

IMPULS für Senioren

Begegnung – Beratung – Engagement

für Menschen ab 60 Jahren

gefördert durch die Landeshauptstadt Dresden

Programm – April 2019

Mo 01.04.	10 - 12.30	Offene Schreibwerkstatt Einführung ins kreative u. biografische Schreiben	2,50 €
Di 02.04.	10-12 Uhr	Malen wie Paul Klee mit Aquarell & Tusche	2,50 €
	ab 12.30	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 03.04.	10-12 Uhr	Nachbarschaftsfrühstück: Thema: Betreutes und altersgerechtes Wohnen	2,50 €
	14-16 Uhr	Literaturcafé (Alexa Worm): „Eine Liebeserklärung an Lene Voigt“	2,50 €
Do 04.04.	10-11 Uhr	Gedächtnis spielend trainieren (B. Ruff)	1,50 €
	10-12 Uhr	Nordic-Walking (M. Filus): Treff im IMPULS	1,50 €
	14-16 Uhr	Modellbau (D.Haufe): Bauen von Landschaftsmodellen	1,50 €
Fr 05.04.	10 - 11 Uhr	Yoga auf dem Stuhl (N. Ruhner) Entspannung und Bewegung im Sitzen	1,50 €
Mo 08.04.	14 Uhr	Kurzwanderung (A.Pohle, M.Doms) Gohliser Windmühle; Treff: Postplatz Li.94	1,50 €
	14-16 Uhr	Singekreis (U. Scharrnbeck) Mit Freude gemeinsam Singen!	1,50 €
Di 09.04.	10-12 Uhr	Malen wie Paul Klee mit Aquarell & Tusche	2,50 €

Mi 10.04.	10-12 Uhr	Nachbarschaftsfrühstück: Dialog mit den Stadtbezirksbeirätinnen	2,50 €
	ab 13 Uhr	Ausflug (H.Sitte): Rundreise Talsperre Malter	27,00 €
Do 11.04.	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 €
	13-15 Uhr	Klang- und Fantasiereise (U. Richter) Entspannung mit tibetischen Klangschalen	1,50 €
Fr 12.04.	10-11 Uhr	Yoga auf dem Stuhl (N. Ruhner) Entspannung und Bewegung im Sitzen	1,50 €
Di 16.04.	10-12Uhr	Malen wie Paul Klee mit Aquarell & Tusche	2,50 €
	13 Uhr	Radeln mit Genuss (W.Buse): Treff: Leipziger Str./ Fahrradbrücke Elbradweg (Haltestelle „Altpieschen“)	1,50 €
Mi 17.04.	10-12 Uhr	Nachbarschaftsfrühstück zum Kennenlernen	2,50 €
	15-17 Uhr	Exkursion Recyclingwirtschaft: Sortieranlage Leichtverpackungen (Veolia) Bitte um Anmeldung! Treff vor Ort: Rosenstr. 99	2,50 €
Do 18.04.	10-11 Uhr	Gedächtnis spielend trainieren (B. Ruff)	1,50 €
	10-12Uhr	Nordic-Walking (M. Filus): Treff im IMPULS	1,50 €
	14-16 Uhr	Modellbau (D.Haufe): Bauen von Landschaftsmodellen	1,50 €
Di 23.04.	10-12 Uhr	Malen wie Paul Klee mit Aquarell & Tusche	2,50 €
	14 Uhr	Kurzwanderung (M. Doms/ A. Pohle) Bienertmühle – Hoher Stein Treff: Pirnaischer Platz, Li.62 Ri. Dölzschen	1,50 €
Mi 24.04.	10-12 Uhr	Nachbarschaftsfrühstück zum Kennenlernen und Vernetzen mit wechselnden Themen	2,50 €
	14-16 Uhr	Info- und Diskussionsrunde: Vorstellung AWIG e.V.: Alt Werden in Gemeinschaft	2,50 €
Do 25.4.	10-11 Uhr	Gymnastik im Sitzen (A. Schulz): Fit bis ins hohe Alter!	1,50 €
	10-12Uhr	Nordic-Walking (M. Filus) Treff im Impuls, Stöcke ausleihbar	1,50 €
	11:30 Uhr	Kochspektakel – Leben miteinander teilen Gemeinsames Mittagessen; Mitbringbuffet!	1,00 €
	ab 13:30	Spielenachmittag (U.Martin) Mit Skip-Bo, Rummikub, Scrabble und mehr	1,50 €
Sa 27.4.	14.30-16.30	Lesefreuden (U. Scharrnbeck): Gespräche über Bücher	2,50 €
Mo 29.4.	14-16 Uhr	Singekreis (U. Scharrnbeck)	1,50 €
Di 30.04.	10-12Uhr	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 €