

Junges Ja ltes



Zeitung von Senioren (nicht nur) für Senioren - Heft Nr. 62, 02 | 2025



Prominenten-Interview

Dr. Weigelt-Liesenfeld und die Max-Reger-Musikschule:
Von Trompete bis Ballett

Titelgeschichte

Die alte Schraubenfabrik:
Vom Industriedenkmal zur Pflegeschule

Veranstaltungskalender

August – November 2025

Gratis
zum Mitnehmen



IHR PARTNER FÜR DIE ENERGIEWENDE

Jetzt mit Mark-E die Energiewende in Südwestfalen mitgestalten.
Gerne beraten wir Sie zu unseren Produkten im Bereich Strom, Gas, Wasser, E-Mobilität
und Wärmepumpen sowie zu weiteren Themen wie Photovoltaik. Entweder in unserem
Mark-E Forum oder online unter www.mark-e.de

Jetzt folgen auf:



mark e
Energie, die bewegt.

Guten Tag...

...haben Sie sich den 14. September im Kalender schon rot eingetragen? An diesem Tag sind Kommunalwahlen. Wir wählen einen neuen Oberbürgermeister (oder Bürgermeisterin) und bestimmen die Zusammensetzung von Rat und Bezirksvertretungen. Ein wichtiger Tag. Gerade vor Ort haben wir die Chance, mitzureden und Weichen zu stellen. Wir alle haben unsere politischen Überzeugungen und die können wir in der Wahlkabine geheim kundtun in der Hoffnung, das Beste für unsere Stadt zu erreichen. Wir Seniorinnen und Senioren haben bei dieser Wahl eine besondere Verantwortung. Wir haben zum Teil noch die letzten Kriegstage erlebt oder sind in den Trümmern der Nachkriegsjahre aufgewachsen. Wir wissen, wohin Rechtsextremismus geführt hat. Darum der Appell: Gehen Sie zur Wahl und geben Sie Ihre Stimme am 14. September demokratischen Parteien!

Ein wichtiges Anliegen (nicht nur) für Seniorinnen und Senioren ist die Zukunft der Pflege. In unserer Titelgeschichte berichtet Ellen Steinbach von ihrem Besuch in der alten Schraubenfabrik Funcke&Huck, wo eine Ausbildungsstätte für Pflegekräfte ihren Betrieb aufgenommen hat und wo auf Perspektive ein Gesundheitscampus entstehen soll. Ein Vorzeigeprojekt in unserer Stadt, in dem sich industrielle Vergangenheit und digitale Zukunft vereinen. Und wo sich zwei Flüsse – Volme und Ennepe – wieder dem Blick öffnen (Seite 8)



Nicht vergessen: Am 14. September wählen gehen! Foto: Ruth Sauerwein



Die Zukunft der Sparkasse wird immer digitaler. In der Geschäftsstelle in der Innenstadt gibt es die Möglichkeit, sich umfassend in die Technik einführen zu lassen. Mehr zum Thema Sparkasse auf Seite ??
Foto: Ruth Sauerwein

Weitere Themen: Elisabeth Pehl hat uns einen Schulaufsatz über Hagen im Zweiten Weltkrieg zur Verfügung gestellt, den sie als Schülerin geschrieben hat vor Ende des Krieges. Wir untersuchen die Vor- und Nachteile von Smartwatches für die ältere Generation und informieren über die Hitzeaktionsplanung, denn der Klimawandel wird unser Leben immer stärker beeinflussen. Aber auch Neues von Dattel, eine Buchbesprechung und manches mehr fand seinen Platz.



Hans-Werner Urbanski inmitten seiner Werke. Zu den Neuere gehören auch Hagens drei Türme. Foto: Ruth Sauerwein

Zu unserem Titelbild

Davon träumen viele junge Mädchen: Tanzen zu lernen im Tutu und in Ballettschuhen, sich mit graziösen Bewegungen zur Musik zu bewegen. Die Max-Reger-Musikschule bietet dafür die Möglichkeit. Mit viel Engagement kümmert sich Tanzlehrerin Olga Peniker um die kleinen Tänzerinnen. Die Schule bietet dafür gute Bedingungen, wie unser Foto zeigt. Die Max-Reger-Musikschule steht allen Generationen offen. Brigitte Wienkötter hat mit Dr. Weigelt-Liesenfeld, dem Leiter der Max-Reger-Musikschule gesprochen (Seite 6). Hier machen Menschen ganz analog Musik, üben ihre ersten Tanzschritte oder lernen im Alter noch ein Instrument. Öffentliche Auftritte bereichern das kulturelle Leben. Zum Wohlbefinden und guten Zusammenleben in einer Stadt gehören Kunst und Kultur. Daran sollten wir denken, wenn wir an dem historischen Gebäude am Elbersgelände vorbei gehen.

Junges Altes Hagen liegt aus in Bürgerämtern, Begegnungsstätten, der Freiwilligenzentrale, HagenInfo, vielen Sparkassenfilialen. Außerdem an vielen Stellen, an denen sie unsere ehrenamtlichen Verteiler*innen auslegen. Menschen, die unsere Zeitung noch weiterverbreiten, sind jederzeit willkommen. Wir treffen uns an jedem zweiten Mittwoch eines Monats um 10 Uhr im Sozialen Rathaus am Berliner Platz im Raum D 336.

Das Team:

Sigrun Dechêne, Christa Heine, Dieter Hesse, Lothar Kasper, Heike Kühnholz-Böcker, Maria Liley, Peter Nöldner, Elisabeth Pehl, Peter Rische, Ruth Sauerwein, Ellen Steinbach, Brigitte Wienkötter

In eigener Sache: Wir suchen immer interessierte Menschen, die in unserem Team mitarbeiten möchten – ob beim Schreiben, Fotografieren, Ideen beisteuern, Zeitungen verteilen. Bitte melden bei: ruth_sauerwein@web.de oder 02331-5 74 38.



Feithstr. 50



Zeppelinweg 15 + 17



Fleyer Str. 190-194



Schwerter Str. 136a



Meier Haus- und Grundverwaltung GmbH

Fleyer Str. 194 – 58097 Hagen

Tel: 02331-96980

info@wohnen-in-hagen.de

www.wohnen-in-hagen.de

Unsere seniorengerechten Häuser befinden sich in einer gewachsenen Nachbarschaft mit unmittelbarer Anbindung an den öffentlichen Personennahverkehr sowie an Einkaufs- und Freizeitmöglichkeiten.

Die Wohnungen sind über Aufzüge und barrierefreie Zugänge leicht zu erreichen und bieten neben elektrischen Rollläden, einem Badezimmer mit ebenerdiger Dusche und vielen weiteren seniorengerechten Details, allen erdenklichen Komfort.

Großzügig bemessene Gemeinschaftsräume mit angeschlossener Küche und geschützten Außenflächen bieten Platz für Angebote wie Informationsveranstaltungen, Handarbeits- und Gymnastikgruppen oder einfach Raum, um Zeit mit Nachbarn und Freunden zu verbringen.

Wir freuen uns auf Sie!

Ihr Partner für eine stressfreie Immobilienverwaltung!

In der heutigen schnelllebigen Welt kann die Verwaltung von Mietobjekten eine herausfordernde Aufgabe sein. Hier kommen wir ins Spiel – Ihr kompetenter Partner, der Ihnen hilft, den Überblick zu behalten und Ihre Immobilien effizient zu verwalten.

Gerne übernehmen wir für Sie die kaufmännische und technische Verwaltung Ihrer Immobilie und unterstützen Sie professionell bei allen Fragen rund um Ihre Immobilie. Vertrauen Sie auf unsere Expertise und lassen Sie uns gemeinsam Ihre Immobilien erfolgreich verwalten!

Gerne stehen wir für ein unverbindliches Erstgespräch und weiterführende Informationen persönlich oder aber auch telefonisch zur Verfügung.

Guten Tag

■	Grußwort an die Leser*innen	3
■	Zu unserem Titelbild	3

Unser Prominenten-Porträt

■	Dr. Weigelt-Liesenfeld und die Max-Reger-Musikschule	6
---	--	---

Titelgeschichte

■	Vom Industriedenkmal zur Pflegeschule	8
---	---------------------------------------	---

Wohnen und Mobilität

■	Der „Buschtreff“ – ein Ort der Begegnung	10
■	Karlsruhe auf dem Weg zum „urbanen Wohlfühlklima“	11

Soziales

■	Informationsveranstaltung der Sparkasse und des Seniorenbeirats	12
■	Ambulanter Pflegedienst DA-SEIN bietet Kurse für Ehrenamtliche an	13

Gesundheit

■	Wenn es heiß wird in Hagen...	14
■	Eine Uhr für die Gesundheit: Smart Watches im Seniorentest	15

Hobbies

■	Büchertipps	16
■	Musikalischer Impressionismus - zum 150. Geburtstag von Maurice Ravel	18
■	Drei-Türme-Weg einmal anders	20

Geschichte, Gedichte und Dönekes

■	Hagen im Krieg aus der Sicht eines Schulmädchens	21
■	Dattels Leckerchen	22
■	Gedicht: Urlaubsfreuden	23

Veranstaltungskalender

■	August – November 2025	24
---	------------------------	----

Impressum

■		19
---	--	----

Text und Fotos: Brigitte Wienkötter

Musikmachen macht Menschen glücklich

Die Musikschule bereichert das kulturelle Leben Hagens

Der Sohn möchte gern Trompete blasen? Die Tochter lieber zum Ballett? Oder möchten Sie im Rentenalter die Fertigkeiten am Klavier wieder auffrischen? In der Max Reger Musikschule ist für Jung und Alt etwas dabei. Entscheidend ist die Freude an der Musik. Musikschulleiter Dr. Weigelt-Liesenfeld gibt hier einen Überblick über die vielfältigen Angebote.



1962 gründete Fritz Emonts, freier Pianist und späterer Professor an der Folkwang Musikhochschule in Essen, die Max-Reger-Musikschule in Hagen. Emonts gehört zu den wichtigsten Klavierpädagogen des 20. Jahrhunderts.

Die Max Reger Musikschule ist die größte musikpädagogische Einrichtung in Hagen und hat ihre Räumlichkeiten in dem Verwaltungsgebäude der ehemaligen Textilfabrik Elbers mitten in Hagen. Im Unterrichtsjahr 2023 fanden zum 60. Jubiläum 60 Veranstaltungen statt, die eine sehr positive Resonanz in der Hagener Bevölkerung hatten.

Das vielfältige Angebot umfasst die Bereiche Elementare Musikerziehung, Unterricht in den Fächern Gesang, Tasteninstrumente, Streich- und Blasinstrumente. Zudem gibt es klassisches Ballett und moderne Tanzformen. Im Instrumentalunterricht gibt es unterschiedliche Stile: Neben Klassik wird auch Rock, Pop und Jazz unterrichtet.

Hervorzuheben sind die Sonderpädagogik und das „Jekits“-Projekt. Das ist ein kulturelles Bildungsprogramm des Landes NRW und steht für „Jedem Kind Instrumente, Tanz und Singen“. Weigelt-Liesenfeld: „Es wird in elf Hagener Grundschulen von der Max-Reger-Schule durchgeführt.“

Im Fachbereich SVA (Studienvorbereitende Ausbildung) werden an der Musikschule Unterrichtsstunden zur Vorbereitung einer universitären oder künstlerischen Laufbahn angeboten. Fast alle Dozenten der Musikschule haben ein Universitätsstudium absolviert. Auf diese Qualität der Ausbildung wird besonderer Wert gelegt.

Die Nachfrage steigt

Auf meine Frage, ob das allgemeine Vorurteil, die jüngere Generation zeige weniger Interesse an einer musikalischen Ausbildung als an Internet und Social media, auch auf die Musikschule zutrifft, berichtet Dr. Weigelt, dass die Verwaltung seit Jahren auf eine zunehmende Anzahl von Schülerinnen und Schülern schauen kann.

Das Internet mit seinen unzähligen Videos und online Musikkursen habe nicht die Anzahl verringert. Die Technik wird natürlich zunehmend als Ergänzung zum Unterricht vor Ort gern genutzt.

Selbst die Corona-Pandemie habe sich nicht gravierend auf die Schülerzahl ausgewirkt, wobei – wie in vielen anderen Bereichen auch – hier der Online-Unterricht zum festen Angebot wurde. Schwierig sei es jedoch während der Pandemie zum Beispiel im Gruppenunterricht gewesen – sowohl beim Tanz als auch in den Instrumentengruppen. So habe die zeitliche Verzögerung der Sprache und des Tons (die sog. Latenz) in den unterschiedlichen Geräten zu schwierigen exakten Einsätzen aller Instrumente beim gemeinsamen Musizieren geführt.



Dr. Weigelt-Liesenfeld

Musik ist gut fürs alternde Gehirn

Nicht nur Kinder und Jugendliche gehören zu den Musiklernenden, viele Seniorinnen und Senioren nutzen die Gelegenheit, sich im Unterricht weiterbilden und inspirieren zu lassen. Dr. Weigelt betont die besonders positive Auswirkung des Musizierens im Alter. Die Komplexität von Noten oder die Anforderungen beim Instrumentalspiel kann den Alterungsprozess des Gehirns verbessern. Das ältere Gehirn braucht eben die Beschäftigung mit etwas Neuem, um fit und trainiert zu bleiben. So ist der Kursus

„Gedächtnistraining am Klavier“ einer der beliebtesten Kurse an der VHS. Es gibt im Rock-Pop Bereich viele Bands, die sog „Wohnzimmerhelden“, in dem sich Mitglieder aller Altersgruppen, die Musik machen wollen, treffen. Gleichzeitig schätzen sie auch die belebenden sozialen Kontakte.

In diesem Jahr gab es auch zahlreiche Auftritte. Viel Freude bereitete dem „ JeKits“ Orchester eine Aufführung für und vor dem Oberbürgermeister. 60-80 Kinder gaben bei bestem Wetter und vor vielen begeisterten Zuhörenden ein „Draußen-Konzert“ im Funke-Park und übten im Ratssaal spielerisch demokratisches Abstimmungsverhalten ein.

Weiterhin fanden im Mai sechs Straßenkonzerte an verschiedenen Orten in Hagen statt. Straßenkonzert bedeutet für alle Musikerinnen und Musiker „sich und ihr Talent zu zeigen“. Vivaldis „Vier Jahreszeiten“ wurde mit ca.15 erfahrenen Musikern und acht Schülern aus dem JeKits Projekt aufgeführt.

Die „Big Band“ der Musikschule tritt traditionell immer mit der Veranstaltung Swing in die Ferien ebenfalls draußen auf. Ein außerordentlich beliebtes Konzert zum Ferienauftakt!

Von Spitzentanz bis HipHop

Eine Tanzlehrerin und ein Tanzlehrer als Tanzpädagogen runden das Angebot der Musikschule ab. Geboten und gelehrt wird klassisches Ballett, aber eben auch sportliche Herausforderungen wie Hip -Hop oder JeKits Tanzen.

Die Bedeutung des inklusiven Musikunterrichts in der Sonderpädagogik durch ausgebildete Fachkräfte ebenso wie die Musiktherapie, die es von der Sonderpädagogik zu unterscheiden gilt, wird von Dr. Weigelt besonders hervorgehoben. Die Musiktherapie benutzt die Mittel der Musik, um auf Krankheiten positiv einzuwirken, während die Sonderpädagogik in erster Linie musikalisch lehrend und erziehend eingesetzt wird.

Bei aller Freude an den Veranstaltungen und dem Interesse der Mitglieder hat Dr. Weigelt-Liesenfeld eben auch Alltagsprobleme zu lösen, zum Beispiel den Generationswechsel der Musiklehrerinnen und -lehrer. Wie in fast allen Bereichen fehlen hier die jüngeren Fachkräfte. Auch sind die Räumlichkeiten in dem jetzigen Gebäude etwas beengt, weil immer mehr Schülerinnen und Schüler ein Instrument lernen wollen. Die Ausgaben und Mittel der Stadt sind aus Einspargründen begrenzt worden. Das sind alle Mittel, die zur Finanzierung von neuen Instrumenten, zur Modernisierung, zur Durchführung von Veranstaltungen etc. benötigt werden. Dankbar zeigt sich Dr. Weigelt gegenüber dem Förderverein.

Abschließend betont er noch einmal die Bedeutung der Musikschule für das kulturelle Leben der Stadt Hagen. Sie stellt eine wesentliche Bereicherung des kulturellen Angebots dar. Er hat den Wunsch, als lokale Institution noch positiver wahrgenommen zu werden.

Sein Wunsch: Wenn Hagener Bürger eine Melodie hören, so sollten sie gleichzeitig auch an die Existenz der Hagener Musikschule denken, die Kenntnisse von Melodie, Musik, Motorik und Rhythmus vermittelt. Vermittelt wird auch die Freude daran, die den Menschen, dessen Körper, Persönlichkeit und Geist und Seele reifen und wachsen lässt.

Ich danke Herrn Dr. Weigelt-Liesenfeld für das angenehme Gespräch.



Für viele Mädchen einTraum:
Tanzen im Ballett.

Ihre Sparkasse
wird grüner.



**Nachhaltiges Banking
für Mensch und Umwelt.**

Mit Haltung,
innovativen Produkten
und gesellschaftlichem
Engagement.



Sparkasse
an Volme und Ruhr

Text: Ellen Steinbach, Fotos: Ruth Sauerwein, Michael Kleinrensing

Alte Schraubenfabrik und neue Ideen!

Auf einer Industriebrache wächst ein Ort der Pflegeausbildung und Entspannung

Aus Alt mach Neu!? Nein, das beschreibt noch lange nicht, was aus der alten Schraubenfabrik „Funcke&Huck“ geworden ist. Da ist eine Frau, eingebunden in eine Familie und dadurch unterstützt, dabei ihren Traum zu verwirklichen. Aus der Wirtschaftswelt wird so oft beklagt, dass es kleine Familienunternehmen mit engagierter Leitung so schwer haben. Hier wird Anderes aufgezeigt.

Die alte Schraubenfabrik hinter dem Bahnhof, zum Stadtteil Eckesey gehörend, war schon fast in Vergessenheit geraten. Jetzt sieht sie innen aus wie



Die alte Schraubenfabrik Funcke & Huck stand lange leer. Jetzt erwacht sie zu neuem Leben unter strengen Auflagen des Denkmalschutzes.

aus dem Dornröschenschlaf geweckt und nach vielen Jahren direkt in ein modernes offenes Gebäude der 2030er Jahre verwandelt. Wirklich durchgeplant, die alte Höhe der Räume perfekt zur Gestaltung der einzelnen Bereiche genutzt.

In der ersten Etage sind tolle Lernorte entstanden. Es gibt White Bords und natürlich Beamer. Jede Schülerin, jeder Schüler bekommt ein iPad und entsprechend hat in den Schulungsräumen jeder Stuhl ein fest installiertes kleines Tischchen als Ablage. Die Stühle sind

ergonomisch und mit Rollen versehen. Andere Räume sind vorbereitet für praktische Übungen an menschenähnlichen Puppen für die ersten Pflegeübungen sowohl im Bereich Altenpflege als auch als Vorbereitung für Intensivpflege. Aufenthaltsräume für Schüler und Lehrkräfte getrennt, aber jeweils mit kleinen Küchen ausgestattet, sorgen für Rückzugsmöglichkeiten. Büros für Lehrkräfte und Besprechungsräume vervollständigen das Bild.

Ausbildung auf vielen Ebenen

In diesen Räumen ist Lernen auf vielen Ebenen möglich. Die Ausbildung zur Gesundheits- und Krankenpflegerin bzw. Gesundheits- und Krankenpfleger wird hier angeboten. In der einjährigen Form als Pflegefachassistent/in oder nach drei Jahren als Pflegefachkraft. Während dieses neu konzipierten Ausbildungsganges lernen zukünftige Fachkräfte die ganze Bandbreite der Gesundheitsunterstützung kennen. Von Geburts- bzw. Babyversorgung über alle Fachabteilungen unserer Krankenhäuser bis zu Seniorenzentren und Hospizen, können sie stationär und ambulant ihre ersten Erfahrungen sammeln. In den Aschke Seminaren ist es auch möglich, später noch fachspezifische Qualifizierungen zu erwerben, zum Beispiel Ausbildungsleiter und -leiterin. Betreuungskräfte können hier eine Grundqualifizierung durchlaufen oder einen Aufbaukurs belegen. Leider haben die Bewerber und Bewerberinnen im Moment mit langen Bearbeitungszeiten von Förderanträgen zu kämpfen. Sollten die Bewerber und Bewerberinnen noch Unterstützung beim Erlernen der deutschen Sprache benötigen, kann dies hier berufs begleitend erfolgen. Nicht Ausgrenzung, sondern Akzeptanz von Menschen mit Migrationshintergrund wird hier überall spürbar.

