

**Wir brauchen gerade jetzt Ihre Hilfe**

## **DRK-Mitgliedschaft**

**Beitrag pro Jahr: mind. € 30,-**

*Werden Sie Mitglied!*



### **DRK-Beitritt Informationen über:**

- unsere Internetseite oder
- schreiben Sie uns eine E-Mail
- schauen Sie ganz einfach im POMM 91 am Dienstag vorbei

**Wir freuen uns auf Sie.**

## **Blutspende**

Blutspenden finden auch 2023

5 x in Tornesch statt:

- 15.02.
- 19.04.
- 05.07.
- 27.09.
- 29.11.



## **Tagesausflüge**

Hierzu siehe unsere Aushänge im POMM 91 sowie im Schaukasten am Bahnhof.



**Auch Nichtmitglieder  
können an unseren  
Ausflügen teilnehmen**

## **Kontakt**

Bei Fragen und Interesse an einem unserer Angebote oder wenn Sie uns unterstützen wollen, treten Sie bitte in Kontakt mit uns.

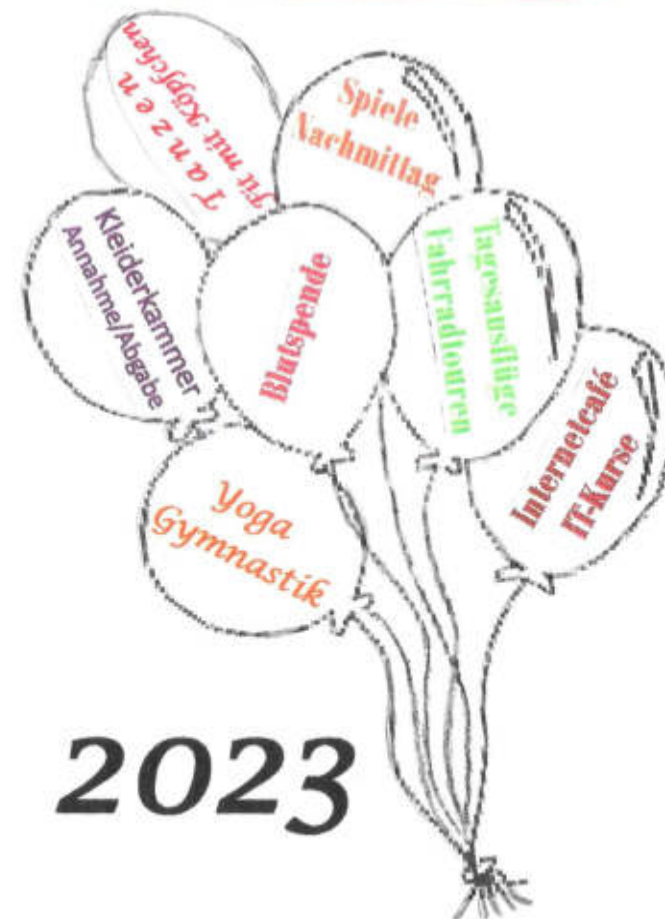
### **DRK Ortsverein Tornesch e.V.**

Pommernstr. 91, 25436 Tornesch  
Tel. 04122 / 56731 – erreichbar  
dienstags von 14.00 -16.00 Uhr

E-Mail: [info@drk-tornesch.de](mailto:info@drk-tornesch.de)  
Internet: [www.drk-tornesch.de](http://www.drk-tornesch.de)  
[www.facebook.com/drktornesch](http://www.facebook.com/drktornesch)

VR Bank in Holstein eG.  
IBAN DE86 2219 1405 0045 1452 10

## **Für Sie vor Ort – in Tornesch**



## KLEIDERKAMMER

**Gut erhaltene und saubere Kleidung, Bettwäsche, Tischwäsche, Gardinen, Geschirr usw. im POMM 91, Pommernstr. 91 abgeben.**

**Ausgabe** und **Annahme** (Daten siehe Aushang) :

\* **Ausgabe** :

dienstags jede Woche/ 14.00 bis 16.00 Uhr

\* **Annahme** :

mittwochs alle 2 Wochen / 14.00 bis 16.00 Uhr



Außerdem befinden sich

**zwei Container** vor dem POMM 91,  
Begegnungsstätte für Alt und Jung

**ein weiterer Container** vor dem  
DRK-Kindergarten, Friedlandstraße,

in die Altkleidung (verpackt) sowie Schuhe  
(paarweise gebündelt) eingeworfen werden  
können.

## SPORT

### Gymnastik für Junggebliebene

(bewusste Bewegungen für Körper und Geist)

- montags 8.30 bis 9.30 Uhr -

### Seniorengymnastik

- dienstags 15.15 bis 16.00 Uhr -



### Stuhl-Yoga

- dienstags 16.30 - 17.30 Uhr

### Matten-Yoga

- dienstags 18.00 - 19.30 Uhr



### FIT MIT KÖPFCHEN - neu



**T A N Z E N - neu**  
aus Freude an der Bewegung  
- für jedes Alter -



## FREIZEITANGEBOTE

### Spielenachmittag für Seni/oren

Jeden Mittwoch von 14.30 bis 17.00 Uhr  
(außer Juli und Dezember / Ferien)

- Fahrdienst auf Anfrage (Frau Breede / Tel.-Nr.  
53543) – geringer Kostenbeitrag von € 2,--

### Seniorenfrühstück (Kostenbeitrag: € 3,--)

- letzten Donnerstag im Monat (siehe Aushang  
im POMM 91) von 9.30 bis 11.00 Uhr (außer  
Juli und Dezember)

- Fahrdienst auf Anfrage (Frau Breede / Tel.-Nr.  
53543) – geringer Kostenbeitrag von € 2,--

### Gedächtnistraining

Frau Hahn informiert die Teilnehmer

### Fahrradtouren – suchen wir Leitung

### Tagesausflüge

werden im POMM 91 bekannt gegeben

Internetcafé „PLUS“ / Treffpunkt  
**15.00 – 16.30 Uhr /14-tägig**

### Internetkurse „Das kann ich auch“

Videospiele usw.  
am großen Bildschirm



(Alle Angebote vorbehaltlich evtl.  
Corona-Einschränkungen)