

# Junges Jahres



Kostenlose Zeitung von Senioren (nicht nur) für Senioren

**Prominenten-Interview mit dem  
Schmerztherapeuten Dr. Heribert Konder:**  
Für ein Leben ohne Schmerzen

**Titelgeschichte:**  
Hagens Innenstadt verändert ihr Gesicht –  
Erinnerungen an Milchbar und „Tönnchen“

Veranstaltungskalender Dezember 2012 – März 2013





## 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](http://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



- 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 pflegegerechten 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](http://www.cms-verbund.de)

## Guten Tag ...

... seit einigen Monaten sammeln sich immer wieder Zaungäste vor den Bretterwänden an Mittel- und Rathausstraße. Neugierige Blicke fallen auf Hagens zurzeit größte Baustelle, auf der eine neue Einkaufsmeile entstehen soll. Unser Team-Mitglied Christa Heine hat sich etwas umgehört und dabei folgende Meinungen eingesammelt. Hier ihr Ergebnis:

- Karin, 67: Bescheuert, die Volme-Galerie ist schon in Ordnung, aber die „untere Elbe“ stirbt langsam aus. Eine Galerie reicht für Hagen. Geld kann man, gerade in unserer Stadt, nur einmal ausgeben.
- Tom, 26: Ich brauche die neue Galerie nicht! Wahrscheinlich wollen die Leute alle wichtigen Geschäfte nah bei einander haben, um möglichst schnell und ohne große Wege einkaufen zu können. Schade für die vielen schönen kleinen Lädchen in den Stadtteilen, zum Beispiel in Wehringhausen.
- Verena, 33: Eigentlich recht gut, weil Hagen sonst ganz „ausstirbt“. Entweder – oder, die Auswahl wird größer, es werden Käufer von außerhalb angelockt.
- Klaus, 72: Totaler Schwachsinn! Da pokern wieder einige Investoren um ihre Gewinn-Optimierung, die Stadt lässt sich blenden, und aus der alten Galerie ziehen die Geschäfte in die neue – und dann? Leerstand vorprogrammiert oder die Ramschläden feiern fröhliche Urständ! Und das soll attraktiv für Hagen sein?



*Eine eindrucksvolle Baustelle in Hagens Innenstadt – was wird sie uns bringen? Foto: Gerd Lorenzen*

Wie es auch kommen mag – wir blicken in dieser Ausgabe nicht in die Zukunft, sondern schauen noch einmal in die Vergangenheit des heutigen Baugeländes auf den Seiten 8 und 9.

Auf den Seiten 15 und 16 stellen wir zwei junge Mädchen vor: Franziska und Sana. Franziska macht mit bei der Hausaufgabenhilfe an der Hermann-Löns-Grundschule. Sana, deren Eltern aus Marokko stammen, kümmert sich im Rahmen des Taschengeldprojekts der AWO in Altenhagen bei Kaffeenachmittagen um Seniorinnen und Senioren. Zwei Beispiele für Jugendliche, die sich engagieren. Und zwei Geschichten, die zu unserem Motto passen: Junges Altes Hagen!



*Jugendliche helfen im Rahmen des Taschengeldprojekts der AWO beim Nachbarschaftscafé. Sana (dritte von links) stellen wir vor.  
Foto: AWO Altenhagen, Begegnungszentrum Carlo Ross*

Wir laden herzlich zum Mitmachen an unserer Zeitung ein. Unsere Redaktionssitzungen sind öffentlich. 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 Thureau

## Zu unserem Titelbild

Können wir uns noch vorstellen, wie die Innenstadt vor 20 Jahren aussah? Der „lange Oskar“ stand noch, das Rathaus lag noch am Ebertplatz und nicht an der Volme, es gab noch keinen Körnerplatz vor der Sparkasse. Jetzt ändert die Innenstadt wieder ihr Gesicht. Der alte Rathaus-Komplex ist abgerissen, ein neues Einkaufszentrum soll entstehen. Gleichzeitig findet ein stiller Wandel statt – das Zentrum verschiebt sich immer mehr Richtung Ebertplatz und Kampstraße – obere

Mittelstraße und untere Elberfelder Straße verlieren Kunden und wirtschaftliche Bedeutung. Wir wollen nicht darüber spekulieren, ob diese Entwicklung gut oder schlecht ist. In dieser Ausgabe erinnern wir uns an den Rathauskomplex in den 50er und 60er Jahren, lassen Geschäfte, das Kino und die Milchbar wieder auferstehen (Seiten 8 und 9)

Titelfoto: 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

<b>Guten Tag</b>	3
<b>Zu unserem Titelbild</b>	3
<b>Unser Prominenten-Interview</b>	
■ Schmerztherapeut Dr. Heribert Konder: Für ein Leben ohne Schmerzen	6
<b>Titelgeschichte</b>	
■ Hagens Innenstadt verändert ihr Gesicht: Erinnerungen an die 50er Jahre	8
<b>Wohnen im Alter</b>	
■ Problem Ampelschaltungen: Im Laufschrift – marsch?	10
■ Der Chip am Handgelenk – wie kann verhindert werden, dass verwirrte, orientierungslose Menschen verloren gehen?	11
■ Neue Anlagen für seniorengerechtes Wohnen auf Ernst	12
■ Informationsveranstaltung für senioren- und behindertengerechtes Wohnen im Sozialen Rathaus	12
<b>Soziales</b>	
■ Multi-Kulti in Altenhagen: das AWO-Begegnungs- und -Beratungszentrum Carlo Ross	13
■ So feiern Griechen den Jahreswechsel	13
■ Oberbürgermeister Jörg Dehm zu Gast beim Seniorenbeirat	14
<b>Jung und Alt</b>	
■ Und plötzlich war Franziska da - bei der Hausaufgabenhilfe an der Hermann-Löns-Grundschule	15
■ Sana macht es Spaß, Senioren zu helfen	16
<b>Gesundheit</b>	
■ Seniorensport hält fit – Die „Fünf Esslinger“	17
■ Gedächtnistraining	17
<b>Hobbies</b>	
■ Beifussöl selber machen	18
■ Die VOLKSBUHNE bietet Theater zum günstigen Preis	19
<b>Gedichte und Dönekas</b>	
■ Dorothea Erxleben: Die erste promovierte Ärztin in Deutschland starb vor 250 Jahren	20
■ Kindermund: Der ertappte Nikolaus	21
■ Weihnachtsgedichte – mal besinnlich, mal ironisch	21
<b>Veranstaltungskalender</b>	27-42
<b>Impressum</b>	16



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](http://www.ovital-pflege.de)



Rosmarie Melchert (Text) und Gerd Lorenzen (Fotos)

## Für ein Leben ohne Schmerzen

Der erste Schritt ist: Den Patienten ernst nehmen und ihm zuhören

Es ist schon weit nach 17 Uhr, als Dr. Heribert Konder uns in sein recht nüchternes Sprechzimmer im Marienhospital bittet. Erstaunlich, wie frisch unser heutiger Interviewpartner wirkt. Schließlich liegt ein langer Arbeitstag hinter ihm.

**Vor dem Gespräch habe ich im Internet recherchiert. Die Informationen sind kurz und knapp: Leitender Arzt für Anästhesie, Schmerztherapie und Intensivmedizin der Katholischen Krankenhaus gem. GmbH. ist er. Und Privatdozent. Wir wollen mehr über ihn wissen. Wie war sein beruflicher Werdegang? Warum ist er nun Schmerztherapeut geworden? War es ein gradliniger Weg dahin? Zufall? Oder konsequente Entwicklung?**

Ich habe in Marburg und Gießen Medizin studiert. Danach folgte Forschungsarbeit in der Physiologie und später auch in der Anästhesie. Daraus ergab sich bei mir die Erkenntnis, der Mensch muss in seiner Gesamtheit wahrgenommen werden. Mir begegneten dann Patienten, an denen viel herumgedoktert wurde und die litten, weil ihnen keiner helfen konnte. Die eine wahre Odyssee hinter sich hatten, ein wahres „Ärztchopping“. Ich erkannte, Medizin ist mehr als die scharfe Nadel, der Schlauch und die Pillen. Ein Arzt muss Demut haben. Er muss viel lernen und vor allem zuhören können. Das ist ein langer Prozess und beinhaltet auch, dass man durch Fehler bzw. aus dem Defizit lernt, warum kann ich diesem Menschen nicht helfen?

**Seit 25 Jahren hilft Herr Dr. Konder Menschen in Hagen. Wie ist er in unsere Stadt gekommen?**

Ich habe einmal in meinem Leben eine Bewerbung geschrieben und bin so in Hagen gelandet. Im Dienstvertrag war die Möglichkeit zur ambulanten und stationären Versorgung festgeschrieben, und so konnte ich hier eine Abteilung für Schmerztherapie aufbauen. Sie war die erste in Nordrhein-Westfalen. Das entsprach meinen Vorstellungen und Wünschen.



Dr. Konder in seinem Sprechzimmer im Marienhospital

*Schmerzkonferenz einmal im Monat*

**Zurück zum Internet-Auftritt. Dr. Konder hält nicht viel von ausführlichen Selbstdarstellungen. Er meint, dass seine Arbeit für ihn spricht.**

Wer mich sucht, findet mich auch. Patienten werden von weit her überwiesen. Es gibt wenig qualitätsgesicherte Einrichtungen wie unsere im Marienhospital. Die niedergelassenen Ärzte wissen Bescheid. Jeden ersten Mittwoch im Monat gibt es eine interdisziplinäre Schmerzkonferenz. Dazu sind auch Gäste von draußen willkommen. Ich habe mein ganzes Leben lang Kollegen ausgebildet. Die Ausbildung erfolgt im Team, das sich zweimal in der Woche trifft. Es geht mir darum, alle medizinischen Therapeuten zu sensibilisieren, wenn ihnen Menschen begegnen, die über Schmerzen klagen. Bis jetzt gab es hier 160 Schmerzkonferenzen, die gut angenommen wurden.

**Und damit sind wir beim Thema: Was ist Schmerz überhaupt? Jetzt ist Privatdozent Dr. Konder in seinem Element: Der chronische Schmerz hat im Gegensatz zum akuten Schmerz, der zum Beispiel bei einer organischen Erkrankung wie z.B. einem Bruch oder einer Blinddarmentzündung auftritt, seine Warnfunktion verloren. Er ist Hinweis auf eine Störung, die vielerlei Ursachen hat. Gefördert wird chronischer Schmerz durch psychische Faktoren**

wie Angst, Depression, falsche Durchhaltestrategien (ein Indianer kennt keinen Schmerz) und Vermeidungsstrategien. Dabei ist zu betonen, dass chronischer Schmerz nicht nur psychisch bedingt ist, wie manche glauben. Chronischer Schmerz hat wie die Münze zwei Seiten. Die Vorderseite zeigt den Schmerz, die Rückseite das Leid. Beides gehört zusammen. Dieser Zusammenhang muss von allen Therapeuten gesehen werden. Da wir aber ein mechanistisches Weltbild haben, das heißt, wir wollen die Ursachen wissen, Fakten kennen, um sie verändern zu können, kommen wir mit diesem Denken bei diesen Patienten nicht weiter. 80 Prozent der chronischen Schmerzen haben nicht die Ursache da, wo es weh tut. Leider wird dann oft falsch behandelt, auch durch Schmerzmittel regelrecht vergiftet, sogar operiert. Und wenn das nicht zum Erfolg führt, kommt beim Patienten Enttäuschung und gar Wut auf: Warum hilft mir keiner?

*Schmerz ist ein komplexes Thema*

**Wir merken, wie komplex dieses Thema ist und dass man jedem Schmerzpatienten nur wünschen kann, in eine gute Schmerzabteilung zu gelangen.**

Ganzkörperschmerz ohne organische Störung bedeutet: Der Mensch ist aus dem Gleichgewicht geraten. Meine Überlegung bzw. die des Teams ist:

Wer oder was hat ihn aus dem Gleichgewicht geschubst? Wir müssen die Ergebnisse der Untersuchung zusammenführen und daraus ein Behandlungskonzept entwickeln. Dabei ist die Diagnose wichtig. Die gesamte Untersuchung kann zwei bis drei Stunden dauern. Bei komplexen Störungen muss die Behandlung stationär erfolgen. Es gibt dafür eine besondere Budgetvereinbarung mit den Krankenkassen, die eine Verweildauer von 35 Tagen bewilligen.

**Bei dieser Belastung, wie schafft es Dr. Konder selbst, im Gleichgewicht zu bleiben.**

Eine Arbeitszeit gibt es für mich nicht, aber auch nicht Stress. Ich bleibe in der Balance. Auch deshalb, weil mir mein Beruf Spaß macht. Ich habe eine ritualisierte Methode zum Abschalten. Zum Beispiel lasse ich meine Aktentasche immer im Arbeitszimmer zurück, wenn ich das Krankenhaus verlasse. Kommt es doch einmal vor, weil es sich um einen schwerwiegenden Fall handelt, über den ich in Ruhe nachdenken muss, ist meine Familie erstaunt, weil es wirklich die Ausnahme ist.

*Der Patient muss aktiv mitmachen*

**Wir könnten Dr. Konder noch stundenlang zuhören, dann aber lieber bei**



*Ein humorvoller und engagierter Gesprächspartner*

einem Bierchen. Aber da redet er nicht gern über berufliche Dinge, lieber über seinen Lieblingsurlaubsort Gran Canaria, wohin er seit über 20 Jahren immer ins gleiche Hotel fährt, einfach, um dort auszuspannen. So wie Dr. Konder nicht ohne Struktur und Stressabbau seine Arbeit durchstehen kann, um aufnahmefähig und offen für die Gefühle seiner Patienten zu bleiben („viele erkenne ich hinter den Worten“), so versucht er auch den Pa-

**tienten eine innere und äußere Struktur zu geben.**

Denn Chaos macht krank. Eines fordere ich von meinem Patienten, er muss mitarbeiten. Die Therapie ist aktiv, beinhaltet zum Beispiel Bewegungstherapie. Passivität darf nicht gefördert werden, sonst müssen wir uns von ihm trennen. Der Mensch muss körperlich und seelisch wieder ins Gleichgewicht kommen. Darin sehe ich unseren Auftrag.



**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](http://www.voeste-bestattungen.de)

**voeste  
BESTATTUNGEN**  
VERTRAUEN SEIT GENERATIONEN®



**DR. BÄCKER • DR. DOHNAU**

NOTAR • RECHTSANWÄLTE • FACHANWÄLTE • 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

Sigrid Lipphaus (Text) und Gerd Lorenzen (Fotos)

## Wie war das denn noch mal?

Erinnerungen an den Rathauskomplex in den 50er und 60er Jahren



Wie kampflustige Dinosaurier toben die Baumaschinen über das Gelände.

Wenn wir zur Zeit durch Hagens Innenstadt gehen, kommen vielen Bürgerinnen und Bürgern schaurige Gedanken in den Sinn. Es sieht beinahe wie nach dem Krieg aus!!! Aber keine Angst. Es ist die lange im Voraus angekündigte neuerliche Umgestaltung der Innenstadt. Sigrid Lipphaus lässt uns nacherleben, wie sie das jetzige Baugelände in ihrer Jugend erlebt hat.

Ende der 50er Jahre befand sich Hagen in der Nachkriegsaufbauphase. Es wurde überall gewühlt und gebaggert, es sollten schnellstmöglich die Bombenschäden beseitigt und Hagen zu einer modernen Stadt und einem lohnenswerten Einkaufsziel für die Region werden. Ich erinnere mich sehr gut daran, dass wir als Jugendliche damals keinen Jugendtreffpunkt hatten. Wir waren Lehrlinge in den ersten Lehrjahren, arbeiteten mitten in der Stadt. Nach Feierabend wollten wir noch nicht sofort nach Hause, denn es gab ja so viel zu erzählen von den Erlebnissen des Tages. Eines Tages hieß es: Wir bekommen eine Milchbar! Aus den sehr beliebten amerikanischen Filmen kannten wir so etwas schon. Und alles, was da-

mals in Amerika schon lange existierte, kam ein paar Jahre später auch bei uns an. So kam es, dass diese heiß ersehnten Milchbars auch in Deutschland wie Pilze aus dem Boden schossen und von den Jugendlichen sofort heiß geliebt wurden.

### Capri-Milchbar, Café Stich und Tönnchen

Die erste Milchbar in Hagen eröffnete in dem Neubaukomplex am Rathaus. Es war die „Capri-Milchbar“. Das Café Stich befand sich derzeit neben dem Pressehaus. Im Eingangsbereich war die Kuchentheke, im hinteren Bereich ging man eine Treppe hinauf. Dort befand sich das eigentliche Café mit gemütlichen Tischen und Stühlen. Erst Jahre später etablierte sich Café Stich, nachdem die Milchbar nicht mehr „in“ war, an der Stelle, an der dann noch später McDonald einzog.

