



ZENTRUM FÜR JUNG & ALT

30 JAHRE
SENIOREN
HILFE
1996
2026
Langen
& *Egelsbach*
e. V.

Nachbarschaftshilfe für Jung & Alt

HILFE **SPORT** **KONTAKTE** **KUNST** **KULTUR**
ANREGUNG **GEMEINSCHAFT** **FREUNDE**



ZENJA-APP

WWW.SENIORENHILFE-LANGEN.DE

SENIORENHILFE LANGEN & EGELSBACH E. V.

HILFE

Nachbarschaftshilfe
von Mitgliedern
für Mitglieder

SPORT

Fitness für Körper und Geist

KONTAKTE

Diese entstehen im ZenJA, bei
Veranstaltungen und Kursen

KUNST UND KULTUR

Theater, Konzerte und Ausflüge

ANREGUNG

zur Freizeitgestaltung auf unse-
rer Website, im Schaukasten, in
den Printmedien

GEMEINSCHAFT

Gemeinsam nicht einsam

FREUNDE

findet man in jedem Alter

BÜROZEIT

ZenJA, Zimmerstr. 3, Langen

Mo – Fr 10:00 Uhr – 12:00 Uhr

KONTAKT

Telefon 06103 22504

info@seniorenhilfe-langen.de

kurse@seniorenhilfe-langen.de

www.seniorenhilfe-langen.de

SPENDENKONTEN

VR Bank Dreieich-Offenbach eG
DE15 5059 2200 0000 2087 79

Sparkasse Langen-Seligenstadt
DE31 5065 2124 0026 1147 77



Impressum: SHLE-Bote 01/2026
Auflage: 2.500
Herausgeber: Seniorenhilfe Langen & Egelsbach e. V.
Anschrift: Zimmerstr. 3, 63225 Langen
Telefon: 06103 22504
E-Mail: info@seniorenhilfe-langen.de
Redaktion: V.i.S.d.P.
Bianca Jung
Katja Bernhard
Fotos: Seniorenhilfe, Adobe Stock
Nicole Jost, Marc Strohfeldt



ZENTRUM FÜR JUNG & ALT

30 JAHRE
SENIORENHILFE
Langen
& Egelsbach e. V.
1996 - 2026

GEMEINSAM STATT EINSAM



„DIE ZUKUNFT BASIERT AUF DEM, WAS WIR HEUTE TUN.“

MAHATMA GANDHI



Sie sparen, wir drucken!



LIEBE MITGLIEDER UND FREUNDE DER SENIORENHILFE,

in diesem Jahr dürfen wir ein ganz besonderes Jubiläum feiern: 30 Jahre Seniorenhilfe Langen und Egelsbach, das bedeutet auch 30 Jahre gemeinsames Engagement für unsere älteren Mitbürger. Zu diesem schönen Ereignis gratuliere ich Ihnen von Herzen. Unsere Seniorenhilfe war von ihren ersten Tagen an ein Erfolgsmodell.

Am 17. August 1996 trat das erste Mitglied in den Verein ein, elf Monate standen bereits 500 Menschen hinter der guten Sache. Und heute, drei Jahrzehnte später, sind es stolze 1.100 Mitglieder –

ein beeindruckender Beweis für die breite Unterstützung und das Vertrauen in Ihre Arbeit.

Von Anfang an ist Ihr Kompass das Leitmotiv „Miteinander alt werden, nicht einsam und alleine – helfen und helfen lassen, füreinander da sein“ gewesen. Es beeindruckt mich immer wieder, wie überzeugend das Zusammenspiel von Geben und Nehmen funktioniert: Ehrenamtliche bringen ihre Zeit, ihre Fähigkeiten und ihr Herzblut ein – und ältere und hilfsbedürftige Menschen erfahren dadurch Unterstützung, Wertschätzung und Gemeinschaft. So haben Sie in Langen ausgehend von ihrer jetzigen Heimat, dem Zentrum für Jung und Alt, einen Raum geschaffen, in dem Menschlichkeit und Solidarität spürbar werden.

Als Leitfaden Ihres Handelns mag auch der schon legendäre Satz Ihres Gründungsvorsitzenden Alfred Lorenz gelten, der einmal gesagt hat: „Ein gutes Wort kann mehr bewirken als eine Handvoll Tabletten.“ Viele Jahre engagierte er sich erfolgreich als Vorsitzender zum Wohle des Vereins und seiner Mitglieder und brachte so die Seniorenhilfe weiter voran.

