



36. KW

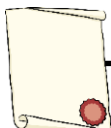
Montag, 31.08.26

08.30 Uhr	Sport (A! TN!)
START	
09.50 Uhr	Spanisch (A! TN!)
09.50 Uhr	Englisch (A! TN!)
11.30 Uhr	Englisch (A! TN!)
11.30 Uhr	Englisch (A! TN!)
14.00 Uhr	Skat- und Rommé-Nachmittag

Vorschau September

Am Dienstag, 01.09.26 stellt Frau Pöhlmann das Projekt „**MIT einander wohnen – FÜR einander da sein**“ bei uns im ElbASZ vor.

Am Dienstag, 08.09.26 findet ein weiterer informativer Kaffeeklatsch, diesmal zum Thema **Vorsorgevollmacht** statt.



Wir suchen dich!
Du hast Interesse Dich am Programm des ASZ zu beteiligen? Du hast Ideen, bist kreativ, bist gern in Bewegung oder möchtest gern Zeit mit anderen Menschen verbringen?



Dann komm doch zu uns und engagiere Dich ehrenamtlich! Bei Interesse melde Dich gern telefonisch oder per Mail bei uns.

Möchtest du jederzeit aktuell informiert sein?

Abonniere unseren WhatsApp-Kanal!



Quelle Bilder: pixabay.com

Weiterhin bieten wir Ihnen:

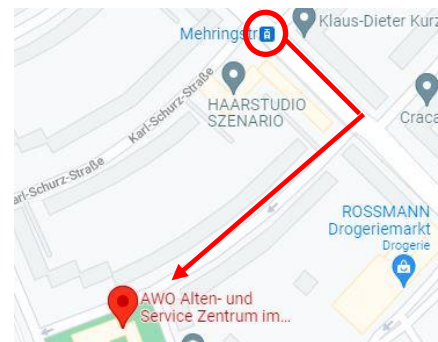
Sozialberatung zu Fragen und Problemen das Alter betreffend (**gern auch für Angehörige**)

Dienstag: 15.00 – 17.00 Uhr
 Donnerstag: 09.00 – 12.00 Uhr

Natürlich können Sie auch außerhalb der Beratungszeiten einen Termin mit uns vereinbaren.

Anfahrt

Sie erreichen uns mit der Linie 4 in Richtung *Cracau*. Haltestelle „Mehringstraße“



Quelle: Google Maps

Spruch des Monats

„Alter ist irrelevant, es sei denn, du bist eine Flasche Wein.“

Joan Collins



Kreisverband
Magdeburg e.V.



Zetkinstraße 17
 39114 Magdeburg
 Telefon: 0391/8355722
asz@awo-kv-magdeburg.de

Veranstaltungsplan August 2026

Unsere Öffnungszeiten:

Mo, Mi, Do: 08.00 – 16.30 Uhr
 Di: 08.00 – 17.00 Uhr
 Fr: 08.00 – 14.00 Uhr

Unser Team

Isabell Blume,
 Claudia Goedecke,
 Nicole Heseler,
 Michèle Bahn

Detaillierte Informationen finden Sie unter:



Gefördert durch:



32. KW



Montag, 03.08.26

10.00 Uhr Einblick in das Leben der Kraniche – Bild-/ Videovortrag (A!)

14.00 Uhr Skat- und Rommé- Nachmittag

Dienstag, 04.08.26



10.30 Uhr Makramee – wir knüpfen Lesezeichen (A!)

14.00 Uhr AWO Bingo (A! TN!)

Mittwoch, 05.08.26

10.00 Uhr Turbowalking

10.45 Uhr Singkreis

14.00 Uhr Gedächtnistraining

14.00 Uhr gem. Musizieren (A!)

Donnerstag, 06.08.26

09.30 Uhr Cracauer Farbkreis (TN!)

10.00 Uhr Das ElbASZ auf Tour... 3000 Schritte durch Puppendorf

Treffpunkt: Bushaltestelle Hohefeld-Privatweg

13.00 Uhr Handarbeiten

14.00 Uhr Switch-Bowling (A!)

17.00 Uhr SHG Nahtoderfahrung

Freitag, 07.08.26

08.30 Uhr Sport mit Theresia

10.00 Uhr „Anspannung – Entspannung“ (A! TN!)

TN! – Teilnahmegebühr
A! – Anmeldung notwendig
* geschlossene Veranstaltung
() – keine freien Plätze
K! – Gemeinschaftsaktion mit der Kita „Bunte Biberbande“

