

IMPULS

Begegnung – Beratung – Engagement

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

Programm – Dezember 2024

Mo 02.12.	14-17 Uhr	Kurzwanderung: Großer Garten – Blüherpark – Weihnachtsmarkt (ca. 5 km) Treff: 14 Uhr Haltestelle „Kacherallee“ (Linie 1, 2)	2,00 €
Di 03.12.	10-12 Uhr	Malen wie Paul Klee mit Aquarell und Tusche	3,00 €
Mi 04.12.	16:00 bis 17:30 Uhr	Lichterfest Pieschen am Leisniger Platz organisiert vom Netzwerk für Seniorenarbeit! Sie erwartet ein weihnachtliches Kulturprogramm unter freiem Himmel im Lichterglanz	Spende
Do 05.12.	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 06.12.	10-11 Uhr	Yoga auf dem Stuhl mit Yogalehrerin Annette Duis	3,00 €
Mo 09.12.	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 10.12.	10-12 Uhr	Malen wie Paul Klee mit Aquarell und Tusche	3,00 €
Mi 11.12.	10-12 Uhr	Nachbarschaftsfrühstück zum Kennenlernen und Vernetzen mit Vorstellung der Halbtagesfahrten 2025 durch Reiseleiter Hartmut Sitte (DresdenCar)	3,00 €

	14-16 Uhr	Literaturcafé (B. Schröter): Buchvorstellung mit Austausch in angenehmer Atmosphäre & Kaffeezeit	3,00 € +Verzehr
Do 12.12.	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 13.12.	10-11 Uhr	Yoga auf dem Stuhl mit Yogalehrerin Annette Duis	3,00 €
Mo 16.12.	10-12:30	Schreibwerkstatt: Einführung ins kreative Schreiben	3,00 €
Di 17.12.	10-12 Uhr	Malen wie Paul Klee mit Aquarell und Tusche	3,00 €
Mi 18.12	10-12 Uhr	Nachbarschaftsfrühstück zum Kennenlernen und Vernetzen mit wechselnden thematischen Beiträgen	3,00 €
	14-16 Uhr	Weihnachtsfeier des IMPULS auf den Spuren von C. D. Friedrich mit Wichteln, weihnachtlichem Kaffeeschmaus und einer außergewöhnlichen Überraschung → Bitte um Anmeldung im IMPULS	3,00 € + Gedeck 3,00 €
Do 19.12.	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 20.12.	10-11 Uhr	Yoga auf dem Stuhl mit Yogalehrerin Annette Duis	3,00 €
<p>Bitte beachten Sie: Der IMPULS hat bis 20.12. regulär geöffnet, zwischen den Feiertagen bestehen verkürzte Öffnungszeiten!</p> <p>Vom 24. bis 26.12. und am 31.12. bleibt der IMPULS geschlossen!</p> <p>Wir wünschen allen eine besinnliche Weihnachtszeit und einen guten Rutsch ins neue Jahr!</p> <p>Das Team des IMPULS</p>			
Mi 01.01.	16-18 Uhr	Neujahrsfeier an der Elbe Begrüßen Sie mit uns das neue Jahr in freundlicher Runde bei einem prasselnden Lagerfeuer und leckerem Mitbringbuffet → Treff an Elbe, Feuerstelle verlängerte Eisenberger Str. → Bitte Kleinigkeit fürs Buffet mitbringen	Spende

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**.