



# Kommunikationsvorlagen



**Social- Media- Beitrag oder zur Ansprache über WhatsApp:**

## Beispiel 1:

Hey ihr Lieben! 🙌

Am 21. September laufe ich beim BMW Berlin-Marathon 2025 – und das aus einem besonderen Grund: Ich unterstütze die Initiative „Jede Oma zählt“ von HelpAge Deutschland (@helpage\_de). 🎉 Wusstet ihr, dass in Ländern wie Tansania oder Äthiopien oftmals die Großeltern die Hauptversorger\*innen ihrer Familien sind, obwohl sie selbst kaum Zugang zu medizinischer Versorgung oder Grundnahrungsmitteln haben? Eure Spende kann das ändern! 🙏 Nur 10 € reichen aus, damit sich tansanische Großeltern und ihre Enkelkinder einen Monat lang mit dem Notwendigsten versorgen können. 🌱👵

Seid dabei und helft mir, mein Spendenziel zu erreichen! Jeder Euro zählt und kommt direkt bei denen an, die es am dringendsten brauchen.

[Link zu deiner Spendenaktion]

Lasst uns gemeinsam etwas bewegen – denn jede Oma zählt! ❤️ #JedeOmaZählt #HelpAge #BMWBerlinMarathon #LaufendGutesTun

## Beispiel 2:

🏃🌍 Am 21. September 2025 starte ich beim BMW Berlin-Marathon und widme diesen Lauf einer Mission, die mir am Herzen liegt: die Unterstützung von Großeltern weltweit! 🌍❤️ Die Initiative “Jede Oma zählt” von HelpAge Deutschland (@helpage\_de) unterstützt ältere Menschen in Ländern wie Tansania oder Äthiopien, die sich oft aufopferungsvoll um ihre Enkel kümmern, aber selbst kaum das Nötigste zum Leben haben. 🌱👵

Hilf mit, dass wir gemeinsam diesen Großeltern ein sicheres und gesundes Leben ermöglichen. Schon ein kleiner Beitrag macht einen großen Unterschied! 🙏

[Link zu deiner Spendenaktion]

#JedeOmaZählt #HelpAge #BMWBerlinMarathon #LaufendGutesTun



# Kommunikationsvorlagen



## Social- Media- Beitrag oder zur Ansprache über WhatsApp:

### Beispiel 3:

☀️ Ich laufe nicht nur für mich, sondern für jede Oma, die Unterstützung verdient! ☀️

Am 21. September 2025 nehme ich am BMW Berlin-Marathon teil und sammle Spenden für HelpAge Deutschland (@helpage\_de), um Großeltern in Not zu helfen. Viele von ihnen sind die einzigen Versorger ihrer Enkel, obwohl sie selbst kaum Zugang zu Lebensmitteln oder Medikamenten haben. Mit nur 10 € können wir schon viel erreichen – sei dabei und hilf mir, mein Ziel zu erreichen!

[Link zu deiner Spendenaktion]

Lasst uns gemeinsam ein Zeichen setzen! ❤️ #HelpAge #JedeOmaZählt #BMWBerlinMarathon #SpendenMarathon

### Beispiel 4:

🔊 BREAKING NEWS! 🔊 Am 21. September 2024 werde ich beim BMW Berlin-Marathon nicht nur die Kilometer besiegen, sondern meinen Lauf für Großeltern in Afrika widmen! 🧓❤️

Warum? Weil die Initiative “Jede Oma zählt” genau die Hilfe bietet, die viele ältere Menschen in Afrika dringend brauchen.

Kaum zu glauben: Mit nur 10 € kann eine Oma und ihre Enkelkinder einen ganzen Monat lang unterstützt werden! 🌱

Hilf mir dabei, diesen Omas das Leben zu erleichtern – ein Schritt nach dem anderen! 🏃

[Link zu deiner Spendenaktion]

#JedeOmaZählt #HelpAge #BMWBerlinMarathon #LaufenFürDenGutenZweck"



# Kommunikationsvorlagen



## E-Mail-Vorlagen für persönliche Ansprache:

### Beispiel 1:

Liebe\*r [Name],

am 21. September 2025 werde ich am BMW Berlin-Marathon 2025 teilnehmen – und das für einen besonderen Zweck. Gemeinsam mit HelpAge Deutschland setze ich mich für die Initiative „Jede Oma zählt“ ein. Sie unterstützt Großeltern in vielen Ländern Afrikas, die oftmals trotz ihres Alters die Hauptlast der Versorgung ihrer Familien tragen.

Ich würde mich freuen, wenn du meinen Start in Berlin mit einer Spende an HelpAge unterstützt. Bereits 10 € genügen, um einem älteren Menschen einen Monat lang mit dem Notwendigsten zu versorgen. Du siehst, deine Spende macht einen echten Unterschied! Schau dir gerne meine Spendenaktion an und hilf HelpAge und mir, Großeltern in Not zu helfen: [Link zu deiner Spendenaktion].

Ich danke dir von Herzen für deine Unterstützung. Jede Spende zählt!

Liebe Grüße,

[Dein Name]

### Beispiel 2:

Liebe\*r [Name],

am 21. September 2025 nehme ich am BMW Berlin-Marathon 2025 teil, und ich möchte diese Herausforderung für einen besonderen Zweck nutzen. Mit meiner Teilnahme unterstütze ich die Initiative „Jede Oma zählt“ von HelpAge Deutschland. Diese Initiative hilft älteren Menschen, die oft die Hauptverantwortung für ihre Familien tragen, aber kaum Zugang zu lebensnotwendigen Gütern wie Nahrung und medizinischer Versorgung haben.

