

IMPULS

Begegnung – Beratung – Engagement

Seniorenzentrum IMPULS | DRK-Kreisverband Dresden e.V.
Bürgerstraße 6, 01127 Dresden | Tel: 0351 84722678

Programm – November 2024

Mo 04.11.	14-17 Uhr	Kurzwanderung: Wilder Mann – Oberlößnitz Treff: 14 Uhr Haltestelle „Wilder Mann“ (Linie 3, 80)	2,00 €
Di 05.11.	10-12 Uhr	Malen wie Paul Klee mit Aquarell und Tusche	3,00 €
Mi 06.11.	10-12 Uhr	Nachbarschaftsfrühstück zum Kennenlernen und Vernetzen mit wechselnden thematischen Beiträgen	3,00 €
	14-16 Uhr	Literaturcafé (B. Schröter): Buchvorstellung mit Austausch in angenehmer Atmosphäre & Kaffeezeit	3,00 € +Verzehr
Do 07.11.	10-11 Uhr	Gedächtnis spielend trainieren (K. Joppich) Übungen und Merkricks für mehr Konzentration	2,00€
	10-12 Uhr	Nordic-Walking (P. Heese): Treffpunkt nach Ansage	2,00€
Fr 08.11.	10-11 Uhr	Yoga auf dem Stuhl mit Yogalehrerin Annette Duis	3,00 €
Mo 11.11.	10:00 bis 11:30 Uhr	Externes Nachbarschaftsfrühstück 60+ in Kaditz zum Kennenlernen und Vernetzen mit wechselnden Themen & kostenloser Beratungsmöglichkeit → Ort: Altkaditz 27 (Gemeindehaus) → Anfahrt bis Haltestelle „Altkaditz“ (Linie 72)	3,00 €
	14-16 Uhr	Singekreis für alle: Mit Freude gemeinsam Singen!	2,00 €
Di 12.11.	10-12 Uhr	Malen wie Paul Klee mit Aquarell und Tusche	3,00 €
Mi 13.11.	10-12 Uhr	Nachbarschaftsfrühstück zum Kennenlernen und Vernetzen mit wechselnden thematischen Beiträgen	3,00 €
	14-16 Uhr	Leben und Werk Caspar David Friedrichs nach Florian Illies Buch „Zauber der Stille“	3,00€

Do 14.11.	10-11 Uhr	Gymnastik im Sitzen (A. Schulz): Fit im Alter!	2,00 €
	10-12 Uhr	Nordic-Walking (P. Heese): Treffpunkt nach Ansage!	2,00 €
Fr 15.11.	10-11 Uhr	Yoga auf dem Stuhl mit Yogalehrerin Annette Duis	3,00 €
Mo 18.11.	10-12:30	Schreibwerkstatt: Einführung ins kreative Schreiben	3,00 €
Di 19.11.	10-12 Uhr	Malen wie Paul Klee mit Aquarell und Tusche	3,00 €
Am 20. November bleibt der IMPULS geschlossen! (Buß- und Betttag)			
Do 21.11.	10-11 Uhr	Gedächtnis spielend trainieren (K. Joppich) Übungen und Merkricks für mehr Konzentration	2,00 €
	10-12 Uhr	Nordic-Walking (P. Heese): Treffpunkt nach Ansage	2,00 €
Fr 22.11.	10-11 Uhr	Yoga auf dem Stuhl mit Yogalehrerin Annette Duis	3,00 €
Mo 25.11.	10:00 bis 11:30 Uhr	Externes Nachbarschaftsfrühstück 60+ in Kaditz zum Kennenlernen und Vernetzen mit wechselnden Themen & kostenloser Beratungsmöglichkeit → Ort: Altkaditz 27 (Gemeindehaus) → Anfahrt bis Haltestelle „Altkaditz“ (Linie 72)	3,00 €
	14-16 Uhr	Singekreis für alle: Mit Freude gemeinsam Singen!	2,00 €
Di 26.11.	10-12 Uhr	Malen wie Paul Klee mit Aquarell und Tusche	3,00 €
Mi 27.11.	10-12 Uhr	Nachbarschaftsfrühstück zum Kennenlernen und Vernetzen mit wechselnden thematischen Beiträgen	3,00 €
	14-16 Uhr	Gemeinsam kreativ (C. Schmidt): Sticken, Stricken, Häkeln und vieles mehr... Ihr Raum für Austausch und Bearbeitung individueller Handarbeitsprojekte	2,00 € +Verzehr
Do 28.11.	10-11 Uhr	Gymnastik im Sitzen (A. Schulz): Fit im Alter!	2,00 €
	10-12 Uhr	Nordic-Walking (P. Heese): Treffpunkt nach Ansage	2,00 €
Fr 29.11.	10-11 Uhr	Yoga auf dem Stuhl mit Yogalehrerin Annette Duis	3,00 €

Kostenlose Beratung für Seniorinnen und Senioren sowie Angehörige

Wir beantworten Ihre Fragen rund um die Themen Wohnen, Leben, Pflege und Freizeit im Alter und helfen Ihnen gern beim Ausfüllen von Anträgen.

Bei Bedarf sind auch Hausbesuche möglich.

Vereinbaren Sie gern einen Termin vor Ort oder telefonisch unter **0351 84722678**.