Das Geheimnis Ihres Erfolges ist, dass Sie in all den Jahren auf neue Herausforderungen stets zielgerichtet reagiert und sich entsprechend ausgerichtet haben. Und bei Ihnen finden sich Menschen zusammen, die ebenfalls flexibel, aufgeschlossen, offen und weiterhin neugierig auf das Leben sind und mit dieser Haltung anderen älteren Menschen wertvolle Hilfe und Unterstützung geben. Die aktiven Mitglieder der Seniorenhilfe – immerhin 15 Prozent aller Vereinsmitglieder – leben vor, wie eine lebendige Nachbarschaftshilfe aussieht und wie durch ihr Ehrenamt mehr Lebensqualität in unserer Stadt entsteht. Und Sie haben sich damit über die Zeit tatsächlich „unverzichtbar“ gemacht.

Deshalb ist für mich ein Langen ohne die Seniorenhilfe gar nicht mehr denkbar. Mein Dank gilt daher stellvertretend allen im Vorstand für ihre herausragende Arbeit. Darüber hinaus danke ich auch allen Vereinsmitgliedern, denn durch Ihren Einsatz gelingt es immer wieder, dass unsere Seniorenhilfe wächst und gedeiht.

Meine sehr geehrten Damen und Herren, ich freue mich, wenn auch künftig möglichst viele Menschen in Langen die Angebote der Seniorenhilfe vor Ort nutzen und bereit sind, sich im gemeinsamen „Miteinander und Füreinander“ zu engagieren. Für diese wichtige menschliche und gesellschaftliche Aufgabe wünsche ich weiterhin viel Erfolg und gutes Gelingen. Machen Sie weiter so wie bisher, da sind Sie auf dem richtigen Weg und wir können hoffentlich noch viele Geburtstage feiern.

Vielen Dank!

Prof. Dr. Jan Werner

Bürgermeister der Stadt Langen



LIEBE MITGLIEDER DER SENIORENHILFE LANGEN & EGELSBACH E. V., SEHR GEEHRTE DAMEN UND HERREN,

dieses Jahr gibt es gleich vier runde Geburtstage zu feiern. Die Seniorenhilfe wird 30 Jahre alt, das Mütterzentrum und Mehrgenerationenhaus wird sogar schon 40 Jahre, der Elternservice wird 30 Jahre und das ZenJA 20 Jahre alt.

Als politischer Neuling war ich damals Stadtverordneter in Langen, als das ZenJA eröffnet wurde und ich fand schon damals die Organisation und die Infrastruktur für Senioren in Langen beeindruckend und vorbildhaft.

Heute, als Bürgermeister der Gemeinde Egelsbach, freue ich mich, dass wir als Kommune an dieser Infrastruktur sowohl des ZenJA, als auch der Seniorenhilfe partizipieren können. Das ist für eine kleine Kommune, wie die unsere, Gold wert.

Besonders beeindruckend ist, dass das Angebot dieser vier Langener Institutionen weitestgehend durch ehrenamtliches Engagement getragen wird, und das schon seit vielen Jahrzehnten.

An dieser Stelle möchte mich im Namen der Gemeinde Egelsbach, aber auch ganz persönlich für dieses großartige Engagement bedanken. Einen herzlichen Dank an alle ehrenamtlich Tätige, aber natürlich auch an die Hauptamtlichen. Sie machen beide Kommunen ein Stück lebenswerter.

Ich gratuliere zum Jubiläum und wünsche uns allen noch viele weitere Jahre guter Zusammenarbeit.

Herzliche Grüße
Tobias Wilbrand
Bürgermeister in Egelsbach

LIEBE MITGLIEDER, FREUNDE UND UNTERSTÜTZER DER SENIORENHILFE,

dieses Jahr ist für uns etwas ganz Besonderes: Wir feiern 30 Jahre Seniorenhilfe!

Drei Jahrzehnte voller Begegnungen, Unterstützung, Lachen, gemeinsamer Erlebnisse – und vor allem voller Menschen, die mit Herz und Engagement dazu beitragen, dass unsere Einrichtung ein lebendiger Ort der Gemeinschaft ist.

Im Mehrgenerationenhaus „ZenJA“ - dem Zentrum für Jung und Alt - liegt uns das Miteinander der Generationen besonders am Herzen. Es berührt uns immer wieder zu sehen, wie Jung und Alt bei uns miteinander ins Gespräch kommen, voneinander lernen, sich unterstützen und manchmal sogar kleine Freundschaften entstehen lassen. Dieses Miteinander macht unsere Arbeit jedes Jahr aufs Neue wertvoll.

