

Junges Jaltes



Kostenlose Zeitung von Senioren (nicht nur) für Senioren



Prominenten-Interview mit Dirk Klauke, Kulturmanager am Hasper Hammer

Titelgeschichte:

Ricarda-Huch-Gymnasium: Schule in beständigem Wandel

Veranstaltungskalender: April 2014 – August 2014

Die neue DRK-Einrichtung



Karl-Jellinghaus-Zentrum



Eröffnung Juli 2014

Feithstraße 36, Hagen-Eppenhäusen



**Heimleiterin Gabriela Zabel
freut sich auf 72 Bewohner,
zahlreiche Cafeteria-Besucher
und spannende Begegnungen!**

**Sie haben Interesse?
Dann rufen Sie an!**

**02331/
34567**



**Deutsches
Rotes
Kreuz**

150 Jahre Aus Liebe zum Menschen.

www.drk-hagen.de

Guten Tag ...

...auf unserem Foto aus dem Jahr 1954 ist die Aula der Ricarda-Huch-Schule noch eine Baustelle. Durch die Badstraße verlief damals die Straßenbahn und die Straßendecke bestand aus Kopfsteinpflaster. Das sorgte für viel Verkehrslärm, so dass die Fenster in den Klassenzimmern im straßenseitigen Flügel im Sommer oft nicht geöffnet werden konnten. In dieser Ausgabe spüren wir der Geschichte dieser Schule nach, die schon lange vor dem Bau dieses Gebäudes begann.

Unsere Titelgeschichte über den „Eisernen Schmied“ hat viel Echo gefunden. So schrieb uns Peter Fiedler: „Der Koloss befand sich bis zum Aufstellen beim Museum nicht nur im Bauhof, sondern war jahrelang im alten Rathaus (Seitentrakt zur Bürgerhalle) im Erdgeschoss im Bereich des Versicherungsamtes untergebracht.“ Außerdem erfuhren wir aus einer Festschrift über „100 Jahre Deutsches Rotes Kreuz in Hagen“ aus dem Jahr 1979, dass die Initiative für den Nagelmann 1915 vom DRK ausging. 350000 Mark kamen im Laufe des Krieges zusammen – mehr als in Köln, Düsseldorf und Berlin, berichtet Richard Althaus in dem geschichtlichen Rückblick. „Nach dem Zweiten Weltkrieg bedurfte es der nachdrücklichen Forderung des Hagener Heimatbundes, dass dieses Zeugnis bürgerlicher Opferfreudigkeit wieder im Rathaus, wenn auch in der dunkelsten Ecke, seine Aufstellung fand.“ Vermutlich war nach 1945 der Bedarf an dieser Form von Opferfreudigkeit erschöpft.

Wird es in Hagen in absehbarer Zeit ein stationäres Hospiz geben? Viele Menschen hoffen darauf und setzen sich dafür ein. Zum Beispiel auch Klaus Beermann, der mit einem Heer von Freiwilligen die Märchenoper „Der Igel als Bräutigam“ auf die Bühne bringt. Die Einnahmen kommen dem stationären Hospiz zugute. Über Aufführungszeiten und -orte erfahren Sie mehr auf Seite 18.

Wir laden weiterhin herzlich zum Mitmachen an unserer Zeitung ein. Unsere Redaktionssitzungen sind öffentlich. Wir treffen uns an jedem zweiten Mittwoch eines Monats um 10 Uhr im Sozialen Rathaus am Berliner Platz, Raum D 123.

Das Team:

Edith Brechtefeld, Gerd Eichborn, Christa Heine, Rita Hesse, Lothar Kasper, Helmut Korte, Barbara Lazaris, Maria Liley, Sigrid Lipphaus, Gerd Lorenzen, Rosmarie Melchert, Peter Nöldner, Ruth Sauerwein, Regina Hocke, Gisela Drögekamp und Peter Rische



Baustelle Ricarda-Huch-Schule
Foto: Stadtarchiv Hagen



Zu unserem Beitrag über den „Eisernen Schmied“ erhielten wir einige Rückmeldungen. Fast 100 Jahre nach seiner Entstehung ist er in vielen Erinnerungen lebendig.
Foto: Stadtarchiv Hagen

Zu unserem Titelbild

Mitglieder des JAH-Redaktionsteams und der Klasse 9b des Ricarda-Huch-Gymnasiums haben sich auf der schönen Wendeltreppe in der Eingangshalle des Schulgebäudes versammelt. 1848 wurde die Schule als Bildungsanstalt für Mädchen gegründet. Die „Enttypisierung“ im Jahr 1973 war ein großer Einschnitt. Als ich meine alte Klassenlehrerin dazu befragte, fiel ihr spontan ein: Einmal habe sie drei Jungen auf der Mädchentoilette entdeckt – beim Skatspielen. Zweifellos eine völlig neue Erfahrung. Wir zeichnen in dieser Ausgabe die Geschichte der Schule nach. Im April 1954 wurde das

jetzige Schulgebäude bezogen, damals das modernste in der Stadt. Für Stadtbaurat Herbert Böhme war es wichtig, viele Kunstwerke in das Bauwerk zu integrieren als wichtigen Bestandteil von umfassender Bildung. 1994 erklärte er in einer Festschrift: „Von allen Hochbauprojekten, die ich in Hagen realisiert habe, ist mir die Ricarda-Huch-Schule am liebsten. Wir haben uns damals viel Mühe gegeben und hohe Sorgfalt walten lassen. Obwohl damals harte Zeiten waren, wollten wir auf die notwendige künstlerische Ausgestaltung nicht verzichten.“
Foto: Gerd Lorenzen

Meier Haus- und Grundverwaltung GmbH

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

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

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



Komfortable gepflegte Mietwohnungen

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

Wohnen mit Mehrwert

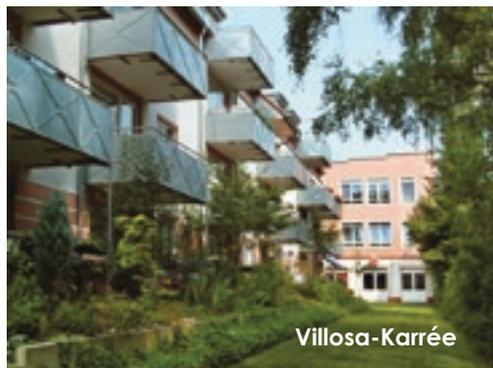
Bei uns finden Sie Seniorenwohnungen mit bewährtem Betreuungskonzept. Dabei arbeiten wir mit verschiedenen Kooperationspartnern zusammen, die Ihnen von Umzugsservice und Renovierungshilfe bis zur Pflege/Hausnotruf und mobilem Mittagstisch jeden gewünschten Komfort bieten.

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

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

Rufen Sie uns an, um sich unverbindlich zu informieren.

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



Guten Tag	3
Zu unserem Titelbild	3
Unser Prominenten-Interview	
■ Dirk Klauke, Kulturmanager vom Hasper Hammer: Traumjob in der alten Hammerschmiede	8
Titelgeschichte	
■ Ricarda-Huch-Gymnasium: Eine Schule in beständigem Wandel	10
Wohnen im Alter	
■ Wohnen muss bezahlbar sein	12
■ „Pflegetück“ soll in den eigenen vier Wänden helfen	13
Soziales	
■ Keine Angst vor Laptop & Co	14
■ Am 5. April: 2. Hagener Seniorentag	15
■ Am 25. Mai: Wählen gehen!	15
■ Stellenanzeige in eigener Sache	16
Jung und Alt	
■ Der „Freundeskreis HohenlimBuch“ hat Angebote für Jung und Alt	17
■ Gemeinsames Projekt: Der Igel als Bräutigam!	18
Gesundheit	
■ Aktionstag „Bewegt ÄLTER werden“ am 26. April	19
■ Gedächtnistraining	20
■ Rezepte gegen Grippe	21
Hobbies	
■ Ostereier natürlich färben	22
■ Quer durch den Farbengarten	23
■ Kurzgeschichte: Verworrene Verhältnisse	26
Gedichte und Dönekes	
■ Ricarda Huch zum 150. Geburtstag: „...fasse Mut und schwimme oder springe“	27
■ Gedicht: Das Apfelbäumchen	28
■ Erinnerungen: Pleckball auf der Straße ...	29
Veranstaltungskalender	31–46
Impressum	38



**Hohenlimburger
Bauverein**

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

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

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

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

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



Ein gutes Zuhause beim Bauverein – in jedem Alter! Unser Projekt „Kooperation mit Pflegediensten“

Unsere Erfahrungen zeigen, dass das Alter unserer Mitglieder stetig steigt. Die eigenen 4 Wände bieten gerade dann ein vertrautes Wohnumfeld und Sicherheit. Als Wohnungsgenossenschaft sind wir uns unserer sozialen Verantwortung bewusst und stärken mit unserem Projekt die Wohn- und Lebensqualität unserer älteren Mieter.



Redaktioneller Beitrag vom Hohenlimburger Bauverein

Durch den Abschluss einer Kooperation mit drei ortsansässigen Pflegediensten und zwei Hausnotrufanbietern erhalten unsere Mitglieder die passenden Angebote für eine optimale Unterstützung im alltäglichen Leben. Die Bandbreite der Leistungen erstreckt sich über Beratungen, Hilfe im Alltag, Pflegebesuche, bis zur Versorgung mit „Essen auf Rädern“. Die ausgewählten Unternehmen haben uns auch durch ihre Kompetenz im menschlichen Umgang überzeugt.

Und weil zu einem guten Zuhause auch eine intakte Nachbarschaft gehört, bieten wir – gemeinsam mit den Pflegediensten – regelmäßig gesellige Nachmittage an. Die Treffen bei Kaffee und Kuchen stehen ganz im Zeichen eines netten Beisammenseins. In angenehmer Atmosphäre lernt man sich besser kennen, tauscht Erfahrungen aus und knüpft den einen oder anderen Kontakt. Und wer sagt, dass man im Alter keine neuen Freunde findet?

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

**Ihre Ansprechpartnerin in unserem Haus ist:
Roswitha Jürgens
Tel. 02334 / 95 88 13.**



ARGANIA AURUM

BIO-ARGANÖL-PRODUKTE

INSTITUT GABI DAHM

ANWENDUNGEN · THERAPIE

Exterweg 10a · 58093 Hagen

Tel. 02331-3 76 55 68

Termine nach Vereinbarung!



Wohlbefinden für Körper, Seele, Geist: Massagen & Therapien mit BIO-ARGANÖL

Arganöl gilt als eines der edelsten und wertvollsten Öle der Welt. Die gesundheitsfördernden, pflegenden und auch heilenden Eigenschaften des Arganöls sind schon seit dem Mittelalter bekannt.

Das Bio-Argan-Öl hält zurzeit seinen Einzug in der modernen Naturkosmetik und Nahrungsergänzung. Seit kurzer Zeit gibt es in Hagen ein Institut, gegründet von der Entspannungspädagogin Gabi Dahm. Mit ihrem neu entwickelten Konzept – eine Kombination aus tiefer Entspannung und anschließender Massage – ermöglicht sie Menschen, die unter Dauerstress, psychischen Belastungen und Überforderung leiden, oder aber ihre Schönheit und Ausgeglichenheit beibehalten möchten, eine Erholung der besonderen Art.

Des Weiteren weisen mehrere Studien darauf hin, dass Arganöl als Nahrungsmittel eine wichtige Rolle bei der Prävention von Krankheiten zukommen könnte. Insbesondere bei Hautkrankheiten, wie Neurodermitis und Schuppenflechte, konnten bereits große Erfolge* erzielt werden.

Argan Produkte wie Hautöl, Speiseöl, Nahrungsergänzungskapseln etc. erhalten Sie im Institut Argania Aurum.

(*siehe Buch Dr. Schleicher „Arganöl“)



Anwendungsgebiete des Öls in der Naturheilkunde:

- ✓ Akne, Ekzeme
- ✓ Neurodermitis, Psoriasis (Schuppenflechte)
- ✓ Sonnenbrand
- ✓ Haarprobleme, Haarausfall
- ✓ Bindegewebsschwäche, Zellulite
- ✓ Gelenkerkrankungen, Rheumatische Erkrankungen
- ✓ Senkung des Krebsrisikos (Brust, Haut, und Prostata) als antioxidative Vorsorgemaßnahme
- ✓ Wechseljahre (als natürliches Hormon)
- ✓ Herz-Kreislauf-Beschwerden
- ✓ Bluthochdruck, Durchblutungsstörungen
- ✓ Senkung des Cholesterinspiegels und Herzinfarkttrisikos
- ✓ Fettstoffwechselstörungen
- ✓ Alzheimer, Parkinson u.v.m.

Unser kompetentes Team berät Sie gerne
www.argania-aurum.de

Neu: Behandlungen in Seniorenresidenzen und Altenheimen
Sie wollen mehr über Arganöl erfahren?
Gabi Dahm informiert:

**14.04.2014, 17.30 Uhr, Seniorenzentrum Am
Theater Hagen Vortrag: „Arganöl-Flüssiges Gold“
Anmeldungen zum Vortrag bitte unter: 02331-8044-300**

Rosmarie Melchert (Text) und Gerd Lorenzen (Fotos)

Traumjob in der alten Hammerschmiede

„Ich bin froh und dankbar, dass ich den Weg hierher gefunden habe“

Wir stehen an einem frühlingshaften Morgen vor dem Hasper Hammer, einer ehemaligen Hammerschmiede, vom Wasser der Ennepe angetrieben. Noch ist alles ruhig. Wir ahnen nicht, welche „Wundertüte“ an Aktivitäten und Ideen sich gleich für uns öffnet, als wir uns mit dem Kulturmanager Dirk Klauke zum Gespräch treffen.

Da ist zunächst sein gewinnendes, um nicht zu sagen, strahlendes Lächeln. Es lässt das kreative Chaos seines Büros übersehen, das er sich mit einem zweiten Mitarbeiter teilt. Stefan Becker ist zuständig für die Betreuung der Räumlichkeiten und die Technik und greift ihm aushilfsweise auch bei den anstehenden Büroarbeiten unter die Arme. Für alle anderen Aufgaben wie Kasse, Theke, Betreuung der Künstler, Bestuhlung etc. sind Ehrenamtler zuständig.

Es gehören schon Fingerspitzengefühl und Einfühlungsvermögen dazu, all die ehrenamtlichen Kräfte zu führen, bekennt Dirk Klauke. **Aber bei dem immer weiter beschnittenen Etat von derzeit 68.000 Euro (früher 75.000 Euro), könnten wir den Kulturbetrieb des Hasper Hammers ohne diese Helfer gar nicht stemmen. Ich bin für jeden dankbar, der sich hier engagiert. Die Budgetsicherung der Stadt geht übrigens bis 2016. Danach wurde vom Rat für alle Kulturstätten der Stadt eine 10prozentige Kürzung beschlossen.** Dirk Klaukes Gesicht verzieht sich etwas sorgenvoll. **Aber es gibt einige zusätzliche Einnahmequellen: Die Räume können von Privatpersonen und Vereinen angemietet werden. Wir bieten dazu die Technik und das Knowhow. Auch alternative Vertriebsarten wie zum Beispiel das Hagerer Gutscheineft, werden genutzt.**

Facebook? Hasper Hammer ist soziales Netzwerk genug!

Inzwischen bekommen wir sogar die versprochene Tasse Kaffee. Was sagt so ein Büro mit alten, deutlich Ge-



Dirk Klauke in seinem Büro, einer Ideenschmiede.

brauchsspuren aufweisenden Möbeln und jede Menge Papierstapel auf den Tischen über die dort Tätigen aus? Hier wird gearbeitet, geplant, es ist sozusagen die Ideenschmiede des Hasper Hammers. Besser können Büroräume die Vielseitigkeit der hier Arbeitenden nicht dokumentieren. Noch kennen wir nur einen Bruchteil seiner vielfältigen Aufgaben, aber was verwundert, ist die Gelassenheit, die aus Dirk Klauke's Worten spricht. **Ich halte mich mit Yoga fit. Und zu Hause gibt es bei mir seit zwei Jahren keinen Fernseher und kein Internet. Facebook? Nein, danke. Mein Arbeitsalltag ist „Soziales Netzwerk“ genug.**

Da er selbst die Wirkung dieser geistigen und körperlichen Übungen erlebt und aus dieser inneren Ruhe zu Kreativität gelangt, bietet er Yoga jeden Donnerstag in einer Schule an. Die Jugend an Kultur heranzuführen, das ist Dirk Klaukes großes Anliegen. **Wir haben eine Kooperation mit einigen Schulen: Mit der Gesamtschule Haspe führen wir drei Kulturtage im Jahr durch, an denen die SchülerInnen ihre einstudierten Aufführungen zeigen. Das Christian-Rohlf's-Gymnasium präsentiert eine Aufführung im Jahr. Ein Dauerbrenner ist unser Theater-Workshop „In vier Tagen zur Traumrolle“. Da kommen sogar Leute aus**

Düsseldorf und der weiteren Umgebung. Die Qualität dieser Veranstaltung hat sich herumgesprochen. Beliebte sind auch die Motivations- und Präsentationsworkshops von Marco Spohr. Und auch die vielen Kreativgruppen, unter anderem das Seniorentheater Steps To, finden große Resonanz. Dirk Klauke hat Fahrt aufgenommen. Die Worte sprudeln nur so aus ihm heraus. Man ahnt, er hält noch viele Ideen parat.

Auch Dieter Hildebrandt war Vereinsmitglied

Nun haben wir bei der Fülle der im Hause stattfindenden Aktivitäten noch gar nicht über den sicher wichtigsten Teil dieses Kulturbetriebs gesprochen: die „Komödie Hagen“, die hier beheimatet ist. In diesem Jahr plant Mona Stöcker eine Neuproduktion von Tabaluga 2. Schwerpunkt des Programms, bei dem der Kulturmanager wegen seiner vielseitigen Kontakte und Informationen großen Einfluss hat und die Vorauswahl trifft – der Programmausschuss des Vereins legt dann das Programm fest – sind Kabarett, Comedy, Kleinveranstaltungen, Lesungen und kleine Konzerte. **Als Eigenproduktion haben wir Märchenaufführungen. Regie führt das Vorstandsmitglied Udo**

Schmalz. Die werden gerade in der Vorweihnachtszeit gut angenommen. Ich stehe auch manchmal auf der Bühne. Pause. Aber nur als Ansager. Fürs Theaterspielen habe ich keine Zeit. Vielleicht später einmal.

Ein wenig stolz ist Dirk Klauke, wenn er aufzählt, welche Künstler schon im Hasper Hammer auftraten. **Wir haben feste Kontakte unter anderem zu Lioba Albus, Wilfried Schmickler, die Travestie-Künstler Ham & Egg. Der kürzlich verstorbene Dieter Hildebrandt war sogar Vereinsmitglied.**

Wie sich später bei einem Rundgang durch die Theater-, Proben- und Aufenthaltsräumen zeigt, wurde hier kräftig investiert. Zum Beispiel legte man Wert auf gute, bequeme Bestuhlung des Zuschauerraums. Außerdem macht alles einen sehr aufgeräumten Eindruck. An einem besonders schönen Saal, der durch freigelegte große Fenster den Blick auf eine Grünfläche an der Ennepe freigibt, arbeiten zurzeit noch die Handwerker. Hier kann

man sich Hochzeitsfeiern, Jubiläumsfestivitäten etc. vorstellen. In lauen Sommernächten können die Gäste nach draußen auf die Wiese gehen - ein Traum!

