

Junges Jaltes



Kostenlose Zeitung von Senioren (nicht nur) für Senioren

Prominenten-Interview: Dr. Andreas Backes, Chefarzt der Geriatrie im Hagerer St.-Josefs-Hospital

Titelgeschichte: Höchstbetrieb im Paketverteilzentrum in der Adventszeit

Veranstaltungskalender: November 2017 – März 2018

Weihnachtsmärkte in Hagen



Generation
ComfortPlus



Einzulösen bis zum
31. Dezember 2017 in
unserer BÄDERWELT
Hagen



GUTSCHEIN

für eine kostenlose Beratung und
3D-Planung im Fachzentrum.



Barrierefreie Traumbäder

Unsere Fachberater sind gut geschult und beraten Sie gerne bezüglich bedarfsgerechter Bäder mit durchdachten Details, wie zum Beispiel:

- Ebenerdige Dusche
- Rutschfeste Böden
- Ergonomische Badmöbel und vieles mehr

www.bauhaus.info/baederwelt

Ihr Komplettbad-Spezialist im **BAUHAUS**

58980 Hagen · Eckeseyer Str. 90
Telefon: 0 23 31/3477-445



wohlbehagen

PFLEGE AUS EINER HAND

wohlbehagen
AMBULANTE DIENSTE /
PFLEGEBÜRO



Berchumer Str. 5
58093 Hagen
0 23 34 / 5 61 94

wohlbehagen
KURZZEIT-
& TAGESPFLEGE



Schwerter Straße 179
58099 Hagen
0 23 31 / 966 66 - 0



wohlbehagen
IM LUKASPAK



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

wohlbehagen
STADTBlick



LANGZEITPFLEGE
Diesterwegstraße 18
58095 Hagen
Tel. 0 23 31 / 804 550-0

wohlbehagen
IM HOCHSCHULVIERTEL



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

wohlbehagen
AM SCHLOSSBERG



LANGZEITPFLEGE
Kaiserstr. 19-21
58119 Hagen-Hohenlimburg
Tel. 0 23 34 / 44 51 400

TEL. 02331 98100 · PFLEGEHEIM-WOHLBEHAGEN.DE

Guten Tag ...

...die vor uns liegende Adventszeit wird immer noch mit dem Begriff „beschaulich“ verbunden. Dabei wissen wir alle, dass das schon lange graue Theorie ist. In dieser Ausgabe haben wir einige Beispiele dafür, wie hektisch diese Wochen werden können. Besonders im Paketverteilzentrum ist vor Weihnachten die Hölle los. Werner Kunert von der Abteilungsleitung führte uns während einer ruhigeren Phase durch die riesige Halle. Hier sein Tipp zum Weihnachtsversand von brüchigen Geschenken: Der Vermerk „Vorsicht Glas“ reicht nicht, um empfindliches Gut zu sichern. Da hilft nur eine stoß- und drucksichere Verpackung. Er weiß von manchen als Weihnachtsgeschenk gedachten Weinflaschen zu berichten, die nur leicht in Zeitungspapier gewickelt waren. Da bleibt Bruch nicht aus. Mehr zum Paketverteilzentrum auf Seite 8.

Rund 50 ambulante Pflegedienste gibt es in Hagen. Wir stellen in dieser Ausgabe den Betreuungsdienst Home Instead vor, der sich auf persönliche Betreuung, Alltagsbegleitung, Unterstützung im Haushalt, Begleitung außer Haus sowie die Unterstützung bei der Grundpflege spezialisiert hat. Auf Seite 16 können Sie mehr dazu erfahren.

In dieser Ausgabe beschäftigen wir uns nicht mit dem Thema Wohnen, sondern mit der Mobilität. Sie spielt auch im Alter eine große Rolle. Aber wie sieht es mit der Fahrsicherheit aus? Damit beschäftigen wir uns auf Seite 10. Und wir geben auch Tipps, wie Seniorinnen und Senioren ihre Fahrtüchtigkeit testen lassen können. Auch der ÖPNV hat für Senioren eine große Bedeutung. In anderen Städten laufen Versuche, wie Busse gerade in verkehrsschwachen Zeiten besser an die Nachfrage angepasst werden können. Anregungen auch für Hagen? Lesen Sie Seite 11.

Am besten gehen Sie selbst auf Entdeckungsreise, was diese Ausgabe zu bieten hat: Wir versprechen, es ist wieder für alle etwas dabei. Unser Team ist übrigens immer offen für Menschen, die mitmachen wollen. Wir treffen uns an jedem zweiten Mittwoch im Monat um 10 Uhr im Sozialen Rathaus am Berliner Platz, Raum D 123.

Das Team:

Edith Brechtefeld, Sigrun Dechêne, Gerd Eichborn, Norbert Finkenbusch, Christa Heine, Rita Hesse, Dieter Hesse, Lothar Kasper, Helmut Korte, Barbara Lazaris, Maria Liley, Sigrid Lipp haus, Peter Nöldner, Peter Rische, Ruth Sauerwein.

Junges altes Hagen liegt aus in Bürgerämtern, Begegnungsstätten, der Freiwilligenzentrale, HagenInfo, Sparkassenfilialen. Außerdem an vielen Stellen, an denen sie unsere ehrenamtlichen Verteiler auslegen. Menschen, die unsere Zeitung noch weiter verbreiten, sind jederzeit willkommen.



Über Bänder und Schütten gehen die Pakete von der An- zur Auslieferung im Paketverteilzentrum. Zerbrechliches lieber gut verpacken!

Foto: DHL



Und natürlich spielt Weihnachten eine große Rolle (siehe Seite 12)

Foto: Ruth Sauerwein

Zu unserem Titelbild

Bevor der Weihnachtsmann mit Päckchen und Paketen vor unserer Tür steht, ist harte Arbeit nötig – zum Beispiel im Paketverteilzentrum in Hagen. Über 300.000 Päckchen und Pakete gehen in den kommenden Wochen täglich über die Verteilbänder am Standort in Bathey. 34 Paketverteilzentren gibt es deutschlandweit – Hagen ist das älteste dieser Art. Es wurde 1994 eingeweiht und galt damals als das modernste europaweit, was die Technik zu bieten hat.

Die Mitglieder unseres Redaktionsteams waren bei der Besichtigung sehr beeindruckt – zum einen von der ausgeklügelten Technik, aber auch von der Leistung der Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter, die hier bis zu einer Tonne pro Stunde bewegen, wenn sie die Lieferungen von den Rollwagen auf die Bänder legen. In der Adventszeit sind hier die härtesten Wochen im Jahr.

Foto: www.clipdealer.de



Meier Haus- und Grundverwaltung GmbH
Wohnen mit Mehrwert

Neubauprojekt „Wohnen am Wissenspark“
Baubeginn Herbst 2017



Ab Herbst 2017 entstehen auf einem wunderschönen Grundstück im Fleyer Viertel 33 seniorengerechte 2-3 Zimmer Mietwohnungen unterschiedlicher Größe. Alle Wohnungen werden mit einem großzügigen Duschbad mit bodengleicher Dusche, Fußbodenheizung, elektrischen Rollläden, einem Abstellraum in der eigenen Wohnung und einem Balkon bzw. einer Terrasse ausgestattet. Ein Gemeinschaftsraum mit angrenzender Terrasse bietet die Möglichkeit, zusammen mit Nachbarn und Freunden entspannt gemeinsam Zeit zu verbringen.

Neben den barrierefreien Wohnungen wird außerdem eine Tagespflege realisiert, die bei Bedarf auch unseren Mietern zur Verfügung steht. Das DRK wird als Betreuungsdienstleister vor Ort sein und für unsere Mieter eine Grundbetreuung sicherstellen, die den Vorgaben der DIN 77800 entspricht. Ergänzt wird das Angebot durch eine Hausarztpraxis im Objekt.

In unmittelbarer Nachbarschaft der Anlage befindet sich neben Einkaufsmöglichkeiten auch der direkte Zugang zum Naherholungsgebiet Fleyer Wald. Darüber hinaus ist über die diversen Buslinien, die direkt vor der Anlage halten, eine uneingeschränkte Beweglichkeit im Hagener Stadtgebiet sichergestellt.

Für Informationen und Rückfragen, selbstverständlich auch zu unserem gesamten Wohnungsangebot in unseren Bestandsimmobilien, stehen wir gerne unter folgenden Kontaktdaten zur Verfügung:

Meier Haus- und Grundverwaltung GmbH – Hilgenland 5 – 58099 Hagen

02331-96980 – info@wohnen-in-hagen.de

Wir freuen uns auf Sie!

Guten Tag

- Grußwort an die Leserinnen und Leser 3
- Zu unserem Titelbild 3

Unser Prominenten-Interview

- Dr. Andreas Backes, Chefarzt der Geriatrie im Hagener St.-Josefs-Hospital
Die beste Medizin: Immer in Bewegung bleiben 6

Titelgeschichte

- Im Karussell der Päckchen und Pakete 8

Wohnen und Mobilität im Alter

- Senioren am Steuer 10
- Nachfrageorientierte Kleinbusse – ein Zukunftsmodell? 12

Soziales

- Betrachtungen zur Weihnachtszeit 14
- Zabih und Mahmoud leben sich ein in Hagen 15

Jung und Alt

- Zehn Jahre ein „Haus für Kinder“ am Dr.-Ferdinand-David-Park 16
- Gedicht: Geburtstag 18

Gesundheit

- Der ambulante Pflegedienst „Home instead“ hilft, den Alltag zu bewältigen 20
- Rätselhaftes Wetter 21

Hobbies

- Reisen: Hamburger Hafentrundfahrt 22
- Reisen: Eine Fahrt mit der Carros eléctricos de Lisboa 23
- Spiele: Spielen mit Phantasie entführt in eine neue Welt 24
- Buchtipp: Das HagenBuch 2018 24

Geschichte, Gedichte und Dönekes

- Die Malerin Ida Gerhards: Ein Leben zwischen Hagen und Paris 25
- Kurzgeschichten: Standort, Hörnchens Heimkehr 26
- Gedicht: November und Dezember 27

Veranstaltungskalender: November 2017 – März 2018 31–54

Impressum 54

Text: Dieter Hesse, Fotos: KKH

Die beste Medizin: Immer in Bewegung bleiben

Altersheilkunde mit neuen Erkenntnissen / Gesund altern ist das Ziel

In der vorletzten Ausgabe unserer Zeitung hatten wir Dr. Andreas Backes in einem Kurzportrait vorgestellt. In dem Gespräch mit ihm dazu hatte ich damals aber viele interessante Dinge erfahren, welche in diesem Beitrag leider keinen Platz finden konnten. Aus diesem Grund beschlossen wir, Dr. Backes und seiner Arbeit im Rahmen unseres Prominenten-Interviews größeren Raum zu widmen. Besonders am Herzen lag mir dabei, dass unsere Leserinnen und Leser möglichst auch praktische Ratschläge für einen möglichst unbeschwerten Alltag im fortgeschrittenen Alter mitnehmen können.



Ohne das gesamte Team ist eine gute Geriatrie nicht möglich.

Zu Beginn stellte ich die Frage, wie der Werdegang eines Geriaters bis zum Facharzt für Geriatrie gestaltet ist. Ich erfuhr, dass die Voraussetzung in der Regel der Facharzt für Innere Medizin, Allgemeinmedizin oder Neurologie ist. Daran schließt sich die Weiterbildungszeit mit einem vorgeschriebenen Weiterbildungsinhalt zum Facharzt für Geriatrie an, welche bei einem Weiterbildungsbefähigten durchgeführt wird. In einer Prüfung muss dann abschließend der Nachweis der Kenntnis dieses Weiterbildungsinhaltes erbracht werden. Bis zu diesem Abschluss dauert es insgesamt 90 Monate, also siebeneinhalb Jahre.

Im weiteren Verlauf des Gesprächs bat ich Dr. Backes, mir die Besonderheiten der Geriatrie zu erklären und seine Erfahrungen aus der Praxis zu schildern. Die Notwendigkeit einer eigenen Altersheilkunde erklärte er sehr gut mit dem Beispiel: Bei einem Kind ist auch ein spezielles Wissen erforderlich, da in der Entwicklung vieles anders ist als bei einem erwachsenen Menschen und die Körperprozesse abweichen. Umgekehrt finden im Alter andere Entwicklungen statt, der Körper verliert Muskelmasse, der Stoffwechsel und die gesamte Körperzusammensetzung verändern sich. Demzufolge muss auch hier anders behandelt werden.

Das Team kümmert sich um einen ganzheitlichen Ansatz

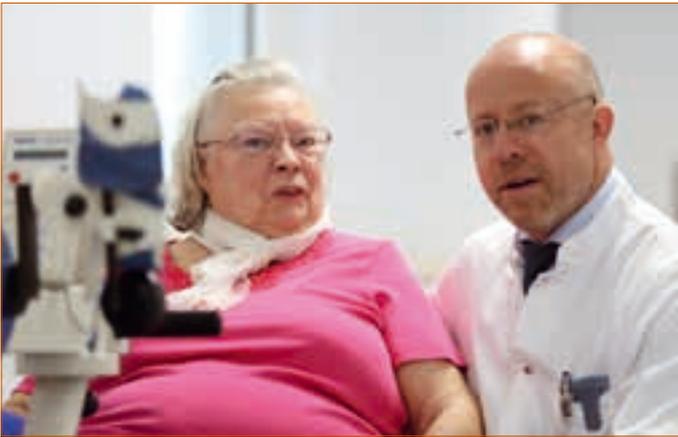
Die Geriatrie hat aber auch einen ganz anderen Ansatz als in anderen Fachgebieten üblich. Es wird nicht nur die Verletzung oder die Krankheit geheilt, sondern der Geriater schaut sich seine Patientinnen und Patienten ganzheitlich an. Jede Patientin und jeder Patient wird weitreichenden Tests unterzogen, um ihre/seine mentalen und physischen Fähigkeiten einzuschätzen und diese im Verhältnis zu ihrem/seinem direkten Umfeld bewerten zu können. Zum Beispiel: In welchem Stockwerk wohnt sie/er, gibt es einen Aufzug oder muss sie/er eine Treppe bewältigen? Dies geschieht, um die Patientinnen und Patienten in die Lage zu versetzen, wieder dort zu leben, wo sie möchten und den Alltag bewältigen zu können. Falls die Patientin oder der Patient selbst bestimmte Fragen nicht beantworten kann, werden die Angehörigen zu Hilfe gebeten. Diese Vorgehensweise hilft, die Patientinnen und Patienten dort zu fördern wo es notwendig ist. Das oberste Ziel dabei ist es, die Selbständigkeit der Patientin/des Patienten möglichst nach ihren oder seinen eigenen Wünschen wieder herzustellen.

