

Junges Jahres



Kostenlose Zeitung von Senioren (nicht nur) für Senioren



Prominenten-Interview mit dem Architekten Torsten Heumann:
Er berät beim seniorengerechten Umbau von Wohnungen

Titelgeschichte:
Die Hasper Talsperre – ein Juwel reinsten Wassers

Ehrenamt:
Hilfe bei Behördengängen

Veranstaltungskalender Juli – November 2012





PREISAKTION BEI GEBRÜDER NOLTE

20% NACHLASS FÜR MENSCHEN MIT HANDICAP.



Wir leben Autos.

Entscheiden Sie sich jetzt für einen Neuwagen von Opel und sichern Sie sich den attraktiven Rabatt für Menschen mit Handicap. Wir bieten allen Inhaber eines Schwerbehinderten-Ausweises ab einem Grad der Behinderung von 50% einen Nachlass von 20 % auf die unverbindliche Preisempfehlung der Adam Opel GmbH. Darüber hinaus bieten wir Ihnen Sonderumbauten z.B. für Rollstuhlfahrer an. Sprechen Sie uns an, wir beraten Sie gern.

Abbildungen können Sonderausstattungen zeigen.

Jetzt Probe fahren!

Gebrüder Nolte
GmbH & Co. KG
www.nolte-gruppe.de

Konrad-Adenauer Ring 32
58135 Hagen
02331 1270-60

Hohe Steinert 3
58509 Lüdenscheid
02351 66823-20

Am Ostentor 1
58239 Schwerte
02304 24036-0

Reichshofstraße 21
58239 Schwerte
02304 6555

Mendener Straße 17-23
58636 Iserlohn
02371 7905-0

Giesestraße 16
58636 Iserlohn
02371 9770-0

Pflegewohnstift Harkorten



NEU-Eröffnung



- 80 Pflegeplätze, 90% Einbettzimmer
- 34 Seniorenwohnungen
- spezieller Dementenwohnbereich
- Bistro/Cafe, Terrasse, Garten uvm.

Qualifizierte pflegerische und soziale Betreuung. Komfortable und wohnliche Ausstattung, helle Zimmer mit eigenem Vorflur und pflegerechten Duschbädern sowie TV- und Telefonanschluß. Eigene Möblierung selbstverständlich möglich.

Überzeugen Sie sich selbst und besuchen Sie uns:

CMS Pflegewohnstift Harkorten

Harkortstr. 74
Tel.: 02331-1093-0

58135 Hagen-Haspe
www.cms-verbund.de

Guten Tag ...

... für die Sommerausgabe von Junges Altes Hagen haben wir die Hasper Talsperre zur Titelgeschichte gewählt. Ein wunderschönes Ausflugsziel, ein Ort mit Geschichte und ein Gegenstand hartnäckiger politischer Auseinandersetzungen – was wollen Zeitungsmacher mehr? Werner Sieling aus Haspe übergab uns die Liste einer unendlichen Geschichte rund um das Trinkwasser aus der Talsperre. Seine Chronik beginnt 2002, als die Bezirksvertretung Haspe erstmals über die zukünftige Nutzung der Talsperre diskutierte – ohne Beschlussfassung. Seitdem wollten die Gerüchte nie verstummen, dass das Wasserwerk an der Talsperre nicht saniert werden sollte. Ausweichmanöver, Fragen nach verbauten Landesmitteln, Verzögerungen bestimmten die Debatte. Ende 2006 sollte die Wassergewinnung wieder starten, dann Ende 2008, dann hieß es wieder: „Die Sanierung der Wassergewinnung rückt in weite Ferne.“ Jetzt scheint so langsam sicher zu sein, dass die Talsperre ab 2013, spätestens Anfang 2014 wieder als Trinkwasser-Reservoir dienen kann. Das hatte NRW-Umweltminister Rammel Anfang des Jahres Werner Sieling in einem Brief zugesagt, und so war es auch letzten Presseberichten zu entnehmen.



Nachdem die Linie 11 eingestellt worden war, diente ein Straßenbahnwagen noch lange als Kiosk.

Unsere letzte Ausgabe sorgte bei der Gedächtnistrainerin Brigitte Schmittat für Verwunderung. Wir hatten eine ihrer Trainingsaufgaben veröffentlicht – und wirklich haben ihr viele Leserinnen und Leser, die sie aus ihren Kursen kennen, ihre Lösungen zugeschickt. Obwohl es doch gar nichts zu gewinnen gab! Nun, auch in dieser Ausgabe findet sich eine Aufgabe, an der sich graue Zellen warm laufen können.

Wir wünschen viel Freude beim Lesen der Zeitung! Und laden herzlich zum Mitmachen ein.

Wir treffen uns an jedem zweiten Mittwoch eines Monats um 10 Uhr im Sozialen Rathaus am Berliner Platz, Raum D 123.

Das Team:

Edith Brechtefeld, Gerd Eichborn, Christa Heine, Rita Hesse, Lothar Kasper, Hans Klapper, Helmut Korte, Barbara Lazaris, Maria Liley, Gerd Lorenzen, Rosmarie Melchert, Peter Nöldner, Ruth Sauerwein, Martina Thurai



Werner Sieling engagiert sich hartnäckig für den Erhalt der Hasper Talsperre als Trinkwasser-Lieferant und ist auch anderweitig politisch aktiv. Außerdem betätigt er sich als Heimatforscher. Zum Beispiel stellte er ein kleines Heft zusammen über alle bisherigen Hagener Bürgermeister.

Zu unserem Titelfeld

Am 11. Oktober 1904 wurde die Hasper Talsperre nach dreijähriger Bauzeit feierlich eingeweiht. Der Bau ging zurück auf eine Initiative der Hammerwerksbesitzer am Hasper Bach. Sie wollten sich für die heißen Sommermonate, wenn das Wasser spärlich floss, bessere Arbeitsmöglichkeiten schaffen. Zugleich sollte die Versorgung der Hasper Bürgerinnen und Bürger mit Trinkwasser verbessert werden. Bis 1934 lieferte die Talsperre werktäglich mindestens 9000 cbm Wasser für die unterhalb ansässigen Triebwerksbesitzer.

Sie ist eine von 14 Talsperren im Flusssystem der Ruhr. Die Talsperre befindet sich im Besitz der Mark E (vorher Stadtwerke Hagen). 1991 wurde die Staumauer aufwändig saniert. Die Modernisierung des Wasserwerks zieht sich bis heute hin. Weit über Hagen hinaus bekannt ist die Lachszuchtstation am Fuße der Staumauer. Im Internet ist dazu auch ein kleiner Film zu finden (einmal unter Lachszucht Hasper Talsperre googeln).

Fotos: Gerd Lorenzen

Meier Haus- und Grundverwaltung GmbH

Hilgenland 5, 58099 Hagen, Tel 02331/96980, Fax 969713

www.wohnen-in-hagen.de E-Mail: info@wohnen-in-hagen.de

Wir sind für Sie da: Mo-Do 8:00 - 17:00 Fr 8:00 - 14:00 Uhr



Komfortable gepflegte Mietwohnungen

- ☑ Barrierefreier Zugang und Aufzug
- ☑ Flurreinigung und Hausmeister-Service
- ☑ Seniorengerechte Badezimmer

Wohnen mit Mehrwert

Bei uns finden Sie Seniorenwohnungen mit bewährtem Betreuungskonzept. Dabei arbeiten wir mit verschiedenen Kooperationspartnern zusammen, die Ihnen von Umzugsservice und Renovierungshilfe bis zur Pflege/Hausnotruf und mobilem Mittagstisch jeden gewünschten Komfort bieten.

Profitieren Sie von unserer langjährigen Erfahrung in Verwaltungs-Dienstleistungen. Das beginnt mit umfangreicher Beratung und begleitender Betreuung und schließt Winterdienst, Gartenpflege, Treppenhausreinigung und technischen Bereitschaftsdienst durch eigene Haustechniker ein.

Wir bieten auch **betreutes Wohnen im Bestand** an. Wenn Sie dieses Angebot nutzen wollen, gewährleisten wir eine altersgerechte Renovierung von Bad/Wohnung.

Rufen Sie uns an, um sich unverbindlich zu informieren.

Meier Haus- und Grundverwaltung GmbH
Hilgenland 5, 58099 Hagen, Tel: HA - 96980



Zeppelinweg



Feithstraße



Schwerter Str.



Hilgenland 3



Villosa-Karrée

Guten Tag	3
Zu unserem Titelbild	3
Unser Prominenten-Interview	
■ Der Architekt Torsten Heumann berät beim seniorengerechten Umbau von Wohnungen	6
Titelgeschichte	
■ Die Hasper Talsperre: Ein Juwel reinsten Wassers	8
Wohnen im Alter	
■ Wo sollen arme Alte wohnen?	10
■ Neue Broschüre „Senioren- und behindertengerechtes Wohnen“ in Hagen erschienen	11
Soziales	
■ Seniorencoach: Hilfestellung auf dem Weg in den „Ruhestand“	12
■ Ehrenamtliche helfen: Keine Angst vor Anträgen und Formularen	13
■ Das Seniorenbüro hat ein neues Gesicht	14
Jung und Alt	
■ Leih-Oma – was ist denn das?	15
■ Das „Haus für Kinder“ feierte 5. Geburtstag	16
Gesundheit	
■ Wirst Du da sein? Ambulanter Hospizdienst sucht Ehrenamtliche	17
■ Seniorensport hält fit	18
■ Gedächtnistraining	18
Hobbies	
■ Himbeeressig selber machen	19
■ Ein Jahr Theater an der Volme	20
■ Wandern – Genuss und Entspannung pur	21
■ Musikschule und VHS für Seniorinnen und Senioren	21
Gedichte und Dönekes	
■ Karl May: „Wenn ich mich nicht irre, hihhi...“	22
■ Gedicht „Der Urlaub“	24
■ Gedicht „Vom Frühling in den Sommer“	24
■ Kindermund	24
Veranstaltungskalender	27–42
Impressum	25



Wir freuen uns auf Sie!

- langjährige Erfahrung
 - Senioren- Urlaubsreisen/Tagesausflüge
 - Seniorensport
 - orthopädiotechn. Sprechstunde
 - individuelle Pflege-Schulungen
 - Vorträge zu aktuellen Themen
 - Schwerpunkt Diabetologie u. Wundversorgung
- ...denn häusliche Pflege ist Vertrauenssache!

Hagen – Dortmund – Lünen
Tel.: 0 800/1 70 80 90 • www.ovital-pflege.de



Rosmarie Melchert (Text) und Gerd Lorenzen (Fotos)

Keine Angst vorm neuen Bad!

Torsten Heumann hilft, in den eigenen vier Wänden alt zu werden

Ich komme nicht gern zu spät zu einem Termin. Aber das „Navi“ verweigert die Eingabe „Handwerkerstraße“. Ein Anruf im Büro von Torsten Heumann verschafft mir nähere Hinweise zum Standort der Wirtschafts- und Servicegesellschaft des Handwerks (WSGH). „Eugen-Richter-Straße 110“ müsse ich eingeben, bedeutet mir die Dame im Büro, und ihre Stimme klingt, als ob sie diese Auskunft des Öfteren geben muss. Und richtig. Wie oft bin ich an der Einfahrt zur Handwerkerstraße vorbei gefahren, nicht wissend, dass sich in den dort angesiedelten Gebäuden sozusagen das geballte Know-how der Hagener Handwerkerschaft befindet.



Torsten Heumann ist engagiert bei seiner Aufgabe. Er bedauert, dass im Studium das Thema Umbau im Bestand immer noch eine untergeordnete Rolle spielt. Gelegentlich kommen Studenten vorbei, um sich zu informieren. Von Zeit zu Zeit ist Herr Heumann auch als Referent für die Deutsche Bundesumweltstiftung, die Architektenkammer oder bei zahlreichen Veranstaltungen in der Region tätig. So gibt er seine Erfahrungen weiter.

*Im Zivildienst erfahren,
was Barrieren bedeuten*

Das Team-Werk-Haus, in dem wir mit Torsten Heumann verabredet sind, zeigt außen und innen – wie es im Flyer heißt – eine Vielfalt an Baukonstruktionen, Materialien und haustechnischen Einbauten. Die so geschaffene „Villa Kunterbunt“ gibt auf anschauliche Weise für Verbraucher wie für Fachleute Anregungen, wie bauliche Probleme sinnvoll gelöst werden können. Denn das ist das Anliegen der WSHG: Bauen, Sanieren und Gestalten, um so unter anderem barrierefreie oder seniorengerechte Wohnungen zu schaffen. Der Mann, der dieses Wissen an die Kunden bringt, kommt die Treppe hoch gestürmt. Er habe noch einen Außentermin gehabt, erzählt er – nur ein wenig atemlos. Bei diesem beeindruckenden Auftritt drängt sich die Frage auf, wie er sich so fit hält.

„Ich tobe gern mit meinen beiden Töchtern (10 und 13). Dann ist da noch der große Garten, da fällt immer Arbeit an. Außerdem steht Tischtennis auf dem wöchentlichen Trainingsprogramm. Seit zwei Bandscheibenvorfällen gehe ich behutsamer mit meiner Gesundheit um.“

Torsten Heumann, der 1968 geboren wurde, hat an der Fachhochschule in Hannover Architektur studiert (Diplom 1993).

„Fachhochschulen sind praxisorientierter als Universitäten. Aber von barrierefreiem Bauen haben wir auch dort wenig erfahren. Diese Sparte spielt in der Ausbildung von Architekten immer noch eine untergeordnete Rolle, obwohl der Bedarf stetig wächst. Ich bin eigentlich aus Zufall zu diesem, meinem Thema gekommen. Nach dem Studium wurde ich zur Bundeswehr einberufen. Ich wählte stattdessen den Zivildienst, den ich in einer Werkstatt für Behinderte in Iserlohn, und zwar im Schwerbehindertenbereich, ableistete. Das hat mir menschlich sehr viel gegeben. Wenn ich nicht schon einen Beruf gehabt hätte, wäre ich in dieser Behindertenarbeit geblieben. Aber es hat sich dann doch zusammengefügt: Das Wissen, mit welchen Barrieren körperlich Behinderte täglich konfrontiert werden und welche Lösungsmöglichkeiten die Architektur anbieten kann. All das kann ich nun hier seit 2002 in der Wirtschafts- und Servicegesellschaft umsetzen.“

Barrierefrei, seniorengerecht – wo liegt denn da der Unterschied, wollen wir wissen.

„Barrierefrei heißt, dass die Wohnung und das Umfeld wirklich völlig barrierefrei sind – nicht nur für Rollstuhlfahrer, sondern zum Beispiel auch für Blinde und Gehörlose. Bei Förderung solcher baulicher Vorhaben mit Landesmitteln muss man sich sehr genau an die Vorgaben halten. Also 80 cm breite Türen, unterfahrbares Waschbecken, nach außen aufgehende Türen im Bad, ebenerdige Duschtasse, freier Zugang ins Haus und in die Wohnung, Sprechdurchsagen im Aufzug etc.“

Seniorengerecht bedeutet, es muss nicht hundertprozentig barrierefrei sein. Es geht darum, Wohnraum an die Gegebenheiten anzupassen und an den konkreten Bedarf des betreffenden Auftraggebers. In solchen Fällen, die eigentlich die üblichen sind, gibt die KfW-Bank zinsgünstige Darlehen für einzelne Förderbausteine. Da spielt es zum Beispiel keine Rolle, wenn sich die Wohnung im dritten Stock ohne Aufzug befindet, während Landesmittel zum Beispiel nur gewährt werden, wenn die Wohnung im Erdgeschoss liegt bzw. mit einem Aufzug erreicht werden kann.

„Ich berate Kunden zu den Fördermöglichkeiten, bereite Förderanträge vor, mit denen der Kunde zu jeder Bank gehen kann. Die Zinsen für KfW-Förderleistungen sind bundesweit gleich.“

Während Torsten Heumann erzählt, schaue ich fasziniert auf seine Gestik und Mimik. Man sieht ihm an, dass er mit viel Engagement und Freude bei der Sache ist. Das kommt sicher gut bei seinen Kunden an, schafft Vertrauen und auch Zuversicht. Er hat es schließlich mit Menschen zu tun, die durch Alter, Krankheitsfolgen und Behinderung gezwungen sind, ihr Umfeld zu verändern. Und die solche Veränderungen als starke Belastung empfinden.

„Da kommt vielleicht eine Frau, deren Mann einen Schlaganfall hatte. Wenn er wieder aus der Reha kommt, soll das Badezimmer umgebaut sein – da stehe ich rundum beratend bei. Zum Vertrauensverhältnis gehört, dass ich Kunden manchmal auch von Dingen abbringen muss, die sich auf Dauer als störend herausstellen werden, zum Beispiel farbige Kacheln im Badezimmer. Wir beraten und begleiten den Kunden während der gesamten Umbauphase, verhandeln mit den Handwerkern, beraten bei den Gewerken. Dieses Angebot besteht seit etwa acht Jahren und wird zu 95 Prozent von Privatleuten genutzt. Wir arbeiten in diesem Zusammenhang auch eng mit der Wohn- und Pflegeberatung der Stadt Hagen zusammen.“



Torsten Heumann hat die „Villa Kunterbunt“ mitgeplant und ist als erster hier – noch allein – eingezogen. Inzwischen arbeiten sechs Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter für die WSHG. Die Dienstleistungen der Gesellschaft erstrecken sich von Verbraucherberatungen bis zu Leistungen ähnlich eines Architekturbüros.

Umbau im Bestand wird eine drängende Zukunftsaufgabe

Dieser umfassende Service ist sicher nicht kostenlos. Wie sieht die Bezahlung aus?

„Umsonst ist unser Dienst natürlich nicht. Meistens mache ich eine Pauschale aus, damit der Kunde mit einem festen Betrag rechnen kann. Von der Bausumme gehen acht bis zehn Prozent an unsere Firma. Handelt es sich zum Beispiel um eine Bausumme von 10.000 €, nehmen wir etwa 1000 € für unsere Serviceleistung.“

Hat seine Arbeit als Architekt sichtbare Spuren in Hagen hinterlassen? Torsten Heumann stutzt ein wenig bei der Frage.

„Spuren? Von meiner Arbeit sieht man wenig, weil sich die meisten Baumaßnahmen in den Häusern befinden. Aber einer unserer Aufträge, der zugleich eine große Herausforderung war, war die Sanierung des Hagener Theaters zum 100. Geburtstag. Da war ganz schön viel zu tun. Ein Problem war unter anderem die Farbe des Anstrichs. Aber wie es jetzt wieder im neuen Glanz erstrahlt – das anzuschauen ist mir eine große Freude.“



DR. BÄCKER • DR. DOHNAU
NOTAR • RECHTSANWÄLTIN • FACHANWÄLTIN • STEUERBERATUNG



- Testamente
- Nachfolgegestaltungen
- Erbschaftsteuer
- Vorsorgevollmachten
- Patientenverfügungen
- Erbstreitigkeiten

RA u. Notar Dr. Roland M. Bäcker
 Fachanwalt für Steuerrecht
 Fachanwalt für Handels- u. Gesellschaftsrecht
 Weiterer Schwerpunkt: Erbrecht
 Bahnhofstr. 28, 58095 Hagen, Tel.: 02331/1099-0



**beraten
betreuen
begleiten**

Frankfurter Str. 63
Hagen-Mitte
Voerder Str. 2a
Hagen-Haspe

0 23 31
2 22 20

Als Dienstleistungsunternehmen fühlt sich unser Familienbetrieb für alle Fragen rund um die Bestattung verantwortlich. Wir sehen es als unsere Aufgabe, trauernden Menschen umfassend zu helfen und gehen gerne auf individuelle Wünsche ein und...

- ... beraten Sie bei der Wahl der Bestattungsart und der Grabstelle
- ... legen für Sie nach Absprache Termin der Trauerfeier fest
- ... beraten Sie bei der Auswahl der Dekoration der Trauerhalle
- ... stellen für Sie den Kontakt zwischen Pfarrer oder Trauerredner her
- ... regeln für Sie die notwendigen Formalitäten und vieles mehr.

Hauseigene Andachtshalle
und Aufbahrungsräume

www.voeste-bestattungen.de

voeste

BESTATTUNGEN

VERTRAUEN SEIT GENERATIONEN®

Maria Liley (Text) und Gerd Lorenzen (Fotos)

Ein Juwel reinsten Wassers

Vor 110 Jahren wurde die Hasper Talsperre gebaut



Die Hasper Talsperre und ihre Umgebung sind ein beliebtes Wanderziel.

Im zarten Kindesalter bin ich mit meinen Eltern mit der Straßenbahn, der legendären Linie 11, ins Grüne gefahren, denn als Naherholungsgebiet ist die Hasper Talsperre seit langem beliebt. Sie wird gespeist vom Hasperbach, der sie durchfließt und in Haspe in die Ennepe mündet.

des zu verdanken haben. Professor Intze regte als erster an, Talsperren nicht nur zur Energiegewinnung, sondern gleichzeitig als Trinkwasserspeicher und zum Hochwasserschutz zu nutzen. Die Intzestraße in Haspe ist nach ihm benannt, bezeichnenderweise als Nebenstraße der Straße „Am Karweg“ direkt gegenüber der ehemaligen Hasper Hütte.

Erbaut wurde die Talsperre in den Jahren 1901–1904 im Auftrag der Stadt Haspe nach den Plänen des Ingenieurs Prof. Dr. Otto Intze. Er galt als Pionier des Talsperrenbaus, dem wir auch die Gründung des Ruhrtalsperrenverband-

Die fortschreitende Industrialisierung Ende des 19. Jahrhunderts war Anlass für den Bau der Talsperre. Durch die Schwerindustrie kamen immer mehr Arbeitsuchende nach Haspe – zum Beispiel aus Belgien (mein Großvater mit

seinen Eltern), der private Wasserbedarf stieg also enorm an; aber auch die Unternehmen selbst benötigten das Wasser zur Energie-Erzeugung.

Bis in die 1930er Jahre hinein (Haspe war inzwischen Teil der Stadt Hagen geworden) versah die Talsperre daher nicht nur die Bevölkerung mit Trinkwasser; die Triebwerksbesitzer, die sich unterhalb der Sperre angesiedelt hatten, wurden zusätzlich an den Werktagen mit 9000 Kubikmeter Wasser beliefert.

Wasser aus der Talsperre – die unendliche Geschichte

Seit 1934 diente die Sperre ausschließlich der Trinkwasserversorgung für das Hagener Stadtgebiet. Allerdings: im Augenblick kommt das Wasser aus unseren Wasserhähnen aus der Ruhr, denn nach der Sanierung der Staumauer in den 90er Jahren ist kein Trinkwasser mehr für die Hagener Haushalte aufbereitet worden. Angesichts der Umweltskandale der letzten Jahre, die auch die Wasserqualität der Ruhr beeinträchtigt haben, ist die Versorgung mit sauberem Trinkwasser dringend erforderlich (die Zeitungen berichteten zu dem Thema zuletzt Anfang des Jahres über durch Viren belastetes Ruhr-Trinkwasser – lecker!!).

