

IMPULS für Senioren

Begegnung – Beratung – Engagement
 für Menschen ab 60 Jahren

Programm – Mai 2019

Mi 01.05.		Feiertag	
Do 02.05.	10-11 Uhr	Gedächtnis spielend trainieren (B. Ruff)	1,50 €
	10-12 Uhr	Nordic-Walking (M. Filus): Treff im IMPULS	1,50 €
Mo 06.05.	14 Uhr	Kurzwanderung (M. Doms / A. Pohle) Silbersee – Prießnitzgrund Treff: Haltestelle Käthe-Kollwitz-Platz, Li.7	1,50 €
Di 07.05.	10-12 Uhr	Malen wie Paul Klee mit Aquarell & Tusche	2,50 €
Mi 08.05.	10-12 Uhr	Nachbarschaftsfrühstück zum Kennenlernen und Vernetzen mit wechselnden Themen	2,50 €
	14-16 Uhr	Literaturcafé (Bärbel Schröter): „Goethes Mutter“	2,50 €
Do 09.05.	10-11 Uhr	Gymnastik im Sitzen (A. Schulz): Fit im Alter!	1,50 €
	10-12 Uhr	Nordic-Walking (M. Filus): Treff im IMPULS	1,50 €
Fr 10.05.	10-11 Uhr	Yoga auf dem Stuhl (N. Ruhner) Entspannung und Bewegung im Sitzen	1,50 €
Mo 03.05.	14-16 Uhr	Singekreis (U. Scharrnbeck) Mit Freude gemeinsam Singen!	1,50 €
Di 14.05.	10-12 Uhr	Malen wie Paul Klee mit Aquarell & Tusche	2,50 €
	12:30 Uhr	Kochspektakel - Leben miteinander teilen Gemeinsames Mittagessen; Mitbringbuffet!	1,00 €
	13 Uhr	Radeln mit Genuss (W. Buse) Treff: Leipziger Str./ Fahrradbrücke Elbradweg (Haltestelle „Altpieschen“)	1,50 €

Mi 15.05.	10-12 Uhr	Nachbarschaftsfrühstück: Generationendialog mit FSJ-Gruppe	2,50 €
	14-16 Uhr	Gut Kommunizieren - aber wie? (U. Prade)	2,50 €
Do 16.05.	10-11 Uhr	Gedächtnis spielend trainieren (B. Ruff)	1,50 €
	10-12 Uhr	Nordic-Walking (M. Filus): Treff im IMPULS	1,50 €
	13-15 Uhr	Klang-und Fantasiereise (U. Richter) Entspannung mit tibetischen Klangschalen	1,50 €
	14-16 Uhr	Modellbau (D. Haufe): Bauen von Landschaftsmodellen	1,50 €
Sa 18.05.	14:30 bis 16:30 Uhr	Lesefreuden (U. Scharnbeck): Gespräche über Bücher	2,50 €
Mo 20.05.	10-12:30 Uhr	Offene Schreibwerkstatt: Einführung ins kreative u. biografische Schreiben	2,50 €
	14 Uhr	Kurzwanderung (M. Doms / A. Pohle) Wachwitzer Park – Rhododendrongarten Treff: Haltestelle Körnerplatz, Li.63 (etwas anspruchsvoll)	1,50 €
Di 21.05.	10-12Uhr	Malen wie Paul Klee mit Aquarell & Tusche	2,50 €
Mi 22.05.	10-12 Uhr	Nachbarschaftsfrühstück zum Kennenlernen	2,50 €
	14-16 Uhr	Besichtigung DRK-Pflege- und Seniorenheim „Clara-Zetkin“ , Treff: Fetscherstr.111 – Bitte um Anmeldung!	2,50 €
Do 23.05.	10-11 Uhr	Gymnastik im Sitzen (A. Schulz): Fit bis ins hohe Alter!	1,50 €
	10-12Uhr	Nordic-Walking (M. Filus): Treff im IMPULS	1,50 €
	11:30 Uhr	Kochspektakel - Leben miteinander teilen Gemeinsames Mittagessen; Mitbringbuffet!	1,00 €
	13:30 Uhr	Spielenachmittag (U. Martin)	1,50 €
	14-16 Uhr	Modellbau (D. Haufe): Bauen von Landschaftsmodellen	1,50 €
Fr 24.05.	10-11 Uhr	Yoga auf dem Stuhl (N. Ruhner) Entspannung und Bewegung im Sitzen	1,50 €
Mo 27.05.		Schließtag	
Di 28.05.	10-12 Uhr	Malen wie Paul Klee mit Aquarell & Tusche	2,50 €
	13 Uhr	Radeln mit Genuss (W. Buse): Treff: Leipziger Str./ Fahrradbrücke Elbradweg (H.: „Altpieschen“)	1,50 €
Mi 29.05.	10-12 Uhr	Nachbarschaftsfrühstück zum Kennenlernen	2,50 €
Do 30.5.		Feiertag	
Fr 31.05.		Schließtag	