Ein kleiner Betrag kann Großes bewirken! Schon 10 € reichen aus, damit sich eine Großmutter und ihre Enkelkinder in Ostafrika einen ganzen Monat lang mit Wasser, Nahrungsmitteln und Medikamenten versorgen können.

Ich würde mich unglaublich freuen, wenn du meine Spendenaktion unterstützt und mir hilfst, mein Spendenziel zu erreichen. Jeder Beitrag, egal in welcher Höhe, zählt und ist eine wirkungsvolle Unterstützung für ältere Menschen in Afrika.

Hier geht's zu meiner Spendenaktion[Link zu deiner Spendenaktion]

Gemeinsam können wir das Leben vieler Großeltern positiv verändern!

Herzlichen Dank für deine Unterstützung und Liebe,

[Dein Name]

**HelpAge  
Deutschland**

Alter ist Zukunft



# Kommunikationsvorlagen



## E-Mail-Vorlagen für persönliche Ansprache:

### Beispiel 3 (Erinnerung):

Liebe\*r [Name],

herzlichen Dank für deine bisherige Unterstützung meiner Spendenaktion der Großeltern in Afrika! Es freut mich sehr, dich als Unterstützer\*in an meiner Seite zu wissen.

Am 21. September 2025 werde ich beim BMW Berlin-Marathon an den Start gehen. Dafür sammle ich Spenden die der Initiative "Jede Oma zählt" von HelpAge Deutschland zugutekommen und damit Großeltern im östlichen Afrika unterstützen. Dank deiner Hilfe bin ich bereits ein großes Stück weiter, doch es fehlt noch ein kleiner Betrag, um mein Spendenziel zu erreichen.

Falls du oder jemand aus deinem Umfeld meinen Lauf, und damit afrikanische Großeltern und ihre Enkelkinder, unterstützen möchtest, wäre ich dir für deine wunderbare Hilfe sehr dankbar! Jede Spende hilft, Großeltern in Ostafrika eine sichere Versorgung und eine bessere Zukunft zu ermöglichen.

Hier kannst du die Aktion nochmals teilen oder direkt spenden: [\[Link zu deiner Spendenaktion\]](#)

Vielen Dank für deine Unterstützung!

Beste Grüße,

[Dein Name]

### Beispiel 4 (Erinnerung):

Hallo [Name],

die Zeit rennt – in nur \_\_ Tagen endet meine Spendenaktion für „Jede Oma zählt“. Ich bin schon ganz nah dran, mein Ziel zu erreichen, aber ich brauche deine Hilfe, um die letzten Meter zu meistern!

Wusstest du, dass mit knapp 50 € die Konstruktion eines Wassertanks finanziert werden kann und so, nicht nur einer Person geholfen werden kann, sondern direkt einer ganzen Familie? Jede Spende hilft, älteren Menschen und ihren Familien die Unterstützung zu geben, die sie verdienen.

Bitte überlege, ob du noch einmal helfen möchtest – oder teile meine Aktion in deinem Umfeld.

Jeder Euro macht einen Unterschied!

Vielen Dank für deine Unterstützung!

Liebe Grüße,

[Dein Name]



# Kommunikationsvorlagen



## E-Mail-Vorlagen für persönliche Ansprache:

### Beispiel 5 (Danke)

Liebe\*r [Name],

wow, vielen Dank für deine großzügige Unterstützung. Dank deiner Spende füllt sich meine Spendenbox immer weiter – dafür möchte ich dir von Herzen danken! Deine Unterstützung bedeutet so viel für die Großeltern, die wir mit der Initiative „Jede Oma zählt“ von HelpAge Deutschland unterstützen.

Dank deiner Hilfe kann eine Großmutter in Tansania sich und ihre Enkelkinder einen Monat lang ausreichend ernähren. Deine Hilfe kommt also genau dort an, wo sie am dringendsten gebraucht wird.

Wenn du möchtest, teile meine Aktion gerne mit deinen Freund\*innen, damit wir uns gemeinsam für ältere Menschen in Afrika stark machen können. Jede weitere Spende zählt!

Vielen Dank für deine Großzügigkeit und dein Vertrauen!

Liebe Grüße,

[Dein Name]

### Beispiel 6 (Danke):

Liebe\*r [Name],

herzlichen Dank für deine Unterstützung meiner Teilnahme am BMW Berlin-Marathon! Mit deinem Beitrag zur Initiative „Jede Oma zählt“ unterstützt du ältere Menschen im östlichen Afrika zielgerichtet und wirkungsvoll.

Mein Lauf rückt nun immer näher. Deshalb möchte dich gerne noch einmal um deine Hilfe bitten: Falls du jemanden kennst, der diese Aktion unterstützen möchte, würde ich mich freuen, wenn du mein Engagement mit der Person teilen würdest. Jede Spende hilft Großeltern in Ländern wie Tansania oder Äthiopien eine lebensnotwendige Versorgung zu ermöglichen.

Nochmals ein riesiges Dankeschön!

Hier ist der Link zur Aktion, falls du sie weiterleiten möchtest: [Link zu deiner Spendenaktion]

Viele liebe Grüße und bis bald,

[Dein Name]