Es erscheint wie eine „unendliche Geschichte“: seit 2002 wird über die zukünftige Nutzung der Hasper Talsperre diskutiert. Die Trinkwasseraufbereitung wird durch die Besitzerin, die Mark E, eingestellt (2002). Aber die Hasper Bürger stehen hinter „ihrer“ Talsperre: eine Unterschriftenaktion erbringt 1800 Unterschriften für den Erhalt des Wasserwerkes der Hasper Talsperre. 2005 heißt es: die Wassergewinnung soll Ende 2006 starten. Nun, immerhin rund zehn Jahre nach Beginn der Diskussion, sieht es so aus, als gäbe es doch noch ein gutes Ende der Geschichte: Ende Juni berichtete die „Westfälische Rundschau“, dass der neue Hochbehälter an der Talsperre in Betrieb genommen wurde. Nun sollen die Hagener ab 2013 wieder mit sauberem Hasper Wasser versorgt werden können. Die Hasper





*Die legendäre Linie 11. Im November erscheint im Ardenku-Verlag das Buch „Bitte umsteigen – mit der Linie 11 ins Grüne“ vom Verein Bergische Museumsbahnen. Über den Viadukt führt heute ein Wanderweg.
Foto: Archiv der Hagener Straßenbahn*

Bürger haben lange dafür gekämpft – hoffen wir, dass der Zeitplan diesmal wirklich eingehalten wird!

Die Geschichte der Hasper Talsperre ist natürlich auch die Geschichte der inzwischen „sagenhaften“ Straßenbahnlinie Nr. 11. Die Anbindung der Industrieunternehmen im Hasperbach erforderte die Einrichtung einer Schmalspurtrasse, und Anfang des 20. Jahrhunderts befuhr eine Dampfeisenbahn erstmals die Strecke Haspe – Voerde, im Jahr 1907 wurde die Verbindung bis Breckerfeld weitergeführt. Allerdings gab man den Personentransport bereits 1921 auf, weil er einfach nicht rentabel war; der Güterverkehr lief noch bis in die 1920er Jahre.

Ein Ausflug zur Talsperre lohnt sich immer!

Um die Ortschaften im Hagener Umkreis an die Stadt anzubinden, nahm die Hagener Straßenbahn ab 1927 den Personenverkehr wieder auf und immerhin: bis 1963 fuhr die Straßenbahn mehrmals täglich über Voerde nach Breckerfeld. Nun, bis nach Breckerfeld fährt die Linie 511 (so heißt sie heute) zwar nicht mehr, aber „unsere“ Talsperre ist immer noch gut zu erreichen, ein Ausflug dorthin lohnt sich wirklich. Wir Hasper können ab Schützenhof auf dem alten Straßenbahnweg und dann über das Straßenbahn-Viadukt zu Fuß zum Ziel gelangen. Wer nicht mehr ganz so gut zu Fuß ist, nimmt den Bus (511!!) bis zum Beginn des Talsperrenwegs (Haltestelle „Beuke“). Von hier

läuft man etwa 30 Minuten bis zum Waldrestaurant Plessen, direkt am alten Straßenbahn-Viadukt. Ich kenne die Gaststätte noch aus meiner Kindheit, hier gab es Kaffee und Kuchen für die „Großen“ und Sinalco und Kuchen für's Kind. Danach ging es einmal um die Sperre und dann mit der Bahn zurück nach Haspe. Für die Wanderer hat die Gegend um die sehr idyllisch gelegene Talsperre auch allerhand zu bieten. Es gibt einen etwa 5 km langen Rundweg, mit sehr schönen Ausblicken auf die Höhen ringsum und natürlich auf den malerischen Stausee. Von hier aus zweigen auch etliche Wanderwege ab, zum Beispiel nach Zurstraße über den kleinen Flugplatz Wahn oder ganz locker nach Voerde, wo man hervorragend zu Abend essen kann.

Die Lachsaufzuchtstation

Im Jahr 2001 gründete sich der Verein „Der Atlantische Lachs e.V.“, der sich europaweit für die Erhaltung und Wiederansiedelung der Lachse engagiert. Seitdem befindet sich an der Hasper Talsperre eine Lachsaufzuchtstation mit dem Ziel, diese Fischart in unseren Flüssen wieder heimisch zu machen. Der Lachsbestand in Fließgewässern ist in den letzten Jahren sehr zurück gegangen. Das liegt teils an der Verschmutzung durch die Industrieabwässer, teils an Umweltkatastrophen, an der Verbauung der Lachswanderwege zu den Laichgewässern und der Zerstörung natürlicher Lebensräume. Inzwischen bieten die Gewässer wieder bessere Lebensbedingungen. Europaweit vernetzte Lachsaufzuchtstationen arbeiten daran, durch jährlich neu ausgesetzte Junglachse den Bestand zu sichern. Nach Befruchtung und Brutzeit werden die jungen Lachse gehegt und gepflegt bis sie die für das Aussetzen erforderliche Größe haben. Dann werden sie gekennzeichnet und in der Ruhr oder anderen Nebenflüssen des Rheins ausgesetzt. Sie wandern durch Rhein und Nordsee zum Teil sogar bis nach Grönland. An den Ort ihrer Aussetzung zurückgekehrt, bleibt ein Teil in Freiheit, ein Teil wird zurück zur Aufzuchtstation an der Hasper Talsperre gebracht. Hier beginnt nun der Kreislauf von Befruchtung, Aufzucht und Aussetzung aufs Neue. ■



Lachsaufzuchtstation

Ruth Sauerwein

Wo sollen „arme Alte“ wohnen?

Altersarmut braucht Antworten auf dem Wohnungsmarkt /

Interview mit Regina Korn, stellvertretende Ressortleiterin des Ressorts Wohnen

In Hagen werden zunehmend seniorengerechte Wohnungen gebaut. Ist der Wohnungsmarkt also auf den demografischen Wandel vorbereitet? Für eine wachsende Zahl alter Menschen offenkundig nicht, wie eine Untersuchung des Pestel-Instituts Anfang des Jahres aufzeigte. Danach braucht Hagen bis 2030 etwa 3.000 altersgerechte Wohnungen für Menschen mit niedriger Rente. JAH fragte im Wohnungsamt nach, ob und wie die Stadt auf diese Herausforderung reagieren kann. Ruth Sauerwein sprach mit Regina Korn.

JAH: Welche Möglichkeit hat die Stadt, auf den Bau entsprechender Wohnungen hinzuwirken?

Regina Korn: Die Stadt unterstützt die Bemühungen der Investoren, altengerechten und barrierefreien Wohnraum zu schaffen. Sie berät die Investoren entsprechend. Darüber hinaus nimmt die Stadt Hagen zahlreiche Gelegenheiten wahr, über die vorhandenen Möglichkeiten zu informieren – zum Beispiel auf Veranstaltungen wie die von Hofnagel und Bade, der Sparkasse, Ausstellungen in der Volmegalerie. Es gibt eine Broschüre, die die vorhandenen Möglichkeiten über senioren- und behindertengerechtes Wohnen aufzeigt. JAH: Hat die Stadt auch Wohnungsbauvereine und Gesellschaften auf dieses Problem angesprochen?

Regina Korn: Die Wohnungsgesellschaften werden regelmäßig zu unseren Veranstaltungen eingeladen, zum Beispiel zum Arbeitskreis Wohnen und Leben auf Emst. Die Wohnungsgesellschaften sind nicht in dem gewünschten Maße aufgeschlossen für das Thema. Wir informieren über die Möglichkeiten der Neubauförderung, aber auch über BestandsInvest. Diese Fördermittel werden nicht immer im entsprechenden Umfang abgenommen, auch seitens der hagewe nicht.

JAH: Das Wohngeld ist eine Möglichkeit, Menschen mit niedrigen Renten zu unterstützen. Wie viele WohngeldempfängerInnen gibt es in Hagen und wie hoch fällt die Unterstützung aus?

Regina Korn: Zum 31.12.2011 gab es in Hagen etwa 2.500 Haushalte, die Wohngeld bezogen haben. Davon waren etwa 750 Haushalte mit Rentenabkommen. Diese Zahl sinkt allerdings stetig, da die Einkommensgrenzen beim Wohngeld

sehr niedrig sind (889 Euro brutto/800 Euro netto für einen Einpersonenhaushalt; 1.222 Euro brutto/1.100 Euro netto bei einem Zweipersonenhaushalt). Jede noch so geringe Rentenanpassung wirkt sich wohngeldmindernd aus.

Das durchschnittliche Wohngeld lag 2011 bei 70 Euro. Bei Einpersonenhaushalten liegt die Spanne zwischen 10 Euro bis 285 Euro. Die zu berücksichtigende Miete (inklusive Betriebskosten, ohne Heizkosten) für einen Einpersonenhaushalt wird in Höhe von 330 Euro in Ansatz gebracht.

JAH: Können Wohngemeinschaften oder Quartierskonzepte einen Ausweg bringen?

Regina Korn: Wohngemeinschaften sind als Idee gut. Theoretisch können sich viele dafür begeistern. In der Praxis findet man sie in Hagen aber kaum vor. Die jetzt alte Generation ist dafür – noch – nicht aufgeschlossen. In Sachen Quartierskonzepte: Die Stadt Hagen hat verschiedene Quartiere im Fokus. Die Aufgeschlossenheit der älteren Bürgerinnen und Bürger für Hilfestellung durch die Stadt ist jedoch nicht immer groß. So wird die Idee einer Wohnungstauschbörse bisher nicht sehr begeistert angenommen.



Regina Korn an ihrem Arbeitsplatz.

Neue Broschüre hilft bei Wohnungssuche

Betreutes Wohnen, Servicewohnen, seniorengerecht, barrierefrei – die Vielfalt der Begriffe ist verwirrend für diejenigen, die im Alter eine bequeme, praktische Bleibe suchen. Die Broschüre „Senioren- und behindertengerechtes Wohnen“ der Wohn- und Pflegeberatung der Stadt Hagen soll hier eine Orientierungs- und Entscheidungshilfe liefern. Es wird erklärt, was sich hinter den verschiedenen Begriffen verbirgt. Und bei der Vorstellung der zur Zeit bestehenden Wohnanlagen wird genau aufgelistet, mit welchem Angebot Interessierte rechnen können, was im Mietpreis enthalten ist und wofür zusätzlich gezahlt werden muss. Die Broschüre gibt es im Sozialen Rathaus am Berliner Platz, in Bürgerämtern und Begegnungsstätten. Außerdem ist sie im Internet zu finden.

Informationsveranstaltung am 4. Oktober

Das Seniorenbüro plant für den 4. Oktober eine Informationsveranstaltung zum Thema „Wohnen im Alter“. Sie findet statt in der ersten Etage des Rathauses II (Soziales Rathaus), Berliner Platz 22 in der Zeit von 15 Uhr bis 17 Uhr. Themen sind unter anderem die neue Broschüre, Umbau einer bestehenden Wohnung, Umzug in eine seniorengerechte Wohnung, finanzielle Förderungen. Außerdem wird eine Ausstellungsküche mit einigen vorhandenen Hilfsmitteln vorgestellt.



DR. AXEL KRACKE

MOBILE ZAHNMEDIZIN



- **Kostenloses Patiententaxi**
- **Seniorenheim- & Hausbesuche**

Unser Service für Gehbehinderten und Senioren

Rufen Sie uns einfach an:
Telefon (02331) 95 66-0

Cunostraße 46a
58093 Hagen-Emst
www.patientenmobil-hagen.de



Krankenfahrten



0 23 30 / 28 38

- Dialyse- und Strahlenfahrten
- Verlegungsfahrten im In- und Ausland
- Fahrten zum Arzt und zu ambulanten Behandlungen

Funk-Taxi vor der Brück

Hagen 0 23 31 / 33 77 77
Herdecke 0 23 30 / 22 22

- Rollstuhlfahrten
- Clubfahrten bis 17 Personen
- Flughafentransfer

Für alle Krankenkassen zugelassen

www.vor-der-brueck.de
seit über 40 Jahren

Hilfestellung auf dem Weg in den „Ruhestand“

Rainer Brkowski ist Seniorencoach. Der Abiturientin Viviane Tomm erzählte er, was das heißt

Rainer Brkowski strahlt eine Ruhe und Gelassenheit aus, die Alltags-sorgen und Probleme vergessen lässt. Wenn er redet, hört man gerne zu und möchte gern mehr erfahren. Der 56-jährige Diplom-Ingenieur arbeitet in einem großen Stahlkonzern als Elektrotechniker. Nebenbei war er auch noch 30 Jahre bei der Evangelischen Jugendbildungsarbeit (JBA) tätig. Durch diese Tätigkeit kann er sich gut in junge und alte Menschen hineinversetzen.

Was macht ein Seniorencoach? Wie läuft diese Ausbildung ab? Kann jeder Mensch diesen Beruf anstreben?

Seine Motivation erlangte er unter anderem durch seine Berufstätigkeit an seinem Arbeitsplatz, als er mitbekam, wie verunsichert Menschen vor ihrem Renteneintritt durch Altersteilzeit, Sozialpläne usw. sind. Daher kam ihm die Idee, dass jemand diesen Menschen helfen müsse.

Ein Seniorencoach versucht, gemeinsam mit RentnerInnen und Menschen, die kurz vor ihrem Renteneintritt stehen, ihr Leben nach der Arbeit neu zu gestalten. Der Seniorencoach sucht mit seinem Klienten Möglichkeiten, die dieser auch noch nach seinem Arbeitsleben hat. Wie will er seinen Ruhestand gestalten? Was haben ihm oder ihr die letzten Jahre gebracht? Ergeben sich daraus neue Perspektiven? Gemeinsam klären sie Fragen wie: Habe ich alles erreicht, was ich mir vorgenommen habe? Was möchte ich noch alles machen, was gibt es an unerledigten oder ungeklärten Dingen in meinem Leben? Die Klienten sollen

einen neuen Blick auf ihr Leben und das Erreichte gewinnen. Zudem sollen sie sich vor Augen führen, was sie noch an Neuem schöpfen können.

Das Bild des Wanderers als Gesprächseinstieg

Im ersten Gespräch werden Formalien besprochen: Wie viele Gespräche sollen mindestens stattfinden? Welche Themen sollen angesprochen und nicht angesprochen werden? Wie viel kostet eine Stunde? Beim ersten Treffen versucht der Seniorencoach mit seinem Klienten über verschiedene Methoden ins Gespräch zu kommen: zum Beispiel über Bewegung oder Malen. Rainer Brkowski erklärte es mir an folgendem Bild: Ein Wanderer steht auf einem Berg. Nun wird überlegt, was der Wanderer alles in seinem Rucksack hat, wie es ihm geht, welchen Weg er zurückgelegt hat und welchen er noch gehen möchte. Der Senior kann nun Sachen beschriften, ausmalen oder ausfüllen. Über eine anschließende Betrachtung des Bildes kommen Seniorencoach und Klient miteinander ins Gespräch. Sie können besprechen, welche Entscheidungen mit welchen Wegen in Verbindung standen und stehen. Das Bild des Wanderers lässt sich auch ganz praktisch umsetzen, wenn der Senior gerne wandert. Gelangt man nun an eine Wegkreuzung denkt man darüber nach, welchen Weg man nehmen möchte und mit welchen Folgen zu rechnen ist. Nimmt man die Abkürzung oder doch lieber den längeren Weg, bei dem man aber mehr von der Natur sieht? Springt man über ein Hindernis oder geht man lieber langsam dran vorbei?

Lebenserfahrung ist wichtige Grundlage

Die Ausbildung des Seniorencoachs ist mit einem Betrag von 2.500 bis 3.000 € relativ teuer. Rainer Brkowski absolvierte seine Ausbildung in Bethel. Sie dauerte anderthalb Jahre und fand in fünf Blöcken von drei bis vier Tagen, praktischen Einheiten sowie Lehrcoaching zu den Standards der Deutschen Gesellschaft für Coaching (DGfC) statt. Die Teilnehmer waren zwischen 40 und 70 Jahren alt, drei von ihnen waren sogar bereits in Rente. Nach Abschluss seiner Ausbildung gab es in ganz Deutschland zehn Seniorencoachs.

Rainer Brkowski fügt hinzu: „Eigentlich kann jeder die Ausbildung absolvieren. Aber ich denke, dass man ein gewisses Mindestalter erreicht und auch Berufs- und Lebenserfahrung haben sollte.“ Aus zeitlichen Gründen kann Rainer Brkowski momentan seine Tätigkeiten als Seniorencoach nicht vollkommen ausschöpfen. Er hofft, dass dies aber bald mehr möglich sein wird.

Für ihn ist es sehr wichtig, dass die Atmosphäre bei den Begegnungen stimmt. Die Treffen können als Einzel- oder Gruppenmaßnahmen getroffen werden. Da seine Frau Physiotherapeutin ist, kann diese ihm bei Gesprächen mit Bewegungen sehr gut helfen, da sie das Ganze auch noch einmal auf einer anderen Ebene betrachtet. Er findet diese Ergänzungen sehr wichtig und ist daher glücklich, seine Frau auch bei dieser Aufgabe an seiner Seite zu haben. Sein Leitfaden für die Aufgabe als Seniorencoach? „Ich sollte wissen, welchen Weg ich gegangen bin und gehe, um zu wissen, wo ich ankomme.“

Rainer Brkowski und Viviane Tomm beim Interview. Viviane hat in diesem Jahr ihr Abitur gemacht. Sie engagiert sich als Seniorenhelferin und Sprachscout. Und dann hat sie uns gebeten, einen Artikel für die Seniorenzeitung zu schreiben. Das Gespräch mit Rainer Brkowski hat sie beeindruckt. Vor allem, weil er auch auf ihre Situation als Abiturientin eingegangen ist. Am Rande des Interviews sprachen sie darüber, welches Resümee nach zehn Jahren Schule gezogen werden kann und was Berufswahl bedeutet.



Keine Angst vor Anträgen und Formularen

Ehrenamtliche Hilfe für Seniorinnen und Senioren bei Behördenangelegenheiten

Das Formular für den Wohngeldantrag ausfüllen. Den Antrag auf Freistellung von Zuzahlungen bei der Krankenkasse einreichen. Da ist vom Finanzamt was gekommen – ich soll Steuern zahlen... Viele Seniorinnen und Senioren fühlen sich beim Ausfüllen von Anträgen oder beim Verständnis amtlicher Schreiben überfordert. Besonders, wenn keine jüngeren Angehörigen oder Nachbarn zur Stelle sind, um zu helfen. Jetzt hat sich in Hagen eine neue Gruppe von Ehrenamtlichen auf den Weg gemacht, um hier zu unterstützen.



Elke Becker, Claudia Knoepfel, Waldemar Richter und Ulrike Voigt engagieren sich ehrenamtlich. Sie helfen beim Ausfüllen von Anträgen und begleiten auch auf Wegen zu Behörden. Rechts im Bild Regina Hocke von der Wohn- und Pflegeberatung.

„Wir sind vier Mitarbeiter aus der Freien Evangelischen und der Evangelisch-Freikirchlichen Gemeinde Hagen und ehrenamtlich für Menschen in Hagen tätig. Dies geschieht überwiegend in Zusammenarbeit mit den Mitarbeiterinnen der Pflege- und Wohnberatung der Stadt. Der Fachbereich Jugend und Soziales hat unsere Initiative, uns für die älteren Mitbürger einzusetzen, gern aufgenommen. Dies soll unser Beitrag zum gesellschaftlichen Engagement über unsere Gemeindegemeinschaft hinaus sein.“

Bei unseren Besuchen geht es darum, mit den Senioren, Pflegebedürftigen, Blinden oder anderweitig Hilfebedürftigen, die kein familiäres oder sonstiges soziales Umfeld haben, bei den unterschiedlichsten Antragstellungen behilflich zu sein. Dazu gehört: Anträge auszufüllen und gegebenenfalls fehlende Unterlagen und Nachweise zu suchen bzw. zusammenzustellen. Dafür ist manchmal auch ein gemeinsamer Gang zu Banken, Ärzten oder Ämtern nötig. Hin und wieder wird auch die Begleitung zum zuständigen Sachbearbeiter gewünscht.“

Wie läuft der Einsatz ab? „Wir erhalten unseren Auftrag von den Mitarbeiterinnen der Pflege- und Wohnberatung. Daraufhin melden wir uns bei den betroffenen Personen telefonisch und vereinbaren einen Termin.“

Für die engagierte Gruppe ist das gute Miteinander zu den Verantwortlichen der Stadt eine ermutigende Erfahrung. „Die Zahl älterer Menschen in Hagen wächst. Da finden wir

es erfreulich, in einer Stadt zu leben, die sozial engagiert ist.“ Ihr Engagement erwächst aus ihrer christlichen Grundüberzeugung. Ihr Wahlspruch ist die Bibelstelle: Suchet der Stadt Bestes! (Jeremia 29 Vers 7)

Anmerkung des Seniorenbüros und der Pflege- und Wohnberatung:

Wir sind sehr dankbar für die Hilfe unserer ehrenamtlichen Mitarbeiter. Sie entlasten die Kolleginnen aus der Pflege- und Wohnberatung, sind schnell und zuverlässig. Es ist nicht alltäglich, dass Menschen bei der Verwaltung vorstellig werden, um sich ehrenamtlich zu engagieren. Umso mehr freut es uns, dass es zu einer so gut funktionierenden Zusammenarbeit gekommen ist. Wer sich engagieren möchte, rennt bei uns im wahrsten Sinne des Wortes offene Türen ein.

Hintergrund zur angegebenen Bibelstelle:

Jeremia war ein Prophet des Alten Testaments. Er schrieb an Menschen, die aus ihrem Land in ein anderes verschleppt worden waren, einen Brief. Die Verschleppten konnten einfach nicht glauben, dass sie fern ihrer Heimat in dieser fremden Stadt glücklich werden könnten. Nun jedoch hören sie Gott sagen: Kümmert Euch doch um den Ort, in dem ihr wohnt. Suchet der Stadt Bestes.

Das Seniorenbüro hat ein neues Gesicht



Mein Name ist Martina Thureau. Ich bin 46 Jahre alt, verheiratet und unser Sohn ist mittlerweile 20 Jahre alt.

Ich bin eine sogenannte Wiedereinsteigerin, da ich mich in den letzten 15 Jahren um meine Familie gekümmert habe. Insbesondere meine Eltern benötigten in den letzten Jahren intensive Fürsorge und Betreuung, wofür ich mir auch gerne die nötige Zeit genommen habe.