Um dies zu schaffen bedarf es nicht nur des Geriaters, sondern dazu benötigt dieser ein ganzes Team. So sind Physiotherapeuten, Ergotherapeuten, geschulte Krankenschwestern und Krankenpfleger, Sozialdienst, Ernährungsberater oder Seelsorger nötig, um diese umfassende Tätigkeit erfolgreich zu gestalten und damit das Behandlungsziel zu erreichen. Dabei ist die ganzheitliche Betrachtung auch deswegen notwendig, da man geriatrischen Handlungsbedarf nicht am Alter von Patientinnen und Patienten festmachen kann. Die Alterung von Menschen geschieht sehr individuell und ist auch von der Lebensführung abhängig. Viel Bewegung, ausgewogene Ernährung, sportliche Betätigung und ein intaktes Umfeld mit vielen sozialen Kontakten können dabei helfen, den Alterungsprozess zu verzögern.

Bewegung und ausreichende Ernährung sind wichtig für gesundes Altern

Früherer Auffassung nach lag der Schwerpunkt bei der Behandlung älterer Patientinnen und Patienten vor allem auf Bettruhe. Heute weiß man, dass die Rehabilitation nicht im Bett stattfindet, sondern insbesondere Bewegung ein wichtiger Gesundheitsfaktor ist und die beste Grundlage für die Wiedererlangung der Fähigkeit der Alltagsbewältigung darstellt. Der Mensch ist sehr auf seine Muskulatur angewiesen. Diese bleibt nur in genügendem Maße erhalten, wenn wir uns bewegen und außerdem genügend essen. Viel Bewegung und ausreichende Ernährung sind der Schlüssel in der Geriatrie. Deshalb gilt es auch, Appetitlosigkeit zu bekämpfen, welche häufig im Alter stark zunimmt. Wenn der Körper weniger Kalorien bekommt als er verbraucht, geht er an die Reserven und der Mensch baut ab. Das Übelste daran ist, dass der Körper Muskelmasse schneller abbaut als Fett, dies ist ein Teufelskreis. Mittlerweile weiß man, dass es gefährlicher ist, zu dünn zu sein, als leicht übergewichtig.

Warum nimmt denn der Appetit mit steigendem Alter ab? Die Antwort auf diese Frage führt Dr. Backes unter anderem auf die Multimedikation, auch Polypharmazie genannt, zurück, welche sich in unserer Gesellschaft vielfach bei Seniorinnen und Senioren ausgebreitet hat. Schon beim



Dr. Andreas Backes im Gespräch mit einer Patientin

Lesen der Beipackzettel der meisten Medikamente fällt auf, dass als Nebenwirkung äußerst häufig Störungen des Magen-Darm-Traktes genannt sind. Je mehr Medikamente jemand einnimmt, desto mehr potenziert sich auch die Nebenwirkung. Deswegen ist eine wichtige Aufgabe in der Geriatrie, die Medikation auf das wirklich Notwendigste zu reduzieren.

Medikamente reduzieren

Häufig suchen Seniorinnen und Senioren verschiedene Ärzte auf, von denen sie unterschiedliche Medikamente verschrieben bekommen. So sind dabei auch gegenläufige Wirkungen nicht ausgeschlossen, da in vielen Fällen ein Arzt womöglich nicht weiß, was seine Patientin/sein Patient bereits an anderer Stelle verordnet bekommen hat. Manche Mittel dienen oftmals nur dazu, Nebenwirkungen von anderen zu bekämpfen. Deshalb gehört zur Anamnese in der Geriatrie als ganz wichtiger Faktor festzustellen, welche Medikamente eine Patientin/ein Patient nimmt und welche davon er wirklich braucht. Dies führt notwendigerweise zur Zusammenarbeit mit allen behandelnden Ärzten aus allen Disziplinen der Patientin/des Patienten.

Fazit

Aus dem Interview mit Dr. Backes habe ich persönlich aufgrund seiner ausführlichen Erläuterungen bereits Anregungen gewonnen, auf was ich in Zukunft an mir und meinen Gewohnheiten besonders achten werde. Ich wünsche, dass es unseren Leserinnen und Lesern genauso geht und sie ebenso Erkenntnisse mitnehmen können. Weitere Informationen zu diesem Thema und der Geriatrie des St.-Josefs-Hospitals findet man auch im Internet unter:

<http://www.kkh-hagen.de/fachkliniken/geriatrie-gesund-altern.html>



Teamleitungssitzung



Caritas – Ambulante Pflege

Tel. 02331 17 16 80 und Tel. 023314 83 24 19

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

Caritas – Pflegeheime mit Kurzzeitpflegeplätzen

- St. Franziskus, HA-Klosterviertel
Tel. 02331 9 71 09 80
- St. Martin, HA-Boelerheide
Tel. 02331 6 91 70
- Haus Bettina, HA-Haspe
Tel. 02331 3 67 42 00



caritas
Hagen

www.caritas-hagen.de

Text: Ruth Sauerwein, Fotos: Dieter Hesse, DHL

Im Karussell der Päckchen und Pakete

Zu Besuch im Paketverteilzentrum Hagen-Bathey / In der Adventszeit herrscht Höchstbetrieb

Mir ist etwas schwindelig, als wir das Paketverteilzentrum verlassen. Die schnellen Transportbänder, die sich unablässig durch die riesige Halle bewegen, das Blinken der Scanner und Codierstellen, der konstante Lärmpegel. Dabei besuchen wir vom Redaktionsteam das Zentrum in der ruhigen Vorschicht zwischen 14.30 und 17 Uhr. Ab 17 Uhr geht es hier richtig los. Und die eigentliche „Hoch“zeit für Päckchen und Pakete kommt erst noch: Weihnachten!

1994 wurde das Paketverteilzentrum an der Buschmühlenstraße eröffnet. Damals war es das modernste Werk dieser Art in Europa, „vielleicht sogar weltweit“, sagt Werner Kunert von der Abteilungsleitung. Aber auch noch heute ist der technische Standard beeindruckend.

Die Halle ist in U-Form gebaut. Ein Schenkel misst 308 Meter, Querung 126 Meter, der andere Schenkel 266 Meter. Auf der Querseite liefern die Paketwagen ihre Fracht an. An der Einfahrt wird erfasst, wo die Anlieferungen herkommen. Der Mann in der Zentrale hat alles über zahlreiche Monitore im Auge und dirigiert den Wagen zu einem der 130 Tore, wo sie be- oder entladen werden. Von den Entladetoren gehen die Päckchen und Pakete auf Rollwagen, die zu den Transportbändern – 34 an der Zahl – gezogen werden. Dort werden die Pakete per Hand auf Förderbänder gelegt. Die Päckchen und Pakete sind unsortiert, große und kleine kommen im bunten Wechsel.

Zwischen Muskelkraft und modernster Technik

Von hier an greift hochkomplexe Technik. Über Lichtschranken wird geprüft, ob die Pakete im Normbereich liegen (120 x 60 x 60 cm). Größere Pakete werden gesondert bearbeitet. Dann folgt ein Scanner, er erfasst den Strichcode mit der Adresse und dem Identitätscode. Dank dieses Codes können wir am PC verfolgen, wo

unser Paket gerade ist. Gleichzeitig wird die Anschrift noch fotografiert. Darum gilt beim Auflegen der Pakete als Hauptregel: Adressfeld nach oben und immer auf die größte Fläche! Das Band befördert die Pakete auf Schalen – die kleinen auf eine Schale, größere nehmen zwei Schalen ein. Der Computer hat's schon berechnet.

Etwas weiter kippen die Schalen ihre Fracht ab, je nach Bestimmungsort – rechts Köln, links Hamburg usw. Auf metallenen Rutschen geht es dann auf der anderen Seite wieder hinab, wo Container für die LKW's und Anhänger beladen werden. Von hier aus geht es in die anderen 33 Verteilzentren im Bundesgebiet. Die Pakete, die im Zuständigkeitsbereich des Hagener Verteilzentrums liegen, kommen über Extrarutschen zur weiteren Auslieferung. Zum Hagener Paketzentrum gehören als Versorgungsbereich Hagen, Wuppertal, Solingen, das Bergische Land, Siegerland, Hochsauerlandkreis, Märkischer Kreis. Diese Sendungen werden in der Nachtschicht von 22 Uhr bis 6.30 Uhr (in der Weihnachtszeit bis 7 Uhr) bearbeitet. Von hier aus gehen sie morgens zu den örtlichen Zustellstützpunkten. Über 90 Prozent aller Pakete sind einen Tag nach Einlieferung beim Empfänger.

Pro Schicht gehen rund 160.000 Pakete durch die Halle, werden bei An- und Ablieferung zwei Mal bewegt. In

der Weihnachtszeit wird sich die Zahl mehr als verdoppeln. Eine Mitarbeiterin bzw. ein Mitarbeiter bewegt in der Stunde gut 1.000 Pakete, das ist die Norm. 1.000 Mal bücken, Pakete verschiedenster Größe aufheben, aufs Band legen. Dabei werden bis zu fünf Tonnen in der Stunde bewegt. Ein echter Knochenjob. Eine Schicht dauert vier Stunden, mit kurzer Pause. „Mehr geht nicht“, meint Werner Kunert.

Der Frauenanteil liegt bei 68 Prozent

Ca. 440 Beschäftigte arbeiten im Paketzentrum. Tagschicht und Nachtschicht teilen sich in zwei Schichten à vier Stunden. Fast alle haben 20-Stunden-Verträge, also Teilzeit. Der Frauenanteil liegt bei 68 Prozent. Frauen – ein schwaches Geschlecht? Von wegen! „Hier zählen nicht allein Muskeln, sondern auch Ausdauer und gute Bewegungsabläufe. Ich habe bei Bewerbungen schon Männer mit riesigen Muskelpaketen gehabt, die machten manchmal nach einer Woche schlapp.“ So Werner Kunert. An einem Transportband ist ein offenbar schweres Paket angekommen (31,5 Kilo ist die Grenze), schnell greift ein Kollege vom Nachbarband mit zu – man hilft sich. Die Deutsche Post zahlt den Beschäftigten übertariflich 10,75 € und in der Nachtschicht 2,00 € mehr.

Das Frachtaufkommen hat sich seit Inbetriebnahme wahnsinnig gesteigert. Angefangen hat das Zentrum mit



Das Paketverteilzentrum in Hagen-Bathey. Hier herrscht zur Adventszeit Hochbetrieb.

65.000 Paketen am Tag. Heute sind es pro Schicht 160.000. 39 Millionen Pakete gehen im Jahr durch die Halle. Hauptgrund ist der boomende Internethandel. Und ein Ende ist nicht abzusehen. Im Oktober wird die Belegschaft fürs Weihnachtsgeschäft um 120 Personen aufgestockt. Sie bleiben bis Mitte Januar. „Früher war Heiligabend Schluss. Aber da inzwischen zu Weihnachten viele Gutscheine verschenkt werden, kommt nach den Feiertagen noch einmal eine Stoßzeit.“ Seit vier Jahren kommen über diese hektischen Tage etwa 27 Menschen aus Rumänien, die mit Hand anlegen. Für die Weihnachtsverstärkung sind auch immer Anschlussverträge nach der Befristung möglich.

„Vorsicht Glas“ reicht nicht

Wertvolle Lieferungen werden extra bearbeitet, weil hier besondere Anforderungen an die Zuverlässigkeit der Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter gestellt werden. Und noch ein Tipp: Der Vermerk „Vorsicht Glas“ reicht nicht, um empfindliches Gut zu sichern. Da hilft nur eine stoß- und drucksichere Verpackung. Werner Kunert weiß von manchen als Weihnachtsgeschenk ge-

dachten Weinflaschen zu berichten, die nur leicht in Zeitungspapier gewickelt waren. Da bleibt Bruch nicht aus.

Im ersten Stock ist ein Raum, in dem es ganz ruhig zugeht, denn hier muss ganz konzentriert gearbeitet werden. Blitzschnell werden unklare oder falsche Angaben auf dem Adressfeld geprüft und korrigiert. Die Kamera am Transportband hat das Feld fotografiert, bei Unklarheiten erscheint das Foto auf dem Bildschirm. Die Mitarbeiterin prüft mit Hilfe von Adressdateien, ob es die angegebenen Straßen gibt oder möglicherweise ähnlich lautende Straßen, wenn es undeutlich geschrieben ist, ob Postleitzahlen stimmen usw. Das Ganze geht unglaublich schnell, ist eine hochkonzentrierte Arbeit. Wenn hier nichts mehr hilft, gehen die Sendungen ans Ursprungsverteilzentrum zurück. Aber 94 Prozent erreichen ihren Empfänger.

Durch die große Halle rollen im regen Verkehr Elektrokarren und Gabelstapler, bringen Rollcontainer dorthin, wo sie gebraucht werden, insbesondere das Sperrgut, das nicht über die Transportbänder läuft. Da wird Ar-

beitsschutz groß geschrieben. Auch Hinweise für richtiges Heben usw. sind auf Leuchttafeln vermerkt. Beim Einarbeiten der Hilfskräfte zur Weihnachtszeit ist das besonders wichtig.

Liegt die Zukunft der Auslieferung bei Drohnen?

Ein Ende des Wachstums im Paketversand ist nicht abzusehen. 2019 soll in Bochum ein neues Paketverteilzentrum eröffnet werden, noch leistungsstärker als Hagen. Aber die Hagener brauchen sich keine Sorgen um ihre Zukunft zu machen. Die Kapazitäten werden gebraucht. Und die weitere Zukunft? Wird es neben dem Verteilzentrum mal einen Drohnenlandeplatz geben? Die Meinung von Werner Kunert: „Ein Drohneneinsatz wird getestet. Wie weit wir im Konzern damit sind, weiß ich nicht. Ich persönlich glaube, dass Drohnen nicht im großen Stil zum Einsatz kommen werden, aber ich könnte mir vorstellen, dass wir da, wo wir mit einem Boot (zu einer Hallig) unterwegs sind oder für die Zustellung auf einer Alm die Pakete mit einer Drohne ausliefern. Konkrete Überlegungen gibt es dazu noch nicht.“



68 Prozent der Belegschaft sind Frauen. Teilzeitarbeit war schon immer eine Frauendomäne.



Über Transportbänder werden die Pakete zum richtigen Auslieferungspunkt befördert.



Ein Scanner erfasst das Adressfeld.