Was uns besonders stolz macht, sind die vielen ehrenamtlich Aktiven, die sich mit so viel Zeit, Hingabe und Wärme einbringen. Sie begleiten Seniorinnen und Senioren im Alltag, lesen Kindern vor, hören zu, helfen ganz praktisch in der Nachbarschaft, organisieren Ausflüge und bereichern unsere vielseitigen Freizeitangebote.

Sie schenken unserer Arbeit ein Gesicht – und wir können gar nicht genug „Danke“ sagen. Ohne Sie wäre all das, was wir gemeinsam erreicht haben, nicht möglich gewesen.

Ein herzliches Dankeschön gilt auch allen Partnern, Unterstützenden und natürlich unseren Mitgliedern, die uns seit vielen Jahren treu verbunden sind. Sie alle tragen dazu bei, dass unser ZenJA ein Ort ist, an dem man sich willkommen fühlt – ein Ort, an dem man gern bleibt. Gemeinsam nicht einsam!

Wir freuen uns sehr auf das Jubiläumsjahr, auf viele Begegnungen und besondere Momente. Bleiben Sie gespannt, was dieses Jahr an Veranstaltungen und Aktivitäten für Sie bereithält – es lohnt sich!

Mit herzlichen Grüßen
Ihr Vorstandsteam
Seniorenhilfe Langen & Egelsbach e. V.

VORSTAND IM WANDEL - 30 JAHRE ENGAGEMENT UND VISION

30 Jahre – eine beeindruckende Zeitspanne, in der unser Verein vieles erlebt und gestaltet hat. Der Blick auf unsere Geschichte zeigt: Führung und Engagement haben sich stetig verändert. Vom klassischen Modell eines 1. Vorsitzenden hin zu einem Kernvorstand, der Entscheidungen gemeinsam trägt, hat sich unsere Organisationsstruktur modernisiert und flexibler gestaltet.

Die Digitalisierung stellt uns vor neue Herausforderungen und eröffnet gleichzeitig Möglichkeiten. Junge Senioren sind heute gefordert, ihre Erfahrungen einzubringen und gleichzeitig neue Wege zu gehen. Das Arbeitspensum, das früher auf wenige Schultern fiel, soll heute verteilt werden – Teamarbeit und gemeinsame Verantwortung sind die Grundlage unseres Erfolges.

Gleichzeitig denken wir das Ehrenamt immer wieder neu und möchten den Vorstand noch erweitern, damit Engagement Freude macht, wertgeschätzt wird und Raum für Innovation bietet.



30 JAHRE
SENIORENHILFE
Langen
& Egelsbach e.V.
1996 - 2026

Unser Jubiläum ist nicht nur ein Rückblick auf 30 Jahre Erfolg, sondern auch ein Ausblick: Auf eine Zukunft, in der Zusammenarbeit, digitale Kompetenz und frische Ideen das Fundament unseres Vereins bilden. Gemeinsam gestalten wir den Wandel – im Vorstand, im Team und in unserer Gemeinschaft.

„ÄLTERE MENSCHEN SIND TOLERANT, LEBENSFROH, VITAL UND FLEXIBEL, BEGEISTERUNGSFÄHIG UND UNTERNEHMENSLUSTIG - DAS ALTER HAT EINE ZUKUNFT“

BÜRGERMEISTER DIETER PITTHAN ANLÄSSLICH 5 JAHRE SENIORENHILFE, MITGLIED NR 1 (2001)



**30 JAHRE
SENIORENHILFE
Langen
& Egelsbach e. V.
1996 - 2026**



1996

Gründung mit
150 Mitgliedern

1997

Vorsitzender
Alfred Lorenz



2000

über
1.000 Mitglieder

2001

Vorsitzende
Karin Schulze,
Anerkennung der
Gemeinnützigkeit



2005

ZenJA im Bau

2006

Einzug in das ZenJA,
Ursula von der Leyen
zu Besuch



2007

Vorsitzende
Ulla Lüdtker

2010

Wiedereröffnung
Sonntagscafé



**30 JAHRE
SENIORENHILFE
Langen
& Egelsbach e. V.
1996 - 2026**



2011

Vorsitzender
Bernhard Knerr

2012

Engagement in
ganz Langen



2019

Kernvorstand
wird erstmals
etabliert

2020

Corona - eine
Herausforderung



2023

mit Egelsbach in die Zukunft
Seniorenhilfe Langen & Egelsbach e. V.