2002 fing Dirk Klauke im Hasper Hammer an. Die Berufsjahre davor waren bunt und vielfältig. **Zunächst habe ich in der Industrie gearbeitet, aber schnell gemerkt, das ist nicht meine Welt. Danach war ich am Schillertheater Wuppertal als kaufmännischer Angestellter, quasi eine erste Berührung mit einem Kunstbetrieb und mit dem Tanztheater Pina Bausch, für die ich mehrere Abschlüsse machte. Ich bin so dankbar, diese großartige Frau noch kennen gelernt zu haben.**

Kleines Mussverständnis bei Pina Bausch

Ach ja, Tänzer ist er auch noch, denke ich. Das hätte ich mir denken können bei diesem durchtrainierten Körper. Aber es stellt sich schnell heraus, dass

Dirk Klauke von Bilanzabschlüssen spricht. Durch eine Pressearbeit im Osthaus-Museum „100 Jahre Folkwang“, wo er sich als gelernter Diplom-Kaufmann um das Rechnungswesen kümmerte, erhielt er Kontakt zur Hagener Kulturszene. An der Fernuni hat er ein paar Vorlesungen zum Thema Kulturmanagement besucht, um für seine neue Aufgabe vorbereitet zu sein, von der er sagt, dass sie nach wie vor ein Traumjob ist.

In der freien Wirtschaft könnte ich sicher mehr verdienen, aber hier habe ich jede Menge Freiheit und kann viele Ideen verwirklichen. Jeden Tag bin ich froh und dankbar, dass ich den Weg hierher gefunden habe. Hier bin ich Allrounder, kann mich verwirklichen. Ich freue mich jeden Tag, dass ich hier im Hasper Hammer arbeiten darf.



Mal ernst, mal verschmitzt: Dirk Klauke im Gespräch.

Verein Hasper Hammer

Im Jahr 1984 wurde der „Verein Hasper Hammer“ gegründet. Initiator war Klaus Beermann, der früher in der Sensenschmiede beschäftigt war. 1995 erfolgte der durch Landesmittel geförderte Umbau. Damals wurde unter anderem das Foyer angebaut und damit ein einladender Eingangsbereich geschaffen. Erst kürzlich fertiggestellt wurde der Ausbau eines alten Fabrikteils. Dort ist jetzt ein Probenraum entstanden, der sich auch für Kleinveranstaltungen wie Lesungen etc eignet. Seit nunmehr 30 Jahren ist dieses alte Industriedenkmal einer der erfolgreichsten Kulturbetriebe von Hagen.

**AKIN
ELEKTRO-CENTER**

Neue und gebrauchte Markengeräte.
Ersatzteile mit Garantie und kostenlose Lieferung.

Altenhagenerstr. 24
58097 Hagen



02331-34 807 37
0179-489 39 71

elektro-center@hotmail.de



Eine Schule in beständigem Wandel

1848: Gründung der ersten Mädchenschule in Hagen / 1948: Benennung in Ricarda-Huch-Schule / 1954: Einzug in das jetzige Schulgebäude

Am 27. April 1954 wurde mit einem feierlichen Festakt die neu erbaute Ricarda-Huch-Schule eingeweiht. Während in der Eingangshalle Reden gehalten wurden, drängten sich draußen die künftigen Schülerinnen. Als einzige Hausaufgabe hatten sie für diesen Tag den Auftrag erhalten, ihr Haar mit Blütenkränzen zu schmücken. Nach Jahren der Wanderschaft durch verschiedene Standorte hatte die traditionsreiche Schule einen festen Platz bekommen.

1848 gründeten engagierte Bürger eine erste Mädchenschule in Hagen. 1876 wurde daraus ein Lyzeum mit sieben Klassen. Es war eines der ersten in Westfalen. 1899 erfolgte die Anerkennung als „höhere Schule“. Ab 1922 berechnete der Abschluss zum uneingeschränkten Universitätsstudium. Vorher eröffnete sich den Schülerinnen, wenn sie nicht heirateten, fast nur der Beruf der Lehrerin. Der Schule war zugleich ein Lehrerinnenseminar angeschlossen. Höhere Töchterschule, Lyzeum, Gymnasium – nach und nach eroberten sich die Frauen neue Zugänge zu Bildung und Berufen. Die Geschichte der Schule erzählt zugleich die Geschichte der Gleichberechtigung.

Ein langer Weg zu gleicher Bildung

Die Nazis drückten der Schule ihren ideologischen Stempel auf. Frauen sollten Ehegattinnen und Mütter werden. Seit der Schulreform von 1938 brauchten Schülerinnen für die Aufnahme in die Oberstufe den Nachweis von hauswirtschaftlichen Fähigkeiten. Die Ausbildung wurde in einen sprachlichen und hauswirtschaftlichen Teil aufgespalten. 1992/93 endete das hauswirtschaftliche Unterrichtsangebot. Die Bombenangriffe im Zweiten Weltkrieg verstreuten Schülerinnen und Lehrkräfte während der Evakuierung über ganz Deutschland. Nach dem Krieg lag das ehemalige Schulgebäude an der Bergstraße in Trümmern. Die Schule ging „auf Wanderschaft“. Im Winter 1946/47 war es so kalt,



Ein vertrautes Bild: Die Bronzestatue „Die Knieende“. Die Künstlerin Margret Dorn-Malin schuf sie im Jahr 1929. Foto: Gerd Lorenzen

dass der Unterricht ausfallen musste. Die Schülerinnen holten alle zwei Wochen ihre Hausaufgaben ab. 1954 bekam die Schule wieder einen festen Standort. Inzwischen – 1948 – hatte die Schule den Namen von Ricarda Huch bekommen – einer starken, mutigen Frau, die den Nazis und ihrer Ideologie widerstanden hatte. Sie war eine der ersten promovierten Frauen Deutschlands (siehe Portrait auf Seite ??). 1973 kam ein tiefer Einschnitt:

Seit 1973 lernen Mädchen und Jungen gemeinsam

Aus dem Mädchengymnasium wurde eine koedukative Schule, das heißt Jungen kamen dazu. Ulrike Wegner kann die Veränderungen beurteilen, die sie als Schülerin, später als Referendarin und heute als Studiendirektorin erlebt hat. „Der Unterricht wurde lebhafter, aber auch schwieriger. Mädchen sind im allgemeinen fleißiger und ordentlicher, Jungen müssen schon mal härter angefasst werden, sie brauchen klarere Ansagen, sonst sind sie oft benachteiligt.“ Insgesamt hält sie die gemeinsame Erziehung für eine Bereicherung. Es gebe zwar mal öfter Raufereien auf dem Schulhof, aber weniger „Zickenkrieg“. Heute gehen 430 Schülerinnen und 320 Schüler zur „Ricarda“.

Eine Schulstunde hat 67,5 Minuten

Schule erlebt einen ständigen Veränderungsprozess. Für Carsten Schmidt, seit Ende 2013 Schulleiter, ist das ein normaler Prozess. „Das Leben und die Anforderungen ändern sich, da müssen wir drauf eingehen.“ Und das heißt nicht nur, dass Computer im Unterricht Einzug halten oder das Fach Mathematik und Informatik, dass das Internet bei Recherchen hilft usw. Mit vielen internationalen Kontakten bereitet das Gymnasium auf eine globalisierte Welt vor: Schülerinnen und Schüler können Zertifikate in Französisch und Englisch erwerben, die zu einem Studium im Ausland befähigen. In der Partnerstadt Montluçon können Schüler Praktika machen. Es gibt einen regelmäßigen Austausch mit der Schule Nr. 11 in Smolensk. In diesem Sommer ist wieder eine Delegation zu Gast – rechtzeitig zum großen Sommerfest. Das geht weit über Brieffreundschaften hinaus, wie ich sie aus meiner Schulzeit kannte.

Was mir aufgefallen ist: der Stundentakt von 67,5 Minuten. C. Schmidt erläutert: Das ist der Verringerung der Schulzeit geschuldet. Schüler haben öfter bis in den Nachmittag hinein Unterricht – es geht nicht, immer mehr Fächer in einen Tag hinein zu pressen.

Der neue Stundentakt soll den Schultag „entschleunigen“ – er umfasst weniger Fächer, in denen aber intensiver gearbeitet werden kann. Und er entlastet die Schülerinnen und Schüler im wahrsten Sinne des Wortes: Sie müssen nicht so viele Bücher und Hefte mitschleppen. „Wir haben uns für die 67,5-Minuten-Variante entschieden – ebenso wie das Fichte-Gymnasium, mit dem wir kooperieren. Andere Schulen haben 90-Minuten-Regelungen. Das 67,5-Minuten-Modell wird bei uns und am Fichte-Gymnasium in diesem Jahr noch einer Evaluation unterzogen.“

Ulrike ist 17 Jahre alt und macht in diesem Jahr ihr Abitur. Könnte sie sich vorstellen, auf ein reines Mädchen-gymnasium zu gehen? „Es wäre sicher mal ganz lustig“, meint sie nachdenklich. Aber eigentlich findet sie den ge-

meinsamen Unterricht besser. „Es entgeht einem doch sonst eine wichtige Erfahrung im Umgang miteinander.“ Und wie war das mit der Umstellung auf G 8, das Abitur nach acht Jahren auf dem Gymnasium? Ulrike hat das gut verkräftet, sogar noch ein Jahr Schulbesuch in den USA eingeschoben. „Aber für Schülerinnen und Schüler, die die Schule weniger wichtig nehmen, ist das ein größeres Problem.“ Insgesamt denkt sie im Rückblick, dass die Lehrkräfte verwirrt waren von der Umstellung als die Jugendlichen.

Ricarda Huch passt zur „Schule mit Courage“

Den neuen Stundentakt findet sie in Ordnung. „Statt bis zu acht Fächern am Tag haben wir nur vier bis fünf. Der

verlängerte Takt lässt mehr Raum, Unterrichtsstoff durchzunehmen, Zusammenhänge besser zu erkennen, sie werden deutlicher. Besonders in der Oberstufe ist das sehr gut.“ Ulrike gefällt besonders das multikulturelle Klima an der Schule, das von Respekt geprägt ist. Es gibt einen hohen Anteil von Schülerinnen und Schülern aus Zuwandererfamilien. „Das prägt unser Zusammenleben. Ich merke das immer besonders, wenn andere Gruppen so homogen und langweilig sind.“

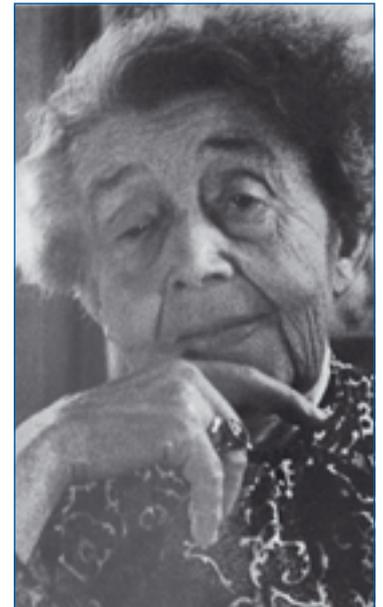
In diesem Jahr wird die Namenspatronin Ricarda Huch 150 Jahre alt. Carsten Schmidt meint dazu: „Wir gehören zu den ‚Schulen gegen Rassismus – Schule mit Courage‘. Ricarda Huch passt mit ihrer Haltung dazu, besonders wenn es um Courage geht.“

Stationen

- 1848: Hochstraße/Ecke Viktoriastraße
- 1905 – 1908: Filiale am Neumarkt
- 1908: Umzug in neues Schulgebäude an der Bergstraße, neben dem Fichte-Gymnasium
- 1919: wegen wachsender Schülerinnenzahlen Filiale am Dreiecksplatz
- 1943: Evakuierung; am 1. Oktober 1943: das Schulgebäude wird bei einem Bombenangriff zerstört
- 1946 – 1954: Unterbringung in verschiedenen Schulen (Haspe, Albrecht-Dürer-Gymnasium, Parkschule usw.) Schichtunterricht
- 27. April 1954: Einweihung des neuen Schulgebäudes

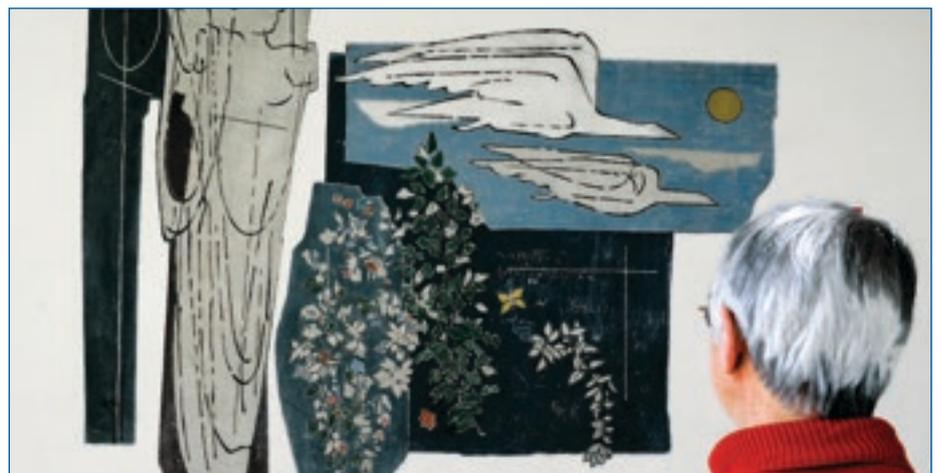


Ulrike findet es gut, auf ein Gymnasium für Jungen und Mädchen zu gehen. „Obwohl - so eine reine Mädchenschule wäre auch mal ganz lustig. Nur nicht für immer.“ Foto: Ruth Sauerwein



Freundlich blickt Ricarda Huch auf Lehrende und Lernende in der Schule, die ihren Namen trägt.

Die Flure der Ricarda schmücken zahlreiche Sgraffiti von Robert Pudlich. Waren die mathematischen Formeln in diesem Fall Bestandteil des Kunstwerks? Oder hat sich ein findiger Schüler bzw. eine trickreiche Schülerin hier eine Gedächtnisstütze eingeritzt? In der Festschrift von 1994 erinnert sich eine ehemalige Schülerin an einen solchen Vorfall...
Foto: Gerd Lorenzen



Wohnen muss bezahlbar sein

Seniorenbeirat sorgt sich um Seniorinnen und Senioren mit kleinen Renten

In Hagen entstehen zahlreiche Wohnanlagen für betreutes Wohnen. Eine sinnvolle Entwicklung in Zeiten des demografischen Wandels. Aber: Das Wohnen in diesen Wohnungen hat seinen Preis. Für eine wachsende Zahl von Senioren und vor allem Seniorinnen werden die Mieten nicht zu zahlen sein. Aber auch sie brauchen im Alter Wohnungen, die zumindest barrierearm sind, die wärmeisoliert sind und die ein Umfeld haben, in dem sich alte Menschen sicher und gut aufgehoben fühlen. Der Seniorenbeirat hat dieses Thema aufgegriffen und einen ersten Erfahrungsaustausch zum Thema durchgeführt.

Ruth Schultheis von der Wohn- und Pflegeberatung berichtete, dass Anfragen nach günstigem seniorengerechtem Wohnraum vorliegen und oft nur schwierig zu befriedigen sind. Gerade bei Renten bis zu 900 Euro brutto im Monat sind auch Wohnungen um die 4,50 Euro/m² im Monat eine große finanzielle Belastung – und das Wohngeld kann hier wenig ausrichten, wie Dieter Krombholz von der Wohngeldstelle ausführte. Bei einer Rente von 850 Euro liegt die Mietobergrenze bei 279 Euro, und es ist ein Wohngeld von vielleicht 11 Euro zu erwarten, wenn überhaupt. „Ich muss viele wieder wegschicken, was mir oft sehr leid tut.“

1800 WohngeldempfängerInnen gibt es in Hagen, davon ein Drittel RentnerInnen. Dabei ist die Dunkelziffer vermutlich hoch, weil viele sich schämen, „zum Amt“ zu gehen. Marion Golling vom Hohenlimburger Bauverein kennt alte Mieterinnen, die lieber nicht heizen als eine Beihilfe zu beantragen. Marco Boksteen von der ha.ge.we kann das bestätigen. Darum ist es auch schwer, den Bedarf an günstigem altengerechtem Wohnraum genau zu bestimmen. Das Pestel-Institut hat bis zum Jahr 2020 den Bedarf von 3.000 Wohnungen für arme Alte prognostiziert.

Das Problem wird sowohl bei den Wohnungsbaugesellschaften als auch bei privaten Investoren gesehen. Allerdings: qualitativ gutes Bauen ist teuer. Klaus Völk von Haus und Grund und Karen Mücke erläutern, dass die Mieten eigentlich noch höher liegen müssten. Das Mietniveau in Hagen sei ohnehin sehr niedrig. Kann eine Erhöhung des

Wohngeldes eine der Schrauben sein, an denen gedreht werden muss? Dann liegt der Ball beim Bund im Feld. Und das kann dauern.

Torsten Bölting vom Landesbüro altengerechte Quartiere in Bochum wies auf das NRW-Landesprogramm hin, mit dem Quartiere für alle Generationen wohnlicher gemacht werden sollen. Erreichbare Angebote im Stadtteil, Entwicklung von gegenseitiger Hilfe und Nachbarschaft könnten dabei helfen, Menschen im gewohnten Umfeld zu halten, auch wenn die baulichen Gegebenheiten nicht optimal seien.

Der Seniorenbeirat wird das Thema weiter verfolgen. Auf seiner Februar-Sitzung beschloss das Gremium einen entsprechenden Antrag an die Mitgliederversammlung der Landesseniorenvertretung.



Gesprächsrunde des Seniorenbeirats zum Thema „Bezahlbares Wohnen im Alter“.

Text und Foto: Ruth Sauerwein



Hier zählt der Mensch!

Liebfrauenstr. 23a
58089 Hagen-Vorhalle

Tel.: (02331) 3 49 60-0
Fax: (02331) 3 49 60-19

marienheim.hagen@vka-ev.de
www.marienheim-vorhalle.de

„Pflegeglück“ soll in den eigenen vier Wänden helfen

Katarzyna Beuth und Eva Halupczok wollen polnische Pflegekräfte vermitteln

Für viele pflegebedürftige alte Menschen und ihre Angehörigen sind sie ein Ausweg: Pflegekräfte aus Polen. Sie wohnen mit im Haus, sind rund um die Uhr da, kümmern sich um die täglichen Dinge des Haushalts und um die Pflege. Katarzyna Beuth und Eva Halupczok wollen künftig polnische Haushalts- und Pflegekräfte vermitteln.

„Pflegeglück“ heißt ihre kleine Agentur, die sich das Motto „Daheim statt im Heim“ gegeben hat. Sie haben Kontakt aufgenommen zu einer polnischen Firma, die das Personal einstellt, auch bei Bedarf schult und auf die Einsätze in Deutschland vorbereitet und einen Kooperationsvertrag abgeschlossen. Sie vermitteln dann die Frauen hier in der Region. „Wir wollen im nahen Umfeld bleiben, weil uns die Kontakte wichtig sind – zu den Familien, die die Frauen engagieren, aber auch zu den Frauen. Dann können wir schnell vor Ort sein, wenn es Probleme oder Missverständnisse gibt.“ Da beide Frauen polnische Wurzeln haben und die Sprache sprechen, fühlen sie sich gut in der Lage, auch bei kulturellen Unterschieden klärend eingreifen zu können. Die polnischen Pflegekräfte sind bei dem Unternehmen in Polen fest eingestellt und sozialversichert. Sie werden nach dortigem Tarif bezahlt. Im allgemeinen wechseln sich zwei Frauen im Vierteljahres-Rhythmus ab. Die Arbeitsverträge

liegen in Deutsch und Polnisch vor. Katarzyna Beuth und Eva Halupczok führen Gespräche vor Ort und suchen Kräfte aus, die ihrem Profil nach zur Familie passen. Sie holen die Frauen ab und begleiten sie beim Erstkontakt. Und sie wollen Hausbesuche machen, um den Kontakt zu halten.

