

Termine & Informationen aus **DRENKE** für den Monat Januar 2019

Herausgeber: Heimatschützenverein
 Internet Homepage: www.drenke.de

Nr. 314
 E-Mail: britta.darley@gmx.de

| Verschiedenes | | | |
|---------------|----------|-----------|---|
| Di. | 01.01.19 | | Neujahr |
| Mi. | 02.01.19 | 14.30 Uhr | Kaffeetrinken der Seniorinnen |
| | | 19.00 Uhr | 1.Treffen zur Gründung einer Dorfwerkstatt siehe Hinweis !!! |
| Do. | 03.01.19 | 14.30 Uhr | Treffen der Senioren im Pfarrheim |
| Fr. | 04.01.19 | 19.30 Uhr | Winterwanderung der FFW siehe Hinweis !!! |
| So. | 06.01.19 | 11.00 Uhr | Aussendung der Sternsinger |
| Di. | 08.01.19 | 19.30 Uhr | Stammtisch „Gott und die Welt“ siehe Hinweis !!! |
| Sa. | 12.01.19 | 09.00 Uhr | Einsammeln der Weihnachtsbäume siehe Hinweis !!! |
| | | 20.00 Uhr | Generalversammlung HSV siehe Hinweis !!! |
| Mo. | 14.01.19 | 19.30 Uhr | Vorstandsvers. HSV im Schießstand |
| Do. | 17.01.19 | 15.00 Uhr | Klönstunde |
| | | 20.00 Uhr | Jahreshauptvers. Förderverein Kita Tietelsen siehe Hinweis !!! |
| Mo. | 21.01.19 | 19.30 Uhr | Dienstabend FFW |
| Sa. | 26.01.19 | 20.00 Uhr | Generalversammlung SV 23 siehe Hinweis !!! |
| So. | 27.01.19 | 14.00 Uhr | Jahreshauptversammlung Kfd siehe Hinweis !!! |

| Schießen | | | |
|----------|----------|-----------|--------------------------------------|
| Fr. | 18.01.19 | 18.00 Uhr | Jugendschießen |
| | | 20.00 Uhr | Schießen auf dem KK-Stand, Aufsicht: |
| Fr. | 25.01.19 | 18.00 Uhr | Jugendschießen |
| | | 20.00 Uhr | Schießen auf dem KK-Stand, Aufsicht: |
| Fr. | 01.02.19 | 19.00 Uhr | Jugendschießen |
| | | 20.00 Uhr | Schießen auf dem KK-Stand, Aufsicht: |



*Wir wünschen allen Lesern
 ein gesundes und glückliches
 Jahr 2019 !!!*

Heimatschützenverein

EINLADUNG



Zur Generalversammlung lädt der Heimatschützenverein e.V. Drenke alle Vereinsmitglieder am Samstag den 12. Januar 2019 um 20⁰⁰ Uhr recht herzlich in das Bürgerhaus ein.

TAGESORDNUNG

1.) Begrüßung
2.) Gedenken der verstorbenen Vereinsmitglieder
3.) Verlesen des Protokolls der letzten Generalversammlung
4.) Verlesen des Jahresberichtes
5.) Verleihung der Schießauszeichnungen
6.) Kassenbericht
7.) Bericht der Kassenprüfer und Neuwahl des Ersatzprüfers
8.) Sachstandsbericht Schützenfest 2019
9.) Verschiedenes

Ganz herzlich laden wir die Jugendlichen und „Neu-Drenker“ ein, die noch nicht Mitglied im Schützenverein sind. Ihr könnt Euch an diesem Abend über den Verein und besonders über die Schießgruppe informieren.

Die Getränke sind an diesem Abend frei, ein Schnitzel kostet 5,-- € . Wir würden uns sehr freuen, recht viele Vereinsmitglieder an diesem Abend im Bürgerhaus begrüßen zu dürfen !