Pakete richtig auflegen

Text: Norbert Finkenbusch, Foto: pixeldichte

Senioren am Steuer

Fähigkeiten selbstkritisch überprüfen

Der Motor heult auf, ein lauter Knall, dann ist es still. Der 88jährige PKW-Fahrer steigt etwas benommen aus seinem Auto, ist aber sonst unverletzt. Er hat Bremse und Gas verwechselt und ist an einem Baum gelandet. Wenn die Polizei kommt, ist der Führerschein vielleicht weg. Aber was dann? Der Lebensmittelladen im Ort hat vor kurzem aufgegeben, die Bankfiliale wurde geschlossen und der Bus fährt nach einem ausgedünnten Fahrplan auch nur noch selten. Da wird das Leben im einst so idyllischen Örtchen schwierig.

Die öffentliche Meinung

70 Prozent der Deutschen befürworten nach einer Umfrage verpflichtende, regelmäßige Fahrtüchtigkeits-Tests für ältere Autofahrer. 26 Prozent sind dagegen. Die Juristen der Arbeitsgemeinschaft Verkehrsrecht des Deutschen Anwaltvereins fordern, dass sich Senioren künftig regelmäßig medizinisch auf ihre Fahreignung testen lassen. „Spätestens ab dem 75. Lebensjahr sollen Untersuchungen verpflichtend sein“, sagte DAV-Fachanwalt Christian Funk vor Beginn des 55. Deutschen Verkehrsgerichtstags (Quelle: <http://www.berliner-kurier.de/25605964> ©2017). In einigen europäischen Staaten wie Norwegen, Schweden oder den Niederlanden sind ärztliche Untersuchungen für Autofahrer ab 70 bereits Pflicht. In Spanien müssen Autofahrer sogar schon ab 45 zum Gesundheitstest.

Was sagt die Politik

Bundesverkehrsminister Alexander Dobrindt ist gegen verpflichtende Führerschein-Tests für Senioren. „Unsere Statistiken zeigen: Ältere Menschen bauen deutlich weniger schwere Unfälle als andere Autofahrer“, sagt der CSU-Politiker. „Ob jemand sicher Auto fährt, hängt nicht vom Geburtsdatum ab. Mit mir wird es keine Führerschein-Pflicht-Tests für Senioren geben.“

Wie kann ich meine Fahreignung erhalten

Richtig ist auf jeden Fall, als Fahrzeugführer unabhängig vom Alter seine Fähigkeiten selbstkritisch zu beobachten. Dabei kann auch die Familie unterstützen und gemeinsam darauf achten, ob

- Straßenschilder richtig und rechtzeitig erkannt werden,
- Rettungswagen im Einsatz gehört werden,
- auf Hindernisse und Ampeln angemessen schnell reagiert wird,
- der Schulterblick klappt,
- die aktuellen Verkehrsregeln bekannt sind.

Welche Hilfen gibt es

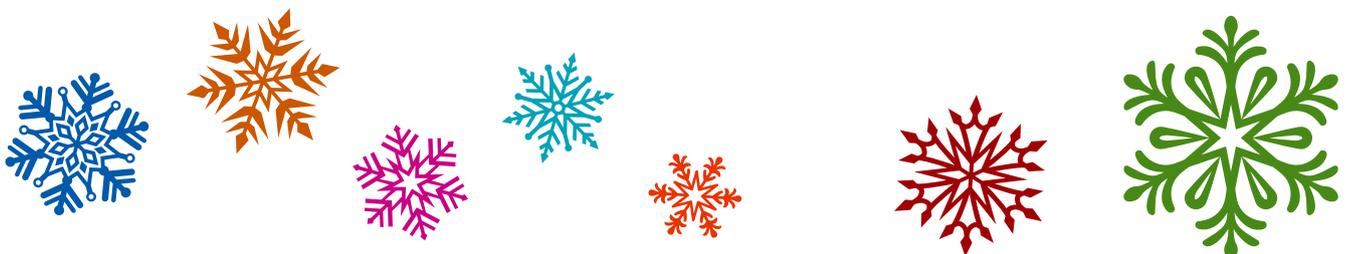
Der ADAC rät, regelmäßig im Abstand von zwei Jahren den Augenarzt und den HNO-Arzt aufzusuchen. Ein erster Schritt kann auch ein Selbsttest sein, der im Internet angeboten wird (<https://www.dvr.de/html/aktionen/online-selbsttest/selbsttest.html>). Der Hausarzt ist der richtige Ansprechpartner, um die Fahrtüchtigkeit genauer unter die Lupe zu nehmen. Er kann einen Gesundheitscheck durchführen. Und schließlich hört das Lernen nie auf. Der ADAC bietet ein Fahrsicherheitstraining für Senioren an (<https://www.adac-fsz-westfalen.de/senioren-fahrtraining-60-plus.html>). Ohne Zeitdruck und Hektik lernen Senioren das Verhalten und die Grenzen ihres Fahrzeugs in verschiedenen Situationen kennen. Fahrtechniken und der richtige Umgang mit neuer Fahrzeugtechnik wie ABS und ESP werden trainiert. Wer es individueller mag, kann sich auch einer Fahrschule anvertrauen und an einem Auffrischkurs teilnehmen.

Wie ist die Rechtslage

Der einmal erworbene Führerschein bleibt lebenslang gültig. Weder gibt es eine altersabhängige Pflicht, die Fahrerlaubnis zurückzugeben, noch sind medizinische Untersuchungen zwingend vorgeschrieben. Allerdings kann der Führerschein entzogen werden. Als sofortige Maßnahme ist damit bei schweren Vergehen oder fehlender Fahrtauglichkeit zu rechnen. Darüber wird im Einzelfall entschieden. Über die Maßnahme gibt es einen behördlichen Entziehungsbescheid. Niemand ist aber daran gehindert, die Fahrerlaubnis freiwillig zurückzugeben oder auf ihren Gebrauch zu verzichten.



Üben am Fahrsimulator, eine sinnvolle Sache, um seine Fähigkeiten einschätzen zu können.



Herzlich willkommen bei CURANUM in Hagen-Emst!



Wir begrüßen Sie herzlich und freuen uns, Sie aufmerksam zu umsorgen. Sie können sicher sein: **Hier hat Lebensfreude auch im Alter ihren Platz!**

UNSERE LEISTUNGEN IM ÜBERBLICK:



Stationäre
Pflege



Kurzzeit-
pflege



Verhinderungs-
pflege



Demenz-
pflege



Hauseigene
Küche



Bewegungs-/
Ergotherapie



Vielfältige
Veranstaltungen



Schwimmbad

CURANUM Seniorenresidenz Hagen-Emst

Thünenstraße 31 · 58095 Hagen

Telefon: 02331 36777-0

E-Mail: hagen@korian.de

www.korian.de



Ein Unternehmen der **KORIAN** Gruppe

Altenheim – ein zweites Zuhause?

Diese Frage stellten wir einer Bewohnerin in der Curanum Seniorenresidenz in Hagen Emst. Nach einem Krankenhausaufenthalt kam Frau Sonja W. zu uns, da sie wusste nach Hause könne sie nicht mehr. Frau W. kann sich noch genau an die ersten Momente in der Einrichtung erinnern: „Es war Adventszeit. Die Einrichtung war festlich geschmückt. „Seit der ersten Sekunde fühlte ich mich wohl“, erzählte sie mit Tränen in den Augen. Dieses Gefühl hat Frau W. bis heute nicht verlassen: „Ich fühle mich behütet und kann meine Probleme vergessen. Ich bin hier nicht alleine“ Ich hackte nach und wollte wissen, ob Frau W. etwas fehlt. Sie lächelt: „Ich war ein Jahr lang nicht draußen. Ich verbrachte viel Zeit alleine. Und hier?“

Hier erlebe ich Fortschritte, ein Gefühl der Gemeinschaft und habe nie Langeweile. Hier wird uns sehr viel geboten. Ob es das Kegeln auf der hauseigenen Kegelbahn ist oder ein Singkreis in geselliger Runde. Hier ist es wieder möglich für mich aktiv am Leben teilzuhaben.“ Auch die unterschiedlichen Veranstaltungen genießt sie. „Heute Nachmittag haben wir wieder ein schönes Akkordeonkonzert. Da versammeln sich alle – da ist es nicht wichtig, ob jemand krank oder gesund ist.“

Frau W. bezeichnet die Einrichtung nicht als ein Altenheim, sondern als ihr „zweites Zuhause“. An dieser Stelle merkt man, dass man als Mitarbeiter vieles richtig gemacht hat.

Text: Christa Heine, Foto: Ruth Sauerwein

Nachfrageorientierte Kleinbusse – ein Zukunftsmodell?

Wie wird die Mobilität der Zukunft aussehen? Sicher ist – der öffentlichen Nahverkehr wird eine wichtige Rolle spielen, auch für Seniorinnen und Senioren. Hier zwei Beispiele, in denen Neues erprobt wird.

Der „MultiBus“ im Kreis Heinsberg

Dieses Modell ist in einigen Gemeinden oder auch Städten in NRW eingeführt oder zumindest im Gespräch, als alternative Ergänzung zum normalen Busverkehr.

Im Kreis Heinsberg ist seit ein paar Jahren ein sogenannter „MultiBus“ im Einsatz, ein bedarfsgerechtes Angebot, welches über einen Anruf, 60 Minuten vor der geplanten Abfahrt, angefordert werden kann. Man bekommt dann die Information, wann der Bus den Benutzer an der nächsten MultiBus-Haltestelle abholt. Zur Verfügung steht der Bus wochentags von 9 bis 12 Uhr und von 14 bis 22 Uhr, sonn- und feiertags von 9 bis 22 Uhr. Wie gesagt, nur als Rufbus.

Wer zum Beispiel regelmäßig zum Einkaufen, zum Arzt, zum Training usw. fahren möchte, kann für eine Woche im Voraus seine Fahrten als Dauerauftrag buchen. Die Fahrpreise belaufen sich in der Höhe der geltenden Bustickets. Für Senioren sicherlich durchaus attraktiv.

Ursprünglich war angedacht (daher der Name MultiBus), Pakete und andere Post mit zu befördern, das heißt, auch an der Haltestelle in Empfang nehmen zu können. Leider scheitern solche Ideen oft an den zuständigen Institutionen und erst recht an versicherungstechnischen Fragen. Zumindest ist als Versuchsballon an einem der Busse ein Fahrradräger montiert, der bis zu zwei Fahrräder transportieren kann. Wie man sieht, ausbaufähig!

Testlauf in Duisburg

Die Stadt Duisburg plant, als Ergänzung zum bestehenden Fahrplanangebot, den Einsatz sogenannter nachfrageorientierter Kleinbusse. Sie sollen „dynamisch“ auf Echtzeit-Nachfrage der Bürger verkehren. Hauptsächlich sollen diese Busse am Wochenende zu Schwachverkehrszeiten eingesetzt werden. Seit dem 29.9.2017 fahren die Busse im Rahmen eines Versuchsprojektes der Landesregierung. Das Projekt ist bis Ende 2019 befristet und soll dann ausgewertet werden.

Duisburg ist der Ansicht, dass diese Art des Personennahverkehrs ein wichtiger Baustein für die Mobilität der Zukunft sein wird. In der Zeit von Internet, Smartphone und anderer digitaler Plattformen lassen sich Verkehrsangebote so vernetzen. Und unsere zukünftigen Senioren können auch damit umgehen! Die Testphase soll bis Ende 2019 dauern, um Erfahrungen zu sammeln.

Es bleibt weiter spannend!



Könnten nachfrageorientierte Kleinbusse nicht auch in Hagen besonders in den Abendstunden das Angebot verbessern?

Text: Ruth Sauerwein

Das Sozialticket gilt auch für Senioren

Unser Tipp

Am 1. Oktober ist das Sozialticket, das es seit 2013 in Hagen gibt, um 6,9 Prozent teurer geworden. Es kostet jetzt 37,80 € im Monat. Die Erhöhung war offenbar nötig geworden, weil die Landeszuschüsse an den VRR nicht ausreichen, um für Menschen mit geringem Einkommen den Preis niedriger zu halten. Zu den Berechtigten gehören auch

Seniorinnen und Senioren, deren Rente aus Leistungen der Grundsicherung aufgestockt wird oder die Wohngeld erhalten. Das Sozialticket kann an den Verkaufsstellen der HVG gegen Vorlage des Grundsicherungs- oder des Wohngeldbescheids gekauft werden.

**FRAU
LUNA**

OPERETTE VON PAUL LINCKE

AUFFÜHRUNGSTERMINE: Premiere Sa 2.12., Do 7.12., Mi 13.12., Mi 20.12., Do 28.12., So 31.12. (15 Uhr und 19.30 Uhr) 2017; Fr 5.1., Fr 19.1., Mi 24.1., So 11.2. (15 Uhr), So 18.2. (15 Uhr), Sa 24.2., Sa 17.3., Fr 6.4., So 20.5. (18 Uhr) 2018 – jeweils 19.30 Uhr, soweit nicht anders angegeben

TICKETS JETZT!

theaterhagen

bewegt seit 1911

www.theaterhagen.de

Anzeige Home Instead

Wir sind für Sie da, wann immer Sie uns brauchen!

Home Instead bietet Betreuung für Senioren und Familien

Hagen. Fürsorge, Geborgenheit und persönliche Betreuung sind Themen, die besonders im Alter immer wichtiger werden. Nicht nur für die Senioren selbst, sondern auch für ihre Angehörigen. Wer kümmert sich um meine Eltern, wenn ich arbeite? Wer kauft jetzt ein? Wie sieht die Finanzierung einer häuslichen Betreuung aus? Antworten und Empfehlungen gibt die Hagener Home Instead-Seniorenbetreuung.

Home Instead bedeutet in der deutschen Übersetzung „lieber zuhause“: Der Inhaber des Hagener Betriebs Michael Strobel-Kaufmann und sein Team zeigen, wie Angehörige die Situation ihrer pflege- und hilfebedürftigen Eltern in den eigenen vier Wänden verbessern und erleichtern können. Dies auch ohne eine bescheinigte Pflegebedürftigkeit.

Home Instead-Betreuerkräfte sind umfassend geschult und wissen daher, worauf es ankommt. „Wenn es den pflegebedürftigen Angehörigen gut geht, sind alle in der Familie beruhigt und ein normaler Alltag kann einkehren“, weiß Strobel-Kaufmann aus Erfahrung.

