren Händen“ - ein Aktivierungsangebot für Senioren,  
mit der KSB Gesundheits- und Sporttherapie Dresden e.V.  
unterstützt von der AOK Plus

**27.08.**

„Bewegung nach Musik“ - ein Aktivierungsangebot für Senioren im Sitzen  
mit Ingrid Fritsch, Seniorentanzleiterin Dresden

**29.08.**

„Gesund essen – besser leben“ – Tipps für eine gesunde, nachhaltige und  
schmackhafte Ernährung  
mit Elvira Weissgerber, Verbraucherzentrale Sachsen

**03.09.**

„Musik ist Balsam für die Seele“ - gemeinsames Singen und Hören  
bekannter Strauß-Operettenmelodien  
mit der Musikerfamilie Friedrich

**Bitte melden Sie sich zur Veranstaltung vorher an bei:**

Caritas-Seniorenberatung

Telefon: 0351 / 496 21 78

[seniorenberatung@caritas-dresden.de](mailto:seniorenberatung@caritas-dresden.de)

**Der Eintritt zu den Veranstaltungen ist frei!**

**Veranstaltungen für Seniorinnen und Senioren  
vom 13. August bis 3. September 2018**

## **Gesund und vital im Alter**

im Rahmen der Nachbarschaftstage in der Dresdner Altstadt



Foto: Christian Juppe

**Ort:** Caritas-Begegnungsraum, Am See 11/3.Etage,  
01067 Dresden

**Uhrzeit:** jeweils von 14.30 bis 16 Uhr

gefördert durch  
die Landeshauptstadt  
Dresden



Dresden.  
Dresdner

über 100  
JAHRE  
caritas  
DRESDEN



### Programm:

**13.08.**

„Wirkungsoptimierung durch die richtige Einnahme von Arzneimitteln“  
mit Apothekerin Dr. Katja Scarett Daub, „City- Apotheken Dresden“

**15.08.**

„So lange, wie möglich in den eigenen vier Wänden“  
mit Dorothee Wagner, Pflegedienstleiterin der Caritas-Sozialstation  
Dresden, und Dr. Alexander Schier, Hausarzt (angefragt)

**22.08.**

„Gesundheit in unseren Händen“ - ein Aktivierungsangebot für Senioren,  
mit der KSB Gesundheits- und Sporttherapie Dresden e.V.  
unterstützt von der AOK Plus

**27.08.**

„Bewegung nach Musik“ - ein Aktivierungsangebot für Senioren im Sitzen  
mit Ingrid Fritsch, Seniorentanzleiterin Dresden

**29.08.**

„Gesund essen – besser leben“ – Tipps für eine gesunde, nachhaltige und  
schmackhafte Ernährung  
mit Elvira Weissgerber, Verbraucherzentrale Sachsen

**03.09.**

„Musik ist Balsam für die Seele“ - gemeinsames Singen und Hören  
bekannter Strauß-Operettenmelodien  
mit der Musikerfamilie Friedrich

**Bitte melden Sie sich zur Veranstaltung vorher an bei:**

Caritas-Seniorenberatung

Telefon: 0351 / 496 21 78

seniorenberatung@caritas-dresden.de

**Der Eintritt zu den Veranstaltungen ist frei!**



**Veranstaltungen für Seniorinnen und Senioren  
vom 13. August bis 3. September 2018**

# Gesund und vital im Alter

im Rahmen der Nachbarschaftstage in der Dresdner Altstadt



Foto: Christian Juppe

Ort: Caritas-Begegnungsraum, Am See 11/3.Etage,  
01067 Dresden

Uhrzeit: jeweils von 14.30 bis 16 Uhr

gefördert durch  
die Landeshauptstadt  
Dresden



Dresden.  
Dresdner

über 100  
JAHRE  
caritas  
DRESDEN



## Programm:

**13.08.**

„Wirkungsoptimierung durch die richtige Einnahme von Arzneimitteln“  
mit Apothekerin Dr. Katja Scarett Daub, „City- Apotheken Dresden“

