

49. KW

Montag, 30.11.26



08.30 Uhr	Sport (A! TN!)
09.50 Uhr	Spanisch A1 (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



Lebendiger Adventskalender

Was ist das?

In den Wochen vor Weihnachten finden in Cracau verschiedene Mit-Mach-Aktionen an unterschiedlichen Punkten statt. Diese Aktion ist geplant vom Netzwerk Ostelbien, in dem sich viele soziale Träger organisieren.

Es wird zum Beispiel gezaubert, gebastelt oder gesungen.

Im ElbASZ wird am Dienstag, den 24.11.2026 ab 15 Uhr im Rahmen des lebendigen Adventskalenders Baumschmuck gebastelt.

Eine Übersicht über alle Aktionen finden Sie dann auch in unserem Schaukasten!

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

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

Weiterhin bieten wir Ihnen:

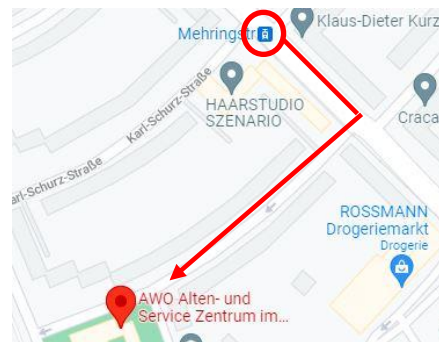
Sozialberatung zu Fragen und Problemen das Alter betreffend (**gern auch für Angehörige**)

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

Der November ist der Monat, der uns daran erinnert, für die vielen positiven Dinge in unserem Leben dankbar zu sein!
-unbekannt-



Kreisverband
Magdeburg e.V.



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

Veranstaltungsplan November 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,
Eva Groß (Praktikantin)

Detaillierte
Informationen
finden Sie unter:



Gefördert durch:



Sonntag, 01.11.26

11.00 Uhr Premierenfieber
„Cinderella“ (A!)



45. KW

Montag, 02.11.26

08.30 Uhr Sport (A! TN!)

09.50 Uhr Spanisch A1 (A! TN!)

09.50 Uhr Englisch (A! TN!)

**10.00 Uhr Herbstspaziergang –
achtsam + kreativ
(A!K!)**

11.30 Uhr Englisch (A! TN!)

11.30 Uhr Englisch (A! TN!)

14.00 Uhr Skat- und Rommé-
Nachmittag



Dienstag, 03.11.26

09.30 Uhr Sport (A! TN!)

10.30 Uhr Sport (A! TN!)

**14.00 Uhr Smartphone-
Sprechstunde (A!)**

14.00 Uhr Café „ElbASZ“
Plaudern & Kaffee
trinken



Busfahrt nach Goslar

Mittwoch, 04.11.26

09.00 Uhr Tanzgruppe

09.00 Uhr Turbowalking

10.45 Uhr Singkreis

14.00 Uhr Gedächtnistraining

14.00 Uhr gemeinsames
Musizieren (A!)



Donnerstag, 05.11.26

09.30 Uhr Cracauer Farbkreis
(TN!)

10.00 Uhr Schneckenwalking

14.00 Uhr AWO-Bingo (A!TN!)

14.00 Uhr Schachnachmittag

17.00 Uhr SHG Nahtoderfahrung

Freitag, 06.11.26

08.30 Uhr Sport mit Theresia

Aufgrund einer internen Weiterbildung
schließt das ElbASZ um 10.30 Uhr

46. KW

Montag, 09.11.26

08.30 Uhr Sport (A! TN!)

09.50 Uhr Spanisch A1 (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



Dienstag, 10.11.26

09.30 Uhr Sport (A! TN!)

10.00 Uhr Yogilates (A! TN!)

10.30 Uhr Sport (A! TN!)

11.15 Uhr Yogilates (A! TN!)

14.00 Uhr Smartphone-
Sprechstunde (A!)



14.00 Uhr Darts

14.00 Uhr Informativer
Kaffeeklatsch
„Hilfsmittel für den
Alltag“ (A!)



Mittwoch, 11.11.26

09.00 Uhr Tanzgruppe

09.00 Uhr Turbowalking

10.45 Uhr Singkreis

**14.00 Uhr musikalischer
Nachmittag mit
dem Shanty-Chor
(ausgebucht!)**

17.00 Uhr St. Martinsumzug
Treffpunkt: St.
Bricciuskirche



Donnerstag, 12.11.26

09.30 Uhr Cracauer Farbkreis
(TN!)

10.00 Uhr Schneckenwalking

10.00 Uhr Spielevormittag

13.00 Uhr Handarbeiten

**14.00 Uhr Mitten im Leben
„Takttrommeln“ (A!)**

Freitag, 13.11.26

08.30 Uhr Sport mit Theresia

**10.00 Uhr Probestunde Yoga
auf dem Stuhl (A!)**

47. KW

Montag, 16.11.26

08.30 Uhr Sport (A! TN!)

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

Dienstag, 17.11.26

09.30 Uhr Sport (A! TN!)

10.00 Uhr Yogilates (A! TN!)

10.30 Uhr Sport (A! TN!)

11.15 Uhr Yogilates (A!TN!)

14.00 Uhr Smartphone-
Sprechstunde (A!)

**14.00 Uhr Bildervortrag
„Braunbären beim
Lachsmenü“ (A!)**

15.00 Uhr SHG für Angeh.
von Menschen mit
Demenz



Mittwoch, 18.11.26

09.00 Uhr Tanzgruppe

10.00 Uhr Turbowalking

10.45 Uhr Singkreis

14.00 Uhr Die Volkssolidarität
hat die „Verbrau-
cherzentrale“ zu
Gast

14.00 Uhr gem. Musizieren (A!)

Donnerstag, 19.11.26

09.30 Uhr Cracauer Farbkreis
(TN!)

10.00 Uhr Schneckenwalking

14.00 Uhr Gedächtnistraining

14.00 Uhr Schachnachmittag

14.00 Uhr Switch-Bowling (A!)



Freitag, 20.11.26

08.30 Uhr Sport mit Theresia

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



48. KW

Montag, 23.11.26

08.30 Uhr Sport (A! TN!)

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



Dienstag, 24.11.26

09.30 Uhr Sport (A! TN!)

10.00 Uhr Yogilates (A! TN!)

10.30 Uhr Sport (A! TN!)

11.15 Uhr Yogilates (A! TN!)

14.00 Uhr Smartphone-
Sprechstunde (A!)

14.00 Uhr Darts



**15.00 Uhr Lebendiger
Adventskalender
„Baumschmuck
basteln“ (A!)**



Mittwoch, 25.11.26

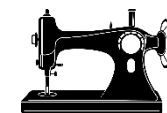
09.00 Uhr Tanzgruppe

10.00 Uhr Turbowalking

10.45 Uhr Singkreis

**14.00 Uhr Wir nähen
Geschenkbbeutel!
Aktion mit der
Freiwilligenagentur
(A!)**

14.00 Uhr Switch-Bowling (A!)



Donnerstag, 26.11.26

09.30 Uhr Cracauer Farbkreis
(TN!)

09.30 Uhr (Tea Time)

10.00 Uhr Schneckenwalking

13.00 Uhr Handarbeiten

**14.00 Uhr Mitten im Leben
Lesung „Ich glaube
an Gott“ (A!)**



Freitag, 27.11.26

08.30 Uhr Sport mit Theresia