Es gibt unter dem Namen Aschke Care die Möglichkeit, sich als im Ausland lebende Fachkraft, in Deutschland zu

bewerben. Aschke Care unterstützt mit Wohnraum für den Übergang, Hilfe bei der Anerkennung der bereits erworbenen Qualifikationen und dem Erlernen der deutschen Sprache und Gepflogenheiten. Auch Arbeitgeber aus dem Pflegesektor können hier ihren Bedarf anmelden. Hier wird das gelebt, worüber an so vielen Stellen seit Jahren das Synonym „wir sollten mal – wir müssten mal“ gebraucht wird. Ausbildung mit einem hohen fachlichen Anspruch und begleitend Hilfestellungen, wo sie gebraucht werden. Das hört sich für mich an wie der Schlüssel oder der Leitfaden, den wir als Gesellschaft auch in Handwerk und Industrie für ein gutes Miteinander brauchen.

Der Einstieg für Olivia Aschke in Hagen war ihr Standort an der Elberfelder Straße, Ecke Hindenburgstraße vor fünf Jahren. Seitdem wird sie im Pflegeausbildungsbereich unterstützt von Herrn Klose. Auch hier ist es – sicher per Zufall – als Standort ein über Jahrzehnte in Hagen ansässiges Unternehmen. Es waren die Verkaufsräume des Möbelhauses „Olbrich“.

Große Pläne für die Zukunft

Den neuen Standort Plessenstraße 20 nennt Olivia Aschke Qualifizierungs- und Gesundheitskampus, denn die erste Etage in der alten Schraubenfabrik ist nur ein Teil ihrer Vorhaben. In der oberen Etage bauen fleißige Handwerker an 35 Zimmern und einer Suite als Übernachtungsangebot. Große Zimmer mit viel Licht und barrierefreien Badezimmern geben den Blick in unterschiedliche Richtungen über Hagen frei. Die Balkone laden zum Sitzen in der Sonne ein. Unten fließen Volme und Ennepe, die man hier, seitdem die Bahnhofsumfahrung fertig ist, auch zusammenfließen sehen kann. Schöner als der alte Beton, den frühere Firmen hier hinterlassen haben, wäre ein kleiner Park, der die Flüsse „begeh-



An lebensechten Puppen zeigt Olivia Aschke, wie hier die künftigen Pflegekräfte unter Anleitung üben können.

treffen wir wieder auf die Grundidee der Betreiberin: allen Menschen auf Augenhöhe zu begegnen und da Hilfe anzubieten, wo sie nötig ist.

Dies alles wird betrieben von einer Frau, deren Karriere nicht mit einem tollen Abiturabschluss und dann steil nach oben gerichtet begonnen hat.

Hoffnungsträger gesucht

Ihre ersten Erfahrungen als Arbeitnehmerin hat sie in der Pflege gemacht. Dann wurde aus den Überlegungen Medizinstudium oder Physiotherapeutin ein Betriebswirtschaftsstudium und ein Aufenthalt in den Vereinigten Staaten. Werbung und Marketing waren ihre Schwerpunkte, als sie zurückkam und bei der Varta angestellt war. Eine Familie mit zwei inzwischen erwachsenen Kindern haben die Erfahrungen noch mal ergänzt. Aus einer kleinen

Selbständigkeit zur Personalvermittlung sind viele Ideen gewachsen.

Innovation, Mut und soziales Engagement waren schon immer gelebte Ziele in der alten Schraubenfabrik zu Hause. Hier soll es die erste Dampfmaschine in Hagen gegeben haben. 1855 gründete Wilhelm Funcke eine der ersten Betriebskrankenkassen für seine Mitarbeitenden. Sein Sohn Oskar Funcke trat als Vorstand der Stiftung Volmarstein und als FDP-Abgeordneter im ersten Bundestag für viele soziale Neuerungen ein. Seine Tochter Liselotte Funcke war Prokuristin in der Firma und später eine der ersten Frauen im Bundestag mit Ministeramt und die erste Ausländerbeauftragte. Ich hoffe, dass viele Benutzer, Besucher dieser Räume etwas davon spüren und mitnehmen. Hoffnungsträger braucht unsere Gesellschaft gerade in allen Altersgruppen.

bar“ machen würde für alle Hagerinnen und Hager. In zehn Minuten ist man von der Eckeseyer Brücke in diesem – noch nicht ganz – idyllischen Bereich, von wo aus man gut zur Philipphöhe oder zum Friedwald wandern kann. Vorgesehen sind auch noch Räume für Yoga oder andere Entspannungsangebote und die Zusammenarbeit mit Physiotherapeutinnen und -therapeuten.

Und dann kommt noch das Highlight im Erdgeschoss, ein Restaurant mit Außenterrasse. Geräumig, hell, mit viel Raumhöhe soll hier – natürlich barrierefrei – eine Gastronomie entstehen, die als inklusiver Betrieb geführt wird. Menschen mit Handicap sollen eine Chance auf einen attraktiven Arbeitsplatz erhalten. Der Rahmen wird sicher sehr gut gestaltet. Auch hier



Noch liegt viel Arbeit vor den Handwerkern. Hier entsteht das Restaurant.

Text: Ellen Steinbach, Foto: Buschtreff

Der „Buschtreff“ – ein Ort der Begegnung

Einladung an die Nachbarschaft, den Treff zu nutzen

Alt werden wollen wir alle – aber irgendwann kommen für die Meisten werden Einschränkungen, die es schwerer machen, am Leben teilzuhaben. Da helfen Einrichtungen wie Tagespflegen, die außer Hol- und Bringendiensten einen Tag in Gemeinschaft mit anderen anbieten. Ein Beispiel dafür ist der „Buschtreff“.

Ein vielversprechender Name für ein besonderes Angebot: Der „Buschtreff“ in der Buschstraße 50 ist weit mehr als eine klassische Tagespflege. In den Räumen des Seniorenzentrums lädt er Menschen von Montag bis Freitag zwischen 8 und 16 Uhr zu Gemeinschaft, Austausch und vielfältigen Aktivitäten ein.

Tagespflege – das klingt zunächst nach intensivem Pflegebedarf. Doch für viele Gäste des Buschtreffs steht etwas anderes im Vordergrund: nicht allein essen zu müssen, sich unterhalten zu können, eine Pause vom Alltag zu erleben oder sich an kreativen Mitmachangeboten zu beteiligen. Manche kommen täglich, andere nur einmal pro Woche – je nach Wunsch und persönlichem Bedarf.

Benedict Delévièuse, der Leiter des BSH (Betrieb Sozialeinrichtungen Hagen) in der Buschstraße, hat viele Ideen für die Weiterentwicklung des Hauses. Sein Antrieb: Nachhaltigkeit. So stellt er sich vor, die Außenflächen künftig noch aktiver zu nutzen – etwa durch Obstbäume oder Hochbeete mit frischem Obst und Gemüse. Das würde nicht nur die Sinne erfreuen, sondern auch einen Beitrag zum gemeinschaftlichen Gärtnern leisten.

Auch der Buschtreff selbst könnte außerhalb der regulären Öffnungszeiten noch mehr belebt werden. Nach 16 Uhr stehen die Räume oft leer. Erste Schritte in Richtung Quartiersöffnung sind bereits gemacht: Eine Square-Dance-Gruppe nutzt inzwischen den großen Saal regelmäßig und ein Personal Trainer bietet an jedem ersten Montag im Monat von 16:30 bis 18:00 Uhr ein Bewegungsangebot gegen eine kleine Teilnahmegebühr an.

Doch damit soll es nicht enden. Ob Skat- oder Strickgruppe, Brettspiele, Yoga oder Pilates – wer in der Nachbarschaft eine Idee hat, ist herzlich willkommen. Die Räume verfügen über separate Eingänge und sanitäre Anlagen; bei Bedarf könnte sogar eine kleine Bewirtung organisiert werden.

Die Einladung richtet sich an alle Interessierten aus dem Umfeld des Seniorenzentrums: Der Buschtreff soll ein lebendiger Ort für die ganze Nachbarschaft werden – nicht nur für die Gäste der Tagespflege. ■



Ein geselliger Tag im Busch-Treff

 **DR. BÄCKER • DR. DOHNAU**
NOTAR • RECHTSANWÄLTE • FACHANWÄLTE • STEUERBERATUNG



- Testamente
- Nachfolgestatungen
- Erbschaftsteuer
- Vorsorgevollmachten
- Patientenverfügungen
- Erbstreitigkeiten

RA u. Notar Dr. Roland M. Bäcker

Fachanwalt für Steuerrecht

Fachanwalt für Handels- u. Gesellschaftsrecht

Fachanwalt für Erbrecht

Bahnhofstr. 28, 58095 Hagen, Tel.: 02331/10 99-0

Text und Foto: Gertrud Masuch, Heidi Wenke, Udo Pfeiffer

Soweit die Füße tragen...

Karlsruhe auf dem Weg zum „urbanen Wohlfühlklima“

Im Rahmen der Mobilitätswende verlangen Fußgänger*innen größere Beachtung im kommunalen Verkehrsmix. Gerade für Senior*innen ist das Thema Nahmobilität von großer Bedeutung. In Hagen besteht eine örtliche Gruppe der Organisation FUSS e.V., die sich diesem Thema widmet. Mitglieder des Vereins haben am 25. Bundesweiten Umwelt- und Verkehrskongress teilgenommen.

Unter dem Motto „Gemeinsam cool bleiben – Auf dem Weg zum urbanen Wohlfühlklima“ fand Ende März 2025 in Karlsruhe der 25. BUVKO (Bundesweiter Umwelt- und Verkehrskongress) statt, an dem auch einige Mitglieder des Hagener VCD und FUSS e.V. teilnahmen.

Karlsruhe (rd. 350.000 Einwohner) beeindruckte schon bei der Ankunft mit viel Grün, vielen Fußgängern und Radfahrern, einer attraktiven Stadtbahn, wenig Autos, vielen Geschäften und gut besuchten Lokalen in der Innenstadt. Der motorisierte Individualverkehr hat dort einen Anteil von 30 Prozent bei der Mobilität, in Hagen liegt er etwa doppelt so hoch.

Das Ziel des „urbanen Wohlfühlklimas“ vieler Städte, nicht nur Karlsruhe, bedeutet: Mehr Platz für Menschen und bessere Lebensqualität, weniger Autos, Lärm, Gestank. Referenten und Teilnehmer des BUVKO lieferten wertvolle Anregungen und Impulse, mit welchen Maßnahmen der „Weg zum urbanen Wohlfühlklima“ beschritten werden kann. Dabei hilft zum Beispiel die Orientierung am sogenannten Schwammstadt-Konzept (umweltbundesamt.de/schwammstadt) mit weniger Versiegelung, dafür mehr Bäumen (Berliner Bürger setzten sich zum Beispiel für einen Baumentscheid ein; siehe: www.baumentscheid.de/), Dach- und Fassadenbegrünung, einer Steigerung von Erholungs-, Grün- und Versickerungsflächen, einer Renaturierung urbaner Gewässer.

Aber es wurden auch konkrete, überschaubare Maßnahmen vorgestellt, die unmittelbare Verbesserung bewirken: So stellte im Rahmen einer der Workshops ein Referent die Tätigkeit der HUK (Haltestellen-Umfeld-Koordination) des Hamburger Verkehrsverbunds (hvv) dar. Wie der Name schon besagt, kümmert sich die HUK um das Umfeld Hamburger Haltestellen. Ihre Themen sind neben Sauberkeit, Barrierefreiheit und Gestaltung der Haltestellen auch die (Fuß-) Wege zu den Haltestellen und das gesamte Umfeld. Sie versuchen zwischen den zum Teil unterschiedlichen Sichtweisen und Bedürfnissen der hvv und den Nutzern zu vermitteln und Lösungen aufzuzeigen. Sie bieten den Nutzern Hilfe bei der Meldung von Mängeln an, da die unterschiedlichen Zuständigkeiten für den Laien oft nicht erkennbar sind. Außerdem kümmert sich die HUK um die künstlerische Verschönerung eher trister oder ungepflegter Haltestellen. Ebenfalls bemüht sie sich, aus ästhetischen und ökologischen Gründen um Begrünung und Bepflanzung des Haltestellenumfelds.

Genauer finden Sie im Internet unter:
<https://www.hvv.de/de/sauberehaltestelle>.

Wären dies vielleicht Anregungen, um auch in der Autostadt Hagen das urbane Wohlfühlklima zu verbessern?



Einsatz für bessere Berücksichtigung von Fußgänger*innen in Hagen: ein Parkverbot sichert besseren Zugang zum Hauseingang.



WIR UNTERSTÜTZEN SIE IN JEDER LEBENSLAGE!

Mit individualisierten Pflegeangeboten für:

- Kurzzeitpflege
- Tagespflege
- Ambulante Pflege
- Langzeitpflege
- Seniorengerechtes Wohnen

WIR HELFEN SOFORT UND MIT HERZ. KONTAKTIEREN SIE UNS!



BSH Seniorenzentrum Buschstraße
Buschstr. 50 | 58099 Hagen
www.seniorenzentrum-buschstrasse.de
02331 622 0

Text und Foto: Ruth Sauerwein

Wenn's ums Geld geht...

Großes Interesse an der Infoveranstaltung der Sparkasse und des Seniorenbeirats



Gedränge an den Automaten. Viele wollten sich informieren. Das Echo auf die Veranstaltung war sehr positiv.

Im Mai luden die Sparkasse Volme – Ruhr und der Seniorenbeirat zu einer Informationsveranstaltung ein. Rund 40 Seniorinnen und Senioren folgten der Einladung. Sie hatten viele Fragen mitgebracht. Die Veranstaltung war das Ergebnis eines längeren Gesprächs des Seniorenbeirats mit Mitgliedern des Sparkassenvorstands. Die rege Beteiligung zeigte das große Interesse.

Nach einem Überblick über die Sparkasse und ihre Angebote in Hagen entwickelte sich eine lebhafte Diskussion. Vom Umgang mit Geld- und Serviceautomaten über zu wenig Automaten und Geschäftsstellen bis hin zum Onlinebanking erstreckten sich die Beiträge. Für viele ein wichtiger Hinweis: Die Sparkasse bietet Senior*innen einen Bringeservice an, wenn der Weg zum Automaten zu weit ist. Im Anschluss gab es die Möglichkeit, sich im Kassenbereich über die Funktionen der Automaten zu informieren. Es standen genug Mitarbeiter*innen bereit, um Hilfestellung zu leisten. Gleichzeitig wurde auf Informationsmöglichkeiten in Sachen Digitalisierung hingewiesen.




Wohnungsverein Hagen
Mein Lieblingsplatz!

Profitieren Sie von:

- vielen energetisch modernisierten Wohnungen
- gepflegten und überwiegend barrierearm angelegten Wohnanlagen
- Serviceleistungen rund ums Wohnen
- Angebote für Familien u. v. m.

Liebingsplätze für jeden Lebensstil!

Ob Wohnraum für die Familie, das Studentenappartement oder seniorengerechtes Zuhause, wählen Sie aus ca. 6.000 attraktiven Mietwohnungen in Hagen. Interesse? Wir freuen uns auf Sie.



WWW.WOHNUNGSVEREIN.DE

Text und Foto: DA-SEIN (Andrea Strehl)

Auf dem letzten Weg begleiten

Ambulanter Pflegedienst DA-SEIN bietet Kurse für Ehrenamtliche an

Im September beginnt beim Ambulanten Hospizdienst Da-Sein ein Qualifizierungskurs für ehrenamtliche Hospizhelfer*innen. Sie schenken schwerstkranken und sterbenden Menschen vor allem eines: Zeit und Zuwendung. DA-SEIN ist eine Einrichtung der Ev. Pflegedienste Mark-Ruhr unter dem Dach der Diakonie Ruhr-Mark. Die Qualifizierungskurse finden regelmäßig statt.

Die Kurse erstrecken sich über rund neun Monate und umfassen ca. 100 Unterrichtseinheiten. Die Tätigkeit erfordert Einfühlungsvermögen, Offenheit und die Bereitschaft, sich mit den Themen Sterben, Tod und Abschied auseinanderzusetzen.

Begleitet werden die Teilnehmenden vom erfahrenen Koordinatorinnen-Team des Ambulanten Hospizdienstes: Andrea Strehl, Kristina Zawistowski und Gisela Fiukowski stehen während der gesamten Schulung und darüber hinaus unterstützend zur Seite. Der Austausch in der Gruppe und regelmäßige Reflexionsgespräche gehören fest zum Konzept.

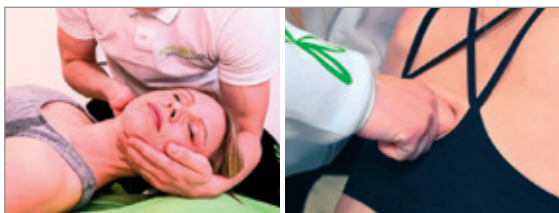


Zehn engagierte Bürger*innen haben erfolgreich eine Qualifizierung zu ehrenamtlichen Hospizhelfer*innen abgeschlossen. Sie stehen nun bereit, schwerstkranken und sterbende Menschen mit Zeit und Zuwendung zu begleiten.

Der ambulante Hospizdienst ist ein wichtiger Bestandteil in der Versorgung schwerstkranker und sterbender Menschen. Mit Empathie und Offenheit begleiten Ehrenamtliche Kranke in ihrer letzten Lebensphase und entlasten durch ihre Anwesenheit

auch die Angehörigen. Das Angebot ist kostenlos für die Kranken.

Informationen zu den Kursen und zu den Angeboten von DA-SEIN in den Räumen des Beratungszentrums in der Körnerstr. 82. Anmeldungen zum Kurs im September sind bis zu ?? möglich.



Gesund in die Zukunft blicken

Haus- und Heimbesuche
Krankengymnastik
Manuelle Therapie
Manuelle Lymphdrainage
Sportphysiotherapie
KG-ZNS (PNF)
Cranio-Mandibuläre Dysfunktion (CMD)

lichtblick.life
PHYSIOTHERAPIE

Fleyer Str. 204 • 58097 Hagen

☎ 02331 36 74 999

www.lichtblick.life

Text und Foto: Ruth Sauerwein

Wenn es heiß wird in Hagen... Stadt arbeitet an einem Hitzeaktionsplan

Die Stadt Hagen bereitet sich mit einem Hitzeaktionsplan auf heiße Sommermonate vor. Damit ältere Menschen sowie Mitarbeitende in Pflegeeinrichtungen frühzeitig auf extreme Hitze vorbereitet sind, soll rechtzeitig informiert werden. Der Deutsche Wetterdienst veröffentlicht täglich gegen 10 Uhr Hitzewarnungen. Diese Warnungen sollen dann in Hagen auf vielfältigen Wegen verbreitet werden, zum Beispiel über Radio Hagen oder auf den Info-Tafeln an Bushaltestellen. Bei Hitzephasen sind viele Aspekte zu beachten.

Medikamente

Auf allen Beipackzetteln steht es: Bitte kühl lagern. Medikamente verändern bei Temperaturen über 25 Grad ihre Wirksamkeit. Darum sind Apotheken verpflichtet, ihre Raumtemperatur nicht über diese Temperatur steigen zu lassen. In diesem Zusammenhang ein Hinweis an alle, die sich ihre Medikamente über das Internet bestellen und schicken lassen: Beim Versand besteht die Gefahr, dass Medikamente überhitzt werden. In Postpaketwagen können Temperaturen von über 60 Grad entstehen und die Postpaketstationen sind ausgesprochene Hitzefallen. Viele Paketstationen sind mit Solarzellen ausgestattet und somit keineswegs im Schatten aufgestellt.

Bei Hitze empfiehlt es sich auch auf jeden Fall, den Hausarzt oder in der Apotheke zu fragen, ob der Körper anders auf die Einnahme von Medikamenten reagiert.

Trinkwasserbrunnen

Die Stadt Hagen hat inzwischen beschlossen, dass fünf Trinkwasserbrunnen in verschiedenen Stadtbezirken aufgestellt werden sollen. Allerdings wird sich die Umsetzung dieses Vorhabens auf das Jahr 2026 verschieben. Also wird es



Trinkwasserbrunnen in der Volmegalerie

in diesem Sommer noch nichts werden. Es erreichte uns ein Brief von Christian Isenbeck, der uns als Vertreter des Unternehmervereins Hagen darauf hinwies, dass es in Hagen auf Initiative des Vereins bereits Trinkwasserbrunnen gibt. Wer durch die Volme Galerie geht, kann in der Nähe der Rotunde eine kleine gemütliche Sitzcke finden. Dort befindet sich eine Trinkwassersäule, die rege genutzt wird. Hier kann man gekühltes, ungekühltes und mit Kohlensäure versetztes Wasser zapfen. Die Säule wird täglich gereinigt und die Becher werden jeden Tag ergänzt. Die Säule in der Volme Galerie steht an sieben Tagen der Woche von 7 bis 22 Uhr zur Verfügung.

Darüber hinaus bietet die Einrichtung M12 (im ehemaligen WMF-Geschäft) einen Trinkwasserbrunnen an. Der Unternehmerverein plant gemeinsam mit Enervie und der City-Gemeinschaft die Installation eines dritten Brunnens.



