Sammlung Mustertexte

Diese Texte sind in der Dienstleistungsdatenbank (DLDB) hinterlegt. Sie können Sie ganz einfach mit einem Klick auf den gewünschten Text und auf “Mustertext importieren” in die Eingabefelder einfügen. Dann können Sie diese nach Ihren Wünschen anpassen.



**Übersicht der aktuell abrufbaren Texte**

[Kleiderladen 1](#_Toc1174027757)

[Vorlesen im Kindergarten 2](#_Toc1030001675)

[Pflege des Vereinsheims 3](#_Toc953309813)

[Digitallotsen 4](#_Toc272139100)

[Gartenarbeit im Pflegeheim 5](#_Toc1342720570)

[Besuchsdienst im Pflegeheim 6](#_Toc767271102)

[Lerntreff/Nachhilfe 7](#_Toc68256329)

[Social Media 8](#_Toc1052666793)

[Blutspende 9](#_Toc379750803)

[Sanitätsdienst 10](#_Toc1034215051)

[Patenschaft Geflüchtete 11](#_Toc1217022744)

[Kältehilfe/Wärmebus 12](#_Toc407032266)

[Tafel/Lebensmittelausgabe 13](#_Toc457072969)

[Sprachmittler (Kita) 14](#_Toc478498183)

[Einkaufshilfe 15](#_Toc44877487)

[Offene Ganztagsbetreuung 16](#_Toc1987357158)

[PSNV 17](#_Toc166967674)

[Techniker 18](#_Toc77650995)

[Gruppenleitung JRK 19](#_Toc1442217237)

[Qualifizierung Leitungs- und Führungskräfte (QLF) 20](#_Toc1108210066)

[Aktivierender Hausbesuch 21](#_Toc348730933)

[Alltagsbegleiter für Senioren 23](#_Toc1200760986)

[DRK Gesundheitsprogramme\_Gedächtnistraining 24](#_Toc1753169499)

[DRK Gesundheitsprogramme\_Tanz 26](#_Toc180508697)

[DRK Gesundheitsprogramme\_Yoga 27](#_Toc1358463668)

[Seniorentreff 29](#_Toc893306126)

[Übungsleitung Seniorengymnastik 29](#_Toc1371308325)

|  |
| --- |
| Kleiderladen |
| Unterstützung im Kleiderladen  |
| Fashionbegeisterte Ehrenamtliche für Kleiderladen des DRK in Musterstadt-Ost gesucht. |
| In unserem durch Ehrenamtliche geführten Kleiderladen bieten wir gut erhaltene Second-Hand Kleidung für einen kleinen Preis an. Dabei tragen wir zum Umweltschutz und mehr sozialer Gerechtigkeit bei – mit einem Kleidungsstück nach dem anderen.Dich erwarten vielseitige und abwechslungsreiche Aufgaben:* Kleidung sortieren
* Kleidung ausbessern
* Kundenberatung
* Kasse
* Dekoration der Schaufenster

Die Öffnungszeiten des Ladens sind: Mo, Di, Do, Sa: 10.00-16.00 Uhr. Aber auch außerhalb der Zeiten ist eine Unterstützung, z.B. beim Kleidersortieren oder Schaufensterdekorieren möglich. **Gemeinsam schauen wir, wie viel Zeit du in dein Ehrenamt investieren möchtest und welche konkrete Tätigkeit zu dir passt!**Neugierig geworden? Dann melde dich bei uns!  |

|  |
| --- |
| Vorlesen im Kindergarten |
| Vorlesen im Kindergarten. Leseratten gesucht! |
| In unserer Kita Kunterbunt möchten wir die Freude am Lesen und Geschichtenerzählen fördern. Dafür suchen wir engagierte Vorleserinnen und Vorleser. |
| Liest du gerne und hast Lust diese Leidenschaft an Kinder im Alter von 3-6 Jahren weiterzugeben? Dann bist du bei uns genau richtig! Wir suchen engagierte Vorleserinnen und Vorleser, die regelmäßig unsere Kita besuchen und jeweils mit einer kleinen Gruppe Geschichten lesen oder erzählen. Dafür kannst Du die Bücher unserer Kita nutzen oder gerne auch eigene Geschichten mitbringen.Idealerweise hast du mindestens **einmal im Monat für 1-2 Stunden** Zeit für dein neues Ehrenamt. Gerne auch häufiger, damit unsere kleinen Gäste dich besser kennenlernen können. Die ersten Vorlesestunden werden von einer unserer pädagogischen Fachkräfte begleitet, die auf alle deine Fragen eingeht.**Die möglichen Zeiträume sind:**Montag – Freitag, 10.00 - 12.00 Uhr und 14.00 - 16.00 Uhr. Mit den Lesestunden kannst Du einen wertvollen Beitrag für mehr Bildungsgerechtigkeit leisten, und gleichzeitig eine Menge Spaß haben!Kontaktiere uns gerne für ein erstes Kennenlernen, bei dem wir gerne Fragen beantworten und eine erste Vorlesestunde zum Ausprobieren ausmachen. **Die Kids und wir freuen uns schon auf dich!** *Aufgrund der Arbeit mit Kindern muss ein erweitertes Führungszeugnis vorgezeigt werden.* |

|  |
| --- |
| Pflege des Vereinsheims |
| Helfende Hände für unser Vereinsheim gesucht! |
| Wir suchen engagierte Helfer, die sich um die Unterhaltsreinigung in unserem Vereinsheim kümmern und vor Vermietungen alles auf Vordermann bringen |
| Möchtest du die Arbeit des DRK unterstützen und hast du eine Vorliebe für Sauberkeit? Dann freuen wir uns über deinen Kontakt! Deine Hauptaufgabe ist die Unterhaltsreinigung, **etwa 3x im Monat für je 3 Stunden**. Zudem gibt es sporadische Vermietungen, bei denen du vorab nach dem Rechten schaust und eventuell die Fenster und Oberflächen zum Glänzen bringst.**Deine Aufgaben:*** Unterhaltsreinigung 3x im Monat (je 3 Stunden)
* Vorbereitung des Vereinsheims vor Vermietungen (nach Bedarf)
* Gelegentliche Betreuung bei Vermietungen