Die polnischen Pflegekräfte wohnen in der Familie – im Haus oder einer ausreichend großen Wohnung. Denn ein eigenes Zimmer ist Voraussetzung. Sie haben Anspruch auf Privatsphäre, Kost und Logis. Und auch auf angemessene Freizeit. All das wird in einem Vertrag genau geklärt. Ebenfalls die Tätigkeiten, für die sie zuständig sind: Haushaltsführung und Einkaufen, Hilfe beim An- und Auskleiden, Fortbewegung innerhalb und außerhalb der Wohnung, aber auch Unterstützung bei der Freizeitgestaltung. Medizinische Pflege bleibt professionellen Pflegediensten vorbehalten. Die Kosten des Einsatzes müssen im Einzelfall geklärt werden – sie richten sich nach den Erfahrungen und Kompetenzen der Pflegekraft. Eine Pflegestufe mindert die Kosten.

Für viele Menschen hierzulande ist der Einsatz polnischer Pflegekräfte eine gute Lösung. Auch in Wohngemeinschaften pflegebedürftiger Senioren sorgen sie für eine 24-Stunden-Versorgung. Aber was ist mit den Familien der Frauen in Polen? Gibt es dort keine pflegebedürftigen Angehörigen? Keine Kinder? „In Polen sind die Familienstrukturen noch stabiler. Die Großeltern kümmern sich um die Kinder, die Nachbarschaft hat ein Auge auf die Älteren und hilft. Nun ja, auch aufgrund des Wohnungsmangels leben Familien länger zusammen unter einem Dach. Allerdings: Auch in Polen gibt es Veränderungen. Und die polnische Partneragentur hat uns auch gesagt, dass es um Weihnachten oder in der Ferienzeit manchmal Engpässe gibt, weil die Frauen dann bei ihren Familien bleiben wollen.“

Aber im Augenblick ist der Einsatz in Deutschland für viele Frauen aus Polen eine Alternative. Eva Halupczoks Schwiegermutter hat zehn Jahre lang Einsätze in Deutschland gemacht, um nach ihrer Entlassung die Zeit bis zur Rente aufzubessern.

Kontakt: Telefon 0176-529 423 37 und 0176-529 644 23;

E-Mail: pflegeglueck@web.de;

Internet: www.pflegeglueck.com

Ruth Sauerwein



Katarzyna Beuth (links) und Eva Halupczok wollen polnische Pflegekräfte vermitteln. Foto: Agentur Pflegeglück

Keine Angst vor Laptop & Co Hilfestellung im Schulthenhof

Gerade wir Älteren sollten auf dem Gebiet der elektronischen Datenverarbeitung auf dem Stand sein, um mit unseren Kindern und Enkeln kommunizieren zu können. Teilweise sind die Kinder im Ausland, da ist es wirklich von Vorteil, wenn man Laptop, PC oder Smartphone bedienen kann. Und wer nicht mehr so mobil ist, hat dadurch die Möglichkeit, den Kontakt nach außen zu halten. Es ist ein Werkzeug, im Geist lebendig zu bleiben und nicht zu vereinsamen.

Der Schulthenhof in Eilpe ist gut ausgerüstet mit einem Computerraum. Hier finden seit geraumer Zeit EDV-Kurse statt. Aktuell leitet Ralf Dederichs diese Kurse, seines Zeichens studierter Informatikfachmann.

Die Nachfrage ist zur Zeit noch bescheiden, weil die ältere Generation der neuen Technik noch sehr skeptisch gegenüber steht. Anders sieht es aus bei den Senioren, die beruflich bereits mit der neuen Technik gearbeitet haben. Sie sind froh über diese Möglichkeit, jetzt im Ruhestand mit der rasenden Entwicklung auf diesem Gebiet Schritt halten zu können.

Der laufende Kurs hat fünf Teilnehmerinnen (zwei) und Teilnehmer (drei). Im Unterrichtsraum stehen Rechner, die benutzt werden können. Bevorzugt werden jedoch die mitgebrachten vertrauten Geräte, mit denen man zu Hause bereits Erfahrung hat. Die eigenen Laptops haben unterschiedliche Betriebssysteme, von Windows XP, Windows Vista, Windows 7, 8 und das zuletzt auf den Markt gebrachte Windows 8.1. Jeder Teilnehmer hat deshalb andere Probleme. Ralf Dederichs geht auf jeden einzelnen ein, erklärt die Lösungen so, dass auch die anderen davon profitieren. Auf einem großen Bildschirm an der Wand behandelt Ralf Dederichs für alle sichtbar verschiedene Abläufe und erklärt sie verständlich in einzelnen Schritten.

Die Teilnehmer sind sehr interessiert. Aber oft sind sie auch durch die Bedienungsschwierigkeiten, englischen Ausdrücken und Bezeichnungen genervt und frustriert, so dass sie manchmal aufgeben möchten oder „die Kiste am liebsten aus dem Fenster schmeißen würden“. Ralf Dederichs gibt ihnen durch seine ruhige und verständnisvolle Art die Motivation zurück und weiter geht es... Bei Problemen zu Hause bietet er an, telefonische Hilfestellung zu leisten. Ansonsten

kann man auch jederzeit bei einem der gerade stattfindenden Kurse vorbeikommen.

Mittlerweile gibt es viele unterschiedliche Geräte neben PC und Notebook. Tablets, Smartphones, iPods, Kameras usw., die zusammenwachsen bzw. kompatibel sind, um wichtige Daten wie Fotos, Videos, E-Mails, Musik oder Nachrichten aus sozialen Netzwerken abzurufen. Auch dieses wird in den Kursen von Dederichs behandelt.

Andere Einrichtungen bieten mittlerweile auch EDV-Kurse für Senioren an. Die meisten behandeln jedoch nur Themen wie Word, Excel, Foto-Shop usw. Bei Dederichs stehen die Probleme der Teilnehmer im Vordergrund. Der Kurs dauert anderthalb Stunden. Aber der Lerneifer der Teilnehmer ist groß. Weit über die Zeit hinaus sitzen sie an den Geräten und fragen, probieren und staunen, was alles so klappt. Und Ralf Dederichs wird nicht müde, alles zu erklären.

Die Kurse finden Dienstag und Donnerstag im Schulthenhof in Eilpe statt. Um Näheres zu erfahren ist Ralf Dederichs telefonisch erreichbar unter der *Nummer: 01525 3978960*



Ralf Dederichs erklärt geduldig alle Fragen rund um den Computer.

Text und Foto: Sigrid Lipphaus

Am 5. April: 2. Hagener Seniorentag

Viele Angebote zum Mitmachen und sich informieren

Am Samstag, dem 5. April, findet in Hagen der 2. Seniorentag statt. In der Zeit von 10 Uhr bis 14 Uhr informieren im Forum der Sparkasse die Begegnungsstätten über ihre vielfältigen Angebote, der Stadtsportbund lädt zum Mitmachen ein; ein Vortrag über den Jakobsweg kann vielleicht neue Anregungen geben.

Der 1. Seniorentag im vergangenen Jahr stieß auf großes Interesse. Und darum hatten der Seniorenbeirat, die Arbeitsgemeinschaft der Wohlfahrtsverbände und die Freiwilligenzentrale beschlossen, daran anzuknüpfen. Und auch die Sparkasse war wieder bereit, das Forum zur Verfügung zu stellen. Café Stich stellt preisgünstig Kaffee und Kuchen zum Verkauf. Und es soll eine Klönecke geben, um bei einem Tässchen Kaffee zusammen zu sitzen. Am Stand des Seniorenbeirats und der Seniorenzeitung können Interessierte Anregungen geben oder sich informieren. Mit dabei ist auch die Wohn- und Pflegeberatung der Stadt Hagen, denn das Thema Wohnen ist für viele sehr wichtig.



Auch die Stadtbücherei wird wieder mit ihren Angeboten dabei sein. Foto: Gerd Lorenzen

Am 25. Mai: Wählen gehen!

Am Wahltag ist vor allem erst einmal eines wichtig: Genau hinzuschauen, für welche Wahl die einzelnen Stimmzettel denn nun sind. Denn am 25. Mai geht es um viel:

Wir wählen

- die Abgeordneten ins EU-Parlament
- den neuen Oberbürgermeister
- die Mitglieder des Rates und der Bezirksvertretungen
- und die Mitbürgerinnen und Mitbürger mit Zuwanderungsgeschichte wählen außerdem noch die Mitglieder des Integrationsrates.

Der Behindertenbeirat hat die Verwaltung aufgefordert, dafür zu sorgen, dass Wahllokale barrierefrei zu erreichen sind. Eine Forderung, der sich Seniorinnen und Senioren nur anschließen können. Eine gute Alternative ist es, mit den Briefwahlunterlagen ins Bürgeramt zu gehen und dort vorab schon in aller Ruhe zu wählen. Informationen zur Wahl gibt es auch am Informationsstand des Seniorenbeirats am 5. April im Sparkassen-Forum.

Im Vorfeld der Wahl wird der Seniorenbeirat zu seiner Sitzung am 14. Mai die Oberbürgermeisterkandidaten einladen und sie zu ihren Vorstellungen befragen. Die Sitzung findet um 15 Uhr im Rathaus an der Volme statt und ist öffentlich.



KRONEN-APOTHEKE

Dorothee Leclair

Altenhagener Str. 56
58097 Hagen
Telefon 02331-8 78 54

Boeler Straße 177
58097 Hagen
Telefon 02331-88 28 58

Wir sind **ab sofort** täglich von 8:00–19:00
Uhr durchgehend und Samstags
von 8:30–13:00 für Sie da.





Stellenanzeige

Ihnen gefällt unsere Zeitung Junges Altes Hagen?
Wären Sie dann bereit, zu ihrer Verbreitung beizutragen?
Wir suchen Menschen, die unsere Zeitung verteilen, vor allem im Raum Vorhalle. Was nützt die beste Zeitung, wenn sie nicht an die Leserinnen und Leser kommt?

Wenn Sie Interesse haben: Wir treffen uns jeden zweiten Mittwoch eines Monats um 10.00 Uhr in Raum DE 123 des Sozialen Rathauses, Berliner Platz 22. Da können wir Einzelheiten klären.

Wir bieten:

Ein nettes, kooperatives Team, in dem die Mitarbeit Spaß macht.

Die Mitarbeit an einem Produkt, das viel Lob findet. Interessante Erfahrungen beim Recherchieren von Artikeln.

Bewerbungen bei:

Ruth Sauerwein Tel.: 5 26 82

Regina Hocke Tel.: 207 2886

Es ist unglaublich, wie viel Kraft die Seele
dem Körper zu leihen vermag.

Wilhelm von Humboldt



Betreutes Wohnen im CMS Pflegewohnstift Harkorten

Komfortable Wohnungen und Appartements, ein bis zwei Zimmer
Besuchen Sie uns – **wir beraten Sie gerne persönlich!**

CMS Pflegewohnstift Harkorten | Harkortstraße 74 | 58135 Hagen-Haspe
Tel: 02331-10 93 0 | Fax: 02331-10 93 -555 | E-Mail: info@cms-verbund.de
Internet: www.cms-verbund.de



Lesen macht in jedem Lebensalter Spaß

Der „Freundeskreis HohenlimBuch“ hat Angebote für Jung und Alt

Die Außenstelle der Stadtbücherei in Hohenlimburg stand vor einigen Jahren auf der Kürzungsliste des Rates. Aber engagierte Bürgerinnen und Bürger gründeten den „Freundeskreis HohenlimBuch“. Die vielen Ehrenamtlichen stellen unter anderem viele Projekte für Jung und Alt auf die Beine. Unser Team-Mitglied Sigrid Lipphaus nahm an einer Lesung für eine Kindergartengruppe teil.

Ich durfte beim „Freundeskreis HohenlimBuch“ an einer Lesung für eine Kindergartengruppe in der Stadtteilbücherei Hohenlimburg teilnehmen. Zuerst wurden die Kinder mit Hilfe des Rabenvogels „Rabi“ – einer Handpuppe – spielerisch an den Umgang mit ausgeliehenen Büchern herangeführt. „Rabi“ sagte ihnen, dass man die Bücher nicht beschmutzen darf, man darf auch nicht in ihnen rummalen, und es sei auch wichtig, die Bücher wieder rechtzeitig an die Bücherei zurück zu geben, weil die Bücher später an andere Kinder ausgeliehen werden. Die Kinder waren sehr aufmerksam und stellten viele Fragen. Danach lasen die Lesepaten an einzelnen Tischchen Geschichten vor. Den Kindern machte es großen Spaß.

Um die Kinder nicht zu überfordern, ist das Vorlesen auf etwa 45 Minuten begrenzt. Die Lesungen für die Kindergartenkinder finden von Januar bis

Juni immer montags statt. Dann ist die Bücherei für das normale Publikum geschlossen. Etwa 15 bis 28 Kinder werden auf die Lesepaten verteilt, pro Lesepate 5 Kinder. Zur Zeit gibt es 14 Lesepaten, die älteste Dame ist 80, sehr agil und mit Herzblut bei der Sache. Weil es jedoch nicht genügend Lesepaten gibt, werden ständig neue gesucht. Bevor sie zum Vorlesen eingesetzt werden, werden sie geschult. Die Schulungen sind selbstfinanziert in Verbindung mit der Stiftung „Lesen“. Es gibt noch weitere Angebote für Kinder. Jeden zweiten Donnerstag im Monat wird für alle Kinder im Vorschul- und Grundschulalter ein Bilderbuchkino angeboten. Die Eltern können währenddessen nebenan Kaffee trinken. Auch Kindergärten aus anderen Stadtteilen nehmen diese Möglichkeit gerne in Anspruch.

An den anderen Donnerstagen wird „Kinderlesen“ angeboten. Es gibt Führungen für Erstklässler-Schulklassen. Am 23. April ist „Tag des Buches“. Der Freundeskreis lädt Lehrer und Schüler zu Führungen ein. In der Bücherei gibt es für die Gäste dann ein einstündiges Programm, danach bekommt jeder Schüler eine „Lesetasche“ mit kindgerechter Lektüre. Es sind 250 Schulkinder pro Jahr, die mit dieser netten Geste beschenkt werden. Von Kindern ab dem siebten bis zum dreizehnten Lebensjahr erhebt die Bücherei einen

eingeschränkten Beitrag. Dieser Betrag wird jedoch von „HohenlimBuch“ übernommen.

Im Hinblick auf Integration wird auch Hausaufgabenhilfe angeboten. Zur Zeit sind es ca. zehn bis zwölf Kinder, die dieses Angebot gerne in Anspruch nehmen. „HohenlimBuch“ organisiert darüber hinaus einmal im Jahr eine Film- und Theateraufführung für Kinder. Im Januar und Februar dieses Jahres fand eine Ausstellung mit Bildern von Fünftklässlern des Fichte-Gymnasiums statt.

Nicht nur für Kinder, auch für Senioren ist der Freundeskreis „HohenlimBuch“ im Einsatz. Jeden Donnerstagnachmittag treffen sich Senioren im „Lesecafé“. Dann liest Veronika Bonefeld vor. Dabei gibt es Kaffee und Kuchen; der Erlös aus dieser Veranstaltung wird verwendet, um Bücher anzuschaffen und die Lesepaten fortzubilden. Zum „Lesecafé“ kommen auch gerne die Bewohner des „Bethelheimes“. Weil sie sich in diesem Kreis so wohl fühlen, bringen sie sogar selbstgebackenen Kuchen mit.

Um Senioren, die nicht mehr so gut zu Fuß sind an der Lesefreude teilhaben zu lassen, gehen die Lesepaten alle vierzehn Tage dienstags in die Seniorenwohnanlagen und lesen dort vor.

Text und Foto: Sigrid Lipphaus



Lesepaten lesen den Kindern in kleinen Gruppen vor.

Vorsicht – stacheliger Bräutigam!

Jugendliche und Erwachsene führen Märchenoper auf

Viele Monate haben Kinder, Jugendliche und Senioren gemeinsam für die Aufführung der Märchenoper „Der Igel als Bräutigam“ geprobt. Bei der Premiere am 6. April können sich 65 engagierte Menschen auf die Schulter klopfen: 40 Schüler und Solisten als Chorsänger, dazu 25 Erwachsene vom Handwerker bis zum Orchestermusiker. Es ist ein gemeinsames Projekt des Schüler-Musik-Theaters für Hagen und der Akademie für Chor und Musik. Junge und ältere Sänger haben gemeinsam geprobt und treten im April zusammen auf.

„Es ist mittlerweile die vierte Produktion“, erklärt Klaus Beermann, der sich um Organisation und Inszenierung kümmert. „Die Rattenfänger von Hameln“ und „Brundibar“ sind bei allen, die die Aufführungen erlebten, in bester Erinnerung. Anliegen von Klaus Beermann ist es, Kinder und Jugendliche an das Musiktheater heranzuführen, und zwar mit Gesang und Rollenspiel.

Die Handwerker haben sich besonders ins Zeug gelegt. Für die aus fünf Bildern bestehende Oper hat das Produktionsteam eigens eine Drehbühne gebaut, damit das 90minütige Werk ohne Pause durchgespielt werden kann. Projektleiter

Michael Oel: „Daran haben wir drei Monate gearbeitet, sie ist toll geworden.“ Die Gesamtkosten der Produktion von rund 10.000 Euro sind durch Spenden aufgebracht worden. Die gesamten Einnahmen aus dem Ticketverkauf sollen dem Hagener Hospiz gespendet werden. Die Hagener Bundestagsabgeordneten Cemile Giousouf und René Röspel haben die Schirmherrschaft über das Projekt übernommen. Karten gibt es auch beim Seniorentag am 5. April.

Der Igel als Bräutigam

Märchenoper für große und kleine Leute, gespielt von großen und kleinen Leuten
Musik Cesar Bresgen, Text Cesar Bresgen und Ludwig Andersen

Aufführungen:

Sonntag, 6. April, 18 Uhr im Autohaus Beckmann

Dienstag, 8. April, und Mittwoch, 9. April, jeweils 18 Uhr, Sparkassen Forum

Donnerstag, 10. April, 18 Uhr, Industrie- und Handelskammer in der Körnerstraße

Eintritt: Erwachsene 8 Euro, Schüler 5 Euro



Kinder und Jugendliche bei der Kostümprobe...



...Senioren machen die Musik dazu. Fotos: Gerd Lorenzen

Aktionstag „Bewegt ÄLTER werden“ am 26. April

Der Stadtsportbund Hagen führt auch in diesem Jahr wieder den beliebten Aktionstag für den Seniorensport durch. Es geht darum, Seniorinnen und Senioren viele Sportarten näher zu bringen, die gerade im Alter die Gesundheit günstig beeinflussen. Und die vor allen Dingen Spaß machen – und Spaß ist ja auch ein wichtiger Gesundheitsmacher. Die Veranstaltung findet von 14 Uhr bis 17 Uhr in der Karl-Adam-Halle

in Vorhalle statt. Kaffee und Kuchen gibt es auch. Aber vor allem viel Bewegung, denn vieles lädt direkt zum Mitmachen ein.

Mehr Informationen und Anmeldungen bei: Stadtsportbund Hagen e.V., Telefon 02331-207 5108, Homepage: www.ssb-hagen.de



Foto vom Wellness-Tag für Seniorinnen und Senioren des Stadtsportbundes im Juli letzten Jahres. Auch am 26. April wird es viele Gelegenheiten zum Mitmachen geben.
Foto: Stadtsportbund Hagen



Orthopädie-Schuhtechnik
kreuzer
Passt gut, geht gut!

