

# IMPULS für Senioren

Begegnung – Beratung – Engagement  
für Menschen ab 60 Jahren

*gefördert durch die Landeshauptstadt Dresden*

## PROGRAMM – Mai 2018

<b>Mi 02.05.</b>	10-12 Uhr	<b>Nachbarschaftsfrühstück</b> zum Kennenlernen und Vernetzen	2,50 €
	14-16 Uhr	<b>Literaturcafé (U. Prade)</b> É. Schmitt „Mein Leben mit Mozart“	2,50 €
	ab 14.15	<b>Kurzwanderung (A. Wild):</b> Lugturm (ca. 4-5 km) Treff: 14.15, Hst. „Prohlis Gleisschleife“ (Li. H, S)	1,50 €
<b>Do 03.05.</b>	10-11 Uhr	<b>Gedächtnis spielend trainieren</b> Übungen und Merktricks für mehr Konzentration	1,50 €
	10-12 Uhr	<b>Nordic-Walking (M. Filus):</b> Treff im IMPULS, Stöcke ausleihbar	1,50 €
<b>Mo 07.05.</b>	14-16 Uhr	<b>Kulturhist. Stadtspaziergang (D. Haufe):</b> Über Hoher Stein nach Altplauen (ca. 5 km) Treff: 14 Uhr, Hofeingang Bienertmühle, Haltestelle „S-Bhf. Plauen“	1,50 €
<b>Di 08.05.</b>	10-12 Uhr	<b>Malen wie Paul Klee</b> Farbexperimente mit Aquarell & Tusche	2,50 €
	12-14 Uhr	<b>Kochspektakel – Leben miteinander teilen</b> Gemeinsames Mittagessen; Mitbringbuffet!	1,50 €
<b>Mi 09.05.</b>	10-12 Uhr	<b>Nachbarschaftsfrühstück</b> zum Kennenlernen und Vernetzen	2,50 €
	09.15-18	<b>Tagesausflug (H. Sitte):</b> Zum „FINDLINGSPARK“ Nochten (zzgl. Mittag/Kaffee/Eintritt) → <b>Anmeldung bis 18.04.</b>	28,- €
<b>Mo 14.05.</b>	14-16 Uhr	<b>Singekreis (U. Scharrnbeck)</b> Mit Freude gemeinsam singen!	1,50 €

<b>Di 15.05.</b>	10-12 Uhr	<b>Malen wie Paul Klee:</b> Farbexperimente mit Aquarell & Tusche	2,50 €
	ab 14 Uhr	<b>Kurzwanderung (Wild):</b> Waldrand – Graupa – Oberpoyritz Treff: 14 Uhr, Haltest. „Schillerplatz“ (Li. 63)	1,50 €
<b>Mi 16.05.</b>	10-12 Uhr	<b>Nachbarschaftsfrühstück mit Vortrag zur Medienforschung</b> „Wie kommt es zu Abwertungsprozessen von und in Gruppen?“	2,50 €
<b>Do 17.05.</b>	10-11 Uhr	<b>Gymnastik im Sitzen (A. Schulz):</b> Fit bis ins hohe Alter!	1,50 €
	10-12 Uhr	<b>Nordic-Walking (M. Filus):</b> Treff im IMPULS, Stöcke ausleihbar	1,50 €
<b>Sa 19.05.</b>	14-16 Uhr	<b>Lesefreuden (U. Scharrnbeck):</b> Gespräche über Bücher für Buchliebhaber/innen. Was lese ich gerade? Warum dieses Buch?	2,50 €
<b>Di 22.05.</b>	10-12 Uhr	<b>Malen wie Paul Klee</b> Farbexperimente mit Aquarell & Tusche	2,50 €
<b>Mi 23.05.</b>	10-12 Uhr	<b>Nachbarschaftsfrühstück</b> zum Kennenlernen und Vernetzen	2,50 €
	14-16 Uhr	<b>Gut Kommunizieren – aber wie? (U. Prade)</b> Mit Hilfe moderner Kommunikationstheorie!	2,50 €
<b>Do 24.05.</b>	10-11 Uhr	<b>Gedächtnis spielend trainieren (S. Schneider)</b> Übungen und Merktricks für mehr Konzentration	1,50 €
	10-12 Uhr	<b>Nordic-Walking (M. Filus):</b> Treff im IMPULS, Stöcke ausleihbar	1,50 €
<b>Mo 28.05.</b>	14-16 Uhr	<b>Singekreis (U. Scharrnbeck):</b> Mit Freude gemeinsam singen!	1,50 €
<b>Di 29.05.</b>	10-12 Uhr	<b>Malen wie Paul Klee:</b> Farbexperimente mit Aquarell & Tusche	2,50 €
	ab 14 Uhr	<b>Kurzwanderung (A. Wild):</b> Jägerpark – Marienallee (4-5 km) Treff: 14 Uhr, Haltestelle: „Angelikastr.“ (Li. 11, 74)	1,50 €
<b>Mi 30.05.</b>	10-12 Uhr	<b>Nachbarschaftsfrühstück mit Vorstellung der Forschung</b> „Sexualität im Alter“ (M. Haberstock)	2,50 €
	14-16 Uhr	<b>Literaturcafé (U. Prade):</b> Erich Fried und seine Gedichte	2,50 €
<b>Do 31.05.</b>	10-11 Uhr	<b>Gymnastik im Sitzen (A. Schulz):</b> Fit bis ins hohe Alter!	1,50 €
	10-12 Uhr	<b>Nordic-Walking (M. Filus):</b> Treff im IMPULS, Stöcke ausleihbar	1,50 €
	11.30 Uhr	<b>Kochspektakel – Leben miteinander teilen</b> Gemeinsames Mittagessen; Mitbringbuffet!	1,00 €
	ab 13.30	<b>Spielenachmittag</b> mit Skip-Bo, Rummikub, Scrabble und mehr	1,50 €