2025

der aktuelle
Vorstand



2026

30 Jahre
Seniorenhilfe

APPLAUS FÜR 30 JAHRE EHRENAMTLICHES ENGAGEMENT



EIN MEILENSTEIN FÜR DIE SENIORENHILFE IN DER REGION

GEMEINSAM FÜR DIE MENSCHEN IN LANGEN UND EGELSBACH

In 2023 fällt eine wichtige Entscheidung: Die Gemeinschaft der generationenübergreifenden Nachbarschaftshilfe wächst mit unseren Mitgliedern in Egelsbach.



HIGHLIGHTS DER JUBILÄEN NICHT VERPASSEN

DAS ZENJA FEIERT - SIE FEIERN MIT!

Mit einem **Tag der Offenen Tür am 27. September 2026** feiern wir unser 30-jähriges Jubiläum. Streichen Sie sich diesen Tag rot an!

Zuvor gibt es schon allerhand weitere Veranstaltungen, so zum Beispiel die gemeinsame Teilnahme am Fastnachtsumzug in Egelsbach.

Am Samstag, 14. Februar 2026, sammeln sich die Jubilare des ZenJA – Mütterzentrum, Elternservice und Seniorenhilfe – zum gemeinsamen Helau.

Wir freuen uns über viele Mitwirkende, die unsere Fußgruppe verstärken!

TAG DER OFFENEN TÜR 30 JAHRE SENIORENHILFE

am 27. September 2026 von 12 bis 18 Uhr im ZenJA Garten

VORLÄUFIGES PROGRAMM

10:30 Uhr	Akademische Stunde (geladene Gäste)
12:00 Uhr	Eröffnung "Tag der Offenen Tür" "Frühschoppen mit Musik"
14:30 Uhr	Kaffeetafel öffnet
15:00 Uhr	Spiel und Spaß für Jung und Alt
16:00 Uhr	Überraschungsprogramm
18:00 Uhr	Ende der Veranstaltung

Wenn Sie dem Festkomitee mit helfender Hand beitreten möchten, melden Sie sich bitte bei uns:

festkomitee@seniorenhilfe-langen.de .

WIR SUCHEN
HELPER UND FREUEN
UNS, WENN SIE UNSER
JUBILÄUM
UNTERSTÜTZEN

IMMER WIEDER SONNTAGS

Unser Team empfängt Sie seit über 28 Jahren zum beliebten Sonntags-café.

Jeden 1. Sonntag im Monat um 14:30 Uhr locken selbstgebackener Kuchen und frisch duftender Kaffee ins Familiencafé des Mehrgenerationenhauses.

Zwei versierte Teams sorgen für ein schönes Ambiente und viele fleißige Hände lassen es an nichts fehlen. Bei schönem Wetter ist die Terrasse mit Blick in unseren schönen Garten geöffnet.

Als Neumitglied empfangen wir Sie hier gerne persönlich und vermitteln Ihnen einen Eindruck unseres Vereins und des Zentrums für Jung und Alt – ZenJA.

Herzlich willkommen!



AUF GEHT'S ZUM MARKTGEBABBEL AUF DEM ALTSTADTMARKT

Ab März wieder jeden 2. Samstag im Monat finden Sie unseren Info-Stand im Hof der Gaststätte „Zum Haferkasten“ von 11 bis 13 Uhr.



Hier wird geplaudert, frei von der Leber weg geredet oder bei einem Schöppchen am Stammtisch gesessen.

SPENDEN SIE FÜR UNSERE
EHRENAMTLICHE ARBEIT

VR BANK DREIEICH-OFFENBACH EG
DE15 5059 2200 0000 2087 79

SPARKASSE LANGEN-SELIGENSTADT
DE31 5065 2124 0026 1147 77

WANDER-TREFF MIT HEINZ KLENK

Erfreut sich seit vielen Jahren großer Beliebtheit und hat viele Mitglieder schon zum Mitwandern begeistert. Die Touren sind meist Halbtagesausflüge, die zum Teil mit dem RMV angefahren werden. Die Strecken bewegen sich zwischen sieben und zehn Kilometern und werden im gemäßigten Tempo gegangen. Eine Einkehr zwischen- durch gehört zum beliebten Pflichtprogramm.

Von Frühling bis Spätherbst geht es raus in die Natur.



GEHEN SIE SICH AUF SANFTE WEISE FIT - BEIM WALKING/ NORDIC WALKING

Renate Eisenhart und Rolf Volkmann leiten seit 2025 die Walking-Gruppe. Montags, mittwochs und freitags ist immer Treffpunkt am „roten Hochhaus in Oberlinden“, jeweils um 9 Uhr. Die unterschiedlichen Rundstrecken führen über Waldwege im angrenzenden Wald und enden nach etwa 60 Minuten am Ausgangspunkt.