Du kannst deine Zeit flexibel planen und wirst von uns bestens eingearbeitet - wir zeigen dir jeden Winkel unseres Vereinsheims in der XX Straße in XX. Daher musst du nichts mitbringen, wir haben alle Utensilien da. ;-)Mit deiner Tätigkeit unterstützt du aktiv und nachhaltig dein örtliches DRK, damit sich unser Team voll auf die Rettung konzentrieren kann. Hast du Lust, Teil des DRK-Teams zu werden? Melde dich und hilf uns mit deiner Unterstützung! |

|  |
| --- |
| Digitallotsen |
| Digitallotsen gesucht! |
| Hilf älteren Menschen aus deiner Nachbarschaft, sich besser in der digitalen Welt zurechtzufinden und mit Smartphone, Computer & Co umgehen zu lernen! |
| Unser DRK-Ortsverein möchte Seniorinnen und Senioren dabei unterstützen, sich in der digitalen Welt zurechtzufinden. Kennst du dich mit Smartphones, Tablets und Computern aus und kannst geduldig Schritt für Schritt erklären? Dann bist du bei uns genau richtig! Trage dazu bei, dass ältere Menschen ihre Unabhängigkeit bewahren und Neues dazulernen**Deine Aufgaben:*** Individuelle Unterstützung im Umgang mit digitalen Geräten
* Geduldige und verständliche Erklärungen in einfachen Worten
* Zeiteinteilung nach deinen Kapazitäten, idealerweise 1x pro Woche für 2 Stunden

Als Ehrenamtlicher arbeitest du in einem engagierten Team von 8 Personen. Vor Ort gibt es eine feste Ansprechpartnerin und viele Möglichkeiten, dich mit Anderen auszutauschen.Komm dazu zum **DRK Ortsverein xy in Musterstrasse 58, 83838 Musterstadt**Wenn du Lust hast, Teil unseres Teams zu werden und ältere Menschen auf ihrem Weg in die digitale Welt zu begleiten, freuen wir uns darauf, dich kennenzulernen!Wir möchten sicherstellen, dass sich alle Engagierten bei uns wohl fühlen, kommen Sie gerne mit besonderen Bedarfen auf uns zu. |

|  |
| --- |
| Gartenarbeit im Pflegeheim |
| Gartenguru gesucht |
| Das Pflegeheim „Villa Kunterbunt“ sucht Dich zum Garten pimpen |
| Wir suchen nach Gartenenthusiasten mit einer guten Portion Grün-Daumen-Fähigkeiten und einem noch größeren Herz für ehrenamtliches Engagement. Hier geht es darum, mit Spaß und Freude unserem Garten neuen Glanz zu verleihen.**Aufgaben:*** Blümchen umsorgen
* Unkrautbekämpfung
* Rasenmähen
* Bewässerung von Pflanzen
* Gemeinsames Pflanzen von Bäumen und Gelegenheitsschütteln von Obstbäumen

**Das bringst Du mit:*** Ein Herz, das für Gartenarbeit schlägt
* Teamgeist, um gemeinsam die grüne Mission voranzutreiben
* Einigermaßen fit, um die Herausforderungen der Gartenarbeit mit einem breiten Grinsen zu meistern
* Keine Doktorarbeit in Botanik erforderlich – Einsteiger sind genauso willkommen wie alte Hasen!

**Zeitaufwand:**So flexibel wie ein Gummibaum! Ob Sie nun ein paar Stunden pro Woche oder einen ganzen Sonntag im Grünen verbringen möchten – jede Minute zählt!**Wir bieten:*** Ein freundliches, lockeres Umfeld im Freien, das mehr nach Freizeit als nach Arbeit riecht
* Die Chance, sich weiterzuentwickeln und dabei die Welt ein wenig grüner zu machen
* Kostenfreie Getränke (Wasser, Kaffee und Tee)
* Kostenfreies Mittagessen
* Möglichkeit von Aus-, Fort und Weiterbildung
* Austauschrunden
* Teilnahme an Veranstaltungen

Wir möchten sicherstellen, dass sich alle Engagierten bei uns wohl fühlen, kommen Sie gerne mit besonderen Bedarfen auf uns zu. |

|  |
| --- |
| Besuchsdienst im Pflegeheim |
| Zeit schenken, Freude bringen: Besuchsdienst im Pflegeheim |
| Das Pflegeheim XY ist ein kleines, gemütliches Pflegeheim. Hier sind XX BewohnerInnen zu Hause, die sich sehr über Besuch freuen! |
| Als Ehrenamtlicher des Besuchsdienstes hilfst du dabei, die Lebensqualität der Heimbewohner zu steigern und ihnen Freude und Abwechslung zu schenken.**Deine Engagementmöglichkeiten beim Besuchsdienst:*** Vorlesen von Zeitungen oder Büchern
* Gesellschaftsspiele wie „Mensch ärgere dich nicht“
* Spaziergänge und nette Gespräche
* Basteln zur Verschönerung der Zimmer

Deine eigenen Ideen sind herzlich willkommen! Es kommt ganz auf Deine und die Interessen der Bewohner an.**Zeitliche Flexibilität:**Du entscheidest selbst, wann und wie viel Zeit Du schenken möchtest.Ob unregelmäßig, zu bestimmten Festen oder auch regelmäßig 1x die Woche – jede schön verbrachte Stunde zählt!**Kannst Du Dir vorstellen, durch Deine Zeit Freude zu schenken?**Wir stehen dir mit Rat und Tat zur Seite und freuen uns darauf, gemeinsam bei einem Kaffee herauszufinden, wie du am besten mitwirken kannst. Melde dich bei uns – die Bewohner freuen sich schon auf dich! |

|  |
| --- |
| Lerntreff/Nachhilfe |
| Deine Zeitspende für mehr Bildungsgerechtigkeit |
| Für unseren Lerntreff suchen wir engagierte Personen – ob Schüler, Studierende, Rentner oder andere Menschen mit Freude am Umgang mit Kindern. |
| Gemeinsam unterstützen wir Grundschulkinder bei ihren Hausaufgaben in einer kleinen Gruppe und legen dabei den Fokus auf Schreiben, Lesen und Leseverständnis. **Deine Aufgaben*** Unterstützung bei Hausaufgaben, Vokabellernen und der Vorbereitung auf Klassenarbeiten
* Durchführung von Lese- und Schreibübungen

**Das bringst Du mit*** Erste Erfahrungen und Interesse im Umgang und in der Betreuung von Kindern
* Einfühlungsvermögen und Zuverlässigkeit

**Wir bieten*** Ein sinnstiftendes Engagement für mehr Bildungsgerechtigkeit
* Ein angenehmes Umfeld für die Kinder und Ehrenamtlichen
* Die Freude, Erfolge mit den Kleinen unserer Gesellschaft zu feiern
 |

|  |
| --- |
| Social Media |
| Zeig, was uns bewegt! Unterstütze das DRK in Social Media |
| Unterstütze unser DRK-Team im Social Media-Bereich und hilf uns, unsere wichtigen Themen und Aktionen sichtbar zu machen! |
| Du liebst es, kreativ zu sein und willst die sozialen Medien mit guten Inhalten füllen? Dann bist du bei uns genau richtig! Der DRK-Ortsverein sucht motivierte Unterstützung im Bereich Social Media, um unsere Aktivitäten, Veranstaltungen und Aktionen online sichtbar zu machen und eine engagierte Community aufzubauen.**Deine Aufgaben*** Planung und Erstellung von Beiträgen für unsere Social-Media-Kanäle
* Unterstützung bei der Pflege und Weiterentwicklung unserer Social-Media-Präsenz
* Entwickeln und Umsetzen kreativer Ideen, um Menschen für unsere Projekte zu begeistern
* Gelegentliche Begleitung und Berichterstattung von Veranstaltungen und Einsätzen

