

Gern können Sie auch die Beitrittserklärung direkt bei uns abgeben oder in den Briefkasten werfen.

Danke für Ihre Unterstützung!



DRK
Ortsverein Tornesch e.V.
Pommernstraße 91
25436 Tornesch

Bitte
ausreichend
frankieren
oder direkt
abgeben

Herzlich willkommen!

Sie suchen nach einer Möglichkeit, sich sozial zu engagieren und Ihre Kompetenzen sinnvoll einzusetzen?

Dann sind Sie bei uns genau richtig!

Der DRK-Ortsverein Tornesch bietet eine Vielzahl von Angeboten und sucht stets engagierte Helfer/-innen und neue Fördermitglieder, um seine Arbeit weiterhin erfolgreich durchführen zu können.

Warum beim DRK mitmachen?

- **Soziales Engagement:** Wir setzen uns für die Gemeinschaft ein und helfen bedürftigen Menschen in unserer Stadt.
- **Kompetenz:** Unser Team besteht aus qualifizierten Fachkräften und freiwilligen Helfer/-innen, die sich kontinuierlich weiterbilden.
- **Vielfältige Einsatzmöglichkeiten:** Bei uns finden Sie die passende Tätigkeit, die zu Ihren Interessen und Fähigkeiten passt.
- **Gemeinschaft und Zusammenhalt:** Werden Sie Teil unserer DRK-Familie und erleben Sie die Freude an der gemeinsamen Arbeit für eine gute Sache.

Wie können Sie helfen?

- Werden Sie aktives Mitglied und unterstützen und nutzen Sie unsere vielfältigen Angebote.
- Engagieren Sie sich als freiwillige/-r Helfer/-in und bringen Sie Ihre individuellen Fähigkeiten ein.
- Spenden Sie für unsere gemeinnützigen Aktivitäten und helfen Sie uns, noch mehr Menschen in Not zu unterstützen.

Kontaktieren Sie uns noch heute und werden Sie Teil unseres Teams beim DRK-Ortsverein Tornesch e.V.

Wir freuen uns auf Sie!

Kontakt: DRK-Ortsverein Tornesch e.V.
Telefon: 04122-56731
E-Mail: info@drk-tornesch.de



Engagement macht Spaß!

Mehr als 400.000 Ehrenamtliche engagieren sich bereits neben Beruf, Studium oder Schule beim Deutschen Roten Kreuz. Es sind Menschen jeden Alters, jeder Hautfarbe und Religion und mit ganz unterschiedlichen Lebensgeschichten. Eines jedoch haben sie alle gemeinsam.

Sie helfen Menschen in Not.

*Schauen Sie doch einmal vorbei und lernen Sie uns kennen!
Wir freuen uns auf Sie!*



Deutsches
Rotes
Kreuz

DRK-Ortsverein
Tornesch e. V.

Pommernstraße 91
25436 Tornesch
Telefon 04122-56731
(dienstags von 14-16 Uhr)

1. Vorsitzender:
Manfred Irgens
Telefon 04122-52837
E-Mail irgens@drk-tornesch.de

Aktuelle Informationen:
www.drk-tornesch.de
info@drk-tornesch.de
f [facebook.com/drktornesch](https://www.facebook.com/drktornesch)
Schaukasten am Bahnhof
POMM 91, Pommernstraße 91

www.cs-design.de | werbung + druck | Christof Schliemann



DRK-Ortsverein Tornesch e.V.

2024

*Aktivitäten,
Kurse,
Unternehmungen!*

*Mitmachen,
helfen,
Spaß haben!*

engagiert – sozial – kompetent



DRK-Ortsverein
Tornesch e.V.

+++ SPORT +++ FREIZEIT +++ AUSFLÜGE +++ SOZIALES ENGAGEMENT +++ u.v.m.

Sport

Stuhl-Yoga:

Gut für Körper, Geist und Seele

dienstags von 16.30-17.30 Uhr
Atem-, Lockerungs- und Dehnübungen im Sitzen, Stehen am Stuhl sowie Entspannungsübungen. Jahresbeitrag 35,- €

Matten-Yoga:

Sitzen, liegen, stehen

dienstags von 18.00-19.30 Uhr
nach Hatha-Yoga Prinzip, Atem- und Körperübungen, Tiefenentspannung und Meditation. Jahresbeitrag 50,- €

Gymnastik für Junggebliebene

Bewusste Bewegung für Körper und Geist

montags von 8.30-9.30 Uhr Jahresbeitrag 40,- €

Seniorengymnastik:

Sitzen, gehen, stehen mit guter Laune und Musik

dienstags von 15.15 -16.00 Uhr, kostenlos
im Anschluss Kaffee mit selbstgebackenen Kuchen (1,50 €)

Fit mit Köpfchen:

Wahrnehmen, denken, bewegen

jeweils 10 x donnerstags von 13.30-14.30 Uhr
Training für Kopf und Körper.
DRK-Mitglieder 15,- € (Nichtmitglieder 25,- €) für 10 Termine

Tanzen:

