

Junges Ja ltes



Zeitung von Senioren (nicht nur) für Senioren - Heft 64, 01/2026



Titelgeschichte

Louise Catharina Harkort (1718-1795), eine starke Frau

Prominenten-Interview

Bianca Sonnenberg: Ein Leben in Bewegung

Veranstaltungskalender

April – August 2026

**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...

...für das gute Zusammenleben in einer Stadt sind Menschen unverzichtbar, die mit ihrem Engagement dazu beitragen. In dieser Ausgabe stellen wir zwei Menschen vor, die dafür stehen: Fadma El Bouzidi überwand die Trauer über den Tod von Mutter und Schwester, indem sie ein soziales Angebot mit Backen und Kochen ins Leben rief. Holger Brandenburg und der Verein UNSICHTBAR e.V. fahren viele Nächte durch die Straßen und versorgen Obdachlose. Und sie verschaffen Familien mit geringem Einkommen schöne Momente im Kino oder bei Ausflügen (Seiten 12). Holger Brandenburg beruft sich bei seinem Engagement gern auf Artikel 1 des Grundgesetzes: „Die Würde des Menschen ist unantastbar.“

In dieser Ausgabe stellen wir eine Reihe starker Frauen vor. Auf ein bewegtes Leben kann Bianca Sonnenberg, Leiterin des Fachbereichs Bildung und Kultur der Stadt Hagen, zurückblicken. Und sie plant schon eine Zukunft, in der das so bleiben wird (Seite 8). Noch mehr trifft das auf „die Märckerin“ zu, die im 18. Jahrhundert als Witwe von Johann Caspar Harkort die Leitung der Harkortschen Unternehmen und Güter entschlossen in die Hand nahm und sich „die Butter nicht vom Brot nehmen ließ“, wie es so schön heißt (Seite 6). Nicht unterkriegen lässt sich auch Christel (75 Jahre alt). Sie nahm nicht hin, dass ihre zunehmende Bewegungsunfähigkeit allein aufs Alter zurückzuführen war. Nach einer erfolgreichen Operation kann sie wieder am Rollator gehen und ihr tägliches Leben bewältigen (Seite 18).

Aber sehen Sie selbst, was Sie an Interessantem und Lesenswertem Sie in dieser Ausgabe finden. Wir wünschen Ihnen beim Blättern und Lesen viel Vergnügen!



Fadma El Bouzidi vor ihrem Café.
Foto: Brigitte Wienkötter



Der Einsatzwagen von UNSICHTBAR e.V. Mit diesem Wagen sind die Mitglieder nachts unterwegs und versorgen Obdachlose.
Foto: Heike Kühnholz-Boecker

Zu unserem Titelbild

Hagen soll sich verändern. Noch in diesem Jahr soll mit dem Abbruch der Hochbrücke „Ebene 2“ begonnen werden. Dann wird unser Titelbild Geschichte sein. Und links oben im Bild am Eingang zu Altenhagen soll ein neues Wohnquartier entstehen, das den alten Stadtteil aufwerten wird. Im Laufe des Jahres soll der „Hagen Pakt“ Fahrt aufnehmen. Auf Seite ?? haben wir unsere Anregungen aus Seniorensicht dargestellt. Einig sind sich sicher alle darin, dass Hagen dringend aufgehübscht werden muss. Abriss von Schrottimmobilien, Aufwertung von Quartieren, neuer Wohnraum. Alles wichtige Dinge. Dazu gehört aber auch, die Stadtgesellschaft zusammenzuführen und in den Quartieren Möglichkeiten für ein gutes Zusammenleben zu schaffen. Unsere Zeitung will diesen Prozess gern begleiten.

Foto: Michael Kleinrensing (WP)

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 Mehrgenerationenhaus in der Potthofstraße.

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
<hr/>			
Titelgeschichte	■	Louise Catharina Harkort (1718-1795), eine starke Frau und bemerkenswerte Unternehmerin	6
<hr/>			
Prominenten-Interview	■	Bianca Sonnenberg – ein Leben in Bewegung	8
<hr/>			
Wohnen und Mobilität	■	Hagen soll lebenswerter werden	10
<hr/>			
Soziales	■	Eine Nacht unterwegs mit UNSICHTBAR	12
	■	Es geht um Menschen, nicht um Kulturen	14
<hr/>			
Jung und Alt	■	Kunst für Jung (Die Malkinder der Sigrun Dechêne) und Alt	16
	■	(Musizieren nach Zahlen)	17
<hr/>			
Gesundheit	■	Christel (75) gibt nicht auf	18
	■	Demenzsprechstunde der Wohn- und Pflegeberatung	19
<hr/>			
Hobbies	■	Lesetipp: „Am Meer ist es schön“	20
	■	Eine Nacht am Filmset	21
	■	Artenvielfalt im biologischen Garten	22
<hr/>			
Geschichte, Gedichte und Dönekes	■	Als Füße noch durchleuchtet wurden	24
	■	Dattel zieht um	25
	■	Frühlingsgedicht	26
<hr/>			
Veranstaltungskalender	■	April – August 2026	27
<hr/>			
Impressum	■	Impressum	26

Ja Titelgeschichte: Louise Catharina Harkort (1718-1795), eine starke Frau

Text: Liselotte Funcke, gekürzt übernommen aus dem Buch „Frauen in der Hagener Geschichte“ mit freundlicher Genehmigung des eFeF-VerlagsVerlags

Fotos: „Frauen in der Hagener Geschichte“, Michael Eckhoff

Eine bemerkenswerte Unternehmerpersönlichkeit

Nach dem Tod ihres Mannes übernahm sie entschlossen die Geschäfte

Was mochte Louise Catharina Märcker aus Hattingen bewogen haben, den Witwer Johann Caspar Harkort in Westerbauer zu heiraten? Die äußeren Lebensumstände konnten kaum verschiedener sein. Louise Märcker wurde am 2. November 1718 in Hattingen als Tochter des Arztes Johann Christoph Märcker geboren. Ihre Mutter war die Tochter des Richters Bernhard Reinermann auf Haus Schede bei Wetter. Louise wuchs in der Stadt auf, war – obwohl evangelisch – am Hofe der Fürstin Franziska Christine Pfalzgräfin bei Rhein, Äbtissin des Stiftes Essen, im feinen Umgang erzogen worden und hatte adlige Paten. Die Harkorts hingegen führten ein renommiertes Handelshaus mit Eisenwaren, produzierten Sensen, lebten auf einem Gutshof und legten wenig Wert auf Äußerlichkeiten. Das alte Harkorter Wohnhaus aus dem 17. Jahrhundert war zwar geräumig, aber keineswegs repräsentativ.



Louise Catharina Harkort (1718-1795), die „Märckerin“

Als Louise Märcker am 23. Juli 1748 heiratete, war sie fast dreißig Jahre alt. Die ersten Ehejahre von Johann Caspar und Louise Harkort waren von Todesfällen überschattet. Ihr zu früh geborenes erstes Kind starb im Februar 1749. Das zweite Kind Louise und die Tochter aus Harkorts erster Ehe erkrankten Anfang 1752 an den Kinderpocken und starben im März und April. Kurz zuvor hatte die Mutter ihr drittes Kind zur Welt gebracht. In den folgenden Jahren wurden noch zwei Söhne und zwei Töchter geboren. Mit der wachsenden Kinderschar verwirklichte sich der Wunsch der „Märckerin“ nach einem repräsentativen Wohnhaus, das der Stellung und dem Ansehen der Familie entsprach.

Doch nur wenige Jahre verblieben dem Ehepaar im neuen Haus. Am 10. Februar 1761 starb Caspar Harkort nach

einem monatelangen Fieber, noch keine 45 Jahre alt. Zurück blieb die Witwe mit fünf Kindern, von denen das älteste knapp neun Jahre alt war. Was sollte aus ihnen werden? Die Schwiegereltern hatten in einem gemeinsamen Testament verfügt, dass das Gut mitsamt dem Eisenhammer im Hasper Bach ungeteilt als Fideikommiss auf den jeweils ältesten Sohn und seine Familie übergehen sollte. Damit war Louise nunmehr Guts- und Handelsherrin und besaß neben dem Handelshaus eine Kohlengrube, Beteiligungen, Obligationen. Das alles musste verwaltet, gesichert und vermehrt werden. Und wie selbstverständlich griff sie in ihrer klugen und energischen Art zu. In dem Brief-Copierbuch, in das der Prinzipal die Geschäftsbriefe handschriftlich eintrug, damit der Angestellte sie in Schönschrift abschrieb, findet sich noch im Januar 1761 eine Aufzeichnung von Johann Caspar, und schon unter dem 26. März 1761 schrieb Louise den ersten Geschäftsbrief, in dem sie sich eingangs für das „so freundschaftlich bezeigte Beyleid über das mich leider betroffene harte Schicksal“ bedankt, sich dann aber mit der bestellten Ware befasst. Das Handelshaus nannte sich nun „Johann Caspar seel.Wwe.“.

Als Witwe vor großen Aufgaben

Die Aufgaben, die die Witwe neben der Erziehung ihrer Kinder nun zu bewältigen hatte, waren groß. Außer dem Handelshaus, das Sensen, Strohmesser, Hämmer, Zangen, Äxte, Beile, Sägen, Messer, Scheren, Schlösser, Bügeleisen und Kaffeemühlen, aber auch Schuhschnallen, Fingerhüte an rund 250 Kunden in Lübeck, Königsberg, Danzig, Riga und Kopenhagen lieferte, mit Spreng- und Jagdpulver handelte und in der Rückfracht Felle, Federn, Leinsaat und Tran importierte, galt es, die Ländereien von Harkorten und Haus Schede zu verwalten und sich um das Vormaterial für die Hämmer zu kümmern. Zudem hatte ihr Mann die Handelsgeschäfte auch nach dem Westen ausgedehnt. So gab es im Warenverzeichnis sogar Weine aus Frankreich, Seidenstoffe, Strümpfe, Hüte, Gewürze, zu denen die neue Prinzipalin eine engere Beziehung gehabt haben dürfte als zu den Eisenartikeln, mit denen sie sich nun tagtäglich befassen musste.

Da es noch keine Eisenbahnen und kaum Kanäle gab, musste die Ware in Fässern verpackt und mit Pferdewagen transportiert werden. Die Fuhrleute brauchten auf den schlechten Wegen drei Wochen bis Lübeck und mussten mitunter zwischen feindlichen Linien hindurch. Aber auch der Seeweg über Amsterdam war nicht gefahrlos. Zeitweilig sperrten die Holländer die Durchfahrt, so dass die Ware lange Zeit unterwegs war. Einmal strandete ein Schiff und die Kunden bemängelten die angerosteten Sensen.

Die Märckerin hatte mit vielen Schwierigkeiten zu kämpfen. So gaben Städte und Regionen eigene Münzen aus, die anderswo nicht oder nur mit erheblichen Verlusten eingetauscht werden konnten; und als einmal entdeckt wurde dass Louise wegen des guten Gewinns ein Faß Schießpulver, dessen Handel verboten war, als Kaffeemühlen deklariert hatte, gab es eine langwierige Korrespondenz, um auch mit Hilfe der Kunden nachzuweisen, dass es sich nicht um Kriegsmaterial, sondern um Munition für Jagdgewehre handelte.

Zudem brauchten Briefe zur damaligen Zeit viele Tage, und so ist es erstaunlich, dass die Kommunikation trotzdem gelang. Die Mitteilung der Märckerin erreichte ihren Beauftragten Wienbrack, wenn er auf Reisen war, zumeist als Hiobsbotschaften, denn es gab immer neue Schwierigkeiten mit Lieferanten, Kunden, Behörden, aber auch Mitarbeitern. So wurde der Verwalter des Gutes Schede erschlagen, als er einen Holzdieb ertappte. Schwer lasteten auf Harkorten die Kontributionen und Zwangsanleihen, zu denen die Märckerin infolge des Siebenjährigen Krieges herangezogen wurde.

Da sie immer knapp bei Kasse war, zahlte sie solche Abgaben nur sehr ungern. Sie war der Meinung, dass man einer alleinstehenden Frau mit fünf unmündigen Kindern nicht so viel Geld abnehmen dürfe, und tatsächlich erreichte sie auch einmal eine Herabsetzung der Forderung.

Zu Lebzeiten ihres Mannes hatte es durch den im Jahr 1756 begonnenen Krieg laufend Einquartierungen, Spanndienstverpflichtungen und Requirierungen durchziehender französischer Truppen gegeben. Louise nutzte ihre Beziehung zur Äbtissin in Essen, die mit den Franzosen verbündet war, um eine Audienz bei Marschall Prinz Soubise, dem Chef der französischen Streitkräfte in Deutschland, zu erreichen. Gewandt im Umgang mit hochgestellten Personen und mit guten französischen Sprachkenntnissen vermochte sie es, ihre Lage so wirkungsvoll darzustellen, dass sie einen Schutzbrief erhielt, in dem es allen Soldaten und Offizieren bei Strafe verboten war, irgendwelchen Schaden im „Chateau de Harikort“, den Gärten, an den Viehbeständen, Möbeln und Nebengebäuden anzurichten oder etwas wegzunehmen, denn dieser Besitz stehe unter dem Schutz des Königs. Dieser Schutzbrief wurde wie alle Schriftstücke sorgfältig aufbewahrt und konnte noch Jahrzehnte später, als die Franzosen unter Napoleon durch das Land zogen und in ungeordneten Gruppen zurückkehrten, Haus Harkorten vor ungewünschter Einquartierung bewahren.

Haus Harkorten als kultureller Mittelpunkt

Ihren Kindern war Louise Harkort eine liebevolle und tolerante Mutter, und wenn sie auch zwischen Geschäft, Haushalt und Gutsverwaltung nicht allzu viel Zeit für sie hatte, so war da ja die geliebte Tante Margarete – die unverheiratete Schwester ihres Mannes - im Jungfernhaus. Mit dem Ende des Siebenjährigen Krieges 1763 verringerten sich die Schwierigkeiten im Handelsgeschäft. Die Währungen wurden sicherer, und wenn auch manche Kunden aufgeben mussten, blieb das Handelsgeschäft erhalten und konnte im Laufe der Zeit immer mehr ausgebaut werden.



1756/57 wurde auf Gut Harkorten das „obere Haus“ errichtet. Initiatorin dieser Baumaßnahme war sicherlich Louise Märcker. Das bedeutendste Beispiel des Bergisch-Märkischen Barocks steht seit über 20 Jahren leer und gehört inzwischen einem Verein, der sich die Rettung dieses wertvollen Bauwerks auf die Fahnen geschrieben hat. Der erste Bauabschnitt der Renovierungsarbeiten - das Dach - ist bereits realisiert. In diesem Jahr folgt der nächste Bauteil: Ein wesentlicher Teil der Fassaden- und Fensterarbeiten steht dann an. Das wird über eine Million Euro kosten.

Mit der Stabilisierung der Verhältnisse konnte die Märckerin ihren Wünschen nach gehobener Gastlichkeit verstärkt nachgeben. Sie empfing neben den zahlreichen Verwandten Herren der Regierung, Geschäftsfreunde, Gutsbesitzer, Theologen, Adelige und Bürgerliche. Gern hatte sie die Äbtissin von Essen zu Gast, und zu den viel gesehene Besuchern gehörte Freiherr vom und zum Stein, ein Freund ihrer Söhne, der später preußischer Staatsminister wurde. Harkorten war zu allen Zeiten ein offenes Haus für Groß und Klein, aber nie wieder war es ein so kultureller Mittelpunkt wie zur Zeit der Märckerin.

Am 15. März 1795 schloss Louise Harkort nach einem Leben voller Arbeit, Erfolge und Freude am Schönen für immer die Augen.

Anmerkung der Redaktion:

Louise Catharina Harkort („die Märckerin“) zählt bis heute zu den bemerkenswertesten Unternehmenspersönlichkeiten der Vorindustrialisierung im Bereich des heutigen Ruhrgebiets. Aus gutem Grund wurde auf dem Quambusch und somit unweit von Haus Harkorten eine Straße nach ihr benannt.

