

Sozialverband VdK Sachsen e.V.

Kreisverband Dresden



© Jürgen Männel/jmfoto

- KV-Veranstaltungen 2026
- Ehrenamtssprechstunden
- Treffen für einsame Menschen
- Selbsthilfegruppen
- Kontakte



SOZIALVERBAND

VdK

SACHSEN

www.sachsen.vdk.de/kv-dresden



Herzlich willkommen

Liebe VdK-Mitglieder und Interessierte,

unser Vorstands- und Ehrenamtsteam hat für das Jahr 2026 wieder ein buntes Angebot an Veranstaltungen für den VdK-Kreisverband Dresden vorbereitet, Referenten angefragt, Räume reserviert, Verträge vorbereitet usw. In diesem Faltblatt finden Sie sämtliche Termine.

Seit mehr als einem Jahr sind Rechtsberatung sowie Kreisverbandsvorstand in der neuen Geschäftsstelle Wiener Straße 80a in 01219 Dresden ansässig. Das räumliche und teils inhaltliche Zusammenwirken von Haupt- und Ehrenamt sind praktisch und sinnvoll. Erst kürzlich ist in der Beratungsstelle Dresden eine moderne Telefonanlage installiert worden. Damit kann die Erreichbarkeit der VdK-Mitarbeiter künftig verbessert werden.

Mit rund 4.000 Mitgliedern liegt der Kreisverband Dresden weiter an der Spitze des Landesverbands Sachsen, in dem etwa 30.000 Mitglieder registriert sind. Die stark wachsende Mitgliederzahl ist unter anderem auf vermehrten Rechtsschutzbedarf zurückzuführen. Positiv wirkt sich ebenso das immer vielfältiger werdende Verbandsleben auf die Entwicklung aus. Zusätzlich zu den bereits etablierten Interessengruppen, die vor allem einsame Menschen zu gemeinsamen Aktivitäten anregen sollen, werden 2026 weitere Gruppen aufgebaut. Zwecks aktueller Information versenden wir nun monatlich einen Newsletter an alle Mitglieder, die uns ihre E-Mail-Adresse mitgeteilt haben.

Das alles bedeutet, dass die Arbeit auch für Vorstand und Ehrenamtsteam anspruchsvoller und zeitlich umfangreicher wird. Um anstehende Aufgaben künftig gut bewältigen zu können, nutzen wir ab sofort mehr elektronische Möglichkeiten, wie das elektronische Buchungssystem „eveeno“. Über einen Link können sich Interessierte via Internet für die in diesem Flyer aufgeführten Veranstaltungen anmelden und bekommen ihr Eintrittsticket sofort automatisch zugesandt. Das jeweilige Ticket ist am Einlass vorzuzeigen. In dem Zusammenhang bitten wir um Ihr Verständnis, dass Anmeldungen auf anderen Wegen aus technisch-organisatorischen Gründen nicht mehr entgegen genommen werden können.

Für jene Mitglieder, die nicht im Internet unterwegs sind, und denen auch Angehörige/Bekannte bei der „eveeno“-Anmeldung nicht helfen können, bieten wir einen Extra-Service an: Sie können sich während unserer neu eingeführten Ehrenamts-sprechstunden Unterstützung holen. Diese finden regelmäßig jeden 3. Mittwoch im Monat, 13.30 -15.00 Uhr im VdK-Ehren-amsraum, Wiener Straße 80 a statt.

Ein friedvolles Jahr 2026 mit vielen schönen Erlebnissen in der VdK-Gemeinschaft wünscht Ihnen herzlich

Ute Franke
Kreisverbandsvorsitzende
E-Mail: ufranke.ehrenamt@sx.vdk.de

Veranstaltungen 2026

Anmeldungen sind im Internet über folgenden Link möglich:

<https://eveeno.com/de/event-cal/43219?style=grid>

Eintrittskarten werden anschließend automatisch per E-Mail zugestellt. Die Tickets sind am Einlass vorzuzeigen. Sollte die Platzkapazität erschöpft sein, erscheint während des Buchungsvorgangs der Hinweis „ausgebucht“. (Der Link ist auch auf unserer Homepage zu finden.)

Mittwoch, 25. Februar, 16-17 Uhr (Einlass ab 15.30 Uhr)

Singenachmittag: Hast du Töne?

Wir treffen uns zum gemeinsamen Volkslieder-Singen. Ganz gleich, wie textsicher und stimmgewaltig, ob mit oder ohne Notenkenntnisse – wir singen einfach aus purer Freude an der Gemeinsamkeit. Sänger und Musiker Matthias Trommler leitet an und begleitet auf einem Instrument. Liederbücher sind vorhanden.

