



Newsletter Januar 2025

**Liebe Mitglieder und Freunde der BSH,
wir wünschen Ihnen und Ihren Angehörigen
ein frohes und gesundes neues Jahr!**



Der Januar ist der Monat der Neuanfänge – frisch, klar und voller Möglichkeiten. Während draußen vielleicht Frost und Schnee, oder aber auch das hessische Sauwetter herrschen, laden die langen Abende dazu ein, gemütlich in die Zukunft zu blicken oder einfach die Ruhe nach den Feiertagen zu genießen.

Vorsätze – mal anders gedacht

Der Januar ist bekanntlich auch die Hochsaison für gute Vorsätze. Doch anstatt uns nur mit Verzicht und Disziplin zu stressen, warum nicht mal etwas Positives vornehmen? Wie wäre es mit: „Jede Woche etwas Neues ausprobieren“, „Mehr lachen“ oder „Sich öfter Zeit für sich selbst nehmen“? Das sind Vorsätze, die Freude machen und damit auch länger durchgehalten werden.

Lichtblicke im Januar

Nach den dunklen Dezembertagen bringt der Januar endlich wieder mehr Licht in unseren Alltag! Die Tage werden spürbar länger. Schon ab Mitte Januar merkt man, dass die Sonne uns jeden Tag ein bisschen länger begleitet. Ende Januar sind die Tage bereits rund **eine Stunde** länger als an Weihnachten. Genießen Sie die länger werdenden Tage.

Die Magie des Winters entdecken

Auch im Januar hat die Natur ihre ganz eigene Schönheit. Frostige Wiesen, zugefrorene Pfützen und klare, kalte Luft machen den Winterspaziergang zu einem echten Erlebnis. Mit Schal, Mütze und dicken Schuhen kann man die Ruhe genießen und vielleicht Vögel beobachten, die sich an Futterstellen versammeln, oder gar einen unserer Biber am beziehungsweise im Bieberbach. Achten Sie auch auf die kleinen „Schönheiten“, es lohnt sich.



Alle Bilder dieses Newsletters sind Privat erstellt, mit KI generiert, oder unter der Creative Commons Zero-Lizenz veröffentlicht.



Gemütlichkeit zuhause

Wer lieber drinnen bleibt, für den ist der Januar der perfekte Monat, um es sich so richtig gemütlich zu machen. Ein gutes Buch, ein spannender Film oder ein neues Puzzle – all das passt wunderbar in diese Zeit. Dazu eine Tasse Tee oder heißen Kakao mmmmmh.

Eine Bauernregel für den Januar

„Ist der Januar hell und weiß, wird der Sommer heiß.“ – Diese alte Weisheit verspricht uns einen schönen Sommer, wenn der Winter sich von seiner frostigen und klaren Seite zeigt. Ob sie stimmt, bleibt abzuwarten, aber ein bisschen Optimismus hat ja noch keinem geschadet!



Wir hoffen, dass Sie gut ins neue Jahr gestartet sind und mit viel Schwung und Zuversicht in die kommenden Wochen gehen. Bleiben Sie gesund und genießen Sie diese winterliche Zeit, ganz nach Ihrem Geschmack – ob aktiv oder entspannt.

Ihr Team der BSH



**P.S. Wenn Sie noch nicht wissen was Sie sich für 2025 vornehmen sollen:
Wie wäre es wenn Sie sich bei der BSH aktiv einbringen würden?**

Interesse? Informationen erhalten Sie per E-Mail an bsh-heusenstamm@t-online.de, per Telefon unter 06104-1711 oder direkt im Büro (Mo. - Do. 10:00-12:00 Uhr).

Jetzt helfen Sie uns – später helfen wir Ihnen.



Das Repair Café der BSH

Im vergangenen Jahr 2024 haben wir in 11 Veranstaltungen 255 Reparaturen vorgenommen. Davon waren ca. 2/3 der Reparaturen erfolgreich. Auf diese Erfolgsquote sind wir stolz.

