

31. KW

Montag, 27.07.26

08.30 Uhr Sport (A! TN!)
14.00 Uhr Skat- und Rommé-
Nachmittag

Dienstag, 28.07.26

09.30 Uhr Sport (A! TN!)
10.30 Uhr Sport (A! TN!)
14.00 Uhr Smartphone-
Sprechstunde
14.00 Uhr **Switch-Bowling (A!)**
15.00 Uhr SHG für Angehörige
von Menschen mit
Demenz (außer Haus)

Mittwoch, 29.07.26

09.00 Uhr Tanzgruppe
10.00 Uhr Turbowalking
10.45 Uhr Singkreis
14.00 Uhr „Cafe ElbASZ“ -
Plaudern & Kaffee
trinken

Heute backen wir knusprige Waffeln
für euch!



Donnerstag, 30.07.26

09.30 Uhr Cracauer Farbkreis
(TN!)
09.30 Uhr (Tea time)
10.00 Uhr **3000 Schritte rund um
„Pfeiffers“**, Treffpunkt:
Haltestelle Pfeiffersche
Stiftungen
14.00 Uhr **Schachnachmittag**
14.00 Uhr **Spielesachmittag**

Freitag, 31.07.26

08.30 Uhr Sport mit Claudia
10.00 Uhr „Anspannung –
Entspannung“ (A! TN!)

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!



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

„Was der Sonnenschein für die
Blumen ist, das sind lachende
Gesichter für die Menschen.“

Joseph Addison



Kreisverband
Magdeburg e.V.



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

Veranstaltungsplan Juli 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

Claudia Goedecke, Isabell
Blume, Nicole Heseler,
Michèle Bahn,
Rene Bretzke (Praktikant)

Detaillierte
Informationen
finden Sie
unter:



Gefördert durch:



27. KW

Mittwoch, 01.07.26

- 09.00 Uhr Tanzgruppe
10.00 Uhr Turbowalking (ohne Michi)
10.45 Uhr Singkreis
14.30 Uhr Kultur trifft Grillwurst (A! TN!) 

Donnerstag, 02.07.26

- 09.30 Uhr Cracauer Farbkreis (TN!)
10.00 Uhr Das ElbASZ auf Tour... 3000 Schritte über den Werder
Treffpunkt: ehemalige Haltestelle Zollhaus 

ab 13 Uhr Präventionsmesse der Polizei im Rathaus

Freitag, 03.07.26

- 08.30 Uhr Sport mit Theresia
10.00 Uhr „Anspannung – Entspannung“ (A! TN!)

Schon entdeckt? Unser **Schneckenwalking pausiert** im Juli und August, denn

„Das ElbASZ geht auf Tour“

Wir kommen mit der Reihe „3000 Schritte...“ in eure Viertel, um Ostelbien besser kennen zu lernen.

Start ist am 02.07.2026 auf dem Werder. Wir treffen uns um 10 Uhr an der ehemaligen Haltestelle Zollhaus und freuen uns auf eine schöne Tour mit

28. KW

Montag, 06.07.26

- 08.30 Uhr Sport (A! TN!)
14.00 Uhr Skat- und Rommé-Nachmittag

Dienstag, 07.07.26

- 09.30 Uhr Sport (A! TN!) 
10.30 Uhr Sport (A! TN!)
14.00 Uhr Schach
14.00 Uhr AWO Bingo (A!)
14.00 Uhr Smartphone-Sprechstunde (A!)

Mittwoch, 08.07.26

- 09.00 Uhr Tanzgruppe
10.00 Uhr Turbowalking
10.45 Uhr Singkreis
14.00 Uhr Gedächtnistraining
14.00 Uhr gem. Musizieren (A!)

Donnerstag, 09.07.26

- 09.30 Uhr Cracauer Farbkreis (TN!)
10.00 Uhr 3000 Schritte durch Brückfeld,
Treffpunkt: Käseglocke
13.00 Uhr Handarbeiten
14.00 Uhr Spielenachmittag

Freitag, 10.07.26

- 08.30 Uhr Sport mit Theresia
10.00 Uhr „Anspannung – Entspannung“ (A! TN!)

Vorschau August

Am Dienstag, den 18.08.2026 informiert der Magdeburger Kardiologe Dr. Nahrendorf über das Thema **Herzgesundheit, Infarktvorbeugung und Therapie.**

29. KW

Montag, 13.07.26

- 08.30 Uhr Sport (A! TN!)
10.00 Uhr Informativer Kaffeeklatsch „Grundlagen für die Smartphone-nutzung“ (A!) 
14.00 Uhr Skat- und Rommé-Nachmittag

Dienstag, 14.07.26

- 09.30 Uhr Sport (A! TN!)
10.00 Uhr Radtour nach ... (A!)
10.30 Uhr Sport (A! TN!)
14.00 Uhr Darts
14.00 Uhr Smartphone-Sprechstunde (A!)

Mittwoch, 15.07.26

- 09.00 Uhr Tanzgruppe
10.00 Uhr Turbowalking
10.45 Uhr Singkreis
14.00 Uhr Überraschungsnachmittag (A!)

Donnerstag, 16.07.26

- 09.30 Uhr Cracauer Farbkreis (TN!)
10.00 Uhr 3000 Schritte durch Prester, Treffpunkt: Restaurant „Die Kirche“
14.00 Uhr Schachnachmittag
14.00 Uhr **Mitten im Leben präsentiert „Flunder“ alias Jörg Hering** 

Freitag, 17.07.26

- 10.00 Uhr „Anspannung – Entspannung“ (A! TN!)
10.30 Uhr **gemeinsames Kochen** (A! TN!) 

30. KW

Montag, 20.07.26

- 08.30 Uhr Sport (A! TN!)
14.00 Uhr Skat- und Rommé-Nachmittag 

Dienstag, 21.07.26

- 09.30 Uhr Sport (A! TN!)
10.30 Uhr Sport (A! TN!)
14.00 Uhr „Cafe ElbASZ“ - Plaudern & Kaffee trinken
Heute servieren wir leckere Eisbecher! 
14.00 Uhr Smartphone Sprechstunde (A!)

Mittwoch, 22.07.26

- 09.00 Uhr Tanzgruppe
10.00 Uhr Turbowalking (ohne Michi)
10.45 Uhr Singkreis
14.00 Uhr Gedächtnistraining
14.00 Uhr gem. Musizieren (A!)

Donnerstag, 23.07.26

- 09.30 Uhr Cracauer Farbkreis (TN!)
10.00 Uhr 3000 Schritte durch den Herrenkrug, Treffpunkt: Haltestelle Breitscheidstr.
13.00 Uhr Handarbeiten
14.00 Uhr Switch-Bowling (A!)

Freitag, 24.07.26

- 08.30 Uhr Sport mit Claudia
10.00 Uhr „Anspannung – Entspannung“ (A! TN!) 