



**Deutsches
Rotes
Kreuz**

Seniorenzentrum
IMPULS

gefördert durch
die Landeshauptstadt
Dresden



**Dresden.
DIEZIGER**

IMPULS

Begegnung – Beratung – Engagement

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

Programm – Februar 2026

Mo 02.02.	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 03.02.	09:30 bis 11:30 Uhr	Malen wie Paul Klee Experimente und Techniken mit Aquarell & Tusche	4,00 €
Mi 04.02.	10-12 Uhr	Nachbarschaftsfrühstück zum Kennenlernen und Vernetzen mit wechselnden thematischen Beiträgen	4,00 €
	14-16 Uhr	Literaturcafé: Autorenlesung!!! Autorin Angelika Weirauch liest aus ihrem Buch „Das Nebelmädchen“	4,00 €
Do 05.02.	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 06.02.	10-11 Uhr	Yoga auf dem Stuhl mit Yogalehrerin Annette Duis	4,00 €
Mo 09.02.	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 10.02.	09:30 bis 11:30 Uhr	Malen wie Paul Klee Experimente und Techniken mit Aquarell & Tusche	4,00 €
Mi 11.02.	10-12 Uhr	Nachbarschaftsfrühstück zum Kennenlernen und Vernetzen mit wechselnden thematischen Beiträgen	4,00 €

	14-16 Uhr	Exkursion zur Karikaturenausstellung ins Haus der Presse → mit Anmeldung!	6,00 €
Do 12.02.	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 13.02.	10-11 Uhr	Yoga auf dem Stuhl mit Yogalehrerin Annette Duis	4,00 €
Mo 16.02.	10-12:30	Schreibwerkstatt: Einführung ins kreative Schreiben	4,00 €
Di 17.02.	09:30 bis 11:30 Uhr	Malen wie Paul Klee Experimente und Techniken mit Aquarell & Tusche	4,00 €
Mi 18.02.	10-12 Uhr	Nachbarschaftsfrühstück zum Kennenlernen und Vernetzen mit wechselnden thematischen Beiträgen	4,00 €
	14-16 Uhr	Kleidertauschparty: Verschenken Sie nicht mehr getragene, aber noch gute Kleidungsstücke; finden Sie selbst etwas für sich und tauschen Sie sich in gemütlicher Kaffeerunde aus → mit Anmeldung	2,00 € zzgl. Verzehr
Do 19.02.	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 20.02.	10-11 Uhr	Yoga auf dem Stuhl mit Yogalehrerin Annette Duis	4,00 €
Mo 23.02.	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 24.02.	09:30 bis 11:30 Uhr	Malen wie Paul Klee Experimente und Techniken mit Aquarell & Tusche	4,00 €
Mi 25.02.	10-12 Uhr	Nachbarschaftsfrühstück zum Kennenlernen und Vernetzen mit wechselnden thematischen Beiträgen	4,00 €
	14-16 Uhr	Gemeinsam kreativ: Geldgeschenke falten → Anmeldung erwünscht!	3,00 €
Do 26.02.	10-11 Uhr	Gedächtnis spielend trainieren (K. Joppich)	3,00 €
	10-12 Uhr	Nordic-Walking (P. Heese): Treffpunkt nach Ansage	3,00 €
Fr 27.02.	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**