Das Repair Café hat sich als fester Bestandteil der Bürger- und Seniorenhilfe Heusenstamm etabliert. Nachdem die BSH das vorher gemietete Haus in der Kirchstraße gekauft hat, erweitern sich auch die Aufgaben des Repair Cafés. Wir wollen, in Absprache mit dem Vorstand der BSH, nach und nach einige Veränderungen und Instandhaltungen am Gebäude in Eigenleistung vornehmen.

Wer schon einmal unser Repair Café besucht hat, weiß wo unsere Stärken liegen. Leider haben wir auch unsere schwachen Seiten und dazu gehört das Fachwissen rund um die Sanierung älterer Gebäude. Wir suchen daher Mitglieder die sich mit der Sanierung wirklich gut auskennen und uns vor allem mit Rat aber gerne auch mit Tat zur Seite stehen. Wenn Sie sich beruflich mit dem Bereich Sanierung beschäftigt haben oder immer noch beschäftigen, und uns ehrenamtlich unterstützen möchten, würden wir uns freuen wenn Sie uns kontaktieren.



Gerne per Email an info@repaircafe-heusenstamm.de oder bsh-heusenstamm@t-online.de.

Das nächste Repair Café findet am **Samstag den 25. Januar 2025**, wie immer in den Räumen der BSH, Kirchstr. 24 statt.

Auf einer Besprechung der Reparatere und Helfer*Innen des Repair Cafés wurde vorgeschlagen, wegen des regen Andrangs die Reparaturzeit zu verlängern. Wir haben daher beschlossen, ab 2025 schon um 13:00 Uhr mit dem Reparieren zu beginnen.

Repariert wird daher jetzt **von 13:00 bis 17:00 Uhr**.

Weiterhin gilt: Wir wissen nie im Voraus wie viele Reparaturen anstehen und wie lange wir dafür benötigen. Wenn wir während der Veranstaltung merken, dass wir innerhalb der vorgegebenen Zeit keine weiteren Reparaturen mehr schaffen, behalten wir uns vor, die Annahme weiterer Reparaturen abzulehnen beziehungsweise auf die nächste Veranstaltung zu vertagen.

Wir freuen uns auf Ihren Besuch.



Was ist eigentlich ist eine kleine Reihe in der wir Veranstaltungen und Angebote der Bürger- und Seniorenhilfe Heusenstamm vorstellen.

Was ist eigentlich der „Kreppelkaffee“ ?

Man kann mittlerer Weile schon von einer Tradition sprechen, denn schon seit Jahren veranstaltet die Bürger- und Seniorenhilfe den Kreppelkaffee.

Warum „Kreppel“kaffee? Ganz einfach: In unserer Gegend gilt der Kreppel (manche nennen ihn auch Kräppel, Berliner, Berliner Pfannkuchen, Krapfen, Fastnachtsküchle oder Puffel) als traditionelles Gebäck zu Fasching (Fastnacht, Karneval). Unser Kreppelkaffee ist also eine Faschings-Veranstaltung mit Kreppel, Kaffee und närrischer Unterhaltung.

Der Eintritt ist frei. Da die Kreppel (und einiges mehr) bezahlt werden müssen, freuen wir uns aber über Spenden.

Organisiert wird der Kreppelkaffee von unseren Mitgliedern, für unsere Mitglieder. Und da liegt ein Problem, welches wir auch hier ansprechen wollen:

Die Mitglieder die früher die Organisation übernommen hatten, sind nun zum Teil nicht mehr in der Lage dazu. Immerhin müssen Tische und Stühle aufgebaut werden. Die Tische müssen gedeckt werden, die Kreppel und alles was zu so einer Veranstaltung benötigt wird müssen besorgt werden. An der Veranstaltung selbst muss der Kaffee gekocht und mit den Kreppeln ausgegeben werden. Anschließend muss alles wieder gespült und weggeräumt werden.

Dabei haben wir die „Stars“ der Veranstaltung also diejenigen die für die närrische Unterhaltung sorgen, noch gar nicht angesprochen. Auch für die Darbietung von Sketchen, Vorträgen oder Büttensreden, Musik und Tanz, suchen wir dringend Mitwirkende.