**15.08.**

„So lange, wie möglich in den eigenen vier Wänden“  
mit Dorothee Wagner, Pflegedienstleiterin der Caritas-Sozialstation  
Dresden, und Dr. Alexander Schier, Hausarzt

**22.08.**

„Gesundheit in unseren Händen“ - ein Aktivierungsangebot für Senioren,  
mit der KSB Gesundheits- und Sporttherapie Dresden e.V.  
unterstützt von der AOK Plus

**27.08.**

„Bewegung nach Musik“ - ein Aktivierungsangebot für Senioren im Sitzen  
mit Ingrid Fritsch, Seniorentanzleiterin Dresden

**29.08.**

„Gesund essen – besser leben“ – Tipps für eine gesunde, nachhaltige und  
schmackhafte Ernährung  
mit Elvira Weissgerber, Verbraucherzentrale Sachsen

**03.09.**

„Musik ist Balsam für die Seele“ - gemeinsames Singen und Hören  
bekannter Strauß-Operettenmelodien  
mit der Musikerfamilie Friedrich

**Bitte melden Sie sich zur Veranstaltung vorher an bei:**

Caritas-Seniorenberatung

Telefon: 0351 / 496 21 78

[seniorenberatung@caritas-dresden.de](mailto:seniorenberatung@caritas-dresden.de)

**Der Eintritt zu den Veranstaltungen ist frei!**

**Veranstaltungen für Seniorinnen und Senioren  
vom 13. August bis 3. September 2018**

## **Gesund und vital im Alter**

im Rahmen der Nachbarschaftstage in der Dresdner Altstadt



Foto: Christian Juppe

**Ort:** Caritas-Begegnungsraum, Am See 11/3.Etage,  
01067 Dresden

**Uhrzeit:** jeweils von 14.30 bis 16 Uhr

gefördert durch  
die Landeshauptstadt  
Dresden



Dresden.  
Dresdner

über 100  
JAHRE  
caritas  
DRESDEN



### Programm:

**13.08.**

„Wirkungsoptimierung durch die richtige Einnahme von Arzneimitteln“  
mit Apothekerin Dr. Katja Scarett Daub, „City- Apotheken Dresden“

**15.08.**

„So lange, wie möglich in den eigenen vier Wänden“  
mit Dorothee Wagner, Pflegedienstleiterin der Caritas-Sozialstation  
Dresden, und Dr. Alexander Schier, Hausarzt (angefragt)

**22.08.**

„Gesundheit in unseren Händen“ - ein Aktivierungsangebot für Senioren,  
mit der KSB Gesundheits- und Sporttherapie Dresden e.V.  
unterstützt von der AOK Plus

**27.08.**

„Bewegung nach Musik“ - ein Aktivierungsangebot für Senioren im Sitzen  
mit Ingrid Fritsch, Seniorentanzleiterin Dresden

**29.08.**

„Gesund essen – besser leben“ – Tipps für eine gesunde, nachhaltige und  
schmackhafte Ernährung  
mit Elvira Weissgerber, Verbraucherzentrale Sachsen

**03.09.**

„Musik ist Balsam für die Seele“ - gemeinsames Singen und Hören  
bekannter Strauß-Operettenmelodien  
mit der Musikerfamilie Friedrich

**Bitte melden Sie sich zur Veranstaltung vorher an bei:**

Caritas-Seniorenberatung

Telefon: 0351 / 496 21 78

seniorenberatung@caritas-dresden.de

**Der Eintritt zu den Veranstaltungen ist frei!**

**Veranstaltungen für Seniorinnen und Senioren  
vom 13. August bis 3. September 2018**

# Gesund und vital im Alter

im Rahmen der Nachbarschaftstage in der Dresdner Altstadt



Foto: Christian Juppe

Ort: Caritas-Begegnungsraum, Am See 11/3.Etage,  
01067 Dresden

Uhrzeit: jeweils von 14.30 bis 16 Uhr

gefördert durch  
die Landeshauptstadt  
Dresden



Dresden.  
Dresdner

über 100  
JAHRE  
caritas  
DRESDEN



## Programm:

**13.08.**

„Wirkungsoptimierung durch die richtige Einnahme von Arzneimitteln“  
mit Apothekerin Dr. Katja Scarett Daub, „City- Apotheken Dresden“