Hochstr. 72 ☉ 58095 Hagen
Tel. 02331 / 24481 ☉ www.a-kreuzer.de

- Individuelle Einlagen
- Aktivschuhe / Bequemschuhe
- Maßschuhe / Diabetikerschuhe
- Schuhoptimierungen / Reparaturen
- Kompressionsstrümpfe
- Laufbandanalyse / Fußdruckmessung

Unsere Öffnungszeiten:
Mo. - Fr. 9.00 - 18.30 Uhr
Sa. 10.00 - 13.00 Uhr




Gedächtnistraining

Auch die kleinen grauen Zellen wollen trainiert sein. Und dazu bietet dieses Gedicht eine gute Möglichkeit. Lesen Sie den Text möglichst flüssig, indem Sie links oben anfangen und Wort für Wort von rechts nach links lesen. Vielleicht erkennen Sie sich selbst in dem Gedicht wieder!

Viel Spaß wünscht Brigitte Schmittat,
Metzer Str. 14, 58091 Hagen, Telefon 7 96 40



rehcüb

niE hcsneM, nov nrehcüb trah tgnärdeg,
na eid re gnal nies zreH tgnäheg,
tßeilhcsseb llov tfarktaT, hcis uz nerhew,
`he eis tfahnehcninak hcis nerhem.
hcielgoS, sfua etsreßuä tmmirgre,
re ezmag n`hieR nov nrekömhcs tmin
dnu tfriw eis tsüw fua nenie nefuaH,
ies gizrehmrabnu uz nefuakrev.
reD nefuaH tgeil, os eiw re gal,
ma netsre, netiewz, nettird gaT.
reD hcsneM tguäeb nhi trhüregnu
dnu tsi nnad hcilztölp hcod trhüfrev,
hcon lamnie nhesuznih reuaneg –
heis ad, red enöhcs reuahnepohcs...
dnU tgälhcs nhi fua dnu tseil dnu tseil,
dnu tkrem thcin, eiw eid tieZ tßeilfrev...
tmähcseB tah re hcan thcanrettiM
nhi fua ned netla ztalP thcarbeg.
nihtroD tlets re hcua gidnähegie
ned redreH, gidnäbgiznawzdnuhca.
A. T. E. ssnamffoH ueN-gnukcedtnE
tztüchs neseid hcua rov gnukcertsllöV-sgnawZ.
muzruK, nie rekömhcs hcan med nredna
frad redeiw fua eid retterB nrednaw.
reD hcsneM, red os tim neblah netaT
hanieb nochs `ttäh ned tsieG netarrev,
tsi nun tetsörtteg dnu tretiehre,
ssad eid gnulepmürtnE tretiehcseg.

(htoR neguE)

Ein Lächeln kostet weniger als Strom,
gibt aber ebenso viel Licht.

*Abbé Pierre (1912–2007),
französischer Ordensbruder und Intellektueller*

Rezepte gegen Grippe

Leicht gekürzte Fassung der Betrachtung von Kurt Tucholsky

Beim ersten Herannahen der Grippe, erkennbar an leichtem Kribbeln in der Nase, Ziehen in den Füßen, Hüsteln, Geldmangel und der Abneigung, morgens ins Geschäft zu gehen, gurgele man mit etwas gestoßenem Koks sowie einem halben Tropfen Jod. Darauf pflegt dann die Grippe einzusetzen.

Die Grippe – auch ›spanische Grippe‹, Influenza, Erkältung (lateinisch: Schnuppen) genannt – wird durch nervöse Bakterien verbreitet, die ihrerseits erkältet sind: die sogenannten Infusionstierchen. Die Grippe ist manchmal von Fieber begleitet, das mit 128° Fahrenheit einsetzt; an festen Börsentagen ist es etwas schwächer, an schwachen fester – also meist fester. Man steckt sich am vorteilhaftesten an, indem man als männlicher Grippekranker eine Frau, als weibliche Grippekranke einen Mann küsst – über das Geschlecht befrage man seinen Hausarzt. Die Ansteckung kann auch erfolgen, indem man sich in ein Hustenhaus (sog. ›Theater‹) begibt; man vermeide es aber, sich beim Husten die Hand vor den Mund zu halten, weil dies nicht gesund für die Bazillen ist. Die Grippe steckt nicht an, sondern ist eine Infektionskrankheit. ...

Die Schulmedizin versagt vor der Grippe gänzlich. Es ist also sehr gut, sich ein siderisches Pendel über den Bauch zu hängen: schwingt es von rechts nach links, handelt es sich um Influenza; schwingt es aber von links nach rechts, so ist eine Erkältung im Anzuge. ...Keinesfalls vertraue man dieses geheimnisvolle Leiden einem sogenannten ›Arzt‹ an; man frage vielmehr im Grippefall Frau Meyer. Frau Meyer weiß immer etwas gegen diese Krankheit. Bricht in einem Bekanntenkreis die Grippe aus, so genügt es, wenn sich ein Mitglied des Kreises in Behandlung begibt – die andern machen dann alles mit, was der Arzt verordnet....

...Die Dauer einer gewöhnlichen Hausgrippe ist bei ärztlicher Behandlung drei Wochen, ohne ärztliche Behandlung 21 Tage. Bei Männern tritt noch die sog. ›Wehleidigkeit‹ hinzu; mit diesem Aufwand an Getue kriegen Frauen Kinder. Und so fasse ich denn meine Ausführungen in die Worte des bekannten Grippologen Professor Dr. Dr. Dr. Ovaritius zusammen:

Die Grippe ist keine Krankheit – sie ist ein Zustand!

Aus: Vossische Zeitung, 03.02.1931, Nr. 28.



**Meine Steuererklärung
lasse ich machen.**

Lohn- und Einkommensteuer Hilfe-Ring Deutschland e.V.
(Lohnsteuerhilfeverein)

Beratungsstellenleiterin **Anja Limpinsel**
Im Ostfeld 5 | 58119 Hagen | Tel. 02334-8170993
anja.limpinsel@steuerring.de

→ www.steuerring.de/limpinsel

Wir erstellen Ihre Steuererklärung – für Mitglieder, nur bei Arbeitseinkommen, Renten und Pensionen.

Hausbesuche möglich!



STEUER RING
Wir machen Ihre Steuererklärung



Ostereier natürlich färben

Bunte Farben mit Beeren, Wurzeln und Blüten

Am 20. April 2014 ist Ostern, und das Eierfärben gehört traditionell einfach dazu. Die künstlichen Eierfarben gehören laut Gesetz zu den Zusatzstoffen und sind leider gesundheitlich als bedenklich einzustufen. Dazu dringen sie oft bis ins Eiweiß hinein. Probieren Sie deshalb doch dieses Jahr einmal, die Eier mit natürlichen Lebensmitteln zu färben. Damit es auch gut gelingt, hier einige kleine Tipps von Manuela Mainka.

Wenn schon mit natürlichen Farben gearbeitet wird, dann sollte man auch Bio-Eier einkaufen. Die Farben wirken am besten auf einer weißen Schale.

- 1) Damit die Schale sauber ist und die einzigartigen Farbtöne besser zur Geltung kommen, die Eier am besten vor dem Garziehen in einen Topf mit Essigwasser legen (1Eßl. Essig auf 1 Liter Wasser).
- 2) Die Eier auf keinen Fall anpieksen, da sonst Farbe ins Innere dringen kann. Dazu halten die gekochten und gefärbten Eier auch länger.
- 3) Am besten wird ein alter Emailletopf zum Ansetzen der Farben gewählt, da auch bei Edelstahltöpfen farbliche Veränderungen auftreten können.
- 4) Jetzt wird der Farbsud angesetzt. Dabei sollte folgendes beachtet werden: Grobe Pflanzenteile wie Holz, Rinden, Wurzeln und Rüben vorher klein schneiden. Beeren, Blätter, Blüten: 50 Gramm auf 1 Liter Wasser – Einweichzeit: 12 Stunden – Kochzeit: 60 Minuten.
- 5) Gemüse und Pflanzenteile: 250 bis 300 Gramm auf 1 Liter Wasser – Kochzeit: 45 Minuten.
- 6) Holz, Rinde, Wurzeln: 50 Gramm auf 1 Liter Wasser – Einweichzeit: mindestens 24 Stunden – Kochzeit: 90 bis 120 Minuten
- 7) Kaffee, Tee: 20–30 Gramm auf 1 Liter Wasser – Kochzeit: 20 bis 30 Minuten
- 8) Ist der Farbsud erstellt, werden die Eier darin gut 10 Mi-

nuten geköchelt. Für eine gleichmäßige Farbe die Eier ab und zu mit einem Esslöffel wenden. Um die Farbsintensität zu steigern, den Topf vom Herd nehmen und die Eier im Sud ruhen lassen. Durch einige Zugaben kann die Farbkraft verändert werden: Alaun, Pottasche und Kaliumcarbonat kräftigen, Eisennägel verdunkeln und Essig hellt den Farbton auf.

- 9) Für den Glanz werden die gekochten und abgekühlten Eier mit einem Tuch und etwas Pflanzenöl – oder wie früher mit einer Speckschwarte – eingerieben.

Um besondere Akzente zu färben, kann man ein Blatt oder eine Blüte auf das Ei platzieren und mit einem Nylonstrumpf fixieren. Besondere Muster werden mit Zitronensaft erreicht. Eine Stecknadel oder einen Nagel in den Saft tauchen und damit das gewünschte Muster auf dem Ei vormalen. Das geht auch mit Kerzenwachs, welches dann beim erneuten Erhitzen schmilzt.

Farbton	Pflanzliches Material
bläulich/violett	Blaues Malvenkraut, Heidelbeeren, Holundersaft,
bräunlich	Eichenrinde, Haselnussblätter, Tee, Kaffee
gelblich	Birkenblätter, Brennesselblätter, Curcuma, Fliederblüten, Goldrutenkraut, Kamillenblüten, Safran, Zwiebelschalen
grünlich	Efeublätter, Gras, Petersilie, Schachtelhalmkraut, Spinat
orange	Karotten, Ringelblumenblüten
rosa	Preiselbeersaft
rötlich	Birkenrinde, Rote Bete, Rotkohl, rote Malvenblätter

Sud aus	Farbe	Pro Liter Wasser	Kochzeit des Suds
Birkenblätter	hellgelb	30 Gramm	10 – 15 Minuten
Brennessel	gelblich	250 Gramm frisches Kraut / 100 Gramm getrocknet	Über Nacht stehen lassen, dann 30 Minuten kochen
Curcuma	goldgelb	20 Gramm Pulver	10 – 15 Minuten
Heidelbeeren	violett	25 Gramm Früchte (getrocknet)	10 – 15 Minuten
Holunderbeeren	blau	30 Gramm Früchte (getrocknet)	15 – 20 Minuten
Rote Bete	rot	3 Rüben (geschnitten)	45 – 60 Minuten
Rotkohl	mattblau	400 Gramm Blätter	60 Minuten
Spinat	grün	300 Gramm	45 Minuten
Zwiebelschalen	goldbraun	Gute Handvoll Schalen	20 – 30 Minuten

Weitere Rezepte unter www.kraeuterlady.de
Ihre Kräuterlady

Text und Bild: Manuela S. Mainka

Malen als Hobby

Quer durch den Farbengarten,

Kreativtag am 26. April / Großeltern können mit den Enkeln malen

Jeden Dienstag- und Mittwochmorgen wird der „Paritreff“, die Begegnungsstätte des „Paritätischen“ in der Bahnhofstraße zum Atelier. Dann treffen sich Frauen und ein Quotenmann im Alter von 50 bis 90 Jahren, um ihrem liebsten Hobby zu frönen: der Malerei. Unter der Anleitung der Künstlerin Trees Buntenbach entstehen Bilder, gemalt mit Acrylfarben, Pastellkreiden oder Aquarell.

Trees Buntenbach vermittelt auch die Grundlagen des Zeichnens. Seit zwei Jahren gibt es dieses Angebot im „Paritreff“. Es sind in dieser Zeit viele Kunstwerke entstanden, die im Rahmen von zwei Ausstellungen gezeigt wurden.

„Ich habe als Kind gemalt, aber dann nicht mehr. Und dann hat mich eine Freundin mit zu Trees genommen. Seitdem bin ich mit Freude dabei!“

„Also, ich habe erst mit 60 Jahren mit dem Malen angefangen und hätte nie gedacht, dass ich solche tolle Bilder zustande bringe.“

„Ich dachte immer, ich kann nicht malen, aber jetzt bin ich begeistert.“

Diese oder ähnliche Aussagen hört man, wenn man die „Künstlerinnen“ nach ihrer „Vita“ fragt. Fast alle sind spät erkannte Talente. Umso mehr genießen sie ihre malerischen Fortschritte und natürlich auch die gute Atmosphäre und die Einzelförderung in den Kursen.

„Ich male, weil es mir Freude bereitet, da mein Leben dadurch bunter und glücklicher wird und ich mich ausgeglichener fühle. Dann vergesse ich meine Krankheiten und meine Alltagssorgen.“ So fasste es die älteste Teilnehmerin der Gruppen zusammen.

Im Jahr 2014 sind neben den laufenden Kursen und Workshops die Präsentation auf dem Seniorentag am 5. April

geplant und am 26. April ein Kreativtag mit Ausstellung in den Räumen des „Paritreffs“, Bahnhofstr. 41, in Hagen. Der Kreativtag am letzten Samstag vor den Osterferien bietet allen Interessierten die Möglichkeit, in kleinen Gruppen das Malen auszuprobieren. Unter anderem wird es eine Gruppe für Großeltern und Enkel geben. Und natürlich können dann ausgewählte Werke der Malfrauen (und des Malmannes) bewundert werden.

Also: den 26. April im Kalender vormerken!

Wer Interesse am Erlernen des Malens hat, kann sich beim „Paritreff“ melden, Telefon: 02331-13 474.



Zum Malen-Lernen ist es nie zu spät! Oder um mit Picasso zu sprechen: „Kunst ist dazu da, den Staub des Alltags von der Seele zu waschen.“

Text und Foto: Gisela Drögekamp

sie med

Ihr persönlicher Fachhandel
für Stoma und Sanitätsbedarf

Vertrauen Sie uns – in allen Fragen.

- Stomabedarf
- Inkontinenzprodukte
- Enterale Ernährung
- Wundversorgung
- Kompressionstherapie
- Bandagen
- Pflegehilfsmittel

Eilper Straße 82
58091 Hagen

Tel. 0 23 31 3 86 02 39
www.siemed.de

Sicher und zuverlässig ans Ziel kommen

Der KT-Krankenfahrdienst befördert sicher und zuverlässig Kunden mit Einschränkungen jeglicher Art, egal ob liegend, im Tragestuhl oder im Rollstuhl. Mit uns kommen Sie sicher an Ihr Ziel. Unsere erfahrenen Mitarbeiter bringen Sie zuverlässig und komfortabel zum Arzt, ins Krankenhaus, in die Reha, zur Dialyse und natürlich auch

wieder zurück. Ein freundlicher Service ist für uns ebenso selbstverständlich wie eine moderne, an den aktuellen Qualitätsstandards und Normen ausgerichtete Dienstleistung.

Unser Personal ist gut geschult und unsere klimatisierten Fahrzeuge bieten ein Maximum an Komfort.

Was wir für Sie tun:

- Arztfahrten
- Privatfahrten
- Einweisungsfahrten
- Entlassungsfahrten
- Flughafentransfer
- Dialysefahrten
- Verlegungsfahrten
- Rehafahrten
- Auslandsrückholungen
- Rollstuhltransporte

Unsere Partner:

- Kliniken
- Arztpraxen
- Pflegedienste
- Seniorenzentren
- Pflegeeinrichtungen
- Rehabilitationszentren
- Therapieeinrichtungen
- Krankenkassen
- Versicherungen

Unsere Service-Leistungen:

- engagierte Beratung, gerne auch vor Ort
- unkomplizierte Auftragsannahme
- Klärung der Kostenübernahme
- Service-Partner für Senioreneinrichtungen
- Satellitennavigation
- Transfer von Dokumenten und Gepäck
- Einsatz von erfahrenem und freundlichem Personal
- Moderne DIN-konforme und komfortable Fahrzeuge

Gerne informieren wir Sie über unser komplettes Leistungsspektrum bei einem individuellen und persönlichen Beratungsgespräch.

Machen Sie sich selbst ein Bild von unseren Dienstleistungen und zögern Sie nicht uns zu kontaktieren.

Wir freuen uns auf Sie! Ihr KT-Krankenfahrdienst



KT-Krankenfahrdienst

REHA • DIALYSE • VERLEGUNGEN • ENTLASSUNGEN • ROLLSTUHLFAHRTEN

24 Std. für Sie da!

☎ 0 23 31 - 98 110 0

Ein Service auf den Sie sich verlassen können!

KT-Krankenfahrdienst

Alleestraße 6

58097 Hagen

Tel: 0 23 31 - 38 47 112

Fax: 0 23 31 - 98 110 22

E-Mail: info@kt-hagen.de

Internet: www.kt-hagen.de

Vertragspartner aller Krankenkassen

sicher - zuverlässig - erstklassig



Mitten im Geschehen und bestens umsorgt

Seniorenzentrum Am Theater

Gemeinsam aktiv

Seit nun mehr einem Jahr steht das Seniorenzentrum Am Theater ganz im Dienst für den älteren Menschen. Neben hauptberuflichen Mitarbeitern haben bereits auch ehrenamtliche Mitarbeiter ihren festen Platz bei uns eingenommen. Im ehrenamtlichen Engagement finden die „Freunde unseres Hauses“ Spaß und Freude und manch einer auch ein Stück Selbstverwirklichung.

Mitten in der Stadt

Unser zentraler Standort inmitten der Hagener Innenstadt ermöglicht unseren Bewohnern, die Geschäfte, Arztpraxen und Cafés fußläufig zu erreichen. Und natürlich sind wir an die öffentlichen Verkehrsmittel bestens angebunden.

Für die individuellen Wünsche und Bedürfnisse unserer Bewohner ist bestens gesorgt.

Die Rezeption unseres Hauses ist täglich besetzt. Hier erhalten alle Bewohner und Gäste kompetente Informationen, ihre Anliegen werden entgegengenommen und weitergeleitet. Ein Friseur, ein Kosmetiker und eine medizinische Fußpflege sorgen für das Wohlbefinden unserer Bewohner.

Unser hübsches Café ist ein Ort der Kommunikation. Hier trifft man sich, klönt ein bisschen, nimmt eine kleine Mahlzeit zu sich – gerne mit Angehörigen oder lieben Gästen.

Sie möchten mehr über das Seniorenzentrum Am Theater, unsere Pflegekompetenz oder über eine ehrenamtliche Mitarbeit erfahren? Rufen Sie uns an, wir informieren Sie gerne!



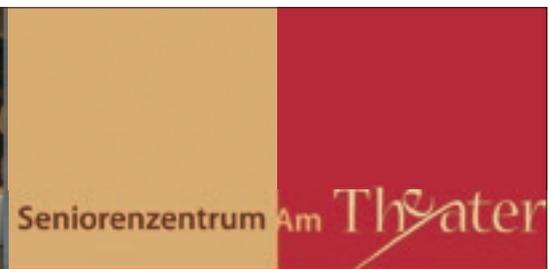
Gabriele Reimer
Einrichtungsleitung

Seniorenzentrum
Am Theater

Humboldtstraße 11
58095 Hagen

02331 / 80 44-300

www.seniorenzentrum-am-theater.de
info@seniorenzentrum-am-theater.de



Zentral und geborgen mitten im Geschehen

Das Leben genießen: selbstbestimmt, mit Wohlbefinden, Spaß und in der bestmöglichen körperlichen Verfassung.

Behalten Sie Ihre Lebensfreude!
Freude an Musik, Tieren, unserem Garten, Lesungen bei einem guten Glas Wein, eigener frischer Küche, kreativer Freizeitgestaltung und Wellnessangeboten.

Unsere Bewohner schätzen:

- Rezeption
- Restaurant-Café
- Friseur, Kosmetik und Fußpflege
- Dachterrasse
- Geschützter Garten

Willkommen in Hagen

Lebensqualität bewahren.