**Wer Generationen verbinden will,
braucht Vertrauen. Wir danken für Ihres.**

Vertrauen seit Generationen –
und seit 1904 in Hagen.

voeste
Bestattungen
Vertrauen seit Generationen®

📍 Frankfurter Str. 61a–63, Hagen
☎ 02331–222 20 + 02331–232 22
📍 Hauptstr. 39c, Herdecke
☎ 02330–808 54 41
🌐 www.voeste-bestattungen.de

Text und Fotos: Brigitte Wienkötter

Eine Uhr für die Gesundheit

Smartwatches können sehr nützlich sein

Der Siegeszug der Smartwatches als Minicomputer für das Handgelenk begann 2014 mit der Firma Apple. Zunächst wurden diese zum großen Teil von jüngeren Menschen angenommen und geschätzt. Erst einige Zeit später haben Seniorinnen und Senioren sich von den Vorteilen überzeugen lassen. Verglichen mit einer hochwertigen analogen Armbanduhr erfüllen sie optisch weniger ästhetische, sondern eher funktionelle Ansprüche. Dass man damit die Uhrzeit ablesen kann, ist fast nebensächlich. Man kann telefonieren, Nachrichten oder E-Mails lesen, man kann Wetterdaten ablesen oder auch Straßenkarten und Stadtpläne. Schlafüberwachung und Weckruf oder Bezahlfunktion können programmiert werden. Die Vorteile für Seniorinnen und Senioren gegenüber eventuellen Nachteilen habe ich zusammengefasst.

Vorteile

1. Gesundheitsüberwachung

Viele Geräte messen Pulsfrequenz und Blutdruck. Manche auch die Sauerstoffsättigung. Besonders bei Herzrhythmusstörungen sind sie eine Hilfe für den Kardiologen bei der Diagnosestellung, da man die Aufzeichnung in der Uhr über das Smartphone abrufen kann und per Mail oder Papierausdruck dem Arzt vorzeigen kann. Nicht immer lässt sich so ein unregelmäßiges Ereignis in einem Praxis-EKG darstellen und dokumentieren. Jedoch sei betont, dass sich Herzinfarkte darin nicht erkennen lassen.

2. Sturzerkennung und Notruf

Viele Modelle erkennen, wenn der Träger zum Beispiel bei Fahrradtouren stürzt und alarmieren eine hinterlegte Person oder den Notruf.

3. Erinnerungsfunktion

Ob Arzttermine oder Treffen mit Freunden, besonders aber pünktliche Tabletteneinnahme lassen sich eingeben. Die Uhren geben ein Signal und erinnern daran

4. Bewegungsmotivation

Schrittzähler und programmierbare Bewegungsziele fördern die Motivation, sich fit zu halten und in den Alltag Bewegung einzubauen.

5. Navigation und Ortung

Viele Karten, Straßen und Stadtpläne können per GPS aufgerufen werden. Die Ortungsmöglichkeit hilft Angehörigen bei der eventuell notwendigen Suche nach dem Standort.

6. Bezahlfunktion

Es ist bequem zum Beispiel an einer Supermarktkette die Uhr am Unterarm zu benutzen, statt in der Handtasche die Geldbörse mit der Kreditkarte oder dem Bargeld zu suchen. Die Bank ist bei der Installation behilflich und bei Verlust der Uhr schützt ein Code vor missbräuchlicher Verwendung durch andere.

Nachteile

1. Oft zu kleines Bedienfeld (Display) und Skepsis gegenüber moderner Technik. Es gibt jedoch spezielle Seniorenuhren.
2. Überforderung in der Programmierung.
3. Oft wird zur vollen Nutzung der Uhr ein Smartphone benötigt, das nicht jeder besitzt.
4. Regelmäßiges Aufladen ist nötig, was oft vergessen wird.
5. Letztendlich spielt sicher auch der oft teure Anschaffungspreis eine entscheidende Rolle.
6. Es gibt in der Uhr viele andere Funktionen, die weniger relevant sind für uns Seniorinnen und Senioren. Sie kommen hier nicht zur Erwähnung.
7. Nicht entscheidend, aber doch für einige Personen wichtig, ist die Tatsache, dass eine analoge Uhr mit Handaufzug auch ein wunderschönes zeitloses Accessoire oder sogar ein wertvolles Schmuckteil sein kann.



Text: Christa Heine

Wenn die Welt aus den Fugen gerät

Ein Buch, das Mut macht: „Manchmal sucht sich das Leben harte Wege“

Bedingt durch den Unfalltod ihres Bruders musste sich Katharina Afflerbach mit Verlustgefühlen, Trauer und Unverständnis auseinandersetzen. Daraus entstand das Bedürfnis, andere Menschen, die Ähnliches erlebt haben, ihre Geschichten erzählen zu lassen. Ihnen zuzuhören, sie ernst zu nehmen, sie mitzunehmen, sie zu begleiten.

Aber wie fängt man es an, völlig fremde Menschen auf ihren Verlust und ihre Trauer anzusprechen? Wenn die Welt „aus den Fugen“ gerät, wenn nichts mehr so ist, wie es war, wenn man sprachlos wird und sich einkapselt?

Es begann bei einer ehemaligen Klassenkameradin, die bereit war, über ihren Zwillingbruder-Verlust zu sprechen... dann ist da Victoria, deren bester Freund durch Mord ums Leben kommt... Martin, dessen Eltern bei einer Autoheimeinfahrt ums Leben kommen, während er zum Schülertausch an der Loire weilt... oder Stephan, der aus einem von Konventionen geprägten Elternhaus kommt, muss erleben, wie sich einer seiner Brüder für den Freitod entscheidet... Wir erfahren von den unterschiedlichsten Traumata und

dem Umgang damit, wie jemand fast zerbricht, sich Hilfe holt, mit Freunden neuen Lebensmut findet, sich der Welt wieder zuwendet, ja, sogar als starke Persönlichkeit daraus hervorgeht.

Man kann dieses Buch nicht in „einem Rutsch“ durchlesen, es ist in viele Kapitel unterteilt, für jede Lebensgeschichte gibt es eines. Und das ist auch gut so, weil man nach einer Geschichte den Nachhall erspüren muss, Vergleiche ziehen kann, erstaunt ist, ob der Offenheit der Betroffenen.

Was bleibt nach dem Lesen zurück: Mut zum Leben, egal wie es uns begegnet oder verletzt oder traurig macht. Diese Dinge gehören dazu und können mit den richtigen Freunden (!oder auch professioneller Hilfe!) gemildert werden oder sogar wieder im Lot landen. Aber wir als Betroffene müssen unseren Teil dazu geben. Eine schöne Vorstellung!

Katharina Afflerbach: *Manchmal sucht sich das Leben harte Wege*, Verlag:

Text: Ellen Steinbach

Geschichte einer Arbeiterfamilie

Harte Kost, aber spannend und fesselnd

In dem Buch „Das Schwarz an den Händen meines Vaters“ geht es um die Geschichte einer Arbeiterfamilie im Ruhrgebiet. Es geht um Sucht und um Alkohol und die fast normale Zugehörigkeit dieser Dinge in den Lebensalltag. „Das mit dem Alkohol war eigentlich bei allen Männern in der Familie so“, lässt die Autorin einmal die Mutter sagen.

Es geht um den unspektakulären Umgang mit Kompensationsmechanismen. Um liebevolles Zugewandtsein, auch wenn nicht alles in einer Familie ideal verläuft. Es ist ein harter, zarter Roman über die Liebe zu einem schwierigen Vater und den Weg ins Leben. Sehr konkret formuliert, sehr gradlinig geschrieben, einfach der besondere Schreibstil von Lena Schätte. Der Roman ist auf seine Art spannend und fesselnd. Nach dem Einstieg mochte ich ihn nicht mehr aus der Hand legen.

Die Autorin Lena Schätte, geboren 1993 in Lüdenscheid, hat 2014 schon den Roman „Ruhrpottliebe“ veröffentlicht. Sie arbeitet als Psychiatrie-Krankenschwester im Ruhrgebiet. 2020 nahm sie in Leipzig ein Literaturstudium auf und wurde für Auszüge aus ihrem neuen Buch 2024 mit dem W.-G.-Sebald Literaturpreis ausgezeichnet.

Sie war inzwischen schon bei Jörg Thadeus zum Interview im WDR, und Elke Heidenreich hat ihr Buch im Radio vorgestellt. Sie war ganz angetan, wie Lena so ein schwieriges Thema bearbeitet und ein Buch entsteht, das die Leserin, den Leser nicht herunterzieht.

Lena Schätte: *Das Schwarz an den Händen meines Vaters*, Fischer Verlag





Ganter Merino Wolle, ein unglaublich angenehmes Geh(ge)Fühl."



Naturform mit viel Zehenfreiheit, von **Waldläufer** mit Wechselfußbett.



Aktuelle Farbkombination wenn die Sonne mal nicht scheint. Von **Waldläufer**, Weite H, mit Wechselfußbett.



Mit Korkfußbett und doppeltem Bio-Filz von **Haflinger** fühlen sich Ihre Füße zu Hause



Bestes Leder, top Verarbeitung, sehr gut verstellbar und das typische **FinnComfort** Wechselfußbett.

Stief schuhe

seit 1904

Freundliche Fachkompetenz ist unsere Stärke.

HA-City, Märkischer Ring 122
(Am Johannes Kirchplatz)

Tel.: (02331) 28721
www.bioline-schuhe.de

10% bei Vortage dieser Anzeige

Deutsche Bank
Immobilien



Wir sind für Sie da.

Deutsche Bank Immobilien GmbH: für alle, die verkaufen, kaufen, vermieten oder mieten wollen. Das umfassende professionelle Leistungspaket rund um die Immobilie.



Dimitrios Papadopoulos
Selbstständiger Immobilienberater
Vertriebsleiter
der Deutsche Bank Immobilien GmbH
Telefon 0173 6554673
dimitrios.papadopoulos@db.com

www.deutsche-bank-immobilien.de

Text: Christina Asbeck (Kulturhistorikerin), Zeichnung: Sigrun Dechêne

Musikalischer Impressionismus

Zum 150. Geburtstag von Maurice Ravel (*7.3.1875 Cibourne † 28.12.1937 Paris)

Bonne anniversaire, Monsieur Ravel! Dieses Jahr feiern Fans französischer Werke den Titanen, der Welthits schuf, die bis heute globale Freude garantieren. Der Franzose mit bas-kischer Mutter ist neben Claude Debussy der Tonkünstler, der wie kein Zweiter den Impressionismus in Töne fasste.

Jeder kennt die elektrisierende Rhythmik des als Ballett konzipierten Orchesterwerks „Bolero“, von dem der Meister sagte, es sei eine „unpersönliche Volksweise der üblich spanisch-arabischen Gattung“ und es entstehe „ein erstaunliches Karussell der Klänge“. Wenn sich die Melodie aus einem permanenten Trommelrhythmus und gassenhauerartiger Melodie der jeweiligen Instrumente innerhalb 16 Minuten steigert und steigert bis zum furiosen Finale, kennt der Zuschauerjubil keine Grenzen. Übrigens wurde hier auch die Frage eines Musikers geklärt, ob man einen Orgasmus in Noten ausdrücken könne. Ja, man kann, das ist der Beweis der 1928 entstandenen Meisterschöpfung.

Ebenfalls spektakulär ist Ravels Violinphantasie „Tzigane“, die er der genialen Virtuosa Yelley d'Aranyi widmete – enorm schwierige Violinpassagen im folkloristischen Touch, gepaart mit sehr modernen Phasen sichern den Interpreten stets frenetischen Beifall. Von den zwei Klavierkonzerten nimmt das „für die linke Hand“ einen besonderen Raum ein. Widmungsträger ist der im Ersten Weltkrieg verwundete österreichische Pianist Paul Wittgenstein, der selbstbewusst verkündete, von nun an mache er eben alles mit links. Der toughe Tastentiger bewies, dass man mit Willenskraft alles erreicht – in der Musikwelt voll Achtung und Bewunderung aufgenommen. Die Liebe und Verbundenheit mit Spanien bekundete der Tonkünstler gerne mit Kammermusik, Liedern und Balletten wie „Rhapsodie espagnol“. Weich fließende Melodien, zündende Rhythmen, kühne Harmonik und teils atonale Phrasen: das ist der typische Ravel-sound.

Er schenkte uns unvergessliche Melodien

Inspiration für viele Werke fand der herrlich unprätentiöse und umgängliche Künstler in seinem Garten mit den Siamkatzen, in Begegnung und Austausch mit Künstlern aller Sparten – darunter Idole des Impressionismus wie Monet, Manet und Renoir –, gemütliche Essen in größerer Gemeinschaft und Reisen in die französischen und spanischen Pyrenäen. Der vielseitige Ravel liebte alte Bücher als Quelle für neue Werke. Eine originelle Persiflage auf den Wiener Walzer mit ultramodernem Klang und buntem Instrumentarium reflektiert der Ballettwalzer „La Valse“ – auch eine Reverenz für die tollen Balletttruppen der Pariser Oper und das sagenhafte Ballett Russe.

Ein besonderes Faible hatte Ravel für Takt – sicher daher rührend, dass Vater Ravel ein Genfer Uhrmacher war. Sein Sohn besaß eine beachtliche Stand- und Armbanduhrensammlung und huldigte übrigens der Pünktlichkeit. In seiner einzigen Oper „L'heure espagnol“ (Die spanische Stunde) spielen Uhren das Zentralthema – im heiteren Opus erscheint eine Uhrmacherfrau, die ihre zwei Liebhaber in Standuhren versteckt – sehr originell zu spanischem Temperament und französischem Esprit.

Die letzten Jahre plagten Ravel mit neurologischen Ausfällen und Schmerzen, deren Ursache in einem Hirntumor liegt. Am Ende unterzieht er sich einer riskanten OP, die er nur wenige Tage überlebt. Bis heute ist Maurice Ravel ein Garant für begeisternde und beflügelnde Tonschöpfungen. Merci mille fois, Monsieur Ravel!






„MEIN ZWEITES WOHNZIMMER“

DIE GEMEINSCHAFT IM BUSCHTREFF

Tagsüber in bester Gesellschaft. Jeder nach seinen individuellen Bedürfnissen und Ansprüchen.



Tagespflege Seniorenzentrum Buschstraße
 Buschstr. 50 | 58099 Hagen
www.seniorenzentrum-buschstrasse.de
 02331 622 705




Monatlicher Fixpreis ohne versteckte Kosten

Kleiner Knopf, große Wirkung
Der Malteser Hausnotruf

- ✓ Notrufzentrale 24 Stunden an 365 Tagen im Jahr erreichbar
- ✓ Zuverlässiger und professioneller Bereitschaftsdienst
- ✓ Moderne Technik mit leichter Bedienung

Jetzt anrufen und informieren
0800 9966010
 (Mo-Fr von 8-20 Uhr, kostenlos)
malteser-hausnotruf.de



Impressum

Briefkasten

Ihre Leserbriefe, Anregungen und Meinungen schicken Sie bitte an:
 Redaktion Hagener Seniorenzeitung,
 VolmeForum, Rathausstr. 11, 58095 Hagen

Impressum Junges Altes Hagen

Junges Altes Hagen

Herausgeber

Pflege- und Wohnberatung der Stadt Hagen

Volme Forum in der Volme Galerie

Rathausstr. 11, 58095 Hagen

Tel.: 02331-2073626

Fax: 02331-2072080

Inhalt

V.i.S.d.P. Ruth Sauerwein,
 Volme Forum, Rathausstr. 11, 58095 Hagen
 Titel: Ballettprobe in der Max-Reger-Musikschule,
 Foto: Brigitte Wienkötter
 Bild Veranstaltungskalender (S.24):

@Autumn Mott Rodeheaver @unsplash

Verlag und Anzeigen: Werbeagentur L. Kapp, Dortmund

Layout und Umsetzung:

ideen.manufaktur | Agentur Saiko

www.ideenmanufaktur-bochum.de

Anzeigenannahme:

Herr Herzig | Tel. (0231) 58 44 85 24

E-Mail: herzig@werbeagentur-kapp.de

Nächster Erscheinungstermin: November 2025

Redaktionsschluss: Anfang September 2025

Text und Foto: Ruth Sauerwein

Hagens drei Türme auf einen Blick

Hans-Werner Urbanski ist sein eigener Baumeister mit Tausenden von Legosteinen

In den Sommermonaten ist der Drei-Türme-Weg ein wunderbarer Ort, um Natur zu erleben und immer wieder neue Ausblicke auf Hagen zu erhaschen. Hans-Werner Urbanski aus Haspe hat einen kurzen Weg zu diesen Wahrzeichen der Stadt: Er hat die drei Türme mit Tausenden von Legosteinen nachgebaut. Seit 45 Jahren frönt er seinem Hobby. Zahllose Gebäude aus aller Welt, aber besonders aus Hagen und vor allem Haspe hat er schon errichtet mit den kleinen Steinchen – akribisch naturgetreu. Die drei Türme gehören zu seinen neuen Werken. Er sucht nach Möglichkeiten, seine Werke in der Öffentlichkeit zu zeigen. Wer eine Möglichkeit sieht: Bitte bei uns melden!



DR. AXEL KRACKE MOBILE ZAHNMEDIZIN

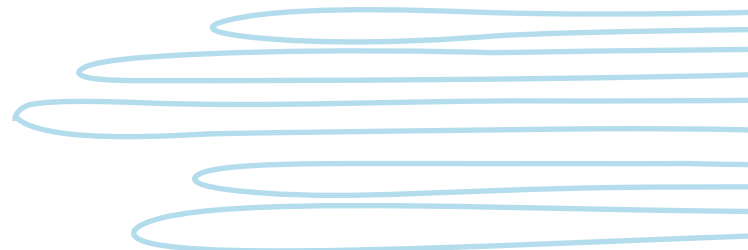


• Seniorenheim- & Hausbesuche

Unser Service für Gehbehinderte und Senioren

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

Cunostraße 46a
58093 Hagen-Emst
www.dr-kracke.de



Diakonie Mark-Ruhr

Pflege und Wohnen
Ev. Pflegedienste Mark-Ruhr

Wohnen im Alter | Kurzzeitpflege
Alten- & Krankenpflege
Dauerpflege | Betreutes Wohnen
Pflegeberatung | Palliativ-Pflege
Betreuungsdienste | Tagespflege
Qualitätssicherungsbesuche
24-Stunden-Pflege | Hausnotruf



www.diakonie-mark-ruhr.de
karriere.diakonie-mark-ruhr.de

Diakoniestation Hagen

Kuhlestr. 33 | 58089 Hagen | Tel. 02331 31177

Diakoniestation Hohenlimburg

Bahnstr. 7 | 58119 Hagen | Tel. 02334 43330

Kirchlicher Pflegedienst Breckerfeld

Hansering 3a | 58339 Breckerfeld | Tel. 02338 912926

Beratungszentrum Körnerstraße

Körnerstr. 82 | 58095 Hagen

Krebsberatung

Tel. 02331 3520850

Pflegeberatung

Tel. 02331 333920

Begegnungsstätte

Körnerstr. 84 | 58095 Hagen | Tel. 02331 3520234

DA-SEIN Ambulanter Hospizdienst

Tel. 02331 3751199

Altenzentrum St. Jakobus Breckerfeld und Tagespflege Hansering

Hansering 5 | 58339 Breckerfeld | Tel. 02338 9193-0

Bodelschwingh-Haus

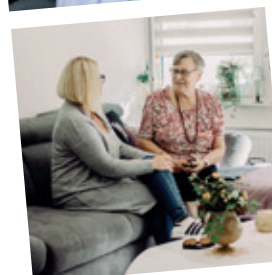
Kuhlestraße 33 | 58089 Hagen | Tel. 02331 39768-0

Evangelisches Altenwohnheim Dahl

Zum Bollwerk 13 | 58091 Hagen | Tel. 02337 4747-0



Mit einem
**guten
Gefühl**
zu Hause.
In Hagen.



Wir sind da.
Wo die Menschen uns brauchen.

Text: Elisabeth Pehl, Foto: Stadtarchiv Hagen

„Wie hat sich das Stadtbild verändert...“

Hagen im Krieg aus der Sicht eines Schulmädchens



Blick auf das zerstörte Hagen im Jahr 1946

Die Hasperin Elisabeth Pehl, geborene Scheidt, hat den letzten Krieg zum Teil in Hagen, zum Teil aber auch in Pewsum/Ostfriesland miterlebt. Dort besucht sie die Kreismittelschule. Das Einjährige beinhaltet unter anderem eine große Deutscharbeit, bei der sich Elisabeth Pehl mit dem Thema „Meine Heimatstadt Hagen im Krieg“ beschäftigt hat. Diejenigen Informationen, die ihr fehlten, erhielt sie, ebenso wie Bilder, von Rektor Schulte aus Hagen. Hier einige der Erlebnisse, die das damalige Hagen aus der Sicht eines Schulmädchens beschreiben.

Der Stadtbote hat die ersten Lebensmittelkarten gebracht. Die Ernährung ist dadurch gesichert. Spinnstoffe werden gegen Bezugsscheine ausgegeben. Jedes Warenhaus muss sich auf die neue Verordnung umstellen. Der Luftschutz gibt die ersten Anleitungen zur Verdunkelung heraus. Auf den sonst so ruhigen Straßen herrscht aufgeregtes Hasten und Eilen. In der Straßenbahn und am Hauptbahnhof herrscht Hochbetrieb. Die Einberufenen ziehen mit einem Kofferchen, begleitet von den Angehörigen, zur Sammelstelle.