Aufgrund dieser Erfahrungen ist es mir eine besondere Freude, hier im Seniorenbüro wieder in die Verwaltungsarbeit einsteigen zu dürfen.

Das Seniorenbüro erreichen Sie wie folgt:

Soziales Rathaus
1. Etage, Zimmer A.117
Berliner Platz 22
58089 Hagen
Tel.: 02331/207-2886
Fax: 02331/207-2080
E-Mail: martina.thureau@stadt-hagen.de

Am günstigsten erreichen Sie mich telefonisch montags bis donnerstags von 8:30 – 9:30 Uhr.
Nach Absprache können wir dann auch einen Termin für ein persönliches Gespräch vereinbaren.

Mein Tätigkeitsfeld im Seniorenbüro umfasst unter anderem:

- Beratung von älteren Menschen und deren Angehörigen über Angebote im Bildungs-, Kultur- und Freizeitbereich
- Erstellung des Veranstaltungskalenders für die ehrenamtliche Zeitung „Junges altes Hagen“
- Aktualisierung des Seniorenwegweisers
- Zusammenarbeit mit den Begegnungsstätten
- Kooperation und Vernetzung mit den Trägern der offenen Altenarbeit, VHS, Stadtbücherei, Freiwilligenzentrale
- Planung und Durchführung von Veranstaltungen und Projekten für Senioren

Notare · Rechtsanwälte · Fachanwälte

Frank Schachtsiek
Rechtsanwalt
Fachanwalt f. Arbeitsrecht
Fachanwalt f. Verwaltungsrecht

Christian Baltin
Notar · Rechtsanwalt
Fachanwalt f. Familienrecht
Fachanwalt f. Erbrecht

Wolf Hohenstern
Notar · Rechtsanwalt
Fachanwalt f. Familienrecht
Fachanwalt f. Steuerrecht

Ralf Künne
Rechtsanwalt
Fachanwalt f. Arbeitsrecht
Fachanwalt f. Miet- und Wohnungseigentumsrecht

**Wichtige Themenbereiche,
in denen wir Ihnen kompetent und
vorausschauend zur Seite stehen:**

- ▶ Vorsorgevollmacht und Patientenverfügung
- ▶ Ergänzende erbrechtliche Gestaltungsmöglichkeiten
- ▶ Durchsetzung des „Patientenwillens“
- ▶ Schutzmaßnahmen für den Fall der Geschäfts- und Handlungsunfähigkeit
- ▶ Testament, Nachfolgeregelung, Erbrecht

Elberfelder Str. 1 · 58095 Hagen · Tel.: (0 23 31) 37 50 50 · Fax: (0 23 31) 37 50 555
 Bürozeiten: Mo. - Fr.: 8 - 13 · Mo. - Do.: 14 - 18 Uhr · Besprechungstermine nach Vereinbarung
info@sbhk-hagen.de · www.sbhk-hagen.de

Karl Lösse

Bestattungshaus · Das älteste Fachunternehmen in Hagen · seit 1863

DIE BESTATTUNGSVORSORGE LIEGT UNS AM HERZEN!

UNSER HAUS BIETET DIE MÖGLICHKEIT IHRE WÜNSCHE UND ENTSCHEIDUNGEN FÜR EINEN WÜRDEVOLLEN ABSCHIED FESTZUHALTEN UND GLEICHZEITIG IHRE ANGEHÖRIGEN FINANZIELL ZU ENTLASTEN.

GERNE BERATEN WIR SIE UNVERBINDLICH IN ALLEN FRAGEN DER BESTATTUNGSMÖGLICHKEITEN.

VERTRAUEN SIE AUF TRADITION UND ERFAHRUNGEN!

Böhmerstraße 13 ■ 58095 Hagen ■ Telefon: (0 23 31) 2 48 75
 Dahler Straße 58 ■ 58091 Hagen ■ Telefon: (0 23 37) 47 40 80
www.loesse-bestattungen.de ■ info@loesse-bestattungen.de

Leih-Oma – was ist das denn???

Eine Freundschaft zwischen Jung und Alt, die allen viel gibt

Hannah, Thea und Elfriede kennen sich schon seit vier Jahren. Hannah ist zehn Jahre, Thea sechs Jahre alt – und Elfriede ist im besten Oma-Alter. Aber wieso kennen sie sich dann erst vier Jahre? Ganz einfach: Elfriede Schukies ist nicht die „richtige“ Oma der beiden Mädchen, sondern „nur“ eine Nachbarin, die aber mittlerweile die beste Freundin der beiden ist.

Angefangen hat alles bei der Gartenarbeit. Da hat Hannah sich die Elfriede „ausgesucht“, um mit ihr zu reden, so von Zaun zu Zaun. Und Elfriede ist sofort auf diesen Kontakt eingegangen. Mit der Zeit entstand bei beiden eine Bereitschaft, behutsam und vorsichtig die Zaunseiten zu wechseln, wobei dann Hannahs Schwester Thea gern mit dabei war.

Zu Beginn traf man sich zufällig bei Begegnungen im Garten, auf der Straße, aber bald schon wurde ein Wochentag zum „festen Tag“, an dem die drei etwas zusammen unternahmen.

Elfriede Schukies hat von Anfang an die Eltern der beiden mit in diese neue Situation einbezogen. Dadurch ist erst gar nicht ein eventueller Konkurrenz-Kampf entstanden, sondern ein Miteinander und Vertrauen. Die Eltern der Mädchen wissen die beiden gut aufgehoben.

Aus den anfänglich wenigen Gesprächen oder auch mal einem Spiel auf der Terrasse hat sich ein ganzer Katalog von Aktivitäten entwickelt: Beide Seiten haben ihre Ideen eingebracht.

Häkeln und Ostereier färben – Alles macht Spaß!!!

Ostern werden selbstverständlich Eier mit Naturfarben gefärbt, ein Osternest wird bereitet, Weihnachten gibt es das Pfefferkuchenhaus, welches mit Hingabe von Hannah und Thea verziert wird. Karneval wird in der großen Kiste bei Elfriede gestöbert, um sich zu verkleiden. An dunklen Herbstnachmittagen sitzt man am Tisch und macht Spiele. Und wie ist das mit dem Fernsehen? Die drei haben beschlossen:

Weil sie so beschäftigt sind, haben sie nachmittags gar keine Zeit, um vor der Kiste zu hocken. Eine prima Idee!

Im Moment ist Häkeln angesagt mit Elfriede (so wird sie von den beiden genannt), eine Technik, die junge Eltern meist nur noch aus Erzählungen kennen; aber die drei haben sich vorgenommen Topflappen fertig zu häkeln, vielleicht bis Muttertag.....?!

Wenn Elfriede und ihr Mann aus dem Urlaub zurückkommen, hängt immer ein Wiesenblumen-Sträußchen an der Haustür, und auf dem Esszimmertisch liegt ein bemalter Zettel: „Herzlich Willkommen zu Hause“.

Elfriede Schukies hat mir erzählt, dass diese Aufgabe, in die sie gern reingeschlüpft ist, eine Bereicherung für sie ist. Es ist nicht nur so, dass Bedarf auf seiten der jungen Familien

besteht, sondern auch bei unserer „Rentnergeneration“. Eltern und Kinder wohnen nicht mehr nah beieinander. Die jungen Familien haben oftmals den Wunsch, dass die Omas (oder auch Opas!!) vielleicht mal eben einspringen könnten bei Krankheit, längerer Arbeitszeit oder ähnlichem. Im Alter kann es für uns „über 60ern“ Glück sein, noch einmal etwas Neues zu beginnen, sich auf die junge Generation einzulassen, die Sprache der Jugend verstehen zu lernen, damit ein Geben und Nehmen entstehen kann.

Elfriede Schukies:

„Ich kann mir gar nicht mehr vorstellen, wie mein Leben ohne die beiden Mädchen aussehen würde, sicherlich um einiges ärmer. Es ist einfach schön zu sehen, wie die zwei von Jahr zu Jahr neue Dinge dazulernen, wie sie ihr Leben in Richtung Erwachsenwerden vorantreiben – und das Allerschönste ist, ich darf sie auf diesem Weg ein Stück begleiten! Ich glaube, wir haben uns gegenseitig ausgesucht, haben gemerkt, dass wir gerne zusammen sind und haben diese Gelegenheit genutzt.“

Und eigentlich ist dies nicht nur eine Herausforderung und tolle Aufgabe für Omas. Es wäre sicherlich eine Bereicherung, wenn es auch Leih-Opas geben würde!

Christa Heine



Das „Haus für Kinder“ feierte 5. Geburtstag

Am 15. Mai feierten Kinder und Erwachsene im Friedrich-David-Park den fünften Geburtstag des „Hauses für Kinder“. Das schöne blau-weiße Haus ist inzwischen Heimat und Anlaufstelle für Kinder ebenso wie für Seniorinnen und Senioren geworden. Mittagstisch, Klamottenkiste, Disko für behinderte Jugendliche, Willkommensbesuche bei jungen Eltern, Organisation von Hausaufgabenhilfe und vieles mehr geht von hier aus mit viel ehrenamtlichem Engagement.

Offizielle Redner und muntere Kindergartenkinder dankten für den Einsatz. Aus unserem Redaktionsteam trug Lothar Kasper als Märchenerzähler zum Fest bei. Leider wechselte sich an diesem Tag Sonnenschein immer wieder mit Regen und Hagel und einigen Donnerschlägen ab – wie das im Leben so ist. Als Trost blieb: Auf Regen folgt immer wieder Sonnenschein.



Stimmungsvoll trug Lothar Kasper einer aufmerksamen Kinderschar seine Märchen vor.

Das neue Helmut-Turck-Zentrum

AWO HELMUT-TURCK-SENIORENZENTRUM

Johann-Friedrich-Oberlin-Str. 15 | 58099 Hagen
 Tel.: (02331) 264-0 | sz-ha-hello@awo-az.de | www.awo-ha-nk.de

■ Wir brauchen mehr denn je ältere Menschen als aktiven Teil unserer Gemeinschaft. Ihre Lebenserfahrung, ihr Engagement, ihre Kompetenzen zu nutzen, darin liegen die Chancen einer älter werdenden Gesellschaft.

Ich freue mich auf die Gespräche mit Ihnen!

René Röspel **MdB**

Wahlkreisbüro
 Elberfelder Straße 57
 ☎ 91 94 58
www.roespel.de

SPD
 BUNDESTAGS
 FRAKTION

Ehrenamtliche begleiten Sterbende auf ihrem letzten Weg / Von Brigitta Willer

„Wirst du da sein?“

...diese bange Frage drückt die große Sorge aus, am Ende des Lebensweges ganz allein den letzten Schritt tun zu müssen, die letzten Tage oder Wochen ohne Aussprache, Trost und Hilfe zu sein, ohne jemanden, der die Hand hält und der in der Zeit des Abschieds da ist. Es werden immer mehr Menschen, die der Gedanke an ein einsames Ende bedrückt. Statistiken besagen, dass etwa 80 Prozent aller Menschen ihr Leben nicht im heimischen Kreis ihrer Familie beschließen, sondern in den unterschiedlichsten Einrichtungen – für den Hospizdienst DA-SEIN des Diakonischen Werks Ennepe-Ruhr/Hagen mit ein Grund dafür, dass er sein Angebot für die Begleitung Schwerstkranker und Sterbender nicht nur auf Menschen in ihrer privaten Häuslichkeit beschränkt, sondern sie verstärkt auch für Alten- und Pflegeheime ausbauen möchte.

Sterbebegleitung braucht viele Sprachen

Antje Lauxmann, Koordinatorin des Projekts und Pfarrerin, nennt einen weiteren Aspekt, der zunehmend an Bedeutung gewinnt: „Hier mit uns leben immer mehr Menschen mit ‚internationalem‘ Hintergrund. Sie sind zwar der deutschen Sprache einigermaßen mächtig, fallen aber in ihrer letzten Lebensphase gerne wieder in ihre Ursprungssprache zurück. Gerade für diese Menschen wäre es wichtig und wunderbar, wenn sie sich mit ihrer Begleitperson in vertrauter heimischer Sprache verständigen könnten, sei es Russisch, Türkisch oder anderen Muttersprachen. Ehrenamtler aus diesen Sprachbereichen sind uns hochwillkommen, denn auch hier gilt: **„Priorität haben bei uns die individuellen Bedürfnisse des Menschen.“**

Das Anliegen des Hospizdienstes ist es, den Pflegepersonen das Gefühl zu



Gudrun Dahlhoff (3. von links) ist eine Freiwillige der ersten Stunde. Links von ihr Marita Schultz und Pastorin Antje Lauxmann. Rechts eine Interessentin aus dem osteuropäischen Raum. Foto: Brigitta Willer

vermitteln: Da ist jemand, der Zeit für sie hat, der ihnen ungeteilte Aufmerksamkeit schenkt und ihnen Mut macht, im Rahmen ihrer Möglichkeiten aktiv zu sein, noch Dinge zu tun, die ihnen wichtig sind oder die sie immer geliebt haben.

So erinnert sich Gudrun Dahlhoff, seit der ersten Stunde dabei, an einen Patienten, dem nur noch eine kurze Lebensphase prognostiziert wurde. Dadurch, dass sich jemand um ihn kümmerte, er wieder wahrgenommen wurde, erholte er sich so weit, dass er wieder anfang, Pläne zu schmieden. Er hatte sich fest vorgenommen, den Sommer noch zu erleben, wo er mit seiner Pflegeperson in einem offenen Cabrio eine kleine Spritztour machen wollte. Als nach vielen Widrigkeiten, witterungs- oder krankheitsbedingt, endlich diese Aktion stattfinden konnte, war die Freude übergroß und er ist friedlich und zufrieden kurz darauf gestorben. Durch die regelmäßige Begleitung der Pflegeperson werden auch Freiräume geschaffen für die Angehörigen – einfach zum Durchschnaufen.

Um diese Ziele zu erreichen, braucht es mehr Freiwillige, die diese Auf-

gaben übernehmen, Ehrenamtliche. **„Es sollten Menschen sein mit einer stabilen Psyche, kontaktfähig, und sensibel genug, die Bedürfnisse der Sterbenden zu erkennen und auf sie einzugehen und die fähig sind, auch mal von der Kopfebene auf die Gefühlsebene umzuschalten“**, so Marita Schulz, eine der Koordinatorinnen des Hospizdienstes.

„Erfahrungsgemäß entwickeln und verstärken sich diese Fähigkeiten oft im Tun, im Umgang mit dem Menschen selbst.“

Das kann Gudrun Dahlhoff nur bestätigen. Sie kennt die Ängste der Menschen, die zwar helfen möchten, sich aber die Nähe zum Sterbenden nicht zutrauen. Gudrun Dahlhoff kann diesen potenziellen Freiwilligen nur zurufen: „Traut Euch! Ihr werdet staunen, über welche Fähigkeiten Ihr verfügt.“ Antje Lauxmann betont: **„Wir sind für alle Menschen da, gleich welcher Glaubensrichtung, und zwar kostenlos. Interne Kooperationen mit den umliegenden Städten Wetter, Herdecke, Breckerfeld und anderen werden angestrebt, sind zum Teil schon realisiert.“**

Jungbrunnen Seniorensport



*Sportgruppe beim DRK. Die Übungsleiterinnen sind gut ausgebildet.
Photo: Gerd Lorenzen*

Unser Teammitglied Edith Brechtefeld ist 87 Jahre alt. Sport hält sie fit. Hier ihr Bericht:

An jedem Wochentag bietet das Deutsche Rote Kreuz (DRK) Gymnastikkurse an, vormittags und nachmittags. Die Übungen dauern jeweils eine Stunde. Seniorinnen und Senioren nehmen das Angebot gerne an, denn es ist wichtig, auch im hohen Alter noch fit und beweglich zu sein. Ich bin schon über 20 Jahre in einer Gruppe, bis zum Jahr 2007 gemeinsam mit meinem Mann.

Die ÜbungsleiterInnen sind gut ausgebildet. Alle drei Jahre besuchen sie einen Fortbildungskurs – das ist Pflicht. Ebenso der jährliche Besuch eines Erste-Hilfe-Kurses, der natürlich gleich beim DRK stattfindet. Es stehen auch einige Geräte zur Verfügung: Bälle, Stöcke, Hanteln, das Teraband. Viele Übungen entspringen der Phantasie unserer Übungsleiterin.

Ich freue mich auf jeden Dienstag. Da beginnt um 8.45 Uhr unsere Übungsstunde. Die Bewegung tut Körper und

Seele gut. Und nach der Stunde gibt's zur Stärkung Kaffee und belegte Brötchen.

Angebote gibt es genug!

In Hagen gibt es vielfältige Möglichkeiten für Seniorinnen und Senioren, sich sportlich zu betätigen. Informationen gibt es beim Stadtsportbund Hagen. Dort ist Ursula Werkmüller Seniorenbeauftragte. Einmal im Jahr organisiert sie einen Aktionstag, auf dem man sich informieren und auch manches ausprobieren kann.

Tel. Stadtsportbund: 02331-207 5108

Gut fürs Gedächtnistraining: Buchstabensalat

Auch wenn der Text etwas ungewöhnlich geschrieben ist, können Sie damit Ihre geistige Leistungsfähigkeit steigern. Ein Tipp von der Gedächtnistrainerin Brigitte Schmittat.

Wol LenSi EnocHM eHrf Ürl hReGe isTigel
eiStuNgsfäH Igk Eitt unaL Sgeh IrnJog Ging?
SoAchTenS leauF aUsReiChenDe BeWe gUngU
nDernÄh RENsl eslchG esUnd. ErFreuEnS ielhr
REsIn NeDu rChS chÖnEM uslk, SchÖnEB iLder,
EING UteSB uch. SuC henS ied aSA nRegenD
eGes pRÄch MitFr eunDen UndBekan Nten.
AUchel neges UnDePORT ionge fÜHlsmäßige
An RegU NgTu Tihn eNgut – LeiCHter Ärgereb
ensO WieFr Eude.

Tipp: Himbeeressig selber machen

Die Himbeere (*Rubus idaeus*)

Monarchie zwischen Märchenland und Moderne / Eine interkulturelle Reise

Himbeeren zählen zu den beliebtesten Sommerfrüchten. Sie sind nicht nur lecker, sondern auch sehr gesund. Botanisch gesehen sind sie eine Sammelfrucht und keine Beere. In den Sommermonaten fallen uns zuerst die herrlich weißen Blüten und anschließend die kleinen roten Beeren schon von weitem ins Auge. Die Himbeere ist in ganz Europa weit verbreitet. Sie wächst gerne in halbschattiger bis sonniger Lage auf Waldlichtungen und an Waldrändern.

Aussehen:

Bei dem bis zu 2 Metern hohen Strauch sind die rutenartigen Stiele mit feinen Stacheln ausgestattet. Ihre hellgrünen, gefiederten, dreizähligen und gesägten Blätter haben im Gegensatz zur Brombeere unterhalb einen leicht silbrigen Glanz.

An Inhaltsstoffen sind insbesondere zu nennen:

Reich an Vitamin C, B1, B2 und dem Provitamin A sowie Mineralstoffen, zum Beispiel Kalium, Kalzium, Magnesium und Eisen, Zitronensäure.

Im Volksmund:

Katzenbeere, Mollbeere, Runtzelbeere

Verwendbare Teile der Himbeere:

Verwendung finden die jungen, noch hellgrünen Blätter, die man am besten

vor der Blüte erntet. Die Früchte sammelt man ab Mai bis hin zum August. In der Küche werden sie gerne zu Himbeeressig, Himbeermark oder zu Marmeladen, Gelees, Saft, Kompott, Himbeergeist oder Likör und Eis verarbeitet. Die „Rote Grütze“ ist ohne Himbeeren eigentlich undenkbar.

Der Geschmack:

Die Früchte schmecken sehr aromatisch, samtig süß mit leichter Säurenote. Bitte nur vorsichtig waschen, da der Geschmack ansonsten buchstäblich weggespült wird.

Die Blätter haben ebenfalls einen aromatisch süßen Geschmack und sollten für einen erfrischenden Tee rasch getrocknet werden.

Vorratshaltung:

Am besten schmecken die Beeren frisch. Sie halten sich im Kühlschrank ca. 2 – 3 Tage. Sie eignen sich aber sehr gut zum Einfrieren. Dazu die Früchte vorher einzeln gelegt auf einem Backblech etwas anfrischen, bevor man sie verpackt.

Himbeere und die Gesundheit:

Sie sollen das Immunsystem unterstützen, den Stoffwechsel anregen und blutbildende Eigenschaften haben. Die Blätter wie auch die Beeren wirken leicht harntreibend und antibakteriell. Sie soll sogar einigen Krebsarten vorbeugen.

Himbeeressig

Zutaten:

1 Flasche
Himbeeren
Weinessig

Zubereitung:

Die Flasche locker mit Himbeeren füllen, den Weinessig übergießen, bis die Beeren bedeckt sind, und alles an einen warmen, sonnigen Ort platzieren. Die ersten 14 Tage die Flasche einmal pro Tag um die eigene Achse drehen, nicht schütteln. Danach lässt man alles so lange ruhen, bis die Himbeeren ihre Farbe verloren haben und der Essig ein schönes Rot angenommen hat (ca. 6 Wochen).

Verwendung:

Wenn man sich die Preise für guten Himbeeressig ansieht, lohnt es sich auf alle Fälle, ihn selbst herzustellen. Ich verwende ihn in Frucht-, Kartoffel- und Nudelsalaten, aber auch in Salatdressings und Saucen, um auch im Winter einen sommerlichen Geschmack zu erhalten. Sollte Ihre Kräutersauce mal einen leicht bitteren Nachgeschmack haben, kann ein Schuss Himbeeressig oft den Geschmack mildern.

Weitere Rezepte unter:

www.krauterlady.de
Ihre Kräuterlady
Manuela S. Mainka



Tipp: Theater an der Volme

Kleine Kapelle, großes Theater

Im September 2011 eröffnete das Künstlerpaar Indra Janorschke und Dario Weberg das Kammerspieltheater auf dem Elbersgelände an der Volme. In der alten Werkskapelle der ehemaligen Hagener Textilfabrik Elbers entstand ihr kleines, gemütliches Kammerspieltheater mit 99 Plätzen, das sie in Eigenregie und ohne öffentliche Mittel führen.