**Was du mitbringst*** Interesse an Social Media und dem DRK
* Kreativität und ein Gespür für ansprechende Inhalte
* Zuverlässigkeit und Eigeninitiative

**Was wir dir bieten*** Eine spannende und sinnvolle Tätigkeit in einem engagierten Team
* Einblicke in die Arbeit des Deutschen Roten Kreuzes und die Möglichkeit, deine eigenen Ideen einzubringen
* Ein offenes, unterstützendes Umfeld, in dem dein Engagement geschätzt wird

Mach mit und hilf uns, die wichtigen Themen des DRK bekannter zu machen! |

|  |
| --- |
| Blutspende |
| Engagier dich fürs Leben: Unterstütze die Blutspende in XY! |
| Hilf uns, eine Atmosphäre zu schaffen, in der Blutspenden zum Gemeinschaftserlebnis wird. |
| Gemeinsam mit dem Team der Blutspende und dem medizinischen Personal des Blutspendedienstes sorgst du dafür, dass der Blutspendetag ein Erfolg wird.**Deine Aufgaben*** Empfang und Begrüßung der Spender
* Betreuung und Verpflegung der Spender während ihres Aufenthalts
* Mitgestaltung einer freundlichen, einladenden Atmosphäre

**Was du mitbringst*** Freude am Umgang mit Menschen und ein offenes, herzliches Wesen
* Zuverlässigkeit und Teamfähigkeit
* Interesse, gemeinsam mit uns einen wichtigen Beitrag zur Gesundheitsversorgung zu leisten

**Was wir dir bieten*** Ein sinnstiftendes Engagement in einem tollen Team
* Die Möglichkeit, einen wichtigen Beitrag zur Blutversorgung zu leisten
* Eine wertschätzende und freundliche Atmosphäre

Hilf uns, dass sich die Spender bei der Blutspende in XY rundum wohlfühlen! |

|  |
| --- |
| Sanitätsdienst |
| Erlebe Abenteuer und Zusammenhalt: Werde ehrenamtlicher DRK-Sanitäter! |
| Erlerne lebensrettende Skills & finde neue Freunde: Deine Chance als ehrenamtlicher Sanitäter beim DRK –wir bringen Dir alles bei, was Du brauchst! |
| Unser Hobby: wir machen die Welt sicherer. Sei es bei Sportveranstaltungen, Konzerten oder im Katastrophenfall. Wir freuen uns immer über Verstärkung!**Die Tätigkeiten unserer Sanitäter sind vielfältig:*** alle 2 Wochen Treffen zum üben im Basisteam
* alle Ausbildungen, die Du brauchst, bekommst Du von uns
* lerne mehr, als nur Erste Hilfe - so oft und so tief, bis Du das kannst und handlungssicher wirst
* Einsätze bei Konzerten, Sportveranstaltungen usw., wann Du Zeit und Lust hast

**Wann ist dieses Ehrenamt für dich genau das richtige?*** Du hast Lust auf Teamarbeit
* Du möchtest Sinnvolles dazulernen
* Du möchtest neue Dinge ausprobieren, die Du noch nicht kennst

Alles Fachliche bringen wir Dir ganz in Ruhe bei!!!**Wieviel Zeit solltest Du mitbringen?*** Treffen alle 2 Wochen am Abend
* ab und an mal 1 Tag am Wochenende Schulung
* Einsätze, wenn Du Zeit und Lust hast (mal 2 Std., mal 8 Std...)
 |

|  |
| --- |
| Patenschaft Geflüchtete |
| Neue Wege gemeinsam gehen: Pate/Patin für Geflüchtete |
| Das DRK in XY sucht engagierte Paten, die geflüchtete Menschen auf ihrem Weg in eine neue Lebenssituation begleiten möchten. |
| Als Pate/in hilfst du dabei, sich im Alltag zurechtzufinden, Kontakte zu knüpfen und unterstützt bei Behördengängen oder bei Fragen zu Sprache und Kultur. Gemeinsam mit dem DRK schaffst du so eine wichtige Brücke für ein herzliches Ankommen und eine gelungene Integration.**Deine Aufgaben*** Unterstützung im Alltag, z. B. bei Behördengängen und Formularen
* Gemeinsame Unternehmungen, um den Austausch und das Kennenlernen zu fördern
* Hilfe beim Deutschlernen

**Was du mitbringst*** Offenheit, Toleranz und Freude am Umgang mit Menschen
* Geduld und Einfühlungsvermögen
* Zuverlässigkeit und die Bereitschaft, kontinuierlich zu unterstützen

**Was wir dir bieten*** Eine bereichernde und sinnvolle Aufgabe
* Unterstützung durch das DRK-Team
* Austausch mit anderen Patinnen und Paten
* Die Möglichkeit, Teil einer starken Gemeinschaft zu sein und neue Perspektiven zu gewinnen

Mach mit und hilf Geflüchteten, ein Stück neue Heimat zu finden!Engagierte aus allen Sprach- und Kulturkreisen sind explizit gewünscht und willkommen. |

|  |
| --- |
| Kältehilfe/Wärmebus |
| Nachteulen gesucht: Engagiere dich mit dem Wärmebus für Menschen ohne Obdach |
| In den Wintermonaten wird der Wärmebus des DRK zu einer wichtigen Anlaufstelle für obdachlose Menschen. Werde Teil des Teams! |
| Als ehrenamtliche/r Helfer/in unterstützt du das Team bei der Verteilung von warmen Getränken, Schlafsäcken, Decken, Winterschuhen und wärmender Kleidung. Zudem hilfst du, betroffene Menschen auf Wunsch in Notunterkünfte zu bringen und stehst ihnen mit einem offenen Ohr zur Seite. Du wirst Teil eines Teams, das aktiv in der Stadt unterwegs ist, um Menschen, die von der Kälte betroffen sind zu unterstützen.**Deine Aufgaben*** Fahrt mit dem Wärmebus zu bekannten Schlafplätzen von obdachlosen Menschen
* Verteilen von warmen Getränken, Schlafsäcken, Decken, Kleidung und Snacks
* Austausch und Gespräche mit den betroffenen Personen
* Bei Bedarf: Organisation und Begleitung von Personen in Notunterkünfte

**Was du mitbringst*** Einfühlungsvermögen und ein offenes Ohr für die Bedürfnisse obdachloser Menschen
* Bereitschaft, in den Wintermonaten abends bis in die Nachtstunden aktiv zu sein

**Was wir dir bieten*** Ein erfahrenes Team und die Möglichkeit, aktiv mit sozialpädagogischen Fachkräften zusammenzuarbeiten
* Die Gelegenheit, in einem spannenden und wichtigen Projekt mitzuwirken