Text: Sigrun Dechêne, Fotos: Bianca Sonnenberg

Ein Leben in Bewegung

Nach dem Berufsleben plant sie ein Seniorenstudium in Kunstgeschichte

„Nur nicht stehenbleiben“ - so könnte ihr Lebensmotto heißen. Geboren im Mai 1965, hat Bianca Sonnenberg immer neue Wege gesucht, auf denen sie weitergehen konnte. Vorbild waren ihre Eltern. Eine Mutter, die sich über Weiterbildung von einer Chemielaborantin zur Erzieherin ausbilden ließ. Ein Vater, der als gelernter Stoffdrucker sein Abi bei der Hagener VHS machte (das gab es mal!), anschließend Medizin studierte und dann als Arzt praktizierte.

Aufgewachsen in einem Dorf zwischen zwei Städten mit unterschiedlicher Kultur, im idyllischen Holthausen, erlebte Bianca mit ihren Freundinnen aus der Nachbarschaft eine schöne Kindheit zwischen Bauernhöfen und freier Natur. Mit dem Abitur des Gymnasiums Hohenlimburg in der Tasche, entschied sie sich für eine Verwaltungslaufbahn bei der Stadt Hagen. Mit dem Diplom einer Verwaltungswirtin stehen ja viele Wege offen....



Bianca Sonnenberg



Vor dem Tadsch Mahal in Indien

Doch zunächst kam die Liebe ins Spiel. Es wurde eine Familie gegründet, Bianca wurde Mutter von zwei Töchtern. Doch frei nach ihrem Lebensmotto „immer weitergehen“ entschied sie sich neben Familienarbeit und Kinderbetreuung für ein Studium der Erziehungswissenschaft und Psychologie an der Fernuniversität Hagen. Als Alleinerziehende nach der Trennung verzichtete sie auf den Studienabschluss und fand zurück in ihren Beruf, in dem sie verschiedene Stationen durchlief.

Zuständig für kulturelle Bildung in Hagen

Mit dem zwischenzeitlich erworbenen Diplom betriebswirtschaftlicher Fachrichtung stößt sie 2012 zufällig auf die Stellenausschreibung für die VHS-Leitung. Kurz entschlossen bewirbt sich Bianca mit 47 Jahren. Mit Erfolg. Seitdem gibt sie der VHS mit ihrem Team neue Schwerpunkte wie Nachhaltigkeitsthemen, unter

anderem in Zusammenarbeit mit dem Allerwelthaus und dem Hagener Heimatbund.

2024 übernimmt Bianca Sonnenberg die Leitung des Fachbereichs Bildung und Kultur. Damit ist sie neben dem VHS-Programm zuständig für die Angebote der Musikschule, der Bücherei, des Kulturbüros – kurz, für die kulturelle Bildung in Hagen insgesamt. Privatleben und Beruf sind für Bianca eine Einheit – so sind die Dauerkarte für das Museumsquartier und das Theater-Abo ein Muss.

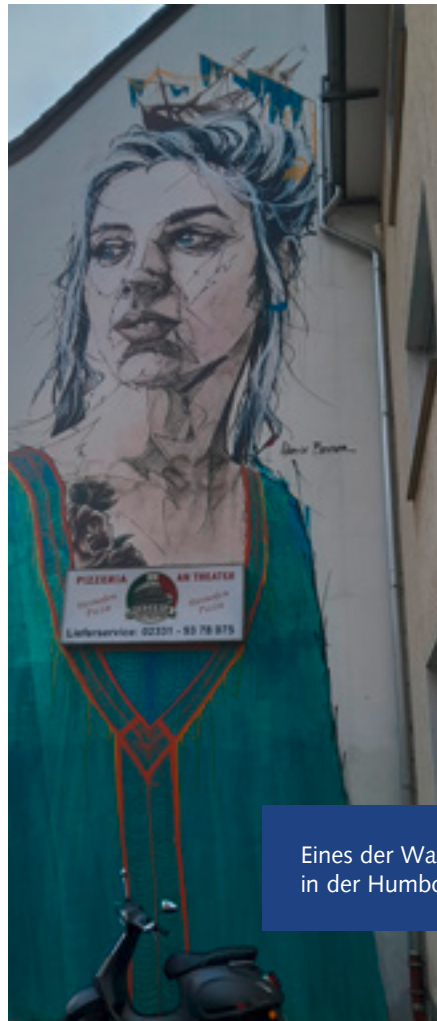
Für die Rechte von Frauen und Mädchen streitet sie engagiert mit im Hagener Club Soroptimist International.

Energie für diese vielfältigen Tätigkeiten holt sich Bianca beim morgendlichen Joggen im Wald. Auf diese Weise erlebt sie Natur pur vor dem Frühstück. Passt auch zu ihrer Devise „Nicht stehenbleiben“.

Ein jährliches Highlight sind die Reisen in den VHS-Sommerferien. Nach Indien, Usbekistan, Kambodscha oder dem Balkan steht in diesem Jahr Südamerika auf dem Programm.

Pläne für die Zukunft

Für die Zeit nach dem aktiven Leben als Bildungs-Chefin hat Bianca bereits feste Pläne. Sie will im Seniorenstudium der Kunstgeschichte neue Wege gehen und sich die dort besprochenen Arbeiten möglichst auch vor Ort anschauen. So hat sie schon vor Jahren eine Reise zum Mauritshuis in Den Haag unternommen, um das kleine Gemälde „Distelfink“ von Carel Fabritius, das im gleichnamigen Roman eine zentrale Rolle spielt, zu bewundern. Doch es muss nicht immer die weite Welt sein. Bianca Sonnenberg sammelt seit vielen Jahren die Werke Hagener Künstlerinnen und Künstler und ist ein großer Fan der Street-Art-Künstlers Martin Benders, der den Stadtteil Wehringhausen mit seinen Fassadenbildern in einen öffentlichen Ausstellungsort verwandelt hat



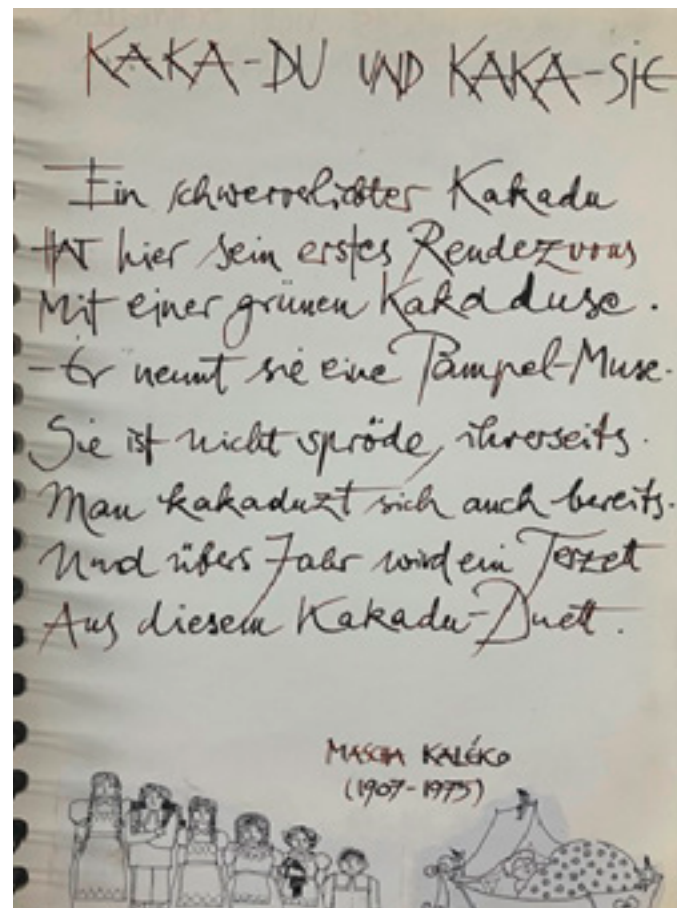
Eines der Wandgemälde von Martin Benders in der Humboldtstraße

Und wenn sie drei Wünsche frei hätte, was würde sie sich wünschen?

Ich wünsche mir:

- Dass meine Kinder immer gesund und glücklich leben werden
- Dass kein Kind auf dieser Welt Erfahrungen mit Gewalt oder Armut machen muss.
- Dass ich endlich mal Eintrittskarten für Bayreuth, tomorrowland oder die Kaisermania bekomme. ■

Als Kunstwerk



Text: Ruth Sauerwein, Gerd Homm, Foto: Ruth Sauerwein

Hagen soll lebenswerter werden

Die Stadt der Zukunft als generationengerechtes Quartier

Im November 2025 haben Oberbürgermeister Dennis Rehbein und NRW-Bauministerin Ina Scharrenbach den „Hagen Pakt“ unterschrieben. Im Frühjahr soll er Fahrt aufnehmen. Es geht um den Abriss von Schrottimmobilien, den Neubau von Wohnungen, die Entwicklung von lebenswerten Quartieren. Maßnahmen, die Hagen schon seit Jahren dringend braucht. Ruth Sauerwein und Gerd Homm blicken aus der Sicht von Mitgliedern des Seniorenbeirats auf diese Pläne.

Deutschland wird überaltern und das schneller, als dass viele Stadtentwicklungspläne damit Schritt halten können. Hiervon wird auch Hagen nicht verschont bleiben. Denn die Zahl der Hochaltrigen wird sich voraussichtlich verdoppeln. Das ist die Realität, mit denen die Kommunen sich beschäftigen sollten.

Es geht dabei nicht nur um barrierefreie Wohnungen, so dringend sie auch sind, sondern auch um Lebensqualität und soziale Teilhabe. Es müssen Orte angeboten werden, an denen die älteren Menschen möglichst lange leben können. Denn wer den demografischen Wandel ernst nimmt, muss die Stadt der Zukunft als ein generationengerechtes Quartier denken.

In Hagen fehlen viele barrierefreie und Barriere reduzierte Wohnungen. Besonders betroffen sind ältere Menschen mit geringem Einkommen. Viele von ihnen müssen oft in Wohnungen bleiben, die für ihre Bedürfnisse ungeeignet sind – zu enge Türen, zu viele Stufen, keine Anbindung an Versorgung und Nachbarschaft. Das führt zur Vereinsamung, höhere Pflegebedarfe und häufigere Umzüge in ein Heim. Fazit hierbei ist, dass jeder verzögerte Umzug in eine stationäre Einrichtung auch die öffentliche Hand entlastet.

Kommunen in der Verantwortung

Kommunen stehen hier als erste in der Verantwortung. Sie müssen dafür sorgen, dass ausreichend kleine, bezahlbare und barrierefreie Wohnungen verfügbar sind. Am besten verbunden mit einer kombinierten und quartiersnahen Dienstleistung. Gerade alleinstehende Senioren und Seniorinnen, vor allem Frauen über 80, sind auf kleine bezahlbare Wohnungen angewiesen. Wenn diese Wohnungen fehlen, verschärfen sich nicht nur Armut und Isolation, sondern auch die Generationenkonflikte, weil größere Wohnungen blockiert bleiben, die größere Familie eigentlich brauchen.

Hagen hat im Vergleich zu anderen Städten zwar ein niedriges Mietniveau, aber in Hagen leben auch viele Menschen mit geringem Einkommen. Beim Neubau von Wohnungen müssen auch ihre Bedürfnisse berücksichtigt



werden, auch die von Menschen mit niedrigen Renten. In Hagen sind in den letzten Jahren viele Servicewohnungen entstanden für Seniorinnen und Senioren, die nicht mehr allein zu Hause leben wollen oder können, aber auch keinen Platz im Pflegeheim benötigen. Diese Wohnform entlastet Pflegeheime und auch die Kommune, die bei den Heimkosten einspringen muss, wenn die Eigenmittel nicht reichen. In manchen Städten gibt es Wohngemeinschaften für fitte Seniorinnen und Senioren, die die gleichen Angebote wie im Servicewohnen bieten, aber zu günstigeren Mieten. Sie eignen sich auch für Rentnerinnen und Rentner, die ihre Rente durch Grundsicherung aufstocken müssen.

Der Deutsche Städtetag hat in seinem Papier „Zukunftsfeste Versorgung älterer und pflegebedürftiger Menschen“ gefordert, integrierte Konzepte aufzustellen, die im Kontext der Pflege insbesondere die Entwicklung der älteren und unterstützungsbedürftigen Bevölkerung in den Blick nehmen. Notwendig sei eine Organisation im Sozialraum. Zugehende Beratungs- und Unterstützungsangebote wie präventive Hausbesuche. Gleichzeitig betont der Städtetag: „Um eine Altenhilfestruktur zu gestalten, benötigen die Städte eine ausreichende Finanzierung.“



Wohnen in
Hagen

Wohnungen fürs Leben – in Hagen und Umgebung:

www.leg-wohnen.de

LEG



Mein Lieblingsplatz!


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 Fotos: Heike Kühnholz-Böcker

„Du bist wertvoll.“ - „Das war ich mal.“ - „Du bist wertvoll, für mich bist du wertvoll!“

...sagt Holger Brandenburg, Vorsitzender des Vereins UNSICHTBAR, zu einem Mann vielleicht Mitte 50 oder Anfang 60, etwas hager, obdachlos, der in dieser frostkalten Nacht um kurz nach 23 Uhr auf dem Hagener Bahnhofsvorplatz steht. Die grüne, leicht wattierte Jacke des Mannes lässt mich schon beim Anblick frieren. Ich begleite Holger Brandenburg in dieser Nacht.

Holger Brandenburg und die anderen Ehrenamtlichen vom Verein UNSICHTBAR fahren jede Nacht mit ihrem voll ausgestatteten Kleintransporter mit Essen, Kleidung, Hygieneartikeln und Winterschlafsäcken verschiedene Brennpunkte in Hagen und Umgebung an, um genau solchen Menschen in ihrer Not zu helfen. Der obdachlose Mann erzählt davon, dass er mal einen festen Job gehabt habe, dann aber wegen Schulden erst seine Wohnung, dann seine Arbeit und schließlich seine Selbstachtung verloren habe. Es tue ihm gut, dass jemand da sei, wie

Es begann vor elf Jahren

„Meine Initialzündung zur Gründung des Vereins liegt elf Jahre zurück. Ich kam in einer eiskalten Nacht am Essener Bahnhof an, als ich einem Obdachlosen begegnete, der äußerst leicht bekleidet war und sichtbar fro.“ Holger Brandenburg fuhr nach Hause, holte eine Decke, eine Thermoskanne mit warmem Wasser und Kaffeepulver und fuhr zurück zum Bahnhof. Die Decke bekam der frierende Mann, der sie kommentarlos entgegennahm. „Ein Dankeschön hätte ich zumindest erwartet“, brummelt Brandenburg, „darum habe ich laut geschimpft und mit einem anderen Obdachlosen gesprochen und ihm den Kaffee angeboten.“ Aus Versehen hatte er jedoch kaltes Wasser in die Thermoskanne gefüllt. Der andere bedankte sich dennoch: „Egal, Hauptsache, du hast mir zugehört.“ Zurück und vorbei an dem Mann mit der Decke. Der sagte zu ihm: „Man muss nicht danke sagen. Guck mich an. Auch die Augen reden!“

„Was wir machen, ist der Versuch, diese Menschen durch die Nacht zu bringen, nicht nur im Winter, wenn es kalt ist, sondern auch im Sommer, wenn es heiß ist und die Gefahr besteht zu verdursten“, erklärt Brandenburg. „An die Kälte sind sie meist gut angepasst.“ Die Versorgung mit dem Nötigsten und einem guten Gespräch sieht Brandenburg als sein Freundschaftsgeschenk: „Wir wollen Hilfe zur Selbsthilfe geben und vermeiden jegliche Form von Abhängigkeit und ungefragter Beratung.“



TOM, die Tasche für obdachlose Menschen mit Unterwäsche, Socken, Hygieneartikeln

Herr Brandenburg, der zuhört und für ihn da sei. „Auf diese Idee bin ich gekommen, weil mir meine Oma beigebracht hat, dass, wenn man Not sieht, uneigennützig und ohne Vorurteile handeln muss“, sagt Brandenburg. Seine Großmutter war nach dem Zweiten Weltkrieg aus dem Osten Deutschlands in den Westen geflohen, hatte alles zurücklassen müssen und das Elend eines Menschen, der nichts mehr hat, am eigenen Leib gespürt.