Die ersten Briefe von der Front kommen in die Heimat. Leider aber auch die ersten Nachrichten von den gefallenen Soldaten. Manche Frau, die noch vor wenigen Tagen mit ihrem Mann glücklich zusammen war, bekommt nun schon die traurige Nachricht, dass ihr Mann gefallen ist. Voll Mitgefühl sehen wir auf die Frauen, bei denen das Schicksal so erbarmungslos zugriff. ...

Gleichzeitig mit dem Mann vertauschen auch viele Frauen ihre Kleider mit der Tracht des Roten Kreuzes. Sie ziehen mit den Soldaten an die Front. Aber auch in der Heimat warten verantwortungsvolle Posten auf sie. In Hagen wird im Remberg-Krankenhaus ein Lazarett eingerichtet. Das Hotel Jütenschloss am Bahnhof wird ein Soldatenheim, das durchreisenden Soldaten eine Unterkunft für Stunden bietet. Der Bahnhof Hagen-Heubing wird eine Versorgungsstation für durchfahrende Soldatenzüge. Zwei stattlich Holzbaracken werden gebaut und als Küchen eingerichtet. ...

Gleichzeitig verfolgt die Hager Bevölkerung mit besonderem Interesse die erfolgreichen U-Boot-Fahrten eines Kapitänsleutnants, auf dessen Boot ein Hagerer Junge mitfährt. Als Hans Schmalenbach einmal nach siegreicher Feindfahrt in die Heimat kommt, bereitet ihm die Heimatstadt einen glücklichen Empfang. ... Nachher besucht der Bootfahrer alle Hagerer Schulen und schildert seinen Zuhörern spannend seine Feindfahrten gegen England. ...

Ja, unsere liebe, alte Heimat. Wie hat sich das Stadtbild auch verändert. Bei einem Bummel durch die Straßen Hagens mache ich allerlei Beobachtungen. Mit der Straßenbahn fahre ich ins Stadtzentrum. An der großen Kinohalle des UFA-Filmpalastes löse ich eine Karte für die nächste Vorstellung. Diese Wochenschau soll besonders schön sein. Zuerst werden wir durch einige Bilder nach Dortmund in die Westfalenhalle geführt, wo Dr. Goebbels zu der luftbedrohten Bevölkerung spricht. Dann folgen Bilder von den Kämpfen im Osten. ... Auf einem Flugplatz an der Atlantikküste sehen wir die letzten Vorbereitungen für einen Start unserer Flieger gegen England.

Noch ganz in Gedanken trete ich auf die dunkle Straße hinaus. Hier und da blitzen die abgedunkelten Lichter und Scheinwerfer der Autos und Fahrräder auf. Ein Blick auf die Uhr mahnt mich, an den Heimweg zu denken. ...

Es ist am 1. Oktober abends, als die ganze Hausgemeinschaft zur gewohnten Stunde im Luftschutzraum versammelt ist. Hier werden die neuesten Tagesereignisse ausgetauscht. In einer Ecke unterhalten sich die Kleinsten mit einem Spiel. Plötzlich setzt schwere und schwerste Flak ein. Dazwischen hört man das Heulen der Bomben und das Klirren der Fensterscheiben. In den Augen der Großen sehe ich Angst und Ungewissheit. Keiner weiß, was die nächsten Minuten bringen. Dann ist das Schreckliche vorüber. Fieberhaft versuchen wir, unser Haus, das in hellen Flammen steht zu löschen. Über Hagen stehen ungezählte Brände. ...

Am nächsten Tag gehe ich durch die zerstörten Stadtteile. Manche Straßen sind vollkommen verschüttet. Aus den Trümmern suchen die Leute ihre letzten Habseligkeiten hervor. Ein altes Mütterchen kommt mir mit einem Vogelbauer entgegen, in dem munter ein Kanarienvogel singt. Sie zeigt den umstehenden Leuten ihren Schatz. Vor kaum einer Tür hat das Schicksal haltgemacht. Das Josefs Hospital ist vollkommen zerstört, die kranken und verwundeten Soldaten konnten zum größten Teil gerettet werden. Die Stadthalle im Stadtinnern, in der noch vor wenigen Tagen berühmte Künstler von Film und Bühne tausende von Menschen erfreuten, ist ausgebrannt. Auch zahlreiche Kirchen und Schulen sind ein Opfer des Angriffs geworden. Aber trotz allem ist die Haltung der Bevölkerung vorbildlich.“

Das dicke Ende stand allerdings noch bevor.

Text: Peter Rische, Foto: Ruth Sauerwein

Dattels Leckerchen



Hei, da bin ich wieder, Euer guter alter Freund Heinrich.... Entschuldigung, das war der falsche Text, ich meine natürlich Euer lieber Freund Dattel. Ich komme gerade vom Essen und bin dabei, mir die Barthaare abzulecken.

Ihr wisst ja, Essen und Trinken hält Leib und Seele zusammen, wobei, mit dem Trinken habe ich es nicht so. Mir reicht an Flüssigkeit, was in meinem Essen ist, vor allem die helle Soße, die in meinen Putenhäppchen von Sheba ist. („Dattel, du sollst doch keine Schleichwerbung machen“, Bem. Peter.) - (Aber wenn es doch wahr ist“, Antwort Dattel.) Ihr müsst wissen, dass Pute in heller Soße von („Nein, ich nenne den Namen nicht“) mein Lieblingsessen ist.

Aber nur für die gewöhnlichen Mahlzeiten, denn was ein Gourmet ist wie meinereiner, der braucht auch das ein oder andere Leckerli zwischendurch. Etwa gekochtes Hühnchen, am liebsten Innenfilet. Mama Alex kocht es für mich, und dann schneidet sie es in mundgerechte Häppchen, damit ich mich auch nicht verschlucke. Zur Not gehen auch Putenschnitzel oder Hühnerflügel oder -schenkel, aber ohne das Fell bitteschön. Das muss Mama Alex vorher abmachen und kann es selbst essen.

Thunfisch ist auch nicht zu verachten, aber nur der im eigenen Saft und ohne Gemüse. Überhaupt, Mama hat schon

viele Sorten Katzenfutter an mir ausprobiert, aber ich frage mich, was Tomaten, Möhren oder anderes Grünzeug als Beilage da zu suchen haben. Ich bin schließlich eine Katze, ein Verwandter von Löwen und Tigern, und die fressen auch kein Gemüse. Das können dann die Puten haben, bevor sie zu meiner Leibspeise verarbeitet werden.

Gerne mag ich Farmerschinken, aber den gibt es nur selten. Dann bricht Mama Alex kleine Bröckchen von einer Scheibe ab und füttert mich damit. Genauso macht sie es mit Käse, denn hin und wieder lasse ich mir gerne eine Scheibe Müritzer („Dattel, das war schon wieder Schleichwerbung“, Anm. Peter) oder Gouda schmecken. Aber der Gouda muss dünn geschnitten sein, damit ich ihn gut verarbeiten kann.

Die Liste ist lang...

Und dann gibt es sogar einen speziellen Katzenpudding. Manchmal kauft Mama mir den, und ich schlecke dann die ganze Tüte aus. Ach ja, Butter nasche ich auch gerne, dafür gehe ich dann rüber zu Peter, und der hat seine Freude daran, wenn es mir schmeckt. Allerdings nehme ich nur wenige Happen, schließlich muss ich ja einen guten Eindruck machen, wenn ich auf Besuch bin. Sonst denkt Peter noch, zuhause würde ich nicht satt werden.

Bevor ich es vergesse: auch Leberwurst mag ich gern, aber nur feine, angeräuchert im Naturdarm. Künstliche Pellen können mir gestohlen bleiben. Auch ist ein Stück Fleischwurst zwischendurch nicht zu verachten, aber nur welche ohne Knoblauch.

Wenn Mama sich ein Ei kocht, dann bekomme ich etwas ab. Und hin und wieder lutsche ich einen Erdnussflip ab. Schokolade geht auch mal, aber da mag ich nur Nugat und Noisette. Und wenn es Weihnachten wird, lasse ich mich auch mit einem Stück Dominostein verwöhnen.

Wahrscheinlich habe ich noch das ein oder andere meiner Leckerchen vergessen, aber ich meine, ich habe Euch genug Anregungen gegeben, um meinen Speiseplan anzureichern. („Dattel, du sollst unsere Leser doch nicht anbetteln“, Bem. Peter.) - („Wieso denn nicht, ist doch nur ein kleines Honorar dafür, das ich sie unterhalte.“ Anm. Dattel.)

Aber jetzt mache ich Schluss, ich habe wieder Appetit, mal sehen, was jetzt in meinem Napf ist. Tschüss, Euer Dattel.

Anm. Peter: „Entschuldigen Sie, aber er ist halt unverbesserlich.“

Text: Hans-Jürgen Quass-Meurer

Urlaubsfreuden



So sehr ich Hagen, meine Heimat, mag,
freu ich mich stets auf den ersten Urlaubstag.
Viele mögen ihre Heimat gerne,
spätestens im Sommer zieht es Einen doch in die Ferne.
Bauwerke, andere Menschen und viel Neues sehen;
Denn woanders ist's oft auch sehr schön.
Manche fahren hinauf in die hohe Bergeswelt,
andere haben Urlaube am Strand bestellt.

Was kann einem Gutes in Deutschland bereiten,
auch hier gibt's wunderschöne Sehenswürdigkeiten.
Doch auch Spanien, Griechenland und die Türkei
sind bei vieler Reiseplanung oft mit dabei.

Für Andere macht es noch mehr Sinn,
hier muss es auf andere Kontinente hin.
Doch eines muss man zum Schluss noch sagen,
mit am schönsten ist's und bleibt es doch in Hagen.



Wohnen in
Hagen

Wohnungen fürs Leben – in Hagen und Umgebung:

www.leg-wohnen.de

LEG





Veranstaltungskalender für Senior*innen der Stadt Hagen



August – November 2025

Wichtiger Hinweis

Achten Sie auf ansprechende Angebote im Medienbereich (Stadtanzeiger, Tageszeitung u.a.). Weitere Termine für August bis November 2025 lagen zum Redaktionsschluss nicht vor.

Bleiben Sie gesund

Uns bekannte Angebote:

VHS-Angebote:

Die Angebote der VHS Hagen bitte auf deren Internetseite, www.vhs-hagen.de oder aus der Halbjahraufgabe entnehmen. Um an den Online-Kursen teilzunehmen, benötigen Sie einen PC, einen Laptop oder ein Tablet mit Mikrofon und Sound-Ausgabe sowie eine Internet- und/oder WLAN-Anbindung. Vorausgesetzt werden außerdem die Installation der Zoom-App und der Zoom-Code, der Ihnen nach der Anmeldung jeweils mitgeteilt wird.

Weitere Veranstaltungen finden Sie auch unter der homepage der Stadt Hagen- **Leben in Hagen-Aktuelles und Veranstaltungen.**

August 2025

Fr. 01.08. **Besuch des Hagener Freilichtmuseums**

Einzelheiten werden noch bekannt gegeben
SGV Hagen

Sa. 02.08. ab 12 Uhr **Bezirksveranstaltung der SGV-Abteilung Dahl**

Motto: Geselliges Beisammensein mit Grillen im Restaurant Dahler Stube
Anmeldung bis 25.07. bei stellv. Wanderwartin Adele Wever,
Tel 7 33 07

Sa. 02.08. Se.-Gruppe: Buslinie 543 - 13.40 Uhr ab Stadtmitte

Wanderung

Buschstraße - Lennetal
Führung Marianne Renneke

Sa. 02.08. Treffpunkt 20.00 Uhr an der Wandertafel Stadtgarten

Nachtwanderung: Sommernachts-traum ZWEI

Erleben Sie die Verschiebung der Sinne vom Sehen, zum Riechen, Hören und Fühlen, ca. 2 1/2 Stunden und ca. 6 km im Hagener Stadtwald, besondere Naturbegegnungen sind nicht ausgeschlossen,
Vortrag und Wanderführung Markus Liffers

So. 03.08. T.: RE 4 – 10.27 Uhr ab Hbf, weiter mit RE 3

Von Kurl nach Lanstrup

Kurler Bach, das 800 Jahre alte Dorf Grevel, die Geveler Alm mit schöner Aussicht, Lanstruper Ei, Haus Wenig, durch den Kurler Busch zum Bf, Eigenverpflegung ratsam, Wanderstrecke ca. 3 Std, Führung Maria Arnold

Mo. 04.08. Se.-Gruppe: Buslinie 518 - 13.45 Uhr ab Stadtmitte

Es ist so schön

Rundfahrt auf dem Harkortsee
Anmeldung bei Marianne Renneke und Führung

Di 05.08. Treffpunkt 18 Uhr an der

Wandertafel Stadtgarten

Sommerliche Abendwanderung
Wir wandern 2 Stunden auf unterschiedlichen Wegen kreuz & quer im Hagener Stadtwald.

Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.
Auskunft und Wanderführung Günter Studzenski, Tel 55823.

Sa. 09.08. H.: RE 16 – 11.48 Uhr ab Hbf bis Wetter, Weiterfahrt mit Bus

Wandern bei den Nachbarn

Wanderstrecke – Wengern, Henriette-Davidis-Weg, Naturfreundehaus Eggeklaus, Wetter.
Führung Rita Steffen

Sa. 09.08. Se.-Gruppe: Buslinie 516 - 13.54 Uhr ab Stadtmitte

Rundgang Eilperfeld

Führung Rosemarie Maus

So. 10.08. T: Abfahrt: S 5 - 09.50 Uhr ab Hbf,

weiter ab Wetter SB 38 - 10.26 Uhr
Drei-Dörfer-Weg

Wanderstrecke: Wetter – Grundschoßtel – Am Böllberg – NFH – Wengern
Führung Inge Mutmann

Di 12.08. Treffpunkt 18 Uhr an der

Wandertafel Stadtgarten

Sommerliche Abendwanderung
Wir wandern 2 Stunden auf unterschiedlichen Wegen kreuz & quer im Hagener Stadtwald.
Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.
Auskunft und Wanderführung Günter Studzenski, Tel 55823.

Do. 14.08. N.: Buslinie CE 51 - 12.35 Uhr ab Stadtmitte

Für Autofahrer: Treffpunkt 13.00 Uhr
Haltestelle Staplack

Ferienwanderung:

Ein Rundweg über das Emsterfeld
Staplack – Holthausen – Milchenbach – Staplack
Führung Adele Wever

Sa. 16.08. H: Buslinie 594 - 11.28 Uhr ab Hbf

Ferienwanderung:

Von Westhofen zum Hengsteysee

Die Tour beginnt am historischen Wasserwerk Westhofen und führt über das Gelände der früheren Stahlwerke Brüninghaus zum Naturschutzgebiet Ruhraue. Vorbei an dem früheren, aus dem 13. Jahrhundert stammenden, Adelssitz Haus Husen wandern wir über die Lennemündung zum Südufer; bzw. Schiffswinkel und Herdecke. Wanderzeit ca. 2,5 – 3 Stunden. Führung Erich Gatzke

Sa. 16.08. Se.-Gruppe: CE 52 - 13.45 Uhr ab Stadtmitte

Vossacker - Karl-Adam-Halle - Vorhalle Mitte

Führung Rosemarie Maus

So. 17.08. H.: Buslinie 511 - 12.13 Uhr ab Stadtmitte

Wandern in Altenvoerde

Großer Rundweg im Hülsenbecker Tal
Führung Adele Wever

Di 19.08. Treffpunkt 18 Uhr an der **Wandertafel Stadtgarten**

Sommerliche Abendwanderung
Wir wandern 2 Stunden auf unterschiedlichen Wegen kreuz & quer im Hagener Stadtwald.

Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.
Auskunft und Wanderführung Günter Studzenski, Tel 55823.

Mi. 20.08., 14.30 Uhr Café Lennabad, Klosterkamp 40, Hohenlimburg

Wanderfreunde des SGV Hagen treffen sich zu Kaffee & Klönen

Sa. 23.08. T.: Buslinie 512 - 09.58 Uhr ab Stadtmitte

Ferienwanderung:

Zwischen Breckerfeld und dem Tal der Ennepe,
Vom Busbahnhof Breckerfeld über Kückelhausen und Lausberg mit leichtem Anstieg nach Holle-Burg (E optional) und dem Tal der Ennepe, Rückweg entlang des Steinbachtals, vorbei an der Steinbachmühle zurück nach Breckerfeld, Wanderstrecke ca. 9 km, wenn möglich Fernglas mitbringen, Erläuterungen und Führung Christoph Rossa

Sa. 23.08. Se.-Gruppe: Buslinie 518 - 13.45 Uhr ab Stadtmitte

Hünenpforte - Hohenlimburg

Führung Marianne Renneke

Spaziergang im Westfalenpark
So. 24.08. N.: Abfahrt RE 4 – 11.27 Uhr ab Hbf

Wir erkunden den Westfalenpark,

Eintritt 4 ,
Führung Maria Arnold

Sa 30.08. T.: Treffpunkt Hbf – 10.25 Uhr

Ist Erica noch in der Heide?

Im weiteren Verlauf der Bergischen Heideterrasse erkunden wir auf einem Rundweg die Krüdersheide und die Ohligser Heide ab Solingen, ca. 11 km, flach, Führung Monika Hermes

Sa. 30.08. Se.-Gruppe: Buslinie 542 – 13.35 Uhr ab Stadtmitte

Wanderung

Kölner Straße – an der Ennepe entlang – Niederhaspe
Führung Rosemarie Maus

September 2025

Do. 04.09. Lesetreff 60+

Familie literarisch betrachtet

Hasper Stadtteilbücherei, 15.30 Uhr

Sa. 06.09. T.: Treffpunkt 10.00 Uhr an der **Wandertafel des SGV Rummenohl**

Bezirkswanderung der SGV-Abteilung Rummenohl-Priorei, Motto: Über die Höhen

Wir wandern von Rummenohl über Salmenteich und Samerberg nach Büren und zurück, Wanderstrecke ca. 8 km, Anmeldung bis 01.09. bei stellv. Wanderwartin Adele Wever, Tel 7 33 07

Sa. 06.09. Se.-Gruppe: Buslinie 515 - 13.59 Uhr ab Stadtmitte

Wanderung

Entlang des Südufers des Hengsteysees
Führung Rosemarie Maus

IHR ALTGOLD
in guten Händen

Auszahlung in bar oder sicher und schnell auf Ihr Konto.

Seriöser Ankauf
von Zahngold, Platin, Silber und Münzen.

Adam | Sparkassen-Karree 5 · 58095 Hagen
02331-32957 · adamschmuck.de

Veranstaltungskalender

Mo. 08.09. Se.-Gruppe: Buslinie 518
- 13.45 Uhr ab Stadtmitte

Immer wieder gern:

Rundfahrt auf dem Harkortsee

Anmeldung bei Marianne Renneke
und Führung

Do. 11.09. N.:

Donnerstag - Wanderung

Nachmittagswanderung

Führung Adele Wever

Sa. 13.09. N.: Buslinie 518 – 12.46
Uhr ab Stadtmitte

Wanderung am Kaisberg

Brünninghausstraße - Kaisberg – Was-
erschloss Werdringen – Vorhalle

Führung Adele Wever

Sa. 13.09. Se.-Gruppe: Buslinie 512
- 13.58 Uhr ab Stadtmitte

Kleiner Rundweg Zurstraße

Führung Marianne Renneke

So. 14.09. Treffpunkt 14.00 Uhr an
der Wandertafel Stadtgarten

Wanderung mit Werken von Chri- stian Morgenstern

„Es war einmal ein Lattenzaun, mit
Zwischenraum, hindurchzuschau'n“. Ein Streifzug durch ein interessantes
Leben als Schriftsteller, Dichter und
Übersetzer. Wir wandern ca. 6 km
und 2 ½ Stunden im Hagener Stadt-
wald zu Werken des bedeutenden
Deutschen, Vortrag und Wanderfüh-
rung Markus Liffers

Mi. 17.09., 14.30 Uhr Café Lenne-
bad, Im Klosterkamp 40, Hohenlim-
burg

Wanderfreunde des SGV Hagen treffen sich zu Kaffee & Klönen

Do. 18.09. Stadtteilbücherei Ho-
henlimburg

Gras drüber – Kurzkrimis aus dem Sauerland und anderen Regionen

Lesung von Kathrin Heinichs

Sa. 20.09. T: S 5 - 09.50 Uhr Hagen
Hbf

Über Bochum- Langendreer nach
Witten-Stockum

weiter ab Witten Bahnhofstraße
Buslinie 309 - 10.23 Uhr

**Wanderstrecke: Papenholz - Kal-
tehardt – Langendreerholz – Düren -
Stockum**, Eigenverpflegung ratsam,
Schlusseinkehr möglich,
Führung Inge Mutmann

Sa. 20.09. Se.-Gruppe: Buslinie 512
- 13.38 Uhr ab Stadtmitte

Rundweg Freilichtmuseum

Führung Rosemarie Maus

So. 21.09. H.: Buslinie 512 – 10.18
Uhr ab Stadtmitte

Vom Ardeygebirge zur Wanne

Wir wandern von Dortmund-Syburg
ins Wannebachtal, eine Wanderung
von ca. 2 ½ - 3 Stunden.