Seniorenzentrum am Theater

Humboldtstraße 11 • 58095 Hagen

Telefon: 02331 / 80 44-300

www.seniorenzentrum-am-theater.de

info@seniorenzentrum-am-theater.de

Geschichten schreiben

Peter Rische wohnt in Dahl. Auf seinem Schreibtisch stapeln sich viele Geschichten, die er bereits ersonnen hat. Hier veröffentlichen wir eine Kurzgeschichte aus seiner Reihe „Lieder, die zu Stories wurden“. „Es gibt eine Reihe von Liedern, bei denen mir die Idee gekommen ist, daraus eine Geschichte zu machen.“ Ist sein Versuch gelungen? Peter Rische freut sich auf Rückmeldungen.

Verworrene Verhältnisse

Hallo, meine Freunde. Es ist eigentlich nichts Besonderes, was ich Euch hier mitteilen will, aber es könnte doch für den einen oder anderen ganz interessant sein. Ich meine die Verhältnisse innerhalb meiner Familie.

Wie? Das interessiert euch nicht die Bohne? Was geht es euch an, welche Streitereien wir untereinander haben? Keine Sorge, ich schreibe nicht über Kräche und Intrigen, wie sie in den endlosen Serien vorkommen, mit denen uns das Fernsehen tagtäglich auf die Nerven geht. Nein, es handelt sich um unsere Verwandtschaftsverhältnisse untereinander. Wie, das sei noch langweiliger? Dann wartet mal ab. Aber ich warne euch vor, ein wenig mitdenken müsst ihr dabei. Zuerst zu mir. Ich bin Anfang dreißig und ledig. Das heißt, ich war es bis vor einem Jahr. Meine Eltern sind geschieden, meine Mutter hat längst einen neuen Freund, mit dem sie weit weg von uns lebt.

Also, vor einem Jahr lernte ich meine heutige Frau kennen. Sie ist zwar erheblich älter als ich, aber das stört mich nicht. Sie sieht klasse aus und ist eine Granate.... doch das geht euch nun wirklich nichts an, ich bin jedenfalls mit ihr glücklich. Ihr wahres Alter verrate ich hier nicht, nur soviel, sie hat aus erster Ehe eine Tochter, die zum Zeitpunkt unseres Kennenlernens süße achtzehn war.

Nun, mit unserer Hochzeit wurde das Mädchel meine Stieftochter, obwohl ich vom Alter eher ein älterer Bruder sein könnte. Aber egal, sie ist eine nette junge Frau, und ich habe sie zeitgleich mit unserer Hochzeit adoptiert. So weit, so gut.

Auf der Hochzeit lernte mein Töchterchen meinen Pa kennen, der viel jünger aussieht als die Mitte fünfzig, die er tatsächlich zählt. Doch wie heißt es so schön? Wo die Liebe hinfällt, und sie fiel auf Pa und meine Tochter. Und einen Monat später heirateten auch die beiden, obwohl Vater eher der Großvater seiner jungen Frau sein könnte.

Jetzt wird es etwas kompliziert. Wie euch einleuchtet, ist mein Vater ja der Schwiegervater meiner Frau.. Und in der Tat ist er auch der angeheiratete Opa meiner adoptierten Tochter. Da die beiden jetzt verheiratet sind, ist meine Tochter jetzt gleichzeitig meine Stiefmutter. Und in dieser Funktion ist sie auch die Schwiegermutter ihrer eigenen Mutter, also meiner Frau. Und meine Frau ist zur selben Zeit die Schwiegermutter ihres Schwiegervaters. Und mein Vater ist somit auch mein eigener Schwiegersohn, da er ja der Mann meiner Tochter ist. Kommt ihr noch mit? Schön, dann weiter im Text, denn es wird noch komplizierter, Wie, das geht nicht? Wartet erst einmal ab.

Wie gesagt, die Hochzeiten waren vor einem Jahr. Und was passiert in vielen Ehen nach dem ersten Jahr des glücklichen Zusammenseins? Richtig, aus dem Ehepaar wird eine richtige Familie, kurz gesagt, es stellt sich Nachwuchs ein...

Der Familienwahnsinn geht munter weiter, sprengt aber unseren Platz. Wer wissen möchte, wie es weiter geht, kann sich an unsere Redaktion wenden oder direkt an Peter Rische, Hundsdick 8, 58091 Hagen, Handy: 01575 58 31 492

Die Idee zu diesen zugegeben etwas verworrenen Verwandtschaftsverhältnissen lieferte die Gruppe Truck Stop. „Mein Opa, das bin ich“ lautet der Titel, in dem der Sänger in Ich-Form über seine Familie berichtet. Und da sich in dem Song auch noch alles reimt, eine bemerkenswerte Leistung, wie ich finde, meint Peter Rische.



Ruhrtal
Außerklinische Intensivpflege

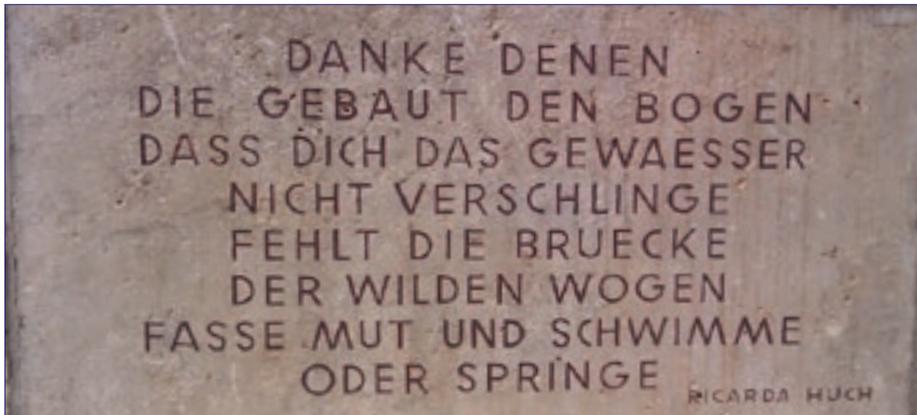
Ulrich Ledermann & Werner Tüttelmann GbR
Wilhelm-Leuschner-Straße 3
58099 Hagen
Tel.: 02331-3962227 | Fax: 02331-3962228
Mobil: 0157-78211909 | E-Mail: info@ruhrtal-pflege.de
Web: www.ruhrtal-pflege.de

Intensivpflege und Beatmungspflege geht auch bei Ihnen zu Hause

- Die Finanzierung erfolgt durch die Krankenkassen
- Wir ermöglichen ein selbstbestimmtes Leben durch 1:1 Betreuung
- Haben Sie Informationsbedarf?
– Sprechen Sie uns an!

„...fasse Mut und schwimme oder springe“

Ricarda Huch zum 150. Geburtstag



Inschrift an der Camsdorfer Brücke in Jena

Diese Inschrift an der Camsdorfer Brücke in Jena, sagt viel über das Leben unseres „Geburtstagskinds“ aus. Sehr bewegt war es, hat sich an vielen Orten abgespielt und war durch schwierige Zeitläufe – Hitlerregime, NS-Zeit, Zweiter Weltkrieg, Anfänge der DDR, Nachkriegszeit in der BRD – geprägt.

Ricarda Huch wurde am 18. Juli 1864 geboren. Nach ihr sind viele Schulen und Straßen benannt worden. Natürlich gibt es in ihrem Geburtsort Braunschweig ein Ricarda-Huch-Gymnasium, ebenfalls in Hagen. In Jena, wo sie von 1935 bis 1947 zusammen mit ihrer Tochter und dem Schwiegersohn lebte, steht ein Ricarda-Huch-Haus. Selbst am Sternenhimmel hat sie Spuren hinterlassen: Zwei Asteroiden wurden nach ihr benannt; einer, 1917 entdeckt, heißt Ricarda und der 1998 Entdeckte heißt Huch.

Es wäre interessant zu erfahren, was Schüler der nach ihr benannten Schulen über ihre Namensgeberin wissen. Hätte man mich gefragt, bevor ich für diesen Artikel recherchiert habe, wäre meine Antwort recht einsilbig ausgefallen. Ihren Namen kennen viele Menschen, aber wer sie war und was sie geleistet hat, ist nicht so bekannt. Sie war unter anderem eine Dichterin und Schriftstellerin. Schließlich stammt sie aus einer Familie, in der es mehrere

bekannte Literaten gegeben hat. Aber was hat sie geschrieben? Vielleicht kennen einige unserer Leser Werke wie „Der Bundesschwur“, „Die Hugenottin“ oder „Fra Celeste und andere Erzählungen“ (Der arme Heinrich; Der Weltuntergang; Die Maiwiese) oder „Der Fall Daruga“.

Eine Frau mit Mut und Leidenschaft

Im Hausbuch deutscher Gedichte „Der ewige Brunnen“ entdeckte ich mehrere Gedichte von ihr. Sie muss eine leidenschaftliche und liebesfähige Frau gewesen sein.

In dem Gedicht „Sehnsucht“ heißt es: „Um bei dir zu sein, trüg´ ich Not und Fährde, ließ ich Freund und Haus und die Fülle der Erde“ und in der zweiten Strophe: „Mich verlangt nach dir wie die Flut nach dem Strande, wie die Schwalbe im Herbst nach dem südlichen Lande.“

Sie war zweimal verheiratet. Ihr erster Ehemann war der Zahnarzt Ermanno Ceconni. Die zweite Ehe mit ihrem Schwager Richard Huch war kurz und unglücklich.

Eine ganz andere Seite der Ricarda Huch war ihre aufrechte und mutige Haltung während der NS-Zeit. Dazu muss man wissen, dass sie, die promovierte Historikerin, sich durch eine Forschungsarbeit über die italienische

Einigung unter der Führung von Giuseppe Garibaldi Verdienste um Italien erworben hatte. Das brachte ihr den Respekt der italienischen Faschisten ein und führte wiederum dazu, dass sie im nationalsozialistischen Deutschland nicht verfolgt wurde. Und das, obwohl sie sich vom Hitlerregime distanzierte und in ihrem Haus in Jena zahlreiche Kontakte zu Gegnern des nationalsozialistischen Deutschland pflegte, unter denen auch Personen waren, die das Attentat auf Hitler verübten. Im Jahr 1944 erhielt Ricarda Huch sogar noch den Wilhelm-Raabe-Preis.

Erinnerung an Widerstandskämpfer

Nach dem Krieg bemühte sich die entstehende DDR – noch sowjetische Besatzungszone – um sie. Ihr wurde 1946 in Jena von der Friedrich-Schiller-Universität die Ehrendoktorwürde verliehen. Dennoch, als sie die beginnenden Strukturen des totalitären Staates erkannte, floh sie nach Frankfurt am Main.

In ihrer letzten Lebenszeit war es ihre Herzensangelegenheit, an die Frauen und Männer des Widerstandes zu erinnern. Aber die Kraft reichte nicht aus, für alle beteiligten Männer und Frauen Biografien zu schreiben. Es ist ihr Verdienst, dass uns das Wirken der „Weißen Rose“ und damit das Schicksal der Geschwister Scholl so gegenwärtig ist. Ricarda Huch starb am 17. November 1947. Ihr Grab befindet sich auf dem Hauptfriedhof in Frankfurt.

Der mit 10.000 Euro dotierte Literaturpreis, nach ihr benannt, wird alle drei Jahre in Darmstadt verliehen und erinnert so an diese außergewöhnliche Frau. In diesem Jahr zu ihrem 150. Geburtstag wird der Preis wieder fällig.

Rosmarie Melchert

Ricarda Huch

Die Jahre unter dem Faschismus, Krieg und Nachkrieg müssen Ricarda Huch müde gemacht haben. Kurz vor ihrem Tod schrieb sie in einem Gedicht:

Matt im Schoß liegt die Hand,
Einst so tapfer am Schwert.
War, wofür du entbrannt,
Kampfes wert?
Geh schlafen, mein Herz, es ist Zeit.

Ricarda Huch, Radierung von Johann Lindner, 1901, Abb. wikipedia



Das Apfelbäumchen

*Ein Apfelbäumchen jung und zart
stand hinterm Haus im Garten.
An Pflege wurde nicht gespart,
nun mussten wir halt warten.*

*Die Kinder sprachen auf ihn ein
und streichelten die Blätter.
Jedoch das Bäumchen, es blieb klein,
vielleicht lag es am Wetter.*

*Dann, eines Tag's zur Frühlingszeit
begann es doch zu sprießen.
Wir aber waren gleich bereit,
es noch mehr zu begießen.*

*So kam das Wunder über Nacht,
am Baum war eine Blüte.
Er dankte uns mit seiner Pracht
für uns're Lieb und Güte.*

*Es kam der Herbst, die Erntezeit,
wir sahen mit Entzücken
ein Äpfelchen hing weit und breit
allein am Baum zum Pflücken.*

*Doch in der Nacht hat uns besucht
ein Dieb in schlechter Absicht.
Er hat geklaut uns uns're Frucht
Und das gefiel uns gar nicht!*

*Stattdessen war der Baum verziert
schön mit Bananenschalen,
mit Kerngehäusen reich garniert
und Obst, das schon gefallen.*

*Trotzdem, wir haben sehr gelacht,
es war ja nur ein Streich.
Und wer das alles ausgedacht,
die Kinder wussten's gleich.*

*Das Bäumchen hat seitdem nie mehr
Noch eine Frucht getragen.
Beleidigt hat man es so sehr,
nur konnte es nichts sagen.*

Edith Brechtefeld



Pleckball auf der Straße ...

.. Wer kennt es noch? Auch Schlagball genannt. Eine Abart des Baseballspiels der Sieger aus Amerika. So schien's. Ob man's schon vor dem Krieg in Deutschland kannte, weiß ich nicht. In unsrer Kindheit war es da. Als Attraktion und Gaudi nicht nur für uns. Die „Großen“ lagen in den Fenstern und applaudierten. Sie feuerten uns an, als Fans. Das Fernsehen kam nicht dagegen an. Es war erst wieder in den Kinderschuhen in diesen frühen Fünfzigern. So hatten wir Bewegung, lebten lärmend und gesund, dieweil wir von verantwortlicher Seite statt Schimpfe Lob erhielten.

Zwei Mannschaften, Kopfzahl beliebig, die sich gegenüberstanden, eine vor der Aufschlaglinie, bereit zum Plecken und Laufen, die anderen im Feld, der Schnellste hinten, bereit zum Sprinten nach dem Ball und Rückwurf zu den Feldgefährten, die den Aufschläger an seinem Lauf ums Karrée durch Abwurf hindern mussten. Es gab sechs Dosen als Wegmarken beziehungsweise „Male“, an den vier Ecken und mittig der Seitenlinien. Spannung pur für die Gemüter der Betrachter, und möglichst keine Chancen, sich zu blamieren, im Augenblick, wenn man die Plecke führen musste; denn jeder vor der Linie kam nacheinander an die Reihe, den Tennisball zu schlagen, den wir be-

nutzten, und möglichst weit rechts rum nach links zu laufen, von Büchse zu Büchse, bevor das gegnerische Team die „Pille“ eingesammelt, ihn damit vor Erreichen eines Dosen-Males abgeworfen und somit ausgeschaltet hatte. An der Dose war er bis zum Neuaufschlag tabu, sprich kurz in Obhut, und bei Erreichen der Aufschlag- oder Grundlinie („Home-Run“-gemäß) in punktschaffender Sicherheit. Wenn es nicht gelang, ihn zu „erwischen“ oder den Ball ob umständlicher Suche rasch genug zurück ins Haus hinter die Grundlinie zu werfen, startete er übergangslos in die nächste Runde. So das Spiel.

Dass es mit rechten Dingen zuging, darüber wachte argushaft die Anteilnahme in den Fenstern, die sich gelegentlich deswegen zankte. „Mein Willi war schon an der Dose, als der Ball ihn traf!“ und „Uschi“ (denn auch Mädchen nahmen teil!) „ist zu früh von Dose drei gestartet!“ So oder ähnlich tönte es von Fensterbank zu Fensterbank. Hier formten sich die Trainer der Nation und Fernsehkritiküsse späterer Jahre. ...

Pleckball war der befreiend-harmloseste Aufbruch aus dem Schuttgefühl ins unbeschwerte Morgen, gelebte Straßenfreude einer Jugend, deren Spielplatz sonst vorwiegend Trümmer waren. Wir tobten ausgelassen, sausten von der

Abschlaglinie um die Dosen und retour, angefeuert aus den Fenstern -- bis in meine Träume: Als Held des Pleckballspiels traf ich die „Pille“ wie im Rausch, mit dem Holzschwengel des großen Bottichs in der Waschküche - wo einmal alle Wochen unsre Wäsche kochte, sie Mutter mit ihm schwenkte, mit meiner Hilfe auswang und mit Klammern auf eine vielgeteilte Leine hängte - als Schläger oder Plecke. Der Ball flog himmelhoch und weit weit in die Gärten rechts vom „Buntenbach“. Eh' man ihn wieder hatte, war ich achtmal „rum“. Wie gesagt, mich träumte

... Eines Tags war ich, berauscht vom Traum, realiter am Schlag. Das Resultat war etwas anders: Ich traf den Ball mit voller Wucht, und, wie geträumt, mit einem Drall nach rechts. Nur überhaupt nicht hoch und himmelweit. Unkontrolliert und flach flog unsre „Pille“ ins Parterre rechts bei den Dahlhausens, die im Fenster lagen, in die Küche und in den off'nen Herd, der offensichtlich gut befeuert war, wo sie verbrannte. Horst Dahlhaus, der mit dem Stockeisen nervös zur überstürzten Rettungstat geeilt war, zeigte uns die kümmerlichen Reste.

*Claudio Surland alias
Klaus-Jürgen Hannappel
(TV-Sprecher im Ruhestand)*

Pflege- und Betreuungs GmbH
„Seniorengarten“

Tagespflege

Lange Straße 96a
58089 Hagen

Telefon 02331 - 787 16 64

Mobil 0172 - 271 02 66

info@seniorengarten-hagen.de



www.seniorengarten-hagen.de

„Es gibt immer wieder Momente im Leben, in denen Du spürst, zur richtigen Zeit am richtigen Ort zu sein!“

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



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

RA u. Notar Dr. Roland M. Bäcker

Fachanwalt für Steuerrecht

Fachanwalt für Handels- u. Gesellschaftsrecht

Fachanwalt für Erbrecht

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



„Mitten im Leben“

Wer möchte das nicht – unabhängig bei möglichst guter Gesundheit einen sorglosen Lebensabend genießen und das möglichst in der eigenen Wohnung und in einer intakten freundlichen Umgebung sowie einer gewachsenen Nachbarschaft?! Denn gerade Eigenständigkeit und nette Kontakte halten lange jung.

Wir wollen Sie unterstützen, auch im Alter „Mitten im Leben“ zu bleiben, denn bei zunehmendem Alter und altersbedingten Einschränkungen muss der Umzug in ein Pflegeheim gerade nicht die zwangsläufige Folge sein. Dadurch gewinnt die häusliche Pflege und Unterstützung immer mehr an Bedeutung.

Wir sind ein ambulanter Pflegedienst, der jetzt bereits seit 18 Jahren in Hagen tätig ist. Unser qualifiziertes und motiviertes Mitarbeiterteam hat überwiegend bereits eine langjährige Berufserfahrung.

Mit unserer fachlichen und persönlichen Kompetenz bieten wir eine qualitativ gute Bezugspflege an und sehen die Mitarbeiter, die unser Pflegeverständnis mittragen und inhaltlich leben, dabei als eine unserer wichtigsten Ressourcen an. Zufriedene Kunden empfehlen uns weiter; wir leben von unserem „guten Ruf“ und einem umfangreichen Serviceangebot.

Unsere Leistungen werden unterteilt in sog. Pflegekassenleistungen, wie z.B. die Grundpflege, Hilfe bei der Ernährung und Mobilität, hauswirtschaftliche Unterstützung u.a. sowie Krankenkassenleistungen wie z.B. die Behandlungspflege, die Medikamentengabe, das Verabreichen von Insulinspritzen, das An- und Ausziehen von Kompressionsstrümpfen, das Anlegen von Wundverbänden und mehr.