Zuvor waren sie mit ihrem LiteraTour-Theater quer durch die Republik gereist, bis sie mit dem charmanten Backsteingebäude eine geeignete feste Spielstätte fanden. Das Künstlerpaar aus Dortmund, das mittlerweile in Hagen wohnt, musste nicht lange suchen: Der Charme der alten Kapelle und das Nutzungskonzept des ehemaligen Fabrikgeländes überzeugten sie sofort. „Ich finde die Elbershallen toll“, so Indra Janorschke, die die Leitung des Theaters innehat. „Früher kamen die Leute zum Arbeiten her. Heute dient alles hier dazu, ihre Freizeit zu gestalten.“

Kultur da anzusiedeln, wo früher Industrie herrschte, finde ich sehr spannend“, beschreibt sie den für das Ruhrgebiet charakteristischen Wandel des Areals. Nicht umsonst tragen die Elbershallen daher heute den treffenden Beinamen „Freizeit- und Kulturfabrik“. Das Programm des kleinen Theaters ist vielfältig. Lorient und Heinz Erhardt sind ebenso im Spielplan vertreten, wie Goethe, Kästner oder Stephen King. Oft, aber nicht immer, stehen Dario Weberg und Indra Janorschke dabei persönlich auf der Bühne. Bei vielen Produktionen werden sie von Schauspielern und Regisseuren aus ganz Deutschland unterstützt. „Uns ist es wichtig, dass man nicht jeden Abend dieselben Gesichter sieht. Wir wollen verschiedenen Künstlern eine Bühne bieten“, erklärt Indra Janorschke. So fanden beispielsweise viele Gastspiele statt, etwa vom Herdecker Theater am Stiftsplatz, der Hagener Theater-Koryphäe Peter Schütze oder dem Düsseldorfer Regisseur, Sänger und Schauspieler Lars Lienen, dessen raben-

schwarze Komödie „Bis dass dein Tod uns scheidet“ ein großer Erfolg war. „Kooperation ist gerade im Kulturbereich sehr wichtig“, betont Intendant Dario Weberg.

Wichtig ist den beiden Theatermachern auch der Kontakt zum Publikum. Sie verstehen ihr Theater an der Volme daher als „kommunikatives Theater“. Nach jeder Vorstellung haben die Zuschauer die Gelegenheit, sich bei einem Glas Sekt oder einer Tasse Kaffee in der Theater-Lounge persönlich mit Indra Janorschke und Dario Weberg auszutauschen.

Besonderer Beliebtheit erfreuen sich die „Theater- und Menü-Abende“, die regelmäßig ausverkauft sind. Auch für private Vorstellungen und Feste steht das Theater an der Volme zur Verfügung.

Weitere Informationen zum Theater an der Volme gibt es im Internet unter: www.theaterandervolme.de. Tel.: 02331-695 8845

Das Theater an der Volme – idyllisch aber leider mit einer etwas steilen Treppe. Gehbehinderte Personen können sich telefonisch am Tage der Veranstaltung beim Theater melden und einen Zeitpunkt vereinbaren, zu dem sie die Möglichkeit haben, das Theater durch den Hintereingang im Parkhaus zu betreten (keine Treppe). Dies ist nur eine Ausnahme für Personen, denen die Treppe große Schwierigkeiten bereitet.



*Tipp: Wandern***Genuss und Entspannung pur**

Der Sinn des Reisens ist, an ein Ziel zu kommen, der Sinn des Wanderns, unterwegs zu sein. (Theodor Heuss)

Diese Aussage kann ich nur unterstreichen: es ist einfach ein Vergnügen, unterwegs zu sein, frische Luft zu genießen und die fantastischen Farbtöne der Natur zu bewundern. Wenn man von einem Höhenweg die Blicke schweifen lässt, sich am Spiel von Licht und Schatten am nächsten Berghang oder im Tal

erfreuen kann – das hat schon echten Erholungswert.

Um eine Wanderung zum Genuss und nicht zur Strapaze werden zu lassen, ist allerdings einiges zu beachten. Wir sind eine „altersgemischte“, lockere Wandergruppe, nicht alle sind geübte Wanderer und je nach Kondition der Mitwanderer entscheiden wir über Länge und Anforderung des Weges. Wir wollen schließlich unseren Spaß dabei haben und nicht mit hängender Zunge in Rekordzeit irgendwo ankommen!



Das Foto entstand vor einigen Wochen an der Glörtalsperre bzw. auf dem Weg dorthin. Die beiden Damen sind übrigens Mutter und Tochter – wie man sieht, kann auch die Jugend für's Wandern gewonnen werden.

Ganz wichtig ist die Ausrüstung. Ich gehe fast immer mit Wanderstöcken, mein Arthrose-Knie und mein Rücken danken es mir. Unerlässlich ist gutes Schuhwerk, das heißt starke, rutschfeste Sohlen – ideal sind Wanderschuhe, deren Schaft die Knöchel schützen (umknicken mitten im Wald ist fatal). Ein Rucksack mit breiten Trägern sollte nicht fehlen, schließlich sind mindestens 2 Liter Wasser zu tragen, außerdem Proviant für die kleine Pause zwischendurch – Obst, Käse, etwas Süßes – oder bei längeren Strecken, Zutaten für ein gesundes, schmackhaftes Picknick. Eine Regenjacke ist auch von Vorteil, man kann prima darauf sitzen, wenn gerade keine Bank in der Nähe ist.

Was wäre aber die schönste Wanderung, das erfreulichste Erfolgserlebnis ohne „Belohnung“? Zum Abschluss eines Wandertages gönnen wir uns meist ein leckeres Abendessen mit einem erfrischenden „Kaltgetränk“ (das restliche Wasser im Rucksack ist nach mehreren Stunden nicht mehr wirklich erfrischend).

Maria Liley

*Tipp: Musik machen und Weiterbildung***...jetzt greif ich zur Geige**

Soll ich mal wieder die Geige rausholen? Ich habe doch endlich Zeit! Ob ich das noch kann? Wer alte Fähigkeiten wiederbeleben oder Neues lernen will, ist bei der Max-Reger-Musikschule an der richtigen Stelle. Denn die Musikschule steht allen Altersgruppen offen. Ein Blick in das VHS-Programm lohnt sich.

Oder ein Anruf bei der Musikschule: Telefon 02331-2 07 31 41 oder 2 07 31 42.

Überhaupt die Volkshochschule: Ob Blicke in die Hagener Geschichte, Kunstworkshops oder PC-Grundlagen insbesondere für Leute ab 75 – da ist auch für Seniorinnen und Senioren viel dabei! Info-Telefon: 02331-207 3622

Wenn ich mich nicht irre, hihhi...

Vor 100 Jahren ist Karl May gestorben, aber Winnetou lebt – Ruth Sauerwein

Mit ihm ritt ich im Wilden Westen über die Prärien, reiste von Bagdad nach Stambul, stürmte auf Rih durch die Wüste. Und wusste nicht, dass der Autor, der das alles so eindrucksvoll beschrieb, die Gegenden genauso wenig gesehen hatte wie ich. Wenn ich in meinen Karl May vertieft war, trafen Aufforderungen zum Abtrocknen auf taube Ohren. Vor hundert Jahren ist der Schöpfer von Winnetou und Kara Ben Nemsy gestorben.

Karl May wurde am 25. Februar 1842 im sächsischen Städtchen Ernstthal geboren. Sein Vater war Weber, die Familie sehr arm. Als Kind war er über mehrere Jahre erblindet und meinte, seine Lust, Geschichten zu erfinden, sei in dieser Zeit entstanden. Manche Biographen vermuten dahinter eine Krankheit, die aus den ärmlichen Lebensbedingungen entstand, manche halten es für eine Fabel, wie so vieles in seinem Leben.

Es spricht für seine Intelligenz, dass es ihm gelang, Lehrer zu werden. Es spricht für seine Phantasie und Geltungssucht, dass er es nicht lange blieb. Die Taschenuhr – hatte er sie sich „geliehen“, um damit ein wenig anzugeben, oder hatte er sie gestohlen? Seine Hochstapeleien, bei denen er immer wieder erwischt wurde – war er ein Krimineller oder wollte er seinem alltäglichen Dasein entfliehen? Jedenfalls verbrachte er viele Jahre hinter Gittern. Im Zuchthaus Waldheim hatte er dann ein entscheidendes Erlebnis: Der Gefängnisgeistliche überzeugte ihn davon, seinen überbordenden Ideenreichtum sinnvoller zu nutzen, seine Geschichten aufzuschreiben und damit Menschen glücklich zu machen.



Karl May. Nach Angaben der UNESCO ist er einer der am häufigsten übersetzten deutschen Schriftsteller.

*Lügner oder Träumer?
Keine Ahnung!*

Das Ergebnis ist bekannt. Karl May wurde zum bekanntesten und beliebtesten deutschen Schriftsteller seiner Zeit. Fühlte er sich wirklich als Old Shatterhand oder belog er seine Leser ganz einfach? Seine zweite Frau erzählte, dass er beim Schreiben mit seinen Figuren gesprochen und disputiert habe. Einmal sei er mit Tränen in den Augen die Treppe hinunter gestürzt und habe gerufen: „Nein, ich kann Hadschi Halef Omar nicht sterben lassen!“ (Ein Entschluss, den ich nur begrüßen kann!) Und so behauptete er unverdrossen, er habe alles wirklich erlebt und spreche 1200 Sprachen und Dialekte. In seiner Villa Shatterhand bei Radebeul präsentierte er stolz die Silberbüchse und den Bärenröter.

Seine sächsische Heimat verleugnete er nie. Wenn in den „bloody grounds“ des Wilden Westens eine seltsame Westmann-Gestalt wie Tante Droll auftauchte und sächsisch sprach, dann war klar: Das musste ein aufrechter, ehrlicher und einfach großartiger Mensch sein. Karl May war durchaus national eingestellt: Die Deutschen waren die Größten. Allerdings, gemessen an seiner Zeit, ließ er auch andere Völker gelten, bedauerte das Schicksal der Indianer und fand unter allen Nationalitäten Freunde und Weggefährten.

Karl May sah sich sicher in Old Shatterhand verkörpert. Ich stelle ihn mir mehr wie Hadschi Halef Omar vor: Großsprecherisch, listig, eitel, mutig, ein guter Gefährte, großherzig, ein Geschichtenerzähler, der es mit der Wahrheit nicht immer genau nimmt. An seinem Lebensende holte ihn seine kriminelle Vergangenheit ein, seine ersten schriftstellerischen Ergüsse – schwülstige Liebesgeschichten –, seine Behauptungen, alles erlebt zu haben, das alles wurde ans Licht gebracht. Viele Prozesse führte er in dieser Zeit. Und in dieser Zeit entstanden auch die Werke, die ich dann in meiner zarten Jugend nicht mehr verkraftet habe. Es ging und Gut und Böse, christlichen Glauben, den rechten Weg im Leben. Denn Karl May war letztlich ein Moralist, der die Menschen bessern wollte. Als er vor hundert Jahren starb, war er der festen Überzeugung, dass seine letzten Werke die wichtigsten waren. Wie dem auch sei: Mein Bruder Sharlie war ein Freund meiner Kindheit und in diesem Jahr fahre ich mal wieder zu den Karl-May-Festspielen in Elspe. Zu skrupellosen weißen Banditen, edlen Indianern und einem tapferen Old Shatterhand.

„Rentner erhalten blaue Briefe vom Finanzamt

Einzelne Behörden verschicken Mahnschreiben an bis zu 3000 Betroffene, die steuerlich noch nicht erfasst waren. Jeder Verdachtsfall wird geprüft. Strafverfahren sind eher die Ausnahme.

Westfalenpost vom 16.06.2012 - von Holger Dumke

Hagen. Renten sind steuerfrei - ein Irrtum. „Es hat sich irgendwie in den Köpfen festgesetzt, bis heute“, sagt Anja Gorris vom Steuerberaterverband Düsseldorf. Richtig ist: Renten haben schon immer einen steuerpflichtigen Anteil gehabt. Dieser war aber bis zum Jahr 2005 zumeist vernachlässigenswert gering. Das damals in Kraft getretene „Alterseinkünftegesetz“ hat diesen Anteil auf zunächst 50 % aufgesetzt. Er steigt seither Jahr für Jahr - und mit ihm die Zahl der Rentner, die zumindest eine Erklärung beim Finanzamt abgegeben haben und womöglich auch Steuern zahlen müssen.

Durch die von den Versicherern an die Finanzämter übermittelten Rentendaten können sich die Behörden ausrechnen, bei welchen Ruheständlern das in etwa der Fall ist. Erste Mahnbriefe haben die Ämter bereits im vergangenen Jahr an Rentner verschickt, die steuerlich noch nicht erfasst waren. Die nun anlaufende Mahnaktion hat eine andere Dimension: Ein Testlauf in landesweit sieben Behörden hat ergeben, dass einzelne Finanzämter in ihrem Beritt bis zu 3000 Ruheständler anschreiben müssen.

Was tun, wenn die Post vom Finanzamt kommt? Steuerberaterin Gorris empfiehlt, sich kundigen Rat zu holen. Immerhin kann es um Steuererklärungen rückwirkend bis zum Jahr 2005 gehen. Viele Senioren seien überfordert: „Ich habe Ruheständler bei mir gehabt, die haben gesagt, das kann doch gar nicht sein“, berichtet die Düsseldorferin. Im Einzelfall seien über den Zeitraum bis 2005 Steuernachforderungen zusammen gekommen von bis zu mehrere

ren Zehntausend Euro - „Summen, die man als Ruheständler nicht unbedingt zur Verfügung hat“. Die Finanzämter gingen mit den Nachforderungen unterschiedlich um: In mehr als einem Fall hat Gorris es erlebt, dass Strafverfahren eingeleitet wurden.“

Keine Angst - Ich helfe Ihnen - Rufen Sie mich an! Gerne holen wir Sie zur Beratung auch von zu Hause ab!

**Steuerberater
Dipl.-Kfm. Rüdiger Althaus**

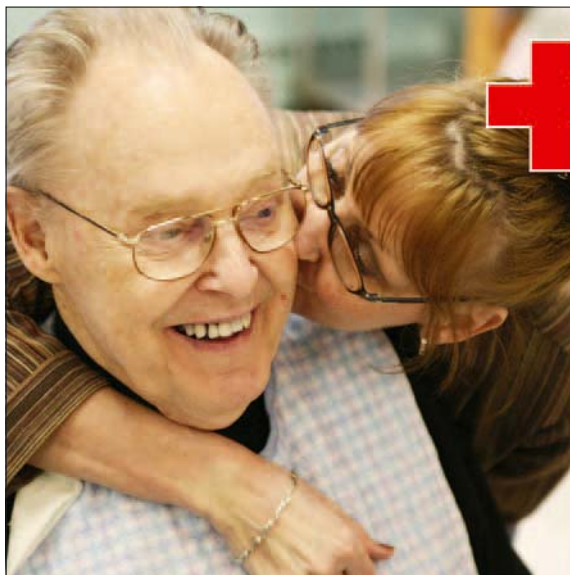
Bülowstraße 35

58097 Hagen

Tel. (02331) 80100

ruediger.althaus@t-online.de

www.steuerberater-hagen.com



**DRK
Seniorenheim
Hagen**

*Wohnen, Pflege und Betreuung
unter einem guten Zeichen!*

DRK Seniorenheim Hagen

Lange Straße 9-11 58089 Hagen

Tel. 0 23 31 / 34 56 7

www.drk-hagen.de



**2007
komplett
neu
renoviert!**

**Weitere Angebote Ihres
DRK-Kreisverbandes**

■ Seniorenservice
Begegnungsstätte
Seniorenreisen
Tel. 0 23 31/95 89-24

■ Erste-Hilfe
Ausbildung
Tel. 0 23 31/95 89-35

■ Essen auf Rädern
Mittagstisch
Tel. 0 23 31/95 89-22

■ Familienzusammenführung
und Suchdienst
Tel. 0 23 31/95 89-36

■ Hausnotruf
Tel. 0 23 31/95 89-24

Über die Pflege hinaus bieten wir eine Vielzahl von Leistungen und Angeboten...

■ Kometente Pflege und Betreuung durch erfahrene Mitarbeiter

■ Großzügige, modernisierte und helle Zimmer mit Balkonen

■ Qualifizierte Fußpflege, Frisör, Physiotherapeut, Kiosk und Cafeteria

■ Eigene Küche und Restaurant mit täglich 2 frischen Gerichten

■ Gepflegter garten, zentrale Lage und guten Busanbindung

■ Tanzcafé, Kochgruppe, gemeinsame Feste, Vorträge und Ausflüge

■ Fit für 100: Gymnastik und Sport

■ Kaminzimmer, Sonnenterrassen und schöne Gemeinschaftsräume

■ Verwahrgeldkonto, Einkaufsdienst und ehrenamtliche Unterstützung



**Deutsches
Rotes
Kreuz**

Kreisverband Hagen e.V.

Feithstraße 36

58095 Hagen

Tel. 0 23 31/5 50 65

Fax 0 23 31/95 89 66

www.drk-hagen.de

Der Urlaub

Ein Urlaub saß auf einem Ast
und wartet dort auf Beute,
ob irgendwer, dem's grade passt
ihn runterholt von seinem Ast,
ihn an die Hand nimmt und ihm sagt:
„Wir gehn jetzt unter Leute“.

Der Urlaub fragt dich: „Du hast Zeit
mit mir sie zu vertreiben?“
Und du antwortest: „Bin bereit,
ich nehme einfach mir die Zeit,
muss auch mal weg, ich hab es satt,
den Alltag kann ich nicht mehr leiden,
ich mag nicht mehr zu Hause bleiben.“

Du nimmst den Urlaub an die Hand,
problemlos lässt er sich geleiten,
du fährst mit ihm von Stadt zu Land,
so manches ist ihm schon bekannt.
Und immer weiter geht die Reise,
doch plötzlich fängt er an zu streiten.

Denn als er merkt, du willst nach Hause,
legt er sich quengelnd einfach quer,
du fragst ihn bei der Mittagspause,
ob ihn vielleicht der Affe lause,
„Es sind vier Wochen rum, mein Lieber.“
Was denkt er denn, wer er wohl wär ?

Und ohne große Hast und Eile,
wohl wissend, dass es ihm nicht passt,
dass keine Zeit du mit ihm teilest,
schickst du ihn in die Langeweile.
Nun hockt er, dich mit Blicken strafend,
bis nächstes Jahr auf seinem Ast.

Paula



Kindermund

Tobias' und Maltes Mutter erzählt den
beiden, dass sie ein neues Baby
bekommen.

Tobias ist zehn und Malte sieben Jahre
alt. Maltes Reaktion ist: „Och, kein
Problem, dann zieh ich eben zu Paul.“
Paul ist Maltes bester Freund und
genauso alt wie er.

Tobias Antwort auf die Veränderung in
der Familie: „Dann hattet Ihr ja Sex!
Und ich hab` es nicht gemerkt!“

Vom Frühling in den Sommer

Im März beginnt die Frühlingszeit,
die Sonne schickt warme Strahlen.
Dem Schneemann schmilzt sein weißes
Kleid,
bald ist er ganz zerfallen.
Die Vöglein schwirren durch die Luft,
Blüten verbreiten süßen Duft,
und das gefällt wohl allen.

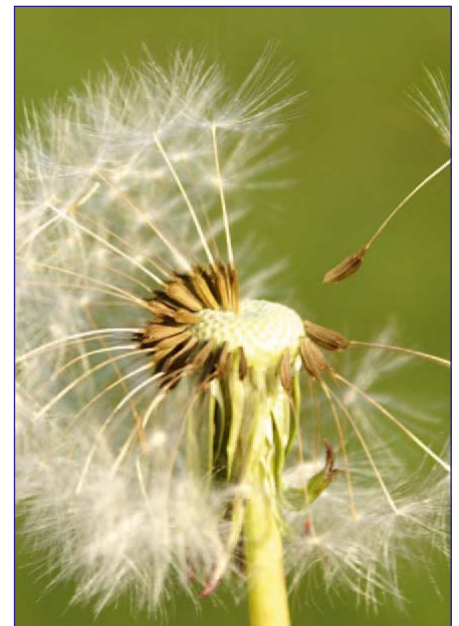
April kann machen, was er will,
das ist die alte Regel.
Es stürmt und regnet, dann ist es still,
gar oft bringt er Schnee, der Flegel.
Jedoch die Natur lässt nicht auf sich
warten,
das zeigt die Blütenpracht im Garten.

Die Hochzeitsglocken läuten im Mai,
es finden sich die Paare.
Gemeinsam gehen sie zu Zwein

den Weg zum Traualtare.
Und abends unterm Maienkranz
laden wir ein zum Maientanz alle net-
ten Paare.

Wenn der Frühling seinen Abschied
nimmt,
geht der Juni bald zu Ende.
Die Sonne steht hoch am Firmament,
wir feiern die Sonnewende.
Nun freuen wir uns auf die Urlaubszeit,
denn die ist gar nicht mehr so weit,
das Warten hat ein Ende.

Edith Brechtefeld



FÜR SIE UND IHRE FAMILIE DIE BESTE WAHL...

wohlbehagen

Pflege aus einer Hand!

**KURZZEITPFLEGE
TAGESPFLEGE**



„Haus Wohlbehagen“
Schwerter Straße 179
58099 Hagen
Tel. 0 23 31 / 966 66 - 0
Fax 0 23 31 / 966 66 - 33

**PFLEGEHEIME
& BETREUTES WOHNEN**



„Im Lukaspark“
Schillerstraße 27 a
58089 Hagen
Tel. 0 23 31 / 9810 - 0
Fax 0 23 31 / 9810 - 1053



„Ehem. Frauenklinik“
Berchumer Straße 5
58093 Hagen
Tel. 0 23 31 / 69 21 - 50
Fax 0 23 31 / 69 21 - 522

**AMBULANTE
DIENSTE**



Pflegebüros
Möllerstraße 38 · 58119 Hagen
Tel. 0 23 34 / 5 61 94
Berchumer Str. 5 · 58093 Hagen
Tel. 0 23 31 / 69 21 - 0



**Wohlbehagen
verfügt neuerdings
über einen
Palliativ-Pflegedienst:
Tel. 0 23 34 / 5 61 94.**

**Wir danken für
Ihr Vertrauen!**

Rund um die Uhr erreichbar: Tel. 0 23 31 / 98 10 - 0

www.pflegeheim-wohlbehagen.de

Elektroanlagen Rapp

Zukunftsorientierte Elektro- und Kommunikationsanlagen,
Fachbetrieb für senioren- und behindertengerechte Elektrotechnik
Einbruch- / Brandmeldesysteme, Beleuchtungssysteme

Eppenhauser Straße 125 · 58093 Hagen · info@elektroanlagen-rapp.de
www.elektroanlagen-rapp.de · Tel. 0 23 31-48 45 900 · Fax 48 45 920



GIRA
SystemIntegrator
Spezialist für gewerkeübergreifende
Gebäudesystemtechnik



ABB
Fachbereich für
Sicherheitstechnik



ZUMTOBEL
Lichtlösungspartner
Zertifiziert nach DIN EN ISO 9001:2008



ZDH ZERT
DIN EN ISO 9001
Reg.-Nr.: Q1 0110076



Teppich-Klinik Schwerte



TEPPICHWÄSCHEREI

AKTIONS-TEPPICHWÄSCHE

JETZT! BILLIGER ALS NEU KAUFEN!