**15.08.**

„So lange, wie möglich in den eigenen vier Wänden“  
mit Dorothee Wagner, Pflegedienstleiterin der Caritas-Sozialstation  
Dresden, und Dr. Alexander Schier, Hausarzt

**22.08.**

„Gesundheit in unseren Händen“ - ein Aktivierungsangebot für Senioren,  
mit der KSB Gesundheits- und Sporttherapie Dresden e.V.  
unterstützt von der AOK Plus

**27.08.**

„Bewegung nach Musik“ - ein Aktivierungsangebot für Senioren im Sitzen  
mit Ingrid Fritsch, Seniorentanzleiterin Dresden

**29.08.**

„Gesund essen – besser leben“ – Tipps für eine gesunde, nachhaltige und  
schmackhafte Ernährung  
mit Elvira Weissgerber, Verbraucherzentrale Sachsen

**03.09.**

„Musik ist Balsam für die Seele“ - gemeinsames Singen und Hören  
bekannter Strauß-Operettenmelodien  
mit der Musikerfamilie Friedrich

**Bitte melden Sie sich zur Veranstaltung vorher an bei:**

Caritas-Seniorenberatung

Telefon: 0351 / 496 21 78

[seniorenberatung@caritas-dresden.de](mailto:seniorenberatung@caritas-dresden.de)

**Der Eintritt zu den Veranstaltungen ist frei!**

**Veranstaltungen für Seniorinnen und Senioren  
vom 13. August bis 3. September 2018**

## **Gesund und vital im Alter**

im Rahmen der Nachbarschaftstage in der Dresdner Altstadt



Foto: Christian Juppe

**Ort:** Caritas-Begegnungsraum, Am See 11/3.Etage,  
01067 Dresden

**Uhrzeit:** jeweils von 14.30 bis 16 Uhr

gefördert durch  
die Landeshauptstadt  
Dresden



Dresden.  
Dresdner

über 100  
JAHRE  
caritas  
DRESDEN



### Programm:

**13.08.**

„Wirkungsoptimierung durch die richtige Einnahme von Arzneimitteln“  
mit Apothekerin Dr. Katja Scarett Daub, „City- Apotheken Dresden“

**15.08.**

„So lange, wie möglich in den eigenen vier Wänden“  
mit Dorothee Wagner, Pflegedienstleiterin der Caritas-Sozialstation  
Dresden, und Dr. Alexander Schier, Hausarzt (angefragt)

**22.08.**

„Gesundheit in unseren Händen“ - ein Aktivierungsangebot für Senioren,  
mit der KSB Gesundheits- und Sporttherapie Dresden e.V.  
unterstützt von der AOK Plus

**27.08.**

„Bewegung nach Musik“ - ein Aktivierungsangebot für Senioren im Sitzen  
mit Ingrid Fritsch, Seniorentanzleiterin Dresden

**29.08.**

„Gesund essen – besser leben“ – Tipps für eine gesunde, nachhaltige und  
schmackhafte Ernährung  
mit Elvira Weissgerber, Verbraucherzentrale Sachsen

**03.09.**

„Musik ist Balsam für die Seele“ - gemeinsames Singen und Hören  
bekannter Strauß-Operettenmelodien  
mit der Musikerfamilie Friedrich

**Bitte melden Sie sich zur Veranstaltung vorher an bei:**

Caritas-Seniorenberatung

Telefon: 0351 / 496 21 78

seniorenberatung@caritas-dresden.de

**Der Eintritt zu den Veranstaltungen ist frei!**



**Veranstaltungen für Seniorinnen und Senioren  
vom 13. August bis 3. September 2018**

# Gesund und vital im Alter

im Rahmen der Nachbarschaftstage in der Dresdner Altstadt



Foto: Christian Juppe

Ort: Caritas-Begegnungsraum, Am See 11/3.Etage,  
01067 Dresden

Uhrzeit: jeweils von 14.30 bis 16 Uhr

gefördert durch  
die Landeshauptstadt  
Dresden



Dresden.  
Dresdner

über 100  
JAHRE  
caritas  
DRESDEN



## Programm:

**13.08.**

„Wirkungsoptimierung durch die richtige Einnahme von Arzneimitteln“  
mit Apothekerin Dr. Katja Scarett Daub, „City- Apotheken Dresden“