Weitere möglichen Leistungen im Sinne einer guten Versorgung sind beispielhaft Betreuungsleistungen nach § 45b SGB XI, die Urlaubs – und Verhinderungspflege, Hausbesuche für Pflegenachweise nach § 37.3 SGB XI sowie die Vermittlung von wohnbegleitenden Dienstleistungen wie etwa Essen auf Rädern, Krankengymnastik, Hausnotruf etc.

Entscheidend ist dabei jedoch Ihr ureigener persönlicher Bedarf, den es zu ermitteln und anschließend zu erfüllen gilt. Hierzu bieten wir Ihnen unsere fachliche und persönliche Unterstützung an. Besuchen Sie uns doch einfach mal in unserem Büro und Pflegestützpunkt Emst in der Cunostraße 50 oder rufen Sie uns an. Wir kommen auch gerne für ein Gespräch zu Ihnen nach Hause. Zweimal monatlich findet in unseren Räumlichkeiten auch ein gemütlicher Nachmittag mit Kaffee, Kuchen, Musik, Gesang und netter Unterhaltung statt, zu dem wir Sie herzlich einladen.

Pflege- und Betreuungsstützpunkt
Cunostraße 50, 58093 Hagen-Emst

Tel. 02331 - 6 25 24 70

www.das-betreuungsteam.de

Fax 02331 - 6 25 24 75

info@das-betreuungsteam.de

Anerkannt bei allen Kranken- und Pflegekassen

Veranstaltungskalender
für Senioren
der Stadt Hagen

**von
April 2014
bis Juni 2014**



April 2014

01.04.2014, 18:00 Uhr
Konzert der Mandolinen-Konzert-Gesellschaft 1924 Hagen e.V.
Musik im Karree (Sparkasse Hagen)
Konzert des Orchesters der Mandolinen-Konzert-Gesellschaft 1924 Hagen e.V., weitere Infos s. S. 46

01.04. – 03.04.2014 (3x),
14:00 – 17:15 Uhr
Einführung ins Internet mit oder ohne eigenes Notebook
insbesondere für Leute ab 75, Haus des DBB, VHS Kurs 4785, weitere Infos s. S. 46

03.04.2014, 16:00 – 17:00 Uhr
Führung durch die Andachtshalle des Krematoriums in Delstern
Friedhof Delstern, Am Berghang, 58093 Hagen, Kurs 1042, weitere Infos s. S. 46

03.04.2014, 18:00 – 20:15 Uhr
Mietrecht II
Rechte und Pflichten, Villa Post, E.3, VHS Kurs 1925, weitere Infos s. S. 46

05.04.2014, 10:00 – 14:00 Uhr
**2. Seniorentag 55+:
Kunst – Kultur – Sport – Reisen**
Kompetenz im Karree (Sparkasse Hagen)
weitere Infos s. S. 46

Ab Montag, 07.04.2014
110 Jahre Deutscher Alpenverein-Sektion Hagen
101 Jahre Hagener Hütte-Mallnitz/ Österreich, Ausstellung im Karree (Sparkasse Hagen)
Ausstellung bis 05.05.2014, während der Geschäftsöffnungszeiten, weitere Infos s. S. 46

08.04.2014, 09.04.2014, 18:00 Uhr
Der Igel als Bräutigam
(Märchenoper), Musik im Karree (Sparkasse Hagen)
Die Vorverkaufsstellen werden noch bekannt gegeben. Der gesamte Erlös aus dem Kartenverkauf kommt dem Hagener Hospitz zugute, weitere Infos s. S. 46

08.04. – 10.04.2014 (2x),
17:00 – 20:45 Uhr
Android Tablets in der Praxis
Einführungskurs insbesondere für Leute ab 50, Haus des DBB, VHS Kurs 4736, weitere Infos s. S. 46

09.04.2014, 18:00 – 21:15 Uhr
Nachbarrecht
Streitigkeiten an der Grundstücksgrenze, Villa Post, VHS Kurs E.3, Kurs 1921, weitere Infos s. S. 46

10.04.2014, 18:00 Uhr
After Business Konzert der Mitglieder des Philharmonischen Orchesters
Hagen, Musik im Karree (Sparkasse Hagen), weitere Infos s. S. 46

10.04.2014, 18:00 – 20:15 Uhr
Mietrecht III
Beendigung, Villa Post, E.3, VHS Kurs 1927, weitere Infos s. S. 46

19.04.2014, 11:00 Uhr – 14:00 Uhr
Jazzfrühstück mit Lutzemanns Jazzkapelle
Musik im Karree (Sparkasse Hagen)
weitere Infos s. S. 46

26.04.2014, 14:00 Uhr
Aktionstag „Bewegt ÄLTER werden in Hagen!“
Sportliche Angebote und Informationen für Sie und Ihn, Karl-Adam-Halle, Stadtsportbund Hagen e.V., weitere Infos s. S. 46

27.04.2014, 15:30 Uhr
Modenschau mit Finn Fashion im „Alten Stadtbad Haspe“
aktuelle Mode für Frühjahr und Sommer, Diakoniezentrum Haspe e.V., weitere Infos s. S. 46

28.04.–27.05.2014 (10x),
13:15 – 16:30 Uhr
PC-Kompakt: Grundlagen, Internet, Texte, Fotos bearbeiten
insbesondere für Leute ab 75, Haus des DBB, VHS Kurs 4782, weitere Infos s. S. 46

28.04.2014 (9x), 10:00 – 11:30 Uhr
Qi Gong am Vormittag
Kosten 63 Euro, VHS Kurs 141-3542, Villa Post, weitere Infos s. S. 46

29.04.2014 (9x), ab 14:30 Uhr
Gedächtnistraining am Nachmittag
Kosten 36 Euro, Villa Post, E.3, VHS Kurs 3174, weitere Infos s. S. 46

29.04.2014 (8x), ab 14:30 Uhr
TanzTheater und Bewegungsgymnastik für Menschen ab 60
Leitung Wanda Köppermann, Kosten 51 Euro, Villa Post, VHS Kurs 2196, weitere Infos s. S. 46

29.04. – 01.07.2014 (10x),
17:00 – 20:15 Uhr
PC-Kompakt: Grundlagen, Internet, Texte, Fotos bearbeiten, Einführungskurs
insbesondere für Leute ab 50, Villa Post, VHS Kurs 4732
weitere Infos s. S. 46

30.04.2014 (9x), ab 14:30 Uhr
Gedächtnistraining am Nachmittag
Kosten 36 Euro, Villa Post, E.3, VHS Kurs 3175, weitere Infos s. S. 46

Mai 2014

07.05.2014, 18:00 – 20:15 Uhr
Aktuelles aus der Rentenversicherung und Rentenbesteuerung – was muss ich wissen?
Villa Post, E.3, VHS Kurs 1973
weitere Infos s. S. 46

08.05.2014, 16:00 – 18:00 Uhr
Stadtteilrundgang durch Wehringhausen: Architektur um 1900
Treffpunkt vor der Springmann-Villa, Christian-Rohlf-Str. 49, 58089 Hagen, Villa Post, VHS Kurs 1043,
weitere Infos s. S. 46

12. – 15.05.2014
Sportreise für Ältere in die Sportschule Sundern-Hachen
Anmeldung erforderlich, StadtSportbund Hagen e.V., weitere Infos s. S. 46

16.05.2014, 17:00 – 19:15 Uhr
Schule gestern und heute
Erzählcafé „Altes Backhaus“, VHS Kurs 1214, weitere Infos s. S. 46

24.05.2014, 11:00 Uhr
Tag des Sportabzeichens für Jung und Alt
Mitmachen und Fit bleiben, Ischelandstadion und Westfalenbad, StadtSportbund Hagen e.V.
weitere Infos s. S. 46

Juni 2014

23.06.2014 – 27.06.2014 (5x),
09:15 – 12:30 Uhr
PC-Grundlagen I, Einführungskurs
insbesondere für Leute ab 50, Villa Post, VHS Kurs 4710
weitere Infos s. S. 46

28.06.2014
Wenn ich liebe seh' ich Sterne
Magisches Programm des Georg Hesse, auch bekannt als ‚Magic Schorsch‘ und seinen Begleitern, Emster Kulturhof, weitere Infos s. S. 46



sympathisch, nah und für sie da...

Elisabeth-Apotheke

Martin Thomsen

Tel. 0 23 31 / 8 51 88

Haldener Str. 107 · 58095 Hagen

www.apo-elisabeth.de

Konto mit Zukunft – exklusiv für Mitglieder

„Meine Bank
kommt ab
jetzt zu mir.“

Nutzen Sie
unseren Geld-
nach-Hause-
Service!

Jeder Mensch hat etwas, das ihn antreibt.

Wir machen den Weg frei.

Wir kümmern uns um Sie – mit dem „Geld-nach-Hause-Service“

Als Mitglied der Märkischen Bank sind Sie auch dann auf der sicheren Seite, wenn es Ihnen mal nicht so gut geht – immer finanziell flexibel und bestens versorgt. Und wie? **Ganz einfach:** Wenn Sie nicht oder nur sehr schwer in unsere Filialen kommen können – dann kommen wir zu Ihnen. Sie behalten Ihr aktuell genutztes Kontomodell und buchen unseren Geld-nach-Hause-Service einfach dazu. Für 5,- € im Monat sind Sie unabhängig von Banköffnungszeiten und können sich darauf verlassen, dass wir Ihnen einmal im Monat bis zu 1.000,- € innerhalb unseres Geschäftsgebietes nach Hause bringen.

Sprechen Sie Ihren Berater einfach
bei nächster Gelegenheit dazu an!

www.maerkische-bank.de



Märkische Bank eG

Ihre Volksbank ganz nah

Wiederkehrende Termine

Selbsthilfe

Die Begegnungsstätte des Paritätischen, Bahnhofstr. 41, ist auch ein Treffpunkt für Selbsthilfegruppen: Pro Retina, Blindenverein, Gehörlosenverein Fortschritt, Psoriasis, Rheumaliga, Kehlkopfoperierte, Unruhige Beine, Morbus Bechterew Gymnastikgruppe, Messies, SHG Transidentität, SHG Schmerzen, Marfan Hilfe Deutschland, Infos: Paritätischer, Tel.: 13474 oder Selbsthilfe-Büro: 18 15 16

Computerkurse 50 plus

Caritasverband und Kath. Bildungswerk, Infos: P. Krahforst Tel. 35 43 56 2 Montag – Donnerstag

10:00–11:30 Uhr

Computerkurse 50 Plus für Anfänger

Windows 7 und Internet- E-Mail Mo, Di, Mi, Do 10:00–11:30 Uhr Anmeldung bei Herrn Obermüller Tel. (02331) 53 213 AWO-Begegnungsstätte Schultenhof, Selbecker Str. 16

Club Reise 50+ „Jetzt erst Recht“

City Comfort Hotels, Rheinstr. 44 84453 Mühldorf am Inn Gebühr: ab 99,00 Euro/Person Tel.: (08631) 38 10

Virtuelles Bowling

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

Jeden Montag

09:00–10:00 Uhr

Sitzgymnastik

mit Renate Geitebrügge AWO Begegnungs- und Beratungszentrum Carlo Ross, Info: s. S. 46

09:30 – 10:30 Uhr

Gymnastik für Frauen

Gebühr 20,00 Euro monatlich, AWO Begegnungsstätte Wehringhausen, Info: s. S. 46

09:30–10:15 Uhr & 10:15–11:00 Uhr

Wassergymnastik

Leitung: Frau Straube, Helmut-Turck-Zentrum, Johann-Fr.-Oberlin-Str. 9–11 Infos: Begegnungsstätte, Martin-Luther-Str. 9–11, Tel.: 38 09-4 10

10:00–11:00 Uhr

Sitzgymnastik

Gebühr: 2,00 Euro/Termin Info: AWO Begegnungsstätte ha.ge.we-Kulturhof-Emst, s. S. 46

10:00–11:00 Uhr

Gymnastik

Oller Dreisch, Infos: s. S. 46

10:30–12:00 Uhr

Seniorenberatung

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

10:30–11:30 Uhr

Pilates

Kursleiterin: Katharina Tiemann AWO Begegnungsstätte Wehringhausen, Kosten: 20,00 Euro pro Monat, Einstieg jederzeit möglich Infos: s. S. 46

11:00, 12:00, 13:00 Uhr

Wassergymnastik

Leitung: Brigitte Nickel, Helmut-Turck-Zentrum, Info: DRK, s. S. 46

13:00–17:00 Uhr

Kaffee und Kuchen

AWO-Begegnungsstätte Hohenlimburg, Infos: s. S. 46

13:00 – 17:00 Uhr

Offener Treff für alle

AWO-Begegnungsstätte Schultenhof weitere Infos s. S. 46

13:00 – 17:00 Uhr

Offener Treff für alle

AWO-Begegnungsstätte Boelerheide weitere Infos s. S. 46

13:30–15:00 Uhr

Handarbeitskreis

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

14:00–17:00 Uhr

Sozial- und Migrationsberatung

Berechtigungsscheine für Warenkorb/ Kleiderladen, Beratung: Herr Wagner, Begegnungsstätte „Oller Dreisch“ Eugen-Richter-Str. 21, 58089 Hagen Tel.: (02331) 3 54 35 62

14:15–15:45 Uhr

SeniorInnen-Tanz

Leitung: E. Engelhard, Seniorenbegegnungsstätte der Ev. Dreifaltigkeits-Gemeinde, Eppenhauser Str. 152, 58093 Hagen, s. S. 46

14:30–16:00 Uhr

Seniorentanz

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

14:30–17:30 Uhr

Betreuungsgruppe für Menschen mit Demenz

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

15:00 – 20:00 Uhr

Schachgruppe

AWO-Begegnungsstätte Schultenhof weitere Infos s. S. 46

15:45–17:00 Uhr

Schwimmen mit dem AWO OV

Vorhalle Hauptschule am Vossacker

16:00–17:45 Uhr

Französisch für Anfänger

Referent: Herr Niland, Begegnungsstätte, Martin-Luther-Str. 9–11 Tel.: (02331) 38 09-4 10

16:00–18:00 Uhr

Theater-Senioren-Club

Info: Fr. C. Nöding Tel.: (02331) 207 – 32 75 oder 0171 / 2 82 72 49, Theater Hagen Elberfelder Str. 65, 58095 Hagen

16:30–18:00 Uhr

Musikverein Postalia

Info: AWO-Begegnungs- und Beratungszentrum Carlo Ross Infos: s. S. 46

17:30 – 18:30 Uhr

FrauenFit

Gebühr 10,00 Euro pro Monat, Info: AWO-Begegnungs- und Beratungszentrum Carlo Ross, Infos: s. S. 46

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

19:00 – 20:30 Uhr

Orientalischer Tanz für Anfänger

AWO Begegnungsstätte Westerbauer, weitere Infos s. S. 46

Jeden 1. Montag

ab 14:30 Uhr

Die MontagsWaffel: Waffelessen

mit der Möglichkeit im Anschluss die Sing- und Handarbeitsgruppe sowie die weiteren Angebote kennen zu lernen, Begegnungsstätte des Paritätischen, Bahnhofstr. 41, Tel.: 1 34 74

16:30–19:00 Uhr

Betreuungsnachmittag für Betroffene, Angehörige und Interessierte von Demenzkranken

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

19:00–21:00 Uhr

Angehörigentreffen von Demenzkranken

Gemeindehaus der Ev. Paulusgemeinde, Borsigstr. 11, 58089 Hagen, Tel.: (02331) 2 04 67 90 oder 2 04 67 58 oder 7 02 00 oder 0174 / 5 13 72 57

Jeden 1. Montag ungerade Woche

14:00–16:00 Uhr

MontagsWaffel

hier können Interessierte bei einer leckeren Waffel und einer Tasse Kaffee die Angebote der Begegnungsstätte des DPWV kennenlernen
Infos s. S. 46

Jeden 1. und 3. Montag

17:00–19:00 Uhr

Emster Sing-Treff

Infos: AWO Begegnungsstätte ha.ge.we -Kulturhof.Emst, s. S. 46

Jeden 2. Montag im Monat

14:30–16:30 Uhr

Demenzcafé für Demenzkranke und ihre Angehörigen

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

18:30–20:00 Uhr

Emst – Einst und Jetzt

Leitung: Matthias Sawatzki, ha.ge.we Kulturhof.Emst, VHS-Kurs-Nr.: 10 36, Info: 2 07-36 22, Eintritt frei

18:00–20:00 Uhr

Gesprächskreis für Menschen mit Demenz im Frühstadium

Johanniter-Unfall-Hilfe e.V., Schillerstr. 18 d, 58089 Hagen, Infos: Regina Erdmann, Tel.: 93 99 – 5 16

Jeden 2. und 4. Montag im Monat

15:00 Uhr

Montags-Bingo

AWO-Begegnungsstätte Schultenhof weitere Infos s. S. 46

Jeden 3. Montag im Monat

10:00–12:00 Uhr

Montagsfrühstück

AWO Begegnungsstätte Schultenhof Info: s. S. 46

15:00 Uhr

Bingo in Haspe

AWO-Begegnungsstätte Haspe weitere Infos s. S. 46

18:00 Uhr

Selbsthilfegruppe Schlafapnoe

Ansprechpartner: Herr Ruthenkolk, AWO-Begegnungsstätte Schultenhof Info s. S. 46

Jeden 4. Montag

09:00 – 12:00 Uhr

Frühstücksbuffet

AWO-Begegnungsstätte Schultenhof, Gebühr 4,50 Euro, Anmeldung erwünscht, weitere Infos s. S. 46

18:00–21:00 Uhr

ZWAR Frauengruppe

ZWAR steht für ‚Zwischen Arbeit und Ruhestand‘ und ist eine politisch und konfessionell neutrale Frauengruppe.

