



POMM 91 Æ Begegnungsstätte für Alt und Jung Æ

Pommernstraße 91 in 25436 Tornesch
 weitere Informationen erteilt Frau Ute Leszinski
 Telefon-Nr. 04122 Æ 54944 oder 0172 Æ 4 29 76 75
 Montag bis Freitag von 9.00 bis 11.00 Uhr

Regelmäßige Angebote offener Seniorenarbeit der freien Wohlfahrtsverbände

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG
Seniorennachmittag, Gespräche, Spiele, Singen ð bei Kaffee und Kuchen Veranstalter: AWO Frau Mettjes Telefon: 9277767 14.30 Æ 17.00 Uhr	Seniorengymnastik Veranstalter: DRK Frau Gorsler, Telefon: 90 06 70 1. Gruppe 15.00 - 15.45 Uhr 2. Gruppe 15.45 - 16.30 Uhr	Bewusste Bewegungen für den ganzen Körper - Gymnastik für Jung- Gebliebene . Veranstalter: DRK Frau Jansen-Jessen, Telefon: 04121-4 63 18 62 8.30 bis 9.30 Uhr (außer Schulferien)	Seniorennachmittag, Gespräche, Spiele, Singen ð bei Kaffee und Kuchen Veranstalter: Kirche Frau Kobarg, Telefon: 5 37 22 14.30 Æ 17.00 Uhr	Seniorennachmittag, Gespräche, Spiele, Singen ð bei Kaffee und Kuchen Veranstalter: SoVD Herr Joachim Selk, Telefon: 961456 15.00 bis 18.00 Uhr
	Stuhl-Yoga Veranstalter: DRK Frau Hahn, Telefon: 528 07 16.30 bis 17.30 Uhr Matten-Yoga Veranstalter: DRK Frau Hahn, Telefon: 5 28 07 18.00 Æ 19.30 Uhr	Spielenachmittag für Senioren bei Kaffee und Kuchen Veranstalter: DRK Frau Habekost, Telefon: 5 33 18 Interessierte, die die Begegnungsstätte zu Fuß nicht erreichen können, werden auf Anfrage (Herr Kluge, Telefon: 5 12 62) Gegen einen geringen Kostenbeitrag gefahren 14.30 bis 17.30 Uhr	Wanderungen Termine und Ziele werden rechtzeitig durch Aushang in der Begegnungsstätte bekannt gegeben Veranstalter: DRK Frau Rein, Telefon: 5 39 24 jeden 1. Donnerstag im Monat von April bis Oktober	Seniorennachmittag für Frauen des BvD Veranstalter: BvD Frau Diekmann, Telefon: 7 27 82 jeden 2. Freitag im Monat
		Selbsthilfegruppe Begegnungen Veranstalter: AWO Herr Drescher, Telefon: 5 24 93 19.30 Æ 21.30 Uhr	Gemeinsames Seniorenfrühstück Offenes Angebot, Kosten: 3,00 Euro Veranstalter: DRK jeden letzten Donnerstag im Monat ab 9.00 Uhr	
		Fahrradtouren ab Begegnungsstätte, bitte auch auf Aushänge achten Veranstalter: DRK Frau Hahn, Telefon: 5 28 07 ab April jeden 2. Mittwoch im Monat um 13.30 Uhr		