Das hört sich nach viel Arbeit an, den Spaß den wir dabei haben, wollen wir aber nicht unerwähnt lassen. Sie können diesen Spaß auch haben.

Um den Kreppelkaffee auch in Zukunft anbieten zu können, benötigen wir dringend Mitglieder die uns dabei helfen. Wenn Sie sich angesprochen fühlen und uns unterstützen möchten, würden wir uns freuen, wenn Sie sich im Büro melden. Tel. 06104 – 1711, Mo.- Do. 10:00 -12:00 Uhr.



5 Tagefahrt Altmühltal und Regensburg von Montag 19.05 bis Freitag 23.05.2025

Im Naturpark Altmühltal entfaltet sich eine Urlaubslandschaft wie aus dem Bilderbuch – mit Wasser und Wiesen, bizarren Dolomittfelsen und duftenden Wacholderheiden, Burgen, Schlössern und romantischen Städtchen.

Einst blühende Handelsmetropole und politisches Zentrum des Heiligen Römischen Reiches, gilt Regensburg heute deutschlandweit als am besten erhaltene mittelalterliche Großstadt. Seit 2006 ist Regensburg UNESCO-Welterbe.

Reiseplan:

Montag, 19.05.25: Abfahrt ab Busbahnhof Heusenstamm um 8:00 Uhr. Um die Mittagszeit machen wir Station in Nördlingen. Aufenthalt zur freien Verfügung und Gelegenheit zum Mittagessen. Danach Weiterfahrt in das Hotel „The Monarch“ in Bad Gögging (Zimmerbezug und Abendessen).

Dienstag, 20.05.25: An diesem Tag machen wir eine Fahrt durch das Altmühltal – Riedenburg - Dietfurt bis Beilngries mit Ganztags-Reiseleitung. Abendessen im Hotel.

Mittwoch, 21.05.25: Wir besichtigen Regensburg bei einer Stadtführung am Vormittag (im Preis enthalten). Der Nachmittag steht in Regensburg zur freien Verfügung bevor es wieder zurück zum Abendessen ins Hotel geht.

Donnerstag, 22.05.25: Fahrt nach Kehlheim und dann mit dem Schiff durch den Donaudurchbruch zum Kloster Weltenburg (Gelegenheit zum Mittagessen am Kloster). Danach zurück nach Bad Gögging wo vor dem Abendessen noch ausreichend Zeit zu einem Kurparkbummel oder zum Entspannen im Wellnessbereich sein wird.

Freitag, 23.05.25: Unsere Rückfahrt führt über Denkendorf – Greding – Thalmässing – Ethenstadt zum Großen Brombachsee (Schiffahrt auf dem See ca. 1 ½ Stunden, im Reisepreis enthalten). Danach geht es weiter Richtung Heusenstamm wo wir auf unserer Heimreise noch eine Einkehr zum Abendessen einlegen werden.

Programmänderungen auf Grund von veränderten Situationen sind möglich und bleiben vorbehalten.

Leistungen:

- ✓ Fahrt im First Class-Reisebus mit Klimaanlage, WC, Bordküche etc.
- ✓ 4 x Übernachtung mit Frühstücksbuffet im ****Hotel „The Monarch“ Bad Gögging
- ✓ 4 x Abendessen (reichhaltiges Buffet) im Rahmen der Halbpension
- ✓ Nutzung des Innen- und Außen-Pools
- ✓ Nutzung des Wellness- und Fitnessbereichs
- ✓ Abendunterhaltung (sofern vom Hotel angeboten)
- ✓ Kostenloses W-LAN
- ✓ Alle Ausflüge lt. Ausschreibung
- ✓ Stadtführung in Regensburg
- ✓ Schiffahrt Donaudurchbruch, Schiffahrt auf dem großen Brombachsee
- ✓ Trinkgelder (außer Hotel)

Hotel:

Das 4-Sterne-Hotel „The Monarch“ begrüßt uns in ruhiger Lage am Rand von Bad Gögging ca. 2 Gehminuten vom Kurpark entfernt. Alle Zimmer sind komfortabel ausgestattet mit Badewanne oder Dusche, WC, Föhn, Telefon, TV und Safe.