Wir jungen Lehmädchen – Feierabend war um 18.30 Uhr – mussten damals um 20 Uhr zu Hause sein. Wir wurden eindringlich gewarnt, nicht in die „Capri“ zu gehen, denn dort waren ja die Jungs, die in den Augen der Eltern mit uns „nichts Gutes im Sinn“ hatten. Das wurde trotz Verbots jedoch nicht eingehalten, denn hier wurden die ersten schüchternen Flirts erprobt. Man

verabredete sich zum Tanzen im „Jugendheim“ zur Musik von den „Music-Mixern“ oder für die ersten, zu der Zeit wirklich harmlosen Parties. Mittags war die Milchbar den „Oberschülern“ vorbehalten. Für die waren wir Lehrlinge nicht „standesgemäß“ und wurden, falls wir uns mittags dort aufhielten, von oben herab behandelt. Das war nicht nett, und wir mochten uns gegenseitig nicht. Später, wir waren jetzt die Lehmädchen im dritten Lehrjahr, gingen wir nebenan ins „Tönnchen“. In die Milchbar gingen die Kleinen und tranken ihren Milchshake; wir waren die Großen, aßen im Tönnchen Ochsenchwanzsuppe, tranken Cola und kamen uns sehr erwachsen vor.

### Besteckhaus Schmale und Sinn

Die Jungen waren sehr an den Auslagen des „Besteckhauses Schmale“ interessiert, denn dort gab es Original Schweizer Taschenmesser. Wir Mädchen interessierten uns mehr für die wunderschönen Bestecke und die Pfeilring-Nageletuis mit allen möglichen Utensilien darin, von denen wir teilweise gar nicht wussten, wofür sie eigentlich gebraucht wurden. Den Jungen erging es ähnlich mit dem Klimbim an den Taschenmessern. Aber zu der Zeit waren das Statussymbole, die man gerne haben wollte. Schöne Kleider gehörten natürlich auch dazu, und die kauften wir von unserem Lehrgeld bei „Sinn“. Von den mit uns befreundeten Lehrlingen, die dort beschäftigt waren, bekamen wir Tipps, wenn neue flotte Ware eingegangen war.

### Viktoria-Kino

Es wurde auch etwas für das Ansehen getan. Sonntagvormittags ging man elegant herausgeputzt in die Matinée-Vorstellung des „Viktoria-Kinos“. Dort wurden vornehmlich intellektuelle, französische Filme gezeigt. Das war schon was Besonderes, dort gesehen zu werden – man war wer, zeigte sich geistig interessiert und tauschte seine Ansichten zu den oft schwer zu verstehenden Themen aus. Und obwohl man



*Immer wieder finden sich Schaulustige, um zu begutachten, was hinter dem Bauzaun läuft.*

manches gar nicht verstanden hatte, tat man jedoch sehr wichtig.

#### Pressehaus und Stadtarchiv

Vor dem alten „Pressehaus“ sammelten sich tagsüber interessierte Leser, die auf die neuesten Nachrichten in den Aushängen warteten, um dann lebhaft über das gerade aktuelle Thema zu diskutieren. Es ging dort manchmal recht lautstark zur Sache.

Im Innenbereich des Häuserkomplexes befand sich das umfangreiche „Stadtarchiv“. Von Hagener Bürgern wurde gerne die Möglichkeit genutzt, vom Stadtarchiv für ein paar D-Mark anlässlich eines besonderen Termins, welcher vor Jahren als Anzeige in der Zeitung erschienen war – zum Beispiel zur Geschäftseröffnung, Hochzeit oder Geburt – etliche Jahre später zum 25. Geschäftsjubiläum, zur Silberhochzeit oder zur Volljährigkeit aus der damaligen Ausgabe einen Originalausdruck erstellen zu lassen und dem Jubilar als Geschenk zu überreichen. Das war eine freudige Überraschung und meistens das schönste Geschenk, weil es den „weißt du noch ...“-Effekt auslöste.

#### Goldschmiede Dörner

Im Komplex Rathausstraße befand sich später die „Goldschmiede Dörner“, sehr beliebt bei den betuchten Bauherren, die sich als Statussymbol Trep-pengeländer, Kamingitter oder kunstvoll geschmiedete Raumtrennungen gestalten ließen. Von dem bekannte-

sten Gesamtkunstwerk, der Gaststätte „Calaminus“, ist bis heute leider nur noch die Spinne übriggeblieben. Wer von Dörner sein Haus von innen wie außen verschönern ließ, der war angesehen, der hatte es geschafft. Die Damen wiederum zeigten sich gerne mit selbstentworfenem oder von Herrn Dörner und seiner Tochter Ulla entworfenem und gefertigtem Schmuck. Es war ein ganz eigener Stil, der auf den ersten Blick erkennbar war.

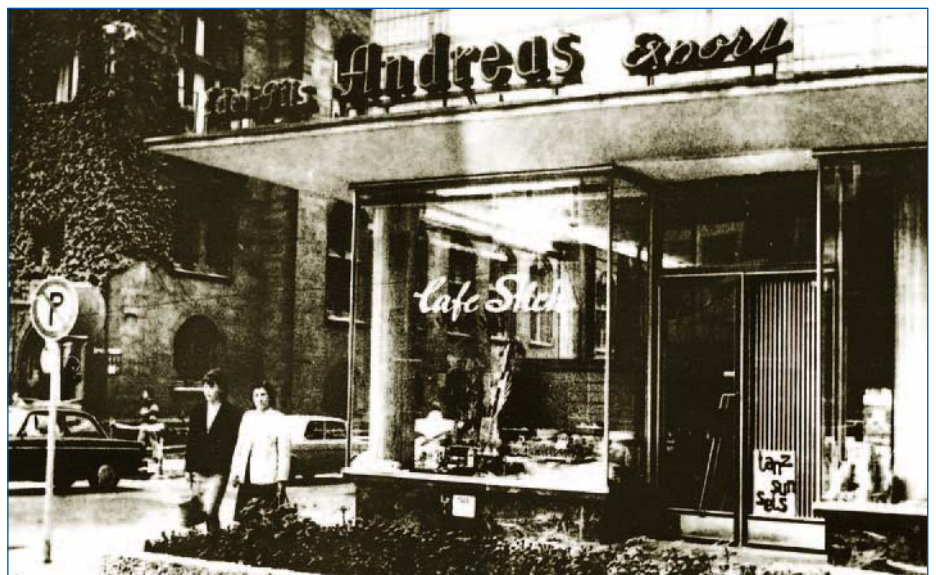
#### Sinn

Dann ereignete sich Ende der 60er Jahre eine größere Katastrophe, als das Kaufhaus „Sinn“ brannte. Die Mittelstadt war eine einzige Qualmwolke, und es hat tagelang gestunken. Die Hagener waren entsetzt und danach

sehr erfreut, denn Sinn musste stark die Preise senken, weil der gesamte Warenbestand nach Verbranntem roch und für den regulären Verkauf unbrauchbar geworden war. Das sind meine Erinnerungen an meine jungen Jahre und die Gebäude, die jetzt nicht mehr existieren.

Nach dem Abbruch wird hier ein neuer Gebäudekomplex wie Phönix aus der Asche auferstehen. Man darf gespannt sein, wie sich alles entwickelt. Wir werden sehen ... was es dann wiederum in 50 bis 60 Jahren zu erzählen gibt!

*An der Ecke Rathausstraße/Mittelstraße war viele Jahre lang einer der Standorte vom Café Stich. Foto: privat*



## Im Laufschrift – marsch!

Im Prinzip gibt es nur eine funktionierende Straße um die Hager Innenstadt, den Stadtring mit Bergischem und Märkischem Ring. Für Autofahrer ist die Strecke gut ausgebaut. Aber Fußgänger haben an vielen Stellen Probleme. Rita Hesse schildert ihre Erfahrungen.

Seit langer Zeit hetze ich am Bergischen Ring, Kreuzung Hochstraße, am Fußgängerüberweg vor dem Kolpinghaus im Sauseschritt über die Fahrbahn. Nach ca. 14 Schritten habe ich ungefähr dreiviertel der Fahrbahn überquert, wenn die Fußgängerampel schon wieder auf Rot springt. Dazu bedrängen von der Hochstraße aus Oberhagen kommende, links abbiegende Autofahrer, die noch auf der Fahrbahn befindlichen Fußgänger. Teilweise hupen diese Fahrer, beschimpfen öfters die Fußgänger, einzelne drohen manchmal sogar mit der Faust. Dies ist eine vollkommen inakzeptable Situation.

Noch bin ich gut zu Fuß, aber was machen Gehbehinderte, Eltern mit ihren kleinen Kindern an der Hand und ältere Menschen? Diese schaffen es zum Teil noch nicht einmal bis zur Mitte der Fahrbahn! Ich erinnere mich noch an einen Zeitungsartikel im Wochenkurier, wo unser damals neu gewählter Oberbürgermeister Jörg Dehm mit einer Dame mit Gehwagen gerade diese Kreuzung überquert hat und gleichfalls zu dem Ergebnis gekommen war, dass die



Für den Verkehrsfluss ist gesorgt, für die Fußgänger weniger.

Foto: Gerd Lorenzen

Ampelschaltung für Fußgänger viel zu kurz geschaltet ist. Er versprach zügige Abhilfe; passiert ist seitdem offenbar aber nichts. Noch immer haben Anwohner und Passanten Angst, speziell diesen Fußgängerüberweg zu überqueren. Möglicherweise gibt es aber noch mehr solcher Gefahrenstellen für die Fußgänger in Hagen.

In einer Stadt wie Hagen, in der viele ältere Bürger leben, sollte auf sie Rücksicht genommen werden. Ich appelliere an die Kommunalpolitik, Abhilfe zu schaffen, damit Fußgänger in Hagen sicher jeden beampelten Fußgängerüberweg benutzen können.

Rita Hesse



**Chelonia**  
aktiv bleiben  
sich wohl fühlen  
vermisst sein



**Wohnen im Alter**  
Chelonia bietet moderne, seniorengerecht gestaltete 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 Verbandsversorgung angeboten.

■ Elberfelder Str. 49, 58095 Hagen, Tel. 02331 971450, [www.chelonia-witten.de](http://www.chelonia-witten.de)

**Krankenfahrten**



0 23 30 / 28 38

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

**Funk-Taxi**



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

- Rollstuhlfahrten
- Clubfahrten bis 17 Personen
- Flughafenstransfer

Für alle Krankenkassen zugelassen

Zertifiziertes QM-System  
mdc  
ISO 9001  
[www.mdc-iso.de](http://www.mdc-iso.de)

[www.vor-der-brueck.de](http://www.vor-der-brueck.de)  
45 Jahre

**Stief** Schuhe

seit 1904

Ihr Spezialist für  
Schuhe mit losen Einlagen.

Viele Modelle auch für Diabetiker  
Spezialweiten G-M, Luftpolstereinlagen  
Schuhe für ein gutes Laufgefühl

Nehmen Sie unsere kompetente  
Beratung in Anspruch

**Unser Schuhhaus am Markt**  
HA, Märkischer Ring 122, Tel.: 28 772

# Der Chip am Handgelenk

Wie kann verhindert werden, dass verwirrte, orientierungslose Menschen verloren gehen? / Maria Liley

Menschen mit Demenz ist in aller Regel nicht bewusst, wo sie sich gerade befinden. Wenn sie Aufnahme in einem Seniorenheim gefunden haben, wollen sie oft „nach Hause“. Der Mann wartet auf das Essen, die Kinder kommen aus der Schule, der Chef erwartet mich im Büro – alles Dinge, die vor vierzig Jahren so waren und jetzt wieder für sie Realität sind.

Diese Tendenz, die Einrichtung zu verlassen, ist für die verwirrten Menschen gefährlich. Wie oft sind Senioren einfach „verloren gegangen“ und krank irgendwo aufgelesen worden. Um das zu vermeiden, hat die moderne Technik einige Möglichkeiten parat. In der Pflegewohnstatt Harkorten auf dem Quambusch in Haspe tragen die an Demenz erkrankten Bewohner zum Beispiel ein Armband, das durch einen Sensor an der Eingangstür den Pflegekräften ein akustisches Signal gibt. So können Betreuer oder Pflegenden verhindern, dass ein desorientierter Mensch das Haus verlässt. In einem anderen Seniorenheim tragen sie einen Chip unter der Kleidung, der ähnlich funktioniert wie der oben beschriebene.

Mit diesem Thema habe ich mich auseinandergesetzt, seit ich erstmals davon hörte und habe gleich an die „elektronische Fußfessel“ gedacht, mit der entlassene Straftäter manchmal überwacht werden.

Während ich dies schreibe, besuche ich eine Qualifizierungsmaßnahme, die mich befähigt, demente Menschen zu betreuen und ihren Möglichkeiten und legitimen Ansprüchen gerecht zu werden. Bei der Gelegenheit habe ich meine Zweifel zur Sprache gebracht, sowohl bei den Dozenten als auch bei den KollegInnen, die diesen Kurs besuchen und zum Teil schon Erfahrung in der Betreuung dementer Menschen haben. Wir sind bei diesem schwierigen Thema zu keiner endgültigen Meinung gekommen.

Klar ist, dass desorientierte Menschen davor geschützt werden müssen, außerhalb des Seniorenheims in gefährliche Situationen zu geraten (die sie ja gar nicht einschätzen können). Andererseits: ist das „Weglaufschutzsystem“ nicht ein Instrument des Einsperrens und trägt es möglicherweise dazu bei, die Würde des Menschen zu verletzen? Aber: wir sind auch dazu verpflichtet, die Sicherheit der Bewohner mit Weglauftendenz zu gewährleisten, und das ist ohne technische Hilfsmittel fast nicht möglich – höchstens durch mehr Personal.

Ein heikles Thema, mit dem man sich durchaus länger befassen könnte. Schließlich wissen wir nicht, was noch alles auf uns zukommt.

**Das neue Helmut-Turck-Zentrum**



**AWO HELMUT-TURCK-SENIORENZENTRUM**

**Johann-Friedrich-Oberlin-Str. 15 | 58099 Hagen**  
**Tel.: (02371) 264-0 | [sz-ha-hello@awo-ha.de](mailto:sz-ha-hello@awo-ha.de) | [www.awo-ha-mlk.de](http://www.awo-ha-mlk.de)**

**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](http://www.patientenmobil-hagen.de)



## Viele Informationen rund ums „Wohnen im Alter“

Trotz des regnerischen Herbstwetters hatten Anfang Oktober viele Senioren, Angehörige und Interessierte den Weg ins Rathaus II, in die Abteilung der Pflege- und Wohnberatung und des Seniorenbüros, gefunden.

Es gab umfangreiche Informationen über barrierefreie/-arme Umbaumaßnahmen, Hilfen beim Umzug in eine senioren-gerechte Wohnung und deren Finanzierungsmöglichkeiten. Gestaltet wurde dieser informative Nachmittag von Herrn Heumann (Architekt der WSGH) und Mitarbeitern der Pflege- und Wohnberatung und des Ressorts Wohnen. Außerdem wurde die neue Broschüre „Senioren- und behindertengerechtes Wohnen in Hagen“ vorgestellt. In einer kurzen Kaffeepause gab es die Möglichkeit zur Besichtigung der Ausstellungsküche mit den vielen interessanten Hilfsmitteln, die den Alltag erleichtern. Natürlich gibt es auch über diese Veranstaltung hinaus die Möglichkeit, sich über diese Themen zu informieren.

### **Ansprechpartnerin ist hier:**

Ruth Schultheis aus der Pflege- und Wohnberatung,  
Tel.: 207 – 3477.

Martina Thureau



*Ruth Schultheis führt die Ausstellungsküche vor.*

*Foto: Martina Thureau*

## Neues Wohnen im Alter auf Emst

Zwei Wohnanlagen für Service-Wohnen sind auf Emst entstanden. Seit August wohnen am Zeppelinweg 15 und 17 Seniorinnen und Senioren in den 30 Wohnungen der Meier Haus- und Grundverwaltung. Betreut werden sie vom Deutschen Roten Kreuz. Zur offiziellen Einweihung Anfang September fiel leichter Nieselregen, was der feierlichen Stimmung aber kaum Abbruch tat. Die Wohnungen sind nach neuesten Standards erbaut worden - energiesparend, mit Solarzellen auf dem Dach, hell und freundlich. Dem Bau musste nur leider eine parkähnliche Idylle weichen, was die Anwohner noch nicht verschmerzt haben. Vielleicht kann es tröstlich sein, dass der Mittagstisch und die Cafeteria sich dem gesamten Stadtteil öffnen sollen. Die Anlage zeigt, wie Wohnen im Alter funktionieren kann (sie ist auch zertifiziert) – leider nicht für jeden Geldbeutel.



*Vertreter der ha.ge.we und der Caritas sowie Architekt Gerigk und Bürgermeister Dr. Fischer bei der offiziellen Eröffnung. In der Mitte Tatjana Flatt, die für die soziale Betreuung zuständig ist.*

*Foto: Dirk Schulte. ha.ge.we*



*Einweihung der Wohnanlage am Zeppelinweg.*

Im September zogen die ersten Mieter in die 41 Wohnungen am Köhlerweg ein. Am 19. Oktober war die offizielle Einweihung. Bauherr war die ha.ge.we, die Betreuung liegt bei der Caritas. Zum Service gehören der Friseursalon und die Fußpflege im Haus. Beides steht allen Emster BürgerInnen offen, ebenso wie die Cafeteria. Architekt Gerigk schwebte bei seinem Entwurf „ein Leben wie im Dorf“ vor, das Gemeinschaft ermöglicht. Übrigens: Der jüngste Bewohner ist acht Jahre alt. Aber darüber mehr in unserer Frühjahrsausgabe.

In beiden Wohnanlagen gibt es keine Wohnungen mit Sozialbindung.