Führung Rita Steffen

Sa. 27.09. T: Buslinie 594 - 10.28 Uhr
ab Hbf

Über Ergste nach Schwerte

Wanderung: Wandhofen – Ergste –
Villigst – Gartenanlage zur Amsel
– Rohrmeisterei – Altstadt (ca. 10 km
ebene Wegstrecke)

Führung Erich Gatzke

Sa. 27.09. Se.-Gruppe: Buslinie 518
– 13.45 Uhr ab Stadtmitte

Wanderung

Von Haßley nach Emst

Führung Rosemarie Maus

So. 28.09. T.: Buslinie 511 – 09.13 ab
Stadtmitte

Naturkundliche Wanderung zur Hasper Talsperre und ins Hasper- bachtal

Von Voerde-Mitte über Plessen zur
Hasper Talsperre, das obere Hemker-
und Hasperbachtal (NSG) und über
Siepen nach Zurstrasse (E optional),
Wanderstrecke ca. 9 km, wenn
möglich Fernglas mitbringen,
Erläuterungen und Führung Christoph
Rossa

Oktober 2025

Sa. 04.10. Se.-Gruppe: Buslinie 516
- 13.35 Uhr ab Stadtmitte

Rundweg Schloss Werdringen

Führung Marianne Renneke

Sa. 04.10. N: Buslinie 525 - 12.30 Uhr
ab Stadtmitte

Herbstliche Wanderung durch Gärten und Wald

Von der Haltestelle Sportpark gehen
wir vorbei am Ischelandteich und
Westfalenbad durch die zahlreichen
Kleingärten in den Fleyer Wald.
Weitere Stationen: Vinckegrab
und Haus Busch im Lennetal
Führung Erich Gatzke

So. 05.10. H.: Buslinie 512 – 11.28
Uhr ab Stadtmitte

Rundweg über die Höhen zwischen Breckersfeld und Zurstraße

Wir wandern von Breckersfeld über
Brauck, Delle, Niederneuenloh,
Hasenkehr[1]Grüne, Zurstraße,
Oberfeldhausen Krägelohr Berg und
Langscheid zurück nach Breckersfeld,
Wanderstrecke ca. 5 Std, Eigenver-
pflegung ratsam,
Führung Maria Arnold

So. 05.10. N.: Buslinie 542 – 12.29
Uhr ab Stadtmitte

Von Gevelsberg nach Haspe

Kirchwinkelstraße – Schöner Höhen-
weg nach Haspe
Führung Adele Wever

Do. 09.10. N.: Donnerstag - Wande-
rung

Nachmittagswanderung

Führung Adele Wever

Sa. 11.10. Ausflug mit öffentlichen
Verkehrsmitteln nach Soest

- Einzelheiten zeitnah -

Führung Rita Steffen

Sa. 11.10. Se.-Gruppe: Buslinie 515
- 13.58 Uhr ab Stadtmitte

Fernuni – Waldlehrpfad

Führung Rosemarie Maus

So. 12.10.

Einladung zum traditionellen Kol- bertreffen

Anmeldung bis 09.10. bei Adele
Wever

So. 12.10. H.: RE 16 – 11.25 Uhr ab
Hbf

Felsenweg in Iserlohn

Wir gehen auf einem Felsenweg zum
Danzturm, Einkehr im Forsthaus
Löhnen. Streckenlänge ca. 9 km,
Führung Ramona Granseuer

Mi. 15.10., 14.30 Uhr Café Lenne-
bad, Im Klosterkamp 40, Hohenlim-
burg

Wanderfreunde des SGV Hagen treffen sich zu Kaffee & Klönen

Do. 16.10., Stadtteilbücherei Ho-
henlimburg

Klassische deutsche Kurzgeschichten

(u.a. von Wolfgang Borchert,
Elisabeth Langgässer usw.)

Do. 16. 10., Stadtteilbücherei Haspe
Krankheitserfahrungen

Kurzgeschichten u.a. von Gastautorinnen

15.30 Uhr (Einlass 15.15 Uhr)

Sa. 18.10. T.: Treffpunkt 10.00 Uhr
an der Endhaltestelle der Buslinie 516
Eilperfeld

Bezirkswanderung der SGV-Abteilung Hagen

Motto: Rundweg über die Eilper
Höhen. Wir wandern über das
Eilperfeld und die Höhen zum Eilper-
berg und auf anderen Wegen zurück
zum Ausgangspunkt, Wanderstrecke
ca. 7 km, Einkehr im Vereinsheim von
TSV Fichte Hagen, Wörthstraße 43.
Anmeldung bis 13.10. bei Günter
Studzinski, Tel 5 58 23

Sa. 18.10. Se.-Gruppe: Buslinie 512
- 13.58 Uhr ab Stadtmitte

Kleiner Rundweg Zurstraße

Führung Rosemarie Maus

So. 19.10. Treffpunkt 14.00 Uhr am
Wanderparkplatz Höhwaldstraße

Pilze – die heimlichen Herrscher

Die 2 ½ Stunden und ca. 6 km lange
Wanderung ist ein Streifzug durch die
faszinierende Welt der Pilze, ihre
ökologische Bedeutung und kulina-
rische Herausforderung. Wir erleben
Einblicke in ein fantastisches Hobby
und in eine verborgene Welt, die uns
mehr beeinflusst, als viele glauben,
Vortrag und Wanderführung Markus
Liffers

Sa. 25.10. T.: Treffpunkt Hbf – 9.25
Uhr

Darum ist es am Rhein so schön!

Bereits die Anfahrt entlang des Rheins
ist eine Freude!

Wir besuchen das malerische Städt-
chen Linz mit seinen Fachwerkhäu-
sern, mittelalterlichen Stadttoren und
dem einladenden Marktplatz. Ob ca.
5 km Wanderung, Bummel oder
einfach nur Sitzen (beim Wein), alles
ist möglich! Führung Monika Hermes

Sa. 25.10. Se.-Gruppe: Buslinie 543
- 13.40 Uhr ab Stadtmitte

Wanderung

Buschstraße – Lennetal
Führung Marianne Renneke

So. 26.10. H.: Buslinie 512 – 11.04
Uhr ab Stadtmitte

Wanderung auf klassischen Pfaden

Wir wandern von Syburg, über
Reichsmark und Hülsenwald zum
Dortmunder Zoo, Eigenverpflegung
ratsam, Wanderzeit ca. 3,5 Std,
Führung Maria Arnold

November 2025

Sa. 01.11. H.: Abfahrt RE 13 – 10.02
Uhr ab Hbf

**Vom Gasometer am Rhein-Herne
Kanal entlang zum Schloss Oberhau-
sen**

Wir wandern vom Gasometer zum
SEA-LIFE Aquarium, Marina Oberhau-
sen AQU Park, Lila Brücke, dem
Gegölsgarten Ripshorst, Burg Von-
dern und gehen über die Spiralbrücke
Slinky springs to fam zum Oberhau-
sener Schloss, Eigenverpflegung
ratsam, Führung Maria Arnold

Sa. 01.11. Se.-Gruppe: Buslinie 518
- 13.45 Uhr ab Stadtmitte

Rundgang in Herdecke

Führung Rosemarie Maus

Sa. 08.11. H.: Buslinie 519 – 10.32
Uhr ab Stadtmitte

**Wanderung über den Herdecker
Nacken**

Wanderung mit herrlichen Ausblicken
auf das Ruhrtal zum Gut Schede, dem
Grabmal von Friedrich Harkort und
über den Schnodderbach nach
Wetter. Es ist eine Anmeldung
erforderlich!
Führung Rita Steffen

Sa. 08.11. Se.-Gruppe: Buslinie 518
- 13.45 Uhr ab Stadtmitte

Wanderung

Hünenpforte – Hohenlimburg
Führung Marianne Renneke

So. 09.11. Treffpunkt 11.00 Uhr am
Parkplatz Freilichtmuseum

Herbsttour Mäckinger Bachtal

Wir wandern durch den allmählich
ruhenden Wald des schönen Mäckin-
ger Bachtals, dann hinauf nach
Baunscheidt und über Zurstraße und
den alten Postweg zurück zum
Ausgangspunkt. Dabei begleiten uns
Auszüge aus Heines Deutschland
– ein Wintermärchen, Wanderstrecke
ca. 12 km mit einer langen Steigung
nach Baunscheidt, Vortrag und

Wanderführung Markus Liffers

Do. 13.11. N.:

Donnerstag - Wanderung

Nachmittagswanderung

Führung Adele Wever

Do, 13.11. Stadtteilbücherei Ho-
henlimburg

Lieblingsbücher

Das LeseTreff Team stellt ihre Lieb-
lichgsbücher vor

Hasper Torhaus, 15.130 Uhr

Sa. 15.11. N.: Buslinie 541 - 12.35
Uhr ab Stadtmitte

Von Bissingheim nach Emsterfeld

Staplack – Enervie – Hassley - Emster
Wasserturm - Emsterfeld
Führung Adele Wever

Sa. 15.11. Se.-Gruppe: Buslinie 518
- 13.45 Uhr ab Stadtmitte

Wanderung

Haßley - Emst
Führung Marianne Renneke

So. 16.11. H.: Buslinie 514 – 12.24
Uhr ab Stadtmitte

Zur Burgruine Hohensyburg

Wanderung von Bathey zur Hohensy-
burg. Wanderstrecke ca. 8 km. Bei
schlechtem Wetter alternativ eine
Runde um den Hengsteysee.
Führung Ramona Granseuer

Mi. 19.11., 14.30 Uhr im Café
Lennebad, Im Klosterkamp 40,
Hohenlimburg

**Wanderfreunde des SGV Hagen
treffen sich zu Kaffee & Klönen**

Do. 20.11. Stadtteilbücherei Ho-
henlimburg

**Hoppla! Neue Geschichten für andere
Zeiten**

(aus unterschiedlichen Kulturen und
verschiedenen Zeiten)

Sa 22.11. T.: Treffpunkt Hbf – 10.25
Uhr

**Der Innere Grüngürtel von Köln will
gesehen werden!**

Eine spätherbstliche Wanderung auf
ebener Strecke schickt uns von Nord
nach Süd über den Grüngürtel, ohne
Uferpromenade, nach 10 km (bei
schlechter Witterung jederzeit zu
stoppen) zu einem der zahlreichen
bereits geöffneten Weihnachtsmärkte
zum feucht-fröhlichen Ausklang,
Führung Monika Hermes

Veranstaltungskalender

Sa. 22.11. Se.-Gruppe: Buslinie 542
- 13.35 Uhr ab Stadtmitt

Wanderung

Martinstraße - ehemaliges Klöckner-
gelände – Niederhaspe
Führung Rosemarie Maus

So. 23.11. N.: Buslinie 517 – 11.08
Uhr ab Stadtmitt

Auf dem Holthäuser Rundweg

Wir starten am Märchenwald, wan-
dern auf Hangwegen, genießen die
herrlichen Ausblicke, die durch Kyrrill
entstanden sind, und kehren zurück
zum Märchenwald,
Wanderzeit ca. 2,5 Std,
Führung Maria Arnold

Sa. 29.11. H: Buslinie 594 - 10.28 Uhr
ab Hbf

Vorweihnachtliches Schwerte

Von Westhofen entlang der Ruhr
erreichen wir den früheren Herrnsitz
Haus Ruhr (heute Kunstakademie).
An der Rohrmeisterei in Schwerte
beginnt der traditionelle Krippenweg;
am Wuckenhof findet der Weih-
nachtsmarkt statt. Wir machen einen
ausgedehnten Rundgang.
Führung Erich Gatzke

Sa. 29.11. Se.-Gruppe: Buslinie 518
- 13.45 Uhr ab Stadtmitt

Rundweg in Herdecke

Führung Marianne Renneke

Wiederkehrende Termine

Termine für das Erzählcafé:

Termine/Räumlichkeiten für den
Literaturstammtisch werden auf der
Homepage veröffentlicht.

Achten Sie auch auf ansprechende
Angebote im Medienbereich
(Stadtanzeiger, Tageszeitung u.a.).

Bleiben Sie gesund.

Selbsthilfe

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

13:00-16:30 Uhr

Mittagessen und Café-Treff für jedermann

Ort: Corbacher Str. 20, 58135 Hagen

Club Reise 50+ „Jetzt erst Recht“

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

Busfahrt „Bad Sassendorf“

jeden 2ten Mittwoch- Organisation
Stadtsporbund Hagen s. S. 42

Selbsthilfegruppe für chronisch Nierenkranke, NierenTreff Hagen

Ansprechp. Frau Bremecke u.Herr
Rewig Tel.: 02331/5962396 AB
02331/58103; Mail: jeannine.
bremecker@t-online.de;
Kontakt nach Vereinbarung

Jeden Montag

09:00-12:00 Uhr

Seniorgymnastik

Leitung: Fr. Müller,
DRK Begegnungsstätte s. S. 41

09:00-12:00 Uhr

Beratung:Präsenz im Quartier

Beratung in allen sozialen
Angelegenheiten AUßER Rechtsbera-
tung, Schuldner./Insolvenzberatung
und Rentenberatung
Ort: Corbacher Str. 20, 58135 Hagen

09:00 – 12:00 Uhr

Nähgruppe

AWO Schultenhof (Eilpe),
Info, s. S. 41

9:00-12:00 Uhr

Kreative Runde im Markuskommun-
haus. Rheinstr. 26, s. S.40

10:00-11:30 Uhr

Kreativangebot

für Senior*innen und Vorschulkinder

Kunst verbindet Generationen, ein
niederschwelliges Angebot, welches
von einer Kunsttherapeutin begleitet
wird, es gibt kurzweilige Unterbre-
chung, ist aber ein ganzjähriges Ange-
bot, die Teilnahme ist kostenlos.

Ort: AWO Begegnungsstätte Haspe,
Hüttenplatz 44, 58135 Hagen
Tel.: 02331/38113, E-Mail:
mareike.stelmach@awo-ha-mk.de
www.awo-ha-mk.de

10:00 Uhr

Sitzgymnastik im Atrium

Altes Stadtbad Haspe,
bei Interesse bitte melden, s. S. 41

14:00–17:00 Uhr

Offener Treff für alle

Hohenlimburg, AWO-Begegnungsstätte,
Hohenlimburg am Lennepark s. S. 41

14:30-17:00 Uhr

Kaffeestube

Ort: Ök. Gemeindezentrum, Helfer Str.
66, 58099 Hagen

Fernsehsessel in Großauswahl!

Relaxen der besonderen Art -
so will ich sitzen!

Hochwertiger Marken-Fernsehsessel mit Ergono-
mie-Rücken, Motorische stufenlose Verstellung mit
Aufstehhilfe, Federkern, drehbaren Doppelrollen

Ergonomiegroßen
S - M - L

statt 1.499,-€

999,-€

Alles Abholpreise!



Hagen-Lennetal • Feldmühlenstr. 23
02331 / 6 05 52 • www.tema-polster.de

TEMA Polster+
Wohnen

15:00-17:00 Uhr
(außer in den Schulferien)

Blauer Montag
offener Treff für Frauen und Männer
im Seniorenalter. Bei Kaffee und
lecker geschmierten „Bütterken“ geht
es um Gott und die Welt
Ort: Gemeindehaus Ev. Luth. Paulus
Kirchengemeinde, Borsigstr. 11;
Kontakt: M.Dittmar; 0170-4048832

ab 15:00 Uhr
Handarbeitskreis
Begegnungsstätte des Paritätischen
Bahnhofstr. 41, Tel.: 1 34 74

15:00-17:00 Uhr
SPIELE & GESPRÄCHSKREIS
Ort: Gemeindehaus Halden, Berchu-
mer Str, 66, 58093 Hagen

14:00–15:45 Uhr
SeniorInnen-Tanz, Sets in Bewegung
Ev. Familienbildung Hagen , Eppen-
hauser Str. 152 ss. S. 41

16:15-17:15 Uhr
Sport-Spiel-Spannung in Sitzen (75+)
mit Leni Hillebrand
Ort: Bewegungsraum
AWO Boelerheide
Info+Anmeld.: A.Tauer,
Sportbildungswerk e.V.
Tel.: 207-5111

17:00-18:00 Uhr
Englisch
KL:M. Steffen
Ort: DRK Begegnungsstätte

17:15-17:45 Uhr
Rückenschule I
Teilnahme ohne Anmeldung möglich
Ort: Markusgemeindehaus,
Rheinstr. 26, 58097 Hagen

17:30-19:00 Uhr
FRIEDENSSTIMMEN
Ort: Gemeindehaus Halden, Berchu-
mer Str. 66, 58093 Hagen

18:00–19:00 Uhr & 19:00–20:00 Uhr
Bauch, Beine, Po 50+
Info: Susanne Langemann-Eyer
Tel.: 02331/4 88 34 84, Handy:
0172/1 72 97 18, Werkhof
Hohenlimburg, Herrenstr. 17, 58119
Hagen, Zehnerkarte 40,00 Euro

17:00 Uhr
Gebärdensprachkurs
im Paritreff, DPWV s. S. 42
Bitte nachfragen

Ab 18:00 Uhr
Nordic Walking
Treffpunkt: Parkplatz Stadtgarten,
Parkstreifen Alexanderstraße am
Eingang zum Hameckepark. Strecke:
1, 5 Std. Hameckepark und Flyer
Wald, Leitung Karlheinz Gras Tel.:
85890, Sportgruppe im SGV Hagen s.
S. 42

18:45-19:45 Uhr
Gymnastik mit
Schwung für Frauen 50+
Den Körper in Form und Schwung
bringen, unterstützt mit Musik
Anmeldung über www.efb-hagen.de
Ort: Ev. Familienbildung, Eppenhauser
Str. 152, 58093 Hagen s. S. 41

19:00 Uhr
SHG Narcotics Anonymous
im Paritreff, DPWV s. S. 42
19:30 – 22:00 Uhr

19:30-22:00 Uhr
Strickgruppe
offen für alle Interessenten
Johanniskirche, s. S. 41

19:30 – 21:00 Uhr
Kantatenchor
Kreuzkirche Vorhalle,
Kirchbergstraße 1, 58089 Hagen,
Tel.: 02331/81354 , Frau Voit

Jeden 1. Montag

um 15:00 Uhr i.d.R.
Bezirksverband der Frauenhilfe
Johanniskirche/Anbau
offen für alle Interessenten
Frankfurter Str. 100

16:00-17:30 Uhr
**Gesprächskreis für pflegende Ange-
hörige von demenziell veränderten**
Menschen
Begegnungsstätte Schultenhof,
Selbecker Str. 16, Infos uns Anmel-
dung S. Siebenschuh Tel.:
02331/72053 od. E-Mail
anita.stolorz@awo-ha-mk.de

18:00–21:00 Uhr
Angehörigentreffen von
Demenzkranken
Gemeindehaus der Ev. Paulusgemein-
de, Borsigstr. 11, 58089 Hagen, Tel.:
(02331) 2 04 67 90 oder 2 04 67 58
oder 7 02 00 oder 0174/5 13 72 57
in der Regel, 14:30– 17:30 Uhr
Bezirksverband der Frauenhilfe,
Johanniskirche s. S. 41

Jeden 1. und 3. Montag

10:30-12:30 Uhr
Aquarellkurs
Ort: Begegnungsstätte Paritreff,
Bahnhofstr. 41, 58095 Hagen

Jeden 2.&4. Montag im Monat

FRAUENHILFE
Ort: Ök.Gemeindezentrum, Helfer Str.
66, 58099 Hagen

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 Senioren-
heim, Tel.: 3 45 67

19:00-22:00 Uhr
RAUS AUS DEM GRAU
Ort: Ök. Gemeindezentrum, Helfer
Str. 66, 58099 Hagen

Veranstaltungskalender

Jeden 3. Montag im Monat

09:45–12:00 Uhr

Arbeitskreis Ehrenamtlicher Leitungen von Seniorenkreisen, Begegnungsstätte der Diakonie Mark Ruhr
s. S. 41

17:00–19:00 Uhr

HANDARBEITSKREIS

Ort: Paul-Gerhardt-Gemeindehaus, Overbergstr. 83, 58099 Hagen

Jeden 4. Montag

18:00–20:00 Uhr

ZWAR Frauengruppe

ZWAR steht für ‚Zwischen Arbeit und Ruhestand‘ und ist eine politisch und konfessionell unabhängige Frauengruppe. Es haben sich Frauen ab ca. 60 Jahre zusammengefunden, die aufgeschlossen, aktiv und offen für neue Ideen sind und gemeinsam vielfältige Aktivitäten ausüben. Basistreffen Villa Post, Gebäude der VHS, Wehringhauser Str. 38, ZWAR s. S. 42

14-tätig montags

17:00–20:00 Uhr

Skatrunde im Markuskirchehaus, Mitspieler und Gäste sind herzlich willkommen
ev. Luth Stadtkirchengemeinde
s. S. 41

16:30–18:00 Uhr ab 13.01.2025

Malen fürs ich. Malen für sich

Freie Acrymalerei über <http://BLOCKED/www.efb-hagen.de>
Ort: Ev. Familienbildung Hagen, Epenhauser Str. 152, 58093 Hagen

