



**Deutsches
Rotes
Kreuz**

Seniorenzentrum
IMPULS

gefördert durch
die Landeshauptstadt
Dresden



**Dresden.
DIE STADT**

IMPULS

Begegnung – Beratung – Engagement

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

Programm – Oktober 2025

Mi 01.10.	10-12 Uhr	Nachbarschaftsfrühstück zum Kennenlernen und Vernetzen mit wechselnden thematischen Beiträgen	4,00 €
	14-16 Uhr	Literaturcafé: Buchvorstellung mit Austausch in angenehmer Atmosphäre & Kaffeezeit	4,00 €
Do 02.10.	10-11 Uhr	Gedächtnis spielend trainieren (K. Joppich)	3,00 €
	10-12 Uhr	Nordic-Walking (P. Heese): Treffpunkt nach Ansage	3,00 €
Am 03.10. (Feiertag) geschlossen			
Mo 06.10.	10-12 Uhr	Monatlicher Trauerkreis: Finden Sie Kraft im moderierten Austausch mit anderen Trauernden. → um vorherige Anmeldung wird gebeten!	5,00 € inkl. Brunch
	14-17 Uhr	Kurzwanderung: Waldrand – Graupa – Pillnitz Treff: 14 Uhr, Haltestelle „Schillerplatz“ (Linie 63)	3,00 €
Di 07.10.	10-12 Uhr	Malen wie Paul Klee mit Aquarell und Tusche	4,00 €
Mi 08.10.	10-12 Uhr	Nachbarschaftsfrühstück im Dialog mit Pieschener Stadtbezirksbeirätin Pia Barkow	4,00 €
Do 09.10.	10-11 Uhr	Gymnastik im Sitzen (A. Schulz): Fit im Alter	3,00 €
	10-12 Uhr	Nordic-Walking (P. Heese): Treffpunkt nach Ansage	3,00 €
	13-16 Uhr	Mediensprechstunde (M. Borrmann): Individueller Termin á 45 min → mit Anmeldung!	4,00 €
Fr 10.10.	10-11 Uhr	Yoga auf dem Stuhl mit Yogalehrerin Annette Duis	4,00 €

Mo 13.10.	10:00 bis 11:30 Uhr	Externes Nachbarschaftsfrühstück in Kaditz zum Kennenlernen & Vernetzen mit Themenbeitrag Ort: Altkaditz 27 (Gemeindehaus) / Bus 72 bis „Altkaditz“	4,00 €
	10-12:30	Schreibwerkstatt: Einführung ins kreative Schreiben	4,00 €
	14-16 Uhr	Singekreis für alle: Mit Freude gemeinsam Singen	3,00 €
Di 14.10.	10-12 Uhr	Malen wie Paul Klee mit Aquarell und Tusche	4,00 €
Mi 15.10.	10-12 Uhr	Nachbarschaftsfrühstück zum Kennenlernen und Vernetzen mit wechselnden thematischen Beiträgen	4,00 €
Do 16.10.	10-11 Uhr	Gedächtnis spielend trainieren (K. Joppich)	3,00 €
	10-12 Uhr	Nordic-Walking (P. Heese): Treffpunkt nach Ansage	3,00 €
Fr 17.10.	10-11 Uhr	Yoga auf dem Stuhl mit Yogalehrerin Annette Duis	4,00 €
Di 21.10.	10-12 Uhr	Malen wie Paul Klee mit Aquarell und Tusche	4,00 €
Mi 22.10.	10-12 Uhr	Nachbarschaftsfrühstück zum Kennenlernen und Vernetzen mit wechselnden thematischen Beiträgen	4,00 €
	14-16 Uhr	Gemeinsam kreativ (Gruppe startet neu!) Thema: Weihnachtskarten mit Fadengrafik und Knopfbildern → vorherige Anmeldung erwünscht!	3,00 €
Do 23.10.	10-11 Uhr	Gymnastik im Sitzen (A. Schulz): Fit im Alter	3,00 €
	10-12 Uhr	Nordic-Walking (P. Heese): Treffpunkt nach Ansage	3,00 €
Fr 24.10.	10-11 Uhr	Yoga auf dem Stuhl mit Yogalehrerin Annette Duis	4,00 €
Mo 27.10.	10:00 bis 11:30 Uhr	Externes Nachbarschaftsfrühstück in Kaditz zum Kennenlernen & Vernetzen mit Themenbeitrag Ort: Altkaditz 27 (Gemeindehaus) / Bus 72 bis „Altkaditz“	4,00 €
	14-16 Uhr	Singekreis für alle: Mit Freude gemeinsam Singen	3,00 €
Di 28.10.	10-12 Uhr	Malen wie Paul Klee mit Aquarell und Tusche	4,00 €
Mi 29.10.	10-12 Uhr	Nachbarschaftsfrühstück zum Kennenlernen und Vernetzen mit wechselnden thematischen Beiträgen	4,00 €
Do 30.10.	10-11 Uhr	Gedächtnis spielend trainieren (K. Joppich)	3,00 €
	10-12 Uhr	Nordic-Walking (P. Heese): Treffpunkt nach Ansage	3,00 €
Am 31.10. (Feiertag) geschlossen			

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**.