Ort: Zentralbibliothek/Musikbibliothek im Kulturpalast, Schloßstraße 2, 01067 Dresden (barrierefrei)

Anmeldeschluss: 20. Februar 2026

Dienstag, 17. März, 15-17 Uhr (Einlass ab 14.30 Uhr)

Behinderungen – so individuell wie jeder Mensch

In Dresden leben viele Menschen mit ganz verschiedenen Be-hinderungen.

Oft fehlt Nichtbetroffenen das Wissen, welche Stolpersteine Menschen mit Handicap jeden Tag bewältigen müssen. Deshalb möchten wir Dresdner/-innen mit und ohne Einschränkungen einladen, ins Gespräch zu kommen und sich über alltägliche Herausforderungen auszutauschen. Ort: Rathaus, 3. OG, Raum 3-200, zu erreichen über Goldene Pforte oder den gläsernen Aufzug, Kreuzstraße 6, 01067 Dresden (barrierefrei)

Anmeldeschluss: 13. März 2026

Dienstag, 14. April, 15 Uhr (Einlass ab 14.30 Uhr)

Vortrag: Medizinische Rehabilitation

Ein Rechtsberater des VdK vermittelt den Zuhörern fundiertes Wissen darüber, welche Voraussetzungen nötig sind, um eine Medizinische Reha in Anspruch zu nehmen. Zudem werden Hinweise zum Antragsverfahren gegeben und allgemeine Fragen zum Thema beantwortet.

Ort: Sozialverband VdK Sachsen e. V., KV Dresden, Wiener Straße 80 a, 01219 Dresden (barrierefrei)

Anmeldeschluss: 7. April 2026

Dienstag, 5. Mai, 14 Uhr (Treff ab 13.45 Uhr)

Auf Frauenspuren durch die Neustadt

Stadtteilführung in der Dresdner Neustadt: Una Giesecke, Autorin des Buchs „Von Maria bis Mary“, erzählt an historischen Schauplätzen über das Wirken von Frauen in Vergangenheit und Gegenwart. Sie erzählt kleine Geschichten und Anekdoten: vom Hökerweib, von einer Künstlerin und einer Ärztin bis hin zu Dresdens „Mutter Theresa“. Max. 20 TN, nicht geeignet für Menschen mit Gehbehinderung.

Treff: Brunnen „Stille Wasser“, Albertplatz, 01097 Dresden.

Anmeldeschluss: 28. April 2026

Mittwoch, 6. Mai, 10-15 Uhr (Einlass ab 10 Uhr)

„Tag der offenen Tür“ beim Sozialverband VdK Sachsen

Die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der VdK-Beratungsstelle Dresden und das Ehrenamtsteam des VdK-Kreisverbandes Dresden laden anlässlich der „Woche der Inklusion“ alle Interessierten recht herzlich zum Besuch der VdK-Geschäftsstelle ein.

Wir freuen uns auf ihren Besuch, informieren gern zu allen Themen der Verbandsarbeit und beantworten Fragen.
Ort: Sozialverband VdK Sachsen e. V., KV Dresden, Wiener Straße 80 a, 01219 Dresden (barrierefrei)

Mittwoch, 3. Juni, 14.30 (Einlass ab 14 Uhr)

Sommertreffen mit Grillnachmittag

Vorstand und Ehrenamtsteam des VdK-Kreisverbands Dresden laden Mitglieder und Gäste zum Sommertreffen mit Erfahrungsaustausch ein und freuen sich auf Ihre Meinungen zu den Veranstaltungen im 1. Halbjahr. Anschließend werfen wir einen Blick voraus, was bis zum Jahresende noch alles geplant ist. Beim anschließenden gemütlichen Beisammensein gibt es Speisen vom Grillbuffet.

Eigenanteil: VdK-Mitglieder 10 €, Nichtmitglieder 20 €.

Ort: im Gasthaus „Schillergarten“, Schillerplatz 9, 01309 Dresden (barrierefrei)

Anmeldeschluss: 27. Mai 2026

Mittwoch, 1. Juli, 15 Uhr (Einlass ab 14.30 Uhr)

Vortrag: Augenerkrankungen und mögliche Therapien

Eine Augenärztin aus Dresden hält einen interessanten Vortrag zum Thema Augenkrankheiten, spricht über entsprechende Therapiemöglichkeiten und beantwortet ggf. Fragen dazu. Danach können die Teilnehmer mit Hilfe von Simulationsbrillen testen, wie sich verschiedene Augenerkrankungen auf das Sehvermögen auswirken.
(Änderungen vorbehalten)

Ort: Sozialverband VdK Sachsen e. V., KV Dresden, Wiener Straße 80 a, 01219 Dresden (barrierefrei)

Anmeldeschluss: 26. Juni 2026

Donnerstag, 6. August, 10-12 Uhr

Achtsamer und meditativer Spaziergang im Zoo

Während eines besonderen Spaziergangs im Dresdner Zoo erklärt Achtsamkeitstrainerin Nicole Burkholz, was wir Menschen von den Tieren lernen können, um unseren Alltag zu entschleunigen. Tiere essen zum Beispiel meist im Sitzen und in Ruhe, sie passen auf sich und die Umwelt auf und sie entspannen regelmäßig. Die Teilnehmer erlernen kleine Achtsamkeitsübungen, die jeder leicht im Alltag einbauen kann.