Alle 2 Monate am dritten Montag

SHG Glaukom

Paritreff, Bahnhofstr. 41

1x monatlich montags

10:00–12:00 Uhr

Gesprächskreis zur Pflege Anmeldung

+ Fragen unter 02331/3673383
E-Mail: pflegeselbsthilfe-hagen@paritaet-nrw.org

Ort: Awo Begegnungsstätte
Schulthof in Eilpe

Jeden Dienstag:

9:00–12:00 Uhr

Beratung

Beratung in allen sozialen Angelegenheiten AUßER Rechtsberatung, Schuldner-/Insolvenzberatung, Rentenberatung
Ort: Corbacher Str. 20, 58135 Hagen

10:30–12:00 Uhr

Seniorenport

Leitung Fr. Wagner
DRK-Begegnungsstätte s. S. 41

09:00–12:30 Uhr

Beratung in Sozialrechtsfragen und Hilfen bei der Antragstellung

SoVD Sozialverband Deutschland
Bergstr. 128–130, s. S. 42

9:30–10:30 Uhr

„Fit im Sitzen“

Kursleiterin: Frau Semtunis, Begegnungsstätte Diakonie Mark-Ruhr
s. S. 41

ab 9:30 Uhr

Malgruppe

Begegnungsstätte, Altes Stadtbad Haspe, Leitung: Christine Oelschlegel, bei Interesse bitte melden, s. S. 41

9:30 – 10:30 Uhr

Yoga für Senioren

AWO Boelerheide s. S. 41

09:30–11:00 Uhr

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

10:00–10:45 Uhr

Life-Kinetik

Gedächtnis- und Bewegungstraining, Anmeldung unter <http://BLOCKED/www.efb-hagen.de>; Ort: Ev. Familienbildungsstätte Hagen, Feithstr. 3, 58095 Hagen

13:00–16:30 Uhr

Senioren-Café mit 2 EUR Selbstbeitrag

Es gibt Kaffee und Brötchen, anschließend bspw. „mensch ärgere dich nicht“ oder anderen Spiele

Ort: Corbacher Str. 20, 58135 Hagen

14:00–15:00 Uhr

Gottesdienst für Gehörlose

1x im Monat -Termin bitte erfragen,
Martin-Luther Str. 11 Ansprechpartnerin: Pfarrerin Brokmeier

13:30–17:30 Uhr

Spielesachmittag

AWO Vorhalle, Stadtteilhaus
Vorhaller Str. 36, Tel.: 349 32 23

ab 14:00

Kartenspieler

AWO Boelerheide, s. S. 41

14:00–17:30 Uhr

Skatrunde

Gäste/Mitspieler herzlich willkommen,
Info: Kulturhof Emst, Auf dem Kämpchen 16, s. S. 41

14:30–16:30 Uhr

Bingo

AWO Haspe s. S. 41

14:30–16:30 Uhr

Senioren-Café

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

14:30–16:30 Uhr

Jung trifft Alt

Seniorenachmittag mit Kaffee und Kuchen: geselliges Beisammensein mit Zeit für Gesellschaftsspiele, Gedächtnistraining, Vorträge, Handykurse, Gymnastik und vieles mehr. Mehrgenerationenhaus des Kinderschutzbundes, Tel.: 38 60 89–0

15:00–17:30 Uhr

Boulen (Pétanque)

Sportplatz des TuS Halden Herbeck, Im Alten Holz 170
Info: M. Röhring 0176 45 68 01 01
E. Gutsche: 0151 22303448

16:30–17:00 Uhr

Rückenschule II

nicht für Teilnehmer mit eingeschränkter Mobilität
Ort: Markuskirchehaus, Rheinstr. 26

17:00-18:00 Uhr

Senior*Innen gut in Form (66+) mit Heike Schneider.

Ort: Bewegungsraum der AWO Boelerheide

Info+ Anmeld: A. Tauer, Sportbildungs-
werk e.V., Tel.: 207-5111

17:00-18:30 Uhr

SINGKREIS

Ort: Gemeindehaus Boele, Schwerter
Str. 122, 58099 Hagen

17:15-20:00 Uhr

Theatergruppe DAKAPO

Es werden noch Mitspieler*innen
gesucht, Ort: Im Markuskommune-
haus, Rheinstr.26,

16:30–18:00 Uhr

Seelsorge

Angehörigentreffen und Betreuung
von Demenzzkranken, Tagespflege-
haus Haspe, Waldecker Str. 7, 58135
Hagen, Veranstalter: Ev. Altenhilfe
und Betreuung Haspe gGmbH, Tages-
pflege der Diakonie Pflege und Reha
gGmbH, Mops Mobil und Diakonie-
zentrum Haspe e. V., Tel.: 90 28 28

19:30-21:00 Uhr

SPAßCHOR PEEGEES

Ort: Paul-Gerhardt Gemeinde,
Overbergstr. 83, 58099 Hagen

19:00-20:00 Uhr

Rückentraining

regelmäßige Übungen zur Kräftigung,
Dehnung und Mobilisation zur
effektiven Vorbeugung von Rücken-
beschwerden, Krankenkassenzuspruch
möglich, Anmeldung über ww.
efb-hagen.de, Ort: Ev. Familienbil-
dungsstätte, Eppenhauser Str, 152,
58093 Hagen s. S. 41

18:00-19:00 Uhr

„Qigong“

Kursleiterin Britta Tillmanns,
Begegnungsstätte Diakonie Mark-
Ruhr s. S. 41

19:30-22:00 Uhr

FRAUENKREIS „MITTENDRIN“

Ort: Paul-Gerhardt-Gemeindehaus,
Overbergstr. 83, 58099 Hagen

Jeden 1. Dienstag:

09:00 – 11:00 Uhr

**Gemeinsames Frühstück – Gäste
herzlich willkommen im Eventcafé
Oller Dreisch, Infos: s. S. 41**

10:00 Uhr Zeitr. Oktober-April

Ausgiebiges Frühstück und Spiele

(Gesellschaftsspiele, Doppelkopf u.a.)
Ort: AWO Begegnungsstätte Hagen-
Eilpe Schultenhof, Selbecker Str. 16
Info und Anmeldung Stadtsportbund
Hagen e.V., Leitung Leni Hildebrand
Tel. Mo/Di: 02331/207-5108 oder
0160/90 50 03 66

10:00 Uhr

**Überregionale Gruppe gehörloser
Senioren, Paritreff, Bahnhofstr. 41
bitte nachfragen**

14:30-18:00 Uhr

**Spielenachmittag mit Kaffeetrinken
im Sommer mit Grillen**

Schultenhof, Selbecker Str. 16
Veranstalter: Stadtsportbund Hagen
e.V. s.S. 42

Jeden 2. Dienstag:

14:30–16:30 Uhr

Bingo

AWO Haspe, Hüttenplatz 44,
Infos s. S. 41

17:00–19:00 Uhr

**Angehörigentreffen und Betreuung
von Demenzzkranken**

AWO Lennepark, Klosterkamp 40,
58119 Hagen, Veranstalter: AWO
Hohenlimburg, Diakoniestation
Hohenlimburg und Mops Mobil,
ambulanter Pflegedienst
Tel.: 02334/4 42 50

um 17:30 Uhr

Selbsthilfegruppe „das Herz“

Treffpunkt: AWO Begegnungsstätte
„Schultenhof“, Selbecker Str. 16,
58091 Hagen, Ansprechp.: N. Hudzik
Tel.: 02331/76407
E-Mail: nobi.hudzik@arcor.de

17:30 – 19:30 Uhr

Selbsthilfegruppe Herzkrankheiten

AWO Begegnungsstätte Schultenhof
weitere Infos s. S. 41

18:00 Uhr

SHG Hernie

Paritreff, Bahnhofstr. 41

Jeden 2.4. und 5. Dienstag

SPIELEKREIS

Ort: Gemeindehaus Halden,
Berchumer Str. 66, 58093 Hagen

Dienstags 14-tägig

18:00–19:30 Uhr

Kreativkreis

Ev. Gemeindehaus, Vorhaller Str. 27,
58089 Hagen, Frau Senst Tel.:304264

16:30-18:00 Uhr

Bibelkreis

Austausch und Lektüre zu span-
nenden Geschichten des Alten und
Neuen Testaments, Ort: Ev. Familien-
bildung Hagen , Eppenhauser Str. 152
s. S. 41

Jeden 3. Dienstag:

15:00 Uhr

SPD „60 Plus“

Zusammenkunft, Emst,
Info: ha.ge.we Kulturhof.Emst
Ausnahme: August!, Infos: s. S. 41

16:30–18:00 Uhr

**Treffen für pflegende Angehörige
von Demenzzkranken**

Tagespflegehaus Waldecker Str. 7

17:00-19:30 Uhr

**Selbsthilfegruppe Krebsoperierte
Männer**

Ort: Markuskommunehaus,
Rheinstr. 26

18:00 Uhr

Patientenforum

Jeweils ein leitender Arzt des Kran-
kenhauses bietet einen informativen
Vortrag zu einem bestimmten Krank-
heitsbild, dessen Ursachen und
Behandlungsmöglichkeiten, Schu-
lungsraum des Ev. Krankenhaus
Hagen-Haspe, Brinkmannstr. 20

Jeden 4. Dienstag:

14:30–16:30 Uhr

Bingo

AWO Haspe, Hüttenplatz 44,
Infos s. S. 41

Veranstaltungskalender

Jeden Mittwoch:

9:00-12:00 Uhr

Beratung

Beratung in allen sozialen Angelegenheiten AUßER Rechtsberatung, Schuldner/Insolvenzberatung und Rentenberatung

Ort: Corbacher Str. 20, 58135 Hagen

09:00-12:00 Uhr

Handarbeitskreis

Leitung Frau Böhm, DRK Begegnungsstätte s. S. 41

9:15-10:45 Uhr

Rückentraining

Regelmäßige Übungen zur Kräftigung, Dehnung und Mobilisation zur effektiven Vorbeugung von Rückenbeschwerden, Krankenkassenzuschuss möglich, Anmeldung über www.efb-hagen.de, Ort: Ev. Familienbildung, Eppenhauser Str. 152, 58095 Hagen s. S. 41

9:30-10:30 Uhr

„Fit im Sitzen“

Kursleiterin; Frau Semturi, Begegnungsstätte Diakonie Mark-Ruhr s. S. 41

09:45–11:15 Uhr

Englisch für Fortgeschrittene

Referent: Herr Niland, Begegnungsstätte, Diakonie Mark Ruhr s. S. 41
Tel.: 38 09–4 10

10:00–11:30 Uhr

Gymnastik mit Katharina Tiemann

AWO Begegnungsstätte Boelerheide
Infos s. S. 41

13:00-16:30 Uhr

Beratung

Beratung in allen sozialen Angelegenheiten AUßER Rechtsberatung, Schuldner/Insolvenzberatung und Rentenberatung

Ort: Corbacher 20, 58135 Hagen

11:00-12:30 Uhr ab 28.01.2025

(un)Ruhestand-und was nun? Ein Angebot für Frauen. Der Ruhestand kann eine erfüllende und bereichernde Lebensphase sein. Hast du spezielle Fragen oder Gedanken zu diesem Thema? Wir freuen uns darauf, gemeinsam mit Ihnen diese spannende Lebensphase zu erkunden und zu gestalten !

Anmeldung über www.efb-hjagen.de,
Ort: Ev. Familienbildung Hagen,
Eppenhauser Str. 1582, 58093 Hagen

13:30–17:30 Uhr

Nähtreff

AWO Haspe/Westerbauer, Enneper Str.81, Infos s. S. 41

13:30–17:30 Uhr

Kaffeetrinken AWO

Ortsverein AWO-Begegnungsstätte Vorhalle, Infos: s. S. 41

13:30 – 17:30 Uhr

Ortsvereinstag

AWO Ortsverein Vorhalle, s. S. 41

14:00-16:00 Uhr

Strickgruppe

offen für alle Interessenten
Johanneskirche bzw, im Anbau Frankfurter Str. 100, 58095 Hagen

14:00 – 17:30 Uhr

Seniorenclub

AWO-Begegnungsstätte Hohenlimburg, Infos: s. S. 41

14:00–17:30

Ortsvereinsnachmittag

AWO Begegnungsstätte ha.ge.we Kulturhof Emst s. S. 41

14:00-15:30 Uhr

offenes Seniorencafé

Angebot für Senioren*innen im Bezirk Hagen-Altenhagen/Eckesey-Süd, keine Anmeldung, Ort: Familienbegleitung Hagen-Altenhagen, Friedensstr. 109, 58097 Hagen

14:00-16:00 Uhr

Strickgruppe

offen für alle Interessenten
Johanneskirche Anbau
Frankfurter Str. 100

14:30-16:00 Uhr

Seniorentanz

Leitung: Fr. Guhlhof,
DRK Begegnungsstätte s. S. 41

14:30-17:00 Uhr

SPIELENACHMITTAG

Ort:Kaffeestube Ök. Gemeindezentrum, Helfer Str. 66, 58099 Hagen

14:30-16:00 Uhr

Spieletreff 55+

Wir laden zum Spielen ein
Diakonie Begegnungsstätte Körnerstraße

16:00-18:00 Uhr

Selbsthilfegruppen Frauen nach Krebs

Johanneskirche bzw Anbau Frankfurter Str. 100. 58095 Hagen

17:30–18:30 Uhr

Frauenturnen ab 55

Turnhalle Goldbergschule, Schulstr. 9–11, TSV Hagen 1860 s. S. 42

18:00 – 19:00 Uhr

Seniorenturnen, Damen zw. 50–70,

Turnhalle am Kinder-Verkehrsgarten (Rastebaum/Dahmsheide),

19:00-20:00 Uhr

Fit + Beweglich durch den Alltag

Kraftübungen, Ausdauer- und Koordinationstraining mit musikalischer Unterstützung, Anmeldung unter www.efb-hagen.de, Ort: Ev. Familienbildung, Eppenhauser Str, 152, 58093 Hagen s. S. 41

19:00–20:00 Uhr

Aerobic 50+

Info: Susanne Langemann-Eyer
Tel.: 4 88 34 84, Handy: 0172/1 72 97 18, Werkhof Hohenlimburg, Herrenstr. 17, 58119 Hagen, Zehnerkarte 40,00 €

18:30-19:30 Uhr

Seniorinnen Aerobic 50+

außer in den Ferien
Ort: Vossacker Schulturnhalle, SG Blau-Weiss-Vorhalle 1972 e.V.
Info s. S. 42



NEPHROCARE HAGEN GMBH | MEDIZINISCHES VERSORGUNGSZENTRUM

INNERE MEDIZIN | NEPHROLOGIE | LIPIDOLOGIE UND HYPERTENSILOGIE | DIALYSE | APHERESE

Unser Ärzteteam

Duaa Aresmouk

Ärztliche Leitung, Internistin,
Schwerpunkt Nephrologie, Hypertensiologie DHL

Volker Lechterbeck

Stellv. Ärztliche Leitung, Internist,
Schwerpunkt Nephrologie

Catrina Schubert

Internistin, Nephrologische Versorgung,
Schwerpunkt Geriatrie, Palliativmedizin,
Hypertensiologie DHL

Sprechzeiten Nephrologische Ambulanz

Mo - Do 08.00 – 16.00 Uhr

Fr 08.00 – 13.00 Uhr

sowie nach Vereinbarung

Kontakt

T 02331 3675 – 0

anmeldung.hagen@nephrocare.com

www.nephrocare-hagen.de

Wenn die Nieren versagen...

Unsere Nieren übernehmen viele wichtige Aufgaben – ganz unbemerkt. Sie regeln den Wasserhaushalt, filtern Schadstoffe aus dem Blut und sorgen dafür, dass wichtige Mineralien im Gleichgewicht bleiben. Außerdem helfen sie bei der Blutdruckregulation, der Bildung von roten Blutkörperchen (über das Hormon Erythropoetin) und sind wichtig für gesunde Knochen durch ihre Rolle im Vitamin-D-Stoffwechsel.

Wenn die Nieren nicht mehr richtig arbeiten (man spricht dann von einer Nierenschwäche oder Niereninsuffizienz), können Beschwerden wie Müdigkeit, Abgeschlagenheit oder Leistungsschwäche auftreten. Später können auch Juckreiz, Appetitlosigkeit, Knochenschmerzen, Bluthochdruck, Wassereinlagerungen oder Luftnot hinzukommen. Regelmäßige Gesundheits-Checks beim Hausarzt können helfen, frühe Anzeichen einer Nierenschwäche in Blut- und Urinproben zu erkennen - oft schon bevor Beschwerden auftreten.

Nephrolog*innen untersuchen dann, wie stark die Nierenfunktion eingeschränkt ist und was die Ursache sein könnte.

So können Sie als Patient*innen frühzeitig gezielt behandelt und die Nieren bestmöglich erhalten werden. In seltenen Fällen reichen Medikamente und Änderungen des Lebensstils nicht mehr aus. Dann kommen sogenannte Nierenersatzverfahren zum Einsatz. Dazu gehören: **Hämodialyse (Blutwäsche), Bauchfelldialyse und Nierentransplantation**. Zudem werden auch schwerste Fettstoffwechselstörungen (z. B. stark erhöhtes Cholesterin) behandelt und Patient*innen mit Herzschwäche unterstützt, wenn Medikamente allein nicht ausreichen.

Über uns

Unser Medizinisches Versorgungszentrum NephroCare Hagen ist eine internistisch-nephrologische Gemeinschaftspraxis mit ambulantem Dialysezentrum. Der Behandlungsschwerpunkt liegt dabei auf Nephrologie, Hypertensiologie sowie Lipidologie.

Nach einem Wasserschaden wurde unser Zentrum aufwendig saniert und umgebaut. Fortan verfügen alle Räumlichkeiten wieder über einen barrierefreien Zugang.

Ihr NephroCare Hagen Team

Veranstaltungskalender

19:00-22:00 Uhr

MÄNNERKREIS

Ort: Paul-Gerhardt-Gemeindehaus,
Overbergstr. 83, 58093 Hagen

19:00–21:00 Uhr

Johannis-Kantorei, Chorproben

Johanniskirche s. S. 41

Jeden 1. Mittwoch

14:00-16:00 Uhr

Senioren Café

Kontakt: I. Roß Tel.: 02331/7889037

Ort: Familienbüro, Franzstr. 78,
58091 Hagen

15:00-16:30 Uhr

FRAUENHILFE

Ort: PAUL-Gerhardt-Gemeindehaus,
Overbergstr. 83, 58099 Hagen

16:00 Uhr

Blindenverein Beratung

(Sitzungszimmer), Infos: Paritätischer
Wohlfahrtsverband s. S. 42

16:00-17:30 Uhr

Selbsthilfegruppe Long Covid

Ort: Bonhoeffer-Haus, Eilper-Str. 70-72

Kontakt: Annegret Neuer.

