



Deutsches
Rotes
Kreuz

Ortsverein
Sterup
in Sterup

Blutspendetermin



10. Dez. 26
16.00 bis 19.30 Uhr

In der HAS-Schule Sterup

Hilfe rufen
/Notruf

Ermutigen
/Trösten

Lebenswichtige
Funktionen
kontrollieren

Decke unterliegen
/zudecken!



Erste Hilfe Kurs

Samstag 26.09.26

- kostenlos -

9.00 bis 17.00 Uhr
im
Steruper
Gemeindehaus

unsere

Angebote

Ab 27.08.2026

von
jung bis ins hohe Alter



Sie finden uns

im Steruper Gemeindehaus



Gemütlicher Frühstückstreff

jeden ersten und dritten
Donnerstag im Monat
um 9.30 Uhr



Vorlese- und Spielnachmittag für Kinder

im Alter von 3 bis 6 Jahre
14.30 bis 16.30 Uhr jeden zweiten und vierten Donnerstag im
Monat
mit Isa, Jutta und Inge

OFFENER TREFF

Klöhnschnack
bei
Kaffee oder Tee
jeden zweiten
Donnerstag im Monat
von 9.00 bis 12.00 Uhr

Gedächtnistraining

Jeden vierten Donnerstag
im Monat
10.00 Uhr

Anmeldungen und Info
unter

04637 / 9636691

0151/15338092

Zu unseren

Tagesveranstaltungen
bitte anmelden



Unsere Bewegungsangebote für Jedermann

Gymnastik hält fit - bringt Spaß mit Inge

montags
18.00 bis 19.00 Uhr
Schaut rein und seht selbst!

Gymnastik mit Anja mittwochs

15.00 bis 16.00 Uhr

In der kleinen
Steruper Sporthalle

Tanzkreis Grundhof mit Inge

wir tanzen jeden zweiten Freitag
14.00 bis 15.30 Uhr
im

Grundhofer Dorfgemeinschaftshaus
Termin bei Inge nachfragen

Gymnastik mit Anja montags

14.30 bis 15.30 Uhr
im Gemeinderaum in
Esgrusschauby

Tanzkreis Sterup in Gelting mit Inge

hier tanzen Frauen und Männer
mittwochs

19.30 bis 21.00 Uhr
in der Aula der Grundschule
In Gelting

Startet wieder nach den
Schulherbstferien

*Kommt doch einfach mal
zum
schnuppern.
Ihr seid herzlich willkommen.*