„Angehörige können nicht immer da sein. Aber wir! Wie oft und in welchem Umfang entscheiden die Pflegebedürftigen und ihre Angehörigen“. Und dies von wenigen Einsätzen pro Woche bis hin zur mehrtätigen, stundenintensiven Betreuung, über Nacht oder am Wochenende, ob als Alltagshilfe, in der Grundpflege oder bei der Demenzbetreuung. Der Leitsatz von Home Instead ist „Zuhause umsorgt“. „Das ist unser Anspruch, für den wir passende Lösungen bieten“, verspricht Strobel-Kaufmann.

Home Instead berät kostenlos und plant nach ihren individuellen Wünschen den sinnvollen Einsatz der Betreuungskräfte in der Senioren- oder Familienbetreuung. Dazu gehören auch Leistungen im Haushalt wie Kochen, Einkaufen, Betreuung der Kinder oder die Begleitung zu Ärzten.

Ihr Ansprechpartner im Hagener Home Instead-Betrieb ist Inhaber Michael Strobel-Kaufmann, Gerichtsstraße 25, Telefon (02331) 48958-70, Email: hagen@homeinstead.de



Wir unterstützen Sie, damit Ihre Lieben auch im Alter länger daheim leben können!

Von wenigen Einsätzen pro Woche bis hin zur dauerhaften, stundenintensiven Betreuung. Wir sind für Sie da, wann immer Sie uns brauchen!

Das Wohl von Senioren und ihren Angehörigen liegt uns am Herzen.

Bei Ihnen zu Hause übernehmen wir eine Vielzahl an Aufgaben:

- Betreuung zu Hause
- Begleitung außer Haus
- Übernachtbetreuung
- Demenzbetreuung
- Grundpflege
- Hauswirtschaftliche Hilfen
- Entlastung pflegender Angehöriger
- Wochenend- & Feiertagsbetreuung

Kostenübernahme durch alle Pflegekassen möglich

Rufen Sie uns an!

02331 - 489 58 - 70

Wir beraten Sie gerne –
unverbindlich und kostenfrei!

Home Instead®
Seniorenbetreuung

Zuhause umsorgt

www.homeinstead.de

Betreuungsdienste –
Michael Strobel-Kaufmann

Anerkannter Betreuungs- und
Pflegedienst für Hagen und Umgebung

Gerichtsstraße 25 · 58097 Hagen
hagen@homeinstead.de



Betrachtungen zur Weihnachtszeit

Text: Christa Heine, Zeichnung: Sigrun Dechêne

Auf dem Weihnachtsmarkt

Markt und Straßen steh'n verlassen,
still erleuchtet jedes Haus,
sinnend geh ich durch die Gassen,
alles sieht so festlich aus.

Hey, treffen wir uns auf dem Weihnachtsmarkt?
Wo? Na, am Stand mit den leckeren Champignons.....

Schiebe mich drängelnd in die nächste Gasse.
Oh, da vorn spielt ein Posaunenchor
„Zu Bethlehem geboren“,
übertönt vom satten Sound von „Last Christmas“,
umrahmt von im Takt zuckenden bunten
Weihnachtssternen.

„Ach, hallo, ihr auch hier? Ganz schön voll, was?“
Ich will nochmal an den Stand mit den Ringen und Ketten,
kann aber am Backfisch nicht vorbei, ohne mir
einen fetttriefenden Rotbarsch zu gönnen.

Jetzt brauche ich einen Eierpunsch! Ja, an dem Stand,
wo leise „I'm dreaming of a white Christmas“ dudelt.
Eine Kindergartengruppe singt „In der Weihnachtsbäckerei“
und verteilt handgeknetetete Plätzchen –
die sind ein bisschen spät dran, denke ich:
Zimtsterne gibt's doch schon seit August!!!!

In der Glasvitrine nebenan erzählt jemand das Märchen
vom bösen Wolf, also „Rotkäppchen“,
die nächsten Fressstände laden zur Einkehr,
aber ich bin schon satt ...
satt, nicht nur vom Essen, satt von der lauten Hektik
des vorweihnachtlichen Trubels,
satt vom Übertönen meiner inneren Uhr,
satt von „ist Weihnachten schon vorbei“
oder kommt es nnoch ... Weihnachten?

Markt und Straßen steh'n verlassen,
still erleuchtet jedes Haus,
sinnend geh ich durch die Gassen,
alles sieht so festlich aus.

Joseph v. Eichendorff



Text: Barbara Lazaris, Foto: BahnHofsmission

Weihnachtsbräuche

Schlesische Weihnachten

Heiliger Abend: Gegen 16 Uhr geht es zur Christmette, am frühen Morgen des ersten Weihnachtstages wurde der Baum geschmückt. Zum Essen gab es: schlesische Weißwurst, Rauchfleisch, Sauerkraut und als Nachtisch Mohnklöße. Am ersten Feiertag gab es Gans, Rotkohl und Klöße.

Griechenland

Die Christmette ist am 25. Dezember um 4 Uhr morgens. Am Heiligen Abend gibt es traditionell einen Hahn. Da viele Griechen lange im Ausland lebten, haben sie die Sitte mitgebracht, die Straße und die Häuser festlich zu schmücken.

BahnHofsmission Hagen

Weihnachtslieder gehören zur Adventszeit. Am 2. Dezember gibt es Gelegenheit zum Mitsingen. Ab 10.30 Uhr laden Mitarbeiter und Ehrenamtliche vor dem Hauptbahnhof zum

Singen ein – alle können mitmachen. Dazu gibt es Waffeln und Informationen über die Arbeit der BahnHofsmission. Und Spenden sind auch willkommen.



Text: Peter Rische

Auf das Christkind ist Verlass

Es wird wohl die letzte Bescherung gewesen sein, als ich noch an das Christkind glaubte – mit etwa fünf oder sechs. Ich hatte mir einen Cowboyanzug gewünscht, eigentlich nur eine Stoffhose und eine Plastikweste, beides mit Wildwestmotiven bedruckt, dazu Hut und Revolver. Endlich durfte ich am Heiligabend ins Wohnzimmer, in dem die Bescherung stattfand. Natürlich suchte ich fieberhaft nach meinem Cowboyanzug, doch der war nirgends zu sehen. „Das Christkind hatte sicher keinen mehr, dann bekommst

Du nächstes Jahr sicher einen“, sagte mein Vater. Ich war enttäuscht, doch da sah ich etwas glitzern unter einem Pullover, den ich mir nicht gewünscht hatte. Trotzdem bekam ich zu Weihnachten immer einige dieser „nützlichen“ Geschenke, mit denen ich als Kind aber nichts anfangen konnte. Das Glitzern rührte dann von den beiden Pistolen her, die zur Ausrüstung meines Cowboyanzugs gehörten. Und darunter lagen auch Hose und Weste. Weihnachten war gerettet...

Text: Christa Heine, Foto: Klaus Lefebvre

Zabih und Mahmoud leben sich ein in Hagen

Erinnern Sie sich noch an Zabih und Mahmoud, unsere beiden „Ausländer“ aus der letzten Ausgabe, die beim Seniorentheater mitgespielt haben? Wie geht es für sie in Deutschland weiter? Bei beiden gibt es eine Reihe von Neuigkeiten, auch wenn der Weg manchmal mit Stolpersteinen versehen ist.

Ein Ausbildungsplatz für Zabih

Für Zabih hieß das im April diesen Jahres erst einmal: Abschiebung! Dank der Spendenbereitschaft der Seniorentheatermitglieder, konnte für das Widerspruchsverfahren eine Rechtsanwältin gewonnen werden, die erfolgreich alle Gegenargumente vertreten hat.

Und so war es Zabih nun möglich, eine Lehrstelle antreten zu können. Beim Jobcenter hatte man etwas Besonderes für ihn gefunden, wo er im Vorfeld ein Praktikum leisten konnte: bei einer Firma in Dortmund für „Hard- und Software für Intralogistik“ macht er eine Ausbildung zum „Fachinformatiker Systemintegration“ für die Dauer von drei Jahren. Bekommt er dann eine Anstellung und kann für sich selbst sorgen, hat er zwei weitere Jahre Zeit, um in Deutschland zu bleiben. Danach kann er einen neuen Antrag auf Bleiberecht stellen. Der Ausbildungsbetrieb führte im Vorfeld ein siebenmonatiges Integrationsprogramm „proLogistik ist bunt“ durch, in dem von Deutschlehrerinnen und einem Sozialpädagogen Themen wie Spracherwerb, kulturelle Bildung und Kenntnisse über Rechte und Pflichten in Deutschland vermittelt wurden. Also erst einmal Zeit für Zabih, um in aller Ruhe die Lehre zu durchlaufen.

Oma-Besuch bei Mamouds Familie

Und was macht Mahmoud mit seiner kleinen Familie? Für ihn gibt es ab September noch einmal einen weiteren Sprachkurs, um die deutsche Sprache noch ein wenig besser sprechen zu können, um danach vielleicht eine Lehr- bzw. Arbeitsstelle zu finden. Leider hat er im Moment so gut wie keine deutschen Freunde, mit denen er sich in seiner „neuen Muttersprache“ unterhalten kann. Mit den Kurskolle-

gen, fast alle arabisch sprechend, unterhält man sich nur in der gewohnten Sprache.

Aber vielleicht kann sich das bald ändern: die kleine 4jährige Tochter geht seit dem Sommer in den Kindergarten. Durch das Bringen und Abholen der Kleinen und Eltern-abende kommt man mit anderen Eltern in Kontakt – und vielleicht ergibt sich dort das ein oder andere Gespräch – und vielleicht auch etwas mehr...

Seine Frau, die den kleinen 1jährigen Sohn betreut, hat leider noch nicht die Möglichkeit, einen Deutschkurs zu besuchen. Eigentlich schade, aber es gibt so wenig Plätze für dieses Vorhaben, bei denen man sein Kind mitbringen kann.

Momentan ist ein Projekt für den Besuch der syrischen Oma gestartet, die ihren kleinen Enkel noch nie gesehen hat. Es hat sich jemand bereit erklärt, für den Besuch hier in Deutschland zu bürgen und anfallende Kosten zu übernehmen. Jetzt hoffen alle auf die Genehmigung der Deutschen Botschaft, die für Syrien im Libanon agiert.

Wir bleiben dran!!!



Zabih und Mahmoud bei der Aufführung des Seniorentheaters

Text: Ruth Sauerwein, Foto: Mehrgenerationenhaus

Ein Treffpunkt der Generationen

Zehn Jahre ein „Haus für Kinder“ am Dr.-Ferdinand-David-Park

Kaum zu glauben: Vor zehn Jahren wurde das „Haus für Kinder“ mit einem frohen Fest eröffnet. Und am 17. November wurde der runde Geburtstag mit einem Tag der Offenen Tür für Jung und Alt von 11 Uhr bis 17 Uhr gefeiert. Denn das Haus hat sich inzwischen zu einem Mehrgenerationenhaus, einem Treffpunkt der Generationen entwickelt.

Die Begegnung zwischen den Generationen ist heute umso wichtiger, weil viele Familien nicht mehr eng beieinander wohnen und viele ihre Großeltern nur von gelegentlichen Besuchen kennen oder Großeltern die Enkel am häufigsten am Telefon erleben. Zusammen spielen und singen, sich gegenseitig helfen und zuhören – das festigt das Verständnis und Vertrauen zwischen Jung und Alt.

Klamottenkiste, Suppenkasper, Babytreff und vieles mehr vereint das Haus unter einem Dach. Hier wird Hausaufgabenhilfe organisiert, die Besuche „Willkommen im Leben“, Unterstützung für Scheidungskinder, Treffen für Kinder und Jugendliche mit Behinderung. In den Ferien gibt es zahlreiche Freizeitangebote mit Ausflügen, Basteln und anderem mehr. Viele Erwachsene engagieren sich hier ehrenamtlich für Kinder. Aber auch Jugendliche geben ihr Wissen an die Älteren weiter. Zum Beispiel bei den immer gut besuchten Seniorennachmittagen, bei denen sie zeigen, wie man mit dem Smartphone umgeht. Der Dienstagnachmittag gehört den Seniorinnen und Senioren. Besonders beliebt sind Spiele wie Rummicup und Skippo. Und schön ist es, wenn sich Jugendliche dazu setzen und mitmachen. Da entwickeln sich interessante Gespräche: Wie war das früher in der Schule, wie heute? Wie war das Berufsleben? Schon mit 14 Jahren von der Schule in die Lehre? Ganz schön hart! Und dass Telefongespräche früher durch Telefonistinnen „gestöpselt“ werden mussten, ist in heutigen drahtlosen Zeiten kaum mehr vorstellbar.



Weihnachtsfeier im Mehrgenerationenhaus: Herr Krippels liest Märchen vor.



Naturheilpraxis
Astrid Bergemann
Heilpraktikerin

- Augenakupunktur
- Schmerzakupunktur
- allgemeine Akupunktur
- Atemtherapie

02331 77 64 6

Bismarckstr. 13 • 58089 Hagen
www.heilpraxis-bergemann.de
info@heilpraxis-bergemann.de

 Hörakustik Vlutters



Eine große Auswahl modernster Hörsysteme aller namenhaften Hersteller erwartet Sie!

Machen Sie Ihre Hörerfahrungen, testen Sie unverbindlich Hörsysteme bei uns!

Hörakustik Vlutters • Möllerstr. 26 • 58119 Hagen / Elsey
Tel.: 02334 / 50 320 80

E-Mail: info@hoerakustik-vlutters.de

Öffnungszeiten:

Mo, Di, Do, Fr von 9:00 - 13:00 Uhr 14:00 - 18:00 Uhr
Mittwoch 9:00 - 13:00 Uhr



ob nah, ob fern, ob groß, ob klein

UMZÜGE

durch Helmut Klein

Telefon (02335) 6 25 25
Telefax (02335) 6 97 26

-  Neumöbelmontagen
Küchenmontagen und
Änderungen durch Fachpersonal
-  Außenaufzüge
Aufzugverleih mit
Personal
-  Möbellagerung-
Möbelbörse
-  Elektronische
Aktendokumentation
-  Klaviertransport

www.umzuege-klein.de



- Seniorengerechtes Wohnen
- Mobiler Pflegedienst
- Tagespflege
- Kurzzeitpflege
- SeniorenPfleheim

WAS NUN?

Meine Mutter liegt im Krankenhaus und ist plötzlich pflegebedürftig!

WIR HELFEN IHNEN.

In allen Fragen rund um die Pflege und Betreuung. Gerade im Notfall sind wir für Sie da.



SENIORENZENTRUM BUSCHSTRASSE
Telefonnummer: 02331-622-0
www.seniorencentrum-buschstrasse.de

VR-Lebenslinien

„Sich jeden Tag auf morgen freuen.“

Jeder Mensch hat etwas, das ihn antreibt.