Setze dich mit uns dafür ein, obdachlosen Menschen in der Kälte zu helfen und bringe Wärme und Hoffnung in ihre Nacht. Dein Engagement macht einen Unterschied!Engagierte aus allen Sprach- und Kulturkreisen sind explizit gewünscht und willkommen. |

|  |
| --- |
| Tafel/Lebensmittelausgabe |
| Ehrenamt bei der Tafel – Dein Engagement gegen Armut und Lebensmittelverschwendung |
| Werde Teil der Tafel des DRK in XY und hilf mit, Lebensmittel zu retten und denen zu geben, die sie am meisten brauchen. |
| Mit deinem Ehrenamt unterstützt du bedürftige Menschen und wirst Teil einer starken Gemeinschaft von Freiwilligen, die sich für eine bessere Welt einsetzen.**Bei der Tafel brauchen wir verschiedene Talente für vielfältige Aufgaben*** Abholung von Lebensmittelspenden als Fahrer/*in oder Beifahrer/*in
* Sortierung und Verteilung von Lebensmitteln an die Tafel-Kund/innen
* Unterstützung bei Fundraising-Aktivitäten oder Öffentlichkeitsarbeit
* Organisation von Projekten und Veranstaltungen
* Koordination von Freiwilligen und Unterstützung bei Büroarbeiten

**Spricht Dich eine dieser Aufgaben an? Dann melde dich bei uns!****Was wir dir bieten*** Eine wertvolle und sinnstiftende Tätigkeit, die sowohl dir als auch der Gesellschaft zugutekommt
* Die Möglichkeit, deine Talente und Erfahrungen einzubringen und dich persönlich weiterzuentwickeln
* Eine starke Gemeinschaft von Helferinnen und Helfern, die sich gegenseitig unterstützen
* Versicherungsschutz während deines Engagements

Wir möchten sicherstellen, dass sich alle Engagierten bei uns wohl fühlen, kommen Sie gerne mit besonderen Bedarfen auf uns zu. |

|  |
| --- |
| Sprachmittler (Kita) |
| Mit Sprachkenntnissen Brücken bauen |
| Unterstütze unsere Kita als Sprachmittler\*in |
| Unsere Kita ist auf der Suche nach engagierten ehrenamtlichen Sprachmittlern, die uns dabei helfen, die Kommunikation mit Kindern und Eltern zu erleichtern, deren Muttersprache nicht Deutsch ist. Wenn Sie gut Arabisch, Russisch, Farsi, Ukrainisch oder eine andere Sprache sprechen und Freude daran haben, in einem vielfältigen Umfeld zu arbeiten, freuen wir uns auf Ihre Unterstützung! **Aufgaben:*** Unterstützung bei der Kommunikation zwischen Erziehern, Kindern, Eltern und Behörden in der jeweiligen Muttersprache
* Dolmetschen während Elterngesprächen, Elternabenden und anderen Veranstaltungen
* Begleitung und Unterstützung der Kinder im Kita-Alltag, um Sprachbarrieren zu überwinden
* Vermittlung von Informationen und Übersetzungen von Mitteilungen, Flyern und Formularen

 **Anforderungen:*** Gute Sprachkenntnisse in Deutsch sowie in einer der genannten Sprachen (Arabisch, Russisch, Farsi, Ukrainisch oder eine andere relevante Sprache)
* Freude am Umgang mit Kindern und Interesse an deren Entwicklung
* Geduld, Einfühlungsvermögen und Kommunikationsstärke
* Zuverlässigkeit und Teamfähigkeit
* Erfahrung im Bereich der Sprachmittlung ist von Vorteil, aber nicht zwingend erforderlich
* Einhaltung Belehrung Datenschutz,
* kultursensitive Einstellung
* Freude im Umgang mit Menschen
* Erweitertes polizeiliches Führungszeugnis
* Masernschutz

 **Wir bieten:*** Die Möglichkeit, einen wertvollen Beitrag zur Integration und Sprachförderung zu leisten
* Eine herzliche und unterstützende Arbeitsatmosphäre
* Praktische Erfahrungen im Bereich der Sprachmittlung und interkulturellen Arbeit
* Die Chance, Teil eines engagierten Teams zu werden und positive Veränderungen im Leben von Kindern und Familien zu bewirken
* Regelmäßige Fortbildungsmöglichkeiten und Austausch mit anderen Ehrenamtlichen
 |

|  |
| --- |
| Einkaufshilfe |
| Einkaufshilfe gesucht: Mach den Unterschied in deiner Nachbarschaft! |
| Als Einkaufsheld hilfst du Senioren und mobilitätseingeschränkten Menschen, ihren Alltag zu meistern. |
| Du hast ein großes Herz und Lust, Menschen in deiner Umgebung zu unterstützen? Dann werde Einkaufsheld! Wir suchen nach engagierten Ehrenamtlichen, die für Senioren, Menschen mit eingeschränkter Mobilität oder Familien mit kleinen Kindern Einkäufe erledigen und ihnen damit den Alltag erleichtern. Mit deiner Hilfe bringst du nicht nur frische Lebensmittel, sondern auch ein Lächeln in ihr Zuhause! **Aufgaben:*** Erledigung von Einkäufen für Menschen, die selbst nicht einkaufen gehen können
* Abholen von Einkaufslisten und Besorgen der gewünschten Artikel
* Freundliche Übergabe der Einkäufe an der Haustür
* Gelegentliches Plaudern und Zuhören, um den Alltag etwas heller zu machen
* Achten darauf, den Wocheneinkauf stressfrei und zuverlässig zu organisieren

 **Anforderungen:*** Freude daran, anderen zu helfen und den Alltag zu erleichtern
* Verlässlichkeit und Pünktlichkeit
* Mobilität, um die Einkäufe zu erledigen (Fahrrad, Auto oder gute Laufschuhe!)
* Geduld und Einfühlungsvermögen im Umgang mit älteren Menschen
* Keine besonderen Vorkenntnisse erforderlich – nur ein Lächeln und die Bereitschaft zu helfen!
* Erweitertes polizeiliches Führungszeugnis

**Zeitaufwand:**Flexibel, je nach Verfügbarkeit – ob einmal pro Woche oder mehrmals im Monat, jede Unterstützung zählt! **Wir bieten:*** Das wunderbare Gefühl, einen echten Unterschied im Leben anderer zu machen
* Dankbare Menschen, die sich auf deinen Besuch freuen
* Ein freundliches und unterstützendes Team, das dich bei der Organisation unterstützt
* Die Möglichkeit, Teil einer wichtigen Gemeinschaft zu sein und neue Kontakte zu knüpfen
 |

|  |
| --- |
| Offene Ganztagsbetreuung |
| Offener Ganztag - Bring dein Hobby in unsere Schule |
| In der Offenen Ganztagsschule des DRK begeisterst du Kinder mit Kreativität, Sport oder Forschung. |
| **Was erwartet dich?**Du verstärkst unser engagiertes Team und betreust Grund- und Mittelschüler nach dem Unterricht. Dabei schaffst du nicht nur unvergessliche Erlebnisse, sondern förderst auch gezielt die Talente der Kinder. Ob in der individuellen Förderung, bei der Leseförderung, der Hausaufgabenbetreuung oder in spannenden Freizeitprojekten – deine Ideen finden bei uns Platz!**Deine Gestaltungsmöglichkeiten:*** **Kreativ und handwerklich:** Gestalte Malkurse oder biete kreative Workshops an.
* **Musikalisch:** Organisiere Musikprojekte oder singe gemeinsam mit den Kindern.
* **Sportlich aktiv:** Ob Tanzen, Ballsport oder Inlineskates – sportliche Aktivitäten stehen hoch im Kurs.
* **Natur und Forschung:** Begeistere für Naturwissenschaften und erkunde gemeinsam mit den Kindern die Umwelt.