Holger Brandenburg

Der Verein UNSICHTBAR besteht seit 2015, finanziert sich ausschließlich von Spenden, hat etwa 40 Mitglieder, davon 14 aktive, die mit den beiden voll ausgestatteten Fahrzeugen in die Nacht fahren, die Autos waschen und aus dem Lager bestücken. Holger Brandenburg und seine Vorstandskollegin Beate Wachsmann kümmern sich als Vereinsvorsitzende zusätzlich um Kontakte zu Feuerwehr, Polizei und Stadt, um Sponsoring und Vorträge, um Spenden einzuholen

UNSICHTBAR und UNSICHTBÄR

Außerdem können Menschen, die aus den unterschiedlichsten Gründen auf Hilfe angewiesen sind, auf Unterstützung rechnen. Ein Anruf genügt und UNSICHTBAR hilft, manchmal mit Worten, manchmal mit Taten. Seit 2021 gibt es außerdem noch den Vereinszweig UNSICHTBÄR. Die Ehrenamtlichen unterstützen hier bedürftige Familien und Alleinerziehende, übernehmen Eintrittsgelder für Kino, Theater, Zoo, sportliche Aktivitäten und vieles andere mehr, die sich die Familien ansonsten nicht leisten könnten. Ein paar schöne Stunden sollen auch die Kinder, die in Armut leben, haben können.

„Helfen macht Spaß“, sagt Holger Brandenburg voller Überzeugung. Ich frage ihn, wie ich mit den Menschen umgehen soll, die betteln, welche ich gerade am Kölner Hauptbahnhof in erschreckender Zahl erlebt habe. Vorbeigehen macht immer ein klammes Gefühl: Muss ich helfen oder werde ich ausgenutzt? Es gibt so viele Berichte über Drückerbanden, die Menschen aus Südosteuropa einschleppen und gnadenlos ausbeuten. „Nimm einen für dich akzeptablen Betrag in 50-Cent-Münzen, die verteilst du. Wenn dieser Betrag verbraucht ist, gibst du nichts mehr. Du hast geholfen, aber du musst dich nicht verausgaben. Wenn ein Obdachloser längere Zeit auf einer Decke auf einem Platz sitzt und Geld sammelt, gehe zu ihm hin und sprich mit ihm. Wenn er dich ansieht und zu erkennen gibt, dass er sich freut, dass ein Mensch mit ihm spricht, ist das ein relativ sicheres Zeichen, dass er für sich allein bettelt. Kommt keine Reaktion, kannst du davon ausgehen, dass hinter ihm eine Drückerbande steht. Nie solltest du ihm

anbieten für ihn Essen oder Trinken zu besorgen. Das ist Entmündigung. Auch wenn er dein Geld für deiner Meinung nach Sinnloses ausgibt, es ist seine Entscheidung!“

Wir treffen noch einige Menschen, die in dieser Nacht keine Wohnung haben – die Frau, die sich in den beheizten Raum mit den Bankautomaten gesetzt hat, um der Kälte auszuweichen, den jungen Mann, der ein bisschen aufgebracht sich warme Schuhe geben lässt, den Mann, der kein Deutsch spricht, aber dankbar für ein warmes Essen ist, einen Verletzten, der sich nicht helfen lassen will.

Weitere Informationen gibt es auf der Internetseite des Vereins. www.unsichtbar-ev.de

Der Verein sucht eine neue Lagerhalle zur Miete oder zum Kauf. Gut wäre ein nicht mehr genutztes Firmengebäude mit einem großen Lager, einem Büro und einem Konferenzraum. Der Verein würde sich auch über weitere ehrenamtliche Mitarbeiter freuen.

Wer einen Vortrag von Holger Brandenburg buchen möchte, kann sich an sein Büro wenden:

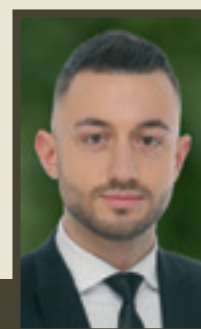
**Holger Brandenburg,
Heilenbeckerstr. 372,
58256 Ennepetal**

BESTATTUNGEN Scherbarth

... von Mensch zu Mensch



Uwe Scherbarth
Bestatter



Jonas Witzel
Inhaber

Bestattungen Scherbarth
Herdecker Bach 14
58313 Herdecke

02330 888 00 53

PARGMANN Bestattungen
Lindenstraße 19
58089 Hagen

02331 30 15 21

Bestattungsvorsorge

Wir beraten Sie kostenfrei und unverbindlich!

info@bestattungen-scherbarth.de
www.bestattungen-scherbarth.de

Text und Foto: Brigitte Wienkötter

„Es geht um Menschen, nicht um Kulturen“

Fadma El Bouzidi überwand ihre Trauer, indem sie Gutes für ihre Mitmenschen tut

Im letzten August berichtete die Westfalenpost im Rahmen der Sommerreihe „Menschen, die Hagen guttun“ über Fadma El Bouzidi und ihr Projekt einer eigenen Charity-Bäckerei mit kleinem Café in Boelerheide. Ich habe im Januar Fadma El Bouzidi besucht, um zu fragen, wie es ihrem Projekt zwischenzeitlich ergangen ist.

Die Vorgeschichte:

Nach dem Tod ihrer Mutter und Schwester, der Fadma sehr getroffen hat, hörte sie durch eine Bekannte von der „Tuisa-hilft“ Stiftung. Sie trat mit dem Verein in Kontakt, um ihren Schmerz und Verlust zu bewältigen, indem sie anderen Hilfsbedürftigen Beistand zukommen ließ – ehrenamtlich zugunsten der Stiftung.

Sie setzte ihr Hobby – Kochen, Backen, Zubereiten und Dekorieren – in Tatkraft um und begann, mit Hilfe der Stiftung, mit einem Waffelstand an verschiedenen Wochenmärkten und Veranstaltungen. Der Erlös wurde gespendet. Bald erhielt sie – bekannt mittlerweile durch Whats App und Instagram – andere Aufträge für Vereinsfeste, Kultur- und Sportvereine: Fingerfood-Platten, herzhaft oder süße Teilchen oder selbstgemachte Torten. Das Jobcenter trat an sie heran – sie erhielt einen Auftrag über ein Buffet für 100 Personen. 2021 versorgte sie eine Feierlichkeit für viele Helfer nach der Flut.

Leckereien für den guten Zweck

Hilfe erhielt sie durch einen großen Familien- und Bekanntenkreis. Sie kümmerte sich stets um Sponsoren und fand sie im Ortsteil. Ihre Begeisterung war ansteckend. Auch ihr Mann beteiligt sich, wenn seine Tätigkeit als Chemielaborant es zulässt. Die beiden haben sieben Kinder. Kennengelernt habe ich Younes und Mohammed – genannt Mo. (- s. Foto.) Ende des Jahres 2024 wurden in der Grimmestraße die Räume des ehemaligen Heide-Cafés frei. Fadma trat an den Vermieter heran, um ihren Traum vom eigenen Café zu verwirklichen. Der Vermieter war wohlwollend interessiert. Miete, Strom und sonstige Kosten übernahm die Stiftung. Fadma stellte ihre Arbeitskraft und Kreativität kostenlos zur Verfügung.

So entstand „Cook`n Care“. Die Sponsoren beteiligten sich weiterhin an den Kosten für alle benötigten Zutaten. Freundinnen, Bekannte und Familie halfen beim Vor- und Zubereiten. Eine Bäckerei spendete Kuchen, Gebäckteile, Brot und Brötchen. Das kleine Café hat vier Tische und im Sommer 2025 auch kleine Bistrotische draußen. Das Sortiment – kleine Mittagsspeisen, eine Suppe oder klei-

ne herzhaft Snacks und Quiches – sind Fadmas Werk. Wohlgemerkt – alles wurde gegen eine Spende, nicht gegen Bezahlung abgegeben.

Trotz Enttäuschungen – Fadma macht weiter

Doch nicht nur die schönen Erfahrungen wurden mehr – auch die Enttäuschungen über nicht wenige Personen, die diese Maßnahme ausnutzten. Fadma berichtet über einen Kunden, der für ein ganzes Blech Käsekuchen 1 Euro gab. Dagegen konnte sie nichts tun – es waren ja Spenden. Ein anderer Kunde spendete für ein 80 Personen-Buffet 50 Euro. Einmal wurde ihr sogar die Spendenkasse gestohlen. Mehrere ähnliche Vorfälle bewogen sogar die Sponsoren, ihr zu raten, auf diese Art und Weise nicht mehr tätig zu sein. Jetzt hat sie ein Gewerbe bei der Stadt Hagen angemeldet, das auf ihren ältesten Sohn Younes-Mahjoub läuft, der ihr sowieso tatkräftig hilft.



Fadma mit zwei ihrer Söhne.

Das Café heißt jetzt „Fadmas Café“, weil sie nach wie vor die Seele des Projekts ist. Jeden Tag wird alles frisch zubereitet. Bezahlt wird wie in jedem anderen Café. Spenden kann man immer noch freiwillig. Wenn am Nachmittag noch Speisen übrig sind, werden diese mit der App „to good to go“ ab 17 h preiswerter abgegeben – mit guter Nachfrage.

Fadma hat sich ihre eigene Therapie aus niederdrückenden Schicksalsschlägen geschaffen und wieder Lebensfreude und Aktivität gewonnen. Ein wenig enttäuscht zeigt sie sich jedoch von einigen Nachbarn, die sie ihre Abneigung gegen „Ausländer“ spüren lassen. Sie hat die deutsche Staatsbürgerschaft.

Dennoch behält sie ihre Fröhlichkeit ist – sie ist ein Teil ihres Naturells neben großer Menschenliebe. Ihr Motto: „Es geht um Menschen, nicht um Kulturen“.



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

Text und Foto: Sigrun Dechêne

Kunst für Jung...

Die Malkinder von Sigrun Dechêne

Unser Team-Mitglied Sigrun Dechêne bereichert unsere Zeitung oft mit ihren Zeichnungen. Und sie schenkt ihre Zeit und ihren Kunstverstand seit einigen Jahren Kindern – ihren Malkindern. Hier erzählt sie, wie es dazu gekommen ist:

Mit Tahmina kam ich als Nachbarin oft ins Gespräch. Sie war mit ihrem Mann und einem Kleinkind auf gefährlichen Wegen aus Afghanistan geflohen und schließlich in Hagen gelandet. „Meine Älteste malt gerne“, verriet sie mir eines Tages.

Am nächsten Tag war Zakia, 12 Jahre alt, bei mir. Mit weichem Bleistift zeichneten wir Blumen, Tiere und Gesichter. Dabei erzählte Zakia von ihren Lieblingsfächern auf der Ricarda, ich zeigte ihr meine Skizzen aus der damaligen Schülerzeitung der Ricarda: „spektrum“ von 1960. Beim nächsten Mal experimentierten wir mit Finelinern und Tuschefedern, dann mit Wasserfarben.

Irgendwann fragte Zakia, ob ihre kleine Schwester mitkommen könnte. Mina, acht Jahre, male auch gerne. Schließlich wollte auch der kleine Bruder, sechs Jahre, dabei sein. Jetzt probierte ich es zunächst mit Malspielen. Das machte allen großen Spaß. Mit ausrangierten Hemden geschützt machten wir schließlich einen Versuch mit Acrylfarben – es entstanden tolle abstrakte Kunstwerke im Miniformat. Sie hängen jetzt zuhause an der Wand.

Ein Memoryspiel mit berühmten Bildern aus der Kunstgeschichte rundete die Malstunden von nun an ab. Auch die Besuche im Karl-Ernst-Osthaus-Museum mit einem Schachspiel bei Sigurd Sigurdsson, Besichtigung der Ausstellungen und eigenen Kritzeleien in der Mal-Ecke im Keller gehörten zu unseren Mal Events. Inzwischen sind nur noch die zwei Mädels malbegeistert. In einer großen Kunstmappe sammeln sie ihre vielen Bilder. Wir freuen uns gemeinsam über unsere Produkte. Vielleicht ist mal ein Titelbild für JungesAltesHagen dabei...?



Die Malkinder Zakia, Mina und ihr Bruder.



Eine Kollage von Mina



Eine Kollage von Zakia

Text: Ruth Sauerwein

... und Alt

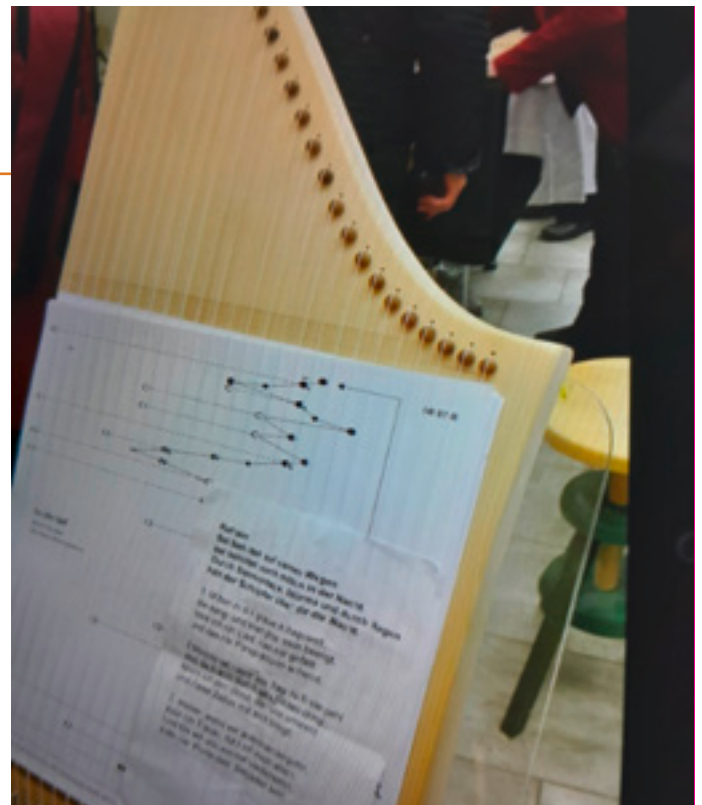
Musizieren nach Zahlen

Christian Veeh entwickelte Ende Der 80er Jahre die Tischharfe für seinen Sohn, der an Trisomie 21 (Down Syndrom) litt. Sie ist ein Zupfinstrument, das ohne Notenkenntnisse erlernt werden kann und hat einen schönen Klang. Es ist gut für alle Altersklassen geeignet, sehr gut auch für Seniorinnen und Senioren.

Die Tischharfe wird mit Unterlegnoten gespielt. Eine Gruppe der Max-Reger-Musikschule trifft sich dienstags um 10:45 bis 11:45 Uhr im Werner Ruberg Haus, einer Seniorenwohnanlage in der Bergstraße 83 (im ehemaligen Willy-Weyer-Bad). Die Leitung hat Frau Christiane Voth (Musikpädagogin und Harfenistin). Die erste Stunde ist kostenlos, die monatliche Kursgebühr beträgt 35 Euro. Die Gruppe freut sich auf neue Mitspieler/innen.

Das Spielen lässt sich leicht erlernen, man braucht keine Notenkenntnisse und hat schnell Erfolgserlebnisse. Die Tischharfe hat einen schönen Klang, sie eignet sich auch für besinnliche Stunden zuhause. Sie kann das Leben bereichern.

Für Interessierte findet am 13. Juni ein Schnupperworkshop für Tischharfen statt in der Max-Reger-Musikschule, Dödterstr.10 von 10 Uhr – 13 Uhr, Kosten: 12 Euro. Auskunft erteilen Frau Voth 0201 2487419 oder Frau Feldhaus 0173 2034024



Eine Tischharfe. Sie eignet sich gut für Seniorinnen und Senioren.



„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

Text: Ruth Sauerwein, Zeichnung: Sigrun Dechêne

Christel (75) gibt nicht auf

Es ist nicht immer das Alter

Sie können nur noch langsam gehen, ja, schlurfen etwas dabei, weil Sie sich unsicher fühlen, Sie haben eine Gangstörung? Sie leiden unter Schwindel? Sie fallen oft hin ohne ersichtlichen Grund? Denken Sie dann: Ich bin eben alt, das muss ich so hinnehmen? Dann sollten Sie diese Geschichte lesen, denn dahinter kann sich etwas ganz anderes verbergen.