Wir machen den Weg frei.

Unsere VR-Lebenslinien-Berater sind für alle Themen die richtigen Ansprechpartner, bei denen es sich um spezielle Fragen rund um Vollmachten, Vermögensübertragung, Pflege oder Wohnen im Alter dreht.

Sprechen Sie uns einfach an: Telefon 0 23 31/20 90
www.maerkische-bank.de

Kennen Sie schon unseren Geld-nach-Hause-Service?



Märkische Bank eG
Ihre Volksbank ganz nah

Zeichnung: Sigrun Dechêne

Geburtstag

Kommende Woche habe ich Geburtstag. Ein runder Geburtstag. Ich werde 80 Jahre alt. Kaum zu glauben: Achtzig! Ich werde aber nicht feiern. Ich bleibe den ganzen Tag im Bett. Was soll ich auch feiern? Dass ich ein weiteres Jahr aufs Ende zu gehe? Ich bleibe lieber im Bett. Den ganzen Tag. Falls jemand mir großzügig Geschenke bringen will: Stellt die vor meine Haustüre. Eine gute Flasche Wein vielleicht, oder ein Büchergutschein sind immer willkommen.

Aber ich sage es gleich: Die letzte CD von Grönemeyer habe ich schon. Wenn jemand persönlich gratulieren will: Nicht tun. Ich mache nicht auf. Ich bleibe im Bett. Den ganzen Tag. Schon Aristoteles wusste es (Für die, die in der Schule nicht aufgepasst haben: Aristoteles war ein griechischer Gelehrter, einige hundert Jahre vor Christus). Also Aristoteles wusste schon, dass alte Männer meist humorlose, Mitleid erweckende Trottel sind, misstrauisch und knötterich. Und sie würden unerlässlich von der Vergangenheit reden. Die ist ja auch länger als das, was noch vor ihnen liegt. Bestimmt gehöre ich auch dazu? Ist das dann ein Grund zum Feiern? Ich bleibe doch lieber im Bett.

Erinnerungssplitter: Wir spielten auf der Straße oder im nahen Wald. Das Klo war auf der halben Treppe und in den Sommerferien, auf Tante Lenes Bauern-Kotten, als Plumpsklo direkt über der Jauchegrube. Vielleicht wisst ihr auch nicht, wie groß eine ausgewachsene Kuh ist. Ich schon. Ich dufte sie als Junge hüten. Ein knappes Dutzend. Wir waren ja nicht unmodern. Bei uns gab es den legendären Volksempfänger mit schwarzem Bakelit-Gehäuse. Und die beliebte Agfa-Box aus beledeter Pappe mit 6x9-Rollfilm. Die kostete vier Ein-ReichsmarkStücke.. Jeweils mit dem zu Agfa passenden Buchstaben der Münzanstalt. Wir kannten kein Fernsehen, kein Handy, Internet oder Laptop. Später, sehr viel später, das erste Wählscheiben-Telefon; das war mit einer langen Schnur an der Wand befestigt, auch der Hörer war angebunden. Von nerviger Parkplatzsuche oder Autobahnstaus keine Spur. Es gab ja kaum Autos.

Sag das mal jungen Leuten heute. Ja, so alt bin ich also schon. Manchmal denke ich, wie die Menschen hunderttausende Jahre ohne all diese Dinge überleben konnten. Wie war das nur möglich? Aber ist das alles Grund zum Feiern? Ich werde wohl am Geburtstag im Bett bleiben. Den ganzen Tag. Vielleicht was knötternd.

Obwohl - mir kommen doch leichte Zweifel: Vielleicht ist es ja der letzte runde Geburtstag? Vielleicht sollte ich doch aufstehen, ein bisschen feiern? In ganz kleiner Runde? Oder einfach nur, weil ich das Glück habe, noch da zu sein? Vielleicht sollte ich doch die paar alten Freunde einladen, die Wenigen, die es noch gibt? Ganz bescheiden, ganz privat? Ich habe ja noch ein paar Tage Zeit zum Überlegen. Ja, vielleicht stehe ich doch auf an meinem achtzigsten Geburtstag. Vielleicht bestimmt.

G.R.





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





Hohenlimburger Bauverein

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

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

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

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

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

Hilfen im Alltag

Unsere langjährigen Erfahrungen haben gezeigt, dass das Alter unserer Mieter stetig gestiegen ist. Als Wohnungsgenossenschaft sind wir uns der sozialen Verantwortung bewusst und bieten - je nach Lebenssituation und bei bestehendem Bedarf - Hilfe an.

Um die Wohn- und Lebensqualität unserer älteren Mieter zu stärken, kooperieren wir mit Pflegediensten, Hausnotrufanbietern und Dienstleistern vor Ort.

Innerhalb unserer regelmäßigen Mietertreffen stellen sich die Kooperationspartner vor, halten hilfreiche Tipps bereit oder geben mit interessanten Vorträgen neue Impulse für das alltägliche Leben in den eigenen 4 Wänden.

Die Angebote und Leistungen unserer Kooperationspartner richten sich an alle Mitglieder, die einen Hilfebedarf haben bzw. Unterstützung bei ihrer alltäglichen Lebensführung benötigen. Die Leistungen unserer Kooperationspartner umfassen Beratungen, Leistungsangebote mit Sonderkonditionen und Hausbesuche. Damit unsere Mitglieder auch im Alter weiterhin gut zuhause wohnen!

Unsere Kooperationspartner „Hilfen im Alltag“ sind:
Pflegedienste:

Wohlbehagen, Berchumer Str. 3, 58093 Hagen
Tel. 0 23 31 / 6 92 14 00, www.pflegeheim-wohlbehagen.de

Das Betreuungsteam, Cunostr. 50, 58093 Hagen
Tel. 0 23 31 / 6 25 24 70, www.das-betreuungsteam.de

Pflegeteam Rossa Care, Freiheitstr. 2, 58119 Hagen
Tel. 0 23 34 / 44 56 101, www.rossacare.info

Hausnotruf:

DRK Kreisverband Hagen e. V., Zeppelinweg 17, 58093 Hagen
Tel. 0 23 31 / 95 89 24, www.drk-hagen.de

Malteser Hilfsdienst e. V., Am Bernstein 14, 57250 Netphen
Tel. 0800 / 9 96 60 07

Weitere Anbieter:

Reha fair - Rehatechnik / Sanitätshaus, Möllerstr. 60a,
58119 Hagen, Tel. 0 23 34 / 80 88 - 0

Haarstudio Nergiz, Iserlohner Str. 75, 58119 Hagen
Tel. 0 23 34 / 5 55 73

Wäscherei & Heißmangel Sabine Spickenheier, Möllerstr. 30a,
58119 Hagen, Tel. 0 23 34 / 80 86 00

Praxis für Podologie Sandra Hellmann, Hagener Str. 75a,
58642 Iserlohn, Tel. 0 23 74 / 9 23 76 60

Praxis für Ergotherapie Sascha Siebert, Heidestr. 53,
58119 Hagen, Tel. 0 23 34 / 44 34 88,
www.ergotherapie-siebert.de

Hauswirtschaftsdienst Markus Rafflenbeul, Wienbrauk 1
58093 Hagen, Tel. 0 23 31 / 39 67 63

Haben wir Ihr Interesse an unserer Genossenschaft geweckt?

Ihre Ansprechpartnerinnen in unserem Haus sind:

**Roswitha Jürgens, Tel. 0 23 34 / 95 88 13
Diana Minnerop, Tel. 0 23 34 / 95 88 27**



Text: Ruth Sauerwein, Foto: HISB

Plätzchen backen inklusive

Der ambulante Pflegedienst „Home instead“ hilft, den Alltag zu bewältigen

„Sie können nicht immer da sein. Aber wir.“ So lautet das Motto des ambulanten Pflegedienstes „Home Instead“. Der Slogan nimmt dabei die Sorge vieler Kinder älter werdender Eltern auf. Mutter oder Vater kommen alleine nicht mehr im häuslichen Umfeld zurecht, die Kinder stehen im Berufsleben oder wohnen weit entfernt. Da wäre eine laufende Unterstützung eine große Hilfe, auf die sich „Home Instead“ spezialisiert hat.

Persönliche Betreuung, Alltagsbegleitung, Unterstützung im Haushalt, Begleitung außer Haus sowie die Unterstützung bei der Grundpflege gehören zum Angebot von „Home Instead“. Im Gegensatz zu einem Betreuungsdienst hat „Home Instead“ die volle Pflegekassenzulassung. Das hat den Vorteil, dass die Kundinnen und Kunden von „Home Instead“ alle Leistungen der Pflegekassen nutzen können. Die Zulassung bedeutet gleichzeitig, dass das Unternehmen sich einem Qualitätsmanagement unterzieht und zur Dokumentation verpflichtet ist. Zwei Pflegefachkräfte leiten die Einsätze und sorgen für die Qualifikation der Betreuungskräfte.

Einfühlungsvermögen und Kontaktfreude entscheidend

Die MitarbeiterInnen benötigen keine speziellen Vorkenntnisse. „Bei den Einstellungsgesprächen geht es mir vor allem um Einfühlungsvermögen, Kontaktfreude und Kenntnisse in der Haushaltsführung“, erklärt Firmenchef Michael Strobel-Kaufmann. Im Rahmen eines eigens entwickelten Schulungsprogramms werden die MitarbeiterInnen qualifiziert und auf ihre Einsätze vorbereitet. „Und beim ersten Einsatz beim Kunden gehen die Pflegefachkräfte mit, klären, was im Haushalt zu tun ist und ob die ‚Chemie‘ zwischen Betreuungskraft und Kunden stimmt“. Die meisten Betreuungskräfte sind Frauen, aber inzwischen gehören auch einige Männer zum Team, was sich sehr positiv auswirkt.

Die Qualifizierung besteht aus fünf Trainingsmodulen. Dabei geht es unter anderem um die Grundpflege, das Verhalten in Notfällen, die Hygiene, das Beobachten des Gesundheitszustandes oder den Umgang mit Demenzerkrankten. Gerade hier besteht ein großer Unterschied zur Betreuung in Heimen, so Strobel-Kaufmann: „In der häuslichen Umgebung kommt oft der Ehepartner hinzu, der möglicherweise mit beraten und betreut werden muss.“

Qualifizierung in fünf Trainingsmodulen

„Home Instead“ hat mit der Pflegekasse eine Vereinbarung geschlossen, wonach eine stundenweise Abrechnung erfolgt. Dadurch geht der Dienst weg von der Minutenpflege, die Einsätze werden flexibler. „Vor dem Beginn der Versorgung steht immer eine ausführliche Beratung über die Möglichkeiten, welche die Pflegekasse unseren Kunden bietet. Wir beginnen dann mit Einsätzen ab zwei Stunden. In dieser Zeit besorgen wir den Haushalt, kochen gemeinsam oder backen Plätzchen.“ Gerade in der Adventszeit ein schönes Angebot. Die Zeit reicht aber auch, um die Zeitung vorzulesen oder einfach „da“ zu sein. Wenn kurzfristig ein höherer Zeitaufwand nötig wird, zum Beispiel, wenn die Angehörigen Urlaub machen oder sonst verhindert sind, können auch die Gelder der Verhinderungs- und Kurzzeitpflege eingesetzt werden. Mehrere Stunden am Tag bis zur Betreuung über mehrere Tage oder Wochen sind so ebenfalls möglich.

Vor über 20 Jahren wurde „Home Instead“ in den USA gegründet und ist heute in zahlreichen Ländern tätig. 2008 hat in Deutschland die erste „Home Instead“-Seniorenbetreuung in Köln eröffnet. Heute ist „Home Instead“ im Bundesgebiet mit über 70 Partnerbetrieben vertreten.



Gemeinsames Kochen gehört zum Angebot.



Gehirn-Jogging

Haben Sie Lust auf etwas Knobeln? Dann ist dieser Buchstabensalat „Rund ums Wetter“ gerade richtig:

- 1) isE _____
- 2) Strmu _____
- 3) Bilzt _____
- 4) hcSeen _____
- 5) ulsmuuC _____
- 6) sDtun _____
- 7) nreoDn _____
- 8) Enreesgi _____
- 9) önFh _____
- 10) lurGepa _____
- 11) gulnöBewk _____
- 12) eorbAtnd _____
- 13) lHgea _____
- 14) krnrrialHu _____
- 15) eidruchbgkoteHc _____
- 16) teifzeHti _____
- 17) ebrsalo _____
- 18) Kimal _____
- 19) enKlvi _____
- 20) lKeät _____



Solem GmbH

ambulanter Pflegedienst

„Häusliche Pflege ist Vertrauenssache“

Solem GmbH
Zehlendorfer Str. 40
58097 Hagen

Tel.: 02331 - 377 89 60
info@solem-hagen.de
www.solem-hagen.de

24 Stunden erreichbar



Text: Norbert Finkenbusch; Foto: steglitzer

Hamburg: Hafenrundfahrt

Die Wasserseite mit der Hafenfähre entdecken

Kreischend und stampfend legt das Schiff an Brücke drei der Landungsbrücken an. Krachend fällt die Gangway auf den Ponton. Sonnenschein und glitzerndes Hafenwasser. Hastig geht es auf die Fähre, erneutes Kreischen, die Gangway wird eingeholt, der Diesel heult auf, es stinkt, Qualmwolken ziehen über das Deck. Die Fähre legt ab. Der Himmel ist bayerisch-blau.

Es gibt viele Möglichkeiten, das maritime Hamburg zu entdecken. Eine attraktive Variante ist eine Fahrt mit der Hafenfähre Linie 62. Gegen geringes Entgelt verkehrt die Fähre zwischen Elbphilharmonie und Finkenwerder. Die Fahrt dauert planmäßig etwa 30 Minuten. Der Fahrgast ist vom Wetter unabhängig und kann sich hier, wo es keine Schienen gibt, auf den Fahrplan verlassen.

Endlich fertig – die Elbphilharmonie

Das Schiff stößt von der Kaimauer ab und nimmt Kurs auf die Haltestelle Sandtorhöft. Wind, Wellen und Sonne verbreiten Ausflugsstimmung. Den Blick voraus schiebt sich unaufhaltsam die riesig aufragende Elbphilharmonie ins Bild. Ehemals langjährig eingerüstet und mit Planen verhängt wurde sie endlich am 11. Januar 2017 eröffnet. Neben der früheren Dauerbaustelle werden Speicherstadt, Hafenkranne und stolze Segelschiffe zur Kulisse. Exzellente, weltoffen, innovativ will sich die Stadt Hamburg mit der Elbphilharmonie präsentieren.