# Multi-Kulti in Altenhagen

## Das Begegnungs- und Beratungszentrum Carlo Ross der AWO in Altenhagen führt Nationalitäten zusammen

Altenhagen ist der Hager Stadtteil mit dem höchsten Anteil an Bewohnerinnen und Bewohnern mit Migrationshintergrund (ein etwas sperriger Begriff). Viele Nationalitäten leben hier zusammen. Das AWO Begegnungs- und Beratungszentrum Carlo Ross sieht seine Aufgabe darin, generationsübergreifend und multikulturell zu arbeiten.

Mit Ehrenamtlichen aus verschiedenen Nationalitäten werden Feste vorbereitet und gefeiert. Damit sollen die unterschiedlichen Kulturkreise angesprochen und die Sitten anderer Länder allen Generationen nahe gebracht werden. Seit 2009 stellen sich in der Begegnungsstätte die Nationalitäten bei verschiedenen Gelegenheiten vor. Den Auftakt machte ein afrikanisches Fest, das alte Rituale dieser Kultur lebendig werden ließ. Im letzten Jahr führten Wolgadeutsche in einem Spiel ihre alten Hochzeitssitten vor. In diesem Jahr ist eine „Reise durch fünf Kontinente“ mit dem Hager Akkordeonorchester geplant. Und im nächsten Jahr wollen die Griechen sich mit einem Fest vorstellen. Darüber hinaus gibt es jeden ersten Freitag im Monat das „Frühstück bei Tiffany“. Da gibt es Informationen, zum Beispiel in Gesundheitsfragen, aber auch gelegentlich kulinarische Spezialitäten von der Kräuterlady Manuela Mainka. Ein Computerfachmann berät bei Problemen. Eine Fußpflegerin ist dann vor Ort. Zu diesem Angebot ist eine Anmeldung erforderlich (Telefon 02331-8 99 30). Ein ganz besonderes Projekt ist das „Taschengeldprojekt“ für Jugendliche, die dann beim Nachbarschaftscafé helfen. Wir stellen es unter der Rubrik „Jung und Alt“ vor.

### „Wolgadeutsche Hochzeit“

Der Vorhang öffnet sich und die Zuschauer sind mittendrin in einer traditionellen Hochzeit der Wolgadeutschen: Der Vater bespricht mit den Brauteltern die Mitgift („der Hans bekommt eine Kuh...“), Hochzeitsbitter gehen durchs Dorf. Wer sein buntes Band an den Stock heftet, bekundet, dass er samt Familie zum Fest erscheinen wird. Dann die Hochzeit selbst mit gutem Essen und temperamentvollen Liedern... Die Ortsgruppe Wuppertal der Landsmannschaft der Deutschen aus Russland brachte im vergangenen Jahr diese Hochzeit in der AWO Begegnungsstätte Carlo Ross auf die Bühne. Der Chor „Heimatemelodie“ umrahmte die Aufführung stimmungsvoll mit Liedern – auch zum Mitsingen. Die Wolgadeutschen wurden zur Zeit Katharinas der Großen für die Übersiedlung nach Russland angeworben. Sie behielten lange ihre ursprünglichen Gebräuche bei.



Die Zuschauer hatten ihren Spaß. Foto: Manuela Mainka

## Am 1. Januar kommt der „Agios Vasili“

### So wird in Griechenland das Neujahrsfest gefeiert

Unser Team-Mitglied Barbara Lazaris ist mit einem griechischen Mann verheiratet. Weihnachten und Neujahr wird sie mit ihm bei den griechischen Verwandten verbringen und am Neujahrmorgen zweifellos Vasilopitta essen. Sie hat uns einen Bericht über das griechische Neujahrsfest vor ihrer Abreise hinterlassen.

Am 31. Dezember warten in Griechenland die Kinder auf den heiligen Agios Basilios. Wird er kommen und ihnen Geschenke mitbringen? Der Heilige hat viel mit unserem Nikolaus gemein, vor allem in seiner Liebe zu Kindern und seinem Sinn für soziale Gerechtigkeit. Er lebte im vierten Jahrhundert und war Bischof von Caesarea. Er starb am 1. Januar 379, darum ist dieser Tag sein Festtag.

Basilios gilt als der erste Sozialreformer der christlichen Welt. Während seiner Amtszeit als Bischof gründete er Einrichtungen zur Betreuung von Armen und Kranken. Seine besondere Aufmerksamkeit galt der Jugend. Auch eine Predigt gegen den Hunger ist von ihm überliefert. Eine Legende schildert folgendes: Einst soll ein grausamer Herrscher Caesarea erobern und den Einwohnern alles Hab und Gut abgenommen haben. Basilios bewegte ihn mit einer ein-

dringlichen Predigt zur Umkehr und brachte ihn dazu, alles Geraubte der Stadt und den Menschen zurück zu geben. Aber wie sollte Basilios wissen, wem was gehörte? Wie sollte alles den rechtmäßigen Besitzern zurückerstattet werden? Sein Gefühl für Gerechtigkeit fand eine Lösung: Er ließ Münzen und Wertstücke in Brote einbacken und verteilte diese an die Bevölkerung. So erhielt jeder, was Gott ihm zuge-dacht hatte. In Erinnerung daran backt die Hausfrau die Vasilopitta, den Basilios-Kuchen, den der Hausherr am Neujahrmorgen anschneidet. In dem Kuchen ist eine Münze versteckt. Wer das Stück mit der Münze erwischt, der ist das ganze Jahr über ein Glückspilz. Besonders schön und fröhlich wird das Fest und die Bescherung der Kinder, wenn jemand als „Agios Vasili“ verkleidet zu Besuch kommt. Die alten Sitten sind besonders auf dem Land noch sehr verbreitet. Griechen, die im Ausland leben, schneiden die Vasilopitta oft im Rahmen ihres Vereinslebens an und denken an die Heimat.

Ich könnte mir vorstellen, dass Griechenland und viele Menschen dort einen heiligen Basilios gut brauchen könnten. Einen, der den Armen und Notleidenden hilft und Gerechtigkeit walten lässt.

## Oberbürgermeister Dehm beim Seniorenbeirat



*Hörte aufmerksam zu und nahm Anregungen mit:  
Oberbürgermeister Jörg Dehm beim Seniorenbeirat.*

Der Seniorenbeirat hatte in seiner Septembersitzung Oberbürgermeister Dehm zu Gast. Schwerpunktthema war das „Seniorenrechtliche Wohnen in Hagen“. Ruth Schultheis von der kommunalen Pflege- und Wohnberatung präsentierte die verschiedenen Wohnformen für Senioren. In der anschließenden regen Diskussion wurden dem Oberbürgermeister unter anderem Vorschläge unterbreitet, wie Anreize geschaffen werden könnten, bestehenden Wohnraum sowohl familien- als auch seniorenrecht umzuwandeln. In mehreren Diskussionsbeiträgen wurde deutlich, wie wichtig

fußläufig erreichbare Einkaufsmöglichkeiten sind. Auch die teilweise mangelhafte Anbindung an den öffentlichen Personennahverkehr wurde kritisiert.

Ein weiterer Schwerpunkt der Sitzung war ein Bericht aus einem Regionalseminar der Landesseniorenvertretung NRW zum Thema „Armut im Alter“. Auch mit diesem Thema wird der Seniorenbeirat sich in einer der nächsten Sitzungen beschäftigen.



*Seniorenbeiratssitzungen sind immer öffentlich.  
Hier eine Besuchergruppe in der Septembersitzung.  
Die nächste Sitzung ist am 22. November.*

Notare · Rechtsanwälte · Fachanwälte	
<b>Frank Schachtsiek</b> Rechtsanwalt Fachanwalt f. Arbeitsrecht Fachanwalt f. Verwaltungsrecht	<b>Wichtige Themenbereiche, in denen wir Ihnen kompetent und vorausschauend zur Seite stehen:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>► Vorsorgevollmacht und Patientenverfügung</li> <li>► Ergänzende erbrechtliche Gestaltungsmöglichkeiten</li> <li>► Durchsetzung des „Patientenwillens“</li> <li>► Schutzmaßnahmen für den Fall der Geschäfts- und Handlungsunfähigkeit</li> <li>► Testament, Nachfolgeregelung, Erbrecht</li> </ul>
<b>Christian Baltin</b> Notar · Rechtsanwalt Fachanwalt f. Familienrecht Fachanwalt f. Erbrecht	
<b>Wolf Hohenstern</b> Notar · Rechtsanwalt Fachanwalt f. Familienrecht Fachanwalt f. Steuerrecht	
<b>Ralf Künne</b> Rechtsanwalt Fachanwalt f. Arbeitsrecht Fachanwalt f. Miet- und Wohnungseigentumsrecht	
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 <a href="mailto:info@sbhk-hagen.de">info@sbhk-hagen.de</a> · <a href="http://www.sbhk-hagen.de">www.sbhk-hagen.de</a>	

### Schnelle Hilfe per Knopfdruck! Der Johanniter-Hausnotruf.

**Stiftung Warentest**  
**GUT (2,5)**  
 Im Test:  
 12 Hausnotrufdienste  
 3 gut  
 Ausgabe 9/2011

Häusliche Geborgenheit und ein sicheres Gefühl.  
Robuste Technik – sicher und einfach zu bedienen.

Wir beraten Sie gerne!

**Servicerufnummer:**  
**0800 0939 931** (gebührenfrei)

**DIE JOHANNITER** *60 Jahre*  
Aus Liebe zum Leben

# Und plötzlich war Franziska da!

In der Herrmann-Löns-Grundschule in Boelerheide gibt es an jedem Montag und Mittwoch von 14.30 bis 16 Uhr die Hausaufgabenhilfe des Kinderschutzbundes. Einige Damen und (sogar) Herren im sogenannten Unruhestand erledigen an den beiden Tagen zusammen mit den Kindern, die Hilfe benötigen, die Hausaufgaben. Und plötzlich, an einem Mittwoch im Februar, stand Franziska vor der Tür.

Franziska heißt mit Familiennamen Scheene, ist 18 Jahre alt und besucht die Klasse 12 der Hildegardisschule. Auf meine Frage, wie sie dazu gekommen ist, neben ihrem Schulalltag noch ehrenamtlich zu arbeiten, meinte sie, dass sich diese Tätigkeit von anderthalb Stunden in der Woche sehr gut mit der Schule vereinbaren ließe: „Ich wollte gern etwas mit Kindern machen, habe mich beim Kinderschutzbund gemeldet und war gleich damit einverstanden, in der Grundschule mitzuhelfen. Ich wohne in Boelerheide und kann zu Fuß schnell die Schule erreichen. Früher habe ich oft Ferien auf dem Bauernhof gemacht und dort immer schon die kleineren Kinder mitbetreut und ihnen bei der Pferdepflege geholfen. Das hat mir damals schon Spaß gemacht, und ich habe gemerkt, dass Geduld meine Stärke ist. Das ist, denke ich, eine gute Voraussetzung für die Arbeit mit Kindern mit ihren schulischen und/oder sozialen Problemen.“

*„Geduld ist meine Stärke – das bringe ich hier ein“*

„Ein kleines bisschen hatte ich schon Angst, wie alles werden würde, ob ich das schaffe, wie mich die anderen aufnehmen würden. Aber ich bin am ersten Tag von Frau Kemp, die die Hausaufgabenhilfe dort organisiert, herumgeführt worden, sie hat mir die Klassenräume gezeigt, wo das Material für unsere Mitarbeiter zu finden ist, und mir die neuen Kolleginnen und Kollegen vorgestellt. Sofort habe ich mich gut angenommen gefühlt und ‚mein‘ Kind, einen kleinen Jungen aus der zweiten Klasse, gefunden. Es macht mir sehr viel Freude, hier helfen zu können!“

Ich habe Franziska dann nach ihren Berufsplänen gefragt, denn im nächsten Jahr macht sie ihr Abitur. „Ich werde wahrscheinlich oder – besser gesagt – ziemlich sicher etwas mit Kindern machen...Lehramt...Sozialpädagogik...etwas in der Richtung.“ Ihren Klassenkameradinnen würde sie sofort vorschlagen, sich auch ehrenamtlich zu engagieren, soweit es die Schule zulässt. Sie hat mir aber auch verraten, dass einige Mitschülerinnen lieber arbeiten gehen, um ihr Taschengeld aufzubessern, um sich den einen oder anderen Wunsch erfüllen zu können.

Wir Senioren finden es sehr erfrischend, eine junge Frau mitten unter uns zu haben. So haben wir das Gefühl, dass der Gedanke des Ehrenamtes weitergetragen wird.

Aber vielleicht gibt es ja irgendwo in Hagen noch andere „Franziskas“, (oder sogar einen Franz) die/der anderthalb Stunden wöchentlich Zeit hätte(n), um bei uns einzusteigen? Nur Mut! Wir freuen uns!

Christa Heine



*Franziska Scheene hat viel Freude, wenn sie Kindern bei den Hausaufgaben helfen kann. Und für sich selbst lernt sie auch sehr viel. Foto: Christa Heine*



**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

## Sana macht es Freude, alten Menschen zu helfen

Sana ist 17 Jahre alt. Sie geht zur Käthe-Kollwitz-Schule. Ihre Eltern kommen aus Marokko. Ende 2010 hat sie sich darum beworben, am „Taschengeld-Projekt – gemeinsam für Altenhagen“ teilnehmen zu können. „Ich wollte gerne helfen“, sagt sie zu ihrer Motivation.

Vom Oktober 2010 bis November 2011 förderte die Aktion Mensch das Taschengeld-Projekt der AWO. Projektpartner waren dabei die Meier Haus- und Grundstücksverwaltung und die Hauptschule Altenhagen. Barbara Dittmann berichtet von den Anfängen: „Wir haben interessierte Jugendliche und ihre Eltern zu einer Informationsveranstaltung eingeladen. Etwa 30 Schülerinnen und Schüler waren interessiert. Ja, und dann gab es ein richtiges Bewerbungsverfahren. Denn ein Ziel des Projekts war es, die Jugendlichen an den Arbeitsalltag heranzuführen.“ Auch Sana hat den Fragebogen ausgefüllt und sich in einem Bewerbungsgespräch vorgestellt. Ganz leicht ist ihr das nicht gefallen, denn sie sollte vor mehreren Leuten erklären, warum sie mitmachen wollte.



*Sana hat während des Projekts viel gelernt. In der Küche der AWO kennt sie sich inzwischen gut aus. Foto: Gerd Lorenzen*

Sana lächelt bei der Erinnerung an dieses Erlebnis. Die Bewegungen wurden steif und schwer in dem Anzug mit den eingebauten Gewichten, das Gesichtsfeld war eingeschränkt – ja, da fühlte sie sich „alt“! Im Restaurant „Waldlust“ machten die Jugendlichen für ca. drei Stunden praktischen Unterricht mit Manuela Mainka aus dem Restaurantfach EA mit einer Ausstattung, die durch das Restaurant gestellt wurde. Sie lernten Tische „fein“ zu decken und richtig zu servieren. Erste Kontakte zu Senioren gab es mit den Senioren der Multiple-Sklerose-Gruppe und der Makulagruppe SHG Hagen

Und zum guten Schluss bekamen die Jugendlichen einen Arbeitsvertrag, den auch die Eltern unterzeichnen mussten. Seitdem helfen sie beim Nachbarschaftscafé, machen die Bedienung, helfen beim Service, kümmern sich um die Kasse, sprechen mit den Seniorinnen und Senioren. Aber auch bei Info-Tagen der Freiwilligenzentrale machen sie mit und präsentieren ideenreich die AWO oder beim Kräuterfest in Eilpe. Sie basteln, um die Spendenkasse zu füllen, denn das Projekt muss sich inzwischen selbst finanzieren.

Die Jugendlichen bekommen 2 Euro in der Stunde, machen aber auch viel im Ehrenamt. Sie haben viel gelernt, vor allem den Umgang mit älteren Menschen. Zur Zeit machen noch fünf Jugendliche, davon ein türkischer Junge, mit. Die Schule fordert oft ihr Recht und hat Vorrang. Sana ist noch gerne dabei.



*Im „Alterungsanzug“ hat Sana erfahren, was es bedeutet, alt zu sein. Foto: AWO Altenhagen*

Sie gehörte zu den zwölf Jugendlichen, die dann genommen wurden. Sie kamen aus mehreren Ländern: Marokko, Italien, Russland, Türkei. Fast alles Mädchen, aber auch drei Jungen waren dabei, deren Eltern aus Argentinien, der Türkei und Serbien stammen. Es folgte eine Qualifizierungsphase: ein Benimmkurs, Unterricht in Hygiene und 1. Hilfe und im Brandschutz. Mit dem „Alterungssimulator“ konnten sie nachempfinden, wie sich alte Menschen fühlen.

### 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: Baustelle in Hagens Innenstadt Titelfoto: Gerd Lorenzen

Verlag und Anzeigen: Werbeagentur L. Kapp, Dortmund

Layout und Umsetzung: ideen.manufaktur, Dortmund

Druck: Scholz-Druck u. Medienservice, Dortmund

Nächster Erscheinungstermin: April 2013

Redaktionsschluss: Januar 2013

## Die „Fünf Esslinger“

Bewegung hält fit und gesund. Wer nicht trainiert, wird schneller alt. Binsenweisheiten. Aber wie das mit Weisheiten so ist: Wirtun nicht immer das, was wir wissen. Die Aerpah-Klinik in Esslingen-Kennenburg hat ein Trainingsprogramm fürs gesunde Älterwerden entwickelt, das leicht nachzuvollziehen ist: Die „5 Esslinger“.