Laufen Sie sich fit, machen Sie mit!

Melden Sie sich direkt an:

Renate Eisenhart

Tel: 0157 33127827

E-Mail: r.eisenhart@gmx.de

Rolf Volkmann

Tel: 06103 52814 o. 0176 42067805

E-Mail: rolf.volkmann@gmx.de



AUS DEN FREIZEITANGEBOTEN

DER RADLER-TREFF MIT BIAGIO UND GUDRUN PANICO

Der Radler-Treff mit Biagio und Gudrun Panico ist eine Alternative, wenn Sie lieber radeln als laufen.



Jeden 2. Mittwoch im Monat schwingen sich die Radlerinnen und Radler auf ihre Drahtesel. Die Touren sind für jeden geeignet, da in angenehmem Tempo gefahren wird. Der Hin- und Rückweg beträgt jeweils ca. 30 km. Am jeweiligen Zielort findet eine gesellige Rast mit Einkehr statt, bevor die Rückfahrt angetreten wird.

Die Touren beginnen um 14 Uhr vor dem ZenJA und enden gegen 18 Uhr. Ein Fahrradhelm wird empfohlen, alle Fahrradtypen sind geeignet.

SIND SIE SCHON „SMART“ GENUG?

Ihr Enkel hat es schon mehrfach erklärt und doch sind Sie wieder ratlos?

Wenn Sie einen besseren Umgang mit dem PC und Smartphone erlernen möchten oder Tipps und Kniffe beim Bedienen dieser Medien erfahren wollen, dann sind Sie hier an der richtigen Adresse.

Unser aktives Mitglied Biagio Panico zeigt Ihnen, wie Sie mit PC, Internet und Smartphone richtig zurechtkommen. Er beantwortet Ihre Fragen und hilft bei Bedienungsschwierigkeiten.

Jeden 3. Donnerstag im Monat findet der PC- und Smartphone-Treff von 10 bis 12 Uhr im ZenJA statt. Ihr Enkel wird staunen!



NACHBARSCHAFTSHILFE

JUNG HILFT ALT - ALT HILFT JUNG

Die Seniorenhilfe organisiert und vermittelt Nachbarschaftshilfe für



hilfebedürftige Menschen, die nicht auf ein familiäres oder soziales Netz in ihrem Umfeld zurückgreifen können. Es handelt sich um Aufgaben, die normalerweise von Familienangehörigen oder freundlichen Nachbarn übernommen werden könnten, z. B. Besuche, Vorlesen, Einkaufen, Fahrdienste und Begleitung.

LESEPATE - BEREICHERND UND SPANNEND

Schon seit vielen Jahren unterstützen wir die Langener Grundschulen mit Lesepaten, um die Lesekompetenz und die Lesefreude der Schüler zu fördern. Unsere Lesepaten machen das mit großem Engagement, geben sie doch einen Teil ihrer Zeit, ihres Wissens und Könnens an die Kinder weiter. Es macht Spaß, den Kindern in großer Runde vorzulesen, die Begeisterung und Aufmerksamkeit zu sehen und die Fortschritte der Schüler zu begleiten. Gerne lesen die Schüler in kleiner Gruppe auch ihren Lesepaten vor, was sie begeistert und sehr stolz macht.



LESEPATEN SEIN

Mit unserem Angebot möchten wir einen kleinen Beitrag leisten, den Lehrauftrag der Schulen zu unterstützen und den Schülern den Spaß am Lesen näher zu bringen.

Wäre das etwas für Sie? Bitte kontaktieren Sie uns: katja.bernhard@seniorenhilfe-langen.de

BESUCHSDIENSTE

Möchten Sie ein Stündchen Ihrer Zeit einem anderen Menschen schenken, in dem Sie ihn besuchen und etwas Abwechslung bringen?

Ob zu Hause oder im DRK-Wohnheim, unser Besuchsteam sucht immer Verstärkung. Sie besuchen eines unserer Mitglieder und schenken etwas Freude.

Bitte kontaktieren Sie uns!



AUS DEM RESSORT VERANSTALTUNGEN

KULTUR UND FREIZEIT IM ZENJA UND UNTERWEGS

Birgit Thielen, ehemals verantwortlich für die Mitgliederbetreuung, übernimmt nun ausschließlich das Ressort Veranstaltungen. Sie wird Sie mit einem abwechslungsreichen Freizeit-, Kultur- und Ausflugsprogramm im Jubiläumsjahr überraschen. Außerdem sind einige Vorträge mit externen Referenten in Vorbereitung.