Heimatschützenverein e.V.
D R E N K E
Der Vorstand

Jahreshauptversammlung Förderverein Kita Tietelsen

Die diesjährige Jahreshauptversammlung des Förderverein Kindertageseinrichtung St. Marien Tietelsen findet am 17.01.2019 um 20 Uhr in der Kutscherstube statt. Alle Mitglieder und die, die es gerne werden möchten, sind hierzu recht herzlich eingeladen.

Mit besten Grüßen
Der Vorstand

Einladung zur Jahreshauptversammlung

Herzliche Einladung aller kfd Mitglieder zur
Jahreshauptversammlung am

Sonntag, 27. Januar 2019 um 14.00 Uhr

im Bürgerhaus

Tagesordnungspunkte

1. Begrüßung
2. Totengedenken
3. Protokoll der letzten Jahreshauptversammlung
4. Jahresrückblick 2018
5. Kassenbericht
6. Bericht der Kassenprüferinnen/Benennen neuer Prüferinnen
7. Ehrung der Jubilarin
8. Termine 2019
9. Verschiedenes



Wir freuen uns auf viele Mitglieder...und interessierte Frauen, die sich über unsere Arbeit informieren möchten. Kommt doch einfach mal vorbei!

Der Mitgliedsbeitrag 2019 kann zur Versammlung mitgebracht werden.
Mitglieder, die nicht teilnehmen können, werden nach dem 27. Januar besucht.

Zur Unkostendeckung erbitten wir um eine Spende für unsere Kasse am 27.01.2019.
Bitte meldet euch bis zum 18.01.19 bei Beate Schoppmeier, Tel. 6374 oder Doris Fleckner unter der Telefon-Nr. 36 85 28 an.

Zu Neujahr

WILL DAS GLÜCK NACH SEINEM SINN DIR WAS GUTES SCHENKEN,
SAGE DANK UND NIMM ES HIN OHNE VIEL BEDENKEN.
JEDE GABE SEI BEGRÜßT DOCH VOR ALLEN DINGEN:
DAS, WORUM DU DICH BEMÜHST, MÖGE DIR GELINGEN.

Wilhelm Busch

Wir wünschen allen unseren Mitgliedern und Mitbewohnern ein
glückliches und gesundes Jahr 2019.....

Eure  Drenke

Einladung

Der SV 23 Drenke e.V. lädt seine Mitglieder zur jährlichen Generalversammlung am **Samstag, den 26. Januar 2019** um **20.00 Uhr** im Sportheim ein.

Tagesordnung:

1. Begrüßung
2. Gedenken der verstorbenen Vereinsmitglieder
3. Protokoll der letzten Generalversammlung
4. Jahresbericht des Vorstandes
5. Bericht 1./2.Mannschaft
6. Bericht Altherren
7. Bericht der Tischtennisabteilung
8. Kassenbericht
9. Entlastung des Vorstandes
10. Neuwahl des Vorstandes
11. Wahl eines Kassenprüfers
12. Verschiedenes



Der Vorstand bittet alle Mitglieder um zahlreiches Erscheinen.

Der Vorstand

Wohin mit dem Baum ? ? ?

Der SV 23 Drenke sammelt am Samstag, den 12. Januar 2019 die Weihnachts-bäume ein. Bitte die Bäume bis 9:00 Uhr am Straßenrand ablegen. Wir weisen daraufhin, dass am Sportplatzgelände kein Baumschnitt oder sonstiges Holz abgelagert werden darf. Es wird nur am Ostersonntag nach Rücksprache mit dem Vorstand Holz angenommen.



Gründung einer Dorfwerkstatt

Die Vertreter der örtlichen Vereine, der Jugend, der Senioren, des Ortschaftsrates und des Stammtisches „Gott und die Welt“ treffen sich auf Einladung des Ortsheimatpflegers zur Gründung einer Dorfwerkstatt am 02.01.2019 um 19.00 Uhr im Pfarrheim. Die erste öffentliche Versammlung der Dorfwerkstatt soll Mitte Februar 2019 stattfinden. Zu dieser Veranstaltung wird durch die Dorfzeitung eingeladen.

