

# IMPULS

## Begegnung – Beratung – Engagement

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

### Programm – Mai 2025

<i>Am 01.05. (Feiertag) + 02.05. geschlossen</i>			
<b>Mo 05.05.</b>	10-12 Uhr	<b>Start! Monatlicher Trauerkreis:</b> Finden Sie Kraft im moderierten Austausch mit anderen Trauernden. → vorherige Anmeldung ist wichtig!	5,00 € inkl. Brunch
	14-17 Uhr	<b>Kurzwanderung:</b> Schönfelder Hochland–Gönnsdorf Treff: 14 Uhr, Hst. „Ullersdorfer Platz“ (Li. EV11)	3,00 €
<b>Di 06.05.</b>	10-12 Uhr	<b>Malen wie Paul Klee</b> mit Aquarell und Tusche	4,00 €
<b>Mi 07.05.</b>	10-12 Uhr	<b>Nachbarschaftsfrühstück</b> zum Kennenlernen und Vernetzen mit wechselnden thematischen Beiträgen	4,00 €
	14-16 Uhr	<b>Literaturcafé</b> (B. Schröter): Buchvorstellung mit Austausch in angenehmer Atmosphäre & Kaffeezeit	4,00 € +Verzehr
<b>Do 08.05.</b>	10-11 Uhr	<b>Gedächtnis spielend trainieren</b> (K. Joppich)!	3,00 €
	10-12 Uhr	<b>Nordic-Walking</b> (P. Heese): Treffpunkt nach Ansage!	3,00 €
	14-16 Uhr	<b>Medienstammtisch</b> (M. Borrmann): Themeneinstieg zum Smartphone mit Austausch zu Ihren Fragen. Profitieren Sie von Ihrem gegenseitigen Wissen!	3,00 €
<b>Fr 09.05.</b>	10-11 Uhr	<b>Yoga auf dem Stuhl</b> mit Yogalehrerin Annette Duis	4,00 €
<b>Mo 12.05.</b>	10:00 bis 11:30 Uhr	<b>Externes Nachbarschaftsfrühstück 60+ in Kaditz</b> zum Kennenlernen & Vernetzen mit Themenbeitrag Ort: Altkaditz 27 (Gemeindehaus) / Bus 72 bis „Altkaditz“	4,00 €
	14-16 Uhr	<b>Singekreis für alle:</b> Mit Freude gemeinsam Singen!	3,00 €
<b>Di 13.05.</b>	10-12 Uhr	<b>Malen wie Paul Klee</b> mit Aquarell und Tusche	4,00 €

<b>Mi 14.05.</b>	10-12 Uhr	<b>Nachbarschaftsfrühstück</b> zum Kennenlernen und Vernetzen mit wechselnden thematischen Beiträgen	4,00 €
	14-16 Uhr	<b>Gemeinsam kreativ</b> (C. Schmidt): Arbeiten Sie an Ihren Handarbeitsprojekten und tauschen Sie Ideen!	3,00 €
<b>Do 15.05.</b>	10-11 Uhr	<b>Gymnastik im Sitzen</b> (A. Schulz): Fit im Alter!	3,00 €
	10-12 Uhr	<b>Nordic-Walking</b> (P. Heese): Treffpunkt nach Ansage	3,00 €
	13-16 Uhr	<b>Mediensprechstunde</b> (M. Borrmann): Individueller Termin á 45 min → mit Anmeldung!	4,00 €
<b>Fr 16.05.</b>	10-11 Uhr	<b>Yoga auf dem Stuhl</b> mit Yogalehrerin Annette Duis	4,00 €
<b>Mo 19.05.</b>	10-12:30	<b>Schreibwerkstatt:</b> Einführung ins kreative Schreiben	4,00 €
<b>Di 20.05.</b>	10-12 Uhr	<b>Malen wie Paul Klee</b> mit Aquarell und Tusche	4,00 €
<b>Mi 21.05.</b>	10-12 Uhr	<b>Nachbarschaftsfrühstück</b> zum Kennenlernen und Vernetzen mit wechselnden thematischen Beiträgen	4,00 €
	13:45 bis ca. 17 Uhr	<b>Ausflug ins Wildgehege Moritzburg</b> Treff: 13:45 Uhr, Haltestelle „Liststraße“ (Bus 477) → mit Anmeldung im IMPULS!	6,00 € + Fahrkarte
<b>Do 22.05.</b>	10-11 Uhr	<b>Gedächtnis spielend trainieren</b> (K. Joppich)	3,00 €
	10-12 Uhr	<b>Nordic-Walking</b> (P. Heese): Treffpunkt nach Ansage	3,00 €
<b>Fr 23.05.</b>	10-11 Uhr	<b>Yoga auf dem Stuhl</b> mit Yogalehrerin Annette Duis	4,00 €
<b>Mo 26.05.</b>	10:00 bis 11:30 Uhr	<b>Externes Nachbarschaftsfrühstück 60+ in Kaditz</b> zum Kennenlernen & Vernetzen mit Themenbeitrag Ort: Altkaditz 27 (Gemeindehaus) / Bus 72 bis „Altkaditz“	4,00 €
	14-16 Uhr	<b>Singekreis für alle:</b> Mit Freude gemeinsam Singen!	3,00 €
<b>Di 27.05.</b>	10-12 Uhr	<b>Malen wie Paul Klee</b> mit Aquarell und Tusche	4,00 €
<b>Mi 28.05.</b>	10-12 Uhr	<b>Nachbarschaftsfrühstück</b> zum Kennenlernen und Vernetzen mit wechselnden thematischen Beiträgen	4,00 €
	14-16 Uhr	<b>Gemeinsam kreativ</b> (C. Schmidt): Arbeiten Sie an Ihren Handarbeitsprojekten und tauschen Sie Ideen!	3,00 €
<b>Am 29.05. (Feiertag) + 30.05. geschlossen</b>			

## **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 beim Ausfüllen von Anträgen (bei Bedarf auch im Hausbesuch).

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