Wenn Sie Wünsche und Anregungen haben, kontaktieren Sie Birgit Thielen gerne:
veranstaltungen@seniorenhilfe-langen.de. Sie freut sich auf Ihre Post!

UNSER TEAM HAT VERSTÄRKUNG BEKOMMEN

Neu im Fachvorstand Mitgliederbetreuung begrüßen wir Angelika Trippel. Sie ist ab sofort für alle Belange rund um Mitgliedschaft und ehrenamtliche Tätigkeit verantwortlich. Wir freuen uns auf die Zusammenarbeit!



KOSTENPFLICHTIGE ANGEBOTE

FITNESS FÜR KÖRPER UND GEIST

Ganzheitliches, seniorengerechtes Körpertraining mit Spiel und Spaß. Immer donnerstags im Sportraum des ZenJA.

GEDÄCHTNISTRaining

Ganzheitliches Gedächtnistraining steigert die Leistungsfähigkeit des Gehirns montags und dienstags im ZenJA.

QI GONG DER JAHRESZEITEN

Zertifizierte Gesundheitskurse

Altersunabhängige traditionelle Therapiesäule der Chinesischen Medizin. Gewinnen Sie Lebensenergie, Kraft und Wohlbefinden, Qi Gong der Jahreszeiten, immer mittwochs, im Stehen und im Sitzen, Sportraum ZenJA.

WASSERGYMNASTIK

Fit und beweglich durch Wasserwiderstand - gelenkschonend. Wieder ab Frühjahr 2026 donnerstags im Hallenbad in Langen.



THEATER/AUSFLÜGE

Monatlich sorgen wir mit den verschiedensten Halbtags- oder Tagesprogrammen für Abwechslung und schöne gemeinsame Erlebnisse: Musik- oder Theaterveranstaltungen, Museums- oder Kinobesuche, Stadtbesichtigungen, Schifffahrten und vieles mehr.

In Kooperation mit QuerBeet Reisen gibt es interessante Rundum-sorglos-Pakete. Aktuelle Informationen erhalten Sie auf unserer Website oder über unsere Aushänge.

Ihre Anregungen sind uns immer willkommen an veranstaltungen@seniorenhilfe-langen.de

FREIE ANGEBOTE

(gratis für Mitglieder, ohne Anmeldung)

HANDARBEITSKREIS (STRICKEN & HÄKELN)

Wolle und Nadeln einpacken und los geht's. Hier sind erfahrene und nach Unterstützung suchende Strickbegeisterte willkommen. Immer dienstags im ZenJA.

INTERNET-, PC UND SMARTPHONE-TREFF

Jeden 3. Donnerstag im ZenJA.

KEGEL-TREFF

Alle Neune! Im 14-täglichen Rhythmus donnerstags trifft sich die Kegelrunde im SSG-Clubhaus.

LITERATURKREIS

Jeden 2. Mittwoch im Monat treffen sich Literaturinteressierte. Es werden schön gestaltete Texte vorbereitet.

OFFENER SKAT-TREFF

Ramschen, Reizen, Trumpfen mit unserem Mitglied Peter Klein.

Jeden 3. Mittwochnachmittag im ZenJA.

WALKING/NORDIC WALKING

Sanftes Herz-Kreislauf-Training bringt Körper und Kreislauf in Schwung.

Montags, mittwochs und freitags am Vormittag, Treffpunkt „Rotes Hochhaus“, Forstring 211, Langen.

Ausführliche Informationen und alle Termine zu unseren Angeboten finden Sie auf unserer Website, den Aushängen im Schaukasten und der Presse.

Anmeldung über kurse@seniorenhilfe-langen.de

**oder das Büro der Seniorenhilfe
Telefon 06103 22504**

ANGEBOTE ÜBER WEBSITE BUCHBAR

Buchen Sie unsere Angebote direkt über die Website.

www.seniorenhilfe-langen.de

Einfach den Anmelde-Button im Kurs-/Terminüberblick anklicken und direkt anmelden.

Unter der E-Mail **kurse@seniorenhilfe-langen.de** erreichen Sie unser Büroteam für alle Angelegenheiten rund um unser Kurs- und Freizeitangebot.

Telefonisch erreichen Sie uns unter:
06103 22504
Mo - Fr von 10 - 12 Uhr

BARGELDLOSES ZAHLEN

So wie Ihre Mitgliedsbeiträge ziehen wir alle Kursgebühren von Ihrem Konto ein. Sie haben zudem die Möglichkeit, eine Zahlung anzuweisen, falls Sie keine Daten hinterlegt haben.