Es haben sich Frauen in der Lebensmitte zusammengefunden, die aufgeschlossen, aktiv und offen für neue Ideen sind und gemeinsam vielfältige Aktivitäten ausüben. Infos: E. Weber, Tel.: (02334) 56 71 57, A. Jung, Tel.: 3 76 89 07 und W. Wermeier, Tel.: 7 88 46 29

Jeden Dienstag:

09:00–12:30 Uhr

Beratung in Sozialrechtsfragen und Hilfen bei der Antragstellung

SoVD Sozialverband Deutschland NRW e.V., Hindenburgstr. 13, 58095 Hagen, Tel.: 2 80 05

09:00–12:00 Uhr

Nähgruppe AWO Schultenhof

Leitung: Frau Gerhardt, Anmeldung bei der Kursleitung, Tel.: 5 61 52 Info, s. S. 46

09:30–10:30 Uhr

Gymnastik

AWO-Begegnungsstätte Haspe Infos: s. S. 46

09:30–11:00 Uhr

Folkloretanz in der Jakobusgemeinde

Hagen-Helfe, Helfer Str. 66

10:00 – 11:30 Uhr

Gedächtnistraining 50+

AWO-Begegnungsstätte Ha-ge-we Kulturhof Emst, weitere Infos: s. S. 46

11:00–12:00 Uhr

Seniorenberatung und Antragshilfe

Herr Teuber, Begegnungsstätte „Oller Dreisch“, Eugen-Richter-Str. 21, 58089 Hagen

Tel.: (02331) 3 54 35 62

11:00–12:00 Uhr

Gymnastik mit dem OV

AWO-Begegnungsstätte Vorhalle Info s. S. 46

Ab 14:00 Uhr

Skatrunde

Mitspieler herzlich willkommen Info: DRK Seniorenbegegnungsstätte s. S. 46

14:00–17:00 Uhr

Seniorentreff mit Brett- und Kartenspiel

AWO-Begegnungs- und Beratungszentrum Carlo Ross, Infos: s. S. 46

14:00–17:00 Uhr

Tanz/offener Treff

AWO-Begegnungsstätte Boelerheide
Infos: s. S. 46

13:30–17:30 Uhr

Spielesachmittag bei Kaffee und Kuchen, AWO Begegnungsstätte Vorhalle, Stadtteilhaus Vorhalle

14:30–16:30 Uhr

Senioren-Café

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

15:00–17:00 Uhr

Jung trifft Alt

Seniorenachmittag, Gesellschaftsspiele, Gedächtnistraining, Vorträge, Gymnastik Erinnerungen an alte Gebäude, Zaubernachmittage etc., Mehrgenerationenhaus des Kinderschutzbundes, Potthofstr. 20, Tel.: 38 60 89-0

15:00–19:00 Uhr

Boulen (Pétanque)

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

16:00 Uhr

Theatergespräche

AWO-Begegnungsstätte Ha-ge-we Kulturhof Emst, Gebühr 4 Std. à 20,00 Euro, Infos: s. S. 46

16:00–17:00 Uhr

Bewegung mit Spaß

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

16:30–18:00 Uhr

Seelsorge

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

19:00 – 20:15 Uhr

Orientalischer Tanz für Anfänger

Gebühr 28,00 Euro pro Monat
AWO Begegnungsstätte Westerbauer
weitere Infos s. S. 46

20:30 – 21:15 Uhr

American Tribal Style Bauchtanz

AWO Begegnungsstätte Wehringhausen, Gebühr 28,00 Euro pro Monat
weitere Infos s. S. 46

Dienstags, jede gerade Woche:

ab 14:30 Uhr

Tanz

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

Bingo

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

Dienstags, jede ungerade Woche:

ab 14:00 Uhr

Tanznachmittag

AWO Begegnungsstätte Boelerheide, Eintritt: 1,50 Euro, Infos s. S. 46

Jeden 1. Dienstag:

09:00–11:00 Uhr

Gemeinsames Frühstück im Ollen Dreisch

Infos: s. S. 46

Erzählwerkstatt

Leitung: M. Buchenau, Seniorenbegegnungsstätte der Ev. Dreifaltigkeits-Gemeinde, Eppenhauser Str. 152
Infos: s. S. 46

10:00 Uhr

Regionale Gruppe

gehörloser Senioren, Begegnungsstätte des DPWV, Infos: s. S. 46

15:00 Uhr

Kaffee und mehr

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

15:00 Uhr

Stadtsporthub

Treffen in der Begegnungsstätte Schultenhof, Hier wird geklönt, gespielt und Kaffee getrunken
Infos: s. S. 46

Jeden 2. Dienstag:

12:00 Uhr

Reibekuchen

AWO Begegnungs- und Beratungszentrum Carlo Ross, Infos: s. S. 46

16:00 Uhr

Theatergespräche

Frau Dr. Hilchenbach, Info: ha.ge.we Kulturhof.Emst, Infos: s. S. 46

16:30–18:00 Uhr

Angehörigentreffen und Betreuung von Demenzkranken

Wohlbehagen Haus der Kurzzeitpflege, Schwerter Str. 179, 58099 Hagen, Veranstalter: Alzheimer-Demenz Selbsthilfegruppe Hagen e. V. , Tel.: (02331) 9 66 66 - 0 oder - 34

17:00–19:00 Uhr

Angehörigentreffen und Betreuung von Demenzkranken

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

17:30–19:00 Uhr

Demenzcafé für demenziell erkrankte Menschen und ihre Angehörigen

AWO-Begegnungsstätte Hohenlimburg, Klosterkamp 40

Jeden 3. Dienstag:

15:00 Uhr

SPD „60 Plus“ Zusammenkunft

Emst-Bissingheim / Remberg-Fleyer-viertel, Info: ha.ge.we Kulturhof.Emst
Infos: s. S. 46

16:30–18:00 Uhr

Treffen für pflegende Angehörige von Demenzkranken

Tagespflegehaus Waldecker Str. 7

18:00 Uhr

Patientenforum

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

Jeden letzten Dienstag:

15:00 Uhr

SPD „60 Plus“ Zusammenkunft

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

14:30 Uhr

Seniorentreffen bei Kaffee und Kuchen

Oller Dreisch, Infos: s. S. 46

Jeden Mittwoch:

09:00–10:00 Uhr

Sitzgymnastik mit Renate Geitebrügge

AWO Begegnungs- und Beratungszentrum Carlo Ross, Info: s. S. 46

09:00 – 10:30 Uhr

PC Kurs 50+

AWO Begegnungsstätte Schultenhof, 5 Wochen, Gebühr 27,50€ weitere Infos s. S. 46

09:45–11:15 Uhr

Englisch für Fortgeschrittene

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

10:00–11:30 Uhr

Gymnastik 55+

AWO Begegnungsstätte Boelerheide
Infos s. S. 46

10:30–12:00 Uhr

Seniorenberatung

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

10:30–12:00 Uhr

Gymnastik mit anschließendem Kaffeetrinken

10:00–12:00 Uhr

Zeichnen lernen

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

11:00–12:30 Uhr

Holländisch

AWO-Begegnungsstätte Wehringhausen, Infos: s. S. 46

11:00 – 12:30 Uhr

Pc Kurs 50+

AWO Begegnungsstätte Schultenhof, 5 Wochen, Gebühr 27,50€ weitere Infos s. S. 46

13:00–17:00 Uhr

Kaffee und Kuchen / Seniorenclub

AWO-Begegnungsstätte Hohenlimburg, Infos: s. S. 46

13:00 – 17:00 Uhr

Offener Treff für alle

AWO Begegnungsstätte Schultenhof, weitere Infos s. S. 46

13:30–16:00 Uhr

Malen mit Acryl

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

14:00 (außer an Reibekuchentagen)

Waffeln in Haspe

AWO-Begegnungsstätte Haspe, Gebühr, Infos: s. S. 46

14:00–15:30 Uhr

PC Kurs 50+

AWO Begegnungsstätte Schultenhof, 5 Wochen, Gebühr 27,50 Euro weitere Infos s. S. 46

14:00–17:00 Uhr

Offener Treff AWO OV

AWO-Begegnungsstätte Wehringhausen, Infos: s. S. 46

14:30–16:30 Uhr

Virtuelles Bowlen 50+

AWO-Begegnungsstätte Wehringhausen, Infos: s. S. 46

14:00–18:00 Uhr

Offenes Café

AWO-Begegnungsstätte Haspe
Infos: s. S. 46

14:00–19:00 Uhr

Kaffeetrinken AWO

Ortsverein AWO-Begegnungsstätte Vorhalle, Infos: s. S. 46

17:30–20:30 Uhr

Nähgruppe

AWO Schultenhof Leitung: Frau Rudell, Infos, s. S. 46

17:30 – 18:30 Uhr

Frauenfit

AWO Begegnungsstätte Wehringhausen, immer Mo und Mi, Gebühr 10,00€ Euro im Monat weitere Infos s. S. 46

18:00 – 20:00 Uhr

Förderrigymnastik Frauen

AWO Begegnungsstätte Boelerheide, weitere Infos s. S. 46

18:00 – 22:00 Uhr

Selbsthilfegruppe Herzkrankheiten

AWO Begegnungsstätte Schultenhof weitere Infos s. S. 46

Dem Leben einen würdigen Abschluss geben

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

„Schmetterlinge für die Muschel, Kinder malten für Kinder“, ist der Titel des Buches, das für Jung und Alt gemalt und geschrieben wurde um Kindern in Trauer Hoffnung zu schenken.

Helfen Sie mit und kaufen Sie unter: info@bestattungen-schweizer.de oder

www.bestattungen-schweizer.de und Lebensweichenverlag.de/ Helene Düperthal (Hrsg.) Geschenk-Buch, Hardc./128S./80 farb.Abb. ISBN 978-3-9814642-9-0/ 14,00 € incl. Spende zugunsten Kinderhospiz/-trauergruppe.

BESTATTUNGS-UNTERNEHMEN
Schweizer





„Morgen können wir's nicht mehr,
darum lasst uns heute leben“

Friedrich Schiller

Briefkasten

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

Impressum Junges Altes Hagen

*Herausgeber: Pflege- und Wohnberatung der Stadt Hagen
Regina Hocke, Rathaus II, Berliner Platz 22, 58095 Hagen
Telefon: 02331-207 2886, Fax: 02331-207 2080*

Inhalt

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

Titel: Ricarda-Huch-Gymnasium, Titelfoto: Gerd Lorenzen

Verlag und Anzeigen: Werbeagentur L. Kapp, Dortmund

Layout und Umsetzung: ideen.manufaktur, Dortmund

Druck: Scholz-Druck u. Medienservice, Dortmund

Nächster Erscheinungstermin: August 2014

Redaktionsschluss: Mai 2014

19:00 – 20:00 Uhr
BauchOberschenkelPo
 AWO Begegnungsstätte Wehringhausen, Gebühr 24,50€ Euro
 weitere Infos s. S. 46

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 Euro

19:00 – 20:30 Uhr
Orientalischer Tanz Mittelstufe
 AWO Begegnungsstätte Westerbauer,
 weitere Infos s. S. 46

20:30 – 21:45 Uhr
Orientalischer Tanz
 AWO Begegnungsstätte Wehringhausen,
 weitere Infos s. S. 46

Jeden 1. Mittwoch

12:00–16:00 Uhr
Handgemachte Reibbeplätzchen
 AWO-Begegnungsstätte Haspe
 Gebühr: 3 Stk plus Apfelkompott
 2,50€ Euro, Infos: s. S. 46

Jeden 1. + 3. Mittwoch

14:30–17:00 Uhr
Multiple Sklerose Gruppe
 Vorsitzender: Fritz Deneke
 Info: AWO Begegnungs- und Beratungszentrum Carlo Ross, s. S. 46

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, Leitung:
 Ursula Werkmüller, Kosten: 18,00 Euro
 (Fahrpreis incl. Thermalbad), Anmeldung
 erforderlich, Infos: s. S. 46

10:00–11:00 Uhr
Offenes Singen
 Oller Dreisch, Infos: s. S. 46

18:00–20:00 Uhr
Selbsthilfegruppe Herzkrankheiten
 Ansprechpartner: Herr Hudzik, AWO
 Begegnungsstätte Schultenhof
 Infos: s. S. 46

Jeden 3. Mittwoch

15.00–17:00 Uhr
Rheuma Gesprächskreis
 Begegnungsstätte des Paritätischen,
 Bahnhofstr. 41, Tel.: 1 34 74

Jeden 2.+ 4. Mittwoch

14:00–17:00 Uhr
**Beratungsangebot für Angehörige
 von Demenzkranken**
 Allgemeines Krankenhaus Hagen
 gem. GmbH, Haus 60, 2. Etage,
 Raum 207, Grünstr. 35, 58089
 Hagen, Veranstalter: Alzheimer-De-
 menz Selbsthilfegruppe Hagen e.V.,
 Tel.: 201 - 10 31

14:30–16:00 Uhr
 (ausgenommen Schulferien NRW)
Komm tanz mit uns
 Ein Tanznachmittag für Menschen mit
 und ohne Einschränkungen, Tanz-
 schule Christ, Böhmerstr. 4
 Anmeldung bei der Pflege- u. Wohn-
 beratung ist erforderlich
 Infos: s. S. 46

Jeden letzten Mittwoch- nachmittag

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

Jeden Donnerstag

09:00–12:00 Uhr
Familientreff
 Info und Kinderbetreuung
 AWO Begegnungsstätte Vorhalle
 Info s. S. 46

09:30–10:30 Uhr
Morgengymnastik 50+
 Info: Susanne Langemann-Eyer,
 Tel.: (02331) 48 83 484, Handy:
 0172 / 1 72 97 18, Werkhof
 Hohenlimburg, Herrenstr. 17, 58119
 Hagen, Zehnerkarte 40,00 Euro

09:45–11:15 Uhr
Englisch Mittelkurs
 Referent: Herr Niland, Begegnungs-
 stätte, Martin-Luther-Str. 9–11, Info:
 Frau Wiewiorka, Tel.: 38 09 - 4 10

10:00–11:00 Uhr
Gymnastik für Hochbetagte
 Leitung: Karin Schwan, DRK-Senio-
 renbegegnungsstätte, s. S. 46

SANITÄTSHAUS
 Der neue
RECH e.K.
 Mittelstr. 15 • 58095 Hagen • 02331-30655-27
 Mail: der-neue-rech@email.de
 Internet: www.der-neue-rech.de



SANITÄTSHAUS

- Kompressionsstrümpfe und Bandagen (auch ohne privaten Eigenanteil)
- Brustprothesen und mehr...

10:00–11:30 Uhr

Umgang mit dem Tablet PC

AWO Begegnungsstätte Schultenhof,
Gebühr 27,50 Euro, 5 Wochen
weitere Infos s. S. 46

12:30 – 17:00 Uhr

Spielenachmittag

AWO Begegnungsstätte Vorhalle,
weitere Infos s. S. 46

13:00–17:00 Uhr

Kaffee und Kuchen

AWO-Begegnungsstätte Hohenlimburg,
Infos: s. S. 46

14:00–18:00 Uhr

Betreuungsgruppe für demenziell Erkrankte

Leitung: Sabine Katke, AWO Begegnungsstätte Hüttenplatz 44, Anmeldung erforderlich! Info / Anmeldung: Frau Ebeling Tel.: 3 81 12

14:00–17:00 Uhr

Seniorentreff OV

Info: AWO-Begegnungs- und Beratungszentrum Carlo Ross, s. S. 46

14:00 – 17:00 Uhr

Seniorentreff OV

Info: AWO-Begegnungsstätte Schultenhof, weitere Infos s. S. 46

14:00 – 18:00 Uhr

Demenz Betreuungsgruppe

Begegnungsstätte Haspe, Gebühr 24,00 Euro pro Termin, Anmeldung erforderlich, weitere Infos s. S. 46

14:30–16:30 Uhr

SeniorInnen-Nachmittag

Leitung: Pfarrer M. Heuer, E. Meiners, und B. Lohe, Begegnungsstätte der Ev. Dreifaltigkeits-Gemeinde, Eppenhauer Str. 152, 58093 Hagen
Info: s. S. 46

14:30–17:30 Uhr

Mobiler Einkaufswagen

Malteser Hagen, Infos Tel.: 9 89 30

15:00 – 18:00 Uhr

Skat

AWO-Begegnungsstätte Schultenhof,
weitere Infos s. S. 46

15:00–19:00 Uhr

Boulen (Pétanque)

Hinter Café Busche auf Emst, Info: H. Hilker, Tel.: 95 42 83 oder H. Bischof Tel.: 2 74 75

15:00–19:00 Uhr

Skatclub

Ansprechpartner: Erwin Pfeiffer
Tel.: 7 08 83, AWO Begegnungsstätte Schultenhof, Info: s. S. 46

15:30 Uhr

Trauercafé

in der Begegnungsstätte ‚Altes Stadtbad Haspe‘, Moderation: Pfr. Jürgen Schäfer. Jeder Gast ist ohne Anmeldung willkommen, Diakoniezentrum Haspe e.V.
weitere Infos s. S. 46

14:30–16:30 Uhr

SeniorInnen-Nachmittag

Ansprechpartnerin B. Lohe, S. Homberger, Begegnungsstätte der Ev. Dreifaltigkeits-Gemeinde, Eppenhauer Str. 152, 58093 Hagen, Tel.: 58 83 00, jeden Donnerstag ein anderes Programm, Info: s. S. 46

18:00–22:00 Uhr

Selbsthilfegruppe Angst

Ansprechpartner: Herr Niesen,
AWO-Begegnungsstätte Schultenhof
Infos: s. S. 46

18:15 – 19:45 Uhr

Tribal Fusion Bauchtanz

AWO-Begegnungsstätte Wehringhausen, Gebühr 28,00 Euro im Monat, weitere Infos s. S. 46

20:15 – 21:45 Uhr

Tribal Fusion Bauchtanz fortgeschritten

AWO-Begegnungsstätte Wehringhausen, Gebühr 28,00 Euro im Monat, weitere Infos s. S. 46

Jeden 1. Donnerstag

15:30 Uhr

Vorlesen und begeistern

Vorlesen mit Frau Bonefeld, Die Hagener EFl liest Kurzgeschichten vor und regt zum Gedankenaustausch an. Stadtteilbücherei Hohenlimburg, Langenkampstr. 14 (Hoesch Gebäude), Info unter der Tel.: (02331) 207 - 44 77

15:00 Uhr

Seniorenstunde Kaffeetrinken und interessante Vorträge

Veranstalter: Evangelisch-Freikirchliche Gemeinde Hagen, Ansprechpartner: Walter Meckbach, Tel.: 4 12 48, Ort: Kirche am Widey, Am Widey 6–8

15:30 Uhr

Trauer-Café

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

15:30–17:30 Uhr

Demenzcafé für Demenzkranke und ihre Angehörigen

Informelles Treffen bei Kaffee und Kuchen mit Betreuung der Demenzkranken, Friedhelm-Sandkühler-Seniorenzentrum, Hüttenplatz 46–48, 58135 Hagen, Veranstalter: Seniorenzentrum der AWO, Tel.: 90 34 14

DR. AXEL KRACKE

MOBILE ZAHNMEDIZIN



- Kostenloses Patiententaxi
- Seniorenheim- & Hausbesuche

Unser Service für Gehbehinderten und Senioren

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



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



**beraten
betreuen
begleiten**

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

0 23 31
2 22 20

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

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

Hauseigene Andachtshalle
und Aufbahrungsräume

www.voeste-bestattungen.de

voeste
BESTATTUNGEN
VERTRAUEN SEIT GENERATIONEN®

Wohnen mit Aussicht...



...auf Sicherheit und Zufriedenheit.

Informationen & Kontakt unter
der kostenlosen Tel.-Nr.: 0800 - 6 06 06 20.

Oder jederzeit im Internet: www.altes-stadtbad.de

**Altes
Stadtbad**
Apartment-Wohnungen
Leben 60 plus

Musterwohnung frei
zur unverbindlichen
Besichtigung...

Berliner Str. 115
Hagen-Haspe

Eine Einrichtung des
Diakoniezentrum Haspe e.V.

Stief Schuhe

seit 1904

Ihr Spezialist für
Schuhe mit losen Einlagen.

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

Nehmen Sie unsere kompetente
Beratung in Anspruch

Unser Schuhhaus am Markt

HA, Märkischer Ring 122, Tel.: 28 772

Karl Lösse

Bestattungshaus • Das älteste Fachunternehmen in Hagen • seit 1863

**DIE BESTATTUNGSVORSORGE LIEGT
UNS AM HERZEN!**

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

GERNE BERATEN WIR SIE UNVERBINDLICH IN ALLEN
FRAGEN DER BESTATTUNGSMÖGLICHKEITEN.

VERTRAUEN SIE AUF TRADITION UND ERFAHRUNGEN!