33. KW

Montag, 10.08.26

08.30 Uhr Sport (A! TN!)

14.00 Uhr Skat- und Rommé- Nachmittag

Dienstag, 11.08.26

10.00 Uhr Rätselvormittag mit Claudia (A!)

14.00 Uhr Darts

14.00 Uhr Spielenachmittag

Mittwoch, 12.08.26

09.00 Uhr Tanzgruppe

10.00 Uhr Turbowalking (ohne Michi)

10.30 Uhr Radtour nach Wahlitz (A!)

10.45 Uhr Singkreis

14.00 Uhr „Cafe ElbASZ“ – Plaudern und Kaffee trinken



Heute mit leckerem Kuchen!

Donnerstag, 13.08.26

09.30 Uhr Cracauer Farbkreis (TN!)

10.00 Uhr 3000 Schritte durch Pechau, **Treffpunkt:** Bushaltestelle Pechau

14.00 Uhr Mitten im Leben mit Ansgar Hörsting

14.00 Uhr Schachnachmittag

Freitag, 14.08.26

08.30 Uhr Sport mit Theresia

10.00 Uhr „Anspannung – Entspannung“ (A! TN!)



34. KW



Montag, 17.08.26

08.30 Uhr Sport (A! TN!)

14.00 Uhr Skat- und Rommé- Nachmittag

Dienstag, 18.08.26

10.00 Uhr **Dein Weg zur Wahl – Wir unterstützen Dich!** (A!) ✓

14.00 Uhr **Informativer Kaffeeklatsch „Herzgesundheit“** mit Kardiologe Dr. Nahrendorf (A!)

15.00 Uhr SHG für Angehörige von Menschen mit Demenz (außer Haus)



Mittwoch, 19.08.26

09.00 Uhr Tanzgruppe

10.00 Uhr Turbowalking

10.45 Uhr Singkreis

14.00 Uhr Gedächtnistraining

14.00 Uhr gem. Musizieren (A!)



Donnerstag, 20.08.26

09.30 Uhr Cracauer Farbkreis (TN!)

10.00 Uhr 3000 Schritte entlang der Berliner Chaussee, **Treffpunkt:** Lidl

13.00 Uhr Handarbeiten

Freitag, 21.08.26

08.30 Uhr Sport mit Theresia

10.00 Uhr „Anspannung – Entspannung“ (A! TN!)

10.30 Uhr **gemeinsames Kochen** (A! TN!)



35. KW

Montag, 24.08.26

08.30 Uhr Sport (A! TN!)

10.00 Uhr **informativer Kaffeeklatsch: Patientenverfügung** (A!)

14.00 Uhr Skat- und Rommé- Nachmittag



Dienstag, 25.08.26

09.30 Uhr Sport (A! TN!)

10.30 Uhr Sport (A! TN!)

10.00 Uhr **Yogilates** (A! TN!)

11.15 Uhr **Yogilates** (A! TN!)

14.00 Uhr „Cafe ElbASZ“ – Plaudern & Kaffee trinken

Heute servieren wir leckere Eisbecher!



Mittwoch, 26.08.26

09.00 Uhr Tanzgruppe

10.00 Uhr Turbowalking

10.45 Uhr Singkreis

14.00 Uhr Spielenachmittag

14.00 Uhr **Dein Weg zur Wahl** – Wir unterstützen Dich! (A!)



Donnerstag, 27.08.26

09.30 Uhr Cracauer Farbkreis (TN!)

09.30 Uhr (Tea Time)

10.00 Uhr 3000 Schritte d. Friedensweiler, **Treffpunkt:** Bushaltest. Friedensweiler

14.00 Uhr Switch-Bowling (A!)

14.00 Uhr **Schachnachmittag**



Freitag, 28.08.26

08.30 Uhr Sport mit Theresia

10.00 Uhr „Anspannung – Entspannung“ (A! TN!)