Treff: Eingang Zoo, Tiergartenstraße 1, 01219 Dresden

(barrierefrei), max. 10 Teilnehmer

Anmeldeschluss: 26. Juni 2026

Dienstag, 10. September, 15 Uhr (Einlass ab 14.30 Uhr)

Vortrag: Einführung in das Betreuungsrecht

Jeder kann plötzlich – zum Beispiel durch Unfall oder Krankheit – in die Lage geraten, nicht mehr handlungs- oder entscheidungsfähig zu sein. Ehepartner und andere Angehörige dürfen dann aber nicht ohne Weiteres Entscheidungen für die Person treffen. Das dürfen sie nur, wenn eine Vorsorgevollmacht vorbereitet wurde. Liegt diese nicht vor, wird das Betreuungsgericht eingeschaltet. Mitarbeiter der Dresdner Betreuungsbehörde vermitteln im Rahmen eines Vortrags grundlegendes Wissen zum Betreuungsrecht.

Ort: Haus an der Kreuzkirche, Saal Collum,

An der Kreuzkirche 6, 01067 Dresden (barrierefrei)

Anmeldeschluss: 8. September 2026

Mittwoch, 7. Oktober, 14 Uhr (Einlass ab 13.30 Uhr)

Vortrag: Mythen der IT-Sicherheit

In Sachen Cyber-Sicherheit kursieren viele Mythen, die oft zu falschen Annahmen und unzureichendem Schutz führen. Wie kann man Computer, Smartphone, Passwörter usw. wirkungsvoll vor fremden Zugriffen oder Datenklau schützen? Welche Betrugsmaschen gibt es? Warum sind Updates und Datensicherungen wichtig? IT-Spezialist Markus Petzold erklärt Wissenswertes rund um das Thema.

Ort: Rathaus, 3. OG, Raum 3-200, Zugang über die Goldene

Pforte oder den gläsernen Aufzug, Kreuzstraße 6,

01067 Dresden (barrierefrei), max. 30 Teilnehmer

Anmeldeschluss: 1. Oktober 2026

Sonnabend, 28. November, 14.30 Uhr (Einlass ab 14 Uhr)

Jahresabschlussveranstaltung mit kulturellem Teil

Bericht des Vorstandes und Ehrung langjähriger Mitglieder, anschließend weihnachtliche Kaffeetafel und Kulturprogramm. Eigenanteil: Mitglieder 10 €, Nichtmitglieder 20 €.

Ort: Cultus gGmbH – Wohnstätte für Menschen mit geistiger Behinderung, Festsaal, Altleuben 10, 01257 Dresden

(barrierefrei), Anmeldeschluss: 20. November 2026

Selbsthilfegruppen

SHG Achtsamkeit und Meditation

Wem Stress und Unruhe öfters zu schaffen machen, ist in diesen Selbsthilfegruppen richtig. Gruppe 1 trifft sich jeden 1. Montag im Monat, 15-16.30 Uhr im Ehrenamtsraum des VdK Wiener Straße 80 a, 01219 Dresden. Am selben Ort trifft sich Gruppe 2 jeden 3. Mittwoch im Monat, 10-11.30 Uhr. Achtsamkeitstrainerin Nicole Burkholz vermittelt Wissen, wie man sich mit gezielten Übungen kleine Auszeiten gönnnt, denn Entspannungs-techniken kann jeder lernen. Die Übungen werden im Sitzen durchgeführt, deshalb bitte bequeme Kleidung anziehen. Wegen begrenzter Kapazität ist vorherige Anmeldung bei der Gruppenleiterin unbedingt erforderlich. Ansprechpartnerin ist Nicole Burkholz, Tel. 0160 93841772, E-Mail: nburkholz.ehrenamt@sx.vdk.de

Selbsthilfegruppe Depression

Betroffene kommen in geschützter Atmosphäre zusammen, um über verschiedenen Themen, die die Krankheit betreffen, zu reden. Es besteht die Möglichkeit, andere Betroffene kennenzulernen und gemeinsam aktiv zu werden, sich offen über Befindlichkeiten auszutauschen, Verständnis und Akzeptanz zu finden, von den Erfahrungen anderer zu profitieren, eigene Erfahrungen weiterzugeben und sich gegenseitig Mut zu machen. Die Gruppe trifft sich jeden 1. Dienstag des Monats um 15 Uhr im Ehrenamtsraum des VdK, Wiener Straße 80 a, 01219 Dresden. Kontaktaufnahme bitte per E-Mail an: shgdepressiondd.sachsen@vdk.de