Christel hat das alles hinter sich. Oft genug hat sie den Notruf gedrückt, damit die Helfer vom Rettungsdienst sie wieder hochheben konnten. Oft endete der Sturz mit einer Einlieferung ins Krankenhaus. Bei einem besonders schweren Sturz zog sie sich einen Oberschenkelbruch zu. Den Haushalt und die Einkäufe sowie Hilfe beim Duschen übernahmen Freundinnen. Einladungen nahm sie kaum noch an. Ihre Lebensqualität litt beträchtlich. **Manchmal wollte sie nicht mehr leben.** Da sie auch seit sieben bis acht Jahren an Polyneuropathie in den Füßen leidet, hielt sie ihr Schicksal mehr oder weniger für besiegelt. Besonders, da ihre Hausärztin meinte: „Sie haben sich durch diese Erkrankung diesen Gang angewöhnt.“ Ihr Neurologe meinte bei einem Besuch: „Ihre Polyneuropathie hat sich nicht verschlechtert, Sie sind nur ängstlich beim Laufen.“ Und darauf sie: „Und warum geht es mir dann immer schlechter, ich kann bald nicht mehr. Kann es sein, dass alles vom Kopf herkommt?“ Seine Antwort: „Ja gut, dann lassen wir mal ein MRT von Ihrem Kopf machen.“

Das MRT brachte die Wende

Diese Überweisung brachte für Christel die Wende. In der Praxis sagte ihr der Radiologe: „Sie müssen sofort von einem Neurochirurgen operiert werden. Sie haben einen Hydrocephalus (Wasserkopf). Ihr Gehirnwasser läuft nicht mehr richtig ab. Leiden Sie auch an Inkontinenz?“

Die Behandlung erfolgte in der Neurochirurgie. In ihrer Schädeldecke sitzt jetzt ein kleines Gerät, ein sogenannter Shunt.

Von dort führt unter der Haut ein Schlauch hinter dem Ohr und am Hals entlang in den Bauchraum. Die Operation ist jetzt ein gutes Jahr her.

Es folgten eine Vorreha in der Geriatrie des Josef Hospitals und eine ausgiebige Reha in Bad Oeynhausen. Insgesamt haben sich ihr Gesundheitszustand und ihre Lebensqualität deutlich verbessert. „Ich kann wieder selbst einkaufen, spazieren gehen, mit Bus und Bahn fahren, alles natürlich mit Rollator, aber mit ganz anderem Schrittbild. Ich tripple und schlurfe nicht mehr. Ich habe ein zweites Leben.“

Das Leben macht wieder Spaß.“

Eine Botschaft ist Christel ganz besonders wichtig: Im Zuge der Nachuntersuchungen sagte ihr Arzt, dass zu viel Hirnwasser die Entwicklung von Demenz begünstigen kann. Die Krankheit baut sich langsam auf. Wer ähnliche Symptome an sich entdeckt, sollte bei seinem Arzt auch diese Möglichkeit ansprechen. Es ist nicht immer nur das Alter. Im Internet gibt es viele interessante Informationen zum Thema. ■



Jetzt schon dran denken.

Um nicht mehr dran denken zu müssen.

Mit uns sorgen Sie für Ihre Bestattung vor.

Und entlasten damit sich und die,
die Ihnen wichtig sind.

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: Ruth Sauerwein

Demenzsprechstunde im Volme Forum

Ein neues Angebot der Pflege- und Wohnberatung

Ab März bietet die Wohn- und Pflegeberatung jeden letzten Donnerstag im Monat von 14 Uhr bis 16 Uhr eine offene Sprechstunde für Betroffene und ihre Angehörigen an. Es geht um Informationen zu Therapieangeboten, Alltagsorganisation oder auch rechtliche Fragen. Die Beratung soll helfen, Zugang zu unterstützenden Angeboten zu finden. Wer außerhalb der Sprechstunde Hilfe und Beratung benötigt, kann bei Frau Brenscheid anrufen, Tel.: 02331-204 3077.



Caritas Tagespflege am Haus St. Martin
Sich in Gemeinschaft wohlfühlen und etwas erleben

Fontaneweg 30, 58099 Hagen
Tel.: 02331/6917800
www.caritas-hagen.de

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

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: Ellen Steinbach

Am Meer ist es schön...

Erinnerung an die Zeit der Kinderkuren

Es sollen schöne sechs Wochen am Meer werden – das versprechen die Eltern ihren Kindern. Die Kinderkur an der Nordsee soll ihnen guttun, ihre Gesundheit stärken. Sie haben das Angebot für ihre Kinder dankbar angenommen. Aber für viele Kinder begannen damit schlimme Zeiten. Davon handelt dieser Roman.

„Am Meer ist es schön“ - dieser Satz war notwendig, wenn die Karte oder der Brief für die Eltern zu Hause die Zensur durch die „Betreuerinnen“ passieren sollte.

Auf gar keinen Fall durfte etwas von dem in die Post, was die Kinder täglich im Kurheim erleben mussten. Viele Betreuerinnen waren von den Wertevorstellungen aus der Nazizeit geprägt, die von Kindern vor allem Gehorsam und Unterordnung forderten. Da wo Macht ist, ist Machtmissbrauch oft nicht weit.

Inzwischen ist bekannt, dass in vielen der Kinderkurheime bis in diese Zeit Erziehungsmethoden angewandt wurden, über die wir heute den Kopf schütteln.

Die Erlebnisse wurden den Kindern zu Hause oft nicht geglaubt: die Eltern waren ja der festen Überzeugung, dass sie ihren Kindern etwas Gutes getan hatten.

Der Roman erzählt die Geschichte und das Erleben einiger Kinder Ende der 1960er Jahre. Die kleinen Kurgäste sind für immer geprägt worden, wenn sie nicht sogar seelische Verletzungen davongetragen haben. In dem Roman löst sich der Knoten nach vielen Jahren und Sichtweisen ändern sich.

Barbara Leciejewski schafft es, ein Bild dieser Zeit zu zeichnen und es in der Jetztzeit positiv aufzulösen. Eine berührende und gleichzeitig spannende Lebensgeschichte. Egal wieviel davon Recherche, Biografie oder Fantasie ist.

Interessant sich mit dem schönen Meer mal anders zu beschäftigen.

Am Meer ist es schön, Barbara Leciejewski,
Verlag Paul List Verlag
Preis 22,99 Euro
Auch als Hörbuch erhältlich



B D B DR. BÄCKER • DR. DOHNAU
NOTAR • RECHTSANWÄLTE • FACHANWÄLTE • STEUERBERATUNG



- Testamente
- Nachfolgestaltungen
- 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 Fotos: Mechtild Twickel

Mit 71 vor die Kamera

Um 4 Uhr morgens auf Kommando lächeln? Nicht so einfach!

Es war wie immer Heiligabend: Freunde treffen, singen, lecker essen und vom vergangenen Jahr erzählen. „Niki, was macht dein Filmstudium in Berlin?“ „Ich drehe eine Kurzfilmtrilogie zum Potsdamer Platz. Nun fehlt noch eine Seniorin für den Film `Staatsbibliothek`“. Der Funke zündete sofort. „Hier bin ich!“ Ich im Rollstuhl in der Berliner Bibliothek. „Echt? Du passt total. Dieses Strahlen jetzt auf deinem Gesicht, das ist genau, was ich suche.“ Mit 71 Jahren noch einmal einen Traum erfüllen, so unverhofft.



Vorbereitung auf den Dreh

Ich habe es immer geliebt Theater zu spielen. In einem solchen Setting zu spielen, das war Neuland. Das war Hochspannung. Am 15. Januar war Drehtag, ab 22 Uhr. Zeit genug, das Gebäude zu erkunden, das Licht, die Atmosphäre zu erspüren. Drehort war die Staatsbibliothek an der Potsdamer Straße 33. Dieser faszinierende Bau des Architekten Hans Scharoun, fertiggestellt 1978, ist spätestens berühmt durch die Dreharbeiten zu Wim Wenders Film „Der Himmel über Berlin“. Beim Betreten des Lesesaals ist man direkt gefangen von der konzentrierten Stille. Klare Linien von Tischreihen, Regalwänden und Säulen strukturieren die Flächen, die Raumhöhe wird unterteilt durch verschiedene Balkone und Ebenen. An langen Tischreihen sitzen vor fast jeder Leselampe Studierende, in Bücher oder Laptops vertieft. Das Licht ist spärlich, bedeckt, gezielt auf Arbeitsplätze und Buchrücken. Nur durch die hohe Fensterfront dringt das Außen ein und taucht den Lesesaal in das wetterbedingte Licht.

Nach vier Drehs ist der Regisseur zufrieden

Während die letzten Besucher nach draußen strebten, fand sich das Filmteam um 22 Uhr im Lesesaal ein. Aus dem Fundus und unserer privaten Garderobe stellten Regisseur und Kostümverantwortliche unser Outfit zusam-

men. Gedeckte Farben mit viel Aufmerksamkeit für Details. Nächster Schritt: Sound. Zwei Techniker verkabelten uns, Tonproben, flüstern ohne Stimme. Lichteinstellung: Kamerafrau, drei Assistenten, Abdeckung des Hintergrunds in schwarz oder weiß, Zusatzbeleuchtung mit Neonröhren, Abgleichung des Lichts mit Farbpaletten, Einstellung der Kamera. Für mich ein Zauberwerk mit unverständlichen Hieroglyphen. So viele MitarbeiterInnen, ein eingespieltes Team, kooperativ, wohlwollend, geduldig.

Und der Filmdreh? Szene zwischen zwei Regalwänden, Fahrt ins Bild im Rollstuhl, ein Buch vom Schoß nehmen, ins Regal stellen, im Rollstuhl drehen, dabei Thea entdecken, die von der Regalwand versteckt auf dem Boden hockt, stimmlos mit ihr flüstern, sie zu einem Durchlass locken. Ihre Arme strecken sich zum Rollstuhl und ziehen mich rückwärts aus dem Bild. Das probten wir, Stück für Stück, mindestens sieben Mal, dann „Film ab“, „silence, sound“, „O.k.“, „action“, innerlich bis drei zählen, spielen. Vier Drehs, dann war der Regisseur zufrieden.

Um 4 Uhr morgens dann das Meisterstück

Mein „Meisterstück“ sollte mein Strahlen übers ganze Gesicht werden beim Ausblick über die ganze Weite der Bibliothek und dann in die Augen von Thea. Und das sieben- bis zehnmals hintereinander, morgens um 4.00 Uhr. Um diese Uhrzeit habe ich noch nie gestrahlt, schon gar nicht auf Kommando. Das arme Team, alle waren so müde und allmählich erschöpft, aber der Regisseur ließ nicht locker und machte die waghalsigsten Verrenkungen über die Balustrade, um mein Strahlen hervorzulocken. Manchmal klappte es, manchmal wurde ich aber gerade da verdeckt. Spätestens da wurde klar: Ich bin keine Profischauspielerin. Und trotzdem hoffe ich, dass sich aus dem Material etwas Gutes zusammenschneiden lässt.

Ich bin so gespannt auf das Ergebnis. Noch kenne ich gar nicht den genauen Zusammenhang des Films. Aber wie auch immer, ich weiß: Dieses Erlebnis war ein Highlight meines Alters. Ich bin absolut dankbar und strahle übers ganze Gesicht, ohne Kommando.



Letzte Absprachen zwischen den Regalen

Text und Foto: Norbert Stucken

Der Garten als Naturoase

Ein biologischer Garten sorgt für Artenvielfalt

Jetzt können wir uns auf die Gartenzeit freuen. Norbert Stucken ist begeisterter Gärtner, vor allem hängt sein Herz an naturbelassenen Gärten. Hier einige seiner Anregungen für viel Natur und Artenvielfalt im Garten.

Grundlagen für einen biologischen Garten

Grundlage für einen biologischen Garten ist die Verarbeitung von hochwertigem Kompost, da ich völlig auf Kunstdünger verzichte. Bestenfalls könnte ich noch organische Stoffe wie Knochenmehl, Hornspäne, Blutmehl oder Tiergülle verwenden. Vor der Winterzeit kann ich den freien Boden noch mit einer stickstoffsammelnden Pflanze (Physalis) einsäen.

Der biologisch geführte Garten

Weiter geht es mit dem biologisch geführten Garten. Auch hier kann man wieder Unterschiede in der Bewirtschaftung machen. Einmal lasse ich die Natur wachsen und fülle sie etwas mit Wildpflanzen an, um Insekten oder andere Kleintiere

zu beheimaten, oder ich steuere den Bewuchs mit heimischen Gewächsen wie Gemüse oder heimischen Wildlingen. Bei Wildlingen jedenfalls kommen immer nur Naturdünger oder Komposte in Frage.

Der Biogarten

Der „Biogarten“ bezieht sich auf Kräuter für Insekten und Schmetterlinge verschiedener Arten. Da ist zum Beispiel die Tollkirsche, die sehr giftig ist, oder auch der Braunwurz für die Raupen der Nachtfalter. Ast- oder Zweighaufen legt man für Vögel an. Es sind herrliche Verstecke oder auch Schlafplätze für Singvögel. Teichanlagen sind für Amphibien gedacht. Können aber auch für Salamander, Frösche und Molche ausgebaut werden oder zur Überwinterung genommen werden. Sehr wichtig sind die verschiedenen Schlupf- oder Versteckungskästen für Insekten oder auch Kleintiere. Zum Beispiel ein umgelegter Tontopf – mit einer Dreiviertelplatte abgedeckt – für Nachtfalter. Eine Steinspirale kann man anlegen, um verschiedene Wildstauden darauf zu kultivieren. Sehr gut passen da auch verschiedene Schneeglöckchen rein.

Es gibt sie in mehreren Sorten. Alles in allem ist ein reiner Wild- und Naturgarten mit Pflanzen versehen, welche die Natur von sich aus hervorbringt und auch in ausreichender Form durch eigene Vermehrung über Samen weiterverbreitet.

Der biologische Nutzgarten

Ein wenig anders ist dann der biologische Garten, welcher nur mit Kompost oder Naturdünger aufgearbeitet wird. Dieser wird dann in erster Linie für den Gemüseanbau verwendet. Das heißt, ich säe und ernte nur auf Böden, welche nur rein biologisch aufgebaut sind und auch so bewirtschaftet sind. Also kommt hier in erster Linie die Hacke, Harke, Gabel oder der Kratzer zum Einsatz. Während in dem zuerst beschriebenen Garten alles wächst, wie es will, werden hier zwischen den Reihen die „Wildkräuter“ entfernt. Das Begießen der Pflanzen sollte mit Regenwasser erfolgen. Selbst Pflanzenschutz soll oder muss biologisch sein. Angepflanzte Obstbäume wie Apfel, Kirsche, Birne oder Quitte werden gegen Krankheitsbefall biologisch behandelt.



Blick in einen biologischen Garten, der Vielfalt ermöglicht.

Foto: ©unsplash; stacy



Diakonie Mark-Ruhr

Pflege und Wohnen
Ev. Pflegedienste Mark-Ruhr

Wohnen im Alter | Kurzzeitpflege
Alten- & Krankenpflege
Dauerpflege | Betreutes Wohnen
Pflegerberatung | 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 | **Pflegerberatung**
Tel. 02331 3520850 | 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

Bodenschwingh-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.

Im Notfall
keine Zeit
verlieren

 **Malteser**
...weil Nähe zählt.



**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

Nutzen Sie unsere Online-Terminbuchung!

Jetzt anrufen und informieren:
0800 9966010
(Mo-Fr von 8-20 Uhr, kostenlos)



malteser.de/hausnotruf

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 - 5 90 35
koettgen-hoerakustik.de

Text und Abb.: Werner Törnig

Schuhkauf Annodazumals

Als Füße noch durchleuchtet wurden

Ein Schuhkauf ist heutzutage eine bequeme und leichte Sache. Am bequemsten geht es mit einer Bestellung im Internet. Deshalb machen sich reine Schuhgeschäfte in den Innenstädten recht rar, auch in Hohenlimburg. Von den einstmals sieben Schuhgeschäften (hier sind aufzuführen die Schuhschäfte Otto Herbst und Hämel/Viehoff in der Innenstadt, Schuhgeschäft Wilhelm Giebel in Oege, Schuhgeschäft Kalle und Jürgensmann in Elsey, Gutjahr in Elsey und das Schuhgeschäft Heinrich Törnig am Lenneufer in der Nahmer) sind wenige übrig geblieben. Dieser Beitrag erinnert an eine Zeit, als Füße mit Röntgenstrahlen durchleuchtet wurden



Ein durchleuchteter Fuß

In das damalige Hohenlimburger Schuhhaus Otto Herbst in der Herrenstraße (heute Sport Elhaus) ging ich als Kind recht gern. In der Mitte des Verkaufsraums war auf einem hohen Sockel ein großes Comic-Buch mit „Lurchi-Szenen“ aufgebaut und ich durfte den angenehmen Geruch von Leder wahrnehmen. Am Eingang zum Schuhlager gab es einen großen hohen schwarzen Wunderkasten zu sehen. Auf Anweisung des freundlichen Herrn Herbst, welcher sich zum Empfang der Kunden zumeist im Eingangsbereich aufhielt, wurden ich und meine Eltern sogleich von einer Verkäuferin betreut.