- Nach alter u. guter persischer Tradition
- Brand- u. Wasserschaden-Wäsche
- Inzahlungnahme, Reparaturen, Reinigung, Gutachtenerstellung
- Abhol- und Bringservice **kostenlos**

**Wir reinigen und reparieren
IHRE TEPPICHE
auf altpersische Art (von Hand)**



**ab 8.90
€/m²**

5 gute Gründe

- alte persische Traditionsart
- kein Farbverlust (Farb+)
- mit Regenwasser gewaschen (kein Kalk)
- Imprägnierung und Rückfettung
- von Handwäsche

**Gutschein zur
Reinigung oder
Reparatur eines
Teppichs
50,-**

Haselackstr. 9
58239 Schwerte
Tel: 02304-9679350

Öffnungszeiten
Mo-Fr: 10-18 Uhr
Sa: 10-15 Uhr

Briefkasten

Ihre Leserbriefe, Anregungen und Meinungen schicken Sie bitte an: Redaktion Hagener Seniorenzeitung, Berliner Platz 22, 58095 Hagen

Impressum Junges Altes Hagen

Herausgeber: Seniorenbüro der Stadt Hagen, Rathaus II, Berliner Platz 22, 58095 Hagen
Telefon: 02331-207 2886, **Fax:** 02331-207 2080

Inhalt

V.i.S.d.P. Das Senioren-Redaktionsteam, stellv. Ruth Sauerwein
Berliner Platz 22, 58095 Hagen

Titel: Hasper Talsperre, Titelfotos: Gerd Lorenzen

Verlag und Anzeigen: Werbeagentur L. Kapp, Dortmund

Layout und Umsetzung: ideen.manufaktur, Dortmund

Druck: Scholz-Druck u. Medienservice, Dortmund

Nächster Erscheinungstermin: November 2012

Redaktionsschluss September 2012



Entlastung pflegender Angehöriger durch die Verhinderungspflege (Ersatzpflege)

Anknüpfend an unseren Bericht in der letzten Ausgabe dieser Zeitschrift, möchten wir Ihnen heute Möglichkeiten schildern, wie Sie sich bei der täglichen Pflege Ihrer Angehörigen vorübergehend auch mal entlasten können.

Den größten Teil der Versorgung von Pflegebedürftigen erbringen in der Regel Familienmitglieder. Die Hauptlast trägt oft der Lebenspartner, der häufig selbst schon älter ist. Für die pflegenden Angehörigen sind die seelischen und körperlichen Belastungen bei der Pflege und Betreuung, vor allem auch bei Patienten mit demenziellen Veränderungen, erheblich. Viele können keiner Berufstätigkeit mehr nachgehen, verzichten auf Urlaub, soziale Kontakte und Freizeit; oft müssen andere Familienmitglieder zurückstecken. Umso wichtiger ist es, auch einmal eine Auszeit, eine Pause von der Pflege machen zu können. Damit dies nicht nur ein Wunsch bleibt, bietet die Pflegeversicherung die sogenannte Ersatz- bzw. Verhinderungspflege an.

Kommt Ihnen dies bekannt vor?

Gönnen Sie sich als pflegender Angehöriger doch einmal eine Ruhepause vom Pflegealltag! Die Pflegekasse übernimmt in vielen Fällen die Kosten einer notwendigen Ersatzpflege für bis zu 28 Tage und bis zu 1.510 Euro im Kalenderjahr, wenn Sie den Pflegebedürftigen zuvor mindestens 6 Monate in seiner häuslichen Umgebung gepflegt haben. Die Liste der in Frage kommenden Verhinderungsgründe ist nicht definiert.

Zu Ihrer Entlastung und Erholung als pflegender Angehöriger können wir Ihnen unsere Unterstützung z.B. durch eine ergänzende "Pflege auf Zeit" anbieten. Diese Ersatzpflege muss nicht komplett am Stück, sondern kann entsprechend des individuellen Bedarfs auch wochenweise, tageweise oder sogar stundenweise in Anspruch genommen werden. Dadurch kann der Alltag für Sie als Pflegeperson deutlich vereinfacht werden, weil wir bei privaten Terminen einspringen. In diesem Fall – bei weniger als 8 Stunden am Tag – bleiben Pflegegeld und Pflegesachleistung auch erhalten und die Begrenzung auf 28 Tage gilt nicht.

Damit bieten wir Ihnen die Möglichkeit, sich einmal Zeit für sich zu nehmen, zum Beispiel Arzttermine wahrzunehmen, Besorgungen zu erledigen, zum Frisör zu gehen oder einige Tage zu verreisen. Auch in Notsituationen stehen wir Ihnen unbürokratisch zur Seite.

Selbstverständlich beraten wir Sie gern über die einzelnen Möglichkeiten und unterstützen Sie bei der Beantragung der Leistungen bei der Pflegekasse. Schauen Sie doch einmal bei uns herein, wenn Sie Interesse und Beratungsbedarf haben.

Pflege- und Betreuungsstützpunkt
Cunostraße 50, 58093 Hagen-Ermst

Tel. 02331 - 6 25 24 70

www.das-betreuungsteam.de

Fax 02331 - 6 25 24 75

info@das-betreuungsteam.de

Anerkannt bei allen Kranken- und Pflegekassen

*Veranstaltungskalender
für Senioren
des Seniorenbüros
der Stadt Hagen*

**von
August 2012 bis
November 2012**



August 2012

02.08.2012, 11:00 – 13:00 Uhr
Hohenhof und Stirnband:

Schätze des Jugendstils: Ein Rundgang der besonderen Art

Unter der Leitung von Dr. Elisabeth May, in Kooperation mit dem Osthaus Museum, Treffpunkt: Hohenhof, Stirnband 10, Teilnehmergebühr: 9,00 €, 10 – 30 Teilnehmer, Anmeldung ist erforderlich, Veranstalter: VHS Hagen, Infos: s. S. 42

06.08. – 10.08.2012, 9:00 – 12:15 Uhr
Photobearbeitung 50+

Die Teilnehmerzahl ist auf 6 – 10 Personen begrenzt, Ort: DBB-Haus, Schwanenstr. 6-10, Kosten: 94,50 €, Veranstalter: VHS Hagen, Infos: s. S. 42

08.08.2012, 17:00 – 19:15 Uhr

Rundgang durch die Hagerer City

Vom Cinestar, über den Ebertplatz bis zum Kunstquartier, bei diesem Rundgang wird deutlich, dass es in der Hagerer City noch einiges zu entdecken gibt. Treffpunkt: vor dem Cinestar, Springe 1, 10 – 40 Teilnehmer, Veranstalter: VHS Hagen, Infos: s. S. 42

10.08. und 17.08.2012,
9:00 – 12:15 Uhr

Ihr erstes digitales Fotobuch TOP

Mit einer kostenlosen Software für Windows, Mac oder Linux wird die Verarbeitung der digitalen Fotos vorgenommen. Gemeinsam wird Schritt für Schritt ein Fotobuch angelegt, Fotobuch – Gutschein im Wert von 26,95 € inkl., Teilnehmerzahl ist auf 6 – 8 Personen begrenzt, Ort: DBB-Haus, Schwanenstr. 6-10, Kosten: 39,30 €, Veranstalter: VHS Hagen, Infos: s. S. 42

14.08.2012, 14:00 Uhr

Waldführung durch den Ruheforst

Der Betreuer des Ruheforstes Herr Kock und das Bestattungsunternehmen A. Schweizer bieten eine 1½-stündige Führung durch den Ruheforst Philipps Höhe an. Es gibt die Möglichkeit sich näher über diese Bestattungsform zu informieren und die ökologische Waldwirtschaft kennen zu lernen. Teilnehmerzahl: max. 15 – 20 Personen, Anmeldung und Infos: Bestattungen Friedrich A. Schweizer, Elberfelder Str. 113, 58095 Hagen, Tel.: 33 91 91

15.08.2012, 16:00 – 18:15 Uhr

Weltreise Altenhagen – Führung mit außergewöhnlichen Einblicken in einen „unbekannten“ Stadtteil

Bei dieser Führung, die das Kulturbüro Hagen in Zusammenarbeit mit der VHS entwickelt hat, wird die kulturelle Vielfalt dieses lebendigen Stadtteils erlebbar, Ladenbesitzer, Kulturvereine, Gastronomie und die Zentralmoschee öffnen ihre Türen, Treffpunkt: Altenhagerer Brücke, Bushaltestelle Richtung Boele, Teilnehmerzahl: 10 – 20 Personen, Veranstalter: VHS Hagen, Infos: s. S. 42

15.08.2012, 17:30 – 19:00 Uhr

Besichtigung des Rathauses Unter der sachkundigen Führung von Frau Bürgermeisterin Brigitte Kramps oder Herrn Bürgermeister Dr. Hans-Dieter Fischer sind die Bürgerinnen und Bürger eingeladen, ihr Rathaus näher kennen zu lernen. Veranstalter: VHS Hagen, Infos: s. S. 42

16.08.2012, 17:00 – 19:15 Uhr

Rund um die Springe

Jochen Becker lädt zu einem Rundgang ein, der Alt und Neu in den Blick nimmt und die Geschichte unserer Stadt wieder lebendig werden lässt. Treffpunkt ist vor dem Cinestar, 10 – 40 Teilnehmer, Veranstalter: VHS Hagen, s. S. 42

20.08.2012, 18:00 – 19:30 Uhr

Vereinsrecht Sport- oder Taubenverein, Kleingärtnerverein oder Partei

Der Vortrag richtet sich an alle Personen, denen das Thema Verein ans Herz gewachsen ist. Ort: Villa Post, Veranstalter: VHS Hagen, Infos: s. S. 42

21.08.2012, 16:00 – 17:30 Uhr

Führung durch die Villa Post

Jochen Becker, ehemaliger VHS-Leiter, wird bei dieser Führung veranschaulichen, wie Denkmalschutz und neue Funktionalität in ein harmonisches Zusammenspiel gebracht wurde. Treffpunkt: Eingangsbereich Villa Post, 10 – 40 Teilnehmer, Veranstalter: VHS Hagen, Infos: s. S. 42

22.08. – 19.12.2012,
18:00 – 19:00 Uhr (15x)

Wassergymnastik

Leitung: Gabriele Hagen, Tel.: 40 41 92, Kneipp-Verein Hagen e.V., Ev. Kinderheim Weißenstein, Leopoldstr. 52, Gebühr: Mitglieder: 60,00 €, Gäste: 75,00 €

22.08. – 19.12.2012,
19:00 – 20:00 Uhr (15x)

Aqua – Jogging

Leitung: Gabriele Hagen, Tel.: 40 41 92, Kneipp-Verein Hagen e.V., Ev. Kinderheim Weißenstein, Leopoldstr. 52, Gebühr: Mitglieder: 60,00 €, Gäste: 75,00 €

23.08. – 06.12.2012,
18:30 – 20:00 Uhr (12x)

Hatha – Yoga

Leitung: Hildegard Kurz-Pansch, Tel.: 0 23 37 / 27 03 76, Kneipp-Verein Hagen e. V., Gesamtschule Eilpe, Wörthstr. 30, 58091 Hagen, Gebühr: Mitglieder: 48,00 €, Gäste: 60,00 €

23.08. – 29.11.2012,
15:30 – 17:00 Uhr (11x)

Sonniger Herbst:

Gezielte Bewegungstherapie, Atemschulung, rhythmische Gymnastik

Leitung: Gabriele Hagen Kneipp-Verein Hagen e.V., Tel: 40 41 92, Ev.-Gemeindehaus, Markuskirche, Rheinstr. 26, Gebühr: Mitglieder: 22,00 €, Gäste: 33,00 €

23.08. – 13.12.2012,
18:00 – 19:00 Uhr (14x)

Rückenschonende Gymnastik

Leitung: Anneliese Klein, Tel.: 8 22 39, Kneipp-Verein Hagen e. V., Friedrich-von-Bodelschwing-Schule, Eugen-Richter Str. 77, Gebühr: Mitglieder: 28,00 €, Gäste: 42,00 €

27.08.2012, 9:30 – 12:45 Uhr

PC-Grundlagen für Leute ab 75

Ort: DBB-Haus, Schwanenstr. 6-10, Veranstalter: VHS Hagen, Infos: s. S. 42

27.08. – 26.11.2012,
15:30 – 16:30 Uhr (12x)

Sonniger Herbst:

Gezielte Bewegungstherapie, Atemschulung, rhythmische Gymnastik

Leitung: Gabriele Hagen, Kneipp-Verein Hagen e.V., Tel: 40 41 92, CVJM Haspe, Leimstr. 9 /Ecke Heilig-Geist-Straße, Gebühr: Mitglieder: 24,00 €, Gäste: 36,00 €

28.08. – 04.12.2012,
17:30 – 19:00 Uhr (12x)

Hatha – Yoga

Leitung: Hildegard Kurz-Pansch, Tel.: 0 23 37 / 27 03 76, Kneipp-Verein Hagen e. V., Gesamtschule Eilpe, Wörthstr. 30, 58091 Hagen, Gebühr: Mitglieder: 48,00 €, Gäste: 60,00 €

29.08.2012, 17:00 – 20:15 Uhr

PC-Grundlagen I, Einführungskurs für Leute ab 50,

Ort: VHS Hohenlimburg, Veranstalter: VHS Hagen, Infos: s. S. 42

29.08. – 05.12.2012,
18:00 – 19:30 Uhr (12x)

Yoga für Frauen

Leitung: Hildegard Kurz-Pansch, Tel.: 02 33 37 / 27 03 76, Kneipp-Verein Hagen e.V., Gesamtschule Haspe, Kirmesplatz 2, 58135 Hagen, Gebühr: Mitglieder: 48,00 €, Gäste 60,00 €

30.08.2012, 19:00 Uhr

Donnerstags abends Bild-Vortrag

Impressionen aus finnischen Nationalparks, Referentin: Dr. Carmen Viets, SIHK, Körner Str. 41

September

03.09. – 19.11.2012,
16:15 – 17:45 Uhr (10x)

Sonniger Herbst:

Gezielte Bewegungstherapie, Atemschulung, rhythmische Gymnastik

Leitung: Brigitte Liffers, Kneipp-Verein Hagen e.V., Tel: 59 11 24, Ev. Gemeindehaus Eppenhäuser, Eppenhäuser Str. 154, 58093 Hagen, Gebühr: Mitglieder: 25,00 €, Gäste: 35,00 €

04.09.2012, 18:00 – 19:30 Uhr

100 Jahre Liebfrauenkirche in Vorhalle Führung durch die Kirche

Mit Benno Schmolke, Kunstlehrer i.R. und Gründungsmitglied der Künstlergruppe Sepia14-TeamART, Veranstalter: VHS Hagen, Infos: s. S. 42

05.09. – 12.12.2012, 9:30 – 10:30 Uhr und 10:45 – 11:45 Uhr (je 12x)

Qi Gong Harmonie von Körper und Seele

Leitung: Birgit Krüger, Tel.: 7 59 16, Kneipp-Verein Hagen, AWO Schultenhof, Selbecker Str. 16, Gebühr: Mitglieder: 36,00 €, Gäste: 48,00 €

06.09. – 06.12.2012, 16.30 – 17.30 Uhr oder 18:00 – 19:00 Uhr (je 11x)

Yoga für Frauen

Leitung: Margret Kerschbaum, Tel.: 33 14 22, Kneipp-Verein Hagen e.V., Käthe-Kollwitz-Schule, Liebigstr. 20 - 22, 58095 Hagen, Gebühr: Mitglieder: 22,00 €, Gäste: 33,00 €

06.09.2012, 19:00 Uhr

Donnerstags abends Bild-Vortrag

Impressionen aus Südtirol – zwischen Meran und Reschen, Referent: Uwe Impelmann, SIHK, Körner Str. 41

07.09. – 23.11.2012,
14:00 – 15:30 Uhr (10x)

Yoga für Frauen

Leitung: Helga Paura, Tel.: 8 14 97, Kneipp-Verein Hagen e.V., Ev. Gemeindehaus Eppenhäuser, Eppenhäuser Str. 154, Gebühr: Mitglieder: 30,00 €, Gäste: 40,00 €

08.09.2012, 11:00 – 17:00 Uhr

Training gegen Inkontinenz Teil 1

Leitung: Ulrike Plewka, Tel.: 0 23 30 / 80 95 23, Kneipp-Verein Hagen e.V., Mellinghausstr. 13, Herdecke, Gebühr: Mitglieder: 50,00 €, Gäste: 65,00€

10.09. – 12.11.2012,
11:00 – 12:30 Uhr (8 x)

Hormon Qi Gong für Frauen

Leitung: Ulrike Plewka, Tel.: 0 23 30 / 80 95 23, Kneipp-Verein Hagen e.V., Mellinghausstr. 13, Herdecke, Gebühr: Mitglieder: 80,00 €, Gäste: 110,00 €

10.09.2012, 13:30 – 16:45 Uhr

PC-Grundlagen für Leute ab 75

Ort: DBB-Haus, Schwanenstr. 6-10, Veranstalter: VHS Hagen, Infos: s. S. 42

13.09.2012, 17:15 – 18:45 Uhr

Emst einst und jetzt

In diesem Kurs werden Emster Geschichten in Wort und Bild zusammengetragen

Veranstalter: VHS Hagen, Infos: s. S. 42

13.09.2012, 18:00 – 19:30 Uhr

Hoasper Platt

Gemeinsam mit dem Hasper Heimat- und Brauchtumsverein und dem Hagener Heimatbund lädt die VHS Hagen alle Interessierten ein, das Hoasper Platt wieder stärker zu pflegen. Infos: s. S. 42

13.09.2012; 19:00 Uhr

Donnerstags abends Bild-Vortrag

Hawaii – Trauminseln im Pazifischen Ozean, Referent: Horst Nielinger, SIHK, Körner Str. 41

14.09.2012, 17:00 – 19:15 Uhr

Die Hagener Kinos im Wandel der Zeit

Dieser Themenabend beginnt mit einem Überblick über die Hagener Kinoszene der 50er und 60er Jahre. Zeitzeugen sind herzlich eingeladen. Ort: Erzählcafé „Altes Backhaus“, Veranstalter: VHS Hagen, Infos: s. S. 42

15.09.2012, 8:00 – 21:00 Uhr

Tagesfahrt: Idstein im Taunus, Burg Eppstein und das Limeskastell am Großen Feldberg

Abfahrt: 8:00 Uhr in Hagen, Bushaltestelle „Volkshochschule“ Rtg. Haspe, vor der Villa Post oder 8:30 Uhr am Bahnhof Schwelm, Rückkunft gegen 21:00 Uhr. Näheres bitte bei der VHS Hagen erfragen, Infos: s. S. 42

17.09.2012, 9:00 – 12:15 Uhr

PC-Grundlagen an Ihrem Notebook für Leute ab 50

Ort: DBB-Haus, Schwanenstr. 6-10, Veranstalter: VHS Hagen, Infos: s. S. 42

17.09. – 19.11.2012,
10:00 – 11:30 Uhr (10x)

Gedächtnistraining – Denken macht Spaß

Leitung: Ursula Docke, Tel.: 8 61 50, Kneipp-Verein Hagen e. V., Kaffeestube im Ökumenischen Gemeinde-Zentrum Hilfe, Helfer Str. 79, Gebühr: Mitglieder: 25,00 €, Gäste: 35,00 €

20.09.2012, 19:00 Uhr

Donnerstags abends Bild-Vortrag

West-Papua – zwischen Steinzeit und Moderne, Referent: Dr. Matthias Muth, SIHK, Körner Str. 41

21.09.2012, 15:00 – 17:00 Uhr

Fairer Kaffeeklatsch Kaffeeprobieren und eine Führung durch die neue Kaffeerausstellung des LWL-Freilichtmuseums

Veranstalter: VHS Hagen. Infos: s. S. 42

22.09.2012, 11:00 – 13:00 Uhr

Training gegen Inkontinenz Teil 2

Leitung: Ulrike Plewka, Tel.: 0 23 30 / 80 95 23, Kneipp-Verein Hagen e.V., Mellinghausstr. 13, Herdecke, Gebühr: Mitglieder: 15,00 €, Gäste: 20,00 €

24.09.2012, 11:00 – 13:00 Uhr

Schlemmerfrühstück auf dem Harkortsee

Abfahrt: Herdecke, Anlegestelle „Zweibrücker Hof“, Kosten: 16,00 €, Anmeldung erforderlich, Veranstalter: Stadtsportbund, Ansprechpartner: Frau Werkmüller, Infos: s. S. 42

26.09.2012, 17:30 – 19:00 Uhr

Entdeckungen im Drerup-Viertel

Von der Althagener Brücke führt der Weg über die Funckebrücke ins Drerupviertel, Einblicke in die Bauschichte eines Hagener Stadtviertels, Veranstalter: VHS Hagen, Infos: s. S. 42

27.09.2012, 19:00 Uhr

Donnerstags abends Bild-Vortrag

Vielfältige Sahara, Referent: Karl-Heinz Amsler, SIHK, Körner Str. 41

28.09.2012, 17:00 – 19:15 Uhr

Auf den Spuren Hermann Hesses,

von Calw nach Montagnola, Themenabend zum 50. Todestag, Erzählcafé „Altes Backhaus“, Veranstalter: VHS Hagen, Infos: s. S. 42

29.09.2012, ab 19:00 Uhr

Michaelis – Vesper Bach-Kantate 19

„Es erhub sich ein Streit“, Vivaldi, Magnificat, Hymnen und Psalmen von Schein, Praetorius und Mendelssohn, Sopran: Anna Kellnhofer, Tenor: N.N., Johanniskantorei und Johannis-Vokalensemble, Barockorchester Münster, Leitung: Manfred Kamp, Ort: Johanniskirche Hagen am Markt

30.09.2012, 10:00 – 14:00 Uhr

Schloss Hohenlimburg mit der Kamera entdecken

Halbtägige Fotoexkursion am Schloss Hohenlimburg unter der Leitung des Fotografen und Diplom-Designers Rainer Scholz, Veranstalter: VHS Hagen, Infos: s. S. 42

Oktober

04.10.2012, 15:00 – 17:00 Uhr

Wohnen im Alter

Informationsveranstaltung der Wohn- und Pflegeberatung und des Seniorenbüros der Stadt Hagen, Referent ist u. a. der Architekt Herr Heumann, Ort: Rathaus II, 1. Etage, Berliner Platz 22, 58089 Hagen, Infos: s. S. 42