Die Wirksamkeit der Übungen für Menschen zwischen 50 und 88 Jahren ist langfristig in wissenschaftlichen Studien erprobt worden. Beweglichkeit, Balance, Stärkung der Muskeln, was dem Knochenabbau entgegen wirkt, sind Ziele der Übungen. Die „Fünf Esslinger“ zielen auf die typischen Schwachstellen des menschlichen Körpers, wie sie sich im Älterwerden entwickeln. Die Übungen sollen Bewegungen abbilden, die im Alltag üblich und nötig sind.

1. Esslinger: Balance
2. Esslinger: Dehnungen
3. Wippen, hüpfen, springen
4. Kraft von Beinen, Hüften, Rumpf
5. Kraft von Armen und Rumpf



*Sport hält fit und jung und macht Spaß. Ursula Werkmüller (3. von links obere Reihe) ist im Stadtsportbund für Seniorensport zuständig. Einmal im Jahr organisiert sie einen Informationstag für Ältere. Im nächsten Jahr findet der Tag des Seniorensports „Bewegt älter werden in NRW“ am Samstag, 25. Mai 2013, in der Karl-Adam-Sporthalle statt.  
Foto: Leni Hildebrandt*

Ursula Werkmüller, beim Stadtsportbund für die Senioren zuständig, kennt sich mit den „5 Esslingern“ aus. Sie ist auch bereit, in kleinen Gruppen darüber zu informieren. In diesem Jahr sorgte sie dafür, dass dieses Trainingsangebot beim Tag des Seniorensports

vorgeführt wurde. Übrigens: Wenn Sie demnächst eine ältere Dame an einer Bushaltestelle sehen, die leicht in den Knien wippt und stumm mitzählt, stören Sie sie nicht: Sie ist gerade mitten in einem Esslinger!

## Training für die grauen Zellen

Mit dieser Übung können Sie Ihre Konzentrations- und Reaktionsfähigkeit verbessern: Suchen Sie mit den Augen die Zahlen von 1 bis 36 in der richtigen Reihenfolge.

26 ☺	33 ☺	2 ☹	14 ☺	30 ☺	5 ☺
3 ☺	22 ☺	31 ☺	19 ☹	7 ☹	27 ☺
21 ☹	1 ☺	18 ☹	36 ☺	16 ☹	4 ☺
28 ☺	34 ☹	24 ☹	29 ☺	10 ☹	6 ☺
20 ☺	35 ☹	23 ☺	8 ☹	13 ☹	17 ☺
11 ☹	12 ☹	15 ☹	9 ☺	25 ☺	32 ☹

*Der Tipp: Beifuss-Öl selber machen*

## Der Beifuss (*Artemisia vulgaris*)

Ab Juli ist der Beifuss – eine wilde Variante des Wermuts – oft an Wegrändern, Bahndämmen, auf Ödland und an Schuttplätzen zu finden. Trotz seines hohen Wuchses wird dieses wertvolle Kraut oft übersehen bzw. nicht erkannt. Es gibt über 200 *Artemisia*-Arten, die weltweit verbreitet sind. Der Beifuss wird in der griechisch-persischen Mythologie der Göttin Artemis zugeordnet, Göttin der Jagd, des Mondes und Hüterin der Frauen und Kinder.

### *Aussehen:*

Der mehrjährige, ursprünglich aus Russland stammende, bis 150 cm hohe, stark aromatisch duftende Strauch hat gefiederte, spitz auslaufende, dunkelgrüne Blätter. Sie sind an den Unterseiten silbrig-filzig und haben ein keilförmiges, tieffiederartiges Aussehen. Die unscheinbaren Blüten, in Rispen angeordnet, erreichen eine gelbliche bis rötliche Färbung.

### *An Inhaltsstoffen sind insbesondere zu nennen:*

Ätherische Öle und Bitterstoffe, aber auch Campher und Thujon, die eine keim- und pilzhemmende Wirkung haben sollen.

### *Im Volksmund:*

Beinweich, Besenkraut, Buckele, Gänsekraut, Jungfernkraut, Johanniskraut, Machtwurz, Mugwurz, Sonnenwendkraut, Stabkraut, Thorwurz, Weiberkraut, Werzisch, Wilder Wermut, Wisch

### *Verwendbare Teile des Beifuss:*

Geerntet werden die zarten und noch jungen Blätter vor der Blüte und die ganzen Zweige mit noch geschlossenen Blüten von Juli bis September, die Wurzeln von September bis Oktober.

### *Achtung:*

Nicht während einer Schwangerschaft und bei Allergien verwenden!

### *Der Geschmack:*

Die Blätter sind je nach Alter leicht bis stark bitterlich mit einem feinwürzigen Aroma. Beifuss regt den Appetit an

und fördert die Verdauung bei fetten Speisen. Er passt besonders gut zu Gans, Ente, Schweine- und Hammelbraten, aber auch zu Aal, Makrele und würzigem Käse. Weiteren Einsatz findet er bei Eintöpfen mit Hülsenfrüchten, zum Kohl, bei Pilzgerichten, in Schmalz und in Kartoffelsuppen. Einfach 2 – 3 frische oder getrocknete Zweige hinzufügen. Ebenfalls kann man aus dem getrockneten Beifuss einen Tee aufbrühen. Im Melissengeist ist er auch zu finden.

Ich persönlich stelle noch ein Beifussgelee her, welches dann nicht nur sehr gut zu Frischkäse, Quark und Joghurt passt, sondern sich auch in Saucen einrühren lässt.

### *Vorratshaltung:*

Für den Wintervorrat kann er gut getrocknet werden. Anschließend zerkleinern und trocken lagern. Hieraus lassen sich gut Aufgüsse, Extrakte, Pulver und Sirup herstellen. Auch ein Beifussöl zum Einreiben bei müden Beinen oder Muskelkater ist sehr einfach herzustellen.

### *Beifuss und die Gesundheit:*

Anwendung findet ein Tee meistens bei Frauenbeschwerden. Er wirkt menstruationsfördernd bei schwacher Periode. Da er entkrampfend wirkt, hilft er

auch bei einer schmerzhaften Periode. Ein Aufguss aus Beifusskraut ist gut als Fußbad und Beifussöl eignet sich hervorragend für Fußmassagen. Die Römer legten sich früher einige Beifussblätter in ihre Sandalen, um die Strapazen der beschwerlichen Wanderungen zu mildern – daher wohl auch der Name.

### *Beifussöl*

Zutaten: frisches Beifusskraut (Blätter, Blüten, Wurzeln), Rapsöl

### *Zubereitung:*

Einfach ein Glas mit Beifuss füllen, das Rapsöl darüber gießen und 2 – 3 Wochen an einem warmen Plätzchen stehen lassen. Täglich zweimal wenden oder etwas schütteln. Danach abseihen und in einer dunklen Flasche aufbewahren.

Ihre Kräuterlady  
Manuela Mainka  
[www.krauterlady.de](http://www.krauterlady.de)

*Beifuss – köstlich zu Gans und Erbsensuppe...*  
Foto: Manuela Mainka



*Theater: Volksbühne Hagen*

## Kulturgenuss zum guten Preis

Bei dem Wort VOLKSBUHNE denken manche vielleicht an eine Theatergruppe, die volkstümliche Stücke auf die Bühne bringt. Das ist ein Irrtum. Hinter dem Wort verbirgt sich ein Zusammenschluss aktiver Kulturfreundinnen und -freunde. Seit über 90 Jahren fördert der Verein durch Ankauf von Konzert- und Theaterkarten die Hager Theaterproduktionen.

Die VOLKSBUHNE Hagen (vbh) bietet bestes Theater zu unschlagbaren Preisen. In dem Monatsbeitrag von 12 Euro sind mindestens zehn Veranstaltungen des theaterhagen oder zehn Konzerte des orchesterhagen enthalten. Wer Theateraufführungen und Konzerte besuchen will, zahlt 20 Euro im Monat.

Bei der vbh gibt es keine festen Plätze, sie wechseln für die Abonnenten zu jeder Aufführung. Bei der Vergabe wird allerdings auf Gehbehinderte und Hörgeschädigte im Rahmen des Möglichen Rücksicht genommen. Auch werden keine Plätze mehr im zweiten Rang belegt, da viele Seniorinnen und Senioren unter den Mitgliedern sind.

Die Karten werden mit der Post zugesandt, zusammen mit Informationen über Regel-, Zusatz- und Gratisangebote. 460 Karten werden pro Vorstellung verschickt – alle von Ehrenamtlichen! Auch dadurch können die Karten so preiswert sein. Besondere Aufmerksamkeit gilt den Neu-Einsteigern ins Kulturleben. Sie können bei der vbh Hinweise auf aktuelle Unterhaltungs- und Kulturangebote erhalten. Für Kulturinteressierte ist außerdem aktuell ein zusätzliches Angebot eingeführt worden: das vbh-Spezial. Es richtet sich an Kulturfreunde, die die Vielseitigkeit lieben und zeitlich gerne flexibel sind. Für einen monatlichen Mitgliedsbeitrag von 12 Euro erhält man mit einem Gutschein-System freie Vorstellungswahl (zehn Vorstellungen) wahlweise für das theaterhagen, orchesterhagen, hasperHammer und für das Theater an der Volme.

Kultur gemeinsam mit Freunden und Gleichgesinnten zu erleben – das ist ein Stück Lebensqualität im Alltag. Die VOLKSBUHNE Hagen macht durch ihre Angebote viele Highlights für jeden möglich.

**Kontaktadresse:** Kulturgemeinde VOLKSBUHNE e.v., Wasserloses Tal 27 58093 Hagen, Infos und Anmeldungen: Tel. 02335-2511  
Email: volksbuehnehagen@freenet.de



*Das Theater Hagen – immer ein Erlebnis  
Foto: Dietrich Dettmann*

### Beratung

Alten- und Krankenpflege

Palliativpflege

Betreuungsdienste und Alltagshilfen

#### Diakoniestationen

Hagen-Mitte / Hohenlimburg

Tel. 0 23 34 - 4 33 30

0 23 31 - 3 24 83

Hagen-Nord

Tel. 0 23 31 - 3 11 77

Hagen-Süd

Tel. 0 23 37 - 91 19 14

Haspe / Wehringhausen

Tel. 0 23 31 - 4 26 05

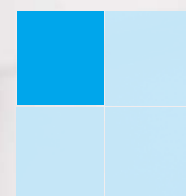
#### Beratungszentrum

Tel. 0 23 31 - 30 64 20

#### Geschäftsstelle

Tel. 0 23 31 - 3 80 94 00

**Diakonie**   
**Mark-Ruhr**



**Häusliche  
Pflege**



*Vor 250 Jahren starb die Ärztin Dorothea Christiane Erxleben*

## Friedrich der Große erlaubte die Promotion

Dorothea Erxleben war eine bemerkenswerte Frau. Sie schrieb zum Beispiel an den preußischen König Friedrich II. und bat ihn, gemeinsam mit ihrem Bruder in Halle studieren zu dürfen. Sie starb mit nur 47 Jahren am 13. Juni 1762.

Dorothea Erxleben wird am 13. November 1715 in Quedlinburg als Tochter des Arztes Christian Leporin und seiner Frau Anna Sophia geboren. Dorotheas Mutter stammt aus einer Pastorenfamilie und ihre einzige Tochter soll zu einer gottesfürchtigen, mit hausfraulichen Fähigkeiten gesegneten Frau und Mutter erzogen werden. Sie sieht es gar nicht gern, dass Dorothea bereits als Kind mit dem Vater Hausbesuche macht und ihm in seiner „Hausapotheke“ zur Hand geht. Dieser erkennt die außerordentliche Begabung seiner Tochter und fördert sie, indem er ihr die gleiche Ausbildung zukommen lässt wie ihrem älteren Bruder Christian. Sie darf aber nicht, im Gegensatz zu ihrem Bruder, das Gymnasium besuchen. Bildung für Frauen wird als gefährlich und nutzlos betrachtet, eine Auffassung, der Dorothea später mit Vehemenz widersprechen wird.

### *Der Bruder studiert, sie bleibt zu Hause*

Um 1740 – der Bruder studiert in Halle – beginnt sie mit der Niederschrift ihrer Gedanken zur Benachteiligung von Frauen bei Bildung und Studium. Diese Schrift veröffentlicht sie zwei Jahre später unter dem Titel: „Untersuchung der Ursachen, die das weibliche Geschlecht vom Studieren abhalten, darinn deren Unerheblichkeit gezeigt, und wie möglich, nöthig und nützlich es sey, dass dieses Geschlecht der Gelehrtheit sich befeisse.“

*„Ein jeder will gern ein verständiges Weib haben, aber die Mittel des Verstandes will man ihnen nicht zulassen.“*

Um zum Studium zugelassen zu werden, schreibt sie an Friedrich II. Sie bittet ihn um die Erlaubnis, gemeinsam mit ihrem Bruder die Universität Halle besuchen zu dürfen. Friedrich imponieren die Zielstrebigkeit und das offenkundige Wissen der jungen Frau. Er kommt ihrer Bitte nach. Doch dann bricht der Erste Schlesische Krieg aus. Ihr Bruder muss das Studium auf unbestimmte Zeit aufschieben, weil er zum Militär einberufen wird. Er flüchtet vor dem Militärdienst außer Landes, und somit ist für Dorothea an ein Studium in Halle nicht zu denken. Hinzu kommt ihre Heirat mit dem verwitweten Diakon Johann Christian Erxleben, der vier Kinder mit in die Ehe bringt. Dazu kommen vier weitere Kinder, die Dorothea im Laufe ihrer Ehe zur Welt bringt.

### *Hausfrau, Mutter und angefeindete Ärztin*

Ihre inzwischen verwitwete Mutter springt helfend ein, denn Dorothea hat die Praxis ihres Vaters übernommen. Sie darf offiziell zwar nicht praktizieren, aber es fehlt dem Haushalt an Geld. Neid und Missgunst der männlichen Kollegen führen zu rufmord-ähnlichen Anfeindungen. Dorothea wehrt sich und beschließt, mit 39 Jahren ihre Promotion nachzuholen. Im Januar 1754 reicht sie ihre Dissertation ein, Titel: „Quod nimis cita ac quounde curare saepius fiat causa minus tutae curationis“, 1755 auf Deutsch unter dem Titel „Academische Abhandlung von der gar zu geschwinden und angenehmen, aber deswegen öfters unsicheren Heilung der Krankheiten“.

Erneut richtet sie ein Gesuch an Friedrich II. um Zulassung zur Promotion. Der König entspricht ihrer Bitte, und so legt sie am 6. Mai desselben Jahres an der Universität Halle (Saale) ihr Promotionsexamen ab. Sie beeindruckt die Prüfer mit ihrem außerordentlichen Wissen und besteht das „Rigorosum“ genannte Examen mit Bravour. Nach der Promotion führt sie ihr Leben weiter wie bisher, kümmert sich um Patienten, Kinder und Haushalt. In ihrer Heimatstadt Quedlinburg ist sie hoch angesehen, auch die Kollegen Ärzte akzeptieren (notgedrungen?) die Tatsache, dass eine Frau ihnen nun auch offiziell beruflich gleichgestellt ist. Leider stirbt diese bewundernswerte Frau am 13. Juni 1762 mit nicht einmal 47 Jahren. Sie hat sich bei einer an Lungenentzündung erkrankten Patientin angesteckt.

Maria Liley



*Heute sind das Dorothea-Erxleben-Programm des Landes Niedersachsen zur Qualifizierung für eine Professur an Universitäten und Fachhochschulen sowie das Klinikum Quedlinburg nach ihr benannt. Zahlreiche Straßen in Niedersachsen und Dresden tragen ihren Namen.*

## Der ertappte Nikolaus

Wie jedes Jahr in der Vorweihnachtszeit kommt bei Cordula (vier Jahre) und ihrer Kusine Karla (zehn Jahre) am 6. Dezember der Nikolaus. Die beiden Kinder sitzen mit ihren Eltern im Wohnzimmer, als es leise klopft. Cordula hat vor lauter Aufregung nicht bemerkt, dass ihr Vater nicht in seinem Sessel sitzt. Der als Bischof verkleidete Nikolaus kommt herein und spricht als erstes mit Karla, die

zum Abschluss seiner Ermahnungen ein Gedicht aufsagt. Danach wendet er sich an Cordula, die eine Rüge für ihr Vorlautsein und ihren „dicken Kopf“ bekommt. Zum Abschluss fragt der Heilige Mann: „Wirst Du Dich denn bemühen, nicht immer so vorlaut zu sein und folgsam zu Deiner Mutter?“ Cordula schluckt ihre Ängstlichkeit herunter, schaut den Nikolaus ernst an und

antwortet: „Ja, Papa!“ Sie hat ihren Papa an seinem Goldzahn erkannt, obwohl er seine Stimme verstellt und bis zur Unkenntlichkeit verkleidet war. Erst viele Jahre später haben Vater und Tochter über dieses Nikolausfest gesprochen, und der Vater hat erzählt, wie verunsichert er war und sich daraufhin ganz rasch verabschiedet hat.