**ALS MITGLIED KÖNNEN SIE
ALLE ANGEBOTE IM ZENJA
NUTZEN**

**Im ZenJA Familiencafé finden
regelmäßig das Generationen-
frühstück und der Mittags-
tisch statt. Viele Alltagshilfen
und Freizeitangebote werden
ebenfalls vom Mütterzentrum
angeboten.**

Bitte beachten Sie unsere Schaukästen am Bahnhof, in der Bahnstraße und an der ZenJA Einfahrt. Unser Büroteam ist Montag bis Freitag von 10 bis 12 Uhr für Sie erreichbar und beantwortet Ihre Fragen und Anliegen telefonisch oder persönlich.



NEUE WEBSITE – VERTRAUTE ADRESSE, FRISCHER AUFTRITT!

Wir starten mit einer neuen, modernen Website ins Jubiläumsjahr 2026. Unter der bekannten Internetadresse präsentieren wir uns ab sofort mit einem frischen Design, einer übersichtlichen Menüstruktur und vielen hilfreichen Informationen.

Die neue Seite wurde speziell darauf ausgerichtet, dass sich Besucherinnen und Besucher – egal ob Mitglied, Angehöriger oder Interessent – schnell zurechtfinden. Dank der vereinfachten Navigation und klaren Themenbereiche ist alles Wichtige nun noch leichter zu finden: Infos zur Mitgliedschaft, aktuelle Termine, Kontaktmöglichkeiten und vieles mehr.

Die Verlinkung von und zur Website des ZenJA bleibt selbstverständlich erhalten. So behalten Sie alle Angebote im Überblick.

Schauen Sie gerne vorbei – wir freuen uns über Ihren Besuch auf unserer neuen Website!

„Unsere Website ist das digitale Herzstück der Seniorenhilfe – sie soll informieren, einladen und verbinden“.



www.seniorenhilfe-langen.de



WERDEN SIE MITGLIED

Ein Verein lebt von seinen Mitgliedern, denn diese bereichern das Vereinsleben.

Jene, die unsere Unterstützung benötigen, können auf unsere Gemeinschaft zählen.

Damit das so bleibt, sind wir auf Ihre aktive Unterstützung angewiesen. Denn unser Vereinsauftrag kann nur gemeistert werden, wenn er auf viele Schultern verteilt ist. Wir suchen Sie: Mitglieder, die bereit sind, im Vorstand mitzuarbeiten, Aktivitäten zu unterstützen, als Austräger zu helfen, Ständdienste zu übernehmen, Nachbarschaftshilfe zu leisten, Bürodienst, Festkomitee zu unterstützen und vieles mehr.

BEI UNS KÖNNEN SIE PUNKTEN!

Für Ihre aktive Unterstützung werden Sie belohnt! Wenn Sie sich in der Nachbarschaftshilfe oder bei Freizeitaktivitäten engagieren, sammeln Sie Punkte. Diese können Sie nach Bedarf einlösen.

Sie können Punkte mit der Kursteilnahmegebühr verrechnen oder wenn Sie selbst einmal Unterstützung benötigen.

Möchten Sie selbst einen Kurs oder eine Freizeitaktivität anbieten? Auch das lässt Ihr Punktekonto wachsen.

UNSERE KONTAKTDATEN

Unterstützen Sie unsere Arbeit und werden Sie Mitglied in der Seniorenhilfe Langen & Egelsbach e. V.

JAHRESBEITRAG: 18 €

Sie haben Fragen zu Hilfen, Kursen, Gruppen, Angeboten?

Hier erreichen Sie uns:

Zimmerstr. 3, 63225 Langen

Telefon: Seniorenhilfe 06103 22504

E-Mail: info@seniorenhilfe-langen.de

www.seniorenhilfe-langen.de

SENIORENHILFE
Langen & Egelsbach e.V.

BEITRITTSERKLÄRUNG

Name _____ Vorname _____

geb. am _____ (ehemaliger) Beruf _____

Straße Nr. _____ PLZ/Wohnort _____

Telefon (privat) _____ Telefon (dienstlich) _____

E-Mail _____

JAHRESBEITRAG 18,00 €

Darüber hinaus spende ich einen Förderbeitrag

einmalig _____ € jährlich _____ €

SEPA-LASTSCHRIFTMANDAT

Ich ermächtige die Seniorenhilfe (IDNr. DE2222200000065048), Zahlungen von meinem Konto mittels Lastschrift einzuziehen. Ich erteile meinem Kreditinstitut die Anweisung, diese Lastschrift einzulösen. Ich kann innerhalb von 8 Wochen, beginnend mit dem Belastungsdatum, die Erstattung des belasteten Betrags verlangen, im Einklang mit den vereinbarten Bedingungen meiner Bank.