*Über die vielen Glückwünsche, Geschenke
und Aufmerksamkeiten zu meinem*

90. Geburtstag

*habe ich mich sehr gefreut und möchte mich
bei allen Gratulanten recht herzlich bedanken.*

Maria Tegethoff

Drenke, im Dezember 2018

Einladung zum Stammtisch „Gott und die Welt“

Dienstag, den 08.01.19 19³⁰ Uhr im Pfarrheim

Misteln schneiden und Nachpflanzung von Obstbäumen

dazu treffen wir uns am Samstag, den 12. u. 26. Januar 2019

Treffpunkt: 10 Uhr auf dem Anger

Wer Lust und Zeit hat kann uns gerne unterstützen. Werkzeug ist vorhanden.

Infos Ralph Hennemann: Tel. 4915

Sternsinger

Die Sternsinger-Aktion findet am Sonntag, 6. Januar statt. Um 11.00 Uhr treffen sich die beteiligten Kinder und Jugendlichen in der Kirche zu einer kleinen Aussendungsfeier. Anschließend ziehen sie von Haus zu Haus, um den Menschen den Segen Gottes für das neue Jahr zu bringen und eine Spende zu erbitten. Die Abendmesse um 18.00 Uhr bildet den Abschluss des Sternsinger-Tages.



Alle Kinder und Jugendlichen, die sich an der Aktion beteiligen wollen, treffen sich am Mittwoch, 3. Januar um 14.00 Uhr in der Kirche zur Vorbesprechung und Gewandausgabe.

Vitamin D3

Fast alle Menschen bei uns leiden unter Vitamin D3 Mangel.

Ein Blutwert von ca. 120ng/ml wäre optimal.

Meistens liegt er bei 20ng/ml und bei Menschen die ständig in der Natur sind und keine Sonnencreme(Sonnencreme verhindert die Aufnahme) benutzen, liegt er höher, vielleicht bei 50ng/ml. Vitamin D3 Mangel zeigt sich u.a. in Infektanfälligkeit, Stimmungsschwankungen bis Depressionen, Knochenschmerzen. Es ist ein Faktor, welches für Krebs, Diabetes, Herz-Kreislauferkrankungen, Autoimmunerkrankungen, Demenz u.s.w. eine wichtige Rolle spielt!

Als Faustregel gilt, dass eine Minute Sonne ca.1000i.E Vitamin D3 entspricht.

D.h. wir benötigen ca.30.000i.E.Vitamin D3,bis unser Blutwert optimal ist.

Heißt es nicht, dass wir täglich 30 Minuten Sonnenlicht brauchen??

Also, einmal den Vitamin D3-Speicher im Körper auffüllen und dann nur noch erhalten!
Aber regelmäßig!

Vitamin D3 sollte unbedingt mit K2 eingenommen werden!

Denn K2 sorgt dafür, dass das Vitamin in den Knochen eingelagert wird und nicht in den Weichteilen des Körpers! Außerdem ist Vitamin D3 fettlöslich, d.h. es sollte mit Fett eingenommen werden (z.b. zu den Mahlzeiten).

Vertiefende Informationen zu diesem Thema sind u.a.das Buch "Hochdosiert Vitamin D3" (von JEff T. Bowles).

Wer Statistiken, Wissenschaftliche Untersuchungen etc. benötigt, ist der Vortrag von Prof.DR.Jörg Spitz "Vitamin D-Hype oder Hope" auf Youtube unbedingt empfehlenswert! Es gibt viele gute Infos zu diesem Thema, wenn das Wissen um den Bedarf und die Auswirkungen erst einmal verstanden werden.

Dies dient zur Inspiration, alles ohne Gewähr!



Winterwanderung der Feuerwehr

Die Feuerwehr lädt ihre Mitglieder am 4. Januar 2019 zur traditionellen Winterwanderung ein. Die Wanderung beginnt um 19.30 Uhr am Feuerwehrgerätehaus. Der Vorstand hofft auf rege Beteiligung.

Redaktionsschluss für die nächste Ausgabe: 26.01.19