Kosten:

Für Mitglieder: 595 € pro Person im Doppelzimmer.

Zuschlag für Einzelzimmer: 140 € / Zuschlag für Nichtmitglieder: 30 €

**Achtung! Die Einzelzimmerzahl für die Reise ist leider auf 10 Einzelzimmer limitiert.
Bitte überlegen Sie, ob sie als Einzelreisende(r) ein DZ mit jemandem teilen können.**

Mindestteilnehmerzahl: 40 Personen

Alle in der Leistungsbeschreibung genannten Eintrittspreise sind im Reisepreis enthalten. Preisanpassungen können durch eine geringere Teilnehmerzahl entstehen. Preisänderung in Folge von Änderung der Mehrwertsteuer, Treibstoffkosten, bzw. Erhöhung ortsüblicher Abgaben müssen wir uns vorbehalten. Personalausweis oder Reisepass ist erforderlich.

Wir bitten, dass die Teilnehmer sich persönlich anmelden.

Telefonische Anmeldungen oder Reservierungen können wir nicht annehmen.

Anmeldung am Freitag, 10.01.2025 von 10:00 bis 12:00 Uhr im Büro der BSH. Anzahlung bei Anmeldung: 100,- € pro Person.

Die gesamten Reisekosten müssen bis 31. März 2025 auf das Konto der BSH: IBAN DE78 5019 0000 0006 5664 99 eingezahlt werden.

Sollten mehr Anmeldungen als verfügbare Plätze erfolgen, können Sie sich auf eine Nachrückerliste setzen lassen. Bei noch freien Plätzen (bitte vorab telefonisch erfragen und ggf. einen separaten Termin vereinbaren) kann eine Anmeldung mit der Anzahlung noch bis spätestens bis 28. März 2025 erfolgen.

Nach dem 31. März 2025 ist keine kostenlose Stornierung mehr möglich und es gelten die Stornobedingungen von Reiseveranstalter und Hotel.

Deshalb wird eine Reiserücktrittsversicherung (33,- € pro Person) empfohlen.

Die Versicherung (ohne Selbstbeteiligung) beinhaltet die Stornokostenübernahme, wenn die Reise wg. Erkrankung (incl. Covid) nicht angetreten werden kann und wenn die Reise wg. Erkrankung abgebrochen werden muss.

Bitte melden Sie uns einen eventuellen Reiserücktritt (auch wenn keine Reiserücktrittsversicherung abgeschlossen wurde) unverzüglich an.

Die Abwicklung von Reiserücktritten erfolgt nach dem 31. März ausschließlich durch die Firma Emmel.

Mit Ihrer Unterschrift bei Ihrer verbindlichen Anmeldung erkennen Sie auch sämtliche Reise-, Zahlungs- und Stornobedingungen an.

Die für die Anmeldung erforderlichen Daten werden von der BSH nur zum Zweck der Reise erhoben und nicht anderweitig verwendet. Im Weiteren gelten die Datenschutzbestimmungen des Reiseveranstalters.

Reiseveranstalter im Sinne der gültigen Gesetze:

Emmel-Reisen, Thomas Emmel e.K., Philipp-Reis-Str. 6, D-63755 Alzenau



Wir besuchen die

Gewürzmanufaktur roots

in Neu-Isenburg (Infos unter: www.roots-natural.com)

Samstag, 25. Januar 2025

**Erleben Sie Gewürze und
lassen Sie sich inspirieren.**



**Verwenden Sie hochwertige
Gewürze? Sie schmecken nicht
nur wunderbar, sondern tun
Ihnen auch gut.**

**Denn Gewürze sind gesund
und zugleich für den Genuss
bestimmt. Tauchen Sie ein in
die Welt exotischer Gewürze
und schmackhafter Kräuter.**

Anreise: Wir fahren mit zur Verfügung stehenden und bereits organisierten privaten PKWs nach Neu-Isenburg.