Sogleich wurde nun eine ansehnliche Auswahl von Schuhen in den verschiedensten Ausführungen präsentiert, so dass die Schuhwahl oftmals schwerfiel. Beim Anprobieren kam zuerst der Gang zu einem großen Spiegel. Dann folgte der obligatorische Gang zu dem „Pedoskopgerät“. Nach der Einschaltung des Gerätes und der Fußführung erfolgte die entsprechende Sichtnahme (durch Kunden und Verkäuferin) der Schuhpassform durch die Sichtöffnungen. (Jedoch wurde diese Reihenfolge, nicht immer so eingehalten.) Da zur damaligen Zeit, die Kunden und das Verkaufspersonal recht viel Zeit in den Schuhkauf investierten, gab es demzufolge mehrere Einsätze mit dem „Pedoskopgerät“.

Alles ohne Schutz vor Röntgenstrahlen

Durch den Einsatz des Pedoskop/Fluoroskop-Geräts verschaffte sich das Schuhhaus Herbst gegenüber den anderen Schuhgeschäften vor Ort einen gewissen Marktvorteil. Das zeigte sich zur Vorweihnachtszeit, denn dann gab es einen besonders starken Kundenansturm. Einen weiteren Vorteil verschaffte sich das Schuhhaus mit dem Verteilen von Comic-Heften an Kinder. Denn beim Kauf von Schuhen wurde den Kindern an der Kasse ein buntes Comic-Heft überreicht.

Wie weit die damalige Art und Weise der Verkaufsberatung mittels Schuh-Fluoroskop/Pedoskopgerät – unter Verzicht von Röntgenschutz – die Gesundheit der Kunden und des Verkaufspersonals beeinträchtigte, lässt sich heute nicht mehr erfassen. (Das Schuhverkaufspersonal müsste damals im Dunkeln geleuchtet haben, so verstrahlt dürften dieses Menschen gewesen sein!) Welch ein Glück, dass nur die Füße geröntgt wurden, ist von den heutigen Radiologen zu hören. Mit modernen Fluoroskopgeräten röntgt man heutzutage allenfalls die Koffer bei der Flugsicherheitsüberwachung.

Bei vielen heimischen Schuhgeschäften erkannte man damals recht schnell das Reklame-Potenzial solcher Apparate, welche rasch Laden und Kassen zum Füllen brachten. Nach einem Verbot in den USA verschwanden zu Anfang der 70er Jahre des vorigen Jahrhunderts die Schuhröntgen-Geräte auch aus den heimischen Schuhgeschäften.



Bis in die 70er Jahre hinein standen diese Geräte in Schuhgeschäften

Text: Peter Rische, Zeichnung: Sigrun Dechêne

Dattel zieht um

Hallo, da bin ich wieder, Euer Dattel. Seit einiger Zeit lebe ich jetzt bei Peter. Die Wohnung von Mama Alex haben unser Vermieter und ihr Bruder ausgeräumt, alle Möbel sind weg, vor allem das Sofa, auf dem ich immer so gerne gelegen und mit Mama gekuschelt habe. Leider hat Onkel Markus auch mein Häuschen weggeworfen, das hat mich schwer gekränkt.

Aber Peter hat mich schnell in seine Wohnung geholt. Er hat meinen Kratzbaum mitgenommen, meinen Schlafstuhl aus dem Wohnzimmer und meine Spielsachen. Und natürlich mein Katzenklo, damit ich bei Regenwetter meine Geschäfte nicht draußen im Nassen abwickeln muss. Und was **gaaanz** wichtig ist: meine Futternäpfe und meine Sheba-Vorräte. Das habe ich dann in meinem neuen Zuhause als erstes gelernt, wo meine Futterschalen stehen. Schließlich brauche ich jeden Tag meine Rationen, aber Peter füllt immer wieder nach, wie sich das für einen ordentlichen Gastgeber gehört. Obwohl - „Gast“ im eigentlichen Sinn bin ich ja nicht. Peter sagt mir immer, ich darf überall in seiner Wohnung herumstreunen und mich überall hinlegen, um ein Nickerchen zu machen. Immerhin ist seine Wohnung jetzt mein Zuhause, und ich war ja immer schon gerne bei ihm.

(Anm. des Verfassers: während ich diese Zeilen schreibe, tappst Dattel gerade über die Tastatur und löst Funktionen aus, die ich bis dato noch nie gesehen habe. Aber er ist nun mal sehr neugierig. So stehen mir sicher noch einige Überraschungen bevor bei seinen Streifzügen durch sein neues Heim.)

Auf Entdeckungstour im neuen Heim

Und so probiere ich immer neue Orte aus, an denen ich ein Schläfchen machen kann. Mal auf meinem Stuhl, dann auf dem Sofa, dann auf der Eckbank. Unser Vermieter hat zwar ein Loch in die Wand gebohrt und eine Röhre mit Klappen eingesetzt, durch die ich gehen soll. Aber so richtig traue ich dem Braten noch nicht, und so lasse ich mir lieber von Peter die Tür öffnen, wenn ich nach draußen will. Er macht dann das Küchenfenster auf, so dass ich jederzeit wieder

ins Haus kann. Und nachts, wenn er schläft, gehe ich dann auch durchs Fenster nach draußen.

Leider geht Peter jeden Abend in sein Bett und bleibt nicht die ganze Nacht wach, so wie Mama Alex. Die hat dann immer mit mir gespielt, aber man kann wohl nicht alles haben. Immerhin legt sich Peter tagsüber manchmal zu mir aufs Bett und krault mich. Er bürstet und kämmt mich auch, so wie ich es gewohnt bin, aber manchmal habe ich mittendrin keine Lust mehr, dann wehre ich Peters Hand mit der Bürste ab.

Im Großen und Ganzen geht es mir aber gut, ich musste ja nur die Wohnung wechseln, aber das war nicht so schlimm, denn ich war ja schon sehr oft in Peters Wohnung. Ich bekomme mein Futter, mein Fell wird gepflegt, und ich werde regelmäßig gestreichelt, wenn mir danach ist. Nur mit dem Toben klappt es noch nicht zu meiner Zufriedenheit, vor allem in der Nacht bis zum frühen Morgen muss ich mir irgendwie die Zeit vertreiben.

In einem sind sich Mama Alex und Peter aber gleich: auch Peter freut sich nicht, wenn ich von meinen Ausflügen eine Maus mitbringe. Fast alle nimmt er mir wieder weg, bevor ich richtig damit spielen und sie dann verputzen kann. Ich kann es mir einfach nicht erklären, warum die Menschen nicht wollen, dass ich mir hin und wieder so ein Tierchen mitbringe.

(Anm. Peter: „Hin und wieder? Im Durchschnitt schleppst du jeden zweiten Tag oder besser jede zweite Nacht eine an, und manchmal auch zwei. Aber was rege ich mich auf, du bist halt ein Jäger und kannst nicht anders.“)

Inzwischen habe ich mich eingelebt, und so langsam denke ich auch nicht mehr so oft an Mama Alex. Und beim nächsten Mal erzähle ich euch, wie ich Peter dazu bringe, mir meine Wünsche zu erfüllen. Ihr wisst ja: Hunde haben Herrchen, aber Katzen haben Personal. In diesem Sinne, macht's gut,

Euer Dattel.



Text: Ellen Steinbach

Frühling...

...ist ein immer wieder erwartetes Gefühl,
bis dahin sind die Temperaturen meist kühl,
aber dann
fangen die Vögel zu singen an,
gräbt sich aus dem Erdreich,
ein Blatt, ein Stängel Wunder gleich,
Winterlinge, Krokusse, Schneeglöckchen,
auch Osterglocken stecken ihre Köpfchen

der Sonne entgegen,
auch an den Büschen und Bäumen wird es sich regen,
Knospen und Blätter schieben sich hervor,
es wird immer lauter der Vögelchor.
All diese langsamen Wachstumsvorgänge
ziehen nicht den Winter in die Länge
sondern bereiten es vor das Gefühl:
Frühling, Sonne auf dem Gesicht, nicht mehr kühl.

miteinander stark



Sparkasse
an Volme und Ruhr



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
VolmeForum
Rathausstr. 11, 58095 Hagen
Telefon: 02331-207 28 86
Fax: 02331-207 20 80

Inhalt


V.i.S.d.P. Ruth Sauerwein,
Volme Forum, Rathausstr. 11, 58095 Hagen
Titel: Blick auf „Ebene 2“ Foto: Michael Kleinrensing,
Bild Veranstaltungskalender (S.27):
@Sid Sun @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: April 2026
Redaktionsschluss: Anfang Februar 2026



Veranstaltungskalender
für Senior*innen
der Stadt Hagen

**April 2026 –
August 2026**

April 2026

Mi. 01.04.

Frühlingsfest des AWO-Ortsvereins Emst-Bissingheim-Remberg

Beginn: 14 Uhr

Kulturhof Emst,

Auf dem Kämpchen 16

Fr. 03.04. (Feiertag) H.:

Ostern steht vor der Tür

Buslinie 512 - 11.26 Uhr

ab Stadtmitte; Wanderung: Brecker-

feld – alte Stadtmauer – Wengeberg

- Breloh. Zurück durch den Grüngürtel

zum geschmückten Jakobusbrunnen

und Jakobuskirche in der Altstadt.

Führung Erich Gatzke

Sa. 04.04. N.:

In Letmathe an der Lenne entlang

RB 91 – 12.42 Uhr ab Hbf

Lenneweg – Letmathe Markt –

Centrum – Letmathe Bhf.

Führung Adele Wever

Sa. 04.04. Se.-Gruppe:

Buslinie CE 52 - 13.45 Uhr

ab Stadtmitte

Vossacker – Karl-Adam-Halle –

Vorhalle-Mitte

Führung Rosemarie Maus

Wichtiger Hinweis

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

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](#).

Mo. 06.04. (Ostermontag) H.:

Rund um Lünen und den Dattel- Hamm - Kanal

RE 4 – 10.27 Uhr ab Hbf,

weiter mit RB 51

Wir wandern vom Schloss Schwans-

bell auf bequemen Uferwegen durch

den Park zur Schlossmühle Büdden-

burg. Auch ein Besuch im Seepark

Lünen könnte ein schöner Abschluss

sein, Wanderzeit ca. 4 Std, Eigenver-

pflung ratsam,

Führung Maria Arnold

Fr. 10.04. 12 Uhr

Heringsstipp-Essen

AWO Ortsverein Emst-Bissingheim-

Remberg

Kulturhof, Auf dem Kämpchen 16

Anmeldung unter 02331-5 70 64

Sa. 11.04. H.:

Von Westhofen zur Hohensyburg

Buslinie 594 - 10.42 Uhr

ab Boele Markt

Die Einzelheiten werden noch

bekannt gegeben.

Führung Erich Gatzke

Sa. 11.04. Se.-Gruppe:

Buslinie 518 - 13.47 Uhr

ab Stadtmitte

Hünenpforte – Hohenlimburg

Führung Marianne Renneke

So. 12.04. N.:

Rundweg im Hülsenbecker Tal

Buslinie 511 – 12.13 Uhr

ab Stadtmitte; Rathaus Altenvoerde

– Willringhausen – Hülsenbecker Tal –

Altenvoerde Mitte

Führung Adele Wever

So. 12.04.

Langschläfer-Frühstück

AWO Emst-Bissingheim-Remberg

Kulturhof Auf dem Kämpchen 16

Anmeldung unter 5 70 64

Seit März bieten Diakonie und Der Paritätische gemeinsam eine neue Veranstaltung im Quartier: Offenes Chorsingen im Quartier. Unter der musikalischen Leitung des Wittener Musikers Helmut Brasse findet an jedem zweiten Montag im Monat von 14:30 - 16:00 Uhr ein gemeinsames Singen statt. Gesungen wird, was Freude macht - von der Musik der Babyboomer über Rock'n' Roll bis hin zum Pop der 70er. Das Angebot richtet sich an alle Menschen aus dem Quartier und darüber hinaus, die Freude am Singen haben- Vorerfahrungen sind nicht erforderlich. Ziel des Angebots ist es, Begegnungen zu schaffen, Gemeinschaft zu stärken und Menschen durch Musik miteinander zu verbinden. Denn: Gemeinsam singen macht glücklich.

Veranstaltungskalender

Mo. 13.04, 14.30 Uhr – 16 Uhr
Chorsingen im Quartier
Paritreff, Bahnhofstr. 41

Mi. 15.04. 14.30 Uhr
Wanderfreunde des SGV Hagen treffen sich zu Kaffee & Klönen
Café Lennebad, Im Klosterkamp 40, Hohenlimburg

Do. 16.04. LeseZeichen e.V.
Biografien von Künstlerinnen und Künstlern
Das Team des LeseTreffs liest zu bestimmten Themen Texte vor und regt zum Gedankenaustausch an. Dauer ca, 1,5 Stunden. In der Pause gibt es Kaffee und Kuchen und Gelegenheit zu Gesprächen. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich, Einlasse: 15.15 Uhr
Stadtteilbücherei Haspe im Torhaus

Do. 16.04
Förderverein HohenlimBuch
Vorlesenachmittag für Seniorinnen und Senioren
Frau Böhl liest aus
„Satiren zur täglichen Katastrophe“
von Ephraim Kishon
15:30 – 16:30 Uhr, Stadtteilbücherei Hohenlimburg, Kaffee und Kuchen zu kleinen Preisen

Sa. 18.04.
Bezirkswanderung der SGV-Abteilung Herdecke
Einzelheiten sind noch nicht bekannt
Anmeldung bis 14.04. bei stellv.
Wanderwartin Adele Wever,
Tel 7 33 07

Sa. 18.04. Se.-Gruppe:
Buslinie 543 - 13.39 Uhr
ab Stadtmitte; **Buschstraße - Lennetal**
Führung Marianne Renneke

So. 19.04. T.:
Unterwegs rund um Herbede
RE 4 – 10.27 Uhr ab Hbf nach Witten,
Weiterfahrt mit Bus
Die Wanderung führt uns zunächst zur Blüte der hohen Nelkenkirsche in Herbede. Anschließend geht es über den Adelssitz Haus Herbede und dem alten Zollhaus zum Kemnader See. Rückfahrt über das historische Blankenstein.
Bitte vorher anmelden!
Erläuterungen und Führung
Rita Steffen

Sa 18. (12 – 18 Uhr) und So. 19.04. (12 – 17 Uhr) Planet Hagen,
Ausstellung der Fotofreunde
AWO Emst-Bissingheim-Remberg
Kulturhof, Auf dem Kämpchen 16

Mo. 20.04. 14.30 – 16.30 Uhr
Montags-Waffel (5,50 Euro)
Anmeldungen bis zum 16.04.
Paritreff Bahnhofstr. 41,
Tel.: 1 34 74, Fax: 2 69 42

Fr. 24.04. T.: **Das Rothäuser Bachtal bei Düsseldorf-Gerresheim**
Treffpunkt Hbf – 10.00 Uhr
Ca. 20 Teiche und Seen begleiten uns auf unserem Rundweg, einem Eldorado der Pflanzen- und Vogelwelt.
Am Schluss noch einige Highlights von Gerresheim,
Wanderstrecke ca. 10 km,
eine Einkehr finden wir sicher.
Führung Monika Hermes

Fr. 24.04.
Stadtteilbücherei Hohenlimburg
Les- und Literaturkreis
Literaturinteressierte jeden Alters diskutieren über Bücher verschiedener Autoren und Kurzgeschichten
18:00 Uhr,
Dauer ca. 90 Minuten, Eintritt frei,
keine Anmeldung erforderlich

