



**Deutsches
Rotes
Kreuz**

DRK Kreisverband
Rhein-Erft e.V.

**DRK Kreisverband
Rhein-Erft e.V.**

Zeppelinstraße 25
50126 Bergheim
Tel. 02271 606 0
Fax 02271 606 200
www.drk-rhein-erft.de
ausbildung@drk-rhein-erft.de

02.05.2025

Pressemitteilung



**Rotkreuz
Digital** 
Medien von jung bis alt

Bewegung für Senior:innen – digital bewegt

Gesund altern - das möchten wir alle. Körperliche Bewegung ist dafür von großer Bedeutung. Online können Apps auf dem Smartphone oder Tablet dabei helfen. Sie liefern viele gute Ideen für einfache Bewegung zu Hause und an der frischen Luft. In diesem Workshop werden wir einige nützliche "digitale Helferlein" in Form von Apps für Bewegung und Gesundheit vorstellen. Wie sehen uns die Anwendung gemeinsam an und machen einige Übungen vor Ort.

Voraussetzung sind Kenntnisse des Internet Browsers. Bitte bringen Sie ein mobiles End-Gerät (Smartphone oder Tablet) mit.

Im Workshop **Digital Bewegt – Bewegung online unterstützt** am 28.05.2025 wird das Wichtigste zur Einrichtung und Anwendung von Apps behandelt. Uhrzeit: 10 – 11:30, DRK Schulungsraum, Zeppelinstr. 25, 50126 Bergheim.

Um Anmeldung wird gebeten: DRK Bildungszentrum Rhein-Erft, Tel. 02271 606135 oder gerne per eMail ausbildung@drk-rhein-erft.de oder über unsere Website <https://bildungszentrum.drk-rhein-erft.de>.

Rotkreuz Digital ist ein Projekt, das finanziell unterstützt wird durch das Ministerium für Arbeit, Gesundheit und Soziales NRW.

Über den DRK-Kreisverband Rhein-Erft e. V.

Der DRK-Kreisverband Rhein-Erft e. V. ist einer der großen Kreisverbände im DRK-Landesverband Nordrhein e.V. Er beschäftigt über 230 motivierte und qualifizierte Mitarbeiter-innen und Mitarbeiter, vereint rund 10.000 Fördermitglieder und 1.000 ehrenamtlich Engagierte in drei Stadtverbänden, elf Bereitschaften, zwei Jugendrotkreuz-Gruppen, der Wasserwacht und sieben Gruppen der Wohlfahrts- und Sozialarbeit.

Der DRK-Kreisverband Rhein-Erft e. V. ist im Kreisgebiet sowohl als Hilfsorganisation als auch als Wohlfahrtsverband anerkannt. Sein Leistungsspektrum reicht von den ideellen Rotkreuz-Aufgaben im Bevölkerungs- und Katastrophenschutz über die Breitenbildung, Blutspende, der stationären Pflege mit zwei Seniorenzentren in Bergheim und Kerpen-Horrem, Seniorenwohnungen, einem ambulanten Pflegedienst, dem Hausnotruf, Seniorenreisen, Menüservice, den präventiven Hausbesuchen für Senioren, unseren Projekten Rotkreuz Digital und Rotkreuz ü60, der Integrationsarbeit bis hin zu Einrichtungen der Kinder- und Jugendhilfe in Pulheim-Brauweiler, Bergheim-Quadrath und Kerpen-Manheim.