## Weihnachten ... mal besinnlich

### Friede auf Erden

Wie schön ist dieser kleine Ort,  
wie friedlich die Idylle.  
Ein lieber Gruß, ein nettes Wort  
erfüllt die sanfte Stille.

Durch's Fenster schaut im  
Fachwerkhaus  
der alte Mann zur Straße.  
Er sieht immer so traurig aus,  
seit ihn die Frau verlassen.

Am Grab er leise zu ihr spricht:  
„Du hast nun Deinen Frieden.“  
Tränen benetzen sein Gesicht,  
„Wann ist er mir beschieden?“

Da kommt die Lisa angerannt,  
die Wangen rot vom Laufen,  
sie nimmt des alten Mannes Hand  
und möchte gern verschmaufen.

Die Kleine schaut ihn lächelnd an,  
ganz warm wird ihm ums Herz.  
So lässt das Kind den alten Mann  
vergessen seinen Schmerz.

Wenn im Advent zur schönsten Zeit  
entzünden wir die Kerzen,  
dann ist das Weihnachtsfest nicht weit,  
Friede zieht in die Herzen.

*Edith Brechtefeld*

## ... mal ironisch

### Großstadt-Weihnachten

Nun senkt sich wieder auf die heim-  
schen Fluren die Weißenacht! Die  
Weißenacht! Was die Mamas bepackt  
nach Hause fuhren, wir kriegen's jetzo  
freundlich dargebracht.

Der Asphalt glitscht. Kann Emil das  
gebrauchen? Die Braut kramt schämig  
in dem Portemonnaie. Sie schenkt  
ihm, teils zum Schmuck und teils zum  
Rauchen, den Aschenbecher aus  
Emalch glase.

Das Christkind kommt! Wir jungen  
Leute lauschen. Auf einem stillen  
heiligen Grammophon. Das Christkind  
kommt und ist bereit zu tauschen den  
Schlips, die Puppe und das Lexikon.

Und sitzt der wackre Bürger bei den  
Seinen voll Karpfen still im Stuhl um  
halber Zehn, dann ist er mit sich selbst  
zufrieden und im Reinen: „Ach ja, so'n  
Christfest is doch ooch ganz scheen!“

Und frohgelaunt spricht er vom  
„Weihnachtswetter“, mag es nun  
regnen oder mag es schneien. Jovial  
und schmauchend liest er seine  
Morgenblätter, die trüchtig sind von  
süßen Plauderein.

So trifft denn nur auf eitel Glück  
hienieden in dieser Residenz Christ-  
kindleins Flug? Mein Gott, sie mimen  
eben Weihnachtsfrieden...  
„Wir spielen alle, wer es weiß, ist klug.“

*Kurt Tucholsky*



*Ob es eine weiße Weihnacht wird?  
Auch wenn die Schneemassen irgend-  
wann lästig werden – zur Weihnacht  
sind sie immer willkommen.  
Foto: Ruth Sauerwein*



Foto: Jörg Böhling

Ihre Hilfe trägt dazu bei, die Welt gerechter und menschenwürdiger zu gestalten.

Konto 500 500 500  
Postbank Köln  
BLZ 370 100 50  
[www.brot-fuer-die-welt.de](http://www.brot-fuer-die-welt.de)

Im Verbund der  
**Diakonie**

Mitglied der  
**actalliance**

**Brot**  
für die Welt

redaktioneller Beitrag Seniorenzentrum am Theater

## Vorhang auf! Senioren wohnen am Theater

### Offizielle Inbetriebnahme des neuen Seniorenzentrum Am Theater am 01. Oktober 2012

Vorhang auf für das neue Seniorenzentrum in der Hagener Innenstadt. Das Seniorenzentrum Am Theater hat am 01. Oktober 2012 seinen Betrieb aufgenommen. Somit ist Hagen nicht nur um eine attraktive und moderne Senioreneinrichtung reicher, sondern zahlreiche Arbeitsplätze konnten am Standort geschaffen werden.

Die baulichen und technischen Abnahmen des Seniorenzentrums sind erfolgreich und termingerecht über die Bühne gebracht worden. Baukosten von 9,5 Millionen Euro wurden in das fünfgeschossige Gebäude an der Humboldtstraße 11 investiert. 87 vollstationäre Pflegeplätze mit zwei speziellen Wohnbereichen für dementiell erkrankte Menschen sind entstanden. Die Architektur und die Gestaltung des attraktiven Gebäudes sorgen für Integration in die nachbarschaftliche Bebauung. Die bisherige, rege Anfrage von Bewohnern und Angehörigen bestätigt die exzellente Lage des Seniorenzentrum Am Theater.

Die Einrichtung und Ausstattung des gesamten Seniorenzentrums erfolgt hochwertig und mit einem Höchstmaß an Sicherheit für die zukünftigen Bewohner des Hauses. Diese nun begrüßen zu dürfen, ist für die Einrichtungsleitung des

neuen Seniorenzentrums Am Theater, Frau Gabriele Reimer und der Pflegedienstleitung Herr Erhard Polnau eine große Freude. Fachlich geschultes Pflegepersonal wird sich in Zukunft unter der Leitung des genannten Führungs-Duos um die Bedürfnisse der zu betreuenden Menschen kümmern.

Interessierte können sich gerne über das Angebot der Senioreneinrichtung informieren. Frau Gabriele Reimer und Herr Erhard Polnau stehen als Ansprechpartner gerne zur Verfügung. Die Betreiberschaft des Hauses übernimmt die Senator-Gruppe aus Dortmund. In Nordrhein-Westfalen betreibt Senator zurzeit Senioren- und Pflegeeinrichtungen an insgesamt 19 Standorten. Ergänzt wird dieses Angebot um einen ambulanten Pflegedienst, der über eine bundesweite Zulassung verfügt.

#### Seniorenzentrum Am Theater

Gabriele Reimer – Einrichtungsleitung  
Humboldtstraße 11  
58095 Hagen  
Telefon: 02331/ 8044-300  
[g.reimer@senator-senioren.de](mailto:g.reimer@senator-senioren.de)  
[www.senator-senioren.de](http://www.senator-senioren.de)

## „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 mehre-

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**

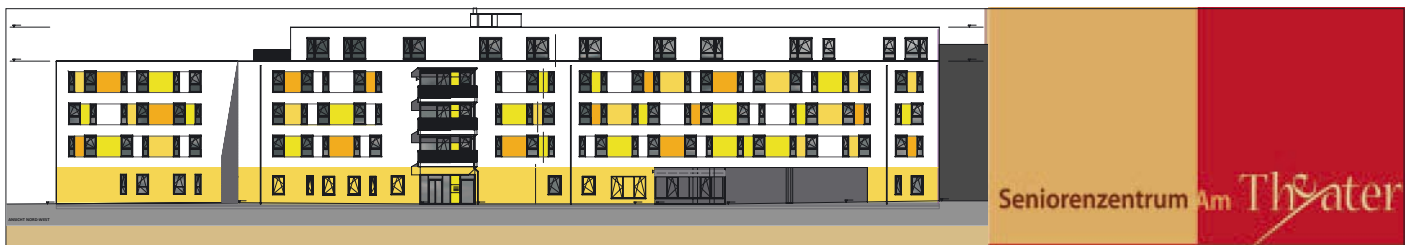
Bülowsstraße 35

58097 Hagen

Tel. (02331) 80100

[ruediger.althaus@t-online.de](mailto:ruediger.althaus@t-online.de)

[www.steuerberater-hagen.com](http://www.steuerberater-hagen.com)



### Pflegewohnbereiche

- 87 vollstationäre Pflegeplätze
- 39 Plätze für dementiell veränderte Menschen
- 10 eingestreute Kurzzeitpflegeplätze
- 71 Einzel-, und 8 Doppelzimmer, jeweils mit eigenem Bad
- große Wohn- und Esszimmer

### Gemeinschaftseinrichtungen

- Rezeption
- Verwaltung
- Café
- Friseur, Kosmetik und Fußpflege
- Dachterrasse
- geschützter Garten

*Der richtige Platz im Alter.*



Einrichtungsleitung  
Gabriele Reimer



Pflegedienstleitung  
Erhard Polnau

*Willkommen in Hagen!*

**Lebensqualität bewahren.**



Humboldtstraße 11 • 58095 Hagen

Telefon: 02331 / 80 44 - 300

[www.senator-senioren.de](http://www.senator-senioren.de)



## Das CMS Pflegewohnstift Harkorten ist in unmittelbarer Nähe des historischen Freigutes Harkorten in Hagen-Haspe gelegen.

Das CMS Pflegewohnstift Harkorten verfügt über 80 stationäre Pflegeplätze in 72 Einbett- und 4 Zweibettzimmern in übersichtlichen Wohngruppen. Somit stehen 90% Einzelzimmer zur Verfügung. Die Zimmer verfügen über einen eigenen Vorflur und ein eigenes Bad. Eigene Möbel können selbstverständlich mitgebracht werden. Im Haus herrscht eine wohnliche, helle Atmosphäre z.B. durch tiefe Fenster, Fußböden in Parkettoptik und freundliche Farben. Neben einem speziellen Wohnbereich für Menschen mit Demenz bietet die Einrichtung einen geschützten Gartenbereich zum Verweilen und Wohlfühlen.

In verschiedenen Aufenthaltsräumen wie dem öffentlichen Bistro-Café sowie Gruppen- und Therapieräumen genießen unsere Bewohnerinnen und Bewohner das Leben in der Gemeinschaft. Darüber hinaus besteht die Möglichkeit, die Fußpflege in Anspruch zu nehmen oder es sich im hauseigenen Friseursalon gut gehen zu lassen.

Außerdem wird hier im Haus noch selbst gekocht. Derzeit haben unsere Bewohnerinnen und Bewohner die Auswahl aus drei verschiedenen Menüs, demnächst wird das abwechslungsreiche Angebot um ein viertes Menü erweitert. Auch Besuchern steht unser öffentliches Bistro-Café zur Mittagsmahlzeit oder zum Kaffee und Kuchen zur Verfügung.

Ergänzend zu den Pflegeplätzen werden in einem separaten Gebäude 34 seniorenen- und behindertengerechte Stiftswohnungen zwischen 45-88 m² in direkter Anbindung an das CMS Pflegewohnstift Harkorten angeboten.

Die Wohnungen überzeugen durch ihre intelligente und helle Raumaufteilung mit genügend Platz für die individuelle Einrichtung, eine funktionale Einbauküche mit Spüle, Herd, Kühlschrank, SAT- und Notruf-Anlage, einen Balkon / Terrasse sowie eine Aufzugsanlage in alle Geschosse.

Wir freuen uns, Sie bald als Gast bei uns begrüßen zu dürfen. Bei Fragen und Interesse zu unseren Angeboten rufen Sie gerne an und vereinbaren ein individuelles Beratungsgespräch mit uns unter 02331/1093-0.

Ihr Team vom CMS Pflegewohnstift Harkorten

**Pflegewohnstift  
Harkorten**



**Saubere Arbeit.  
Gutes Gefühl.**

**HEB GmbH - Hagener  
Entsorgungsbetrieb**

**Fuhrparkstr. 14 - 20  
58089 Hagen**

**Tel. 0 23 31 - 35 444 444**

**kundenservice@  
heb-hagen.de**

**www.heb-hagen.de**

## 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
- weniger Geruchsbelästigung
- keine Brandgefahr
- abschließbar
- für Restmüll, Altpapier, Alt-  
glas und Leichtverpackung

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





# 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**



## Und plötzlich ist alles anders ...

... so könnte man die Geschichte umschreiben, die eine Angehörige neulich während des Betreuungsnachmittags in unseren Räumen in der Cunostraße erzählte:

„Uns ging es doch immer gut“ berichtete sie rückblickend, „unsere Kinder waren erwachsen und lebten mit ihren Familien in Berlin sowie in Süddeutschland. Da sie beruflich sehr eingespannt sind, fuhren wir des Öfteren zu ihnen. Wir waren ja zeitlich unabhängig und mobil, bis ... ja bis mein Mann plötzlich einen Schlaganfall hatte.

Nichts war mehr so wie vorher, alles war schlagartig anders geworden und unser Leben veränderte sich von einem Tag auf den anderen grundlegend. Neben der Angst um meinen Mann hatte ich auch große Sorge, wie ich alles geregelt bekommen sollte. Was sollte ich nur tun? Wie sollte ich meinen Mann versorgen? Wie sollte ich es allein schaffen? Ich fühlte mich wie gelähmt und total überfordert, ich brauchte Hilfe!

Bei vielen Dingen haben mir zunächst unsere Kinder geholfen, aber dies konnte ja allein schon aufgrund der Entfernung keine Dauerlösung sein. So besuchten wir gemeinsam den Pflegedienst in unserem Stadtteil, um uns über Hilfsmöglichkeiten zu informieren. Wir schilderten unsere Situation und siehe da: in einem ausführlichen Gespräch wurden wir über Hilfsmöglichkeiten, deren Kosten sowie mögliche Kostenträger informiert und gemeinsam haben wir dann einen individuellen Pflegeplan abgestimmt.

Sehr erleichtert ging ich wieder nach Hause, denn mir war bewusst geworden: Ich war gar nicht allein! Wir hatten nur nicht gewusst, was es doch für Möglichkeiten gibt, Hilfe und Unterstützung zu bekommen. Und auch, dass die einzelnen Maßnahmen ganz individuell mit der Familie abgesprochen wurden, hat mir bzw. uns sehr geholfen.

Seitdem sind bereits viele Monate ins Land gegangen. Unmittelbar nach der Entlassung aus dem Krankenhaus kamen die Schwestern des Betreuungsteams zunächst viermal täglich, um meinen Mann zu versorgen. Aufgrund der kompetenten Hilfe und liebevollen Pflege haben wir diese schwere Zeit dann doch gut gemeistert. Meinem Mann geht es heute schon wieder viel besser und wir benötigen heute nur noch einmal täglich die Hilfe des Pflegedienstes. Ich bin sehr froh, den Schritt gewagt und dadurch große Hilfe durch einfühlsame und fachlich kompetente Helfer bekommen zu haben. Auch für unsere Kinder ist es beruhigend zu wissen, dass wir daheim gut versorgt sind.“

Wie ist es bei Ihnen bzw. Ihren Angehörigen? Kennen auch Sie eine solche oder ähnliche Situation, in der man kompetente Hilfe bei der Pflege und Betreuung benötigt?

Haben Sie Fragen dazu? Dann schauen Sie doch während unserer Geschäftszeiten herein oder vereinbaren telefonisch einen Beratungstermin!

Ihr Betreuungsteam  
Renate Voss & Angelika Nölle-Blank

**Pflege- und Betreuungsstützpunkt**  
Cunostraße 50, 58093 Hagen-Emst

Tel. 02331 - 6 25 24 70

[www.das-betreuungsteam.de](http://www.das-betreuungsteam.de)

Fax 02331 - 6 25 24 75

[info@das-betreuungsteam.de](mailto:info@das-betreuungsteam.de)

Anerkannt bei allen Kranken- und Pflegekassen

*Veranstaltungskalender  
für Senioren  
des Seniorenbüros  
der Stadt Hagen*

**von  
Dezember 2012  
bis März 2013**



**Weihnachtsmärkte in Hagen  
und Umgebung**

22.11.2012–23.12.2012  
(außer Totensonntag)

**Hagener Weihnachtsmarkt**

30.11.2012–02.12.2012

**Weihnachtsmarkt Freilichtmuseum**

30.11.2012–02.12.2012

**Lichtermarkt Hohenlimburg und Elsey**

30.11.2012–02.12.2012

**Volmetalener Weihnachtsmarkt  
Gelände der Märkischen Bank an  
der Ev. Kirche Dahl**

01.12.2012 und 02.12.2012

**Adventfest Kirchplatz Haspe**

07.12.–09.12.2012 und  
14.12.–16.12.2012

**Romantischer Weihnachtsmarkt  
Schloss Hohenlimburg**

08.12.2012

**22. Bollwerker Weihnachtsmarkt Ev.  
Altenwohnheim Dahl**

15.12.2012 und 16.12.2012

**Weihnachtsmarkt am Wasserschloss  
Werdringen**

**Dezember 2012**

22.11.2012, 06.12.2012  
und 20.12.2012, 12:30 Uhr

**Reibekuchentage**

AWO-Begegnungsstätte Vorhalle  
Infos: s. S. 42

27.11.2012–18.12.2012

8:30–10:45 Uhr (4x)

**PC-Schnupperkurs für Senioren 60+**

Leitung: Dore Langmann, Gebühr:  
60,00 Euro, Veranstalter: Ev. Dreifal-  
tigkeits-Gemeinde, Infos: s. S. 42

27.11.2012–18.12.2012

11:00–13:15 Uhr (4x)

**Internet und E-Mail für Senioren 60+**

Leitung: Dore Langmann, Gebühr:  
48,00 Euro, Veranstalter: Ev. Dreifal-  
tigkeits-Gemeinde, Infos: s. S. 42

02.12.2012, 10:00–17:00 Uhr

**Kosmetik für die ältere Haut**

Veranstalter: VHS Hagen, Kurs: 3126  
Ort: Villa Post, Infos: s. S. 42

02.12.2012

**Weihnachtsbasar Gemeindezentrum**

Jakobus-Kirchengemeinde  
Helfe-Mitte, Helfer Str. 66  
Info: Tel.: 88 08 76 oder 96 18 10