04.10.2012, 19:00 Uhr

Donnerstags abends Bild-Vortrag

Mit der Segelyacht von Hamburg nach Buenos Aires, Referentin: Ariane Hackstein, SIHK, Körner Str. 41

08.10.2012, 9:00 – 12:15 Uhr

PC-Grundlagen I Einführungskurs für Leute ab 50

Ort: Stadtteilhaus Vorhalle, Veranstalter: VHS Hagen, Infos: s. S. 42

09.10. – 11.12.2012,
19:00 – 20:30 Uhr (10x)

Yoga für Frauen

Leitung: Susanne Nitschke,
Tel.: 33 23 83, Kneipp-Verein Hagen e.V., Gymnastikhalle im Kd. Weißenstein, Leopoldstr. 52 (Kuhlerkamp), Gebühr: Mitglieder: 40,00 €, Gäste: 50,00 €

10.10.2012, 15:00 Uhr

Bildervortrag über Südtirol

Ein Bergspaziergang von Heinz-Dieter Bentler, Begegnungsstätte „Oller Dreisch“, Eugen-Richter-Str. 21, Voranmeldung erbeten, Infos: s. S. 42

10.10.2012, 16:15 – 18:00 Uhr

Stadtteilrundgang Neu – Emst

Leitung: Marco Sawatzki Veranstalter: VHS Hagen, Infos: s. S. 42

13.10.2012, 10:00 – 15:00 Uhr

Wohlfühltag für Frauen

Ort: Turnhalle des Elseyer Turnvereins, Heidestr. 34, 58119 Hagen, Kosten: 15,00 €, Veranstalter: Stadtsportbund, Ansprechpartner: Frau Werkmüller, Infos: s. S. 42

14.10.2012, 10:30 – 15:00 Uhr

Tag der offenen Begegnungsstätten

10:30 Uhr **Senioren-gymnastik**

14:00 Uhr **Kreativworkshop Malen** mit Acrylfarben, Begegnungsstätte des PARITÄTISCHEN, Bahnhofstr. 41, Tel: 1 34 74

Singen und Mittagstisch, Caritas Begegnungsstätte „Oller Dreisch“, Eugen-Richter-Str. 21, Infos: s. S. 42

Zu Gast bei Freunden – bunter Nachmittag, Begegnungsstätte AWO Haspe, Hüttenplatz 44, Infos: s. S. 42

Diareise innerhalb Europas Schnupperkurs „english conversation“ (10:45 – 12:00 Uhr)

Zusätzlich gibt es die Gelegenheit im Bistro zum Frühstück und ab 12:00 Uhr den Mittagstisch zu besuchen, Begegnungsstätte der Diakonie Mark-Ruhr, Martin-Luther-Str. 9-11, 58095 Hagen, Tel: 3 80 94 10

Zukunft muss sein – Computer und Co, AWO Schultenhof, Selbecker Str. Infos: s. S. 42

EU – Kaffeetisch, Begegnungsstätte des DRK, Feithstr. 36, Infos: s. S. 42

22.10.2012, 13:30 – 16:45 Uhr

PC-Grundlagen für Leute ab 75

Ort: DBB-Haus, Schwanenstr. 6-10, Veranstalter: VHS Hagen, Infos: s. S. 42

24.10.2012, 18:00 – 19:30 Uhr

Erben und Vererben – Patientenverfügung und Betreuungsrecht

Ort: Villa Post, Veranstalter: VHS Hagen, Infos: s. S. 42

24.10.2012, 15:00 Uhr

Fit im Alter

Aktuelle Infos zum Thema Gesundheit, Begegnungsstätte „Oller Dreisch“, Eugen-Richter-Str. 21, Voranmeldung erbeten, Infos: s. S. 42

25.10.2012, 19:00 Uhr

Donnerstags abends Bild-Vortrag

Vom Dach Afrikas zu den Pyramiden Nubiens, Referent: Dietrich Rühl, SIHK, Körner Str. 41

26.10.2012, 17:00 – 19.15 Uhr

Kaffeehauskultur und Boheme in Berlin vor 100 Jahren

Erzählcafé „Altes Backhaus“ Veranstalter: VHS Hagen, Infos: s. S. 42

26.10.2012, 18:00 Uhr

Freitagskonzert 176

Musik zur Zeit Friedrichs des Großen, Annette Kern, Flöte / Manfred Kamp, Orgel, Johanniskirche am Markt

29.10.2012, 9:00 – 12:15 Uhr

Einführung ins Internet für Leute ab 75

Ort: DBB-Haus, Schwanenstr. 6-10, Veranstalter: VHS Hagen, Infos: s. S. 42

November

03.11.2012, 16:00 Uhr

Theater unterm Schloss: „Wir sind alle keine Engel“

von Albert Husson, Werkhof Kulturzentrum, Herrenstr. 17, 58119 Hagen, Tel.: 0 23 34 / 92 91 90, AK 10,00 €, VVK 8,00 €, weitere Vorstellungen: 11.11.12 (16:00 Uhr), 16.11.12 (17:00 Uhr), 17.11.12 (16:00 Uhr) 18.11.12 (19:00 Uhr)

04.11.2012, 11:00 – 16:00 Uhr

Trödelmarkt Begegnungsstätte „Oller Dreisch“

Eugen-Richter-Str. 21, Infos: s. S. 42

05.11.2012, 9:30 – 12:45 Uhr

PC-Grundlagen für Leute ab 50

Ort: Villa Post, Veranstalter: VHS Hagen, Infos: s. S. 42

05.11.2012, 13:30 – 16:45 Uhr

PC-Grundlagen an Ihrem Notebook für Leute ab 50

Ort: DBB-Haus, Schwanenstr. 6–10, Veranstalter: VHS Hagen, Infos: s. S. 42

Senioren-umzug?



Aloys Priller
HAGEN MÖBELSPEDITION

- Umzugs-Service • Senioren-Service •
- Familien-Service •

Wir machen's leicht.

Töpferstraße 2-4 • 58095 Hagen • Telefon (0 23 31) 2 56 89 • Telefax (0 23 31) 2 56 93

Ist doch leicht!

www.umzug-service.de • Email: info@umzug-service.de

08.11.2012, 19:00 Uhr

Donnerstags abends Bild-Vortrag

Weltberühmte Bauwerke des Orients in Damaskus, Istanbul Isfahan und Samarkand, Referent: Christoph Mahler, SIHK, Körner Str. 41

10.11.2012, 18:00 – 21:00 Uhr

Faszination der Edelsteine für Leute ab 60

Ort: Villa Post, Veranstalter: VHS Hagen, Infos: s. S. 42

12.11.2012, 16:30 – 19:45 Uhr

PC-Grundlagen an Ihrem Notebook für Leute ab 50

Ort: Stadtteilhaus Vorhalle, Veranstalter: VHS Hagen, Infos: s. S. 42

13.11.2012, 19:00 – 21:15 Uhr

105 Jahre und kein bisschen leise

An diesem Abend wird der Historiker Jörg Fritzsche auf die bewegte Geschichte des Philharmonischen Orchesters Hagen zurückblicken. Ort: Stadtbücherei, Veranstalter: VHS Hagen, Infos: s. S. 42

14.11.2012, 19:00 – 21:15 Uhr

Vorsicht: Falschgeld

Christian Schmidt, Kriminalhauptkommissar des LKA wird über echtes und falsches Geld reden und die Echtheitsmerkmale der Euro-Banknoten erläutern. Ort: Villa Post, Veranstalter: VHS Hagen, Infos: s. S. 42

15.11.2012, 19:00 Uhr

Donnerstags abends Bild Vortrag

Flandern – ein Schatzhaus Europas, Referentin: Dr. Margrit Sollbach-Papeler, SIHK, Körner Str. 41

16.11.2012, 18:00 Uhr

Freitagskonzert 177

Orgelmusik zum Ende des Kirchenjahres, an der Orgel: Klaus Stehling, Dortmund, Johanniskirche am Markt

17.11.2012, 10:30 – 12:00 Uhr

Lebendiges Judentum Führung durch die Ausstellung der Alten Synagoge Hohenlimburg

Ort: Alte Synagoge, Jahnstr. 46, 58119 Hohenlimburg, Veranstalter: VHS Hagen, Infos: s. S. 42

17.11.2012, 16:30 – 19:45 Uhr

Kleine Gesteinskunde für Leute ab 60

Wie entstehen Gesteine? Welche Gesteine gibt es und woraus bestehen sie? Diesen und ähnlichen Fragen widmet sich die Dozentin Antje Selter. Veranstalter: VHS Hagen, Ort: Villa Post, Infos: s. S. 42

19.11.2012, 13:30 – 16:45 Uhr

PC-Grundlagen für Leute ab 75

Ort: DBB-Haus, Schwanenstr. 6-10, Veranstalter: VHS Hagen, Infos: s. S. 42

19.11.2012, 19:30 – 21:00 Uhr

Einbruchprävention

Veranstalter: VHS Hagen in Kooperation mit dem Kommissariat Vorbeugung der Polizei Hagen, Ort: Villa Post, Infos: s. S. 42

21.11.2012, 10:00 – 11:30 Uhr

Rundum gut versichert

allgemeiner Überblick, Veranstalter: VHS Hagen, Infos: s. S. 42

22.11.2012, 19:00 Uhr

Donnerstags abends Los Mexicanos

„Mariachi-Musik aus Mexiko und Lateinamerika“, SIHK, Körner Str. 41

23.11.2012, 17:00 – 19:15 Uhr

Frauen im Nationalsozialismus

Erzählcafé „Altes Backhaus“, Veranstalter: VHS Hagen, Infos: s. S. 42

4.11.2012, 9:30 – 12:45 Uhr

Die zweite Miete?

Betriebskostenabrechnung, Steuerbescheinigung, Ort: VHS Hohenlimburg, Infos: s. S. 42

24.11.2012, 10:00 – 13:30 Uhr

Fair gehandelte Gewürze Verkostung und Information

Veranstalter: Stadtbücherei, VHS Hagen, AllerWeltHaus, Infos: s, S, X

24.11.2012, 15:00-18:15 Uhr

Entwicklung der Menschheit für Leute ab 60

Wer Genaueres und Ausführliches über die Evolution der Menschheit unter dem Geologischen Aspekt erfahren möchte, ist herzlich zu diesem Vortrag der Dipl. Geologin Anrje Selter eingeladen. Ort: Villa Post, Veranstalter: VHS Hagen, Infos: s. S. 42

25.11.2012, 11:00 Uhr

Chormusik zum Ewigkeitssonntag im Gottesdienst

Johanniskantorei, Instrumentalisten, Leitung: Manfred Kamp

26.11.2012, 9:00 – 12:15 Uhr

Einführung ins Internet für Leute ab 50

Ort: Villa Post, Veranstalter: VHS Hagen, Infos: s. S. 42

28.11.2012, ab 15:00 Uhr

Herbstskattunier

Jeder Teilnehmer gewinnt einen Preis, Startgebühr: 5,00 Euro, Begegnungsstätte „Oller Dreisch“, Eugen-Richter-Str. 21, Infos: s. S. 42

Preiswert

Gute Fachgeschäfte sind ihren Preis wert und günstig.

Qualitäts-Schlafsysteme...

- in allen Ausführungen wie: Kaltschaum-, Latex- und Tonnenfederkernmatratzen
- in allen Größen von 80 bis 200 cm
- in allen Preislagen

Viele hochwertige **Marken**

RÖWA
WERKMEISTER
JOOP!
ESTELLA
elegante
RELAX

Bettenparadies NOLTE
Fachgeschäft und Hausberatung, Boeler Str. 196, Hagen (H) Loxbaum
Telefon 02331 81269
www.bettenparadies-nolte.de

**NOLTE
BETTEN
PARADIES**

Wiederkehrende Termine

Selbsthilfe

Die Begegnungsstätte des Paritätischen, Bahnhofstr. 41, ist auch ein Treffpunkt für Selbsthilfegruppen: Pro Retina, Blindenverein, Gehörlosenverein Fortschritt, Psoriasis, Rheumaliga, Kehlkopfoperierte, Unruhige Beine Morbus Bechterew Gymnastikgruppe, Messies, SHG Transidentität, SHG Schmerzen, Marfan Hilfe Deutschland, Infos: Paritätischer, Tel. 1 34 74 oder Selbsthilfe-Büro 18 15 16

Neue Kurse!

Computerkurse 50 plus,

Caritasverband und Kath. Bildungswerk, Infos: P. Krahforst, Tel. 35 43 562

Montag – Donnerstag

10:00 – 11:30 Uhr

Computerkurse 50 Plus für Anfänger Windows 7 und Internet- E-Mail Mo, di, mi, do 10.00 – 11.30 Uhr Anmeldung: bei Herrn Obermüller Tel. 02331 / 53213

AWO-Begegnungsstätte Schultenhof, Selbecker Str. 16

Club Reise 50+ „Jetzt erst Recht“,

City Comfort Hotels, Rheinstr. 44, 84453 Mühldorf am Inn, Gebühr: ab 99,00 €/Person, Tel.: 0 86 31 - 38 10

Virtuelles Bowling

Mit der Multiple Sklerose Gruppe,

Termine werden nach Anfrage gemacht, alle Interessenten werden auf eine Liste eingetragen und über die Termine informiert, alle Senioren sind hierzu herzlich eingeladen, AWO Begegnungs- und Beratungszentrum Carlo Ross, Fraunhoferstr. 18, Tel.: 8 99 30

Jeden Montag:

09:00 – 10:00 Uhr

Sitzgymnastik

mit Renate Geitebrügge, AWO Begegnungs- und Beratungszentrum Carlo Ross, Info: s. S. 42

9:30 - 10:15 Uhr + 10:15 – 11:15 Uhr

Gymnastik 60 plus,

Leitung: Frau Decker, AWO Begegnungsstätte Haspe, Hüttenplatz 44, Info: Frau Ebeling, Tel. 3 81 12

09:30 Uhr-10:15 Uhr

und 10:15-11.00Uhr

Wassergymnastik,

Leitung: Frau Straube, Helmut-Turck-Zentrum, Johann-Fr.-Oberlin-Str. 9-11, Infos: Begegnungsstätte, Martin-Luther-Str. 9-11, Tel. 38 09-410

10.00 - 11.00 Uhr

Sitzgymnastik

Gebühr: 2,00 € / Termin, Info: AWO Begegnungsstätte ha.ge.we-Kulturhof-Emst, s. S. 42

10:00 – 11:00 Uhr

Gymnastik

Oller Dreisch, Infos: s. S. 42

10:30 - 12:00 Uhr

Seniorenberatung

Beratung: Frau Krahforst Begegnungsstätte „Oller Dreisch“, Eugen-Richter-Str. 21, 58089 Hagen, Tel.: 3 54 35 62

10.45 - 12.15 Uhr

Französisch für den Alltag

Leitung: Gabriela Ortwein, Gebühr: 40,00 € (für 10 x), AWO Begegnungsstätte Wehringhausen, Info: Frau Ebeling, Tel.: 3 81 12

11.00, 12.00, 13.00 Uhr

Wassergymnastik,

Leitung: Brigitte Nickel, Helmut-Turck-Zentrum, Info: DRK, s. S. 42

13.30 - 15.00 Uhr

Englisch für den Alltag

Leitung: Gabriela Ortwein, Gebühr: 40,00 € (für 10 x), AWO Begegnungsstätte Wehringhausen, Info: Frau Ebeling, Tel.: 3 81 12

13:30 Uhr **Handarbeiten**

14:30 Uhr **Musik- und Gesprächskreis**

Begegnungsstätte des Paritätischen, Bahnhofstr. 41, Tel. 1 34 74

14:00 - 17:00 Uhr

Sozialberatung – Berechtigungsscheine für Warenkorb/Kleiderladen-

Beratung: Herr Wagner, Begegnungsstätte „Oller Dreisch“, Eugen-Richter-Str. 21, 58089 Hagen, Tel.: 0 23 31 - 3 54 35 62

14:00 – 18:00 Uhr

Café

AWO Begegnungsstätte Schultenhof, Info: s. S. 42

14:15 – 15:30 Uhr

Sturzprophylaxe

Kursleiter: Matthias Kotyk, Sturzprophylaxe Trainer, AWO Begegnungsstätte Vorhalle, Info und Anmeldung: mittwochs, von 10:00 – 13:00 Uhr, Tel. 0 23 31/ 8 99 30

Die Kurse sind über die Krankenkassen abzurechnen

14:15 - 15:45 Uhr

SeniorInnen-Tanz

Leitung: E. Engelhard, Seniorenbegegnungsstätte der Ev. Dreifaltigkeits-Gemeinde, Eppenhauser Str. 152, 58093 Hagen, s. S. 42

Dem Leben einen würdigen Abschluss geben

Das Bestattungsunternehmen Friedrich A. Schweizer ist seit 120 Jahren ein erfahrener und kompetenter Partner im Sterbefall



Eilfelder Straße 113, 58095 Hagen
Telefon: 02331 339191
info@bestattungen-schweizer.de
www.bestattungen-schweizer.de



14.30 – 17.30 Uhr

Betreuungsgruppe für Menschen mit Demenz

Pfarrzentrum St. Johannes, Boeler Kirchplatz 17, Ansprechpartnerin: Frau Erdmann (Johanniter), Tel.: 93 99 – 5 16, in Kooperation mit: Netzwerk Demenz, Die Johanniter, Caritas Hagen, Wohlbehagen, BSH, Diakonie Hagen

15.45 – 17.00 Uhr

Schwimmen mit dem AWO OV Vorhalle Hauptschule am Vossacker

16:00 Uhr-17:30 Uhr

Französisch für Anfänger

Referent: Herr Niland, Begegnungsstätte, Martin-Luther-Str. 9-11, Tel.: 38 09 - 4 10

16:00-18:00 Uhr

Theater-Senioren-Club

Info: Fr. C. Nöding, Tel. 0 23 31/ 207 -32 75 oder 01 71 – 2 82 72 49, Theater Hagen, Elberfelder Str. 65, 58095 Hagen

17:00 – 19:00 Uhr

Musikverein Postalia

Info: AWO Begegnungs- und Beratungszentrum Carlo Ross, s. S. 42

16:45 -18:15 Uhr

Tanzkurs für Anfänger mit Gabriela Ortwein

(dienstags 15.00 – 20:00 Uhr für Fortgeschrittene), 10 Termine, 50,00 €, Info: ha.ge.we-Kulturhof. Emst, s. S. 42

16.00 – 20.00 Uhr

Schachabend

AWO Begegnungsstätte Schultenhof, Selbecker Str. 16, 58091 Hagen, Tel.: 7 20 53 (Mo. - Do. nachmittags)

18:00-19:00 + 19:00-20:00

Bauch, Beine, Po 50+

Info: Susanne Langemann-Eyer, Tel.: 4 88 34 84, Handy: 01 72 - 1 72 97 18, Werkhof Hohenlimburg, Herrenstr. 17, 58119 Hagen, Zehnerkarte 40,00 €

19:00 – 20:00 Uhr

Gymnastikkurs

der AWO Begegnungsstätte Hohenlimburg, Rundturnhalle Elsey Leitung: Heike Hobein

Jeden 1. Montag

ab 14:30 Uhr

Die MontagsWaffel: Waffeleessen mit der Möglichkeit im Anschluss die Sing- und Handarbeitsgruppe sowie die weiteren Angebote kennen zu lernen,

Begegnungsstätte des Paritätischen, Bahnhofstr. 41, Tel. 1 34 74

16:30 - 19:00 Uhr

Betreuungsnachmittag für Betroffene, Angehörige und Interessierte von Demenzkranken,

Tagespflegehaus Haspe, Waldecker Str. 7, 58135 Hagen, Tel: 90 28 28

19:00 - 21:00 Uhr

Angehörigentreffen von Demenzkranken, Gemeindehaus der Ev.