Deine eigenen Ideen sind dabei herzlich willkommen – es zählt ganz, was dir und den Kindern Freude bereitet!**Flexible Zeiteinteilung:**Du entscheidest selbst, wann und wie oft du dich engagieren möchtest. Ob gelegentlich, zu bestimmten Zeiten oder auch regelmäßig einmal pro Woche – jede Stunde, die du den Kindern schenkst, ist ein Gewinn!Wir betreuen die Kinder montags bis donnerstags von 11:00 bis 16:00 Uhr:* **11:00 – 14:00 Uhr:** Mittagsbetreuung
* **14:00 – 16:00 Uhr:** Freizeitgestaltung

**Komm ins Team und schenke Freude:**Bereit, mit deiner Zeit und deinem Engagement Kinderherzen zu begeistern? Wir unterstützen dich tatkräftig und freuen uns darauf, gemeinsam herauszufinden, wie du am besten mitwirken kannst. Melde dich bei uns – die Kinder können es kaum erwarten, dich kennenzulernen!Werde Teil der Offenen Ganztagsschule des DRK und inspiriere die nächste Generation!Hinweis: Für das Engagement mit Kindern und Jugendlichen wird ein erweitertes Führungszeugnis benötigt. Wir helfen Dir gerne dabei dieses zu beantragen. |

|  |
| --- |
| PSNV |
| Lerne Erste Hilfe für die Seele |
| Hilf Menschen in seelischen Notlagen und werde Teil unseres Teams der Psychosozialen Notfallversorgung (PSNV) |
| Unser PSNV-Team sucht engagierte Teammitglieder, die bereit sind, in herausfordernden Situationen zu helfen und Erste Hilfe für die Seele zu leisten.**Was macht das PSNV-Team?**Unser Team ist darauf spezialisiert betroffenen Personen in Krisensituationen wie Naturkatastrophen oder Verkehrsunfällen beizustehen. Wir bieten Erste Hilfe für die Seele und vermitteln bei Bedarf an Fachkräfte wie Psychologen weiter.**Deine Aufgaben:** * Erkennen von seelischen Notlagen und angemessene Unterstützung bieten.
* Erste Hilfe für die Seele leisten und ein offenes Ohr für die Betroffenen haben.
* Weitervermittlung an Fachkräfte, wenn eine intensivere Betreuung notwendig ist.

**Was Du mitbringen solltest:*** Du bist seelisch gefestigt und kannst in stressigen Situationen einen kühlen Kopf bewahren.
* Du hast die Fähigkeit, aktiv zuzuhören und Empathie zu zeigen.
* Teamarbeit ist für dich selbstverständlich, und du bist bereit, dich kontinuierlich weiterzuentwickeln.

**Was wir bieten:*** Unterstützung und Begleitung bei allen Einsätzen durch erfahrene Teamkollegen.
* Ständige Begleitung im Team, um den Austausch und die persönliche Entwicklung zu fördern.
* Die Möglichkeit, einen positiven Einfluss auf das Leben anderer Menschen zu haben.
* Ggf. eine PSNV-Ausbildung

Wenn du Interesse hast, Teil unseres PSNV-Teams zu werden, dich fortzubilden und Menschen in schwierigen Zeiten zu helfen, freuen wir uns auf deine Nachricht! |

|  |
| --- |
| Techniker |
| Teile deine Technik-Kenntnisse für den guten Zweck |
| Als ehrenamtlicher Techniker die Einsätze des DRK unterstützen |
| Möchtest du Teil eines engagierten Teams werden und dabei helfen, Menschen in Not zu unterstützen? Das Deutsche Rote Kreuz (DRK) sucht motivierte Ehrenamtliche für den Techniktrupp!**Deine Aufgaben*** Du prüfst regelmäßig die Geräte und Fahrzeuge
* Du unterstützt das Team bei der Wartung und Instandhaltung der technischen Ausrüstung.

**Durch diesen Einsatz sorgst Du dafür, dass die DRK-Helfer/innen jederzeit einsatzbereit sind und im Katastrophenfall schnell reagieren können.**Nur mit sicheren Fahrzeugen und funktionstüchtigen Geräten können die Helfer von Sanitäts- und Betreuungsgruppe ihren Aufgaben gerecht werden.**Was wir bieten*** Eine herzliche Gemeinschaft und den Zusammenhalt eines tollen Teams.
* Spaß bei der Arbeit und die Möglichkeit, neue Freundschaften zu schließen.
* Flexible Tätigkeitszeiten, die sich gut mit deinem Alltag vereinbaren lassen.
* Eine gute technische Ausrüstung/Werkzeug

**Voraussetzungen*** Fachpersonal ist gerne gesehen, aber nicht zwingend erforderlich. Wir freuen uns über jede helfende Hand und Jeden, der bereit ist, Neues zu lernen!

Wenn du Interesse hast, Teil unseres Techniktrupps zu werden und einen wertvollen Beitrag zu leisten, dann melde dich bei uns! Wir freuen uns darauf, dich kennenzulernen und gemeinsam Großes zu bewirken. |

|  |
| --- |
| Gruppenleitung JRK |
| **Für Gesundheit, soziale Werte, Nachhaltigkeit und internationale Verständigung – Werde Gruppenleitung im Jugendrotkreuz** |
| Als Gruppenleitung im JRK gestaltest du Aktivitäten für Kinder und Jugendliche und vermittelst spielerisch Erste Hilfe, soziale Werte und Teamgeist. |
| Du möchtest regelmäßige Angebote für Kinder ab sechs Jahren anbieten? Dann bist du beim Jugendrotkreuz genau richtig!Das Jugendrotkreuz engagiert sich für humanitäre Werte, Erste Hilfe und soziale Projekte und stärkt Teamgeist und Verantwortung bei Kindern und Jugendlichen. Durch kreative Gruppenstunden, Wettbewerbe und Aktionen setzen sie sich aktiv für eine solidarische Gesellschaft ein.Ob einmal pro Woche oder alle zwei bis drei Wochen – den Turnus der Gruppenstunde legst du fest. Wir bieten zahlreiche Gruppenstunden- und Lerninhalte, die du gerne verwenden kannst. Deiner Kreativität sind jedoch keine Grenzen gesetzt.**Als Gruppenleitung solltest du...*** mindestens 16 Jahre alt sein
* Spaß an der Arbeit mit Kindern/Jugendlichen haben