04.12.2012, 13:30–16:45 Uhr

**PC-Grundlagen für Leute ab 75**

Veranstalter: VHS Hagen, Kurs: 4774,  
Ort: DBB-Haus, Schwanenstr. 6–10  
Infos: s. S. 42

05.12.2012, 10:00–11:30 Uhr

**GEZ-Gebühren: Was gibt's Neues?**

Veranstalter: VHS Hagen, Kurs: 1952  
Ort: Verbraucherzentrale  
Infos: s. S. 42

05.12.2012, 15:00 Uhr

**Seniorenadventfeier**

Jakobus-Kirchengemeinde  
Helfe-Mitte, Helfer Str. 66  
Info: Tel.: 88 08 76 oder 96 18 10

06.12.2012, 10:00 Uhr

**Weihnachtsfeier im Clemens August**

AWO-Begegnungsstätte Kuhlerkamp  
Infos: s. S. 42

06.12.2012, 18:00 Uhr

**Musik im Karree**

Klassische Musik zum Nikolaustag,  
adventliche Musik von Mitgliedern  
des Philharmonischen Orchesters

07.12.2012, 14:30 Uhr

**Weihnachtliche Feier**

AWO-Begegnungsstätte Kuhlerkamp  
Infos: s. S. 42

08.12.2012, 11:00 Uhr

### **Jazz im Karree**

Jazzfrühstück mit Lutzemanns Jatzkappe, Cafe Stich sorgt wieder für ein reichhaltiges Frühstücksangebot

08.12.2012, 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: 15,00 €, Gäste: 20,00 €

10.12.2012, 13:30–16:45 Uhr

### **Einführung ins Internet am eigenen Notebook für Leute ab 50**

Veranstalter: VHS Hagen, Kurs 4762  
Ort: DBB – Haus, Schwanenstr. 6–10  
Infos: s. S. 42

11.12.2012, 19:00–21:00 Uhr

### **Moderner Kochtreff**

AWO-Begegnungsstätte Vorhalle,  
Anmeldung Tel.: 98 42 35  
Infos: s. S. 42

12.12.2012, 16:30–16:45 Uhr

### **Sozial vernetzt mit Facebook und Twitter für Leute ab 50**

Veranstalter: VHS Hagen, Kurs 4768  
Ort: Villa Post, Infos: s. S. 42

13.12.2012, 18:30 Uhr

### **Musik im Karree**

Hagener Barockorchester: Barocke Kostbarkeiten zur Weihnachtszeit – Musik von Friedrich II., Quantz, Händel und Corelli

14.12.2012, 14:30 Uhr

### **Weihnachts – Bingo**

AWO-Begegnungsstätte Kuhlerkamp  
Infos: s. S. 42

15.12.2012, 11:00 Uhr

### **Musik im Karree**

Weihnachtskonzert, Konzertchor „Armonia“ der Akademie für Chor und Musik Hagen e.V.: „Internationale Weihnacht“

16.12.2012, 17:00 Uhr

### **Weihnachtskonzert „Meine Seele erhebt den Herrn“**

Magnificat – Kompositionen aus 5 Jahrhunderten, Johanniskantorei, Instrumentalensemble, Leitung: Manfred Kamp, Johanniskirche am Markt

18.12.2012, 13:30–16:45 Uhr

### **Einführung ins Internet für Leute ab 75**

Veranstalter: VHS Hagen, Kurs: 4784  
Ort: DBB – Haus, Schwanenstr. 6–10  
Infos: s. S. 42

21.12.2012, 18:00 Uhr

### **Freitagskonzert 178**

Weihnachtliche Orgelmusik bei Kerzenschein von Johann Sebastian Bach u. a., Orgel: Helmut Schröder, Johanniskirche am Markt

## **Januar 2013**

08.01.2013, 9:30–10:30 Uhr (11x)  
mit Vorkenntnissen

08.01.2013, 10:45–11:45 Uhr (11x)  
Anfängerkurs

11.01.2013, 10:00–11:00 Uhr (11x)  
mit Vorkenntnissen

### **Qi Gong Harmonie von Körper und Seele**

Leitung: Birgit Krüger, Tel.: 7 59 16  
Ort: Vereinshaus des Postsportvereins Am Sportpark 18, Gebühr: 71,50 €, wird von den Krankenkassen anerkannt

08.01.2013–02.07.2013  
19:00–20:30 Uhr (16x)

### **Yoga**

Leitung: Susanne Nitschke  
Tel.: 33 23 83, Kneipp-Verein Hagen e.V., Ort: Gymnastikhalle Kd. Weißenstein, Leopoldstr. 52, Gebühr: Mitglieder: 64,00 €, Gäste: 80,00 €

08.01.2013–09.07.2013  
17:30–19:00 Uhr (22x)  
10.01.2013–11.07.2013  
18:30–20:00 Uhr (22x)

### **Hatha – Yoga**

Leitung: Hildegard Kurz-Pansch, Tel.: 27 03 76, Kneipp-Verein Hagen e.V., Ort: Gesamtschule Eilpe, Wörthstr. 30, Gebühr: Mitglieder: 88,00 €, Gäste: 110,00 €

09.01.2013–12.06.2013  
10:00–11:00 Uhr (20x)

### **Qi Gong**

Leitung: Birgit Krüger, Tel.: 7 59 16  
Kneipp-Verein Hagen e.V.  
Ort: Tennisclub Rot-Weiß, Bredelle 44, Gebühr: Mitglieder: 60,00 €, Gäste: 80,00 €

09.01.2013–10.07.2013

18:00–19:30 Uhr (22x)

### **Yoga für Frauen**

Leitung: Hildegard Kurz-Pansch, Tel.: 27 03 76, Kneipp-Verein Hagen e.V., Ort: Gesamtschule Haspe, Kirmesplatz 2, Gebühr: Mitglieder: 88,00 €, Gäste: 110,00 €

09.01.2013–03.07.2013

18:00–19:00 Uhr (23x)

### **Wassergymnastik**

Leitung: Gabriele Hagen, Tel.: 40 41 92  
Kneipp-Verein Hagen e.V., Ort: Ev. Kinderheim Weißenstein, Leopoldstr. 52, Gebühr: Mitglieder: 92,00 €, Gäste: 115,00 €

09.01.2013–03.07.2013

19:00–20:00 Uhr (23x)

### **AQUA – Jogging**

Leitung: Gabriele Hagen, Tel.: 40 41 92  
Kneipp-Verein Hagen e. V., Ort: Ev. Kinderheim Weißenstein, Leopoldstr. 52, Gebühr: Mitglieder: 92,00 €, Gäste: 115,00 €

10.01.2013 – 04.07.2013

18:00–19:00 Uhr (20x)

### **Rückenschonende Gymnastik**

Leitung: Anneliese Klein  
Tel.: 8 22 39, Kneipp-Verein Hagen e. V., Ort: Friedrich-von-Bodelschwingh-Schule, Eugen-Richter-Str. 77, Gebühr: Mitglieder: 40,00 €, Gäste: 60,00 €

10.01.2013, 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.  
Kurs: 1021, Ort: Alte Feuerwache, Enneper Str. 4, Infos: s. S. 42

10.01.2013, 17:15–18:45 Uhr

### **Emst einst und jetzt**

In diesem Kurs werden Emster Geschichten in Wort und Bild zusammen getragen, um sich so der interessanten Geschichte dieses facettenreichen Stadtteil zu nähern.  
Veranstalter: VHS Hagen, Kurs: 1023, Ort: ha.ge.we Kulturhof Emst, Infos: s. S. 42

11.01.2013–17.05.2013  
14:00–15:30 Uhr (15x)

### Yoga für Frauen

Leitung: Helga Paura, Tel.: 8 14 97  
Kneipp-Verein Hagen e.V., Ort: Ev.  
Gemeindehaus Eppenhäuser, Eppen-  
häuser Str. 154, Gebühr: Mitglieder:  
40,00 €, Gäste: 60,00 €

14.01.2013, 9:00–12:45 Uhr

### PC-Grundlagen I, Einführungskurs für Leute ab 50

Veranstalter: VHS Hagen, Kurs: 4706,  
Ort: DBB-Haus, Schwanenstr. 6–10  
Infos: s. S. 42

14.01.2013–06.05.2013

10:00–11:30 Uhr (15x)

### Gedächtnistraining

#### „Denken macht Spaß“

Leitung: Ursula Docke (Diplom Soz.  
Gerontologin) Tel.: 8 61 50, Kneipp-  
Verein Hagen e.V., Ort: Kaffeestube  
im Ökumenischen Gemeindezentrum  
Helfe, Helfer Str. 79, Gebühr: Mitglie-  
der: 37,50 €, Gäste: 52,50 €

14.01.2013–27.05.2013

15:30–16:30 Uhr (16x)

### Sonniger Herbst – Fit und Gesund im 2. Lebensabschnitt

Leitung: Gabriele Hagen, Tel.: 40 41 92  
Kneipp-Verein Hagen e.V., Ort: CVJM  
Haspe, Leimstr. 9, Gebühr: Mitglieder:  
32,00 €, Gäste: 48,00 €

14.01.2013, 14:00–17:15 Uhr

### Dateien, Ordner und Programme – Ordnung schaffen mit Windows 7 für Leute ab 50

Veranstalter: VHS Hagen, Kurs: 4756  
Ort: Villa Post, Infos: s. S. 42

16.01.2013, 19:30–21:00 Uhr

### Von Straßen und Schienen Die Ent- wicklung der Verkehrswege im Raum Hagen seit dem späten Mittelalter

Veranstalter: VHS Hagen, Kurs: 1010  
Ort: Villa Post, Infos: s. S. 42

17.01.2013–23.05.2013

15:30–16:30 Uhr (16x)

### Sonniger Herbst – Fit und Gesund im 2. Lebensabschnitt

Leitung: Gabriele Hagen  
Tel.: 40 41 92 Kneipp-Verein Hagen  
e.V., Ort: Ev. Gemeindehaus, Markus-  
kirche, Rheinstr. 26, Gebühr: Mitglie-  
der: 32,00 €, Gäste: 48,00 €

21.01.2013, 9:00–12:15 Uhr

### PC-Grundlagen an Ihrem Notebook für Leute ab 50

Veranstalter: VHS Hagen, Kurs: 4744  
Ort: VHS Hohenlimburg, Infos: s. S. 42

21.01.2013, 13:30–16:45 Uhr

### PC – Grundlagen für Leute ab 75

Veranstalter: VHS Hagen, Kurs: 4775  
Ort: DBB-Haus, Schwanenstr. 6–10  
Infos: s. S. 42

21.01.2013, 19:30–21:00 Uhr

### Einbruchprävention

In diesem Kurs werden die vielfäl-  
tigen Möglichkeiten zum Schutz vor  
Einbrüchen dargestellt. Veranstalter:  
VHS Hagen in Kooperation mit dem  
Kommissariat Vorbeugung der Polizei  
Hagen, Kurs: 1807, Ort: Villa Post  
Infos: s. S. 42

ab 23.01.2013, 10:30–12:00 Uhr

### Leichte Fitnessübungen für Männer

Leitung: Leo Brune, Veranstalter: VHS  
Hagen, Ort: Villa Post, Kurs: 3040  
Infos: s. S. 42

23.01.2013, 15:00 Uhr

### Von Kornblum bis zum Selbecker Hof

Bildervortrag von und mit Dirk Göbel  
und Jörg Rudat, Begegnungsstätte  
„Oller Dreisch“, Infos: s. S. 42

24.01.2013–23.05.2013

16:30–17:30 Uhr (15x)

18:00–19:00 Uhr (15x)

### Yoga für Frauen

Leitung: Margret Kerschbaum  
Tel.: 33 14 22, Kneipp-Verein Hagen  
e.V., Ort: Käthe-Kollwitz-Schule  
Liebigstr. 20–22, Gebühr: Mitglieder:  
30,00 €, Gäste: 45,00 €

24.01.2013, 18:00 Uhr

### Homöopathie für die ganze Familie

Referent: Dr. Markus Wiesenauer  
Veranstalter: Gesundheitszentrum  
Badstraße, Ort: Sparkassen-Karree

25.01.2013, 17:00–19:15 Uhr

### Bombenkrieg: 70 Jahre nach dem ersten Großangriff auf Hagen

Ausgehend von diesem bevorste-  
henden traurigen Jubiläum sollen  
Zeitzeugen zu Wort kommen und  
ihre Erfahrungen über den Bomben-  
krieg austauschen, Veranstalter: VHS  
Hagen, Kurs: 1206, Ort: Erzählcafé  
„Altes Backhaus“, Infos: s. S. 42

26.01.2013, 9:00–16:00 Uhr

### Ihr erstes Fotobuch – für Leute ab 50

Veranstalter: VHS Hagen, Kurs: 4751  
Ort: DBB-Haus, Schwanenstr. 6–10  
Infos: s. S. 42

28.01.2013, 13:30–16:45 Uhr

### Einführung ins Internet für Leute ab 75

Veranstalter: VHS Hagen, Kurs: 4785  
Ort: DBB-Haus, Schwanenstr. 6–10  
Infos: s. S. 42

30.01.2013, 19:30–21:00 Uhr

### Von Amman nach Aqaba

Eine Reise durchs antike und heu-  
tige Jordanien, Lichtbildvortrag von  
Clemens Schmale, Veranstalter: VHS  
Hagen, Kurs: 1520, Ort: AllerWelt-  
Haus, Infos: s. S. 42

31.01.2013, 18:00–20:15

### Einkommensteuererklärung 2012

Veranstalter: VHS Hagen, Kurs: 1936  
Ort: Villa Post, Infos: s. S. 42

## Februar 2013

02.02.2013, 9:30–12:45 Uhr

### Die Zweite Miete? Betriebskostenab- rechnungen, Steuerbescheinigungen

Veranstalter: VHS Hagen, Kurs 1934  
Ort: VHS Hohenlimburg, Infos: s. S. 42

04.02.2013, 9:00–13:00 Uhr

### Alltagsaufgaben am PC problemlos meistern – für Leute ab 50

Veranstalter: VHS Hagen, Kurs: 4754  
Ort: DBB-Haus, Schwanenstr. 6–10  
Infos: s. S. 42

12.02.2013, 13:30–16:45 Uhr

### PC-Grundlagen für Leute ab 75

Veranstalter: VHS Hagen, Kurs: 4776  
Ort: DBB-Haus, Schwanenstr. 6–10  
Infos: s. S. 42

13.02.2013, 18:00–20:15

### Einkommensteuererklärung 2012

Veranstalter: VHS Hagen, Kurs: 1937  
Ort: VHS Hohenlimburg, Infos: s. S. 42

18.02.2013, 9:00–12:15 Uhr

### Einführung ins Internet am eigenen Notebook für Leute ab 50

Veranstalter: VHS Hagen, Kurs: 4766  
Ort: DBB-Haus, Schwanenstr. 6–10  
Infos: s. S. 42

18.02.2013–27.05.2013

16:15–17:45 Uhr (12x)

**Sonniger Herbst – Fit und gesund im 2. Lebensabschnitt**

Leitung: Brigitte Liffers, Tel.: 59 11 24  
Kneipp-Verein Hagen e. V., Ort: Ev. Gemeindehaus Eppenhäuser, Eppenhäuser Str. 154, Gebühr: Mitglieder: 30,00 €, Gäste: 42,00 €

20.02.2013, 10:00–11:30 Uhr

**Gewinne – Gewinnversprechen per Post, per Telefon, per E-Mail**

Was steckt dahinter? Wie kann ich mich davor schützen? Veranstalter: VHS-Hagen, Kurs: 1954, Ort: Verbraucherzentrale, Infos: s. S. 42

20.02.2013, 19:30–21:30 Uhr

**Der finnische Braunbär – Biologie und Ökologie**

Der Vortrag beschreibt den Aufenthalt im finnischen Naturschutzzentrum „Martinselken Eräkeskus“, Veranstalter: VHS Hagen, Kurs: 1303  
Ort: Villa Post, Infos: s. S. 42

19.02.2013, 14:00–17:15 Uhr

**Aushänge, Faltblätter und Broschüren erstellen für Leute ab 50**

Veranstalter: VHS Hagen, Kurs: 4757  
Ort: Villa Post, Infos: s. S. 42

22.02.2013, 17:00–19:15 Uhr

**Dramatische Geschichten und Sagen von historischen Herrenhäusern im Ruhrtal**

Veranstalter: VHS Hagen, Kurs 1953  
Ort: Erzählcafé „Altes Backhaus“  
Infos: s. S. 42

ab 23.02.2013, 16:30–18:00 Uhr

**Leichte Fitnessübungen für ältere Menschen / 60plus**

Leitung: Leo Brune, Veranstalter: VHS Hagen, Ort: Villa Post, Kurs: 3037  
Infos: s. S. 42

25.02.2013, 13:30–16:45 Uhr

**PC-Grundlagen an Ihrem Notebook für Leute ab 50**

Veranstalter: VHS Hagen, Kurs: 4746  
Ort: DBB-Haus, Schwanenstr. 6–10  
Infos: s. S. 42

**März 2013**

04.03.2013, 9:00–13:00 Uhr

**PC-Grundlagen II, Aufbaukurs für Leute ab 50**

Veranstalter: VHS Hagen, Kurs: 4730  
Ort: DBB-Haus, Schwanenstr. 6–10  
Info: s. S. 42