Paulusgemeinde, Borsigstr. 11, 58089 Hagen, Tel.: 0 23 31 / 2 04 67 90 oder 2 04 67 58 oder 7 02 00 oder 01 74 / 5 13 72 57

Jeden 1. und 3. Montag

17:00 – 19:00 Uhr

Emster Sing-Treff,

Infos: AWO Begegnungsstätte ha.ge. we-Kulturhof.Emst, s. S. 42

Jeden 2. Montag im Monat

14:30 - 16:30 Uhr

Demenzcafé für Demenzkranke und ihre Angehörigen, DRK Seniorenheim,

Lange Str. 9-11, 58089 Hagen, Veranstalter: DRK Kreisverband Hagen/DRK Seniorenheim, Tel.: 3 45 67

15:00 Uhr

Bingo

AWO Begegnungsstätte Hohenlimburg, Klosterkamp 40

18:30 – 20:00 Uhr

Emst – Einst und Jetzt

Leitung: Matthias Sawatzki, ha.ge. we-Kulturhof.Emst, VHS-Kurs-Nr.: 10 36, Info: 207-3622, Eintritt frei

18:00 – 20:00 Uhr

Gesprächskreis für Menschen mit Demenz im Frühstadium, Johanniter-Unfall-Hilfe e.V., Schillerstr. 18 d, 58089 Hagen, Infos: Dagmar Roggenkamp, Tel.: 9 23 94 95, Regina Erdmann, Tel.: 93 99 - 5 16

Jeden 3. Montag im Monat

Montagsfrühstück

AWO Begegnungsstätte Schultenhof, Info s. S. 42

18.00 Uhr (April u. Mai/September u. Oktober)

Selbsthilfegruppe Schlafapnoe,

Ansprechpartner: Herr Ruthenkolk AWO-Begegnungsstätte Schultenhof, Infos s. S. 42

Offenes Internet-Café

Mittwoch

13.00 - 16.00 Uhr

AWO Begegnungsstätte Schultenhof, Info s. S. 42

Leitung: Herr Obermüller

Jeden 4. Montag

18:00 – 21:00 Uhr

ZWAR Frauengruppe

ZWAR steht für ‚Zwischen Arbeit und Ruhestand‘ und ist eine politisch und konfessionell neutrale Frauengruppe. Es haben sich Frauen in der Lebensmitte zusammengefunden, die aufgeschlossen, aktiv und offen für neue Ideen sind und gemeinsam vielfältige Aktivitäten ausüben. Infos: E. Weber, Tel.: 0 23 34 - 56 71 57, A. Jung, Tel.: 3 76 89 07 und W. Wermeier, Tel.: 7 88 46 29

Jeden Dienstag:

9:00 – 11:00 Uhr

Gemeinsames Frühstück

im Ollen Dreisch, Infos: s. S. 42

09:00 – 12:00 Uhr

Nähgruppe AWO Schultenhof, Leitung: Frau Gerhardt, Anmeldung bei der Kursleitung, Tel.: 5 61 52, Info, s. S. 42

9:30 – 10:30 Uhr

Gymnastik für Frauen 60plus

Leitung: Susanne Nitschke, AWO Begegnungsstätte Wehringhausen, Bachstr. 26, Info: Frau Ebeling, Tel: 3 81 12

09:30 – 11:00 Uhr

Folkloretanz in der Jakobusgemeinde Hagen-Helfe, Helfer Str. 66

10:00 - 13:00 Uhr

Seniorenberatung

Beratung: Frau Ebeling, AWO UB
Hagen / Märkischer Kreis, Böhmerstr.
11, 58095 Hagen, Tel.: 3 81 12

10:30 - 12:00 Uhr

Seniorenberatung

Beratung: Frau Krahforst Begegnungsstätte „Oller Dreisch“, Eugen-Richter-Str. 21, 58089 Hagen, Tel.: 3 54 35 62

11.00 – 12.00 Uhr

Gymnastik mit dem OV

AWO-Begegnungsstätte Vorhalle,
Info s. S. 42

13:30 Uhr

Gymnastik mit anschließendem Kaffeetrinken

15:00 Uhr Kegeln (1 x im Monat,
Kegelzentrum Hagen)
Begegnungsstätte des Paritätischen,
Bahnhofstr. 41, Tel.: 1 34 74

Ab 14:00 Uhr

Skatrunde – Mitspieler herzlich willkommen, Info: DRK Seniorenbegegnungsstätte, s. S. 42

14:00 – 17:00 Uhr

Seniorentreff mit Brett und Kartenspiel Info: AWO Begegnungs- und Beratungszentrum Carlo Ross, s. S. 42

14:00 – 18:00 Uhr

Café

AWO Begegnungsstätte Schultenhof,
Info: s. S. 42

14:30 – 17:30 Uhr

Spielesachmittag

AWO Begegnungsstätte Vorhalle,
Stadtteilhaus Vorhalle

14:30–16:30 Uhr

Senioren-Café Beratung und Begegnung, Corbacher Str. 20, Tel.: 4 42 34

15:00 – 17:00 Uhr

Geselliger Nachmittag für Jung und Alt – jeder Nachmittag steht unter einem Thema: Spiele-Nachmittag, musikalische Erinnerungen, Erinnerungen an alte Gebäude, Zaubernachmittage, Info: Mehrgenerationenhaus des Kinderschutzbundes, Potthofstr. 20

15:00 – 19:00 Uhr

Boulen (Pétanque) hinter Café Busche auf Emst Info: H. Hilker, Tel. 95 42 83 oder H. Bischof, Tel. 2 74 75

16:00 – 17:00 Uhr

Bewegung mit Spaß

Leitung: M. Junker, Tel.: 4 73 90 90,
Begegnungsstätte im Alten Stadtbad,
Berliner Str. 115, 58135 Hagen

16:30 – 18:00 Uhr

Seelsorge, Angehörigentreffen und Betreuung von Demenzkranken

Tagespflegehaus Haspe, Waldecker Str. 7, 58135 Hagen, Veranstalter: Ev. Altenhilfe und Betreuung Haspe gGmbH, Tagespflege der Diakonie Pflege und Reha gGmbH, Mops Mobil und Diakoniezentrum Haspe e.V., Tel.: 90 28 28

17:00 – 18:15 Uhr

Gymnastikkurs

der AWO Begegnungsstätte
Hohenlimburg, Turnhalle Realschule,
Infos: K. Ebeling, Tel. 381-12

17.00 – 18.30

Tanzkurs für die Generation 50+

- Fortgeschrittene, Leitung Gabriela Ortwein, Kursgebühr: 50,00 €, Infos: AWO-Begegnungsstätte ha.ge.we. Kulturhof Emst

Dienstags jede gerade Woche

ab 14.30 Uhr

Tanz, AWO Boelerheide, Overbergstr. 125 (außer in den Monaten Juli und August – Sommerpause), Tel.: 68 93 97

Bingo, AWO Begegnungsstätte Haspe, Hüttenplatz 44, Tel.: 4 14 77

Dienstags, jede ungerade Woche

Tanz

AWO Haspe, Hüttenplatz 3, Tel.: 4 14 77

Jeden 1. Dienstag

9:00 – 11:00 Uhr

Gemeinsames Frühstück im Ollen Dreisch, Infos: s. S. 42

Erzählwerkstatt. Leitung: M. Buchenau, Seniorenbegegnungsstätte der Ev. Dreifaltigkeits-Gemeinde, Eppenhauer Str. 152, s. S. 42

13:30 – 16:30 Uhr

Acrylworkshop 50 plus, Leitung: Trees Buntenbach, AWO Begegnungsstätte Wehringhausen, Bachstr. 26; Info / Anmeldung 3 48 64 30

15:00 – 18:00 Uhr

Boulen, Brett-Kartenspiele, AWO Begegnungsstätte Schultenhof, Info: s. S. 42

15.00 Uhr

Kaffee und mehr, Paritätischer Wohlfahrtsverband, Bahnhofstr. 41, Leitung: R. Aßmann, Tel.: 5 68 71, Vd K Hagen Mitte

Jeden 2. Dienstag

16:00 Uhr

Theatergespräche, Frau Dr. Hilchenbach, Info: ha.ge.we-Kulturhof.Emst, s. S. 42

16:30 – 18:00 Uhr

Angehörigentreffen und Betreuung von Demenzkranken, Wohlbehagen Haus der Kurzzeitpflege, Schwerter Str. 179, 58099 Hagen, Veranstalter: Alzheimer-Demenz Selbsthilfegruppe Hagen e. V., Tel.: 0 23 31 - 9 66 66 - 0 oder - 34

17:00 - 19:00 Uhr

Angehörigentreffen und Betreuung von Demenzkranken, AWO Lennepark, Klosterkamp 40, 58119 Hagen, Veranstalter: AWO Hohenlimburg, Diakoniestation Hohenlimburg und Mops Mobil, ambulanter Pflegedienst, Tel.: 0 23 34 - 4 42 50

17:30 – 19:00 Uhr

Demenzcafé für demenziell erkrankte Menschen und ihre Angehörigen, AWO-Begegnungsstätte Hohenlimburg, Klosterkamp 40

Jeden 3. Dienstag

10:00 – 13:00 Uhr

Aquarellworkshop 50 plus, Leitung: Trees Buntenbach, AWO Begegnungsstätte Wehringhausen, Bachstr. 26; Info / Anmeldung unter Tel.: 3 48 64 30

15:00 Uhr

SPD „60 Plus“ Zusammenkunft, Emst-Bissingheim / Remberg-Fleyer Viertel, Info: ha.ge.we-Kulturhof.Emst, s. S. 42

16:30 – 18:00 Uhr

Treffen für pflegende Angehörige von Demenzzkranken,

Tagespflegehaus Waldecker Str. 7

18:00 Uhr

Patientenforum, jeweils ein leitender Arzt des Krankenhauses bietet einen informativen Vortrag zu einem bestimmten Krankheitsbild, dessen Ursachen und Behandlungsmöglichkeiten, Schulungsraum des Ev. Krankenhaus Hagen-Haspe, Brinkmannstr. 20

Jeden letzten Dienstag

15:00 Uhr

SPD „60 Plus“ Zusammenkunft,

Hilfe-Fley, AWO-Seniorenzentrum, Joh.-Friedr.-Oberlin-Str., Info: Tel. 91 94 50

14:30 Uhr

Seniorentreffen bei Kaffee und Kuchen, Oller Dreisch, Infos: s. S. 42

Jeden Mittwoch:

09:00 – 10:00 Uhr

Sitzgymnastik mit Renate Geitebrügge, AWO Begegnungs- und Beratungszentrum Carlo Ross, Info: s. S. 42

9:45 Uhr-11:15 Uhr und

Englisch für Fortgeschrittene,

Referent: Herr Niland, Begegnungsstätte, Martin-Luther-Str. 9-11, Tel. 38 09-410

10:00 - 12:00 Uhr

Zeichenkurs, Gebühr: 35,00 € (für 8 x), Info: AWO-Begegnungsstätte Wehringhausen, s. S. 42

10:30 - 12:00 Uhr

Seniorenberatung, Beratung: Frau Krahforst Begegnungsstätte „Oller Dreisch“, Eugen-Richter-Str. 21, 58089 Hagen, Tel. 3 54 35 62

10:30 Uhr

Gymnastik mit anschließendem Kaffeetrinken

10.00 – 12.00 und 14.00 – 16.30

Malen mit Trees

Begegnungsstätte des Paritätischen, Bahnhofstr. 41, Tel.: 1 34 74

13:00 – 16:00 Uhr

Offenes Internet-Café Leitung: Herr Obermüller, AWO-Begegnungsstätte Schultenhof, Selbecker Str. 16, Info s. S. 42

13.00-14.30 Uhr

Niederländisch 50+, AWO-Begegnungsstätte Wehringhausen, s. S. 42

14:00 – 17:00 Uhr

Unterhaltsamer Nachmittag mit Kaffee und Kuchen, Info: ha.ge.we-Kulturhof.Ernst, s. S. 42

14:00 – 17:00 Uhr

Mittwochscafé, AWO Begegnungsstätte Wehringhausen, Leitung: Erich Blum, Info: Frau Ebeling, Tel.: 38 112

14:00 - 17:00 Uhr

Virtuelle Bowlinggruppe 60+, Info: AWO Begegnungsstätte Wehringhausen

14:00 – 18:00 Uhr

Café, AWO Begegnungsstätte Schultenhof, Info: s. S. 42

14.00 – 16.00 Uhr

AGIL, AWO Gesprächs- und Informationsladen, Informationen rund um den Stadtteil Wehringhausen, Tel.: 9 33 8 99 6, Fax: 9 33 8 99 5

17:30 Uhr

Theatergruppe für Erwachsene, Info: ha.ge.we-Kulturhof.Ernst, s. S. 42

17.30 – 20.30 Uhr

Nähgruppe AWO Schultenhof, Infos, s. S. 42 Leitung: Frau Rudell

19:00-20:00 Uhr

Aerobic 50+ Info: Susanne Lange-mann-Eyer, Tel.: 4 88 34 84, Handy: 01 72 - 1 72 97 18, Werkhof Hohenlimburg, Herrenstr. 17, 58119 Hagen, Zehnerkarte 40 €

Jeden 1. + 3. Mittwoch

14.30 -17.00 Uhr

Multiple Sklerose Gruppe, Vorsitzender: Fritz Deneke, Info: AWO Begegnungs- und Beratungszentrum Carlo Ross, s. S. 42

Jeden 2. Mittwoch

Badefahrt nach Bad Sassendorf

Stadtsporthaus Hagen, Leitung: Ursula Werkmüller, Infos: s. S. 42

10:00 – 11:00 Uhr

Offenes Singen, Oller Dreisch, Infos: s. S. 42

Jeden 2.+ 4. Mittwoch

14:00 – 17:00 Uhr

Beratungsangebot für Angehörige von Demenzzkranken, Allgemeines Krankenhaus Hagen gem. GmbH, Haus 60, 2. Etage, Raum 207, Grünstr. 35, 58089 Hagen, Veranstalter: Alzheimer-Demenz Selbsthilfegruppe Hagen e.V., Tel.: 2 01 - 10 31

Jeden letzten Mittwoch-nachmittag

VdK-Veranstaltungen, Info: AWO Boelerheide, Overbergstr. 125, Tel.: 68 93 97

Jeden Donnerstag

Geburtstagskaffee

AWO Begegnungsstätte Vorhalle am Donnerstag 14.00 – 17.00 Uhr nach Anmeldung in der Begegnungsstätte bei Frau Buhl möglich.

09.00 – 12.00 Uhr

Familientreff Info und Kinderbetreuung

AWO Begegnungsstätte Vorhalle, Info s. S. 42

9:30-10:30 Uhr

Morgengymnastik 50+ Info: Susanne Langemann-Eyer, Tel.: 48 83 484, Handy: 01 72 - 1 72 97 18, Werkhof Hohenlimburg, Herrenstr. 17, 58119 Hagen, Zehnerkarte 40,00 €

9:45 Uhr-11:15 Uhr

Englisch Mittelkurs, Referent: Herr Niland, Begegnungsstätte, Martin-Luther-Str. 9-11, Info: Frau Wiewiorka, Tel.: 38 09 - 4 10

10:00-11:00 Uhr

Gymnastik für Hochbetagte, Leitung: Karin Schwan, DRK-Seniorenbegegnungsstätte, s. S. 42

10.00-11.00 Uhr

Sitzgymnastik, Leitung: Christine Berger, Infos: AWO-Begegnungsstätte ha.ge.we. Kulturhof Emst, s. S. 42

10:00 – 15:00 Uhr

Seniorenberatung, AWO UB Hagen / Märkischer Kreis, Böhmerstr. 11, Frau Ebeling, Tel.: 3 81 12

10.00 – 12.00 Uhr

AGIL, AWO Gesprächs- und Informationsladen, Informationen rund um den Stadtteil Wehringhausen, Tel.: 9 33 89 96, Fax: 9 33 89 95

10:00 Uhr **Seniorengesprächsrunde**

10:15 Uhr **Wassergymnastik**

(Schwimmbad der AWO, Helmut-Turck-Zentrum)

11:00 Uhr **Wassergymnastik**

12:00 Uhr **Wassergymnastik**

13:00 Uhr **Spielgruppen (Rommee)**

14:30 Uhr **Musik- und Singgruppe**
Begegnungsstätte des Paritätischen, Bahnhofstr. 41, Tel.: 1 34 74

10:30 - 12:00 Uhr

Seniorenberatung, Begegnungsstätte „Oller Dreisch“, Eugen-Richter-Str. 21, 58089 Hagen, Beratung: Frau Krahforst Tel.: 0 23 31 - 3 54 35 62

14:00 – 18:00 Uhr

Betreuungsgruppe für demenziell Erkrankte, Leitung: Monika Pawlak, AWO Begegnungsstätte Hüttenplatz 44, Anmeldung erforderlich!; Info / Anmeldung: Frau Ebeling 3 81 12

14:00 – 17:00 Uhr

Café, AWO Begegnungsstätte Schultenhof, Info: s. S. 42

14:00 – 17:00 Uhr

Seniorentreff mit Brett und Kartenspiel, Info: AWO Begegnungs- und Beratungszentrum Carlo Ross, s. S. 38

14:00 – 18:00 Uhr

Ortsvereintreff, Ansprechpartnerin: Bärbel Pfeiffer, AWO Begegnungsstätte Schultenhof, Info: s. S. 42

14:30 - 16:30 Uhr

SeniorInnen-Nachmittag, Leitung: Pfarrer M. Heuer, E. Meiners, und S. Homberger, Begegnungsstätte der Ev. Dreifaltigkeits-Gemeinde, Eppenhauer Str. 152, 58093 Hagen, Tel.: 58 83 00, jeden Donnerstag ein anderes Programm, Info: s. S. 42

14:00 – 17:00 Uhr

Spielesachmittag, AWO Begegnungsstätte Vorhalle, Stadtteilhaus Vorhalle

15:00 – 16:00 Uhr

Seniorentanz

Kreis-, Block-, Line-, Contra-Tänze anschließend Sitztänze und geselliges Beisammensein in der Jakobus-Kirchengemeinde Hilfe-Mitte, Helfer Str. 66, Info: Tel. 88 08 76 oder 96 18 10

15:00 – 19:00 Uhr

Boulen (Pétanque) hinter Café Busche auf Emst Info: H. Hilker, Tel.: 95 42 83 oder H. Bischof, Tel.: 2 74 75

15:00 – 19:00 Uhr

Skatclub, Ansprechpartner: Erwin Pfeiffer, Tel.: 70883, AWO Begegnungsstätte Schultenhof, Info: s. S. 42

15:00-17:00 Uhr

Jung trifft Alt - Seniorennachmittag Gesellschaftsspiele, Gedächtnisstraining, Vorträge, Gymnastik etc., Mehrgenerationenhaus des Kinderschutzbundes, Potthofstr. 20, Tel. 38 60 89-0

14:30 - 16:30 Uhr

SeniorInnen-Nachmittag, Ansprechpartnerin S. Homberger, Begegnungsstätte der Ev. Dreifaltigkeits-Gemeinde, Eppenhauer Str. 152, 58093 Hagen, Tel.: 58 83 00, Infos: s. S. 42
Jeden Donnerstag ein anderes Programm

15:00 – 17:00 Uhr

Das Beratungsbüro Netzwerk Demenz hat geöffnet, Altes Stadtbad Haspe, (Büro der Evangelischen Stiftung Volmarstein), Berliner Str. 115

18:00 - 21:00 Uhr

Selbsthilfegruppe Angst, Ansprechpartner: Herr Niesen AWO Begegnungsstätte Schultenhof, Selbecker Str. 16, 58091 Hagen, Tel. 7 20 53 (Mo. – Do. nachmittags)

Ab 18:00 Uhr

Tango Argentino-Kurse, Info: Ha.ge.we-Kulturhof.Emst, s. S. 42

Jeden 1. Donnerstag

15:00 Uhr

Vorlesen und begeistern ein Hagener-Projekt

Vorlesen mit Frau Bonefeld, Die Hagener EFi liest Kurzgeschichten vor und regt zum Gedankenaustausch an. Stadtteilbücherei Hohenlimburg, Langenkampstr. 14 (Hoesch Gebäude), Info unter Tel.: 207 - 44 77

15:30 Uhr

Trauer-Café - ein Treffen für trauernde Menschen, Casino des Alten Stadtbads, Berliner Str. 115, Info: Pfr. Siegfried Gras, Tel. 4 73 90 90 oder 01 75 - 5 23 22 29

15.30 - 17.30 Uhr

Demenzcafé für Demenzzranke und ihre Angehörigen - informelles Treffen bei Kaffee und Kuchen mit Betreuung der Demenzzranke, Friedhelm-Sandkühler-Seniorenzentrum, Hüttenplatz 46-48, 58135 Hagen, Veranstalter: Seniorenzentrum der AWO, Tel.: 90 34 14

Jeden 2. + 4. Donnerstag

16:00 - 19:00 Uhr

Betreuung von Demenzzranke, Gemeindehaus der Ev. Paulusgemeinde, Borsigstr. 11, 58089 Hagen, Veranstalter: Alzheimer-Demenz Selbsthilfegruppe Hagen e. V. , Tel.: 2 04 67 90 oder 2 04 67 58 oder 7 02 00 oder 01 74 - 5 13 72 57

Jeden 3. Donnerstag

11:00 - 12:00 Uhr

LebensLangeLeseLust - Vorlesestunde für ältere Menschen, Stadtbücherei Springe - Musikabteilung, 58095 Hagen, keine Anmeldung erforderlich, gebührenfrei

14:00 – 16:00 Uhr

Cafe Formular, ehrenamtliche Helfer unterstützen sie bei Behördenangelegenheiten, Anträge/Formulare können mitgebracht werden, Haus der Freien Evangelischen Gemeinde Hagen, Märkischer Ring 39



Altgold ist wertvoll!

● Prüfen ● Werten ● Beraten

Wir kaufen Gold, Platin, Silber,
Zahngold, Münzen und Bestecke

**Seriöser Ankauf durch die
Goldschmiedemeister
Ingo und Burkhard Adam**

Adam
goldschmiede
juweliere

im
von Hagen

Sparkassen-Karree 5 • 58095 Hagen
Tel.: (0 23 31) 3 29 57
www.adamschmuck.de

Kostenlos im Sparkassen-Karree

Über 50 Jahre in Hagen!



**HEB GmbH – Hagener
Entsorgungsbetrieb**
Fuhrparkstr. 14 - 20
58089 Hagen
Tel. 0 23 31-35 444 444
kundenservice@heb-hagen.de
www.heb-hagen.de

**Saubere Arbeit.
Gutes Gefühl.**

Das Unterflursystem

Diese innovativen Müllentsorgungs-Systeme sind
speziell für den Einsatz in Großwohnanlagen
entwickelt worden und bieten viele Vorteile:

- barrierearme Müllentsorgung
(einfache Bedienung auch für
Kinder und ältere Menschen)
- optisch schöne Gestaltung
- keine Geruchsbelästigung
- keine Brandgefahr
- abschließbar
- für Restmüll, Altpapier
und Leichtverpackungen



**Mehr Informationen erhalten
Sie über unseren Kundenservice ...**

Caritas Sozialstation




- Pflege zu Hause
- Pflegeberatung
- Hausnotruf
- Hilfe im Alltag

Wir sind für Sie da!
023 31/1716 80

Caritas-Sozialstation
sozialstation@caritas-hagen.de
www.caritas-hagen.de

Kontaktstelle Roncalli-Haus
Boeler Kirchplatz 15
58099 Hagen



ob nah, ob fern, ob groß, ob klein

UMZÜGE

durch **Helmut Klein**
Telefon (0 23 35) 6 25 25

Hauptgeschäft:
Wetter
Nielandstr. 14-16
Hagen
Witten

-  Neumöbelmontagen
Küchenmontagen und Änderungen
durch Fachpersonal
-  Außenaufzüge
Aufzugverleih mit Personal
-  Möbellagerung
in beheizten Räumen
-  Klaviertransport

Internationale Fachspedition · Mitglied im Verband der Möbelspediteure
E-Mail: h.klein@umzuege-klein.de · www.umzuege-klein.de

Kostenfreie Rufnummer 08 00-6 66 88 88

Jeden letzten Donnerstag

15:00-17:00 Uhr

Gesprächskreis für pflegende Angehörige von Demenzkranken - informelles Treffen und wechselnde Vorträge zum Thema, Roncalli-Haus, Boeler Kirchplatz 15, 58099 Hagen, Gesprächsleitung: Dagmar Roggenkamp, Marianne Schulte, Regina Erdmann, Veranstalter: Betreuungsgruppe Hagen-Nord, (Diakonie, Caritas Verband, Johanniter-Unfall-Hilfe, e.V., Nachbarschaftshilfe e.V. Hagen, Wohlbehagen), Seniorenzentrum Buschstr., Tel.: 93 99 -516

Jeden Freitag

8.30 – 11.00 Uhr

Frühstück, Leitung: Hannelore Reinshagen, AWO Begegnungsstätte Hüttenplatz 44, Info: Frau Ebeling, Tel.: 3 81 12

10.00 - 11:30 Uhr

Ganzheitliches Gedächtnistraining, Einstieg ist zu jeder Zeit möglich, Leitung: Marion Junker, Tel.: 4 73 90 90, Begegnungsstätte im Alten Stadtbad, Berliner Str. 115, 58135 Hagen, Gebühr für 10x: 30

Entspannungsgymnastik, Info: AWO Haspe, Hüttenplatz 3, Tel.: 4 14 77

10:00 - 12:00 Uhr

Maltreff, Leitung: Karin Vogel, Info: AWO Begegnungsstätte Wehringhausen s. S. 42

11:00 Uhr

Wandergruppe

Infos: Paritätischer Wohlfahrtsverband, Bahnhofstr. 41, Tel. 1 34 74

12:30 Uhr

Spielgruppen, Canasta und Rommee Infos: Paritätischer Wohlfahrtsverband, Bahnhofstr. 41, Tel. 1 34 74

14:30 Uhr

Treffpunkt für Jung und Alt, AWO Begegnungsstätte Kuhlerkamp, Heinrichstr. 31

15:00 - 16:30 Uhr

Englisch für Menschen 50+ Leitung: Ingrid Klute, Ev. Dreifaltigkeits-Gemeinde, Eppenhauser Str. 152, Infos/Anmeldung: Ev. Dreifaltigkeits-Gemeinde, s. S. 42

20:00 – 21:30 Uhr

Gymnastikkurs der AWO Begegnungsstätte Hohenlimburg, Turnhalle Heideschule Leitung: Sigrid Leifels

Jeden 1. Freitag

15.00 Uhr bis 16.30 Uhr

„Der Kulturbeutel“

Eine unterhaltsame Reihe mit Musikportraits der Klassischen- und Unterhaltungsmusik, Referentin: Christina Asbeck

Begegnungsstätte, Martin-Luther-Str. 9-11, Info: Frau Wiewiorka, Tel.: 38 09-410

Jeden 3. Freitag

15.00 Uhr bis 16.30 Uhr

Diareihe – „Berliner Spaziergänge“, Referent: Gerd Otto

Begegnungsstätte, Martin-Luther-Str. 9-11, Info: Frau Wiewiorka, Tel.: 38 09-410

15.00 Uhr bis 18.00 Uhr

20.04.2012, 18.05.2012, 15.06.2012
„Die Kräuterlady kocht“ in der AWO Begegnungsstätte Carlo Ross, Info s. S. 42

Anmeldung bei Manuela Mainka, Tel.: 02331 / 3846012

Jeden 1. Samstag

15.00 Uhr bis 17.00 Uhr

Demenzcafé Eppenhausen, Betreuung von Demenzkranken, Begegnungsstätte Eppenhause, Eppenhause Str. 154, Leitung: Beate Wiewiorka, Diakonisches Werk, Tel. 38 09-410 ruht zur Zeit und findet wenn in der Martin-Luther-Str. statt.