**Zeitaufwand*** ca. 1-2 Stunden pro Woche für Vorbereitung und Durchführung der Gruppenstunden
* Viermal im Jahr Gruppenleitersitzung
* hin und wieder Zeit für Veranstaltungen/Aktionen

**Wir bieten*** Ausbildung- und Fortbildungen
* Vergünstigungen durch Jugendleiter-Karte
* Unterstützung durch die Kreisjugendleitung und Hauptamt

Mach mit und werde Teil eines einzigartigen Jugendverbandes! |

|  |
| --- |
| Qualifizierung Leitungs- und Führungskräfte (QLF) |
| **Persönliche Kompetenz-Entwickler im DRK** |
| Du hilfst gerne anderen bei ihrer Entwicklung? Dich interessiert die Arbeit mit Menschen? Werde Lehrkraft in unserem DRK-QLF-Team |
| Wir bilden die zukünftigen Leitungs- und Führungskräfte (QLF) im Verband aus. Der Einstig in unsere Lehrkräfteteam erfolgt über ein Hospitationsmodell. Du bringst idealerweise, neben Interesse, eine pädagogische Grundqualifikation mit, wir bieten aber eine solche auch an.Die Tätigkeit umfasst:* Vorbereitung der jeweiligen vordefinierten Seminare
* Durchführung in Präsenz, im Tandem, im Regelfall 2-tägig
* Nachbereitung im Tandem
* Austausch und Fortbildung im größeren Seminarteam

Auch die Mitwirkung bei der Weiterentwicklung der Qualifikationsangebote ist möglich.Bei der Besetzung der Tandems achten wir darauf, dass sowohl die fachlichen als auch die methodischen/pädagogischen Belange abgedeckt werden. D.h. auch die Mitwirkung für Quereinsteiger möglich ist.Neben dem Spaß bei der Arbeit im Ehrenamt bietet es auch die Möglichkeit zur eigenen Weiterentwicklung. Deine investierten Aufwände werden individuell abgestimmt und richten sich nach deiner Verfügbarkeit.Wir arbeiten mit den angehenden Leitungs- und Führungskräften im DRK und statten sie mit dem notwendigen Rüstzeug für ihre Aufgabe/Funktion aus.Wenn du Interesse oder Fragen hast, freuen wir uns über deine Kontaktaufnahme! |

|  |
| --- |
| Aktivierender Hausbesuch |
| **Bewegung, Begegnung, Freude – besuch einen älteren Menschen als Aktivierungscoach** |
| Das DRK in Musterstadt sucht Verstärkung: hilf dabei, Senioren körperlich und geistig fit zu halten und durch Hausbesuche ihr Wohlbefinden zu steigern!  |
| Für den Aktivierenden Hausbesuch hat das DRK ein effektives, duales Konzept aus Bewegung und Beziehungsarbeit entwickelt, das die körperliche und geistige Fitness von Senioren fördert, Abwechslung in den Alltag bringt und zu mehr Lebensfreude beiträgt.Für die Durchführung vor Ort suchen wir neue Aktivierungs-Coaches, die einmal wöchentlich einen älteren Menschen für eine Stunde in seiner/ihrer Häuslichkeit besuchen. 30 Minuten sind für Bewegung vorgesehen, die anderen 30 Minuten für ein Gespräch oder eine gemeinsame Aktivität, z.B. Gesellschaftsspiele spielen. **Deine Aufgaben:*** Du motivierst Senioren zu körperlicher und geistiger Beweglichkeit und leitest sie darin an
* Du unterstützt Senioren dabei, niedrigschwellige Quellen der Freude zu entdecken

**Das bringst Du mit:*** Du arbeitest gerne mit Senioren und zauberst ihnen ein Lächeln ins Gesicht
* Du bist kontaktfreudig und hast Spaß an Bewegung
* Dein Einfühlungsvermögen hilft dir dabei, auf die Bedürfnisse und Fähigkeiten der Senioren angemessen eingehen zu können

**Veranstaltungsort**: DRK Kreisverband Musterstadt, Musterstraße 0, 00000 Musterstadt  **Zeitraum**: * 1x Woche für eine Stunde und nach Absprache mit dir

**Wir bieten:*** Du übst eine sinnstiftende Tätigkeit aus, dein Engagement bewirkt mit wenig Zeitaufwand enorm viel
* Du erhältst eine kostenlose Qualifikation, inklusive Erste-Hilfe-Kurs, wirst auf deinen Einsatz gründlich vorbereitet und fachlich begleitet
* Du hast eine feste hauptamtliche Ansprechperson und arbeitest im Team mit regelmäßigem Austausch und Fortbildungen
* Du erhältst eine Aufwandsentschädigung pro Übungsstunde sowie Versicherungsschutz

Wir möchten sicherstellen, dass sich alle Engagierten bei uns wohl fühlen, komm gerne mit besonderen Bedarfen auf uns zu. |

|  |
| --- |
| Alltagsbegleiter für Senioren |
| **Gemeinsam statt einsam – werde DRK-Alltagsbegleiter für Senioren** |
| Das DRK in Musterstadt sucht Verstärkung: hilf Senioren, ein selbstbestimmtes Leben zu führen! |
| Wir setzen uns für den Erhalt von körperlicher und mentaler Gesundheit ein und für möglichst viel Selbstbestimmung von Seniorinnen und Senioren, besonders im hohen Alter. Das DRK in Musterstadt sucht Alltagsbegleiter, die Senioren in ihrer Häuslichkeit für ein- bis zwei Stunden wöchentlich unterstützen. Dazu zählen gemeinsame Spaziergänge, Einkäufe, Begleitung zu Arztterminen, Unterstützung im Haushalt oder bei der Wahrnehmung von Hobbies. Es soll den Senioren helfen, ihre Aktivitäten möglichst selbständig zu bestimmen und durchzuführen und dabei ihre Freude und Lebensqualität zu erhöhen.**Deine Aufgaben:*** Du motivierst Senioren zu körperlicher und geistiger Beweglichkeit und unterstützt sie dabei
* Du begleitest Senioren niedrigschwellig im Alltag
* Du förderst das Selbstvertrauen der Senioren in ihrer Selbstbestimmung

**Das bringst Du mit:*** Du arbeitest gerne mit Senioren, bist kontaktfreudig und zuverlässig
* Dein Einfühlungsvermögen hilft dir dabei, auf die Bedürfnisse und Fähigkeiten der Senioren angemessen eingehen zu können