04.03.2013, 14:00–17:15 Uhr

**Stromkosten, Haushaltsbuch, Finanzierungen & Co für Leute ab 50**

PC-Kurs, Veranstalter: VHS Hagen  
Kurs: 4758, Ort: Villa Post, Info: s. S. 42

04.03.2013, 16:30–19:45 Uhr

**Sozial vernetzt mit Facebook und Twitter für Leute ab 50**

Veranstalter: VHS Hagen, Kurs: 4769  
Ort: VHS Hohenlimburg, Info: s. S. 42

05.12.2012, 10:00–11:30 Uhr

**GEZ-Gebühren: Was gibt's Neues?**

Veranstalter: VHS Hagen, Kurs: 1953  
Infos: s. S. 42

06.03.2013, 15:00 Uhr

**Jakobsweg**

Bildervortrag von Ute und Horst Schmikowski. Zur Erinnerung werden gesegnete Jakobsmuscheln verteilt  
Begegnungsstätte „Oller Dreisch“  
Infos: s. S. 42

06.03.2013, 16:30–19:45 Uhr

**PC-Grundlagen I, Einführungskurs für Leute ab 50**

Veranstalter: VHS Hagen, Kurs: 4710  
Ort: VHS Hohenlimburg, Infos: s. S. 42

06.03.2013, 18:00–19:30 Uhr

**Erben und Vererben, Patientenverfügung und Betreuungsrecht**

Veranstalter: VHS Hagen, Kurs: 1919  
Ort: Grundschule Volmetal  
Ribbertstr. 60, Infos: s. S. 42

08.03.2013, 17:00–19:15 Uhr

**Trümmerfrauen und Wiederaufbau**

Veranstalter: VHS Hagen, Kurs: 1210  
Ort: Erzählcafé „Altes Backhaus“  
Infos: s. S. 42

11.03.2013, 9:00–12:15 Uhr

**Fotos verwalten und präsentieren mit Picasa für Leute ab 50**

Veranstalter: VHS Hagen, Kurs: 4753  
Ort: DBB-Haus, Schwanenstr. 6–10  
Infos: s. S. 42

11.03.2013, 14:00–17:45 Uhr

**PC-Grundlagen für Leute ab 75**

Veranstalter: VHS Hagen, Kurs: 4777  
Ort: DBB-Haus, Schwanenstr. 6–10  
Infos: s. S. 42

12.03.2013, 20:00–22:15 Uhr

**Unterwegs ... nach Arkadien**

Fotografische Erkundungen zwischen Traum und Wirklichkeit, Veranstalter: VHS Hagen, Kurs: 1318, Ort: Villa Post, Infos: s. S. 42

16.03.2013, 13:30–16:45 Uhr

**Die Zweite Miete? Betriebskostenabrechnungen, Steuerbescheinigungen**

Veranstalter: VHS Hagen, Kurs 1935  
Ort: Villa Post, Infos: s. S. 42

16.03.2013, 15:00–16:30 Uhr

**Besuche in Moscheegemeinden**

Veranstalter: VHS Hagen, Kurs: 1356  
Ort: Moschee Haspe, Infos: 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



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



19.03.2013, 19:00–21:15 Uhr

### **Karl Halle – Portrait einer europäischen Karriere**

Die Musikerin Christina Asbeck begibt sich mit den Teilnehmern auf eine Zeitreise. Veranstalter: VHS Hagen  
Kurs: 1002, Ort: Stadtbücherei  
Infos: s. S. 42

20.03.2013, 19:30–21:30 Uhr

### **Turku und Rauma: zwei finnische Hafenstädte an der Ostsee**

Veranstalter: VHS Hagen, Kurs: 1304  
Ort: Villa Post, Infos: s. S. 42

## **Wiederkehrende Termine**

### **Selbsthilfe**

Die Begegnungsstätte des Paritätischen, Bahnhofstr. 41, ist auch ein Treffpunkt für Selbsthilfegruppen: Pro Retina, Blindenverein, Gehörlosenverein Fortschritt, Psoriasis, Rheumaliga, Kehlkopfooperierte, Unruhige Beine Morbus Bechterew Gymnastikgruppe, Messies, SHG Transidentität, SHG Schmerzen, Marfan Hilfe Deutschland, Infos: Paritätischer, Tel. 1 34 74 oder Selbsthilfe-Büro Tel. 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 / 5 32 13  
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.: 08631-38 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

9:30–10:30 Uhr

### **Sturzprophylaxe**

AWO-Begegnungsstätte Vorhalle  
Infos: 0172 / 2 11 82 02

09:30–10:15 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

10:00–11:30 Uhr

### **Computerkurs Windows 7**

AWO-Begegnungsstätte Schultenhof  
Infos: 5 32 13

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 50+ mit Vorkenntnissen**

Gebühr: 40,00 Euro (für 10 x), AWO Begegnungsstätte Wehringhausen  
Infos: s. S. 42

11:00–12.00 Uhr

### **Sturzprophylaxe**

AWO-Begegnungs- und Beratungszentrum Carlo Ross  
Infos: 0172/ 2 11 82 02

12.00–13.00 Uhr

### **Wassergymnastik,**

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

13:00–17:00 Uhr

### **Kaffee und Kuchen**

AWO-Begegnungsstätte Hohenlimburg, Infos: s. S. 42

13:30–15:00 Uhr

### **Englisch 50+**

mit Vorkenntnissen, Gebühr: 40,00 € (für 10 x), AWO Begegnungsstätte Wehringhausen, Infos: s. S. 42

13:30 Uhr

### **Handarbeiten**

14:30 Uhr

### **Musik- und Gesprächskreis**

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

14:00–15:00 Uhr

### **Offenes Café**

AWO-Begegnungsstätte Haspe  
Infos: s. S. 42

14:00 –17:00 Uhr

### **Sozialberatung**

Berechtigungsscheine für Warenkorb/KleiderladenBeratung: Herr Wagner, Begegnungsstätte „Oller Dreisch“ Eugen-Richter-Str. 21, 58089 Hagen  
Tel.: 02331 / 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. 02331 / 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

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

15:00–20:00 Uhr

**Schachgruppe**

AWO-Begegnungsstätte Schultenhof  
Infos: s. S. 42

15.45–17.00 Uhr

**Schwimmen**

mit dem AWO OV Vorhalle Hauptschule am Vossacker

16:00–17:30 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. 02331 / 207-32 75 oder 0171 / 282 72 49  
Theater Hagen, Elberfelder Str. 65 58095 Hagen

16:30–18:00 Uhr

**Musikverein Postalia**

Info: AWO-Begegnungs- und Beratungszentrum Carlo Ross  
Infos: 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 und 19:00–20:00

**Bauch, Beine, Po 50+**

Info: Susanne Langemann-Eyer  
Tel.: 4 88 34 84, Handy: 0172 / 172 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**

Waffelecken 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. Paulus-gemeinde, Borsigstr. 11 58089 Hagen  
Tel.: 2 04 67 90 oder 2 04 67 58 oder 7 02 00 oder 0174 / 513 72 57

**Jeden 1. und 3. Montag**

17:00–19:00 Uhr

**Emst 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 2. & 4. Montag im Monat**

16:00–18:00 Uhr

**Tanzkurse 50+ für Anfänger**

AWO Begegnungsstätte Ha-ge-we Kulturhof Emst, Kosten: 8 x 2Std. 50,00 Euro, Infos: s. S. 42

**Jeden 3. Montag im Monat**

10:00–12:00 Uhr

**Montagsfrühstück**

AWO Begegnungsstätte Schultenhof, Info s. S. 42



Elberfelder Strasse 76 • 58095 Hagen • **P** am Haus  
Tel.: 0 23 31/1 33 90 • [www.optik-balthasar.de](http://www.optik-balthasar.de)

**Wir machen auch Hausbesuche!**

Gerne besuchen wir Sie auch zu Hause, um in ihrer gewohnten Umgebung eine Augenglasbestimmung und Fassungsauswahl vorzunehmen.  
Rufen Sie uns an und vereinbaren Sie gleich einen Termin mit uns. **Wir freuen uns auf Sie!**

18.00 Uhr

**Selbsthilfegruppe Schlafapnoe,**

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

**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:**

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**

AWO-Begegnungsstätte Haspe  
Infos: s. S. 42

09:30–11:00 Uhr

**Folkloretanz**

in der Jakobusgemeinde Hagen-Helfe  
Helfer Str. 66

10:00–11:30 Uhr

**Gedächtnistraining 50+**

AWO-Begegnungsstätte Ha-ge-we  
Kulturhof Emst, wöchentl. 10 Std.  
Gebühr: 35,00 €, Infos: s. S. 42

10:00–11:30 Uhr

**Computerkurs Internet / E-mail**

AWO-Begegnungsstätte Schultenhof,  
Infos: 5 32 13

10:00–13:00 Uhr

**Zeichnen mit Elvyra Geßner**

AWO-Begegnungsstätte Wehring-  
hausen, Gebühr: 56,00 € inkl.  
Material, Infos: s. S. 42

10:00–13:00 Uhr

**Seniorenberatung**

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

11:00–12:00 Uhr

**Seniorenberatung und Antragshilfe**

Herr Teuber, 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

13:00–17:00 Uhr

**Kaffee und Kuchen**

AWO-Begegnungsstätte Hohenlim-  
burg, Infos: 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**

AWO-Begegnungs- und Beratungs-  
zentrum Carlo Ross, Infos: s. S. 42

14:00–18:00 Uhr

**Café**

AWO Begegnungsstätte Schultenhof  
Info: s. S. 42

14:00–18:00 Uhr

**Tanz / Bingo**

AWO-Begegnungsstätte Haspe  
Infos: 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, musika-  
lische 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

16:30–17:45 Uhr

**Gymnastikkurs 2**

AWO-Begegnungsstätte Hohenlim-  
burg, Infos: s. S. 42

17:15–18:45 Uhr

**Tanzkurse Generation 50+**

AWO-Begegnungsstätte Haspe  
10 Std. Gebühr: 50,00 €, Infos: s. S. 42

**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, Eppenhauser Str. 152  
s. S. 42

15:00 Uhr

### Kaffee und mehr

Paritätischer Wohlfahrtsverband, Bahnhofstr. 41, Leitung: R. Aßmann, Tel.: 02331 / 5 68 71  
VdK Hagen Mitte

## Jeden 2. Dienstag

12:00 Uhr

### Reibekuchen

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

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.: 02331 / 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 Mobs Mobil, ambulanter Pflegedienst  
Tel.: 02334 / 4 42 50

17:30–19:00 Uhr

### Demenzcafé für demenziell erkrankte Menschen

und ihre Angehörigen, AWO-Begegnungsstätte Hohenlimburg  
Klosterkamp 40

## Jeden 3. Dienstag

15:00 Uhr

### SPD „60 Plus“ Zusammenkunft,

Emst-Bissingheim / Remberg-Fleyerviertel, Info: ha.ge.we-Kulturhof.Emst  
s. S. 42

16:30–18:00 Uhr

### Treffen für pflegende Angehörige von Demenzkranken

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,

Helfe-Fley, AWO-Seniorenzentrum Joh.-Friedr.-Oberlin-Straße  
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

9:45–11:15 Uhr und

### Englisch für Fortgeschrittene

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

10:00–11:30 Uhr

### Computerkurse Internet / E-Mail

AWO-Begegnungsstätte Schultenhof  
Infos: 5 32 13

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

11:00–12:30

### Holländisch

AWO-Begegnungsstätte Wehringhausen, Infos: s. S. 42

13:00–17:00 Uhr

### Kaffee und Kuchen / Seniorenclub

AWO-Begegnungsstätte Hohenlimburg, Infos: s. S. 42

14:00–17:00 Uhr

### Unterhaltsamer Nachmittag mit Kaffee und Kuchen

Info: ha.ge.we-Kulturhof.Emst  
Infos: s. S. 42

14:00–17:00 Uhr

### Zeichnen mit Elvira Geßner

AWO-Begegnungsstätte Wehringhausen, Gebühr: 56,00 Euro pro Monat, Infos: s. S. 42

14:00–18:00 Uhr

### Offener Treff

AWO OV AWO-Begegnungsstätte Wehringhausen, Infos: s. S. 42

14:30–16:30 Uhr

### Virtuelles Bowlen 50+

AWO-Begegnungsstätte Wehringhausen, Infos: s. S. 42

14:00–16:00 Uhr

### AGIL

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

14:00–18:00 Uhr

### Offenes Cafe

AWO-Begegnungsstätte Haspe  
Infos: s. S. 42

14:00–19:00 Uhr

### Kaffeetrinken

AWO Ortsverein AWO-Begegnungsstätte Vorhalle, Infos: s. S. 42

15:00–16:30 Uhr

### Seniorentanz

AWO-Begegnungsstätte Kuhlerkamp  
Infos: s. S. 42

17:30–20:30 Uhr

### Nähgruppe

AWO Schultenhof

Leitung: Frau Rudell, Infos, s. S. 42

18:00–21:00 Uhr

### Zeichnen mit Elvyra Geßner

AWO-Begegnungsstätte Wehring-

hausen, Gebühr: 56,00 € pro Monat,

Infos: s. S. 42

19:00–20:00 Uhr

### Aerobic 50+

Info: Susanne Langemann-Eyer,

Tel.: 4 88 34 84

Handy: 0172 / 172 97 18, Werkhof

Hohenlimburg, Herrenstr. 17

58119 Hagen, Zehnerkarte 40,00 €

## Jeden 1. Mittwoch

11:00–13:30 Uhr

### Handgemachte Reibepfätzchen

AWO-Begegnungsstätte Haspe

Infos: s. S. 42

## Jeden 1. + 3. Mittwoch

14.30–17.00 Uhr

### Multiple Sklerose Gruppe

Vorsitzender: Fritz Deneke, Info:

AWO Begegnungs- und Beratungs-

zentrum Carlo Ross, s. S. 42

## Jeden 2. Mittwoch

### Badefahrt nach Bad Sassendorf

Stadtsportbund Hagen

Leitung: Ursula Werkmüller

Infos: s. S. 42

10:00–11:00 Uhr

### Offenes Singen

Oller Dreisch, Infos: s. S. 42

18:00–20:00 Uhr

### Selbsthilfegruppe Herzkrankheiten

Ansprechpartner: Herr Hudzik, AWO

Begegnungsstätte Schultenhof

Infos: s. S. 42

## Jeden 2.+ 4. Mittwoch

14:00–17:00 Uhr

### Beratungsangebot für Angehörige von Demenzkranken

Allgemeines Krankenhaus Hagen

gem. GmbH, Haus 60, 2. Etage,

Raum 207, Grünstr. 35, 58089

Hagen, Veranstalter: Alzheimer-De-

menz Selbsthilfegruppe Hagen e.V.,

Tel.: 201-10 31

## Jeden letzten Mittwochnachmittag

### VdK-Veranstaltungen

Info: AWO Boelerheide

Overbergstr. 125

Tel.: 68 93 97

## Jeden Donnerstag

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.: 02331 / 48 83 484

Handy: 0172 / 172 97 18, Werkhof

Hohenlimburg, Herrenstr. 17, 58119

Hagen, Zehnerkarte 40,00 €

9:45–11:15 Uhr

### Englisch Mittelkurs

Referent: Herr Niland, Begegnungs-

stätte, 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-Senio-

renbegegnungsstätte, s. S. 42

10:00–11:30 Uhr

### Computerkurse Word 2007

AWO Begegnungsstätte Schultenhof,

Infos unter Tel.: 5 32 13

10:00–11:30

### Orientalischer Tanz

AWO-Begegnungsstätte Wehring-

hausen, Gebühr: 12,00 Euro pro

Monat, Infos: 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 Informationsla-

den, 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

13:00–17:00 Uhr

### Kaffee und Kuchen

AWO-Begegnungsstätte Hohenlim-

burg, Infos: s. S. 42

14:00–18:00 Uhr

### Betreuungsgruppe für

### demenziell Erkrankte

Leitung: Monika Pawlak, AWO

Begegnungsstätte Hüttenplatz 44

Anmeldung erforderlich! Info/ An-

meldung: Frau Ebeling 3 81 12

14:00–17:00 Uhr

### Seniorentreff des AWO Ortsverein,

Leitung: Bärbel Pfeiffer, AWO-Begeg-

nungsstätte Schultenhof, Infos: s. S.