Sa. 25.04. H.
Die Geheimnisse um den Marienhof und die Erlebnisse des BUND-Bildungszentrums
Buslinie 510 – 11.08 ab Stadtmitte
Der Marienhof Hagen hat es verdient, bekannter zu werden. Er ist seit Jahren ein Begriff für vielfältige Naturerfahrungen, die Jugendliche und Erwachsene machen können und so ein Engagement entwickeln können z.B. für die Lebewelt der Wildgewässer, der Wildbienen oder Wildkatzen.
Dank einer Führung schlagen wir auch einen Bogen von der Geschichte bis zur aktuellen baulichen Erweiterung und machen natürlich auch Wege durch die Außenanlagen, Weg mittel, ca. 3 km (E optional), wenn möglich Fernglas mitbringen,
Führung Christoph Rossa

Sa. 25.04. Se.-Gruppe:
Buslinie 541 - 12.55 Uhr
ab Stadtmitte; **Wetter - Schiff – Herdecke**
Führung Rosemarie Maus

Mai 2026

Fr. 01.05. N.: **Lyrische Wanderung - Mailied - Goethe und Konsorten**
Treffpunkt 14 Uhr
Haltestelle Felsenstrasse
Der Mai hat LyrikerInnen aller Zeiten inspiriert. Folgen Sie mir auf eine Spurensuche durch die Jahrhunderte. Wir gehen von der Felsenstraße nach Ambrock, Rückkehr per Bus. Dauer 2,5 bis 3 Stunden,
Wanderstrecke ca. 6,5 Kilometer, Erläuterungen und Wanderführung
Markus Liffers

Sa. 02.05. T.: **Von Breckerfeld zur Heilenbecker Talsperre**
Buslinie 84 – 10.19 Uhr ab Stadtmitte
Wir wandern von Breckerfeld über den Jacobsweg zur Heilenbecker Talsperre, Wanderzeit ca. 5 Std, Eigenverpflegung ratsam,
Führung Maria Arnold

Sa. 02.05. Se.-Gruppe:
Buslinie 517 - 13.47 Uhr
ab Stadtmitte; **Elseyer Kirche – Hohenlimburg**
Führung Marianne Renneke

So. 03.05. T.:
Von Vormholz in das Muttental
Abfahrt: RB 40 – 10.16 Uhr ab Hbf, weiter ab Witten Hbf Buslinie 375 - 10.46 Uhr
Wanderstrecke: Herbede – Vormholz – Muttental – Bethaus (Einkehr)
Führung Inge Mutmann

Mo. 04.05. 14.00 – 16.30 Uhr
Vortrag Katastrophen-Vorsorge
Kooperation mit der Diakonie Mark-Ruhr (Katastrophenhilfe), der Berufsfeuerwehr Hagen und des Paritätischen.
Anmeldungen bis zum 28.04. (kostenfrei, aber begrenzte Teilnehmendenzahl)
Paritreff, Bahnhofstr. 41,
Tel.: 1 34 74

Arztfehler?

Wir kämpfen für Ihr Recht!



- Schmerzensgeld und Schadensersatz
- Behandlungsfehler und Aufklärungsfehler
- Probleme nach Hüft- oder Knie-OP
- Bandscheibenvorfall nicht richtig behandelt
- Katarakt-OP fehlgeschlagen

02331-3400080



Plahr Rechtsanwälte

Alexander Plahr
Rechtsanwalt

Katrin Helling-Plahr LL.M.
Fachanwältin für Medizinrecht

Karl-Halle-Str. 21 • 58097 Hagen

www.ra-plahr.de



Seniorenzentrum
BSH
in Hagen zu Hause

Generations für Hagen: HVG GRUPPE


**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








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



Wir haben Komfortschuhe in 11 Weiten von super schlank bis super breit!

			
Sportliches Design und lässiger Chic in Komfortweite K.	Volle Weite K mit Stechleder, auch für Diabetiker geeignet.	Super leichte Sandale mit Lederfutter und rutschhemmender Sohle.	Sicherer Halt durch breite Klettverschlüsse, mit Wechselbetteng.

Stief Schuhe

seit 1904 HA-City - Märkischer Ring 122
(Am Johannes Kirchplatz)
Tel.: (02331) 28721 / www.bioline-schuhe.de

15 % bei Vorlage dieser Anzeige

Veranstaltungskalender

Do, 07.05.

LeseZeichen e.V. 15.30 Uhr

Ein Lied kann eine Brücke sein... Frieden und Freiheit in Rede- und Liedtexten

Das Team des LeseTreffs liest zu bestimmten Themen Texte vor und regt zum Gedankenaustausch an. Dauer ca, 1,5 Stunden. In der Pause gibt es Kaffee und Kuchen und Gelegenheit zu Gesprächen. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich, Einlasse: 15.15 Uhr
Stadtteilbücherei Haspe im Torhaus

Do. 07.05., Beginn: 19.30 Uhr

Konzert mit Björn Nonnweiler

AWO Emst-Bissingheim-Remberg
Kulturhof Auf dem Kämpchen 16

Fr. 08.05. 12 Uhr

Heringsstipp-Essen

AWO Ortsverein
Emst-Bissingheim-Remberg
Kulturhof, Auf dem Kämpchen 16
Anmeldung unter 02331-5 70 64

Sa. 09.05. H.: **Zur Aussichtsplattform Steinbruch Ambrock**

Buslinie 510 - 12.41 Uhr
ab Stadtmitte,
Wir wandern ab Gut Kuhweide eine längere Zeit aufwärts zur Aussichtsplattform vom Steinbruch Ambrock und gehen anschließend abwärts Richtung Hamperbachtal. Durch die Lücköge zurück nach Gut Kuhweide. Wanderstrecke ca. 9,0 km.
Führung Ramona Granseuer

Sa. 09.05. Se.-Gruppe:

Buslinie 516 – 13.35 Uhr
ab Stadtmitte;

Rundgang Werdringen

Führung Marianne Renneke

So. 10.05. T.:

Zauberhafte Barmer Anlagen

RE 4 – 10.34 Uhr ab Hbf bis Wuppertal-Oberbarmen, Weiterfahrt mit Bus
Zur Rhododendronblüte besuchen wir die „Barmer Anlagen“, den Tölleturm und den Vorwerkpark. Eine Wanderung mit Steigungen.
Erläuterungen und Führung
Rita Steffen

Mo. 11.05.

Chorsingen im Quartier

14.30 – 16.00

Diakonie Mark-Ruhr, Körnerstr. 84

Do. 14.05. (Feiertag) N.:

Maiwanderung am Buscherberg mit Ginsterblüte (hoffentlich)

Buslinie 512 – 12.26 Uhr
ab Stadtmitte; Höhwaldstraße – Blaue Donau – Hinnenwiese – A6 Buscherberg – Höhwaldstraße – Rosengarten
Führung Adele Wever

Sa. 16.05. T.: **Ruhrtalstadt Mülheim**

RE 16 - 09.48 Uhr ab Hbf
Wir wandern über die Ruhrpromenade zum Wasserbahnhof. An Haus Ruhrnatur vorbei und über die Kassenbergbrücke, vorbei an der Stadthalle, erreichen wir die ehemalige Müga. Dort besichtigen wir den ehemaligen Loksuppen und die Camera Obscura. Einkehr nahe der kleinen Marina.
Führung Erich Gatzke

Sa. 16.05. Se.-Gruppe:

Wandern im Fleyer Wald

Buslinie 515 - 13.58 Uhr
ab Stadtmitte; Fernuni - Fleyer Wald
Lehrpfad
Führung Rosemarie Maus

So. 17.05. N.: **Wir wandern auf einem Rundweg im Ardeygebirge**

Buslinie 512 – 12.04 Uhr
ab Stadtmitte; Syburg – auf Waldwegen zum Dieckmannstreff – von dort zurück zur Syburg
Führung Adele Wever

Mo. 18.05., 14.30 – 16.30 Uhr

Frühlingsfest (5,50 Euro)

Anmeldungen bis zum 14.05.2026
Paritreff, Bahnhofstr. 41, Tel.: 1 34 74, Fax 2 69 42

Mi. 20.05. 14.30 Uhr

Wanderfreunde des SGV Hagen treffen sich zu Kaffee & Klönen

Café Lennebad Klosterkamp 40,
Hohenlimburg

Do. 21.05. Förderverein

HohenlimBuch

Vorlesenachmittag für Seniorinnen und Senioren

Frau Böhl liest aus
„In meinem kleinen Land“
von Jan Weiler
15:30 – 16:30 Uhr, Stadtteilbücherei
Hohenlimburg, Kaffee und Kuchen zu
kleinen Preisen

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

Sa. 23.05. T. **Die Halde Rheinelbe und der echte Mechtenberg, zwei Highlights auf einem Weg**
 RB 52 – Abfahrt 08.52 Uhr
 ab Hagen Hbf
 Die Forststation in Gelsenkirchen zeigt mit dem sogenannten Industriebwald Rheinelbe, was man aus einer Haldenbrache zaubern kann. Die Himmelstreppe und der Naturpark Mechtenberg (E optional) eröffnen weitere überraschende Perspektiven auch durch die Harmonie von Natur und Kunst, Wanderstrecke ca. 10 km, lokal mittlere Steigung, falls möglich Fernglas mitbringen,
 Führung Christoph Rossa

Sa. 23.05. Se.-Gruppe:
 Buslinie 517 - 13.17 Uhr
 ab Stadtmitte, Umstieg in Hohenlimburg in Buslinie 1
Rundgang in Letmathe mit Einkehr im Lenne-Café
 Führung Rosemarie Maus

So. 24.05. N.:
Ruhrtalwanderung bei Schwerte
 RE 13 – 11.58 Uhr ab Hbf, weiter mit RE 53 bis Hennen
 Gemütlich begleiten wir die Ruhr durch ihr weites Tal am Haarstrang, Durch Felder, Wiesen und Waldstücke wandern wir nach Schwerte und zum Ausgangspunkt zurück nach Hamm, Wanderzeit ca. 5 Std,
 Führung Maria Arnold

Mo. 25.05. H.: **Explosiv - Sprengstoff-Herstellung in der Sterbecke**
 Treffpunkt 11.00 Uhr
 Bahnhof Rummenohl
 Eine spannende Geschichte unserer Heimat, geheimnisvolle Ruinen entlang eines Weges, der nicht oft begangen wird. Infotainment mit allen Sinnen. Dauer ca. 4 Stunden, Wanderstrecke ca. 11 Kilometer. festes Schuhwerk erforderlich.
 Erläuterungen und Wanderführung
 Markus Liffers

Fr. 29.05.
 Stadteilbücherei Hohenlimburg
Les- und Literaturkreis
 Literaturinteressierte jeden Alters diskutieren über Bücher verschiedener Autoren und Kurzgeschichten
 18:00 Uhr, Dauer ca. 90 Minuten,
 Eintritt frei,
 keine Anmeldung erforderlich

Sa. 30.05. T.:
Rund um Schloss Burg und Sengbachtalsperre
 S 9 - 10.30 Uhr ab Hbf
 Wir wandern erst zur Sengbachtalsperre, die uns schöne Aussichten auf das Bergische Land ermöglicht. Von hier oben bietet sich eine traumhafte Aussicht über die Wupperberge, Wanderzeit ca. 5 Std,
 Eigenverpflegung ratsam,
 Führung Maria Arnold

Sa. 30.05. Se.-Gruppe:
 Buslinie 542 – 13.45 Uhr
 ab Stadtmitte; **Kölner Straße – an der Ennepe entlang – Niederhaspe**
 Führung Rosemarie Maus

So. 31.05. N.:
Von der Hohensyburg nach Schwerte
 Buslinie 512 - 12.04 Uhr
 ab Stadtmitte;
 Einzelheiten kommen noch.
 Führung Erich Gatzke

Juni 2026

Do. 04.06. (Fronleichnam) H.:
Rundwanderung zur Epscheider Mühle
 Buslinie 84 - 10.19 Uhr ab Stadtmitte
 Wir wandern von Breckerfeld zur Epscheider Mühle, durch das Bachtal der Sauren Epscheid, Reckhammer, Klippe, Wanderzeit ca. 3,5 Std,
 Eigenverpflegung ratsam,
 Führung Maria Arnold

Fr. 05.06. 12 Uhr
Heringsstipp-Essen
 AWO Ortsverein Emst-Bissingheim-Remberg
 Kulturhof, Auf dem Kämpchen 16
 Anmeldung unter 02331-5 70 64

Sa. 06.06. T.:
Vom Hasperbach über luftige Höhen zur Hestert
 Buslinie 511 – 10.29 Uhr
 ab Stadtmitte; Einen längeren Anstieg nehmen wir lächelnd und lassen uns am Gipfel vom Wind trocknen. Zünftig leben wir vom Mitgebrachten und genießen großartige Aussichten, Wanderstrecke ca. 10 km.
 Führung Monika Hermes

Sa. 06.06. Se.-Gruppe:
 Buslinie 516 - 13.54 Uhr
 ab Stadtmitte; **Rundgang Eilperfeld**
 Führung Marianne Renneke

So. 07.06. N.:
Wanderung in Ennepetal
 Buslinie 511 – 11.13 Uhr
 ab Stadtmitte
 Klutert – Industriemuseum – Oldtimertreffen – Hülsenbecker Tal - Altenuerde Mitte
 Führung Adele Wever

Mo. 08.06.
Chorsingen im Quartier
 Paritreff
 Bahnhofstr. 41

Do. 11.06. LeseTreff 15.30 Uhr
Frauenschicksale literarisch – im Wandel der Zeiten
 Das Team des LeseTreffs liest zu bestimmten Themen Texte vor und regt zum Gedankenaustausch an. Dauer ca, 1,5 Stunden. In der Pause gibt es Kaffee und Kuchen und Gelegenheit zu Gesprächen. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich, Einlass: 15.15 Uhr
 Stadteilbücherei Haspe im Torhaus

Sa. 13.06. T.:
Düsseldorf-Benrath – Schloss und Park ein Gesamtkunstwerk
 Einzelheiten zeitnah
 Erläuterungen und Führung
 Rita Steffen

Sa. 13.06. Se.-Gruppe:
 Buslinie 518 - 13.44 Uhr
 ab Stadtmitte; **Haßley – Emst**
 Führung Rosemarie Maus

So. 14.06. T.:
Zwischen Oespel und Bochum-Langendreer
 Abfahrt: S 5 - 09.50 Uhr ab Hbf, weiter ab Witten Hbf Buslinie 371 - 10.20 Uhr
 Wanderstrecke: NSG Dorney – Düren – Langendreer (Schlusseinkehr möglich)
 Führung Inge Mutmann

Mi. 17.06. 14.30 Uhr
Wanderfreunde des SGV Hagen treffen sich zu Kaffee & Klönen
 Café Lennebad Klosterkamp 40, Hohenlimburg

Veranstaltungskalender

Do. 18.06.

Förderverein HohenlimBuch

Vorlesenachmittag für Seniorinnen und Senioren

Frau Böhl liest aus „Waren wir nicht schon mal hier?“ von Dietmar Bittrich 15:30 – 16:30 Uhr, Stadtteilbücherei Hohenlimburg, Kaffee und Kuchen zu kleinen Preisen

Sa. 20.06. N.:

Kreuz und quer durch den Stadtwald

Buslinie 514 – 12.33 Uhr ab Stadtmitte; Allg. Krankenhaus – Stadtgarten – Stadtwald – Wildgehege – auf A1 und A2 zum Kaiser-Friedrich-Turm – Ausblick auf das Wildgehege – Wandertafel - Allg. Krankenhaus
Führung Adele Wever

Sa. 20.06. Se.-Gruppe:

Buslinie 518 – 13.46 Uhr ab Stadtmitte; **Rundgang Herdecke**
Führung Marianne Renneke

So. 21.06. T.: Vom Schloss der Arbeit (Zeche Zollern) ins NSG

Haus Dellwig

RB 43 – 10.27 Uhr ab Hbf

Wir wandern durch eine Bergarbeiter-siedlung zur Zeche Zollern III/ Eintritt ins Museum 8 €, zurück wandern wir über das NSG Haus Dellwig zum Hbf Lütgendortmund,
Führung Maria Arnold

Fr. 26.06.

