

IMPULS

Begegnung – Beratung – Engagement

Programm – November 2023

Mi. 01.11.	10-12 Uhr	Nachbarschaftsfrühstück zum Kennenlernen und Vernetzen mit wechselnden thematischen Beiträgen	3,00 €
	14-16 Uhr	Literaturcafé: Zofia Posmysz – Die Schreiberin von Auschwitz	3,00 €
Do. 02.11.	10-11 Uhr	Gymnastik im Sitzen (A. Schulz)	2,00 €
	10-12 Uhr	Nordic-Walking (P. Heese): Treffpunkt nach Ansage!	2,00 €
Fr. 03.11.	10-11 Uhr	Yoga auf dem Stuhl mit Yogalehrerin Annette Duis	3,00 €
Mo. 06.11.	10-12 Uhr	Schreibwerkstatt Einführung ins kreative und biografische Schreiben	2,00 €
	14-16 Uhr	Singekreis für alle – aus Freude am gemeinsamen Singen!	2,00 €
	14-17 Uhr	Kurzwanderung: Strehlen – Leubnitz – Mockritz Treff: 14 Uhr, Haltestelle „S-Bahnhof Strehlen“ (Linien 9, 13 und Buslinien 61, 63, 85)	2,00 €
	13-16 Uhr	Mediensprechstunde mit Bitte um vorherige Anmeldung! für ihre Fragen rund um ihr Smartphone, Tablet und Co.	3,00 €
Di. 07.11.	10-12 Uhr	Malen wie Paul Klee Farbexperimente mit Aquarell und Tusche	3,00 €
Mi. 08.11.	10-12 Uhr	Nachbarschaftsfrühstück zum Kennenlernen und Vernetzen mit wechselnden thematischen Beiträgen	3,00 €
	14-16 Uhr	Reisevortrag zu Costa Rica: Tauchen Sie ein in die bezaubernden tropischen Landschaften des zweitkleinsten Landes Zentralamerikas	3,00 €

Do. 09.11.	10-11Uhr	Gedächtnis spielend trainieren (S. Schneider): Übungen und Merktricks für mehr Konzentration	2,00 €
	10- 12 Uhr	Nordic-Walking (P. Heese): Treffpunkt nach Ansage!	2,00 €
Fr. 10.11.	10-11 Uhr	Yoga auf dem Stuhl mit Yogalehrerin Annette Duis	3,00 €
Di. 14.11.	10-12 Uhr	Malen wie Paul Klee Farbexperimente mit Aquarell und Tusche	3,00 €
Mi. 15.11.	10-12 Uhr	Nachbarschaftsfrühstück zum Kennenlernen und Vernetzen mit wechselnden thematischen Beiträgen	3,00 €
	14-16 Uhr	NEUE Gruppe! Was uns bewegt Thema: Künstliche Intelligenz	2,00 €
Do. 16.11.	10-11 Uhr	Gymnastik im Sitzen (A. Schulz): Fit bis ins hohe Alter!	2,00 €
	10-12 Uhr	Nordic-Walking (P. Heese): Treffpunkt nach Ansage!	2,00 €
Fr. 17.11.	10-11 Uhr	Yoga auf dem Stuhl mit Yogalehrerin Annette Duis	3,00 €
Mo. 20.11.	14-16 Uhr	Singekreis für alle – aus Freude am gemeinsamen Singen!	2,00 €
Di. 21.11.	10-12 Uhr	Malen wie Paul Klee Farbexperimente mit Aquarell und Tusche	3,00 €
Mi. 22.11.	Feiertag		
Do. 23.11.	10-11 Uhr	Gedächtnis spielend trainieren (S. Schneider): Übungen und Merktricks für mehr Konzentration	2,00 €
	10-12 Uhr	Nordic-Walking (P. Heese): Treffpunkt nach Ansage!	2,00 €
Fr. 24.11.	10-11 Uhr	Yoga auf dem Stuhl mit Yogalehrerin Annette Duis	3,00 €
Di. 28.11.	10-12 Uhr	Malen wie Paul Klee Farbexperimente mit Aquarell und Tusche	3,00 €
	ab 14.30 bis 18 Uhr	Lichterfahrt durchs abendliche Dresden mit weihnachtlichem Kaffeetrinken im IMPULS samt Kulturprogramm und anschließender Stadtrundfahrt im Kleinbus mit Reiseleiter Hartmut Sitte	33,00 € zzgl. Verzehr
Mi. 29.11.	10-12 Uhr	Nachbarschaftsfrühstück zum Kennenlernen und Vernetzen mit wechselnden thematischen Beiträgen	3,00 €
Do. 30.11.	10-11 Uhr	Gymnastik im Sitzen (A. Schulz): Fit bis ins hohe Alter!	2,00 €
	10-12 Uhr	Nordic-Walking (P. Heese): Treffpunkt nach Ansage!	2,00 €