**Veranstaltungsort**: DRK Kreisverband Musterstadt, Musterstraße 0, 00000 Musterstadt  **Zeitraum**: * Den zeitlichen Umfang deines Engagements bestimmst du selbst, idealerweise 1x Woche für ein bis zwei Stunden

**Wir bieten:*** Du erhältst eine kostenlose Qualifikation inklusive Erste-Hilfe-Kurs, Hospitation und fachlicher Begleitung
* Du hast eine feste hauptamtliche Ansprechperson und arbeitest im Team mit regelmäßigem Austausch und Fortbildungen
* Du erhältst eine Aufwandsentschädigung sowie Versicherungsschutz
* Du übst eine sinnstiftende Aufgabe aus, dein Engagement bewirkt mit wenig Zeitaufwand enorm viel

Wir möchten sicherstellen, dass sich alle Engagierten bei uns wohl fühlen, komm gerne mit besonderen Bedarfen auf uns zu |

|  |
| --- |
| DRK Gesundheitsprogramme\_Gedächtnistraining |
| **Mit Köpfchen engagiert – werde Gedächtnistrainer im DRK** |
| Das DRK in Musterstadt sucht eine engagierte Übungsleitung für unsere Gedächtnistrainingsgruppen |
| Eine feste Gruppe von maximal 15 erwachsenen Teilnehmenden trifft sich 1x pro Woche für bis zu 1,5 Stunden in unseren gut ausgestatteten DRK-Räumlichkeiten. Für die Durchführung vor Ort suchen wir eine neue Übungsleitung im Team unserer Gesundheitsprogramme.Im Dreiklang von Körper, Geist und Seele werden beim ganzheitlichen Gedächtnistraining Bewegungsübungen vermittelt, die nicht nur körperlich fit halten, sondern auch die Konzentration fördern. Vielseitige Denkaufgaben und alltagstaugliche Merktechniken regen logisches Denken und die Denkflexibilität an, zusätzlich werden Kreativität und Fantasie der Teilnehmenden aktiviert. Ganz wichtig dabei ist die angenehme und entspannte Gruppenatmosphäre und der Spaß! **Deine Aufgaben:*** Du motivierst die Teilnehmenden zu körperlicher und geistiger Beweglichkeit und leitest sie darin an
* Du planst und gestaltest deine Gruppenstunden eigenständig
* Leichte administrative Aufgaben

**Das bringst Du mit:*** Du begeisterst dich für kognitive und geistige Fitness und möchtest das anderen vermitteln
* Du bist kontaktfreudig und kreativ
* Du sorgst für eine angenehme Gruppenatmosphäre
* Du arbeitest gerne selbständig und hast Spaß daran, für die Gruppe passende Übungsstunden zu kreieren
* Dein Einfühlungsvermögen hilft dir dabei, auf die Bedürfnisse und Fähigkeiten der Teilnehmenden angemessen eingehen zu können

**Veranstaltungsort**: DRK Kreisverband Musterstadt, Musterstraße 0, 00000 Musterstadt**Zeitraum**: * 1x Woche für 1,5 Stunden und nach Absprache mit dir

**Wir bieten:*** Du übst ein sinnstiftendes Engagement aus und erweiterst deinen Horizont
* Du erhältst eine kostenlose Qualifikation, inklusive Erste-Hilfe-Kurs, wirst auf deinen Einsatz gründlich vorbereitet und fachlich begleitet
* Du hast eine feste hauptamtliche Ansprechperson mit regelmäßigem Austausch im Team und Fortbildungen
* Du erhältst eine Aufwandsentschädigung und Fahrtkosten pro Übungsstunde sowie Versicherungsschutz

Wir möchten sicherstellen, dass sich alle Engagierten bei uns wohl fühlen, komm gerne mit besonderen Bedarfen auf uns zu. |

|  |
| --- |
| DRK Gesundheitsprogramme\_Tanz |
| **Tanzen verbindet – gestalte unsere Tanz-Gruppe mit!** |
| Teile deine Leidenschaft für Tanz und Bewegung und engagier dich als Übungsleitung für unsere Tanz-Gruppe bei DRK Musterstadt |
| Bei diesem schönen Sportangebot stehen die Lust und der Spaß an Geselligkeit im Vordergrund, das verbindende Element der Teilnehmenden ist dabei die Begeisterung für das Tanzen in der Gruppe. Ein Mal pro Woche treffen sich ca. zehn Erwachsene für eine Stunde zum geselligen Beisammensein, dem Spaß an der Bewegung und zum Tanz: Reihen- und Kreistänze, Blocktänze und vieles mehr werden gemeinsam geübt, kreative Ideen sind immer willkommen.Für die Gruppe suchen wir eine engagierte Übungsleitung.**Deine Aufgaben:*** Du begeisterst Menschen für geselliges Tanzen und leitest sie darin an
* Du vermittelst Spaß und Lust an der Bewegung und stellst ein buntes Programm für die Teilnehmenden zusammen
* Du unterstützt die Teilnehmenden dabei, offen aufeinander zuzugehen
* Leichte administrative Aufgaben

**Das bringst Du mit:*** Es fällt dir leicht, Menschen zusammenzubringen und sie für das Tanzen zu begeistern
* Du bringst Erfahrung im Leiten von Gruppen mit oder möchtest das lernen und sorgst für eine ausgelassene Gruppenatmosphäre
* Du gehst auf die Bedürfnisse und Fähigkeiten der Teilnehmenden ein und regst ihr Mitmachen an

**Veranstaltungsort**: DRK Kreisverband Musterstadt, Musterstraße 0, 00000 Musterstadt  **Zeitraum**: * 1x Woche für 1 bis 1,5 Stunde(n) und nach Absprache mit dir

**Wir bieten:*** Du übst ein sinnstiftendes Engagement aus und kannst dich kreativ entfalten
* Du erhältst eine kostenlose Qualifikation, wirst fachlich begleitet und regelmäßig fortgebildet
* Du hast eine feste Ansprechperson und bist im regelmäßigen Austausch mit anderen Übungsleitungen
* Du bekommst eine Aufwandsentschädigung und Fahrtkosten pro Übungsstunde sowie Versicherungsschutz

Wir möchten sicherstellen, dass sich alle Engagierten bei uns wohl fühlen, komm gerne mit besonderen Bedarfen auf uns zu. |

|  |
| --- |
| DRK Gesundheitsprogramme\_Yoga |
| **Dein Ehrenamt mit Herz und Matte** |
| Du hast eine Leidenschaft für Yoga und Bewegung und möchtest sie mit anderen teilen? Das DRK Musterstadt sucht engagierte Übungsleitungen  |
| In den gut ausgestatteten Räumlichkeiten des DRK Musterverbands in Musterstadt trifft sich eine feste Gruppe von ca. 10 erwachsenen Teilnehmenden für bis zu 1,5 Stunden zum Hatha Yoga. Männer und Frauen sind in den Gruppen gemischt, darunter sind auch Seniorinnen und Senioren. Um unser Angebot stetig zu erweitern, suchen wir engagierte Leitungen für unsere Yoga-Gruppen**Deine Aufgaben:*** Du vermittelst den Teilnehmenden die Grundlagen des Hatha Yoga und leitest sie in den Übungen an
* Du sorgst für eine harmonische Gruppenatmosphäre und ein entspanntes Miteinander
* Du förderst Spaß und Lust an der Bewegung und stellst ein abwechslungsreiches Programm für die Gruppe zusammen