Hingucker – Sankt Michaelis

Es geht zurück zu den Landungsbrücken, gegen den Wind. Der ist recht frisch und es wird etwas ungemütlich auf dem Oberdeck. Die Sonne wärmt nur mäßig. Dafür entschädigt das Panorama: der Michel, Hamburgs Wahrzeichen. Seine dunkle Kupferhaube setzt sich scharf vom blauen Himmel ab.

Die Hamburger sprechen vom Michel. Sankt Michaelis ist eine der schönsten Barockkirchen Norddeutschlands. Der Turm mit der unverwechselbaren Kupferhaube ist das Wahrzeichen Ham-

burgs. Beachtlich sind die vier Orgeln und die Turmuhr.

Soziale Netze – ein buntes Völkchen

Wer kreischt lauter, die Schulkinder an Bord oder die Möwen über dem Schiff? Ein buntes Völkchen hat sich auf dem Oberdeck eingefunden. Neben einem älteren fotografierenden Ehepaar hat sich ein Punker-Pärchen mit Schäferhund niedergelassen. Die genießen trotz der frühen Stunde einige Bierchen und Zigaretten. Ein munteres Damentrio unterhält mit launigen Gesprächen die anderen Fahrgäste.

Die Fähren werden vom Hamburger Verkehrsverbund betrieben. Sie können mit einem preiswerten Tagesticket benutzt werden.

Tor zur Welt – der Hafen

Der Hamburger Hafen ist der größte Seehafen in Deutschland. Als Universalhafen werden hier nahezu alle möglichen Waren umgeschlagen. Viele Arbeiten sind automatisiert; Menschen sind selten zu sehen. Diverse Schifffahrtlinien verbinden den Hafen mit mehr als 900 anderen Häfen weltweit in über 170 Ländern.

Lebensader – die Elbe

Mehr als 200.000 Bruttoregistertonnen an Gütern werden über die Elbe nach Hamburg befördert. Damit ist die Elbe eine der wichtigsten Verkehrsadern Europas. Kaum ein Schiffstyp, der nicht auf der Elbe fährt. Vom Hafenschlepper bis zum Containerschiff sind alle vertreten. Selbst Binnenschiffe liefern Fracht bis Glückstadt.

Fischmarkt – Bratfisch für Touristen

Nach Finkenwerder geht's zurück. Kreischend, qualmend und stinkend legt die Fähre am Fischmarkt an.

Ursprünglich diente der in Altona abgehaltene Markt zur Versorgung der Bürger mit frischem Fisch. Seine Besonderheit, auch sonntags früh geöffnet zu sein, liegt daran, dass der gefangene Fisch bereits morgens vor dem Kirchgang verkauft werden sollte. Danach wäre es draußen zu warm gewesen. Der sonntägliche Fischmarkt von 5:00 bis 9:30 Uhr mit Verkaufsständen unter freiem Himmel auf der

Großen Elbstraße ist heute hauptsächlich eine Attraktion für Touristen und Nachtschwärmer.

Bella Vista – vom Altonaer Balkon

Nicht weit vom Fischmarkt windet sich ein Fußweg den Hang hinauf zum Altonaer Balkon. Die herrliche Aussicht entschädigt für die kleine Anstrengung. Oben angekommen geht der Blick weit über den Hafen. In Gedanken kann die kleine Seereise noch einmal genossen werden. Und da unten auf der Elbe stampft auch schon die nächste Fähre der Linie 62 durch die Wellen.



Hamburgs Wahrzeichen – der Michel;
Foto: steglitzer, www.istockphoto.com

Text und Fotos: Norbert Finkenbusch

Lissabon: Stadtrundfahrt

Eine Fahrt mit der Carros eléctricos de Lisboa

Mit dem Touristenbus durch Lissabon? Niemals... Da gibt's doch was Besseres. Die Eléctricos de Lisboa, die Lissaboner Straßenbahn. Und wer wenig Zeit hat, der fährt eben nur mit der Linie 28E. Da ist das Wichtigste zu sehen.

Holzklasse für alle

Es gibt die Carros eléctricos de Lisboa seit 1873. Zunächst mussten Pferde die wegen der zahlreichen und zum Teil extremen Steigungen sehr schwere Arbeit verrichten. Anfang des 20. Jahrhunderts wurde die Strecke dann elektrifiziert. Das Wagenmaterial ist häufig historisch. Besonders die Linie 28E (E für Eléctrico) hat ihren besonderen Reiz. Sie verbindet die höchst unterschiedlichen Stadtteile Alfama, Baixa und Lapa der Lissaboner Innenstadt mit dem Stadtteil Prazeres.

Altstadt zum Anfassen

Die Fahrt ist spektakulär. Enge Gassen, scharfe Kurven, starke Steigungen und manchmal auch heftiger Autoverkehr. Und alles zu sehen aus historischen Wagen, die Remodelados genannt werden. Die Hauswände zum Greifen nahe. Große Busse schaffen es nicht hierher.

Draußen tobt das Leben. Fußgänger, Zweiräder, Autos. Die Regeln, nach denen sie sich fortbewegen, sind nicht immer zu erkennen. Und mittendrin die Straßenmusiker. Und wer kein Instrument spielen kann, der klatscht in die Hände. Die Touristen spenden auch dafür.

Treppe? Nicht, wenn es einen Aufzug gibt

Kurze Entfernungen und starke Steigungen werden mit dem Aufzug zurückgelegt. Sieht manchmal aus wie eine Straßenbahn, ist aber keine. Die Lissaboner zeigen sich dabei kreativ. Es gibt die Aufzüge als Standseilbahn, Kabelstraßenbahn oder Aufzug. Der schönste ist der Elevador de Santa Justa.

Wer sich vorbereiten möchte, der liest den „Nachtzug nach Lissabon“ oder sieht sich den gleichnamigen Film im Kino an oder macht beides.



Carros eléctricos de Lisboa



Altstadt zum Anfassen



Hund mit bester Aussicht



Elevador de Santa Justa

Text: Maria Liley, Foto: privat

Entführt in eine neue Welt

Spielen mit Phantasie

Ganz in der Nähe des "Hasper Hammer" treffen sich in einem alten, sehr ansehnlichen Industriegebäude die „Table-Top-Spieler“. Ich traf dort auf eine völlig neue Welt.

Im Laufe des Abends erlebte ich dann noch ein Rollenspiel, das mir völlig neu war: In einem geräumigen Nebenraum des Computer Clubs Haspe treffen sich die „Table-Top-Spieler“, die auf großen Tischplatten (daher der Name) Strategiespiele veranstalten, mit zum Teil mystifizierten Spielfiguren, Landschaften und Gebäuden – aus vorgefertigten Bauteilen meist selbst hergestellt und bemalt. So eine Tischplatte mit Burgen und Hügeln und Figuren aus dem Fantasy- oder Science-Fiction-Bereich ist schon sehr beeindruckend. Ich konnte im Laufe des Abends einen kleinen Einblick gewinnen und kann mir gut vorstellen, dass man dabei die Zeit vergessen kann.



Phantasievolle Figuren sind beim Spiel im Einsatz.

Text: Lothar Kasper

Das HagenBuch 2018 mit Schwerpunkt Elektromobilität

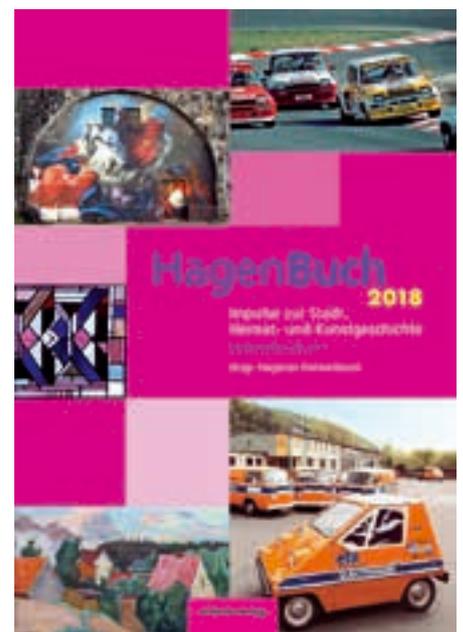
Unser Buchtipp

Kommt man im Jahr 2017 am Thema „Mobilität“ vorbei, wenn allerorten über „Dieselgate“ und Elektroautos gesprochen wird? Wohl kaum, haben elektrisch angetriebene Fahrzeuge in Hagen doch eine lange Tradition, die weit über die aktuelle Diskussion hinausgeht. Neben frühen, aber auch den aktuellen Elektrofahrzeugen der mark E stellt das HagenBuch unter dem diesjährigen Schwerpunktthema mit „der Bertha Benz aus Boele“ auch eine der ersten weiblichen Autofahrerinnen unserer Heimatstadt vor. Hinzu kommen Artikel zu Hagener Feldbahnen, dem Hauptbahnhof und einem der ältesten Transportunternehmen und Reisedienst der Stadt, Sander.

Mobilität ganz anderer Art stellt Hubert Köhler mit seinem Beitrag zum

Zugung italienischer Gastarbeiter in den 1960er Jahren generell vor. Mit Artikeln zu Thorn Prikker, dem Bildhauer Hawlik und der Entwicklung der Street Art in Hagen kommen auch im HagenBuch 2018 Kunst und Kultur zur Geltung. Uli Weishaupt ist mit einem Artikel über das Gloria-Kino dabei.

Die beliebte Hagener Stadtchronik erscheint seit 20 Jahren, zunächst als Heimatbuch Hagen + Mark, dann als Hagener Heimatbuch und nun als HagenBuch im ardenkuverlag. In bewährter Weise gelingt es Chefredakteur Michael Eckhoff auch mit dem Jahr 2018 erneut Tradition, Kultur und Stadtgeschichte(n) informativ und zugleich unterhaltsam einer breiten Leserschaft näher zu bringen.



Text: Maria Liley, Foto: LWL-Museum für Kunst und Kultur

Ein Leben zwischen Hagen und Paris

Ida Gerhardi, geboren am 2. August 1862, gestorben am 29. Juni 1927 – eine Malerin der klassischen Moderne

Geboren in Hagen, gestorben in Lüdenscheid, viele Jahre in Paris gelebt und gearbeitet: Für eine Frau, die 1862 das Licht der Welt erblickte, kein gewöhnliches Leben. Auch nicht, dass Ida Gerhardi als Malerin ihren Lebensunterhalt verdiente. In Paris lernt sie die künstlerischen Größen ihrer Zeit kennen. In Hagen vermittelt sie Karl-Ernst Osthaus Kontakte zu Künstlern in Paris.

Der Vater, ein Arzt, stirbt, als Ida sieben Jahre alt ist. Die Mutter Mathilde, eine geborene Dieckmann aus Iserlohn, zieht mit ihren drei Kindern nach Detmold. Ida besucht dort die „Töchterschule“, wo man auf ihr außergewöhnliches Mal- und Zeichentalent aufmerksam wird. Eine angemessene Freizeitbeschäftigung für eine „höhere Tochter“ – aber auf keinen Fall ein passender Beruf!

Erst 1890, mit 28 Jahren, folgt sie zusammen mit einer Freundin ihrem Bruder nach München. Hier nimmt sie Mal- und Zeichenunterricht. Wie Ida Gerhardi in einem Brief an eine Freundin schreibt, entspricht dieser Unterricht nicht ihren eigenen künstlerischen Vorstellungen; sie akzeptiert aber, dass es für ihr künftiges Malerinnenleben doch einer Basis bedarf und sie daher der Natur mit dem Bleistift begegnen und den Malkasten zunächst „blutenden Herzens“ in den Schrank verbannen muss. Knapp ein Jahr dauert diese „Basisausbildung“, 1891 heißt es dann: auf nach Paris! Ein mutiger Schritt für eine junge Frau von gutbürgerlicher Herkunft.

Aufbruch nach Paris

In Montparnasse, einem Viertel, das bei Künstlern wegen der zahlreichen Kunstschulen und Ateliers sehr beliebt ist, bezieht sie eine kleine Wohnung – August Strindberg ist ihr direkter Nachbar. Allerdings zieht es Ida nicht wegen der Literatur in die Rue de Grande Chaumière; sie besucht die berühmte Akademie „Colarossi“, eine der wenigen Kunstschulen, die auch Frauen unterrichten. Etliche Studenten und Studentinnen dieser Akademie haben es später, wie Ida Gerhardi, zu Ruhm und Ehre gebracht, zum Beispiel Lyonel Feininger, Camille Claudel und Paula Modersohn-Becker. Es gibt Skizzen und getuschte Zeichnungen aus dieser Zeit, die die Arbeitsatmosphäre sehr anschaulich wiedergeben.

Das Leben in Paris bedeutet auch Austausch und Freundschaft mit anderen Künstlern, Sie lernt Käthe Kollwitz kennen, die einige Monate ihre Zimmernachbarin ist. Käthe Kollwitz begleitet Ida Gerhardi auf ihren Ausflügen in die Tanzsäle in Montparnasse und den Montmartre, wo einige sehr lebendige Bilder entstehen.

Die Künstlerin ist stets bereit, ihren MalerkollegInnen Ausstellungen in internationalen Galerien zu vermitteln, stellt Kontakte her zu Kunsthändlern und Mäzenen, unter anderem zu Karl-Ernst Osthaus. Während ihres Aufenthalts in Lüdenscheid bei ihrem Bruder (1902) organisiert sie dort eine Ausstellung ihrer Werke. Karl-Ernst Osthaus, der diese Ausstellung besucht, ist beeindruckt, er lässt sich und seine Frau von ihr porträtieren. Die Bilder befinden sich im Karl-Ernst-Osthaus-Museum, ebenso wie ein Selbstporträt der Künstlerin. Ihre Kontakte zu Mäzenen und Kunsthändlern nutzt sie, um sich und ihren MalerkollegInnen Ausstellungen und natürlich den Verkauf ihrer Werke zu ermöglichen.

Letzte Jahre in Lüdenscheid

Wegen einer schweren Erkrankung muss sie Paris im Jahr 1912 verlassen und lebt von nun an in Lüdenscheid. Eine Reise nach Ägypten ein Jahr später bringt nicht die erhoffte Besserung ihres Leidens. Wegen ihres schlechten Gesundheitszustandes muss sie den Themenkreis ihrer Arbeiten begrenzen, sie malt keine großflächigen Porträts oder Landschaften mehr, stattdessen entstehen Stillleben, Blumenbilder und 1922 eine Ansicht der Lüdenscheider Altstadt. Ihr Selbstporträt von 1925 ist eines ihrer letzten Werke. Ida Gerhardi stirbt am 26. Juni 1927. Die Trauerfeier findet im Hagener Krematorium statt. In Detmold, wo sie aufgewachsen ist, wird sie beerdigt.