42

14:00–17:00 Uhr

### Seniorentreff mit Brett

### und Kartenspiel

Info: AWO-Begegnungs- und Bera-

tungszentrum Carlo Ross, s. S. 42

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,

Eppenhauser Str. 152, 58093 Hagen

s. S. 42

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.: 7 08 83, AWO Begegnungsstätte  
Schulthof, Info: s. S. 42

14:30–16:30 Uhr

### **SeniorInnen-Nachmittag**

Ansprechpartnerin S. Homberger,  
Begegnungsstätte der Ev. Dreifaltig-  
keits-Gemeinde, Eppenhauser Str.  
152, 58093 Hagen, Tel.: 58 83 00  
jeden Donnerstag ein anderes Pro-  
gramm, Info: s. S. 42

15:00–17:00 Uhr

### **Das Beratungsbüro**

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

18:00–21:00 Uhr

### **Selbsthilfegruppe Angst**

Ansprechpartner: Herr Niesen,  
AWO-Begegnungsstätte Schulthof  
Infos: s. S. 42

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 der Tel.: 02331 / 207-44 77

15:00 Uhr

### **Seniorenstunde Kaffetrinken und interessante Vorträge**

Veranstalter: Evangelisch-Freikirch-  
liche Gemeinde Hagen, Ansprechpart-  
ner: Walter Meckbach, Tel.: 4 12 48,  
Ort: Kirche am Widey, Am Widey 6-8

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 0175 7 / 523 22 29

15:30–17:30 Uhr

### **Demenzcafé für Demenzkranke und ihre Angehörigen**

informelles Treffen bei Kaffee und  
Kuchen mit Betreuung der Demenz-  
kranke, Friedhelm-Sandkühler-Seni-  
orenzentrum, Hüttenplatz 46–48,  
58135 Hagen, Veranstalter: Senioren-  
zentrum der AWO, Tel.: 90 34 14

## **Jeden 2. + 4. Donnerstag**

16:00–19:00 Uhr

### **Betreuung von Demenzkranke,**

Gemeindehaus der Ev. Paulusgemein-  
de, 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 0174 / 513 72 57

## **Jeden 3. Donnerstag**

11:00–12:00 Uhr

### **LebensLange LeseLust**

Vorlesestunde für ältere Menschen,  
Stadtbücherei Springe – Musikabtei-  
lung, 58095 Hagen, keine Anmeldung  
erforderlich, gebührenfrei

14:00–16:00 Uhr

### **Café Formular**

ehrenamtliche Helfer unterstützen sie  
bei Behördenangelegenheiten,  
Anträge/Formulare können mitge-  
bracht werden, Haus der Freien  
Evangelischen Gemeinde Hagen  
Märkischer Ring 39

## **Jeden letzten Donnerstag**

15:00–17:00 Uhr

### **Gesprächskreis für pflegende Ange- hörige von Demenzkranke**

informelles Treffen und wechselnde  
Vorträge zum Thema, Roncalli-Haus  
Boeler Kirchplatz 15, 58099 Hagen  
Gesprächsleitung: Dagmar Roggen-  
kamp, Marianne Schulte, Regina  
Erdmann, Veranstalter: Betreuungs-  
gruppe Hagen-Nord, (Diakonie,  
Caritas Verband, Johanniter-Unfall-  
Hilfe, e.V., Nachbarschaftshilfe e.V.  
Hagen, Wohlbehagen), Seniorenzen-  
trum Buschstr., Tel.: 93 99-516

## **Jeden Freitag**

10:00–11:30 Uhr

### **Ganzheitliches Gedächtnistraining,**

Einstieg ist zu jeder Zeit möglich  
Leitung: Marion Junker, Tel.: 4 73 90  
90, Begegnungsstätte im Alten  
Stadtbath, Berliner Str. 115, 58135  
Hagen, Gebühr für 10x: 30,00 €

10:00–12:00 Uhr

### **Maltreff**

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

11:00 Uhr

### **Wanderguppe**

Infos: Paritätischer Wohlfahrtsver-  
band, Bahnhofstr. 41, Tel.: 1 34 74

12:30 Uhr

### **Spielgruppen, Canasta und Rommee**

Infos: Paritätischer Wohlfahrtsver-  
band, Bahnhofstr. 41, Tel.: 1 34 74

13:00–17:00 Uhr

### **Kaffee und Kuchen**

AWO-Begegnungsstätte Hohenlim-  
burg, Infos: s. S. 42

14:00–19:00 Uhr

### **AWO Mitgliederversammlung,**

AWO-Begegnungsstätte Kuhlerkamp  
Infos: s. S. 42

15:00–16:30 Uhr

### **Englisch für Menschen 50+**

Leitung: Ingrid Klute, Ev. Dreifaltig-  
keits-Gemeinde, Eppenhauser Str.  
152, Infos/Anmeldung: Ev. Dreifaltig-  
keits-Gemeinde, s. S. 42.

## Caritas Sozialstation



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

Wir sind für Sie da!  
02331/171680

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**

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

www.westfalenbad.de

**WESTFALENBAD**  
HAGENS Freizeit- und WellnessOASE

www.westfalenbad.de  
**GESCHENK  
GUTSCHEINE**

## Tarif 55+

Der Eintritt für alle Freizeitbad-Liebhaber ab 55 Jahre kostet montags bis freitags nur noch 6,90 Euro und gilt zwischen 10.00 und 15.00 Uhr. Dieser Preis ermöglicht auch die kostenlose Teilnahme an einer Wassergymnastik.

Stadionstr. 15 | 58097 Hagen | Tel. 02331-208 600

20:00–21:30 Uhr

### Gymnastikkurs

der AWO Begegnungsstätte Hohenlimburg, Turnhalle Heideschule  
Leitung: Sigrid Leifels

### Jeden 1. Freitag

15:00–16:30 Uhr

### „Der Kulturbbeutel“

Eine unterhaltsame Reihe mit Musikportraits der Klassischen- und Unterhaltungsmusik, Referentin: Christina Asbeck, Begegnungsstätte, Martin-Luther-Str. 9–11, Info: Frau Wiewiorka  
Tel.: 38 09-4 10

### Jeden 3. Freitag

15:00–16:30 Uhr

### Diareihe

„Berliner Spaziergänge“, Referent: Gerd Otto  
Begegnungsstätte Martin-Luther-Str. 9–11, Info: Frau Wiewiorka, Tel.: 38 09-4 10

### Jeden 1. Samstag

15:00–17:00 Uhr

### Demenzcafé Eppenhäuser

Betreuung von Demenzkranken, Begegnungsstätte Eppenhäuser, Eppenhäuser Str. 154, Leitung: Beate Wiewiorka, Diakonisches Werk, Tel. 38 09-4 10 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.: 02331 / 33 25 86

### Jeden 2. und 4. Samstag

13.30–16:00 Uhr

### Tanzensemble

AWO-Begegnungsstätte Wehringhausen, Infos: s. S. 42

### Jeden 3. Samstag

10:00–12:00 Uhr

(September bis April)

### Selbsthilfe-Café

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

14:30–17:30 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. 95 42 83 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.: 02331 / 33 25 86

### Frühstück

Mo–Fr 9:30–12:00 Uhr

### Café Novum Frühstück für den kleinen Geldbeutel

Veranstalter: Evangelisch Freikirchliche Gemeinde Hagen, Kirche am Widey, Am Widey 6–8, Ansprechpartner: Ulrike Voigt, Tel.: 96 38 63

10:00–12:00 Uhr

(jeden 1. Freitag im Monat)

### „Frühstück bei Tiffany“

Kosten: 4,50 Euro, Voranmeldung bis dienstags, Tel.: 8 99 30 Info: AWO Begegnungs- und Beratungszentrum Carlo Ross, Infos: s. S. 42

Freitags 8:30–11:30

### Frühstückstreff mit Buffet und Kaffee

AWO-Begegnungsstätte Vorhalle, Infos: s. S. 42

Freitags 8:30–11:30 Uhr

### Frühstück für Jedermann /-frau

AWO-Begegnungsstätte Haspe, Voranmeldung, Kosten: 4,50 € Infos: s. S. 42

10:00–12:00 Uhr (jeden 3. Montag)

### Montagsfrühstück“

AWO Schultenhof, Info, s. S. 42

# 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



## Hohenlimburger Bauverein eG

**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](http://www.holibau.de)**

Redaktioneller Beitrag vom Hohenlimburger Bauverein

### Ein gutes Zuhause – beim Bauverein Wohnen in Ihrer Genossenschaft

Genossenschaften sind jung geblieben und leben das Miteinander. Der Hohenlimburger Bauverein bietet Ihnen „Wohnen mit Mehrwert“. Und das bedeutet, wir bieten Wohnraum für jeden Geldbeutel. Sie zahlen keine Kautions. Sie werden Mitglied und dadurch Miteigentümer an der Genossenschaft. Für Ihre Wohnung haben Sie ein Dauernutzungsrecht. Unser Reparaturservice ist nur ein Bestandteil unserer umfassenden technischen Betreuung. Neben der aktiven Seniorenarbeit stehen wir unseren Mietern mit einer guten Sozialbetreuung und vielen anderen Hilfen rund um das Wohnen zur Seite.

Wir prüfen ständig, wie wir Ihnen das Wohnen angenehmer gestalten können, z. B. mit der neuen Rampe am Mehrfamilienhaus Mozartstr. 15 in Hohenlimburg. Familien mit Kinderwagen sowie Mieter mit Rollator oder Rollstuhl freuen sich hier über den erleichterten Zugang ins Haus.

Unsere Mitarbeiterin Roswitha Jürgens ist als soziale Mieterbetreuerin Ansprechpartnerin, wenn soziale Unterstützung und Begleitung benötigt werden:

- Behördenangelegenheiten (z. B. Wohngeld) und Vermittlung an weiterführende Fachdienste (z. B. Badumbau bei Pflegestufe),
- Unterstützung älterer Mieter bei der Organisation von sozialen Diensten (Einkaufshilfe, etc.),
- Moderation bei Nachbarschaftskonflikten,
- Eingliederung in das Wohnumfeld.
- Wenden Sie sich an Frau Jürgens, wenn Sie sich für eine seniorengerechte Wohnung in der Wohnanlage Bahnstr. 1-5 interessieren.

Haben wir Ihr Interesse an unserer Genossenschaft geweckt? Sprechen Sie uns an, wir helfen gern.

**Hohenlimburger Bauverein eG, Wiesenstr. 5  
in 58119 Hagen-Hohenlimburg,**

**Tel. 02334/9588-0 • [www.holibau.de](http://www.holibau.de)**



## Mittagstisch

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

Mo.–So. ab 12:00 Uhr  
**Ev. Altenwohnheim Dahl**  
Zum Bollwerk 13,  
Tel. 0 23 37 / 47 47-0

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. 4 83 24 15

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 Gartengeschoss  
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-Seniorenzentrum**  
Cafeteria, Johann-Fr.-Oberlin-Str.  
11–15, Tel.: 3 68-0

Di. + Fr. 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 Uhr  
**Gemeindehaus**  
Begegnungsstätte Ev. Gemeindehaus,  
Borsigstr. 11, Tel.: 33 78 10

Fr. von 12:00–13:00 Uhr  
**AWO-Begegnungsstätte  
Hohenlimburg**  
Infos: s. S. 42

**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



## Neues aus der Welt des Hörens

Nun neigt sich das Jahr 2012 schon wieder zu Ende. Wie schnell doch die Zeit vergeht....

Das letzte viertel Jahr ist in unserer Branche immer wieder spannend. Findet doch Ende Oktober der Intern. Hörgeräte-Akustiker Kongress statt. Dieses Jahr traf man sich in Frankfurt. Auch wir, die Meisterinnen der Firma Faust Hörakustik waren vor Ort, um für Sie die Neuheiten kennen zu lernen. Folgendes haben wir Ihnen mitgebracht: Fast alle Hörgerätehersteller setzen auf die Bluetoothtechnik. Damit ergibt sich die Möglichkeit Zusatzgeräte für Telefon, TV und Mikrofone für größere Gesprächsrunden einfach anzukoppeln. Bisher war das nur bei High-End-Geräten möglich, jetzt bereits in der Mittelklasse.

Einen weiteren Bereich nahmen die Tinnitusgeräte ein. Die Firma Widex setzt hier auf ZEN Klänge, entweder als reine Tinnitusgeräte, oder als Kombigerät (Hörgerät+Tinnitus).

Allgemein läßt sich berichten, dass alle Hersteller ihre Hörgeräte kleiner und unauffälliger gestalten und auf Komfort setzen. Dazu gehört mit Abstand das einzigartige „AQ2G“ System der Firma Hansaton. Hier verzichtet der Hersteller auf

Batterien, bietet eine lebenslange Akku Garantie und das alles in drei Technikklassen im wunderschönen Design.

Ebenfalls von der Firma Hansaton ist das erste Hörgerät mit der „XearA“Technologie erschienen. Hinter diesem System steht die neue Anpassoftware „Connex7“, die Ihnen einen verbesserten Anpassablauf ermöglicht. Ihre individuellen Hörwünsche und Bedürfnisse werden in die Arbeitsweise des Hörsystems hinterlegt. Dazu wird Fachwissen und Kompetenz benötigt, welches die Mitarbeiter/innen der Firma Faust besitzen.

Weiterhin gilt, ein Hörgerät wird erst durch die individuelle gleitende Anpassung zu Ihrem Hörsystem.

Nur qualifizierte Fachkräfte können Ihre Wünsche in die Technik umsetzen um sie zusammen mit einem individuellen Hörtraining zu Ihrem gewünschten Hörerfolg zu führen. Dieses gewähren wir Ihnen, mit einer stetigen Weiterbildung und Freude am Lernen.

Überzeugen auch Sie sich von unserer Kompetenz, wir freuen uns auf Sie. Britta Faust

**Gutschein\***  
Schnupperkurs „Hörfit“

**Gutschein\***  
Probetragen der „AQ-Technologie“

**Gutschein\***  
Hörprofil erstellen

**Gutschein\***  
Probetragen der Bluetoothtechnik

**Gutschein\***  
Probetragen der „XearA Technologie“

**Gutschein\***  
Lassen Sie Ihr Hörsystem  
Weihnachtsfit machen“

\*alle Gutscheine sind bis zum 31.12.2012 gültig

## 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  
Tel. 8 99 30 ggf. auf den Anrufbeantworter sprechen, Ansprechpartner: Barbara Dittmann

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

Auf dem Kämpchen 16  
Tel. 5 44 90 oder 9 33 89 97  
Ansprechpartner: Frau Hesterberg oder Frau Brommer

### AWO-Begegnungsstätte Kuhlerkamp

Heinrichstr. 31  
Tel.: 9 33 67 45 oder 4 14 79

### AWO-Begegnungsstätte Vorhalle

Vorhaller Str. 36  
Anmeldungen: Frau Buhl oder Frau Dittmann Tel. 3 48 32 23

### AWO-Begegnungsstätte Haspe

Hüttenplatz 44, 58135 Hagen  
Tel. 4 14 77 oder 3 81 12  
Ansprechpartner: G. Rutkowski oder K. Ebeling

### AWO-Begegnungsstätte Wehringhausen

Bachstr. 26, 58089 Hagen  
Tel. 3 81 12 oder 33 39 61  
Ansprechpartner: Kirstin Ebeling

### AWO-Begegnungsstätte Schultenhof

Selbecker Str. 16, 58091 Hagen  
Tel. 7 20 53 Ansprechpartnerin: Nina Fabert

### AWO-Begegnungsstätte Hohenlimburg

Im Klosterkamp 40, 58119 Hagen  
Tel: 0 23 34 / 4 28 53  
Ansprechpartner: Gerd Söhnchen

### Begegnungsstätte „Altes Pfarrhaus“

Eppenhauser Str. 154, 58093 Hagen  
Tel. 58 83 00  
Mi. + Do. 09:00–12:00 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 o. 5 50 65  
Mo.–Fr. 9:00–17:00 Uhr  
Badefahrt: Abfahrt 12:45 Uhr  
Hauptbahnhof und 13:00 Uhr DRK,  
Fahrpreis mit Thermalbad: 16,00 €;  
nur Fahrt: 11,00 €  
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. 11:00–19:00 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. 207-2886

### 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

### Stadtsporthund

Badefahrt: Abfahrt 08:15 Uhr Haus  
Deutscher Ring, 8:30 Uhr Marktplatz  
Emst, Leitung: Ursula Werkmüller,  
Seniorenbeauftragte des SSB,  
Anmeldung/Infos: Do. von 16:00–18:00, Tel. 02331 / 207-51 10  
oder mobil: 0160 / 99 80 45 30,  
sowie Mo.–Fr. 9:00–13:00 Uhr,  
Frau R. Wirth, Tel. 207-51 07,  
Fahrpreis mit Thermalbad: 18,00 €;  
nur Fahrt: 12,00 €. 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

## Seniorenumzug?



**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

## Verkauf und Vermietung mal anders!



### Vermietung:

Wählen Sie aus 2 Varianten die passende für sich heraus-ganz nach Ihren Wünschen!

**Variante I**

oder

**Variante II**

### Verkauf:

Kostenloses Wertgutachten bei Auftragserteilung.

Mehr über uns und unsere Leistungen erfahren Sie unter:

**Jacques Kempkens**  
58095 Hagen • Elberfelder Str. 11  
Tel. 02331. 6254135 / [info@ib-hagen.de](mailto:info@ib-hagen.de)

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](http://www.pflegeheim-wohlbehagen.de)



## 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).





**DRK zu Hause.**  
Lange gut leben.



# Dienstleistungen für ein langes & gutes Leben



MDK-Prüfung vom 25. April 2012 ergab: 1,0 (sehr gut) für das DRK-Seniorenheim Lange Straße 9-11, 58089 Hagen

**34567** Eine Nummer für Alles!

Ambulante Pflege

90 20 30

NEU!

Essen auf Rädern

95 89 22

Hausnotrufdienst

95 89 24

Betreutes Wohnen

95 89 24

Stationäre Altenpflege

3 45 67

Seniorenreisen

95 89 24

Erste Hilfe Ausbildung

95 89 35

Katastrophenschutz

95 89 31

Seniorenbegegnung

95 89 24



**Deutsches  
Rotes  
Kreuz**

Aus Liebe zum Menschen.

Kreisverband Hagen e.V.

[www.drk-hagen.de](http://www.drk-hagen.de)