Tel.: 0151 52 54 56 64

17:30 Uhr

SHG CORP

Begegnungsstätte Paritätischer
Wohlfahrtsverband s. S. 42

14-tätig mittwochs

10:00-12:00 Uhr

Malgruppe

Ort: Bahnhofstr. 41, 58095 Hagen

Termine bitte erfragen

10:00 Uhr – ab 22.03.2023

Zeichnen lernen mit Trees

Paritreff, Begegnungsstätte des
DPWV, s. S. 42

15:00 – 17:00 Uhr

Frauentreff

Ansprechp: Frau Büscher, Tel.:
02335/66618, Ev. Gemeindehaus
Vorhalle, Vorhaller Str. 27, Hagen

15:00–17:00 Uhr

Frauenabendkreis

Ansprechp.: Frau Döbler Tel.:
02331/301322, Gemeindehaus
Vorhalle, Vorhaller Str. 27, Hagen

15:00-17:00 Uhr

Frauenhilfe im SKG

Tel.: 02331/83929
Infos bei den Pfarrer+innen
Markusgemeinde s. S. 41

16:00-18:00 Uhr

Selbsthilfegruppe Frauen nach Krebs

Ort: Johanniskirche Anbau, Frankfur-
ter Str, 100, 58095 Hagen

Jeden 1. und 3. Mittwoch

11:00-12:30 Uhr

Strick und Klöntreff

auch ohne Wolle, Garn oder Faden
Begegnungsstätte Diakonie Mark-
Ruhr Ort: Körnerstr. 84 in Hagen
Tel.: 02331/3520234

15:00–17:00 Uhr

Maltes Senioren

Seniorentreff des Malteser-Hilfsdienst
e.V., Kaffeetrinken und mehr,
verschiedene Themen, Ausflüge,
Vorträge. Infos Tel.: 9 89 30

Jeden 2. Mittwoch

Bäderfahrt nach Bad Sassendorf

Stadtsportbund Hagen e.V., Leitung:
Leni Hildebrandt; Kosten: 35,00 Euro
Busfahrt und Eintritt, nur Busfahrt
25,00 Euro, Gelegenheit zum Stadt-
bummel oder Cafebesuch,
Abfahrt: 8:15 h Haspe, Ernst-Meister
Platz; 8:45 h Markplatz Ernst
Rückkehr: 15:00 Uhr, Anmeldung und
Info Mo bis Do. 9:00-15:00 Uhr unter
Tel.: 207-51-08 oder -07 -
Leni Hildebrandt

10:00-12:00 Uhr

Malgruppe – Ort: Paritreff, Begeg-
nungsstätte, Bahnhofstr. 41, s. S. 42

16:00 Uhr

SHG Restless Legs

Paritreff, Bahnhofstr. 41

Jeden 3. Mittwoch

17: 30 Uhr

ZWAR -

Gruppe Hagen- City Basistreffen

Gemischte Gruppe; Frauen und
Männer treffen sich zur Planung und
Absprache div. Aktivitäten wie Aus-
flüge, Besichtigungen, Theaterbesuche
etc oder zum Spielen und Kochen
Treffpunkt im Lokal „Kulisse“,
Neumarktstraße, HA

14:00–16:00 Uhr

Gesprächskreis für Menschen mit Demenz im Frühstadium

Der Paritätische, Bahnhofstr.41, 58095
Hagen, Ansprechpartner: Selbsthilfe-
Büro Hagen: Tel: 02331/181516;
BSH gem. GmbH Seniorenzentrum :
Tel: 02331/622–700

Jeden 4. Mittwoch

16:00-17:30 Uhr

Pflege-Café

Paritreff, Bahnhofstr. 41, Infos u.
Anmeldung unter Pflegeselbsthilfe
s. S. 42

Mittwoch ungerade Woche

ab 12:00 Uhr

Mittagstisch

AWO Vorhalle, im Stadtteilhaus
Vorhalle, s. S. 41

Jeden letzten Mittwoch- nachmittag

VdK-Veranstaltungen

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

alle 2 Monate mittwochs

14:30 Uhr

Biblischer Gesprächskreis

(Blindenverein), Infos Paritätischer
Wohlfahrtsverband s. S. 42

Jeden Donnerstag

9:00-10:00 Uhr

Gymnastik mit

Schwung für Frauen 60+

Gymnastik mit + ohne Stuhl
Anmeldung über www.efb-hagen.de
Ort: Familienbildungsstätte, Eppen-

hauser Str. 152, 58093 Hagen, s. S. 41

09:30–10:30 Uhr

Morgengymnastik 50+

Info: Susanne Langemann-Eyer, Tel.: (02331) 49 83 494, Handy: 0172 / 1 72 97 18, Werkhof Hohenlimburg, Herrenstr. 17, 58119 Hagen, Zehnerkarte 40 Euro

10:00–11:00 Uhr

Arbeitslosenfrühstück für jedermann

Ort: Corbacher 20, 58135 Hagen

10:00–12:00 Uhr

Seniorengymnastik

Leitung Fr. Eickelmann, DRK Begegnungsstätte s. S. 41

ab 10 Uhr

Gesprächskreis Familiäre Pflege – Angehörigenberatung und -Schulung

im AWO Helmut-Turck-Zentrum, Johann-Friedrich-Oberlin-Str. 11–15 im Café „Musikbox“, Termine: Donnerstag 1 mal im Monat, (Terminabfrage und Anmeldung: 02331 / 36849); Kooperationsangebot: netzwerk demenz, Helmut-Turck-Zentrum AWO

9:00–10:00 Uhr

Sitzgymnastik

AWO Begegnungsstätte ha.ge.we Kulturhof Emst, s. S. 41

10:00–11:00 Uhr

Seniorenport

Ort: Markusgemeindehaus, Rheinstr. 26

10:30–12:00 Uhr

„Spanisch für Anfänger“

Kursleiterin: Laila Mohamed Ahmed, Begegnungsstätte Diakonie Mark-Ruhr s. S. 41

13:00–16:30 Uhr

Beratung

Beratung in allen sozialen Angelegenheiten außer Rechtsberatung, Schuldner-/Insolvenzberatung und Rentenberatung

Ort: Corbacher 20, 58135 Hagen

13:00–14:30 Uhr

Kneipp-Gedächtnistraining

Info beim Kneipp-Verein Hagen e.V., s. S. 41

12:00–16:00 Uhr

Spielgruppen/Rommee

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

13:00 – 17:30 Uhr

Seniorenachmittag

AWO Haspe/Westerbauer, Enneper Str. 81, s. S. 41

13:00–17:30 Uhr

Nachbarschaftstag mit Mittagessen und Bingo

AWO Begegnungsstätte ha.ge.we. Kulturhof Emst

13:30–17:30 Uhr

Spielesachmittag,

14-tägiger Wechsel Bingo/Knobeln

AWO Vorhalle, im Stadtteilhaus Vorhalle, s. S. 41

14:00–19:00 Uhr

Skat

AWO Begegnungsstätte Oberhagen-Mittelstadt, s. S. 41

14:00–17:00 Uhr

Ortsvereinsnachmittag

Info: AWO-Begegnungsstätte Schultenhof, weitere Infos s. S. 41

14:00–16:00 Uhr

SeniorInnen-Nachmittag

Findet zur Zeit nicht statt, evt im ehemaligen Sparkassengebäude, Feithstr. 3, Tel. nachfragen

14:00 – 17:00 Uhr

Offener Treff für alle

AWO Begegnungsstätte (Eilpe), weitere Infos s. S. 41

14:15–16:30 Uhr

außer in den Ferienzeiten und an den Feiertagen

offener Treff (nicht nur) für Senior*innen

Jeder und jede ist an diesem Ort des Zusammentreffens herzlich willkommen. Geboten wird ein abwechslungsreiches Programm aus Vorträgen, Hilfe zur Selbsthilfe, u.a. Ort: Gemeindesaal, Ev. Familienbildung Hagen, Eppenhauser Str. 152, 58093 Hagen, Tel.: 02331/588300

14:30–16:00 Uhr

Kreativ(es) Klönen ein Angebot für jedermann.

Egal ob man mit anderen klönen möchte oder seine Hände kreativ betätigen möchte. dazu gibt es Waffeln und Kaffee Ort: Mehrgenerationenhaus, Kinderschutzbund, Potthofstr. 20

15:00–17:30 Uhr

Boulen (Pétanque)

Sportplatz des Tus Halden-Herbeck, Im Alten Holz 170 Info: M. Röhring 0176 45 68 01 01 E. Gutsche: 0151 22303448

15:00–19:00 Uhr

Skatclub

Ansprechpartner: Erwin Pfeiffer Tel.: 7 08 83, AWO Begegnungsstätte Eilpe, Info: s. S. 41

15:30 Uhr

Trauercafé

in der Begegnungsstätte ‚Altes Stadtbad Haspe‘, Moderation: Pfr. Jürgen Schäfer. Jeder Gast ist ohne Anmeldung willkommen, Diakoniezentrum Haspe e.V.

 ob nah, ob fern, ob groß, ob klein
UMZÜGE
www.umzuege-klein.de durch Helmut Klein
Telefon (02335) 62525 • Telefax (02335) 69726



Neumöbelmontagen
Küchenmontagen und Änderungen
durch Fachpersonal



Außenaufzüge
Aufzugverleih mit
Personal



Elektronische
Aktenarchivierung



Möbellagerung-
Möbelentsorgungen



Klaviertransport

Veranstaltungskalender

17:00 Uhr

SHG Spielsucht

PAritreff, Bahnhofstr. 41

17:00-18:30 Uhr ab 23.01.2025

Meditation

Innere Ruhe und Achtsamkeit für den Alltag. Anmeldung über <http://BLOCKED/www.efb-hagen.de>, Ort: Ev. Familienbildung Hagen, Eppenhauser Str. 152, 58093 Hagen

17:30-18:30 Uhr

Flötenkreis für Erwachsene

Frau Büscher, Tel.: 02335 / 6 66 18, Ev. Gemeindehaus, Vorhaller Str. 27, 58089 Hagen

Donnerstag 18:00 – 21:00 Uhr

Selbsthelfer für seelische Erkrankungen

AWO Begegnungsstätte Schultenhof, Infos: s. S. 41

Ab 17:30 Uhr -

außer in den Ferienzeiten

Cardiotraining

Leitung: Sabine Burbach Tel.: 58 73 35, Turnhalle Boelerheide, Kapellenstraße, Sportgruppe im SGV Hagen s. S. 42

19:00-21:00 Uhr

JAKOBUSCHOR

Ort: Ök Gemeindezentrum, Helfer Str. 66, 58099 Hagen

Donnerstag jede gerade Woche

14:00-17:00 Uhr

Bingo-offen für alle

AWO Boelerheide s. S. 41

Jeden 1. Donnerstag

9:30-11:00 Uhr

FRAUENFRÜHSTÜCK

Ort: Paul-Gerhardt-Gemeindehaus, Overbergstr. 83, 58099 Hagen

15:00 – 17:00 Uhr

Treff Ostdeutscher Frauen

AWO Hohenlimburg s. S. 41

15:00 Uhr

Seniorenstunde Kaffetrinken und interessante Vorträge

Veranstalter: Evangelisch-Freikirchliche Gemeinde Hagen, Ansprechpartner: Walter Meckbach, Tel.: 4 12 49, Ort: Kirche am Widey, Am Widey 6-8

15:00-17:00 Uhr

Selbsthilfegruppe Schlaganfall Hagen und Umgebung

Ort: Mathäusgemeinde, Lütowstr. 113
Info: Achim Achtel
Tel.: 0177 3529115

15:30 Uhr

Trauer-Café

Ein Treffen für trauernde Menschen, Casino des Alten Stadtbads, Berliner Str. 115, Info: Pfr. Jürgen Schäfer
Tel.: 4 73 90 90 oder 0175 / 5 23 22 29

15:30-17:30 Uhr

Demenzcafé für Demenzkranke und ihre Angehörigen

Informelles Treffen bei Kaffee und Kuchen mit Betreuung der Demenzkranken, Friedhelm-Sandkühler-Seniorenzentrum, Hüttenplatz 46-49, 58135 Hagen, Veranstalter: Seniorenzentrum der AWO, Tel.: 90 34 14

19:30 Uhr

Ökumenisches Abendgebet

im Gemeindezentrum, Helfer Str. 66

Jeden 1. und 3. Donnerstag

14:00-16:00 Uhr

Musik- und Singegruppe

Paritreff, Bahnhofstr. 41

14-Tägig Donnerstag,

16:00-17:30 Uhr

Krebsselbsthilfegruppe für Männer

Ort: Markusgemeindehaus, Rheinstr. 26

Jeden 2. und 4. Donnerstag

16:00-19:00 Uhr

Betreuungsnachmittage, Alzheimer-Demenz-Selbsthilfegruppe

Ort: Gemeindehaus der ev. Paulusgemeinde in Hagen-Wehringhausen, Borsigstr. 11,

16:00-19:00 Uhr

Betreuung von Demenzkranken

Gemeindehaus der Ev. Paulusgemeinde, Borsigstr. 11, 58089 Hagen, Veranstalter: Alzheimer-Demenz Selbsthilfegruppe Hagen e. V., Tel.: 2 04 67 90 oder 2 04 67 58 oder 7 02 00 oder 0174/5 13 72 57

Jeden 2. Donnerstag

14:30-16:00 Uhr

Kopfmobil

ein Angebot für Menschen, die sich geistig und körperlich fit halten möchten
Ort: Kinderschutzbund, Potthofstr. 20, 58095 Hagen, s. S. 41

15:00-17:00 Uhr

ÖKUMENISCHES FRIEDENSGEBET

im geraden Monat in der Paul-Gerhardt-Kirche, Overbergstr. 93, 58099 Hagen; in den ungeraden Monaten in der Christ-König-Kirche, Overbergstr. 45a, 58099 Hagen

15:00-17:00 Uhr

ÖK ABENDKREIS DER FRAUEN

Ort: Gemeindezentrum, Helfer Str. 66, 58099 Hagen

Service-Wohnen mit Ambiente im Alten Stadtbad

Wohnen in einem ehemaligen Schwimmbad – das ist für die Mieter des Alten Stadtbads etwas ganz Besonderes. Andrea Krämer ist Ansprechpartnerin für die Seniorinnen und Senioren, die das selbstbestimmte Wohnen mit dem speziellen Service genießen.

Was ist das Besondere am Wohnen im Alten Stadtbad?

Zunächst einmal ist das Ambiente großartig. Das lichtdurchflutete Atrium ist das Herzstück des Hauses. Der Fußboden ist an der früheren Wasseroberfläche und es würde noch heute der 7,5 Meter hohe Sprungturm reinpassen. Um das Atrium herum und in einem angrenzenden Neubau sind 50 barrierefreie Wohnungen.

Für wen kommen die Wohnungen in Frage?

Unsere Wohnungen sind geeignet für Senioren, die auf der Suche nach einer komfortablen, altersgerechten Wohnung sind und die Wert auf ein unabhängiges Leben legen. Gleichzeitig sind für den Ernstfall Sicherheit und professionelle Hilfe gewährleistet.



Andrea Krämer

Wie groß sind die Wohnungen?

Die Wohnungen sind zwischen 37 und 82 Quadratmeter groß. Die Ausstattung lässt keine Wünsche offen: Sie sind überwiegend mit Balkon und Außenrollo ausgestattet, verfügen über hochwertigen Parkettboden im gesamten Wohnbereich, eine voll ausgestattete Küche und ein altersgerecht konzipiertes Bad.

Welche Unterstützungs-Möglichkeiten gibt es vor Ort?

Ich bin für alle Anliegen unserer Mieter da. Auf Wunsch koordiniere ich z.B. Termine verschiedener Hilfsdienste, helfe bei der Suche und Auswahl von Ärzten oder unterstütze bei der Planung von Familienfeiern. Begleitung außer Haus, hauswirtschaftliche Hilfe oder Pflegeleistungen können bei Bedarf vermittelt werden. Eine Pflegefachkraft ist im Hause, die die Mieter berät und z.B. bei Anträgen für Leistungen der Pflegeversicherung hilft. Für den Notfall gibt es ein 24-Stunden-Notruf-System. Die Kolleginnen an der Rezeption nehmen gerne alle Wünsche und Anregungen der Mieter entgegen und sind immer an einem netten Gespräch interessiert.

Was für Aktionen gibt es in der Hausgemeinschaft?

Im Atrium finden anspruchsvolle kulturelle Veranstaltungen wie Ausstellungen oder Vorträge statt. Außerdem trifft man sich gerne beim Mittagessen, zu Sportangeboten oder einer Skatrunde im Wintergarten. Die Geselligkeit ist unkompliziert. Hier ist man nicht allein – wenn man es will. Unsere Mieter lieben ihre Selbstständigkeit und fühlen sich gleichzeitig sicher und gut aufgehoben.



„Ich lebe selbstständig in meinen eigenen vier Wänden und das Notrufsystem gibt mir Sicherheit.“



Sie sind auf der Suche nach einer komfortablen Wohnung, die altersgerecht konzipiert ist? Sie legen Wert auf ein unabhängiges Leben und professionelle Hilfe im Ernstfall?

Dann vereinbaren Sie jetzt einen Besichtigungstermin.

„Mit Sicherheit!“
im Alten Stadtbad Haspe

Komfortables Servicewohnen mit Flair

Altes Stadtbad Hagen-Haspe
Berliner Straße 115
58135 Hagen
Tel. 0 23 31 / 4 73 90 93
www.altes-stadtbad.de

Veranstaltungskalender

Jeden 3. Donnerstag

14:00–16:00 Uhr

Café Formular

Ehrenamtliche Helfer unterstützen Sie bei Behördenangelegenheiten, Anträge/Formulare können mitgebracht werden, Haus der Freien Evangelischen Gemeinde Hagen, Märkischer Ring 39

14:00–14:45 Uhr

- Wir sind immer noch fit-

Bewegungsangebot für Senior*innen. Im Anschluß besteht die Möglichkeit am Spielesachmittag „Jung trifft Alt“ teilzunehmen, Ort: Kinderschutzbund, Potthofstr., s. S. 41

16:00–17:30 Uhr

Krebssebsthilfegruppe für Männer

Ort: Markusgemeindehaus, Rheinstr.

Jeden letzten Donnerstag

15:00–17:00 Uhr

Gesprächskreis für pflegende Angehörige von Demenzkranken

Informelles Treffen und wechselnde Vorträge zum Thema, Roncalli-Haus, Boeler Kirchplatz 15, 58099 Hagen, Ansprechpartner und Infos: Marianne Schulte, Tel.: 49 32 417, die Teilnahme ist kostenlos

Jeden Freitag

08:15–11:00 Uhr

Marktfrühstück

AWO Begegnungsstätte Vorhalle, im Stadtteilhaus Vorhalle, Gebühr, S. 41

09:00–12:00 Uhr

Beratung

Beratung in allen sozialen Angelegenheiten AUßER Rechtsberatung, Schuldner/Insolvenzberatung und Rentenberatung Ort; Corbacher 20, 58135 Hagen

10:00–12:00 Uhr

Ganzheitliches Gedächtnistraining.

Fr. Schmittat in der DRK Begegnungsstätte, s. S. 41

09:30 – 11:00 Uhr

Ganzheitliches Gedächtnistraining

Einstieg ist zu jeder Zeit möglich, Leitung: Marion Junker, Tel.: 4 73 90 90, Begegnungsstätte im Alten Stadtbad, Berliner Str. 115, 58135 Hagen, Gebühr erfragen

12:00 – 14:00 Uhr

Mittagessen

AWO-Hohenlimburg, s. S. 41

14:30–17:00 Uhr

Treffpunkt für Jung und Alt

Gäste sind herzlich willkommen!
Kuhlerkamp/Wh, Eventcafé Oller Dreisch Infos: s. S. 41

ab 15:30 Uhr

Ortsvereinsnachmittag

AWO Boele-Hengsytte, s. S. 41

16:00–18:15 Uhr ab 24.01.2025

Reise zu sich selbst

Kunstprojekt zur Selbsterfahrung für Frauen, Anmeldung über <http://BLOCKED/www.efb-hagen.de>, Ort: Ev. Familienbildung Hagen, Eppenhauer Str. 152, 58093 Hagen

17:15–18:15 Uhr

Gymnastik mit Schwung, Autogenes Training

Krankenkassenzuschuss möglich
Anmeldung über www.efb-hagen.de
Ort: Ev. Familienbildung, Eppenhauer Str. 152, 58093 Hagen s. S. 41

Jeden 1. und 3. Freitag

8:30–11:30 Uhr

Frühstück mit Freunden

AWO Haspe/Westerbauer, Hüttenplatz 44, Voranmeldung erwünscht

Jeden 2. Freitag

18:00–22:00 Uhr

DIE JUNGEN ALTEN

Ort: Gemeindehaus Vorhalle, Vorhaler Str. 27, 58089 Hagen

Jeden 2. und 4. Freitag

18:00 Uhr

Lese- und Literaturkreis der Stadtteilbücherei Hohenlimburg

Literaturinteressierte jeden Alters treffen sich und diskutieren über Bücher verschiedener Autoren und Kurzgeschichten. Dauer: ca 90 Min., Eintritt frei, keine Anmeldung erforderlich.

Jeden Samstag

10:00–13:00 Uhr

offene Johanniskirche s. S. 41

Jeden 1. und 3. Samstag

10:00–14:00 Uhr

Betreuungsangebot für Menschen mit Demenz

Veranstaltungsort: Luthers Waschsalon, Ansprechpartner Frau Henneken, Diakonie Mark-Ruhr s. S. 41

Jeden 2. Samstag

11:00 Uhr

„Literaturstammtisch“

Erzählcafé „Altes Backhaus“ e. V., Langestr. 30, 58089 Hagen
Eintritt: 5,00 Euro
Tel.: (02331) 33 82 50

Jeden 3. Samstag

14:00 – 16:00 Uhr

Blinden- und Sehbehindertenverein

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

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

10:30 - ca. 13:00 Uhr

Boulen (Pétanque)

Sportplatz des Tus Halden-Herbeck,
Info: M. Röhring 0176 45 68 01 01
E. Gutsche: 0151 22303448

14:30-16:30 Uhr

Spielegruppe

Ort: Paritreff-Begegnungstätte,
Bahnhofstr. 41

15:00-17:00 Uhr

Café HIMMLISCH

Ort: Jugendforum Halden, Berchumer
Str. 66, 58093 Hagen

Kirchcafé nach dem Gottesdienst,

Markuskirche, Rheinstr.
Johanniskirche, Frankfurter Str.

17:00-20:00 Uhr

Theatergruppe DAKAPO

Es werden noch Mitspieler*innen
gesucht

Jeden 2. Sonntag

14:30–16:30 Uhr

„Darf ich bitten?“

Tanzcafé für Senioren des TSC Blau
Gelb Hagen, Tanzen Sie bei einer
Tasse Kaffee und einem Stück Kuchen
in geselliger Atmosphäre, Eintritt 3,50
Euro, davon 0,50 Euro Spende an
Lichtblicke e.V., Tanzschule André
Christ, RING 1, Böhmerstraße 4 (1. OG),
58095 Hagen, bitte vorher anrufen



care center
Deutschland
Wir bewegen Menschen!