**Das bringst Du mit:*** Du hast Bewegungserfahrung, Körperbewusstsein, übst selbst Yoga und arbeitest gerne mit Gruppen
* Du bist offen und kontaktfreudig und bereit, Neues zu lernen
* Du hast Erfahrung im Leiten von Gruppen oder möchtest dies gerne lernen und arbeitest gerne selbständig
* Du kannst die Bedürfnisse und Fähigkeiten der Teilnehmenden gut erkennen und darauf einfühlsam eingehen

**Veranstaltungsort**: DRK Kreisverband Musterstadt, Musterstraße 0, 00000 Musterstadt  **Zeitraum**: * 1x Woche für 1 oder bis zu 1,5 Stunde(n) und nach Absprache mit dir

**Wir bieten:*** Du übst ein sinnstiftendes Engagement aus und entfaltest deine Fähigkeiten
* Du erhältst eine kostenlose Ausbildung, Hospitation und wirst fachlich begleitet
* Du hast eine feste Ansprechperson mit regelmäßigem Austausch im Team
* Du bekommst eine Aufwandsentschädigung und Fahrtkosten pro Übungsstunde sowie Versicherungsschutz

Wir möchten sicherstellen, dass sich alle Engagierten bei uns wohl fühlen, komm gerne mit besonderen Bedarfen auf uns zu. |

|  |
| --- |
| Seniorentreff |
| **Frohnatur für Seniorentreff gesucht** |
| Das DRK in Musterstadt sucht Verstärkung: gestalte gemeinsam mit Senioren einen Ort der Begegnung für gesellschaftliche Teilhabe im Alter! |
| Für den Seniorentreff des DRK in Musterstadt suchen wir regelmäßig montags von 14 Uhr bis 17 Uhr tatkräftigte Unterstützung. Bis zu 20 ältere Menschen treffen sich wöchentlich, um miteinander Gesellschaftsspiele zu spielen, interessante Vorträge zu hören, ein wenig Gedächtnistraining oder Gymnastik zu machen, kreativ zu sein, Geselligkeit zu genießen und alles zu machen, worauf die älteren Menschen in der Gruppe Lust haben. Eigene Ideen und Fähigkeiten zur Programmgestaltung dürfen gerne eingebracht werden.**Deine Aufgaben:*** Unterstützung bei Planung und Umsetzung der Ideen aus der Gruppe
* Organisation von Vorträgen oder anderen Aktivitäten
* Kaffee & Kuchen für den Nachmittag vorbereiten oder organisieren

**Das bringst Du mit:*** Du versprühst Freude und Frohsinn und arbeitest gerne mit Senioren
* Du bist offen für kreative Ideen und bereit, eigene Ideen einzubringen
* Du hast Spaß am Organisieren und an der Gestaltung des Programms, ausgerichtet an Jahreszeit und jahreszeitlichen Festen

**Veranstaltungsort**: DRK Kreisverband Musterstadt, Musterstraße 0, 00000 Musterstadt  **Zeitraum**: * 1x Woche von 14-17 Uhr und nach Absprache mit dir

**Wir bieten:*** Ein starkes Team, das sich gegenseitig ergänzt und unterstützt
* Eine hauptamtliche Ansprechperson vor Ort
* Ein sinnstiftendes Ehrenamt, das du aktiv mitgestaltest
* Einen kostenlosen Erste-Hilfe-Kurs und Versicherungsschutz

Wir möchten sicherstellen, dass sich alle Engagierten bei uns wohl fühlen, komm also gerne mit besonderen Bedarfen auf uns zu. |

|  |
| --- |
| Übungsleitung Seniorengymnastik |
| **Gemeinsam fit bleiben – Gymnastikgruppe sucht dich!** |
| Hilf dabei, Senioren körperlich und geistig fit zu halten und soziale Kontakte zu fördern! Vorkenntnisse nicht erforderlich, reinschnuppern erwünscht |
| Eine feste Gruppe von maximal 20 Seniorinnen und Senioren trifft sich 1x pro Woche für eine Stunde in unseren gut ausgestatteten DRK-Räumlichkeiten. Die Teilnehmenden werden durch gezielte Übungen angeleitet, wobei die sportliche Betätigung neben der körperlichen Gesundheit der Teilnehmenden auch ihre geistige Beweglichkeit fördert. Das soziale Miteinander dabei versprüht Freude und ist eine Quelle der Kraft.**Deine Aufgaben:*** Anleitung der Senioren bei Kraft-, Balance-, Koordinationsübungen
* Förderung der Beweglichkeit
* Vermittlung der Erfahrung von Spaß und Freude an der Bewegung
* Unterstützung beim Aufbau sozialer Kontakte

**Das bringst Du mit:*** Du versprühst Freude und Frohsinn und arbeitest gerne mit Senioren
* Du hast Bewegungserfahrung und Körperbewusstsein
* Durch deine begeisterungsfähige, herzliche, aufgeschlossene, kommunikative Art sorgst du für eine gute Gruppenatmosphäre
* Dein Einfühlungsvermögen hilft dir dabei, auf die Bedürfnisse und Fähigkeiten der Senioren angemessen eingehen zu können

**Veranstaltungsort**: DRK Kreisverband Musterstadt, Musterstraße 0, 00000 Musterstadt  **Zeitraum**: * Jeden Mittwoch von 10-11 Uhr
* Ein Engagement ist auch 14-tägig im Wechsel mit einer anderen Übungsleitung möglich.

**Wir bieten:*** Du erhältst eine kostenlose Ausbildung zur Übungsleitung sowie regelmäßige Fortbildungen
* Du wirst intensiv durch Hospitation und Einarbeitung vorbereitet und begleitet
* Du bist eingebunden in ein nettes Team aus Übungsleitungen und ihr begegnet euch auf Augenhöhe
* Du hast eine feste hauptamtliche Ansprechperson vor Ort
* Du erhältst eine Aufwandsentschädigung pro Übungsstunde sowie Versicherungsschutz
* Du lernst etwas Neues dazu und entwickelst dich persönlich weiter
* Du übst eine wichtige und sinnstiftende Aufgabe aus und bist Teil einer weltweiten, humanitären Organisation

Wir möchten sicherstellen, dass sich alle Engagierten bei uns wohl fühlen, komm also gerne mit besonderen Bedarfen auf uns zu. |