Abfahrt: Samstag 25.01.2025 - 14:00 Uhr

Treffpunkt: TSV-Turnhalle (heute Maingau)

Bitte melden Sie sich – wegen der genauen Anzahl der Teilnehmenden - im Büro der BSH, Kirchstraße 24 an oder telefonisch unter der Nummer 06104 / 17 11

Anmeldeschluss: 22. Januar 2025

Achtung: Das Büro ist in der Zeit vom 19.12.2024 bis 06.01.2024 **geschlossen**.

Weitere Infos bei Christa Schubert-Zunker
Telefon: 06104 1478 oder 0179 207 8824



Die BSH lädt ein zum

Kreppelkaffee

am Do. den 27. Februar 2025 von 15:00 bis 17:00 Uhr
im Pfarrheim Maria Himmelskron

Termin unter dem Vorbehalt, dass sich ausreichend Helfer*Innen und Mitwirkende melden.

Zu Kreppel und Kaffee gibt es ein buntes Programm mit Musik, Liedern zum Mitsingen, Vorträgen und anderen Einlagen.

Der Eintritt ist frei. Spenden werden gerne angenommen.

Wir bitten um vorherige Anmeldung telefonisch unter 06104-1711 (außerhalb der Bürozeiten bitte auf Anrufbeantworter sprechen) oder per E-Mail an bsh-heusenstamm@t-online.de.

Für unsere gehbehinderten Mitglieder bieten wir einen kostenlosen Fahrdienst zu der Veranstaltung an. Wer diesen in Anspruch nehmen möchte, muss dies bis spätestens drei Tage vor der Veranstaltung im Büro der BSH telefonisch anmelden (Bürozeiten Mo. – Do. 10 – 12 Uhr).

Wir freuen uns über jeden, der einen Beitrag zum Bühnenprogramm leisten möchte, sei es musikalisch oder mit einem Vortrag. Trauen Sie sich und melden Sie sich bis 30.01.2025 im Büro.



Auch für das „Drumherum“ suchen wir noch Helfer*Innen. Es müssen Tische und Stühle aufgebaut werden. Die Tische müssen gedeckt werden, die Kreppel und alles was zu so einer Veranstaltung benötigt wird, müssen besorgt werden. An der Veranstaltung selbst muss der Kaffee gekocht und mit den Kreppeln ausgegeben werden. Anschließend muss alles wieder gespült und weggeräumt werden.

Bitte helfen Sie uns den Kreppelkaffee am Leben zu halten und melden Sie sich und Ihre Hilfe im Büro der BSH an (Bürozeiten Mo – Do 10 – 12 Uhr) oder per E-Mail an bsh-heusenstamm@t-online.de.



Termine der Bürger- und Seniorenhilfe im Dezember:

- Di. 07.01.2025 15:00 Uhr - Babbelfest im „Alter Bahnhof“
Mi. 08.01.2025 15:00 Uhr - Spiele-Kaffee in der BSH
Fr. 10.01.2025 10:00 - 12:00 Uhr - **Anmeldung** 5 Tagefahrt Altmühltal, BSH-Büro
Di. 21.01.2025 18:00 Uhr - Stammtisch in "Zur Stadt Offenbach" (Katja)
Sa. 25.01.2025 13:00 – 17:00 Uhr Repair Café in der BSH. **Neu: ab 13:00 Uhr**
Sa. 25.01.2025 14:00 Abfahrt Gewürzmanufaktur „roots“, TSV-Halle (Maingau)

Stuhlgymnastik - Fit im Sitzen: Achtung geänderte Zeiten:

Ab Januar '25 bietet Frau Ursula Glöckner in Vertretung von Frau Beier folgende Termine an: 16.01.25 , 30.01.25 , 13.02.25 , 27.02.25, 13.03.25 und 27.03.25.

Die anderen wöchentlichen Termine finden wie gewohnt statt, Änderungen vorbehalten.