**15.08.**

„So lange, wie möglich in den eigenen vier Wänden“  
mit Dorothee Wagner, Pflegedienstleiterin der Caritas-Sozialstation  
Dresden, und Dr. Alexander Schier, Hausarzt

**22.08.**

„Gesundheit in unseren Händen“ - ein Aktivierungsangebot für Senioren,  
mit der KSB Gesundheits- und Sporttherapie Dresden e.V.  
unterstützt von der AOK Plus

**27.08.**

„Bewegung nach Musik“ - ein Aktivierungsangebot für Senioren im Sitzen  
mit Ingrid Fritsch, Seniorentanzleiterin Dresden

**29.08.**

„Gesund essen – besser leben“ – Tipps für eine gesunde, nachhaltige und  
schmackhafte Ernährung  
mit Elvira Weissgerber, Verbraucherzentrale Sachsen

**03.09.**

„Musik ist Balsam für die Seele“ - gemeinsames Singen und Hören  
bekannter Strauß-Operettenmelodien  
mit der Musikerfamilie Friedrich

**Bitte melden Sie sich zur Veranstaltung vorher an bei:**

Caritas-Seniorenberatung

Telefon: 0351 / 496 21 78

[seniorenberatung@caritas-dresden.de](mailto:seniorenberatung@caritas-dresden.de)

**Der Eintritt zu den Veranstaltungen ist frei!**

**Veranstaltungen für Seniorinnen und Senioren  
vom 13. August bis 3. September 2018**

# Gesund und vital im Alter

im Rahmen der Nachbarschaftstage in der Dresdner Altstadt



Foto: Christian Juppe

**Ort:** Caritas-Begegnungsraum, Am See 11/3.Etage,  
01067 Dresden

**Uhrzeit:** jeweils von 14.30 bis 16 Uhr

gefördert durch  
die Landeshauptstadt  
Dresden



Dresden.  
Dresdner

über 100  
JAHRE  
caritas  
DRESDEN



## Programm:

**13.08.**

„Wirkungsoptimierung durch die richtige Einnahme von Arzneimitteln“  
mit Apothekerin Dr. Katja Scarett Daub, „City- Apotheken Dresden“

**15.08.**

„So lange, wie möglich in den eigenen vier Wänden“  
mit Dorothee Wagner, Pflegedienstleiterin der Caritas-Sozialstation  
Dresden, und Dr. Alexander Schier, Hausarzt (angefragt)

**22.08.**

„Gesundheit in unseren Händen“ - ein Aktivierungsangebot für Senioren,  
mit der KSB Gesundheits- und Sporttherapie Dresden e.V.  
unterstützt von der AOK Plus

**27.08.**

„Bewegung nach Musik“ - ein Aktivierungsangebot für Senioren im Sitzen  
mit Ingrid Fritsch, Seniorentanzleiterin Dresden

**29.08.**

„Gesund essen – besser leben“ – Tipps für eine gesunde, nachhaltige und  
schmackhafte Ernährung  
mit Elvira Weissgerber, Verbraucherzentrale Sachsen

**03.09.**

„Musik ist Balsam für die Seele“ - gemeinsames Singen und Hören  
bekannter Strauß-Operettenmelodien  
mit der Musikerfamilie Friedrich

