

# ZU TOLLER MUSIK in Bewegung im MGH

Langenhagen. Sitzgymnastik? – Turnen im Sitzen und auch im Stehen? – Seniorengymnastik? Genau das! Jede/Jeder bewegt sich so viel es geht, ganz ohne Druck. Der Spaß in der Gemeinschaft steht im Vordergrund.

„Wir lachen, erzählen und singen, alle kommen gern ins Mehrgenerationenhaus-Langenhagen“, sagt dessen Leiterin Christine Pfeuffer. Dienstags, und donnerstags bewegen sich die Seniorinnen von 13 bis 14 Uhr mit viel Schwung zu toller Musik. Innerhalb der Gruppe, von 60 bis 95 Jahren, hat sich eine nette Gemeinschaft gebildet, die immer wieder durch neue TurnerInnen bereichert wird. „Wir freuen uns über neue Gesichter“, betont Christine Pfeuffer.

Trainerin Martina Grewe leitet die Gruppe. Sie bringt auch viel Abwechslung mit in die Gruppe, so dass es jedes Mal wieder spannend wird für die Teilnehmenden. Wer Lust hat, auch dabei zu sein, kommt einfach zu dem Termin ins MGH und macht mit. Informationen gibt es unter der Rufnummer 0511/721135 oder persönlich im MGH.



## Sonnencafé, offenes Frühstück und vieles mehr ...

Das Mehr-Generationen-Haus Langenhagen e. V. (MGH) befindet sich im Zentrum von Langenhagen gegenüber vom Rathaus in der Konrad-Adenauer-Straße 15d. Täglich treffen sich hier Menschen verschiedener Generationen und Kulturen, unabhängig von religiöser Anschauung, nationaler oder sozialer Herkunft. Das MGH bietet ein vielfältiges Programm zur Information und Entlastung, zum Spielen, für Gespräche, Beratung und besonders für Begegnungen der Generationen.

Ein Besuch im MGH lohnt sich immer: Vormittags gibt es ein offenes Frühstück; am Montag und am Dienstag wird gemeinsam zu Mittag gegessen. Besonders interessant für die ältere Generation sind darüber hinaus die Seniorengruppe, der Frauentreff und das Sonntagscafé. Auch das Sonnencafé am 3. Mittwoch im Monat und die Handarbeitsgruppe mittwochs an Morgen laden zum Zusammensein ein und leisten einen tollen Beitrag gegen Einsamkeit und Alleinsein. Mehr Infos: [www.mehrgenerationenhaus-langenhagen.de](http://www.mehrgenerationenhaus-langenhagen.de). Foto: MGH

## Ihr freundlicher City Flitzer

und Ihr Partner für Fahrten  
zu Dialyse-, Chemo- und Bestrahlungsbehandlungen

Fandt fährt Sie gern zu Arztbesuchen  
und anderen medizinischen Terminen.



**FANDT Transfer**

Überzeugen Sie sich selbst und  
rufen Sie uns an unter  
Tel. 0511 984 23773

[www.fandt-transfer.de](http://www.fandt-transfer.de)

**IPflegedienst**  
**Petra Schmidtke GmbH**  
Ihre Ambulante Pflege  
PROFESSIONELL • KOMPETENT • INDIVIDUELL

Voigtwiese 8  
30851 Langenhagen  
Tel. 0511 / 47574727  
Fax 0511 / 47574725

**Ambulanter Pflegedienst**

**Badausstellung**

Ausstellung und Verkauf  
auf **150m<sup>2</sup>**

- Badsanierungen – Sanitär – Fliesen – 3D-Badplanung
- Duschwand nach Maß – Lackspanndecke
- Wandplatten für fugenlosen Badumbau oder Teilsanierung

**Förder- und zuschussfähig:**

- Magic-Wanntüren / nachgerüstete Wannentür
- Höhenverstellbare WC – Anlagen für körperlich eingeschränkte Menschen

Walsroder Straße 260 • 30855 Langenhagen  
Fon 0511-77 63 73  
info@klein-badkonzepte.de  
www.klein-badkonzepte.de

## Kauroff Malereibetrieb GmbH bietet einen Renovier-Komplett-Service für Senioren an

- Anzeige -

Die Malermeister Marco Kauroff und Jan Kauroff führen seit nunmehr 30 Jahren den Familienbetrieb im Malerhandwerk erfolgreich als Vater und Sohn Team. Von Beginn der Firmengründung war und ist es immer ein fester Bestandteil der Firmenphilosophie, auch einen alles umfassenden Senioren-Renovier-Service für unsere ältere oder körperlich eingeschränkte Kundschaft anzubieten. Darunter verstehen sie eine umfassende Unterstützung bei den Renovierungsarbeiten, welche über das reine Streichen, Tapezieren, Lackieren oder das Ausführen von Bodenbelagsarbeiten hinausgeht. So sind die nachfolgend aufgeführten Unterstützungsarbeiten für Senioren kostenlos im Auftrag enthalten und es entstehen keinerlei Zusatzkosten für die Kundschaft.

Zu diesen Leistungen gehören das Vorbereiten der zu malernden Räume, wie das Umstellen von Möbeln, Abhängen von Gardinen, Lampen oder Bildern, gegebenenfalls auch Hilfe beim Ausräumen sowie das Zurückstellen der Möbel und wieder Anbringen der Gardinen,

Lampen, bzw. Bildern nach Fertigstellung der Malerarbeiten, das Wiedereinräumen und die Endreinigung der Räumlichkeiten, um die Senior-Kundschaft vollständig zu entlasten. Auch eine Entsorgung von Altmöbeln ist für den Malereibetrieb kein Problem.

Die Angebotsstellung erfolgt kostenlos, transparent, gut nachvollziehbar zu garantierten Festpreisen und ohne versteckte Zusatzkosten, so können Sie von Beginn des Angebotes mit festen verlässlichen Festpreisen planen.

Auch eine Arbeitsausführung während Ihres Urlaubes ist möglich, wenn Sie während der Renovierungsarbeiten lieber im Urlaub sein möchten. Unser Service richtet sich an Menschen, die körperliche Arbeiten nicht mehr selbständig ausführen können oder möchten und bietet somit auch für Ihre Angehörigen eine wertvolle Entlastung bei den Renovierungsarbeiten.

Sehr gern erstellen wir Ihnen ein kostenloses und unverbindliches Angebot. Wir freuen uns auf Ihren Anruf ...



**Die Malermeister Jan und Marco Kauroff freuen sich auf Ihren Anruf!**

- ◆ Senioren-Renovierservice
- ◆ Maler- und Tapezierarbeiten
- ◆ Bodenbelagsarbeiten

Kauroff Malereibetrieb GmbH  
Niedersachsenstr. 32 B  
30853 Langenhagen  
☎ 0511-77 12 22 • [www.kauroff.de](http://www.kauroff.de)