Selbsthilfegruppen

Selbsthilfegruppe Schlafapnoe

Von Schlafapnoe betroffene Frauen und Männer treffen sich jeden 2. Dienstag im März, April, Mai und Juni sowie September, Oktober und November, jeweils 14-16 Uhr im Ehrenamtsraum des VdK, Wiener Straße 80 a, 01219 Dresden. Sie tauschen Erfahrungen aus, wie man sein Leben mit der Erkrankung im Alltag gut gestalten kann. Zudem halten Experten Vorträge, es wird zu Therapiemöglichkeiten, Medizintechnik und zu Kostenträgern aufgeklärt. In gemütlicher Runde spielen die Teilnehmer Gedächtnisspiele und auch die Geselligkeit kommt nicht zu kurz. Ansprechpartner ist Peter Merz, Tel. 0163 3968727, E-Mail: pmerz.ehrenamt@sx.vdk.de

Interessengruppen gegen Einsamkeit

Ehrenamtliche VdK-Mitglieder organisieren für Menschen, die sich einsam fühlen, Freizeitaktivitäten, um mehr Gemeinsamkeit zu fördern. So gibt es Veranstaltungen zu gesundheitlichen und sozialpolitischen Themen, eine Kreativgruppe, Skat- und Spielenachmittage, Besichtigungen, Spaziergänge und Wanderungen sowie abwechslungsreiche Unternehmungen für jüngere Menschen mit und ohne Handicap. Für weitere Auskünfte wenden sich Interessierte bitte an die VdK-Beratungsstelle Dresden, dort gibt es ein Faltblatt mit detaillierten Informationen zu den Gruppen. Ehrenamtliche Ansprechpartnerin ist Ute Franke, E-Mail: ufranke.ehrenamt@sx.vdk.de

Neu ab 2026: Ehrenamtssprechstunden

Um mit Vorstandsmitgliedern ins Gespräch zu kommen, beispielsweise Fragen zur Mitgliedschaft oder zu Veranstaltungen des Kreisverbandes zu stellen, werden ab 2026 regelmäßige Ehrenamtssprechstunden angeboten.

Sie finden jeden 3. Mittwoch im Monat 13.30-15 Uhr in der VdK-Geschäftsstelle Dresden, Wiener Straße 80 a, 01219 Dresden, statt.

Für allgemeine Informationen zum Ehrenamt und zum Verbandsleben steht auch weiterhin das Ehrenamtstelefon unter 0176 97725303 (mit Anrufbeantworter), zur Verfügung. Zudem ist eine Kontaktaufnahme zum Vorstand jederzeit per E-Mail möglich: kv.dresden@sx.vdk.de



Die Ehrenamtlichen des VdK-Kreisverbands Dresden haben im Vorstand und in ihren Gruppen immer viel zu tun. Doch zum Jahresabschluss kommen alle gemütlich zusammen, um Erfahrungen auszutauschen und Pläne für das nächste Jahr zu schmieden. © VdK/Catrin Strubel

Beratungsstelle

Anschrift:

Sozialverband VdK Sachsen, Beratungsstelle Dresden
Wiener Straße 80 a, 01219 Dresden

Telefon: 0351 2054530, Fax: 0351 20545314

E-Mail: bs.dresden@sx.vdk.de

Telefonische Erreichbarkeit:

Montag 09.00 – 12.00 Uhr und 13.00 – 16.00 Uhr

Dienstag 09.00 – 12.00 Uhr und 13.00 – 16.00 Uhr

Donnerstag 09.00 – 12.00 Uhr und 13.00 – 16.00 Uhr

Freitag 09.00 – 12.00 Uhr

Beratungszeiten (nur nach Vereinbarung):

Montag 08.00 – 12.00 Uhr und 13.00 – 16.00 Uhr

Dienstag 08.00 – 12.00 Uhr

Mittwoch 08.00 – 12.00 Uhr

Donnerstag 08.00 – 12.00 Uhr und 13.00 – 17.00 Uhr

Sie erreichen uns mit den S-Bahnlinien S1 und S2 bis Bahnhof Strehlen, dann 7 min. Fußweg. Von der Straßenbahnhaltestelle Querallee sind es etwa 4 min. Fußweg.



Die VdK-Beratungsstelle finden Sie im 3. OG dieses Gebäudes.
Ein Aufzug bringt Sie in die 3. Etage. © VdK/Ute Franke