

# IMPULS für Senioren

Begegnung – Beratung – Engagement  
für Menschen ab 60 Jahren

*gefördert durch die Landeshauptstadt Dresden*

## PROGRAMM – Juli 2018

<b>Di 03.07.</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!	1,00
<b>Mi 04.07.</b>	10-12 Uhr	<b>Nachbarschaftsfrühstück: Im Dialog mit Pieschner Ortsbeiräten</b> (Raum für Ihre Fragen)	2,50
	14-16 Uhr	<b>Literaturcafé (U. Prade):</b> Erich Fried und seine Gedichte	2,50
<b>Do 05.07.</b>	10-11 Uhr	<b>Gedächtnis spielend trainieren (B. Ruff)</b> Übungen und Merkricks für mehr Konzentration	1,50
	10-12 Uhr	<b>Nordic-Walking (M. Filus):</b> Treff im IMPULS, Stöcke ausleihbar	1,50
<b>Mo 09.07.</b>	14-16 Uhr	<b>Singekreis (U. Scharrnbeck):</b> Mit Freude gemeinsam singen!	1,50
<b>Di 10.07.</b>	10-12 Uhr	<b>Malen wie Paul Klee</b> mit Aquarell & Tusche	2,50
	ab 14 Uhr	<b>Kurzwanderung (A. Wild):</b> Kretschelteich Treff: 14 Uhr, Haltest. „Zur Neuen Brücke“ (Li. 7)	1,50
<b>Mi 11.07.</b>	10-12 Uhr	<b>Nachbarschaftsfrühstück</b> zum Kennenlernen und Vernetzen	2,50
	09-18 Uhr	<b>Tagesausflug (H. Sitte):</b> Tagesfahrt zu den Teupitzer Seen mit Seenrundfahrt u. Kaffee auf dem Schiff (inkl. Schiff/Kaffeegedeck, zzgl. Mittagessen) → <b>Anmeldung bis 20.06.</b>	45,-
	14-16 Uhr	<b>Gut Kommunizieren – aber wie? (U. Prade)</b> Mit Hilfe moderner Kommunikationstheorie!	2,50

<b>Do 12.07.</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
	13-15 Uhr	<b>NEU! Meditative Klang- und Fantasiereise (U. Richter)</b> Entspannungsangebot begleitet mit Klängen tibetischer Klangschalen / <b>begrenzte Teilnehmerzahl → Bitte um Anmeldung!</b>	1,50
<b>Mo 16.07.</b>	14-16 Uhr	<b>Kulturhist. Stadtspaziergang (D. Haufe):</b> Elbaufwärts IV - Loschwitzer Wiesenweg (4km) / Treff: 14 Uhr, Körnerplatz/Ecke Friedrich-Wieck-Str., Haltest. „Körnerplatz“ (Li. 61, 63, 84, 309)	1,50
<b>Di 17.07.</b>	10-12 Uhr	<b>Malen wie Paul Klee:</b> Farbexperimente mit Aquarell & Tusche	2,50
<b>Mi 18.07.</b>	10-12 Uhr	<b>Nachbarschaftsfrühstück</b> zum Kennenlernen und Vernetzen	2,50
	14-16 Uhr	<b>Filmbesprechung: Eine Geschichte über den Arzt Albert Schweitzer</b> und sein Lepra-Krankenhaus in Zentralafrika.	2,50
<b>Do 19.07.</b>	10-11 Uhr	<b>Gedächtnis spielend trainieren (B. Ruff)</b>	1,50
	10-12 Uhr	<b>Nordic-Walking (M. Filus):</b> Treff im IMPULS, Stöcke ausleihbar	1,50
<b>Mo 23.07.</b>	14-16 Uhr	<b>Singekreis (U. Scharrnbeck):</b> Mit Freude gemeinsam singen!	1,50
<b>Di 24.07.</b>	10-12 Uhr	<b>Malen wie Paul Klee</b> mit Aquarell & Tusche	2,50
	ab 14 Uhr	<b>Kurzwanderung (A. Wild):</b> Bühlau – Mordgrundwasser – Mordgrundbrücke / Treff: 14 Uhr Hst. „Ullerdorfer Pl.“ (Li. 11, 61)	1,50
<b>Mi 25.07.</b>	10-12 Uhr	<b>Nachbarschaftsfrühstück</b> zum Kennenlernen und Vernetzen	2,50
	14-16 Uhr	<b>Reisevortrag mit Wolfram Opitz: „Der Iran“</b> Beamervortrag mit Fotografien und Erzählungen über Land & Leute	2,50
<b>Do 26.07.</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:</b> Gemeinsames Mittagessen; Mitbringbuffet!	1,00
	ab 13.30	<b>Spielenachmittag</b> mit Skip-Bo, Rummikub, Scrabble und mehr	1,50
<b>Mo 30.07.</b>	14-16 Uhr	<b>Kulturhist. Stadtspaziergang: letzte Tour mit Hr. Haufe!</b> Zu den Neubauten u. Bauprojekten im OA Pieschen Treff: 14 Uhr, Hst. „Alexander-Puschkin-Pl.“ (Li. 4, 9) <b>Herzliches Dankeschön an Dieter Haufe für sein ehrenamtliches Engagement als langjähriger Wanderleiter!</b>	1,50
<b>Di 31.07.</b>	10-12 Uhr	<b>Malen wie Paul Klee:</b> Farbexperimente mit Aquarell & Tusche	2,50