Stadtteilbücherei Hohenlimburg

Lese- und Literaturkreis

Literaturinteressierte jeden Alters diskutieren über Bücher verschiedener Autoren und Kurzgeschichten 18:00 Uhr, Dauer ca. 90 Minuten, Eintritt frei,
keine Anmeldung erforderlich

Sa. 27.06. T.:

Kultur- und Naturschätze in und um Soest

RE 13 - Abfahrt 09.58 Uhr ab Hagen Hbf

Nach einem gemächlichen Fußweg durch die Soester Altstadt bringt uns der Bus zum Kleiberg, einem renaturierten ehemaligen Truppenübungsplatz. Von Aussichtsplattformen aus genießen wir die Lebewelt von Wiesen und Weihern. Durch die wechselfeuchten Auen der Hiddinger Schledde gelangen wir dann wieder zum Bus nach Soest (E optional), Selbstverpflegung ratsam, Fußweg ca. 7 km, bitte Fernglas mitbringen,
Führung Christoph Rossa

Sa. 27.06. Se.-Gruppe:

Buslinie 543 - 13.39 Uhr ab Stadtmitte; **Buschstraße – Lennetal**
Führung Marianne Renneke

Sa. 27.06. 19.30 Uhr

Kulturprogramm

AWO Ortsverein

Emst-Bissingheim-Remberg

Kulturhof, Auf dem Kämpchen 16

So. 28.06. H.:

Von Holthausen nach Dahl

Buslinie 517 - 12.16 Uhr

ab Stadtmitte; Wir wandern von Holthausen über Schloss Hohenlimburg durch die Wälder von Hunsdiek Richtung Dahl. Eigenverpflegung für unterwegs ist ratsam, Wanderstrecke ca. 14,0 km

Führung Ramona Granseuer

So. 28.06. 11.00 – 14.30 Uhr

Sonntags-Brunch (7,50 Euro)

Anmeldungen bis zum 22.06. Paritreff, Bahnhofstr. 41, Tel.: 1 34 74, Fax 1 26 42

Mo. 29.06. Se.-Gruppe:

So schön wie immer: Rundfahrt auf dem Harkortsee

Buslinie 518 - 13.44 Uhr ab Stadtmitte

Anmeldung bei Marianne Renneke und Führung

Juli 2026

Do. 02.07. Förderverein HohenlimBuch

Vorlesenachmittag für Seniorinnen und Senioren

Wolfgang Stemmer liest zum Leben und Werk von Martin Walser 15:30 – 16:30 Uhr, Stadtteilbücherei Hohenlimburg, Kaffee und Kuchen zu kleinen Preisen

Fr. 03.07. 12 Uhr

Heringsstipp-Essen

AWO Ortsverein Emst-Bissingheim-Remberg
Kulturhof, Auf dem Kämpchen 16
Anmeldung unter 02331-5 70 64

Sa. 04.07. N.:

Wanderung in Breckerfeld

Buslinie 512 - 11.51 Uhr ab Stadtmitte
Sonnenschein Kleinbahn
Schmiede Breckerfeld
Führung Adele Wever

Sa. 04.07. Se.-Gruppe:

Buslinie 515 – 13.58 Uhr ab Stadtmitte; **Am Südufer des Hengsteysees entlang**
Führung Rosemarie Maus

So. 05.07. 9.30 Uhr

Langschläfer-Frühstück

AWO Emst-Bissingheim-Remberg
Kulturhof Auf dem Kämpchen 16
Anmeldung unter 5 70 64

So. 05.07. H.: **Zwergentour**

Treffpunkt 11 Uhr an der Wandertafel Stadtgarten
Hagen ist Ort so mancher Zwergensage. Besuchen Sie mit mir diese Orte, und erfahren Sie mehr über diese verborgenen Wesen, die uns Menschen seit Jahrhunderten begleiten. Dauer circa 5 Stunden, festes Schuhwerk und Verpflegung ist erforderlich. Wanderstrecke rund 13 Kilometer und 300 Höhenmeter sind zu überwinden. Erläuterungen und Wanderführung
Markus Liffers

Mi. 08.07. T.:

Ausflug mit öffentlichen Verkehrsmitteln

Einzelheiten später
Erläuterungen und Führung
Rita Steffen

Sa. 11.07. T.:

In und um Gruiten herum

Treffpunkt Hbf – 10.00 Uhr
Das historische Fachwerk-Dorf
Gruiten bei Haan soll uns genauso
verzaubern wie die leicht hügelige
Umgebung entlang der Düssel und
durchs Neandertal, Wanderstrecke ca.
10 km, Einkehr evtl. mittendrin.
Führung Monika Hermes

Sa. 11.07. **Sommernachtstraum 1**

20 Uhr ab Wandertafel Stadtgarten
Folgen Sie mir in den allmählich
dunkler werdenden Wald. Begleitet
von Abend- und Mondgedichten aus
mehreren Jahrhunderten, erleben wir
die Natur ganz neu. Taschenlampe
kann nicht schaden! Dauer ca. 2 - 2,5
Stunden,
Wanderstrecke ca. 6 Kilometer.
Erläuterungen und Wanderführung
Markus Liffers

Sa. 11.07. Se.-Gruppe:

Buslinie 542 - 13.35 Uhr
ab Stadtmitte; **Grundschötteler Straße
- ehemaliges Klöcknergelände –
Niederhaspe**
Führung Marianne Renneke

So. 12.07. N.:

Wanderung auf dem Harkortberg

RE 16 – 11.43 Uhr ab Hbf
Von Wetter geht es in Richtung
Harkortberg/Schnodderbach mit
schöner Aussicht auf den Harkortsee
und dann auf dem Herdecker Rund-
weg nach Herdecke
Führung Adele Wever

Mi. 15.07. 14.30 Uhr

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

Café Lennebad, Im Klosterkamp 40,
Hohenlimburg
Mi. 15.07. 14 Uhr

Sommerfest des AWO-Ortsvereins

AWO Emst-Bissingheim-Remberg
Kulturhof, Auf dem Kämpchen 16

Sa. 18.07. T.: **Fahrt zur Universitäts-
stadt Siegen**

RB 91 - 09.42 Uhr ab Hbf
Unsere Altstadtwanderung beginnt
am Ufer der Sieg. Weiter geht zum
unteren Schloss, der Nicolaikirche und
dem historischen Rathaus. Auf dem
Siegberg erwartet uns das über 800
Jahre alte Schloss, das Siegerlandmu-
seum und der große Schlossgarten.
Eine Anmeldung ist nötig.
Führung Erich Gatzke

Sa. 18.07. Se.-Gruppe:

Buslinie 516 - 13.35 Uhr
ab Stadtmitte;
Rundweg Schloss Werdringen
Führung Rosemarie Maus

So. 19.07. H.:

Über die Felder von Hassley

Buslinie 518 – 13.08 Uhr
ab Stadtmitte; Wir wandern über die
Felder von Hassley Richtung Staplack.
Einkehr zu Kaffee und Kuchen in Haus
Staplack. Wanderstrecke ca. 8 km.
Führung Ramona Granseuer

Di. 21.07.

Stadtteilbücherei Hohenlimburg

Book-Dating

Interessierte bringen ihr Lieblingsbuch
mit und stellen es anderen innerhalb
von 2-3 Minuten vor. Veranstaltung
im Rahmen des Urlaubskorbs.
Anmeldung unter: maya-marusha.
persicke@stadt-hagen.de

Sa. 25.07. T.:

**Ferienwanderung vom Marienhof Ha-
gen zum Mäckinger Bachtal**

Buslinie 510 – 9.08 Uhr ab Stadtmitte
Vom Startpunkt Marienhof aus gehen
wir nach kurzer Führung vorbei an
dem gerade im Umbruch befindlichen
Gelände um das Gut Kuhweide und
um den Eilper Berg herum zum
Freilichtmuseum im Mäckinger
Bachtal. Es begleitet uns auch das
Spannungsfeld von Windkraft und
Umweltverträglichkeit, Weg ca. 7 km,
Selbstverpflegung ratsam (E optional),
Führung Christoph Rossa

Sa. 25.07. Se.-Gruppe:

Buslinie 518 - 13.47 Uhr
ab Stadtmitte;
Hünenpforte – Hohenlimburg
Führung Marianne Renneke

So. 26.07. T.: **Zum Straßenbahnmuse-
um Wuppertal - Kohlfurth**

Abfahrt: RE 4 - 09.34 Uhr ab Hbf,
weiter ab Wuppertal Hbf mit Bus 625
Nach dem Hochwasser 2021 konnte
das Straßenbahnmuseum im Juli 2025
den Fahrbetrieb wieder aufnehmen.
Die einfache Fahrt kostet 4 Euro.
Wanderstrecke: Sudberg – Kohlfurth
– Cronenberg (Einkehr möglich)
Führung Inge Mutmann

Mo. 27.07. Stadtteilbücherei Haspe

Führung durch die Stadtteilbücherei

im Rahmen des Urlaubskorbs
Beginn: 16 Uhr, Kaffee und Kuchen
runden den Nachmittag ab. Anmel-
dung unter: charlotte.lehmann@
stadt-hagen.de

Fernsehessel in Großauswahl!

Relaxen der besonderen Art -
so will ich sitzen!

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

**Ergonomiegroßen
S - M - L**
statt 1.499,-€

999,-€
Alles Abholpreise!




Möbel

RAL
DÜTEZEICHEN

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

TEMA Polster+
Wohnen

Veranstaltungskalender

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.).

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 Stadtporbund Hagen s. S. 46

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
Senioren-gymnastik
Leitung: Fr. Müller,
DRK Begegnungsstätte s. S. 45

09:00-12:00 Uhr
Beratung:Präsenz im Quartier
Beratung in allen sozialen Angelegenheiten AUSSER Rechtsberatung, Schuldner./Insolvenzberatung und Rentenberatung
Ort: Corbacher Str. 20, 58135 Hagen

09:00 – 12:00 Uhr
Nähgruppe
AWO Schultenhof (Eilpe), Info, s. S. 45

9:00-12:00 Uhr
Kreative Runde im Markusgemein-dehaus. Rheinstr. 26, s. S.45

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 Unterbrechung, ist aber ein ganzjähriges Angebot, 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

14:00 - 16:00 Uhr
Treffen der Turngruppe
Roncalli-Haus Kirchplatz 15

14:00–17:00 Uhr
Offener Treff für alle
Hohenlimburg, AWO-Begegnungsstätte, Hohenlimburg am Lennepark s. S. 45

14:30-17:00 Uhr
Kaffeestube
Ort: Ök. Gemeindezentrum, Helfer Str. 66, 58099 Hagen
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

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

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

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: Markusgemein-dehaus, Rheinstr. 26, 58097 Hagen

17:30-19:00 Uhr
FRIEDENSSTIMMEN
Ort: Gemeindehaus Halden, Berchumer 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

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. 46

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. 45

19:00-20:30 Uhr
SHG Narcotics Anonymous
im Paritreff, DPWV s. S. 46

19:30-22:00 Uhr
Strickgruppe
offen für alle Interessenten
Johanniskirche, s. S. 45

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 Angehörige von demenziell veränderten Menschen
Begegnungsstätte Schultenhof,
Selbecker Str. 16, Infos und Anmeldung 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. Paulusgemeinde,
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. 45

Jeden 1. und 3. Montag

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

16:00 - 17:30 Uhr
Emster Singekreis - offenes Singen für jedermann/frau
AWO Kulturhof Emst, Auf dem
Kämpchen 16, Tel. 5 44 90

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

15:00 - 17:00
ZWAR Gesundheitsgruppe
Pari-Treff, Bahnhofstr. 41

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

Jeden 3. Montag im Monat

09:45–12:00 Uhr
Arbeitskreis Ehrenamtlicher Leitungen von Seniorenkreisen, Begegnungsstätte der Diakonie Mark Ruhr s. S. 45

17:00 - 18:30 Uhr
Glaukom
Pari-Treff, Bahnhofstr. 41
(alle 2 Monate)

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 Jahren 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. 46

14-tätig montags

17:00-20:00 Uhr
Skatrunde im Markusgemeindehaus, Mitspieler und Gäste sind herzlich willkommen, ev. Luth Stadtkirchengemeinde, s. S. 45

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
Schultenhof in Eilpe

Jeden Dienstag:

9:00 Uhr: Sitzgymnastik
10:45 Uhr: Qigong-Kurs
(bitte anmelden unter 0163 405 8310)

14:00 Uhr: Spiele-Nachmittag
AWO-Kulturhof, Auf dem Kämpchen
16 Tel. 5 44 90

14:30 - 15:30 Uhr
Hatha-Yoga
Kursleitung: Penger
Ort: DRK-Begegnungsstätte Zeppelinweg 17

14:30 - 15:15 Uhr
Sitzgymnastik mit Musik
Roncalli-Haus, Kirchplatz 15

9:00-12:00 Uhr
Beratung
Beratung in allen sozialen Angelegenheiten AUSSER Rechtsberatung, Schuldner-/Insolvenzberatung, Rentenberatung
Ort: Corbacher Str. 20, 58135 Hagen

09:00–12:30 Uhr
Beratung in Sozialrechtsfragen und Hilfen bei der Antragstellung
SoVD Sozialverband Deutschland
Bergstr. 128-130, s. S. 46

9:30-10:30 Uhr
„Fit im Sitzen“
Kursleiterin: Frau Semturis, Begegnungsstätte Diakonie Mark-Ruhr s. S. 45

ab 9:30 Uhr
Malgruppe
Begegnungsstätte, Altes Stadtbad
Haspe, Leitung: Christine Oelschlegel,
bei Interesse bitte melden, s. S. 45

9:30 – 10:30 Uhr
Yoga für Senioren
AWO Boelerheide s. S. 45

Veranstaltungskalender

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](http://BLOCKED/www.efb-hagen.de); Ort: Ev. Familien-
bildungsstätte Hagen, Feithstr. 3,

13:00-16:30 Uhr

Senioren-Café mit 2 EUR Selbstbei-
trag
Es gibt Kaffee und Brötchen, anschlie-
ßend 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 Ansprechpart-
nerin: Pfarrerin Brokmeier

13:30–17:30 Uhr

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

ab 14:00 Uhr

Kartenspieler
AWO Boelerheide, s. S. 45

14:00–17:30 Uhr

Skatrunde
Gäste/Mitspieler herzlich willkommen,
Info: Kulturhof Emst, Auf dem
Kämpchen 16, s. S. 45

14:30–16:30 Uhr

Bingo
AWO Haspe s. S. 45

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, Gedächt-
nistraining und vieles mehr. Mehrge-
nerationenhaus des Kinderschut-
z-bundes, 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 einge-
schränkter Mobilität
Ort: Markugemeindehaus, 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,
Sportbildungswerk 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 Markugemeinde-
haus, Rheinstr.26,

16:30–18:00 Uhr

Seelsorge
Angehörigentreffen und Betreuung
von Demenzkranken, 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 Diakonien-
zentrum Haspe e. V., Tel.: 90 28 28

18:30- 20:00 Uhr

Angst und Depression
Pari-Treff, Bahnhofstr 41

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 [www.
efb-hagen.de](http://www.efb-hagen.de), Ort: Ev. Familienbil-
dungsstätte, Eppenhauser Str, 152,
58093 Hagen s. S. 45

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. 45

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. 46

Jeden 2. Dienstag:

14:30–16:30 Uhr

Bingo
AWO Haspe, Hüttenplatz 44,
Infos s. S. 45

15:00 - 17:00 Uhr

ZWAR-Frauengruppe
Pari-Treff, Bahnhofstraße 41

17:00–19:00 Uhr

**Angehörigentreffen und Betreuung
von Demenzkranken**
AWO Lennepark, Klosterkamp 40,
58119 Hagen, Veranstalter: AWO
Hohenlimburg, Diakoniestation
Hohenlimburg und Mops Mobil,
ambulanter Pflegedienst
Tel.: 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. 45

18:00 - 20:00 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, s. S. 45

Jeden 3. Dienstag:

16:30–18:00 Uhr

Treffen für pflegende Angehörige von Demenzkranken

Tagespflegehaus Waldecker Str. 7

17:00-19:30 Uhr

Selbsthilfegruppe Krebsoperierte Männer

Ort: Markuskirchehaus,
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. 45

Jeden Mittwoch:

9:00-12:00 Uhr

Beratung

Beratung in allen sozialen Angelegen-
heiten 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. 45

9:15-10:45 Uhr

Rückentraining

Regelmäßige Übungen zur Kräfti-
gung, Dehnung und Mobilisation zur
effektiven Vorbeugung von Rücken-
beschwerden, Krankenkassenzuspruch
möglich, Anmeldung über
www.efb-hagen.de, Ort: Ev. Famili-
enbildung, Eppenhauser Str. 152,
58095 Hagen s. S. 45

