

IMPULS

Begegnung – Beratung – Engagement

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

Programm – Januar 2026

Do 01.01.	16-18 Uhr	Neujahrfeuer an der Elbe: Begrüßen Sie mit uns das neue Jahr bei einem prasselnden Lagerfeuer → Bitte Kleinigkeit fürs Buffet mitbringen → Treff: Elbe / Feuerstelle verlängerte Eisenberger Str.	2,00 €
Mo 05.01.	10-12 Uhr	Monatlicher Trauerkreis: Finden Sie Kraft im moderierten Austausch mit anderen Trauernden. → um vorherige Anmeldung wird gebeten!	5,00 € inkl. Brunch
	13:30 Uhr	Kurzwanderung: Strecke nach Ansage und Wetter Treff: 13:30 Uhr, Haltestelle „Postplatz“ vor Möbius	3,00 €
Di 06.01.	09:30 bis 11:30 Uhr	Malen wie Paul Klee Experimente und Techniken mit Aquarell & Tusche	4,00 €
Mi 07.01.	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 08.01.	10-11 Uhr	Gedächtnis spielend trainieren (K. Joppich)	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 09.01.	10-11 Uhr	Yoga auf dem Stuhl mit Yogalehrerin Annette Duis	4,00 €
Mo 12.01.	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 13.01.	09:30 bis 11:30 Uhr	Malen wie Paul Klee Experimente und Techniken mit Aquarell & Tusche	4,00 €
Mi 14.01.	10-12 Uhr	Nachbarschaftsfrühstück zum Kennenlernen und Vernetzen mit wechselnden thematischen Beiträgen	4,00 €
	14-16 Uhr	Seelenfutter – Zimtschnecken backen Gemeinsames Backen mit anschließendem Verzehr → Anmeldung erwünscht!	4,00 € inkl. Material
Do 15.01.	10-11 Uhr	Gedächtnis spielend trainieren (K. Joppich)	3,00 €
	10-12 Uhr	Nordic-Walking (P. Heese): Treffpunkt nach Ansage	3,00 €
	ab 11:15	Gymnastik im Sitzen (A. Schulz): Fit bleiben!	3,00 €
Fr 16.01.	10-11 Uhr	Yoga auf dem Stuhl mit Yogalehrerin Annette Duis	4,00 €
Mo 19.01.	10-12:30	Schreibwerkstatt: Einführung ins kreative Schreiben	4,00 €
Di 20.01.	09:30 bis 11:30 Uhr	Malen wie Paul Klee Experimente und Techniken mit Aquarell & Tusche	4,00 €
Mi 21.01.	10-12 Uhr	Nachbarschaftsfrühstück zum Kennenlernen und Vernetzen mit wechselnden thematischen Beiträgen	4,00 €
Do 22.01.	10-11 Uhr	Gedächtnis spielend trainieren (K. Joppich)	3,00 €
	10-12 Uhr	Nordic-Walking (P. Heese): Treffpunkt nach Ansage	3,00 €
Fr 23.01.	10-11 Uhr	Yoga auf dem Stuhl mit Yogalehrerin Annette Duis	4,00 €
Mo 26.01.	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 27.01.	09:30 bis 11:30 Uhr	Malen wie Paul Klee Experimente und Techniken mit Aquarell & Tusche	4,00 €
Mi 28.01.	10-12 Uhr	Nachbarschaftsfrühstück zum Kennenlernen und Vernetzen mit wechselnden thematischen Beiträgen	4,00 €
	14-16 Uhr	Gemeinsam kreativ: Linoldruck (inkl. Material) → Anmeldung erwünscht!	3,00 €
Do 29.01.	10-11 Uhr	Gedächtnis spielend trainieren (K. Joppich)	3,00 €
	10-12 Uhr	Nordic-Walking (P. Heese): Treffpunkt nach Ansage	3,00 €
Fr 30.01.	10-11 Uhr	Yoga auf dem Stuhl mit Yogalehrerin Annette Duis	4,00 €

Kostenlose Beratung für Seniorinnen und Senioren sowie Angehörige

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