Ida Gerhardi (rechts) in der Pariser Malschule Colarossi. 1990 stiftete die Stadtparkasse Lüdenscheid den Ida-Gerhardi-Förderpreis.



Text: Jörg Ludwig

Standort

Eines Tages wollte ich mit dem Kollegen Michael in die Kantine im 15. Stock des Verwaltungshochhauses fahren. Ungefähr im 12. Stockwerk blieb der Aufzug stehen und war nicht wieder in Gang zu bringen. Michael drückte auf die Alarm-Taste und nach kurzer Zeit meldete sich die Aufsicht:

„Was ist los?“

„Ja, wir sind mit dem Aufzug stecken geblieben.“

„Okay, ich komme. Wo stehen Sie?!“

Michael sah sich kurz im Fahrkorb um und antwortete: „Ich steh` neben dem Aschenbecher.“

Text: Claudio Surland

Hörnchens Heimkehr

„Das Lotterleben bin ich aber erst mal leid“, sagte das Eichkätzchen und schlüpfte in die alte Baumhöhle, wo es im Vorjahr mit seinem Mütterchen gehaust hatte. Bei Sommerende war'n sie dann in Park und Wald umhergezappelt, nicht nur auf Suche nach Eichel, Buchecker und Haselnuss, nein, nach dem Abenteuer.

Nun aber rekelte es sich erschöpft in der vertrauten Bleibe, schlief gähmend ein und ratzte, als wenn sich wer mit Laubsäge am Baum versuchte, so dass die Eule nebenan in ihrem Loch aus dem verdienten Tagesschlaf erwachte. „Baumhöhle ist wohl nicht immer Traumhöhle, im Sinne von Erholungsort“, war deren eulenweise Feststellung. Bei Eichhörnchens war wieder jemand eingekehrt. Man würde sich daran gewöhnen müssen. Und an das Rumgewusel in den Zweigen, das schuld war, wenn dem Nachtwächter mit Flügeln schon bei Dienstbeginn am Abend vor Müdigkeit die Telleraugen aus dem Kopf fielen.

Es war die Unruhe, die eine Dame im Parterre des Hauses vis-à-vis vermisste. Mit zartem Schnalzen und „Hörnchen, Hörnchen!“ aus dem Fenster rufend, drang ihre Stimme seit September lediglich ins Leere. Trauriger und trau-

riger. Die stets bereite Gebehand fühlte immer noch die kleinen Fingerchen des Jungen, das auf den Boden der Wohnstube gehüpft kam, immer mutiger und zutraulicher nach den gereichten Nüsschen greifend. Im Traum sah sie es unentwegt, die gute Einsame, und wünschte sehnd die Wiederkehr des kleinen Rackers.

Vor ein paar Tagen war die wilde Jagd am Fenster vorbeigehuscht. Zwei rote Lümmelchen. Kurz Witterung der Heimat – und eines war geblieben. Die Dame wusste es nur noch nicht. Im zweiten Stock des Baumes schlummerte das rote Etwas. Nachts war es noch mal tüchtig kalt, Grund, dort ein paar Mützen versäumter Winterruhe nachzuholen. Doch wenn der Lenz es weckte, würde sich schon bald erweisen, dass es der Schatz vom Vorjahr war, mit jenen Patschhändchen, der wieder in die Wohnstube gehüpft kam, um wie vor Jahresfrist das Herz der sanften Frau mit Zärtlichkeit zu füllen.

Glaubt's oder glaubt es nicht. Auch solch ein Traum wird manchmal, oder immer wieder einmal, wahr. Nicht nur in einem freundlichen Parterre. Das Zauberwort kann lauten: Hörnchen

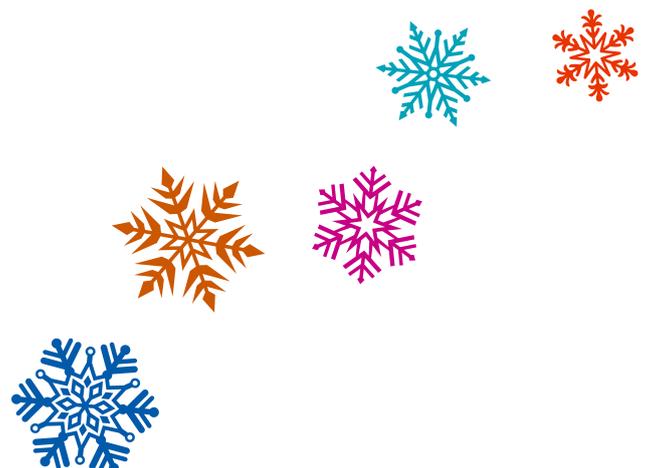


DR. BÄCKER • DR. DOHNAU
NOTAR • RECHTSANWÄLTE • FACHANWÄLTE • STEUERBERATUNG



- 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



Text: Edith Brechtefeld, Foto: Ruth Sauerwein

Zum Ausklang des Jahres 2017

November

Die Blätter fallen von den Bäumen,
 die Zeit der frühen Dämmerung beginnt.
 Der lange Abend lädt mich ein zum Träumen,
 und draußen säuselt leis' der Wind.
 Doch in der Nacht erhebt er sich zum Sturme,
 knickt Äste ab, fällt manchen hohen Baum.
 Die Ziegel fallen ab vom Turme,
 vorbei ist' s mit dem stillen Traum.
 Dann wird es hell, und überall erstrahlen Lichter,
 die dunkle Zeit hat nun ein End'.
 Die Menschen zeigen fröhliche Gesichter,
 es ist Advent.

Dezember

Die Menschen hasten eilig durch die Straßen,
 schleppen Pakete, Tüten, Taschen voll.
 Ein Bettler an der Ecke, ganz verlassen,
 schaut zu dem Treiben, sehnsuchtsvoll.
 Ach, könnten alle doch sehr glücklich werden,
 zum schönsten Feste unter'm Lichterbaum.
 Wenn Friede einkehr'n würde hier auf unsrer Erde
 Erfüllung finden jeder Traum.

Dann sollen alle Glocken hell erklingen,
 Zufriedenheit verkünden weit und breit.
 Und Kinderstimmen werden fröhlich singen,
 oh, schöne Weihnachtszeit!



...und wieder die große Frage: Gibt es weiße Weihnachten?

Redaktion Wohlbehagen

„Wohlbehagen“ feiert 25-jähriges Jubiläum:

Gute Mitarbeiter sind das Wichtigste!

1992 hätten sich die Firmengründer Michael Scheibe-Jochheim und Michael Beckmann nicht träumen lassen, dass aus dem kleinen aus 5 Familienmitgliedern bestehenden häuslichen Pflegedienst in nur 25 Jahren ein Pflegeunternehmen mit nahezu 400 Betten in fünf Pflegeeinrichtungen und 300 ambulanten Kunden entstehen würde.

Mit der Tages- und Kurzzeitpflege, mit 4 vollstationären Pflegeheimen, mit 25 Betreuten Wohnungen und einem zusätzlichen Palliativpflegedienst wurde das Konzept „Pflege aus einer Hand“ stetig erfolgreich ausgebaut.

Um die Kundenwünsche tagtäglich erfüllen zu können, sind mittlerweile über 440 Mitarbeiter im gesamten Stadtgebiet im Einsatz. „Wohlbehagen“ hat sich im Laufe der Zeit in Hagen und Hohenlimburg zu einem wichtigen Teil der lokalen Gesundheitsversorgung entwickelt und konnte dadurch viele neuen Arbeitsplätze schaffen.

Getreu dem Motto „Der Mensch ist die Medizin des Menschen!“ wissen die Hauptverantwortlichen von „Wohlbehagen“, dass für die Qualität und den Erfolg der diversen Einrichtungen im Wesentlichen die Kompetenz und die menschliche Wärme der Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter verantwortlich sind. Deswegen wird bei „Wohlbehagen“

großer Wert gelegt auf eine familiäre und kollegiale Arbeitsatmosphäre, die jedem einzelnen Mitarbeiter die Möglichkeit zur Mitgestaltung und Mitwirkung bietet.

Für viele Arbeitnehmer ist „Wohlbehagen“ aber auch durch die vielfältigen Einsatzmöglichkeiten in den unterschiedlichen Einsatzfeldern attraktiv sowie wegen der guten Fortbildungs- und Aufstiegschancen.

Beispielhaft zeigt sich dies auch bei den beiden aktuellen Projekten, die derzeit in der Umsetzung sind: das am 1.7.2017 in Hohenlimburg neu eröffnete Pflegeheim „Wohlbehagen am Schlossberg“ und das in Kooperation mit der Diakonie, Caritas und dem Förderverein im Frühjahr 2018 fertiggestellte „Hospiz Hagen“. Insbesondere examiniertes Personal, aber auch Auszubildende (derzeit 35!) finden hier beste Voraussetzungen für berufliches Fortkommen und persönliche Zufriedenheit in engagierten und motivierten Teams.

Für nähere Informationen über die vielfältigen Beschäftigungsmöglichkeiten bei Wohlbehagen steht der für Personal verantwortliche Carsten Kunz unter mobil 0172-233 40 33 gern zur Verfügung. Wohlbehagen freut sich auf jede Rückmeldung!

wohlbehagen



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



Anzeige KT-Krankenfahrdienst

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

Generationenprojekte im CMS Pflegewohnstift Harkorten



Seit September 2013 finden in unserer Einrichtung regelmäßige Generationenprojekte mit der Friedrich-Harkort-Grundschule statt, die Jung und Alt verbinden und von denen sowohl die Kinder, als auch die Senioren lernen und profitieren. Schon kurz nach der Eröffnung unserer Einrichtung kam der damalige Schulleiter der benachbarten Grundschule, Herr Robert Schmücker, zu uns und plante die ersten Besuche. Die gemeinsamen Stunden wurden rasch zum festen Bestandteil im Wochenplan unserer Wohnbereiche. Unsere Ansprechpartnerin in der Schule, Frau Lisa Platner, koordiniert die Termine und teilt die Kinder so ein, dass möglichst alle beteiligt werden. Denn bei den Kindern ist die Abwechslung vom Schulalltag genauso willkommen wie bei unseren Bewohnern im Heimalltag.



Zweimal im Monat kommen acht Kinder am Dienstagvormittag und spielen mit den Senioren „Mensch-Ärgere-Dich-Nicht“ und andere Brettspiele. Oft ist das Spiel mit realen Spielsachen in der heutigen digitalen Welt für die Kinder ungewöhnlich.



In einer Senioren-AG am Nachmittag mit der OGS wurde schon gekegelt, gequitzt, gesungen, zusammen Märchen gehört und gemalt.

Im letzten Projekt wurde zusammen mit BewohnerInnen und dem Schulorchester unter der Leitung von Frau Martina Heffels musiziert. Das Ergebnis der gemeinsamen Proben präsentierten die Bewohner und Schüler am 12. Juli dieses Jahres im Bistro Café „Vier Jahreszeiten“ den Gästen und Eltern.

Geplant sind für dieses Schuljahr ein Bastelprojekt, in dem die Kinder mit den Bewohnern sogenannte Tastwände für Sehbehinderte oder Demenzerkrankte gestalten sowie für die Weihnachtszeit ein weiteres Musikprojekt. Dieses befindet sich schon in den ersten Probenumsetzungen.

An den Tagen, an denen die Projekte stattfinden, kommt besonders viel Schwung und Leben ins Haus. Die Kinderstimmen locken die Bewohner aus ihren Zimmern und bewirken Erinnerungen an Kindheit, ans Muttersein und an unbeschwerte Zeiten. Oftmals sind die Bewohner nach den Besuchen der Kinder zwar ein wenig erschöpft, aber im Vordergrund steht immer ein heiteres Glücksgefühl.



CMS Pflegewohnstift Harkorten

80 Pflegeplätze, 34 barrierefreie Wohnungen, beschützter Demenz-Wohnbereich. Eigene Küche, Bistro Café mit angrenzender Terrasse. Qualifizierte pflegerische und soziale Betreuung in heller, freundlich gestalteter Atmosphäre mit komfortabler Ausstattung. Überzeugen Sie sich selbst, und besuchen Sie uns! Wir beraten Sie gern.

Harkortstraße 74, 58135 Hagen-Haspe

Tel: 02331 / 10 93 0, Fax: 02331 / 10 93 -555

E-Mail: cms-harkorten@cms-verbund.de Internet: www.cms-verbund.de

DAS BE *Freu*UNGSTEAM

Der aussergewöhnliche Pflegedienst

*Renate Voss
Angelika Nölle-Blank*



„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 nicht die zwangsläufige Folge sein. Dadurch gewinnt die häusliche Pflege und Unterstützung immer mehr an Bedeutung. Wir sind ein ambulanter Pflegedienst, der bereits seit 21 Jahren in Hagen tätig ist. Unser qualifiziertes und motiviertes Mitarbeiterteam hat überwiegend bereits eine langjährige Berufserfahrung. Mit unserer fachlichen und persönlichen Kompetenz bieten wir Ihnen eine qualitativ gute Bezugspflege 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 Pflegesicherungsgutachten 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 Ernst 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.