Ihr Sanitätshaus
direkt vor Ort
im Brandt Quartier

*Besuchen
Sie uns!*

Care Center Deutschland -
Ihr Sanitätshaus Hagen im Brandt Quartier
Enneper Straße 142 | 58135 Hagen
0163 74 23 123 | hagen@care-center.de
montags bis freitags 9-18 Uhr, samstags 9-13 Uhr
www.care-center.de

Veranstaltungskalender

Frühstück

Mo.–Fr. 09:30–12:00 Uhr

Café Novum Frühstück für den kleinen Geldbeutel

Veranstalter: Evangelisch Freikirchliche Gemeinde Hagen, Kirche am Widey, Am Widey 6–8, Tel.: 1 44 44

Mittagstisch

Di. & Do. 12:00–14:00 Uhr

Begegnungsstätte Haspe

Hüttenplatz 44, Voranmeldung: 41477

Mo.–Do. von 11:30–14:00 Uhr

Eventcafé Oller Dreisch

Eugen-Richter-Str. 21, 58089 Hagen
Voranmeldung erwünscht
Tel.: 02331/934 68 33

Mo.–So. ab 12:00 Uhr

Ev. Altenwohnheim Dahl

Zum Bollwerk 13 Tel.: 02337 47 47–0

Mo.–Fr. von 12:00–13:30 Uhr

Cafeteria „Ma(h)lzeit?!“

Bergstr. 81, 58095 Hagen
Tel.: 918 430–

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.–So. 12:15–13:00 Uhr

Mittagstisch im Helmut-Turck

AWO Hilfe, Tel.: 368-15
Ort: AWO Hilfe, Helmut-Turck Haus
Joh.-Fr. Oberlin Str. 15, 58099 Hagen

Mo.–So von 12:00–13:00 Uhr

Friedhelm-Sandkühler-Seniorenzentrum

Hüttenplatz 46–49, Tel.: 90 34–00

Mo – So 12.00 – 13.15 Uhr

Haus Harkorten Cafeteria,

Harkortstr. 74, Tel. 10 93 560

ungerade Woche mittwochs

Mi. ab 12:00 Uhr (alle 14 Tage)

AWO Ortsverein Vorhalle

Vorhaller Str. 36, s. S. 44

wird zurzeit nicht angeboten

Cafeteria im Mehrgenerationenhaus vom Kinderschutzbund

Potthofstr. 20, Tel.: 38 60 89–0

Di. & Fr. von 12:00–14:00 Uhr

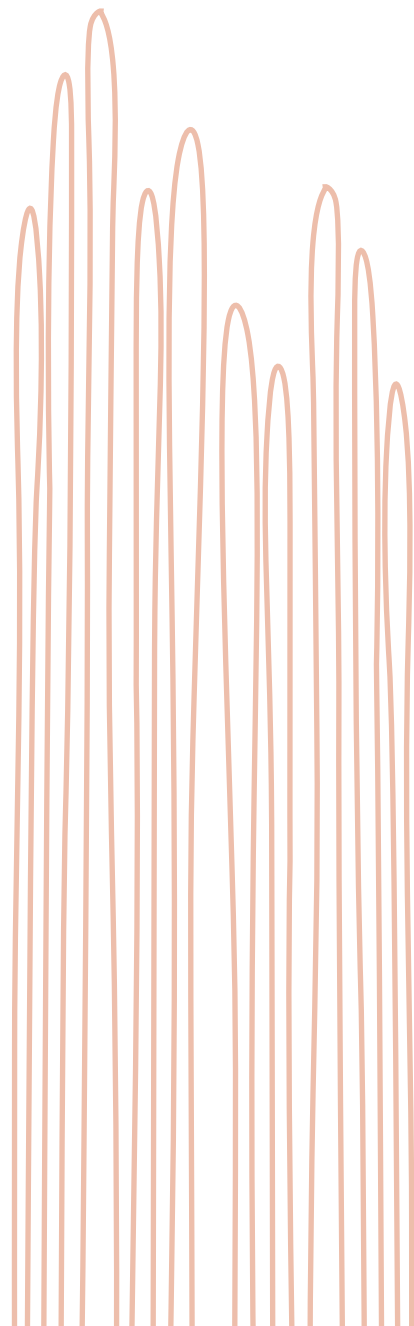
AWO Hohenlimburg

Im Lennepark, Klosterkamp 40
Tel.: 02334/4 28 53

Fr. von 12:00–12:30 Uhr

Gemeindehaus

Begegnungsstätte Ev. Gemeindehaus
Borsigstr. 11, Tel.: 33 78 10



Caritas Tagespflege am Haus St. Martin

Sich in Gemeinschaft wohlfühlen und etwas erleben



Fontaneweg 30, 58099 Hagen

Tel.: 02331/6917800

www.caritas-hagen.de

Die Begegnungsstätten der Wohlfahrtsverbände und Kirchengemeinden sowie die Sportvereine halten ein vielfältiges Angebot für Sie bereit.

Informationen und Anmeldung

AllerWeltHaus Hagen e.V.

Potthofstr. 22
Tel.: 21 41 0 / info@allerwelthaus.org
Internet: www.allerwelthaus.org

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-Begegnungsstätte ha.ge.we

Kulturhof-Ernst
Auf dem Kämpchen 16,
Tel.: 5 44 90
Ansprechpartner: Bernd Zöhner

AWO Begegnungsstätte Hilfe/Fley

Johann-Friedrich-Oberlin-Str. 11–15,

OV Kuhlerkamp/Wehringhausen

Eventcafé Oller Dreisch,
Eugen-Richter-Str. 21, 58089 Hagen
Tel.: 9346833

AWO-Begegnungsstätte Vorhalle

Vorhaller Str. 36
Tel.: 3 49 32 23

AWO-Begegnungsstätte Haspe

Hüttenplatz 44, 58135 Hagen,
Tel.: 4 14 77, Ansprechpartner
S. Multhaupt

AWO-Westerbauer

Enneper Str. 81, 58135 Hagen,
Tel.: 02331/40 49 58
Ansprechpartner: Jochen Weber

AWO-Begegnungsstätte Eilpe (Schultenhof)

Selbecker Str. 16, 58091 Hagen,
Tel.: 7 20 53, Ansprechpartner:

AWO-Begegnungsstätte

Hohenlimburg am Lennepark
Im Klosterkamp 40, 58119 Hagen
Tel.: 02334/9 24 396
Ansprechpartnerin: Frau Eschenbach

AWO Begegnungsstätte Boelerheide, Altenhagen

Gustav-Sewing-Haus, Overbergstr.
125, 58099 Hagen
Tel: 02331/68 93 97

AWO-Begegnungsstätten

Ansprechpartner:
Frau Kieliba, Tel: 02331/38112 // 016202316461
E-Mail: anna.kieliba@awo-ha-mk.de;

Eventcafé Oller Dreisch

Eugen-Richter-Str. 21, 58089 Hagen,
Tel.: 02331/93 46 833,
Mo-Fr.: 10:00–17:00 Uhr

Bezirksverband Frauenhilfe Hagen

Büro: 02331/9082131 (AB)
Mobil: 0170 4048832
Internet: www.frauenhilfe.hagen.de
E-Mail:
frauenhilfe-hagen@vodafoneemail.de
oder info@frauenhilfe-hagen.de
Dödterstr. 10, 58095 Hagen

Diakonie Mark-Ruhr

Begegnungsstätte Körner Str. 84,
Tel.: 02331/3520234
Luthers Waschsalon, Körnerstraße,
Öffnungszeiten: Mo–Fr. 9:00 –16:00
Uhr (Begegnungsstätte)

DRK-Begegnungsstätte

Zeppelinweg 17, 58093 Hagen,
Tel.: 02331/9589911
Mo-Fr.: 8:00–16:30 Uhr
Ansprechpartner: Christopher
Frank, www.drk-kv-hagen.de

Deutscher Kinderschutzbund

Ortsverband Hagen e.V.
Mehrgenerationenhaus
Potthofstr. 20, 58095 Hagen,
Tel.: 02331/386089–0,
Fax: 02331/386089–21,
www.kinderschutzbund-hagen.de

Erzählcafé Altes Backhaus e.V.

Lange Str. 30 (Hinterhof),
84 16 903 (zu den Öffnungszeiten)
Fr. 12:00–17:00 Uhr mit Mittagsimbiss

Ev. Luth - Stadtkirchengemeinde

Markuskirche, Rheinstr. 26,
58097 Hagen

Gemeindebüro Markuskirche:

Mo, Di, Do u. Fr 9–12 Uhr
Mi 16–18 Uhr, Tel.: 02331/83929

Konzerte und Veranstaltungen s. www.skg-hagen.de

Postanschrift: Ev.-luth Stadtkirchengemeinde, Dödterstr. 10,
58095 Hagen

Ev. Familienbildung Hagen

Ev. Dreifaltigkeits-Gemeinde Hagen
Eppenhauser Str. 152, 58093 Hagen
Tel.: 02331/588300, Fax:
02331/375663
E-Mail: info@efb-hagen.de;
Web: www.efb-hagen.de

Ev. Lydia Kirchengemeinde Hagen

Evangelisches Gemeindehaus Vorhalle
Vorhaller Str. 27, 58089 Hagen
Öffnungszeiten Gemeindebüro:
Fr. 09:00–11:00 Uhr
Tel.: 02331/301367
Fax: 02331/341137
E-Mail: buero-kreuzkirche@lydia-hagen.de
Internet: www.lydia-hagen.de

Freiwilligenzentrale

Rathausstr. 13, 58095 Hagen,
Tel.: 02331/18 41 70, E-Mail:
info@fzhagen.de, www.fzhagen.de

HAGENinfo

Im Service Center Hagen
Körnerstr. 25, 58095 Hagen,
Tel.: 02331/80 99 980
Fax: 49: 02331/80 99 988,
Öffnungszeiten:
Mo-Fr.: 9:00–17:00 Uhr,
Sa. 9:30–12:30 Uhr
Internet: www.hagen-online.de

Ev.-luth. Stadtkirchengemeinde Johanniskirche

Frankfurter Str. 100, 58095 Hagen,
Kontakt: Gemeindebüro Markuskirche Mo, Di, Do, Fr 9:00–12:00 Uhr, Mi 16:00–18:00 Uhr, Tel.: 02331/83929
E-Mail: info@skg-hagen.de
Infos u.a. für Konzerte und Veranstaltungen
Webseite: www.skg-hagen.de
Postanschrift: Ev.-luth. Stadtkirchengemeinde, Dödterstr. 10, HA

Ev. Frauenhilfe, Bezirksverband Hagen

Dödterstr. 10, 58095 Hagen
www.frauenhilfe-hagen.de

Kulturhof Emst, AWO

Auf dem Kampchen 16, 58093 Hagen
Tel.: 02331/54490
E-Mail: awo-ha-mk-de

Kneipp-Verein Hagen

Rudolfstr. 22, 58089 Hagen,
Tel./Fax 02331/33 14 22

Veranstaltungskalender

LeseTreff 60plus

Förderverein LeseZeichen e.V.

Barbara Theisen
Tel. 207-4689 Info
barbaratheisen@t-online.de
Stadtteilbücherei Haspe Tel:
207-4297

Malteser Hilfsdienst e.V.

Boeler Str. 94, 58097 Hagen,
Tel.: 98 93-0

Pflegeselbsthilfe Kontaktbüro

Bahnhofstr. 41, 58095 Hagen
Mi.: 10:00-16:00 Uhr und nach
Vereinbarung, Tel.: 02331/3673383
E-Mail: pflegeselbsthilfe-hagen@
paritaet-nrw.org
Internet: www.pflegeselbsthilfe-hagen.
de

Roncalli-Haus

Boeler Kirchplatz 15, Tel.: 4 83 24 00

Paritätischer Wohlfahrtsverband

(DPWV), Bahnhofstr. 41, Tel.: 13474

Selbsthilfebüro Hagen

Info unter Tel.: 02331/207-3714 und
02331/181516, E-Mail: angelika.
stricker@stadt-hagen.de und selbsthil-
fe-hagen@paritaetnrw.org

SGV Hagen Sauerländischer Ge- birgsverein

Abt. Hagen e.V. Hellweg 65, 58099
Hagen, Tel./Fax: 3 67 94 27, E-Mail:
info@SGV Hagen-hagen.de, Internet:
www.SGV Hagen-hagen.de ;
Geschäftsstelle i.d Räumen Firma
Bandstahl Schulte & Co (Hagen-
Kabel)
WanderführerInnen:
I. Mutmann Tel.: 02302/39 03 58;
M. Renneke Tel.: 6 25 45 45;
C., Rossa Tel.: 68 92 19;
R. Maus Tel.: 40 27 80;
R. Steffen 8 71 94;
G. Studzenski 5 58 23;
A. Wever Tel.: 7 33 07;
M. Liffers, Tel.: 7 39 95 60;
M. Arnold Tel.: 0231 61 03 51 57;
E. Gatzke Tel.: 02331/86823
M. Hermes Tel.: 02331/334358
R. Elosge Tel.: 28316
R. Granseuer Tel.: 0152 2687 5117

Sportgruppe im SGV Hagen

Jahresprogramm unter
[http://BLOCKED/SGV Hagen-hagen.
de/aktuelles.htm](http://BLOCKED/SGV Hagen-hagen.de/aktuelles.htm)

Sportverein SG Blau-Weiss Vorhalle 1972 e.V.

Internet: www.blau-weiss-vorhalle.de
E-Mail: info@blau-weiss-vorhalle.de
Info: 0175 8919745

SIHK

Südwestfälische Industrie- und
Handelskammer zu Hagen
Bahnhofstr. 18, 58095 Hagen
Tel.: 02331 / 390-202
Fax: 02331 / 390-305
E-Mail: sihk@hagen.ihk.de

Sparkasse Hagen

Öffentlichkeitsarbeit, Sparkassen-
Karree 1, 58095 Hagen
Tel.: 02331/20 60

Stadt Hagen

Pflege- und Wohnberatung
Tel.: 207 – 28 98

Stadtsportbund Hagen e. V.

(SSB Hagen)
Geschäftsstelle: Freiheitstr. 3, 58119
Hagen. Badefahrten: Abfahrt:
8:15 h Haspe, Ernst-Meister-Platz;
8:45 h Marktplatz Ernst
Anmeldung/Infos:
Mo-Do: 9:00-15:00 Uhr
Tel.: 02331/207-5107/08
obige Telefonnummern gelten auch
für die Anmeldung zur Sportfahrt

Stadtbücherei, Zentralbücherei

Springe 1, 58095 Hagen
Tel.: Auskunft+ Medienverl:
02331/207-3591 Information:
02331/207-3588;
Info Musikbücherei:
02331/207-3586; Info Kinderu.
Jugendbücherei: 02331/207-3592
Fax: 02331/207-2442
Öffnungszeiten: Mo+Di.: 10-19
Uhr; Mittwochs geschlossen; Do
10-19 Uhr; Fr. 10-19 Uhr; Sa
10-15 Uhr
E-Mail: stadtbuecherei@stadt-hagen.
de; Internet:
www.hagen.de/stadtbuecherei

Stadtteilbücherei Hohenlimburg

Stennertstr. 6-8,
(im Sparkassengebäude)
58119 Hagen Öffnungszeiten:
Mo. geschl. Die. 10-13 Uhr
u. 15-18 Uhr, Mi. 10-13 Uhr,
Do+Fr. 10-13 Uhr und 15-18 Uhr,
Tel.: 02331/ 207 4477

Stadtteilbücherei Haspe

Im Torhaus Haspe, 3. Etage,
Kölner Str. 1; Öffnungszeiten Mo,
Di 10-13 Uhr und 15-18 Uhr,
Mittwochs geschlossen, Do. 10-13
Uhr; Fr. 10-12 Uhr und 14-16 Uhr,
Tel.: 02331/2 07 42 97

Sportfreunde Westfalia Hagen von 1872 e.V.

c/o Uwe Krause, Tel.: 88 11 09,
Fax: 49 88 01 23, E-Mail:
u.krause@westfalia-hagen.de

SoVD Sozialverband Deutschland,

Sozialberatungszentrum Hagen
Bergstr. 128-130
Sprechzeiten: Mo-Do. 9:00-12:00
und 13:00-15:00 Uhr; Fr. 9:00-
12:00 Uhr
Zusatz. Terminabsprache unter:
Tel.: 02331 / 28005
Di. 09:00-12:00 Uhr
Tel.: 02334/8083693

TSV Hagen 1860

Hoheleye 23, 58093 Hagen
Tel.: 02331 / 6 7777
E-Mail: info@tsvhagen1860.de
Internet: www.tsvhagen1860.de

VHS Hagen

Anmeldung, Anfragen zu Gebühren
und Ermäßigungen: Villa Post,
Wehringhauser Str. 38, 58089
Hagen, Tel.: 207 – 36 22,
Fax: 49 207- 24 43,
Mail: VHS@stadt-hagen.de
weitere Infos über die Kursangebote
im Internet: www.VHS-hagen.de

Werkhof Kulturzentrum

Herrenstr. 17, 58119 Hagen
Tel.: 02334/92 91 90
Kulturbüro Tel.: 02334/92 91 91
Internet:
www.werkhof-kulturzentrum.de
www.info@werkhof-kulturzentrum.de
Vorverkaufstellen: Hagen: HAGENin-
fo, Buchhandel am Rathaus;
Hohenlimburg: Reisebüro Sikorski,
Hohenlimburger Buchhandlung,
Tabakwaren Marx: Letmathe:
die Kleine Buchhandlung

ZWAR-Frauengruppe

eine politisch und konfessionell
unabhängige Gruppe, Infos:
Ch. Jacobi Tel.: 58 79 88
S.Unruh Tel.: 33 91 38
Terminübersicht
Internet: zwar-hagen.jimdofree.com/
terminübersicht-aktuelles/



Was Hänschen nicht lernt ...

Das abfallpädagogische Programm des Hagener Entsorgungsbetriebs.

Wir legen einen Grundstein für umweltbewusstes Verhalten und wecken den Sinn für ein sauberes Umfeld. Denn »Was Hänschen nicht lernt, lernt Hans nimmermehr!«.

Unser abfallpädagogisches Programm besteht unter anderem aus drei Themenfeldern:



Papierschöpfen

Vom alten Papier zum neuen Papierbogen.



Mini-Feger

Müllsammeln auf dem Schul-/Kitagelände.



Mülltrennung

Restmüll, Altpapier & Gelber Sack



HEB GmbH
Fuhrparkstr. 14-20
58089 Hagen
www.heb-hagen.de

Sie haben Interesse?
Kontaktieren Sie uns unter:
02331 3544-4333 oder
hebmachtschule@heb-hagen.de



Hagener
Entsorgungsbetrieb

IHR ANSCHLUSS ANS LEBEN.

Vertrauensvolle Beratung und individueller Service – unser Weg zu Ihrem Hörerfolg.

Auch in Ihrer Nachbarschaft:
hoerfiliale.de

Köttgen Hörakustik
...wieder gut hören.

OPTIMALER SERVICE FÜR GUTES HÖREN:

- Individuelle Beratung
- Professionelle Betreuung
- Erstellung Ihres Hörprofils
- Vergleich verschiedener Hörsysteme
- Optimale Hörgeräteversorgung
- Umfangreicher, langjähriger Service
- Hörgeräteanpassung für Kinder
- Individuelle Gehörschutzlösungen

58095 Hagen
Körnerstraße 25-27
hagen@koettgen-hoerakustik.de
Telefon 02331 - 255 73

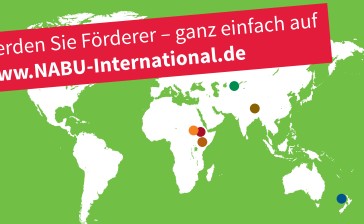
58119 Hohenlimburg
Möllerstraße 17
hohenlimburg@koettgen-hoerakustik.de
Telefon 02334 - 590 35
koettgen-hoerakustik.de



Naturschutz ohne Grenzen

Weltweit sind unzählige Tier- und Pflanzenarten vom Aussterben bedroht. NABU International schützt ihre Lebensräume – mit Projekten, die neben dem praktischen Naturschutz auch die Lebenssituation der Menschen vor Ort verbessern und zu einer nachhaltigen Entwicklung beitragen.

Werden Sie Förderer – ganz einfach auf
www.NABU-International.de



Elefanten
in Ostafrika

Delfine
in Neuseeland

Kraniche
am Tanasee

Schneeleoparden
in Zentralasien

Wildkaffeewälder
in Äthiopien

Tiger
im Himalaya



Sie finden uns auch auf
facebook.com/nabu.international

NABU International Naturschutzstiftung
Charitéstraße 3 · 10117 Berlin
Info@NABU-International.de
www.NABU-International.de

Spendenkonto
Bank für Sozialwirtschaft
IBAN: DE 7737 0205 0000 0117 0700
BIC: BFSWDE33XXX

Sicherheit auf Knopfdruck. Der Johanniter-Hausnotruf.

**Wir schenken Ihnen die
Anschlussgebühr.**

Aktionscode: Junges Altes Hagen

Sie möchten sich selbst oder Ihre Liebsten
in Sicherheit wissen?

Mit dem Johanniter-Hausnotruf
leben Sie sorgenfrei und
unbeschwert an 365 Tagen im Jahr.



Jetzt auch Onlineterminierung möglich!

0800 881 1220

www.johanniter.de/hausnotruf

hausnotruf.ruhr-lippe@johanniter.de



JOHANNITER
Regionalverband Ruhr-Lippe