Kontoinhaber _____

Bank _____

IBAN _____



Datum _____

Unterschrift Kontoinhaber _____

Die Unterschrift gilt auch für Erklärungen zu DATENSCHUTZ und SCHWEIGEFLICHT.

DATENSCHUTZ: Der Verein erhebt zur Begründung und Verwaltung des Mitgliedsverhältnisses personenbezogene Daten soweit dies zur Durchführung des Mitgliedsverhältnisses erforderlich ist. Rechtsgrundlage für die Datenerhebung und -verarbeitung sind Art. 6 Abs. 1 lit. b) Datenschutz-Grundverordnung (DS-GVO) sowie Art. 13 und 14 (Verwendung von Fotos im Rahmen vereinsrelevanter Aktivitäten). Einer Zustimmung der betroffenen Person bedarf es daher nicht.

BEITRITTSERKLÄRUNG SENDEN AN

Seniorenhilfe Langen & Egelsbach e. V.
Zimmerstr. 3, 63225 Langen

E-Mail info@seniorenhilfe-langen.de

Telefon 06103 22504

AKTIVE MITGLIEDSCHAFT & MITARBEIT

(Mehrfachnennungen erwünscht, Zutreffendes bitte ankreuzen)

Ich biete meine Mitarbeit an für:

- | | |
|---|--|
| ☐ Bürodienst | ☐ Mithilfe/Orga bei Veranstaltungen |
| ☐ Begleitung Einkäufe, Arzt, Behörde | ☐ Telefon-, PC-, TV-Handy-Beratung |
| ☐ Einkaufen | ☐ Verteilerdienst Post, Flyer |
| ☐ Blumen gießen Hausbetreuung | ☐ Generationenprojekte |
| ☐ Besuche | ☐ Vorlesen |
| ☐ Spaziergänge | ☐ Kuchen backen |
| ☐ Entlastung der Familie | ☐ Lesepaten Musikpaten |
| ☐ Gartenhilfe | ☐ Spieletreff |
| ☐ Reparaturhilfe | ☐ Radtouren |
| ☐ Tierbetreuung | ☐ Sonntagscafé |
| ☐ Erledigungen Begleitung mit Pkw | ☐ Mitglieder werben Mitglieder |
| ☐ Fremdsprachen Übersetzungen | |
| ☐ Schriftwechsel Formulare ausfüllen | |
| ☐ Gruppenbetreuung Ausflüge | |
- ☐ Ich bin einverstanden, dass die Seniorenhilfe mit mir über meine E-Mail-Adresse kommuniziert und Info, Rundbriefe u. ä. schickt.
- ☐ Ich bin einverstanden, den ZenJA Newsletter per E-Mail zu beziehen und dass die Seniorenhilfe meinen Namen und E-Mail-Adresse ausschließlich zu diesem Zweck an das Mütterzentrum weiterleitet.
- ☐ Die Hinweise zum DATENSCHUTZ habe ich zur Kenntnis genommen und akzeptiere diese.
- ☐ SCHWEIGEFLICHT: Ich verpflichte mich, keine mir anvertrauten Informationen eines von mir unterstützten Mitglieds an Dritte weiterzugeben.

KONTEN

VR Bank Dreieich-Offenbach eG

IBAN DE15 5059 2200 0000 2087 79

Sparkasse Langen-Seligenstadt

IBAN DE31 5065 2124 0026 1147 77

DATENWEITERGABE: Sofern eine Einzugsermächtigung (SEPA-Lastschriftmandat) erteilt ist, werden die zum Beitragseinzug erforderlichen Daten an das kontoführende Kreditinstitut weitergegeben. Sofern Sie damit einverstanden sind, werden Ihre Kontaktdaten an das Mütterzentrum Langen zum Bezug des ZenJA Newsletters weitergeleitet. Eine anderweitige Datenverwendung oder Übermittlung an Dritte findet nicht statt. Bei Beendigung der Mitgliedschaft werden die personenbezogenen Daten gelöscht soweit diese nicht entsprechend der gesetzlichen Vorschriften aufbewahrt werden müssen. Weitere Hinweise zum Datenschutz unter www.seniorenhilfe-langen.de