**Bitte melden Sie sich zur Veranstaltung vorher an bei:**

Caritas-Seniorenberatung

Telefon: 0351 / 496 21 78

seniorenberatung@caritas-dresden.de

**Der Eintritt zu den Veranstaltungen ist frei!**

**Veranstaltungen für Seniorinnen und Senioren  
vom 13. August bis 3. September 2018**

# Gesund und vital im Alter

im Rahmen der Nachbarschaftstage in der Dresdner Altstadt



Foto: Christian Juppe

Ort: Caritas-Begegnungsraum, Am See 11/3.Etage,  
01067 Dresden

Uhrzeit: jeweils von 14.30 bis 16 Uhr

gefördert durch  
die Landeshauptstadt  
Dresden



Dresden.  
Dresdner

über 100  
JAHRE  
caritas  
DRESDEN



## Programm:

**13.08.**

„Wirkungsoptimierung durch die richtige Einnahme von Arzneimitteln“  
mit Apothekerin Dr. Katja Scarett Daub, „City- Apotheken Dresden“

**15.08.**

„So lange, wie möglich in den eigenen vier Wänden“  
mit Dorothee Wagner, Pflegedienstleiterin der Caritas-Sozialstation  
Dresden, und Dr. Alexander Schier, Hausarzt

**22.08.**

„Gesundheit in unseren Händen“ - ein Aktivierungsangebot für Senioren,  
mit der KSB Gesundheits- und Sporttherapie Dresden e.V.  
unterstützt von der AOK Plus

**27.08.**

„Bewegung nach Musik“ - ein Aktivierungsangebot für Senioren im Sitzen  
mit Ingrid Fritsch, Seniorentanzleiterin Dresden

**29.08.**

„Gesund essen – besser leben“ – Tipps für eine gesunde, nachhaltige und  
schmackhafte Ernährung  
mit Elvira Weissgerber, Verbraucherzentrale Sachsen

**03.09.**

„Musik ist Balsam für die Seele“ - gemeinsames Singen und Hören  
bekannter Strauß-Operettenmelodien  
mit der Musikerfamilie Friedrich

**Bitte melden Sie sich zur Veranstaltung vorher an bei:**

Caritas-Seniorenberatung

Telefon: 0351 / 496 21 78

[seniorenberatung@caritas-dresden.de](mailto:seniorenberatung@caritas-dresden.de)

**Der Eintritt zu den Veranstaltungen ist frei!**

**Veranstaltungen für Seniorinnen und Senioren  
vom 13. August bis 3. September 2018**

# Gesund und vital im Alter

im Rahmen der Nachbarschaftstage in der Dresdner Altstadt



Foto: Christian Juppe

**Ort:** Caritas-Begegnungsraum, Am See 11/3.Etage,  
01067 Dresden

**Uhrzeit:** jeweils von 14.30 bis 16 Uhr

gefördert durch  
die Landeshauptstadt  
Dresden



Dresden.  
Dresdner

über 100  
JAHRE  
caritas  
DRESDEN



## Programm:

**13.08.**

„Wirkungsoptimierung durch die richtige Einnahme von Arzneimitteln“  
mit Apothekerin Dr. Katja Scarett Daub, „City- Apotheken Dresden“

**15.08.**

„So lange, wie möglich in den eigenen vier Wänden“  
mit Dorothee Wagner, Pflegedienstleiterin der Caritas-Sozialstation  
Dresden, und Dr. Alexander Schier, Hausarzt (angefragt)

**22.08.**

„Gesundheit in unseren Händen“ - ein Aktivierungsangebot für Senioren,  
mit der KSB Gesundheits- und Sporttherapie Dresden e.V.  
unterstützt von der AOK Plus

**27.08.**

„Bewegung nach Musik“ - ein Aktivierungsangebot für Senioren im Sitzen  
mit Ingrid Fritsch, Seniorentanzleiterin Dresden

**29.08.**

„Gesund essen – besser leben“ – Tipps für eine gesunde, nachhaltige und  
schmackhafte Ernährung  
mit Elvira Weissgerber, Verbraucherzentrale Sachsen

**03.09.**

„Musik ist Balsam für die Seele“ - gemeinsames Singen und Hören  
bekannter Strauß-Operettenmelodien  
mit der Musikerfamilie Friedrich

**Bitte melden Sie sich zur Veranstaltung vorher an bei:**

Caritas-Seniorenberatung

Telefon: 0351 / 496 21 78

seniorenberatung@caritas-dresden.de

**Der Eintritt zu den Veranstaltungen ist frei!**