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

Notare • Rechtsanwälte • Fachanwälte



Frank Schachtsiek
Rechtsanwalt

Fachanwalt f. Arbeitsrecht
Fachanwalt f. Handels-
und Gesellschaftsrecht
Fachanwalt f. Verwaltungsrecht

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

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

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

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

Vorsorgevollmacht und
Patientenverfügung

Ergänzende erbrechtliche
Gestaltungsmöglichkeiten

Durchsetzung des „Patientenwillens“

Schutzmaßnahmen für den Fall der
Geschäfts- und Handlungsunfähigkeit

Testament, Nachfolgeregelung, Erbrecht

Elberfelder Str. 1 • 58095 Hagen • Tel.: (0 23 31) 37 50 50 • Fax: (0 23 31) 37 50 555

Bürozeiten: Mo. - Fr.: 8 - 13 • Mo. - Do.: 14 - 18 Uhr • Besprechungstermine nach Vereinbarung

info@sbhk-hagen.de • www.sbhk-hagen.de

Jeden 2. & 4. Donnerstag

12:30 Uhr

Reibekuchentage

AWO Begegnungsstätte Vorhalle, anschließend

14:00–17:00 Uhr

Spielesachmittag, Infos s. S. 46

16:00–19:00 Uhr

Betreuung von Demenzkranken

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

Jeden 3. Donnerstag

11:00–12:00 Uhr

LebensLange LeseLust

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

14:00–16:00 Uhr

Cafè Formular

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

14:30–17:00 Uhr

Nachbarschafts Café – Infonachmittag

Themen zum alltäglichen Leben, Angebote sh. Aushang, AWO Begegnungsstätte Vorhalle, Infos s. S. 46

Jeden letzten Donnerstag

15:00–17:00 Uhr

Gesprächskreis für pflegende Angehörige von Demenzkranken

Informelles Treffen und wechselnde Vorträge zum Thema, Roncalli-Haus, Boeler Kirchplatz 15, 58099 Hagen, Gesprächsleitung: Dagmar Roggenkamp, Marianne Schulte, Regina Erdmann, Veranstalter: Betreuungsgruppe Hagen-Nord, (Diakonie, Caritas Verband, Johanniter-Unfall-Hilfe, e.V., Nachbarschaftshilfe e.V. Hagen, Wohlbehagen), Seniorenzentrum Buschstr., Tel.: 93 99 - 5 16

Jeden Freitag

08:15–11:15 Uhr

Frühstückstreff

AWO Begegnungsstätte Vorhalle
Gebühr: 4,80 Euro pro Person
Infos s. S. 46

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 für 10x: 40,00 Euro

10:00–12:00 Uhr

Freitagsmalgruppe freies Malen

Info: AWO Begegnungsstätte Wehringhausen, weitere Infos s. S. 46

11:00 Uhr

Wandergruppe

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

13:00–16:00 Uhr

Spielgruppen, Canasta und Rommee

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

13:00–17:00 Uhr

Kaffee und Kuchen

AWO-Begegnungsstätte Hohenlimburg, Infos: s. S. 46

14:00–19:00 Uhr

AWO Mitgliederversammlung

AWO-Begegnungsstätte Kuhlerkamp
Infos: s. S. 46

15:00–16:30 Uhr

Englisch für Menschen 50+

Leitung: Ingrid Klute, Ev. Dreifaltigkeits-Gemeinde, Eppenhauser Str. 152, Infos/Anmeldung: Ev. Dreifaltigkeits-Gemeinde, s. S. 46.

18:00 – 22:00 Uhr

Bosnische Folklore, AWO-Begegnungsstätte Wehringhausen
weitere Infos s. S. 46

Jeden 1. Freitag

10:00–12:00 Uhr

Frühstück bei Tiffany

AWO Begegnungsstätte Carlo Ross, Voranmeldung bei Fr. Dittmann
Tel.: 8 99 30, Kosten: 4,50 Euro
Infos s. S. 46

15:00–16:30 Uhr

„Der Kulturbeutel“

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

Jeden 3. Freitag

15:00–16:30 Uhr

Diareihe „Berliner Spaziergänge“

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

Jeden 2. Samstag

11:00 Uhr

„Literaturstammtisch“

Erzählcafé „Altes Backhaus“ e. V., Langestr. 30, 58089 Hagen
Tel.: (02331) 33 25 86

Jeden 2. und 4. Samstag

13:30–16:00 Uhr

Tanzensemble

AWO-Begegnungsstätte Wehringhausen, Infos: s. S. 46

Jeden 3. Samstag

Von 10:00–12:00 Uhr
(September bis April)

Selbsthilfe-Café

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

Von 14:30–17:30 Uhr

Samstags-Tanzcafé

Eintritt 1,50 Euro, Info: AWO Begegnungsstätte ha.ge.we Kulturhof Ernst
Infos: s. S. 46

Energie sparen ist **nicht Alles ...**

... die Wohnungsgenossenschaft hat viel mehr zu bieten!

„Hier wohnen wir zentrumsnah, haben Sport- und Spaziermöglichkeiten direkt vor der Haustür und Einkaufsmöglichkeiten um die Ecke,“ schwärmt Frank Schmitter. Familie Schmitter wohnt seit Anfang 2011 in der Ahrstraße, in einem Haus der EWG Hagen eG Wohnungsgenossenschaft. Die Wohnhäuser in dem Quartier am Höing wurden aufwendig modernisiert. „Einer unserer Standorte, in dem die Investition langfristig und nachhaltig für die Mieter und damit für unsere Genossenschaft ist“ erklärt Ingrid Wagner, Geschäftsführerin und Vorstandsmitglied der EWG.

Denn der erwirtschaftete Jahresüberschuss der Genossenschaft bleibt im Unternehmen und wird wieder zur nachhaltigen Verbesserung der Wohnungen eingesetzt. Da die Mieter Mitglieder der Genossenschaft sein müssen, kommt der Gewinn langfristig allen Mietern zugute. „Unser Unternehmensbild ist getragen davon,

dass der Mensch vor der Rendite kommt, trotz aller wirtschaftlichen Sachzwänge. Darum wohnen die meisten unserer Mieter gerne seit vielen Jahren bei der EWG. Menschen. Wohnen. EWG“, so Ingrid Wagner.

Für die Mieter heißt das: wohnen in gewachsenen langjährigen Nachbarschaften, bezahlbares Wohnen, Hausmeisterservice und weitere Serviceleistungen, wie Versicherungen zu besonders günstigen Bedingungen. Dafür tut die EWG einiges: zeitgerechte, moderne Wohnungsumbauten für Jung und Alt, mit barrierearmen Sanitärbereichen, energetische Hausmodernisierungen mit hohen Energiekosteneinsparungen für den Mieter, Anbau von Balkonen für erholsame Oasen inmitten der Stadt.

Hierfür sind mehrjährige Bauprogramme aufgelegt, in denen die Reihenfolge der zu modernisierenden Häuser festgelegt ist. So gewährleistet die

Genossenschaft die Gleichbehandlung der Mitglieder. „Mit den energetischen Sanierungen, wie Wärmedämmung innen, außen, im Keller und Dach und Erneuerung der Heizungen tragen wir zu einem geringeren Energieverbrauch und damit zur Senkung der Heizkosten bei. Hierfür verwenden wir umweltfreundliche Baustoffe. Dies ist gleichzeitig ein Beitrag zur Verbesserung der Umwelt.

Jährlich investieren wir so bis zu 4 Millionen Euro,“ erklärt Heinz Schmidt, Vorstandsmitglied der EWG. Eine weitere Mieterin des Quartiers am Höing zeigt sich begeistert: Beate Vorländer, Frisörmeisterin mit eigenem Haarstudio in der benachbarten Kinkelstraße:

„Seit der Modernisierung spare ich ca. 30% Gas und meine Nebenkosten sind beträchtlich gesunken. Die neuen Balkone sind einfach klasse.“



Sicheres Wohnen für Jahrzehnte?
Vielleicht können wir helfen!

 **02331 2007-0**

Jeden letzten Samstag

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

Jeden Sonntag

10:00–13:00 Uhr
Boulen (Pétanque)
hinter Café Busche auf Ernst Info: H. Hilker, Tel.: 95 42 83 oder H. Bischof, Tel.: 2 74 75

Jeden 1. Sonntag

14:30 – 16:30 Uhr
„Darf ich bitten?“
Tanzcafé für Senioren des TSC Blau Gelb Hagen, Tanzen Sie bei einer Tasse Kaffee und einem Stück Kuchen in geselliger Atmosphäre, Eintritt 3,50 Euro, davon 0,50 Euro Spende an Lichtblicke e.V., Tanzschule André Christ, RING 1, Böhmerstraße 4 (1. OG), 58095 Hagen, keine Anmeldung erforderlich

Jeden 4. Sonntag

11:00 Uhr
„Philosophencafé“
Leitung: I. Schürmann, Erzählcafé „Altes Backhaus“ e. V., Lange Str. 30, 58089 Hagen, Tel.: (02331) 33 25 86

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, Ansprechpartner: Ulrike Voigt, Tel.: 96 38 63

10:00–12:00 Uhr
(jeden 1. Freitag im Monat)
„Frühstück bei Tiffany“
Kosten: 4,50 Euro, Voranmeldung bis dienstags Tel.: 8 99 30 Info: AWO-Begegnungs- und Beratungszentrum Carlo Ross, Infos: s. S. 46

Freitags 08:30–11:30 Uhr
Frühstückstreff mit Buffet und Kaffee
AWO-Begegnungsstätte Vorhalle
Infos: s. S. 46

Freitags 08:30–11:30 Uhr
Frühstück für Jedermann /-frau
AWO-Begegnungsstätte Haspe
Voranmeldung, Kosten: 4,50 Euro
Infos: s. S. 46

10:00–12:00 Uhr (jeden 3. Montag)
„Montagsfrühstück“
AWO Schultenhof, Info, s. S. 46

Mittagstisch

Mo.–Fr. von 11:30–14:00 Uhr
Begegnungsstätte „Oller Dreisch“
Eugen-Richter-Str. 21, 58089 Hagen
Tel.: (02331) 3 54 35 62

Mo.–So. ab 12:00 Uhr
Ev. Altenwohnheim Dahl
Zum Bollwerk 13
Tel.: (02337) 47 47-0

Mo.–Fr. von 12:00–13:00 Uhr
Cafeteria „Köhlerweg“
Köhlerweg 5, 58093 Hagen,
Tel.: 933 76 71, Anmeldung erwünscht

Mo.–Fr. von 12:00–13:30 Uhr
Cafeteria „Ma(h)lzeit?!“
Bergstr. 81, 58095 Hagen
Tel.: 918 430

Mo.–Fr. von 12:00–14:00 Uhr
Sa.–So. von 12:30–14:00 Uhr
Ev. Krankenhaus Hagen-Haspe
Cafeteria, Brusebrinkstr. 20, 58135 Hagen

Mo.–Fr. von 12:00–14:00 Uhr
Roncalli-Haus
Boeler Kirchplatz 15, Tel.: 4 83 24 15

Mo.–So von 12:00–13:00 Uhr
Friedhelm-Sandkühler-Seniorenzentrum
Hüttenplatz 46–48, Tel.: 90 34-00

Mo.–So. von 12:00–13:00 Uhr,
Essensausgabe bis 12:15 Uhr
Pflegeheim St. Martin
Fontaneweg 30, Tel.: 69 17-0

Mo – So 12.00 – 13.15 Uhr
Haus Harkorten
Cafeteria, Harkortstr. 74,
Tel. 10 93 560

Mo.–Fr. von 12:00–14:00 Uhr
AWO Westerbauer
Enneper Str. 81

Mo.–Fr. von 12:00–13:15 Uhr
DRK-Haus
Speiseraum im Gartengeschoss
Feithstr. 36, Tel.: 95 89 22 o. 5 50 65

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

Mo.–So. von 12:30–13:00 Uhr
AWO Helmut-Turck-Seniorenzentrum
Cafeteria, Johann-Fr.-Oberlin-Str. 11–15
Tel.: 3 68-0
Di. & Fr. von 12:00–13:00 Uhr
AWO Hohenlimburg
Im Lennepark, Klosterkamp 40
Tel.: (02334) 4 28 53

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

Fr. von 12:00–13:00 Uhr
AWO-Begegnungsstätte Hohenlimburg
Infos: s. S. 46

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



ob nah, ob fern, ob groß, ob klein

UMZÜGE

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

Hauptgeschäft:
Wetter
Nielandstr. 14-16
Hagen
Witten

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

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

Kostenfreie Rufnummer 08 00-6 66 88 88



SENIORENZENTRUM BUSCHSTRASSE



Seniorenpflegeheim mit 144 Einzelzimmern
Kurzzeitpflege mit 7 Einzelzimmern | Tagespflege mit
16 Pflegeplätzen | Ambulanter Pflegedienst
Seniorenrechte Wohnungen

Wir beraten Sie gerne, von Montag bis Freitag
zwischen 8:00 und 16:30 Uhr.
Telefon 02331-622-0

Seniorenzentrum Buschstraße | Buschstraße 50 | 58099 Hagen
www.seniorenzentrum-buschstrasse.de

**MENSCHLICHE WÄRME • AKTIVIERENDE PFLEGE
FREUNDLICHE KONTAKTE • CHRISTLICHES HEIM**



**WIR SIND FÜR SIE DA
CARITAS-SOZIALSTATION**



TELEFON: 17 16 80

- Pflegeberatung
- Pflege bei Ihnen zu Hause
- 24 Stunden Hausnotruf
- Hilfen im Haushalt
- Begleitung im Alltag

**WIR MÖCHTEN, DASS
SIE SICH WOHLFÜHLEN
CARITAS-PFLEGEHEIME**

- **St. Franziskus**, Tel. 97 10 980
Lützowstr. 97, 58095 Hagen
- **St. Clara**, Tel. 98 66 23
Lützowstr. 82-84, 58095 Hagen
- **St. Martin**, Tel. 69 17 0
Fontaneweg 30, 58099 Hagen
- **Haus Bettina**, Tel. 36 74 200
Heilig-Geist-Str. 12, 58135 Hagen




CARITASVERBAND HAGEN E.V.
Bergstraße 81, 58095 Hagen,
Tel. 91 84 0, www.caritas-hagen.de



Altgold ist wertvoll!



• Prüfen • Werten • Beraten

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

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

Falls Sie mit Ihren Wertgegenständen nicht in unser Geschäft
kommen können, besuchen wir Sie gerne bei Ihnen zu Hause.
Anruf genügt! Tel. (02331) 97 12 86

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

goldschmiede
juweliers

im
von Hagen

Kostenlos im Sparkassen-Karree

Über 50 Jahre in Hagen!

Informationen und Anmeldung

Altes Stadtbad

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

Alzheimer-Demenz Selbsthilfegruppe Hagen e. V.

Gemeindehaus Borsigstr. 11
Tel.: 2 04 67 90

AWO-Begegnungs- und Beratungszentrum Carlo Ross

Fraunhofer Str. 18, Info/Anmeldung:
Tel.: 8 99 30 ggf. auf den Anrufbe-
antworter sprechen
Ansprechpartner: Barbara Dittmann

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

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

AWO-Begegnungsstätte Kuhlerkamp

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

AWO-Begegnungsstätte Vorhalle

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

AWO-Begegnungsstätte Haspe

Hüttenplatz 44, 58135 Hagen,
Tel.: 4 14 77 oder 3 81 12, Ansprech-
partner G. Ruttkowski oder K.
Ebeling

AWO-Begegnungsstätte Wehringhausen

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

AWO-Begegnungsstätte Schultenhof

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

AWO-Begegnungsstätte Hohenlimburg

Im Klosterkamp 40, 58119 Hagen
Tel.: (02334) 4 28 53
Ansprechpartner: Gerd Söhnchen

Begegnungsstätte „Altes Pfarrhaus“,

Eppenhauser Str. 154, 58093 Hagen
Tel.: (02331) 58 83 00, Mi. & Do.
09:00–12:00 Uhr, Do. 14:00–18:00
Uhr

Begegnungsstätte „Oller Dreisch“

Eugen-Richter-Str. 21, 58089 Hagen,
Tel 3 54 35 62, Mo–Do 11:00–17:00
Uhr, Fr 11:00–14:00 Uhr

Caritas-Seniorenreisen

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

DRK-Begegnungsstätte

Feithstr. 36, 58095 Hagen
Tel. 95 89 24 o. 5 50 65,
Mo.–Fr. 09:00–17:00 Uhr
Badefahrt: Abfahrt 12:45 Uhr Haupt-
bahnhof und 13:00 Uhr DRK,
Fahrpreis mit Thermalbad: 16,00 Euro;
nur Fahrt: 11,00 Euro
Anmeldung im Bus oder DRK
Tel.: 5 50 65 oder 95 89 24

Erzählcafé

Lange Str. 30 (Hinterhof),
Tel.: 91 43 75 oder 33 25 86
(Di. & Fr. 11:00–19:00 Uhr)

Ev. Dreifaltigkeits-Gemeinde

Eppenhauser Str. 152, 58093 Hagen,
B. Lohe, Tel.: 58 83 00

Freiwilligenzentrale

Rathausstr. 13, 58095 Hagen, tel.
02331/184170, E-Mail:
info@fzhagen.de, www.fzhagen.de

Kneipp-Verein Hagen

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

Malteser Hilfsdienst e.V.

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

Oller Dreisch

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

Roncalli-Haus

Boeler Kirchplatz 15
Tel.: 4 83 24 00

Sparkasse Hagen

Öffentlichkeitsarbeit, Sparkassen-
Karree 1, 58095 Hagen, Tel.:
02331/2060

Stadt Hagen

Pflege- und Wohnberatung
Tel.: 207 - 2898

Seniorenunion der CDU Hagen

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

Stadtsporbund

Geschäftsstelle: Freiheitstr. 3,
58119 Hagen

VHS Hagen

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

Werkhof Kulturzentrum

Herrenstr. 17, 58119 Hagen
Tel.: (02334) 92 91 90
www.info@werkhof-kulturzentrum.de

Das neue Helmut-Turck-Zentrum



STATIONÄRE PFLEGE | KURZZEITPFLEGE | DEMENZWOHNBEREICH | ORT DER BEGEGNUNG
 OFFENE WOHNKÜCHEN | PFLEGE- UND WOHLFÜHLBÄDER | EINZELZIMMER
 APARTMENTS FÜR EhePARTNER | PHYSIOTHERAPEUTISCHER BEREICH

HELMUT-TURCK-ZENTRUM

Johann-Friedrich-Oberlin-Str. 11-15 | 58099 Hagen | T 02331 368-0 | sz-ha-helfe@awo-ww.de | www.awo-ha-mk.de



AWO Unterbezirk Hagen-Märkischer Kreis



HISTORISCHES KRANKENHAUS

GARTENSTRASSE 35 • 58300 WETTER



WOHNEN IM HISTORISCHEN KRANKENHAUS IN WETTER

- 28 helle und komfortable Mietwohnungen von ca. 53 qm bis 120 qm
- Barrierefrei
- Südbalkon oder Terrasse
- Pflegebüro, Cafeteria, Fußpflege und Friseur im Haus
- zukunftsorientierte Haustechnik
- moderne Einbauküche

Kontakt:

Völker GbR

Frau Traudel Völker Telefon: (0 23 02) 300 89

Frau Nina Völker Telefon: (0 23 02) 320 67

www.historisches-krankenhaus.de

info@historisches-krankenhaus.de



FÜR SIE UND IHRE FAMILIE DIE BESTE WAHL . . .

wohlbehagen Pflege aus einer Hand!

KURZZEITPFLEGE TAGESPFLEGE



„Haus Wohlbehagen“

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

PFLEGEHEIME & BETREUTES WOHNEN



„Im Lukaspark“

Schillerstraße 27 a
58089 Hagen
Tel. 0 23 31 / 9810 - 0
Fax 0 23 31 / 9810 - 1053



„Im Hochschulviertel“

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

AMBULANTE DIENSTE



Pflegebüros

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



Ab September 2014:
„Wohlbehagen Stadtblick“

in der Diesterwegstraße
85 Einzelzimmer
herrliches Panorama

modernes Pflegeheim
Hausgemeinschaftsprinzip

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

www.pflegeheim-wohlbehagen.de

Wir sind für Sie da



Menüservice

Tanja Friedrich Telefon 95 89 22



Hausnotruf

Rüdiger Ludwig Telefon 95 89 24



Stationäre Pflege

Susanne Dunkel Telefon 3 45 67



Ambulante Pflege

Nele Keweloh Telefon 90 20 30

Ihr DRK-Hagen-Team

Information oder Bestellung
www.drk-hagen.de



150 Jahre Aus Liebe zum Menschen.

Fotos von links nach rechts: ®