Freude an Bewegung

1. Kurs: mittwochs von 17.00-18.30 Uhr
2. Kurs: donnerstags von 10.30-12.00 Uhr
Tanzen aus Freude an der rhythmischen Bewegung und Musik. Tauchen Sie ein in eine fröhliche Gemeinschaft, lachen Sie und tanken Sie Ihre Seele auf.
DRK-Mitglieder 25,- € (Nichtmitglieder 40,- €) für 10 Termine



Freizeitangebote

Internetcafé „PLUS“

Smartphone, Tablet oder Laptop

Ein Treffpunkt zum Austauschen von Erfahrungen mit der Möglichkeit, bei Problemen unsere Fachleute zu befragen.
Die Treffen finden 14-tägig am Mittwoch statt. 2,- € / Termin

Digitale Kurse

Einsteigerkurse zum Umgang mit Smartphone/Tablet/PC sowie Workshops zu verschiedenen Schwerpunktthemen.
Es stehen auch Geräte zum Ausleihen zur Verfügung.

Film- und Musik

Unterhaltung

Ungefähr alle zwei Monate bieten wir zur Unterhaltung und gemütlichem Miteinander einen Film- oder Musiknachmittag mit Getränken etc. an. 2,- € / Termin

Spielenachmittag für Senioren

Treffen zum Spielen und Klönen

mittwochs von 14.30-17.00 Uhr
Es wird bei Kaffee und Kuchen geklönt und klassische Brett- und Kartenspiele gespielt. 1,50 € / Termin
(Fahrdienst möglich, Kostenbeitrag 2,- €)

Gedächtnistraining

Leistungsfähigkeit des Gehirns trainieren

dienstags von 10.00-11.30 Uhr, alle zwei Wochen
Durch gezielte Übungen soll die Leistungsfähigkeit des Gehirns trainiert werden in lockerer Atmosphäre mit viel Spaß beim Üben. 30,- € für 6 Termine

Seniorenfrühstück

**Letzter Donnerstag im Monat
(10 x im Jahr, außer Juli + Dezember)**

Ehrenamtliche Helferinnen bereiten ein reichhaltiges Frühstück vor. Es wird geklönt und Neuigkeiten werden ausgetauscht, Gäste sind herzlich willkommen 3,- € / Termin
(Fahrdienst möglich, Kostenbeitrag 2,- €)

Fahrradtouren

April – Oktober

Senioren/-innen unternehmen monatlich eine geführte Fahrradtour, z.B. zum Rantzauer See (ca.20-35 km)
Jeder ist willkommen und fährt auf eigene Gefahr.

Tagesausflüge

Fahrten mit Besichtigungen und gutem Essen

Die Fahrten werden im POMM 91 sowie auf unserer Website vorgestellt. Nichtmitglieder sind herzlich willkommen.

Kleiderkammer

Kleidung, Wäsche, Decken, Geschirr

Ausgabe: jeden Dienstag von 14.00-16.00 Uhr, für ALLE geöffnet. Bedürftigkeitsnachweis wird nicht benötigt.
Annahme: jeden 1. und 3. Mittwoch von 14.00-16.00 Uhr, nur gebrauchsfähige und saubere Sachen.

Blutspende

5 x im Jahr
Von ehrenamtlichen Helferinnen wird ein gutes, schmackhaftes Büffet zubereitet.
Für Erstspender/-innen werden vom DRK-Ortsverein 3 Preise verlost.
14.02. | 17.04. | 26.06. | 02.10. | 04.12. (15-19.30 Uhr)
im POMM 91, Pommerstraße 91, 25436 Tornesch

Rotkreuzdose



Wichtiges kompakt verpackt

Sind Sie gut vorbereitet auf Notfälle? Nutzen Sie dafür die Rotkreuzdose. Mit dieser kleinen, praktischen Lösung können Sie dafür sorgen, dass der Rettungsdienst in einer Notlage alle wichtigen Informationen über Sie oder Ihre Angehörigen erhält. Das ist wichtig, damit die Rettungskräfte alles im Blick haben und die richtigen Entscheidungen treffen können. Verkaufspreis 5,- €

DRK-Notrufuhren

Erprobungsphase eines neuen Projekts

Interessierte können sich auf unserer Website genauer informieren oder anrufen.



Bitte abscheiden und ausfüllen.

Deutsches Rotes Kreuz

DRK-Ortsverein
Tornesch e. V.

Ich bin dabei!

BEITRITTSERKLÄRUNG:

- Den Betrag werde ich durch einen Dauerauftrag überweisen.
VR Bank in Holstein eG IBAN DE86 2219 1405 0045 1452 10
Sparkasse Südholstein IBAN DE58 2305 1030 0003 6471 20
- Den Betrag bitte ich jährlich durch SEPA-Lastschriftverfahren vom Konto zu erheben.

IBAN _____
bei _____
Unterschrift* _____ Datum _____

Name _____ Vorname _____
Anschrift _____
Geburtsdatum _____
Telefon _____ E-Mail _____
Beitrag jährlich (mind. € 30,-) _____ Mitgliedschaft ab _____

*Datenschutz-Einwilligung (jederzeit widerrufbar) ich willige ein, dass der DRK Ortsverein Tornesch e.V. meine personenbezogenen Daten elektronisch speichert und verarbeitet. Weiterhin habe ich die Datenschutzzinformation gelesen, akzeptiert und versichere die Richtigkeit meiner angegebenen Daten.