9:30-10:30 Uhr

„Fit im Sitzen“

Kursleiterin; Frau Semturis, Begeg-
nungsstätte Diakonie Mark-Ruhr
s. S. 45

9:30-10:30 Uhr

Fit im Sitzen

Aktiv und fit ab 55 Jahren. Einstieg
nach telefonischer Absprache jederzeit
möglich. Begegnungsstätte Diakonie
Mark-Ruhr s.S. 45

10:00–11:30 Uhr

Gymnastik mit Katharina Tiemann

AWO Begegnungsstätte Boelerheide
Infos s. S. 45

13:00-16:30 Uhr

Beratung

Beratung in allen sozialen Angelegen-
heiten AUSSER Rechtsberatung,
Schuldner/Insolvenzberatung und
Rentenberatung
Ort: Corbacher 20, 58135 Hagen



SANITÄTSHAUS HAGEN
im Brandt Quartier

*Wir finden immer
eine Lösung!*

Care Center Deutschland GmbH
Sanitätshaus Hagen
Enneper Straße 142 | 58135 Hagen
02331 7 360 130 | hagen@care-center.de
Mo, Di, Do 8-17 Uhr | Mi, Fr 8-15 Uhr | Sa geschlossen

care center
Deutschland

www.care-center.de

Veranstaltungskalender

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, mit Ihnen diese spannende Lebensphase 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. 45

13:30–17:30 Uhr
Kaffeetrinken AWO
Ortsverein AWO-Begegnungsstätte Vorhalle, Infos: s. S. 45

13:30 – 17:30 Uhr
Ortsvereinstag
AWO Ortsverein Vorhalle, s. S. 45

14:00 - 16:00 Uhr
Kaffee Pläusken
Ronballi-Haus, Kirchplatz 15

14:00-16:00 Uhr
Strickgruppe
offen für alle Interessenten
Johanneskirche bzw, im Anbau Frankfurter Str. 100, 58095 Hagen

14:00 Uhr
Klönverein des AWO-Vereins (auch für Nichtmitglieder)
AWO Kulturhof, Auf dem Kämpchen 16, Tel: 5 33 90

14:00 – 17:30 Uhr
Seniorenclub
AWO-Begegnungsstätte Hohenlimburg, Infos: s. S. 45

14:00–17:30
Ortsvereinsnachmittag
AWO Begegnungsstätte ha.ge.we Kulturhof Emst s. S. 45

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. Gühlof,
DRK Begegnungsstätte s. S. 45

14:30-17:00 Uhr
SPIELNACHMITTAG
Ort:Kaffeestube Ök. Gemeindezentrum, Helfer Str. 66, 58099 Hagen

14:30-16:00 Uhr
Spieletreff 55+
Wir laden zum Spielen ein
Diokonie 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 Goldbergerschule, Schulstr. 9–11, TSV Hagen 1860 s. S. 46

18:00 – 19:00 Uhr
Seniorenturnen, Damen zw. 50–70,
Turnhalle am Kinder-Verkehrsgarten (Rastebaum/Dahmsheide),

19:00 Uhr
Hagener Frauenchor, Chorprobe
AWO-Kulturhof, Auf dem Kämpchen 16, Tel. 5 44 90

19:00-20:00 Uhr
Fit + Beweglich durch den Alltag
Kraftübungen, Ausdauer- und Koordinationstraining mit musikalischer Unterstützung, Anmeldung unter ww.efb-hagen.de, Ort: Ev. Familienbildung, Eppenhauser Str, 152, 58093 Hagen s. S. 45

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. 46

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. 45

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. 46

16:00-17:30 Uhr
Selbsthilfegruppe Long Covid
Ort: Bonhoeffer-Haus, Eilper-Str. 70-72
Kontakt: Annegret Neuer.
Tel.: 0151 52 54 56 64

16:30 - 18:30 Uhr
COPD
Pari-Treff Bahnhofstr. 41

14-tätig mittwochs

9:30 - 12:00 Uhr
Malgruppe
Paritreff, Bahnhofstr. 41
Termine bitte erfragen

14:00 - 15:30 Uhr
Frühstadium Demenz
Pari-Treff, Bahnhofstr. 41

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. 45

16:00-18:00 Uhr

Selbsthilfegruppe Frauen nach Krebs

Ort: Johanniskirche Anbau, Frankfurter 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 Cafébesuch,
Abfahrt: 8:15 h Haspe, Ernst-Meister
Platz; 8:45 h Markplatz Emst
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. 46

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. 46

jeden 2. und 4. Mittwoch

11:00-12:30 Uhr

**„Kreativtreff“ Offener Treff für
Seniorinnen und Senioren**

Begegnungsstätte Diakonie Mark-
Ruhr Ort: Körnerstr. 84 in Hagen

Mittwoch ungerade Woche

ab 12:00 Uhr

Mittagstisch

AWO Vorhalle, im Stadtteilhaus
Vorhalle, s. S. 45

**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. 46

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,
Eppenhauser Str. 152, 58093 Hagen,
s. S. 45

09:30–10:30 Uhr

Morgengymnastik 50+

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

10:00-11:00 Uhr

Arbeitslosenfrühstück für jedermann

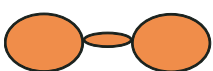
Ort: Corbacher 20, 58135 Hagen

10:00-12:00 Uhr

Senioren-gymnastik

Leitung Fr. Eickelmann,
DRK Begegnungsstätte s. S. 45

unsere art zu sehen



optik

Balthasar

Elberfelder Strasse 76 • 58095 Hagen • am Haus
Tel.: 02331-1 33 90 • www.optik-balthasar.de

Wir machen auch Hausbesuche!

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

Veranstaltungskalender

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, (Termin-
abfrage 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. 45

10:00–11:00 Uhr

Senioren-sport
Ort: Markusgemeindehaus, Rheinstr. 26

10:00–11:30 Uhr

Spanisch am Donnerstag, Sprachlevel A2/B1
Begegnungsstätte Diakonie Mark-
Ruhr, Körnerstr. 84

10:30–12:00 Uhr

„Spanisch für Anfänger“
Kursleiterin: Laila Mohamed Ahmed,
Begegnungsstätte Diakonie Mark-
Ruhr s. S. 45

13:00–16:30 Uhr

Beratung
Beratung in allen sozialen Angelegen-
heiten außer Rechtsberatung, Schuld-
ner/Insolvenzberatung und Rentenbe-
ratung
Ort: Corbacher 20, 58135 Hagen

13:00–14:30 Uhr

Kneipp-Gedächtnistraining
Info beim Kneipp-Verein Hagen e.V.,
s. S. 45

12:00–16:00 Uhr

Spielgruppen/Rommée
Infos: Paritreff
Bahnhofstr. 41, Tel.: 1 34 74

13:00 – 17:30 Uhr

Senioren-nachmittag
AWO Haspe/Westerbauer,
Enneper Str. 81, s. S. 45

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. 45

14:00 - 17:00 Uhr

Spielekreis
Roncalli-Haus, Kirchplatz 15

14:00–19:00 Uhr

Skat
AWO Begegnungsstätte
Oberhagen-Mittelstadt, s. S. 45

14:00–17:00 Uhr

Ortsvereinsnachmittag
Info: AWO-Begegnungsstätte
Schultenhof, weitere Infos s. S. 45

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. 45

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 willkom-
men. Geboten wird ein abwechs-
lungsreiches Programm aus Vorträ-
gen, Hilfe zur Selbsthilfe, u.a.
Ort: Gemeindesaal, Ev. Familienbil-
dung 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, Kinder-
schutzbund, 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. 45

15:30 Uhr

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

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](http://BLOCKED/www.efb-hagen.de), Ort:
Ev. Familienbildung Hagen, Eppen-
hauser 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 18:00 - 20:00 Uhr

Pokora

Pari-Treff, Bahnhofstr. 41

Donnerstag 18:00 – 21:00 Uhr

**Selbsthelfer für seelische
Erkrankungen**
AWO Begegnungsstätte Schultenhof,
Infos: s. S. 45

Ab 17:30 Uhr -
außer in den Ferienzeiten

Cardiotraining
Leitung: Sabine Burbach Tel.: 58 73
35, Turnhalle Boelerheide, Kapellen-
straße, Sportgruppe im SGV Hagen
s. S. 46

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. 45

Jeden 1. Donnerstag

9:30–11:00 Uhr

FRAUENFRÜHSTÜCK
Ort: Paul-Gerhardt-Gemeindehaus,
Overbergstr. 83, 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

15:00 – 17:00 Uhr

Treff Ostdeutscher Frauen

AWO Hohenlimburg s. S. 45

15:00 Uhr

Seniorenstunde Kaffeetrinken 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, Lützowstr. 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 Demenzkranke, 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

Krebsselfhilfegruppe 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

18:30 Uhr

Treffen der Fotofreunde Hagen e.V. (für Interessierte Absprache)

AWO Kulturhof, Auf Kämpchen 16, Tel. 5 44 90

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. 45

15:00-17:00 Uhr

ÖKUMENISCHES FRIEDENSGET

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

Jeden 3. Donnerstag

10:00 Uhr

Kinder der „Kita Ernstlinge“ frühstücken, spielen und basteln mit Senioren (jeder ist willkommen)

AWO Kulturhof Auf dem Kämpchen 16, Tel. 5 44 90

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

12:00-14:00 Uhr

„Körnercafé“

Bei eine Tasse Kaffee, Tee oder einer frischen Waffel ist Zeit, um sich auszutauschen, zu klönen oder eine Pause zu machen. Begegnungsstätte Diakonie Mark-Ruhr, Körnerstr. 84

14:00-14:45 Uhr

Wir sind immer noch fit-

Bewegungsangebot für Senior*innen. Im Anschluß besteht die Möglichkeit am Spielenachmittag „Jung trifft Alt“ teilzunehmen, Ort: Kinderschutzbund, Potthofstr., s. S. 45

16:00-17:30 Uhr

Krebsselfhilfegruppe 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. 45

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. 45

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. 45

14:30–17:00 Uhr

Treffpunkt für Jung und Alt

Gäste sind herzlich willkommen!

Kuhlerkamp/Wh, Eventcafé Oller Dreisch Infos: s. S. 45

ab 15:30 Uhr
Ortsvereinsnachmittag
 AWO Boele-Hengsyttey, s. S. 45

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, Eppenhauser 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, Eppenhauser Str. 152, 58093 Hagen s. S. 45

Jeden 1. Freitag

16:00 - 20:00 Uhr
Trennung/Scheidung Ü 50
 Paritreff, Bahnhofstr. 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, Vorhal-
 ler Str. 27, 58089 Hagen

17:00 - 19:00 Uhr
Freitagsgruppe Depression
 Paritreff, Bahnhofstr. 41

Jeden 2. und 4. Freitag

18:00 Uhr
**Les- und Literaturkreis der Stadtteil-
 bücherei Hohenlimburg**
 Literaturinteressierte jeden Alters
 treffen sich und diskutieren über Bücher
 verschiedener Autoren und Kurzge-
 schichten. Dauer: ca 90 Min., Eintritt
 frei, keine Anmeldung erforderlich.

Jeden Samstag

In regelmäßigen Abständen findet die
 „Mal(aus)Zeit“ in der Begegnungs-
 stätte statt. Ein Malworkshop, geeig-
 net für Malbegeisterte, unterstützt
 durch die Hagener Künstlerin Ruth
 Moneke. Um die aktuellen Termine zu
 erfahren, rufen Sie gerne an: Tel.: 35
 20 234
 10:00-13:00 Uhr
offene Johanniskirche s. S. 45

Jeden 1. und 3. Samstag

10:00-14:00 Uhr
**Betreuungsangebot für
 Menschen mit Demenz**
 Veranstaltungsort: Luthers Waschsala-
 lon, Ansprechpartner Frau Henneken,
 Diakonie Mark-Ruhr s. S. 45

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

14:30 - 16:30 Uhr
Kehlkopflose
 Pari-Treff, Bahnhofstr. 41

Jeden letzten Samstag

**Gemütliche Plauderstunde mit dem
 Verein Älter werden mit Freu(n)den**
 Interessenten sind herzlich willkom-
 men, 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

Deutsches Rotes Kreuz | DRK-Kreisverband Hagen e. V.

Für jeden die richtige Hilfe

Stationäre Pflege Kurzzeitpflege 02331 9589-0	Betreutes Wohnen 02331 9589-911	Tagespflege Hohenlimburg 02331 9589-0
Hausnotruf 02331 9589-24	Essen auf Rädern 02331 3456-905	weitere Infos: www.drk-kv-hagen.de

DRK-Kreisverband Hagen e. V. | Feithstr. 36a | 58095 Hagen

Veranstaltungskalender

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 1. und 3. Sonntag

14:30 - 16:30 Uhr

Spielegruppe

Paritreff, Bahnhofstr. 41

Jeden 2. Sonntag

10:00-12:00 Uhr

gemeinsames Sonntagsfrühstück

eine telefonische Anmeldung ist erforderlich, Tel: 35 20 234

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

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,

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. 45

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

Wir bieten eine Rund-um-die-Uhr-Betreuung und sind damit die ideale Unterstützung für Familien, die einen Angehörigen mit Pflegebedarf haben.

Wir freuen uns auf Ihren Anruf und unterstützen Sie und Ihre Familie gerne.

Wir bieten folgende private Dienstleistungen an:

- 24/7-Betreuungskraft
- Tagesbegleiter
- Familienberatung
- Hauswirtschaft



02331 188 90 18 • E-Mail: info@uhuru-medica.de • www.uhuru-medica.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. Multhaup

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-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
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 Ernst, AWO

Auf dem Kämpchen 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

LeseTreff 60plus

Förderverein LeseZeichen e.V.

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

Veranstaltungskalender

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

Der Paritätische

Infos zu Selbsthilfegruppen in Hagen:
Selbsthilfebüro: 18 15 16
(DPWV), Bahnhofstr. 41, Tel.: 13474

Selbsthilfebüro Hagen

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

SGV Hagen Sauerländischer Gebirgsverein

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

Stadtsporthagen 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](mailto: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
unnd 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](http://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/](http://zwar-hagen.jimdofree.com/terminübersicht-aktuelles/)

Wir sehen gelb.

Im April hat ganz Hagen die Wertstofftonne - zur einfachen Entsorgung aller haushaltsüblichen Gegenstände aus Kunststoff, Metall und Verbundstoffen - von Joghurtbechern bis Töpfen. Gut für's Recycling!



Achtung: Der HEB leert nicht überall und ist ausschließlich in Boeler-Zentrum, Boelerheide, Garenfeld, Fley/Helfe und Kabel/Bathey für die Wertstofftonnen zuständig. In allen weiteren Bezirken übernimmt die Firma AHE die Entsorgung.



Alle Infos zur Wertstofftonne auf www.heb-hagen.de



WIR bieten Wohnqualität für alle Lebenslagen

Sie wünschen sich eine schöne Wohnung, in der Sie sich wohlfühlen und bis ins hohe Alter selbstständig wohnen können? Genießen Sie darüber hinaus unsere vielseitigen Services für ein entspanntes Lebensgefühl und die Sicherheit einer starken Gemeinschaft: Willkommen bei der GWG Hagen!

- ▲ *hohe Wohnqualität für alle Ansprüche*
- ▲ *barrierearme Wohnungen*
- ▲ *Unterstützung beim Wohnungswechselwunsch*
- ▲ *Freizeitangebote unter Gleichgesinnten*
- ▲ *lebenslanges Wohnrecht*
- ▲ *fairer Mietpreis*
- ▲ *harmonische Nachbarschaften*

Gerne beraten wir Sie persönlich und finden das ideale Zuhause für Ihr Leben. Rufen Sie uns an oder senden Sie uns eine E-Mail. Wir freuen uns auf Sie.

Gemeinnützige Wohnstätten-
genossenschaft Hagen e. G.
Hüttenplatz 41 · 58135 Hagen
Telefon: 02331.9049-0
Telefax: 02331.9049-49
E-Mail: info@gwg-hagen.de



WWW.GWG-HAGEN.DE

Selbstbestimmt wohnen & nie einsam



Gut leben in unserer Demenz-WG „Auf dem Lölfert“. Sprechen Sie uns an.



**Hohenlimburger
Bauverein**

0 23 34 / 95 88 - 0 Wiesenstraße 5
www.holibau.de 58119 Hagen

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

