

IMPULS

Begegnung – Beratung – Engagement

Programm – Dezember 2023

Fr. 01.12.	10-11 Uhr	Yoga auf dem Stuhl mit Yogalehrerin Annette Duis	3,00 €
Mo. 04.12.	14-16 Uhr	Singekreis für alle – aus Freude am gemeinsamen Singen!	2,00 €
Di. 05.12.	10-12 Uhr	Malen wie Paul Klee Farbexperimente mit Aquarell und Tusche	3,00 €
	14-17 Uhr	Jahresabschlusswanderung „Neue Heide“ Treff: 14 Uhr, Haltestelle „Forststraße“ (Linie 4)	2,00 €
Mi. 06.12.	16-18 Uhr	Lichterfest Pieschen: Das Netzwerk für Seniorenarbeit Pieschen lädt, zum weihnachtlichen Kulturprogramm auf dem Leisniger Platz ein.	frei
Do. 07.12.	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 €
	14-16 Uhr	Literaturcafé: Einstimmung auf die Weihnachtszeit	3,00 €
Fr. 08.12.	10-11 Uhr	Yoga auf dem Stuhl mit Yogalehrerin Annette Duis	3,00 €
Di. 12.12.	10-12 Uhr	Malen wie Paul Klee Farbexperimente mit Aquarell und Tusche	3,00 €
Mi. 13.12.	10-12 Uhr	Nachbarschaftsfrühstück zum Kennenlernen und Vernetzen mit wechselnden thematischen Beiträgen	3,00 €
	14-16 Uhr	NEU! Was uns bewegt Thema: Künstliche Intelligenz	2,00 €
Do. 14.12.	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. 15.12.	10-11 Uhr	Yoga auf dem Stuhl mit Yogalehrerin Annette Duis	3,00 €
Mo. 18.12.	14-16 Uhr	Singekreis für alle – aus Freude am gemeinsamen Singen!	2,00 €
Di. 19.12.	10-12 Uhr	Malen wie Paul Klee Farbexperimente mit Aquarell und Tusche	3,00 €
Mi 20.12.	10-12 Uhr	Nachbarschaftsfrühstück zum Kennenlernen und Vernetzen mit wechselnden thematischen Beiträgen	3,00 €
	14-16 Uhr	Weinachten in aller Welt: Weihnachtsfeier des IMPULS, ein internationales Kulturprogramm mit Kaffeetrinken.	3,00 €
Do. 21.12.	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. 22.12.	10-11 Uhr	Yoga auf dem Stuhl mit Yogalehrerin Annette Duis	3,00 €



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