Achtung:

Das BSH-Büro öffnet wieder am Dienstag den 07.01.2025 um 10:00 Uhr

Bitte jetzt schon vormerken

27.02.2025 15:00 – 17:00 Uhr – BSH Kreppelkaffee in Maria Himmelskron

Weitere Informationen zu den Veranstaltungen der BSH finden Sie auf unserer Homepage www.bsh-heusenstamm.de oder im Mitgliederheft.

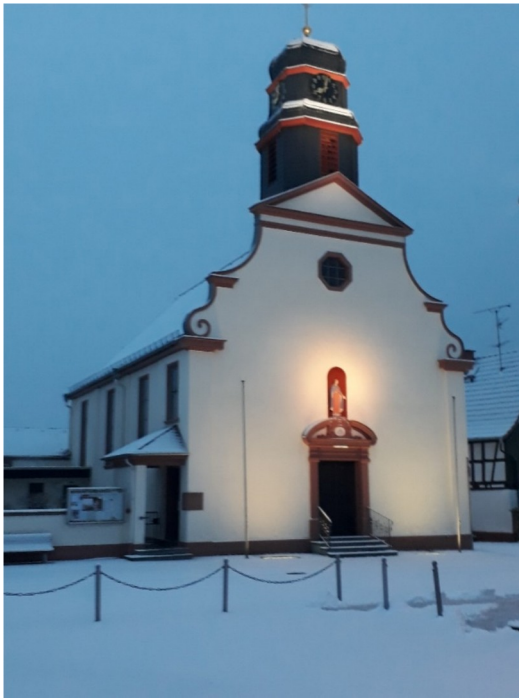
Wenn Sie uns bei unseren Veranstaltungen unterstützen möchten oder sich anderweitig im Verein einbringen möchten, würden wir uns freuen, wenn Sie mit uns in Kontakt treten. Gerne per E-Mail an: bsh-heusenstamm@t-online.de.
Wir freuen uns auf Sie.

Herzliche Grüße, Ihr Team der BSH Heusenstamm

HALT, bitte noch nicht aufhören zu lesen, da kommt noch was!

Termine von befreundeten Organisationen

Die nachfolgenden Hinweise, Einladungen, Termine u.s.w. haben wir von den anbietenden Organisationen ungeprüft übernommen, und übernehmen keine Gewähr oder Haftung für deren Richtigkeit.



Ich wünsche Dir fürs neue Jahr
das große Glück in kleinen Dosen.
Das alte lässt sich ohnehin
nicht über Nacht verstoßen.
Was du in ihm begonnen hast,
mit Mut und rechter Müh'
das bleibt dir auch noch Glück und Last
in neuer Szenerie.
Erwarte nicht vom ersten Tag
des neuen Jahres gleich zuviel!
Du weißt nicht wie er's treiben mag,
es bleibt beim alten Spiel.
Ob gute Zeit, ob schlechte Zeit,
wie sie von Gott gegeben,
so nimm sie an und stehe bereit
und mach daraus dein Leben.
Elli Michler

Herzliche Einladung zum Seniorennachmittag am Donnerstag, dem 23. Januar 2025 um 15.00 Uhr Beginn mit einem Gottesdienst in der Kirche Mariä Opferung Rembrücken

Herr Pfarrer Anton Sauer wird mit uns den Gottesdienst feiern und anschließend ab ca. 15.45 Uhr Beisammensein im Pfarrheim hinter der Kirche bei Kaffee, Tee und Kuchen zu einem fröhlichen Nachmittag mit Martina Weih.
Ende gegen 17-30 Uhr.

Bitte schon heute die nächsten beiden Seniorennachmittagstermine vormerken: Donnerstag 20. Februar 2025 und Donnerstag 20. März 2025.

Über Ihr Kommen freut sich das Vorbereitungsteam des Seniorennachmittages von Mariä Opferung, Rembrücken.

Wer abgeholt werden möchte, bitte bei Frau Brigitte Mühl 06106 14197 oder Frau Perpetua Subtil 06106 63230 melden.