Jeden 2. Samstag

11:00 Uhr

„Literaturstammtisch“, Erzählcafé „Altes Backhaus“ e. V., Langestr. 30, 58089 Hagen, Tel.: 0 23 31 - 33 25 86

Jeden 3. Samstag

Von 10.00 bis 12.00 Uhr
(September bis April)

Selbsthilfe-Café „Frühstück und mehr“, Begegnungsstätte des Paritätischen, Bahnhofstr. 41, Tel.: 1 34 74

Von 14:30 Uhr bis 17:30 Uhr

Samstags-Tanzcafé, Eintritt 1,50 €, Info: AWO Begegnungsstätte ha. ge.we Kulturhof Emst, s. S. 42

Jeden letzten Samstag

Gemütliche Plauderstunde mit dem Verein Älter werden mit Freu(n)den Interessenten sind herzlich willkommen, Haus Wohlbehagen, Schwerter Str. 173

Jeden Sonntag

10:00 – 13:00 Uhr

Boulen (Pétanque) hinter Café Busche auf Emst Info: H. Hilker, Tel. 954283 oder H. Bischof, Tel.: 2 74 75

Jeden 4. Sonntag

11:00 Uhr

„Philosophencafé“, Leitung: I. Schürmann, Erzählcafé „Altes Backhaus“ e. V., Langestr. 30, 58089 Hagen, Tel.: 0 23 31 - 33 25 86



Seniorengerechtes Wohnen in unserer Wohnanlage „Bahnstraße 1–5“ in Hohenlimburg, direkt und zentral an der Fußgängerzone gelegen.

- 56 seniorengerechte Wohnungen
- gepflegte Anlage mit Aufzug, zentral gelegen, jedoch mit grünem Außenbereich
- freundlicher, hilfsbereiter Hausmeister als Ansprechpartner
- regelmäßige Seniorennachmittage im „Hohenlimburger Bürgersaal“, der sich im Erdgeschoss der Wohnanlage befindet
- Halbtages- und Tagesfahrten mit unterschiedlichen Ausflugszielen
- Taxi-Zentrale direkt im Haus

Haben Sie Interesse und möchten Sie sich informieren? Wir helfen Ihnen gern und beraten Sie.

**Wiesenstraße 5 · 58119 Hagen-Hohenlimburg
Tel. 0 23 34/95 88 13 · Fax 0 23 34/95 88 28**

Oder besuchen Sie uns im Internet: www.holibau.de

Wohnen mit Mehrwert!

Unser Wohngebiet „Im Spieck“ hat in den vergangenen Monaten sein Gesicht verändert. Die ursprüngliche Bebauung zeigte sich trist und nicht mehr attraktiv. Das nahmen wir zum Anlass, die beliebte Wohnlage genau in Augenschein zu nehmen und die vorhandene Bebauung zu überdenken. Die Neuplanung teilte sich in 4 Bauabschnitte auf.

Nachdem nun die ersten zwei Bauabschnitte mit Bestandserhalt und Komplettsanierung sowie mit Bebauung von Eigenheimen für junge Familien abgeschlossen sind, folgen die weiteren Schritte.



Redaktioneller Beitrag vom Hohenlimburger Bauverein

Es entstehen barrierefreie Wohnungen mit Komfort! In grüner, ruhiger Lage mit fußläufigen Einkaufsmöglichkeiten und guter Verkehrsanbindung werden Wohnhäuser mit Aufzug, barrierefreien Bädern und gepflegten Außenbereichen erstellt. Der Baubeginn ist für das 2. Halbjahr 2013 geplant.

Damit wir bei den Planungen die Wünsche unserer Mitglieder berücksichtigen, wird das InWIS-Institut aus Bochum im April eine telefonische Befragung durchführen. Auch öffentliche Haushalte werden in die Befragung einbezogen. Alle Angaben sind freiwillig und werden anonym ausgewertet.

Wir freuen uns auf die Anregungen rund um das Wohnen, damit die neuen Wohnungen bestens auf die Wohnbedürfnisse der zukünftigen Mieter abgestimmt sind.

Wenn auch Sie sich für eine barrierefreie Komfort-Wohnung interessieren, rufen Sie uns an! Wir beraten Sie gern.

**Hohenlimburger Bauverein eG, Wiesenstr. 5
in 58119 Hagen-Hohenlimburg,
Tel. 02334/9588-0 • www.holibau.de**

Frühstück

10:00 - 12:00 Uhr (jeden 1. Donners-
tag im Monat)

„Frühstück bei Tiffany“, Kosten: 4,00
€, Voranmeldung unter 0 23 31 - 8
99 30 Info: AWO Begegnungs- und
Beratungszentrum Carlo Ross,
Fraunhoferstr. 18, 58097 Hagen,
s. S. 42

Montags - freitags 10:00 - 12:00 Uhr,
AWO Westerbauer, Enneper Str. 81

**Jeden Freitag Marktfrühstück ab
08.30 Uhr** in der AWO-Begegnungs-
stätte Vorhalle im Stadtteilhaus
Vorhalle (außer 30.12.2011)

10.00 – 12.00 Uhr

Montagsfrühstück, AWO Schulten-
hof, Info, s. S. 42

Mittagstisch

Mo - Fr von 11:30 - 14:00 Uhr,
Begegnungsstätte „Oller Dreisch“,
Eugen-Richter-Str. 21, 58089 Hagen,
Tel.: 0 23 31 - 3 54 35 62

Mo - So ab 12:00 Uhr

Ev. Altenwohnheim Dahl, Zum
Bollwerk 13, Tel. 02337 4747-0,

Mo - Fr von 12:00 - 14:00 Uhr
Sa - So von 12:30 - 14:00 Uhr

Ev. Krankenhaus Hagen-Haspe,
Cafeteria, Brusebrinkstr. 20, 58135
Hagen

Mo - Fr von 12:00 - 14:00 Uhr

Roncalli-Haus, Boeler Kirchplatz 15,
Tel. 4832415

Mo - So von 12:00 - 13:00 Uhr

**Friedhelm-Sandkühler-Senioren-
zentrum**, Hüttenplatz 46-48,
Tel.: 90 34 - 00

Mo - So von 12:00 - 13:00 Uhr,

Essensausgabe bis 12:15 Uhr
Pflegeheim St. Martin, Fontaneweg
30, Tel.: 69 17 - 0

Mo - Fr von 12:00 - 14:00 Uhr

AWO Westerbauer, Enneper Str. 81

Mo - Fr von 12:00 – 13:15 Uhr
DRK-Haus, Speiseraum im Garten-
geschoss, Feithstr. 36,

Tel.: 95 89 22 o. 5 50 65

Mo - Fr von 12:00 – 15:00 Uhr
Cafeteria im Mehrgenerationenhaus
vom Kinderschutzbund, Potthofstr.
20, Tel.: 38 60 89 - 0

Mo – So von 12:30 – 13:00 Uhr,
**AWO Helmut-Turck-Seniorenen-
trum**, Cafeteria, Johann-Fr.-Oberlin-
Str. 11 - 15, Tel.: 3 68 - 0

Di + Do von 12:00 – 13:00 Uhr

AWO Hohenlimburg, Im Lennepark,
Klosterkamp 40,
Tel.: 0 23 34/ 4 28 53

Fr von 12:00 – 12:30 Gemeindehaus
Begegnungsstätte Ev. Gemeindehaus,
Borsigstr. 11, Tel.: 33 78 10

**Die Begegnungsstätten der Wohlfahrts-
verbände und Kirchengemeinden sowie
die Sportvereine halten ein vielfältiges
Angebot für Sie bereit.**



**Du kannst dem Leben
nicht mehr Tage geben,
aber dem Tag mehr Leben.**
Chinesische Weisheit



Seniorendienst

Rund-um-Betreuung

Was verstehen wir darunter?

Für uns bedeutet eine Rund-um-Betreuung die Vereinigung von Hilfe in hauswirtschaftlichen Tätigkeiten und der persönlichen Betreuung von Menschen in jedem Alter.

Wir betrachten uns als Helfer, die auf Unterstützung angewiesene Menschen und deren Angehörige auf dem Weg zu einem selbstgesetzten Ziel in allen Lebenslagen begleitend zur Seite stehen.

Es geht nicht nur darum, dass wir Ihnen im Alltag helfen Aufgaben zu erledigen, für die Sie Unterstützung benötigen. Sondern wir möchten Ihnen dabei gleichzeitig ein vertrauensvolles Gefühl des Wohlbefindens bei Gesprächen, beim Lachen und bei Unternehmungen verschaffen.



Betreuung

Eine bis zu max. zwei Bezugspersonen unseres Teams stehen Ihnen mit all ihren Ressourcen zur Verfügung und sind immer wieder in der Lage, die Betreuung individuell den jeweiligen Lebensumständen entsprechend flexibel zu gestalten.

Ihnen ein hohes Maß an geistiger Selbstständigkeit und Kreativität, Eigenmotivation und Selbstlenkung zu erhalten, ist unser Ziel.

Demenzbetreuung

Die Betreuung von Menschen mit Demenz ist harte Arbeit, die dem Betreuenden sehr viel abverlangt. Ganz wichtig ist es, den an Demenz erkrankten Menschen mit genauso viel Respekt gegenüber zu treten, den man für sich selbst wünscht.

Wir unterstützen Sie dabei mit unseren reichhaltigen Erfahrungen, sowie einem kompetenten, entsprechend ausgebildeten Team. Gerne nehmen wir Ihnen einen Teil Ihrer Last ab.

Gerne geben wir Ihnen telefonisch weitere Auskünfte über unsere Dienste.

Rund-um-Betreuung

für jedes Alter

Beratung

Wir entlasten die Familie von ständiger Kontrollfunktion und bedeuten in vielen Fällen eine spürbare Verbesserung des Familienfriedens.

Einen lieben Menschen in Gesundheit und Pflege zu unterstützen sehen wir als unsere Aufgabe, die wir mit viel Achtsamkeit und Empathie ausführen, wobei die Zertifizierung aller unserer Mitarbeiter eine selbstverständliche Grundbedingung hierzu darstellt.

Hilfsdienste und Freizeit

Eine Betreuung, die als Einkaufshilfe beginnt, steht später auch gerne als Begleitung für Freizeitaktivitäten o. ä. zur Verfügung.

Wir kümmern uns um den berühmten „Nagel in der Wand“ genauso wie um Ihren Garten, wenn dies zu beschwerlich wird.

Tipp:

Aus der Pflegeversicherung können zu betreuende Personen rund 100–200 Euro pro Monat (bei Pflegestufe) für die Betreuungsleistung erhalten. **Fragen Sie uns!**



Wir freuen uns auf Ihren Anruf!

Festnetz: (0 23 36) 58 19

Mobil: 0160 99 100 331

Ulla Benning
Neumarkt 26

58332 Schwelm

Weitere Information:

www.seniorendienst-schwelm.de

Informationen und Anmeldung:

Altes Stadtbad

Atrium, Berliner Str. 115
Tel.: 4 73 90 93

Alzheimer-Demenz-Selbsthilfegruppe Hagen e. V.

Gemeindehaus Borsigstr. 11
Tel.: 2 04 67 90

AWO-Begegnungs- und Beratungszentrum Carlo Ross

Fraunhofer Str. 18
Info/Anmeldung: Tel.: 8 99 30 ggf. auf den Anrufbeantworter sprechen, Ansprechpartnerin: Barbara Dittmann
Mi. 10:00 – 13:00 Uhr
Ansprechpartner: Horst-Dieter Schulte
Di. + Do. 14:00 – 17:00 Uhr

AWO-Begegnungsstätte ha.ge.we-Kulturhof-Emst

Auf dem Kämpchen 16
Tel.: 5 44 90 oder 3 81 12

AWO-Begegnungsstätte Stadtteilhaus Vorhalle

Vorhallestr. 36
Info/Anmeldungen: Frau Buhl
Tel.: 3 48 32 23
Di., Mi., Do. 14:00 – 17:00 Uhr
Fr. 9:00 – 12:00 Uhr

AWO-Begegnungsstätte Haspe

Hüttenplatz 44, 58135 Hagen
Tel.: 4 14 77 oder 3 81 12
(Mo. – Mi. 13:30 – 18:00 Uhr)

AWO-Begegnungsstätte Wehringhausen

Bachstr. 26, 58089 Hagen
Frau Ebeling, Tel.: 3 81 12

AWO-Begegnungsstätte Schultenhof

Selbecker Str. 16, 58091 Hagen
Tel.: 7 20 53
(Di. + Do. 14:00 – 17:00 Uhr sowie jeden 2.+ 4. Di. im Monat 12:00 – 15:00 Uhr)

Begegnungsstätte „Altes Pfarrhaus“

Eppenhauser Str. 152, 58093 Hagen
Sabine Homberger, Tel.: 58 83 00
Mi. + Do. 9:00 – 12:00 Uhr
Do. 14:00 – 18:00 Uhr

Caritas-Seniorenreisen

Hochstr. 83a, Infos:
Frau Blechmann-Hesse, Tel.: 91 84 28

DRK-Begegnungsstätte

Feithstr. 36, 58095 Hagen,
Tel.: 95 89 24 oder 5 50 65,
Mo. – Fr. 9:00 – 17:00 Uhr

Badefahrt:

Abfahrt: 12:45 Uhr Hauptbahnhof und 13:00 Uhr DRK
Fahrpreis mit Thermalbad: 16,- Euro; nur Fahrt: 11,- Euro
Anmeldung im Bus oder DRK
Tel.: 5 50 65 oder 95 89 24

Erzählcafé

Lange Str. 30 (Hinterhof),
Tel.: 91 43 75 oder 33 25 86
(Di + Fr. 11 – 19 Uhr)

Ev. Dreifaltigkeits-Gemeinde

Eppenhauser Str. 152, 58093 Hagen
Sabine Homberger, Tel.: 58 83 00

Oller Dreisch

Eugen-Richter-Str. 21, Tel.: 3 54 35 62

Roncalli-Haus

Boeler Kirchplatz 15, Tel.: 4 83 24 00

Seniorenbüro der Stadt Hagen

Martina Thureau, Tel.: 2 07-28 86

Seniorenunion der CDU Hagen

Hochstr. 63, Tel.: 3 76 63 91
(jeden 1.–15. eines jeden Monats von 10:00 – 12:00 Uhr), außerhalb dieser Zeit: Tel. 2 43 65

Stadtsportbund

Badefahrt:

Abfahrt: 8:15 Uhr Haus Deutscher Ring
8:30 Uhr Marktplatz Emst

Leitung: Ursula Werkmüller, Seniorenbeauftragte des SSB

Anmeldung/Infos:

Do. von 16:00 – 18:00 Uhr
Tel.: 2 07-51 10 oder mobil: (0160) 99 80 45 30
sowie Mo. – Fr. 9:00 – 13:00 Uhr bei Frau R. Wirth, Tel.: 2 07-5107
Fahrpreis mit Thermalbad: 18,- Euro; nur Fahrt: 12,- Euro
Die obigen Telefonnummern gelten auch für die Anmeldung zur **Sportfahrt**.

VHS Hagen

Anmeldung, Anfragen zu Gebühren und Ermäßigungen: Villa Post, Wehringhauser Str. 38, 58089 Hagen, Tel: 207 - 36 22, Fax: 207 - 24 43, Mail: vhs@stadt-hagen.de, Ansprechpartner: Dieter Faßdorf

Begegnungsstätte Oller Dreisch

Eugen-Richter-Str. 21, 58089 Hagen
Tel.: 35 43 562
Ansprechpartnerin: Frau Krahforst
krahforst@caritas-hagen.de



Chelonia

aktiv bleiben
sich wohl fühlen
verknüpft sein



Wohnen im Alter

Chelonia bietet moderne, neuzeitgerecht ausgestattete Wohnungen (34 – 70 m²), die Sie selbst einrichten können. Zudem ist unser Pflegepersonal rund um die Uhr im Haus und kümmert sich auch um hauswirtschaftliche Versorgung. Im Haus wird Verbleibende gepflegt angeboten.

Eiberfelder Str. 49, 58095 Hagen, Tel. 02331 971450, www.chelonia-witten.de

DR.- MEDIC DANIEL NEFERU



PRIVATÄRZTLICHE PRAXIS FÜR AUGENHEILKUNDE ERNÄHRUNGSMEDIZIN | AKUPUNKTUR

REHSTR. 17 | 58089 HAGEN | DR@NEFERU.DE
KOSTENLOSE TEL.-NR. 08 00 - 37 63 33 78
(0800 - DR NEFERU)

ÖFFNUNGSZEITEN:

MONTAG 10.00 BIS 12.00 UHR | SAMSTAG 11.30 BIS 14.00 UHR
UND NACH VEREINBARUNG

LEISTUNGSSPEKTRUM

- Modernste Untersuchungsmethoden
- Kosmetische Operationen
- Diabetesuntersuchung der Netzhaut ohne Tropfen durch vollautomatische digitale Kamera
- Glaukomvorsorge mittels 3D-Sehnervausmessung
- Schlaganfallprofilaxe - Ermittlung des Schlaganfallrisikos mittels Gefäßanalyse

Es geht Ihnen gut.
Und das soll auch so bleiben.



Menschen. Wohnen. EWG.

Unsere Stärken – Ihr Vorteil

- ✓ Zeitgemäß ausgestattete und bezahlbare Wohnungen für Jedermann.
- ✓ Persönliche Nähe zu unseren Mietern.
- ✓ Unterstützung unserer Mieter durch Hilfen im Alltag über Kooperationspartner, wie Stiftung Bahnsozialwerk.
- ✓ Keine Kautions zum Genossenschaftsanteil.
- ✓ Mieterbindung durch lebenslanges Wohnen im Bestand und gute Nachbarschaft.

Wir freuen uns auf das Gespräch mit Ihnen (Rufnummer: 0 23 31 / 20 07-11).



Wieder mehr Genuss in der Welt des Hörens...

Nachdem die Firma Faust Hörakustik in ihrem Jubiläumsjahr 2011 jeden Monat eine besondere Aktion angeboten hat, steht das Jahr 2012 nun ganz im Zeichen der Handwerkskunst der Hörgeräteakustik.

Denn dass die Hörgeräteakustik ein Handwerk ist, das wissen nur die wenigsten Menschen. Und selbst wenn es bekannt ist, denken die meisten, das Handwerkliche sei mit der Abformung des Ohres und der Herstellung von Otoplastiken getan. Die wichtigste Arbeit und ein großer Teil des Handwerks besteht aber vor allem in der Anpassung des Hörgerätes an das individuelle Kundenbedürfnis und natürlich an den Hörverlust. Denn die Technik der Hörgeräte ist heute so fortgeschritten, dass der Hörverlust sehr gut versorgt werden kann. Dank der ausschließlich digitalen Hörgeräte, mit der die Firma Faust arbeitet, stehen dem Kunden viele verschiedene Möglichkeiten zur Wahl, um sein Hörvermögen zu verbessern.

Das Handwerk des Hörgeräteakustikers besteht also darin, dem Kunden dabei zu helfen, in seinen individuellen Situationen so gut wie möglich zurecht zu kommen. Um dies zu gewährleisten, bietet die Firma Faust ihren Kunden, neben viel Einfühlungsvermögen und Zeit, zusätzlich ein besonderes Hörtraining: Es handelt sich um ein sogenanntes koordiniertes Hörtraining. Dieses spezielle Hörtraining trainiert die zentralen Hörfunktionen des Kunden, denn gut funktionierende zentrale Hörfunktionen sind unter anderem für das Sprachverstehen im Störschall zwingend notwendig. Daher ist es wichtig diese zentrale Verarbeitung zu trainieren, denn nur dann kann der Kunde mit seinem Hörsystem gut hören und verstehen.

Wer Interesse an einem Hörtraining hat, der ist gerne zu einem der Schnupperkurse eingeladen, die regelmäßig in den Räumen von Faust Hörakustik stattfinden. Melden Sie sich an, damit auch Sie wieder besser hören und verstehen – egal ob mit oder ohne Hörsystem.



Einladung zum „Tag des Handwerks“ am 15.09.2012!
In den Geschäften Kampstraße und Freiheitsstraße!

Lernen Sie unsere Handwerkskunst kennen!

**Kostenl. Probetragen der neuesten Hörgerätetechnik -
Sonderangebote - Hörtest - ein schöner Tag rund um
Ihre Ohren.**

Kampstraße 15A • 58095 Hagen • Telefon: 02331/9711831
Freiheitsstraße 4 • 58119 HA-Hohenlimburg • Telefon: 02334/504203
Info@faust-hoerakustik.de • www.faust-hoerakustik.de