Ihr Betreuungsteam

Pflege- und Betreuungsstützpunkt
Cunostraße 50, 58093 Hagen-Ernst

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

**Dezember 2017
bis März 2018**



Weihnachtsmärkte 2017

Do. 23.11. – Sa. 23.12.2017

Mo. – Do. 11:00 – 20:30 Uhr

Fr. – Sa. 11:00 – 21:00 Uhr

So. 12:00 – 20:30 Uhr

(26.11 Totensonntag geschlossen)

50. Hagerer Weihnachtsmarkt

Innenstadt

**Fr. 01.12.–So. 03.12.2017/08.12.-
10.12.2017/14.12.-16.12.2017**

An den ersten

3 Adventswochenenden

Fr. 16:00 – 21:00 Uhr

Sa. 12:00 – 21:00 Uhr

So. 12:00 – 19:00 Uhr

Romantischer Weihnachtsmarkt

Schloss Hohenlimburg

Fr. 01.12.–So. 03.12.2017

Sa. 10:00 – 22:00 Uhr

So. 10:00 – 22:00 Uhr

(verkaufsoffener

Sonntag ab 13:00 Uhr)

Lichtermarkt

Hohenlimburger Innenstadt

Fr. 01.12. –So. 03.12.2017

Fr. 14:00 – 21:00 Uhr

Sa. – So. 11:00 – 21:00 Uhr

Romantischer Weihnachtsmarkt

LWL Freilichtmuseum,

Hagen-Selbecke

Sa. 02.12.2017,

14:00-19:00 Uhr

4. Alternativer Weihnachtsmarkt

AllerWeltHaus, Potthofstr. 22,

Hagen- Mitte

Sa. 02.12.2017,

14:00 – 22:00 Uhr

Hasper Adventsfest

Kirchplatz ev. Kirche, Frankstraße,

Haspe

02.12.2017,

15:00 – 19:30 Uhr

**Adventsbasar in und um der Kreuz-
kirche Vorhalle,**

Kirchbergstr. 1, 58089 Hagen

Mi. 06.12.2017

Weihnachten im Münsterland

Besinnliche Weihnachtsfeier bei
Clemens-August in Ascheberg-Da-
vensberg, Begrenzte Teilnehmerzahl,
Info und Anmeldung Stadtsportbund
Hagen e. V. s. S. 54

Sa.09.12.2017,

14:00 – 17:00 Uhr

27. Bollwerker Weihnachtsmarkt

Altenwohnheim Dahl, Zum Bollwerk

13, 58091 Hagen

Sa. 09.12 – So. 10.12.2017

Sa. 14:00 - 21:00 Uhr

So. 11:00 – 20:00 Uhr

31. Boeler Weihnachtsmarkt

Boeler Kirchplatz

Sa. 16.12 – So. 17.12.2017

Sa. 14:00 – 19:30 Uhr

So. 11:00 – 18:00 Uhr

Weihnachtsmarkt

Wasserschloss Werdingen, Vorhalle

Bitte Tagespresse beachten

30. Volmetaler Weihnachtsmarkt

auf dem Gelände Märkische Bank/

Haus Dahl neben der Ev. Kirche

Dezember 2017

Sa. 02.12/ Do. 03.12 und So.

10.12.2017, 16:00- 18:00 Uhr

Theater: Alice im Wunderland

Veranstaltungsort: Hasper Hammer,

Hammerstr, 10, 58135 Hagen

Sa. 02.12.2017 N.: Buslinie 542 –

13:33 Uhr ab Stadtmitte

Gevelsberg - Neues Forsthaus mit

Barbara Vierjahn, weitere Infos beim

SGV Hagen e.V. s. S. 52

Sa. 02.12.2017 Se. - Gruppe: Buslinie 510 – 13:38 Uhr ab Stadtmitte
Hoffnungstal – Dahl mit Laura Landolfo, weitere Infos beim SGV Hagen e.V. s. S. 52

Sa. 02.12.2017, 14:00-17:00 Uhr
Weihnachten Fairsüßen
Faire Schokolade auf dem alternativen Weihnachtsmarkt
Dr.-Ferdinand-David-Park, Kurs 1514, entgeltfrei

Sa. 02.12.2017 (1x), 09:00-16:00 Uhr
Android Tablet & Smartphone
Bitte bringen Sie Ihr Android-Tablet oder Smartphone inkl. Netzteil mit. Falls Sie bereits eine E-Mailadresse haben, denken Sie bitte auch an das Passwort.
DBB, PC V, Kurs 4311, 61,30 € keine Ermäßigung, weitere Infos und Anmeldung VHS Hagen s. S. 54

Sa. 02.12.2017 (1x), 09:00-16:00 Uhr,
So werden Sie Powerseller
Wenn Sie Profiverkäufer werden wollen und das Ziel haben sich über Online-Marktplätze wie eBay, Amazon und Co. eine Erwerbsgrundlage aufzubauen, ist das Seminar genau das richtige für Sie.
Villa Post, O.7, Kurs 4621, 51,30 €, keine Ermäßigung, weitere Infos und Anmeldung VHS Hagen s. S. 54

So. 03.12.2017 (1x), 09:00-16:00 Uhr
PowerPoint
Vorausgesetzt werden Windowskenntnisse.
Villa Post, O.7, Kurs 4551, 60,80 €, keine Ermäßigung, weitere Infos und Anmeldung VHS Hagen s. S. 54

So. 03.12.2017 N.: Buslinie 525 – 13:45 Uhr ab Stadtmitte
Rundweg im Stadtgarten
AKH - Stadtgarten – Waldlust, Teamwanderung, weitere Infos beim SGV Hagen e.V. s. S. 52

So. 03.12.2017 15:00 und 16:00 Uhr
Schlossführung im Schloss Hohenlimburg
jeden 01. Sonntag im Monat
Kosten: 5,00 € Erwachsene, 2,50 € Kinder, 3,50 € ermäßigt

Mo. 04.12.2017, 15:00 Uhr
Adventsbräuche aus aller Welt „Und richte unser Füße auf den Weg des Friedens“
Leiterinnentreffen/Interessierte Frauen Bezirksverband Hagen der Ev. Frauenhilfe e.V.
Dödt.komm, Tel.: 9082131, Dödterstr. 10, 58095 Hagen

Di 05.12.2017, 16:00-18:00 Uhr
Aktuelles aus der Rentenversicherung: Was muss ich wissen?
Anmeldungen nimmt die DRV Beratungsstelle Dortmund unter 0231 20647333 entgegen.
DRV, Auskunfts- und Beratungsstelle, Bergstr. 128-130, Kurs 1970, 0,00 €, weitere Infos und Anmeldung VHS Hagen s. S. 54

Di. 05.12.2017 (1x), 13:15-16:30 Uhr
Im Internet einkaufen 50+
Vorausgesetzt werden Windowskenntnisse.
Villa Post, O.7, Kurs 4765, 26,90 €, keine Ermäßigung, weitere Infos und Anmeldung VHS Hagen s. S. 54

Mi. 06.12.2017
Einlass 13:30/14:00 Uhr Beginn
Nikolausfeier mit Jubilar Ehrung
AWO Vorhalle, Vorhaller Str. 36, 58089 Hagen,
Anmeldung: 02331 3483223

Do. 07.12.2017, 18:00 Uhr
Christmas Cookies: Weihnachtliches mit Posaunen und Gesang
Musik im Sparkassen- KARREE

Sa. 09.12.2017, 11:00 Uhr
James Bond- Foever
Theater im Sparkassen-KARREE

Sa. 09.12.2017-So. 10.12.2017 (2x), 09:00-16:00 Uhr
Photoshop Aufbau
Vorausgesetzt werden Photoshopkenntnisse.
Villa Post, O.7, Kurs 4674, 84,10 €, keine Ermäßigung, weitere Infos und Anmeldung VHS Hagen s. S. 54

Sa. 09.12.2017 ab 15:00 Uhr
gemeinsame Weihnachtsfeier der SGV-Abteilung Hagen,
Ort: Haus Wohlbehagen in HA-Eckesey, verbindliche Anmeldung bis 3 Wochen vorher bei Lotti Meurisch (Tel 1 44 16).

Sa. 09.12.2017, 19:30 – 21:40 Uhr
Der Messias, Weihnachtskomödie von Patrick Barlow für Menschen ab 14 Jahren
Veranstaltungsort: TheaterHagen-lutzhagen- junge Bühne

Sa. 09.12.2017, 11:30 – 13:30 Uhr
Weihnachtskarten gestalten
Veranstaltungsort: Workshop im Osthaus Museum- Kunstquartier Hagen

So. 10.12.2017 N.: Buslinie 515 – 13:11 Uhr ab Stadtmitte
Am Hengsteysee entlang Hengsteyseebad – Herdecke mit Editha Nierhaus
weitere Infos beim SGV Hagen e.V. s. S. 52

Mo. 11.12.2017-Di. 19.12.2017 (4x), 17:30-20:45 Uhr
Adobe Illustrator Einführung
Vorausgesetzt werden Windowskenntnisse.
Villa Post, O.7, Kurs 4654, 84,20 €, keine Ermäßigung, weitere Infos und Anmeldung VHS Hagen s. S. 54

Mi. 13.12.2017
Besuch des Thermalbades Bad Sassendorf mit anschließendem Besuch des Weihnachtsmarktes in Soest
Abfahrt: 8:30/8:45 Uhr, Rückkehr ca. 14:30 Uhr
Infos: DRK-Begegnungsstätte, Voranmeldung notwendig unter Tel.: 958924

Fr. 15.12.2017, 20:00 Uhr
Konzert: Stille Nacht Allerseits
Ein garstig-satirisches Weihnachtsprogramm, mit den Neuen Anonymen Volkweisen
Eintritt 10,00 €, VVK: 9:00 €
Veranstaltungsort: AllerWeltHaus, Potthoffstr. 22, Hagen-Mitte

Fr. 15.12.2017, 15:00 Uhr
Seniorenadventsfeier
Evangelisches Gemeindehaus, Vorhaller Str. 27, 58089 Hagen

Mi. 16.12.2017 Einlass 13:30/14:00 Uhr Beginn
Nikolausfeier mit Jubilar Ehrung
AWO Vorhalle, Vorhaller Str. 36, 58089 Hagen,
Anmeldung: 02331 3483223

16.12.2017, 11:00 Uhr
**Max-Reger-Musikschule:
 Adventskonzert**
 Musik im Sparkassen-KARREE

Sa. 16.12.2017 N.: Buslinie 518 –
 13:17 Uhr ab Stadtmitte
**Haßley - Staplack – Bissingheim mit
 Adele Wever,**
 weitere Infos beim SGV Hagen e.V.
 s. S. 52

Sa. 16.12.2017 Se. - Gruppe: Buslinie
 518 – 13:47 Uhr ab Stadtmitte
**Hünenpforte - Blaue Brücke – Lenne-
 bad mit Marianne Renneke**
 Jahresabschluss, weitere Infos beim
 SGV Hagen e.V. s. S. 52

So. 17.12.2017 N.: Buslinie 512
 – 13:15 Uhr ab Stadtmitte
Rundweg Buscherberg
 Höhwaldstraße - Blaue Donau – Hin-
 nenwiese mit Ingrid Haßenpflug,
 weitere Infos beim SGV Hagen e.V. s.
 S. 52

So. 17.12.2017, 17:00 Uhr
**Weihnachtskonzert mit dem Kanta-
 tenchor**
 Kreuzkirche Vorhalle, Kirchbergstr. 1,
 58089 Hagen

Mi. 20.12.2017, 14:30 Uhr
**Wanderfreunde des SGV Hagen
 treffen sich zu Kaffee & Klönen**
 Café Lennebad, Im Klosterkamp 40,
 Hohenlimburg

Sa. 30.12.2017, 12:30 Uhr im
 Rosengarten
**Wanderfreunde des SGV Hagen
 treffen sich zum Mittagessen**
 Anmeldung bis 21.12. bei Adele
 Wever Tel 7 33 07

Januar 2018

Di. 02.01.2018-Do. 04.01.2018 (3x),
 09:00-16:00 Uhr
**Vom spontanen Knipsen zum ge-
 konnten Fotografieren: Kameratech-
 nik und Bildkomposition**
 Bildungsurlaub NRW/BW
 Villa Post, O.7, Kurs 5003, 183,10 €,
 weitere Infos und Anmeldung
 VHS Hagen s. S.52

Do. 04.01.2018, 20:00 Uhr
**New York Gospel Stars, A-CAPELLA-
 Konzert**
 10 Jahre NEW YORK GOSPEL STARS
 - Die große Jubiläumstournee
 2017/2018
 Ort: Markuskirche Rheinstraße

Fr. 05.01.2018 (1x), 09:00-16:00 Uhr
Ihr erstes digitales Fotobuch
 Mit einem Fotobuch-Gutschein im
 Wert von 21,95 EUR können Sie sich
 nun Ihr erstes Fotobuch kostenfrei
 bestellen. Vorausgesetzt werden
 Windowskenntnisse.
 DBB, PC V, Kurs 4646, 43,30 €,
 keine Ermäßigung, weitere Infos und
 Anmeldung VHS Hagen s. S. 54

Fr. 05.01.2018 (1x), 10:00-17:00 Uhr
Porträtfotografie
 Bitte bringen Sie Ihre DSLR-, Bridge-,
 MFT- oder Systemkamera mit manu-
 ellen Einstellungsmöglichkeiten mit.
 Villa Post, Aula, Kurs 5009, 91,50 €,
 keine Ermäßigung, weitere Infos und
 Anmeldung VHS Hagen s. S. 54

Sa. 06.01.2018 N.: Buslinie 542 –
 13:19 Uhr ab Stadtmitte
**Sportpark – Ischelandteich – Hohe-
 ley mit Rita Steffen,** weitere Infos
 beim SGV Hagen e.V. s. S. 52

Sa. 06.01.2018 Se. - Gruppe: Buslinie
 518 – 13:47 Uhr ab Stadtmitte
**Hünenpforte - Blaue Brücke – Lenne-
 bad mit Marianne Renneke,** weitere
 Infos beim SGV Hagen e.V. s. S. 52

So. 07.01.2018 N.: Buslinie 515
 – 13:11 Uhr ab Stadtmitte
Wanderung vom Hengsteysee
 Hengsteyseebad – Herdecke mit
 Editha Nierhaus, weitere Infos beim
 SGV Hagen e.V. s. S. 52

So. 08.01.2018, 15:00 und 16:00 Uhr
**Schlossführung im Schloss
 Hohenlimburg**
 jeden 01. Sonntag im Monat
 Kosten: 5,00 € Erwachsene,
 2,50€ Kinder, 3,50 € ermäßigt

Di. 09.01.-12.06.2018. 17:00 - 18:30
 Uhr, 20 x
**Fitness aus dem Reich der Mitte-
 Thai Chi- Qi Gong**
 Ort: Gymnastikhalle im Tennis Club
 Rot Weiss, Bredelle 4, Info und
 Anmeldung Tel.: 735680, Mitgl.: 90 €
 Gäste: 110 €, Kneipp Verein s. S. 52

Mi. 10.01.2018, 17:00-18:30 Uhr
**Erfahrungsaustausch: Wie klappt es
 eigentlich mit dem Aufräumen und
 Ausmisten der Wohnung?**
 Eingeladen sind ganz „normale“
 Menschen, die sich über die besten
 Wege austauschen wollen, um sich
 mit den Dingen wohlfühlen, die uns
 täglich umgeben. Bitte anmelden bis
 09.01. unter 02331 207-3622 .
 Verbraucherzentrale, Kurs 1953,
 0,00 €, weitere Infos und Anmeldung
 VHS Hagen s. S. 54

Mi. 10.01.2018-Mi. 07.03.2018
 (9x), 17:30-19:00 Uhr
Imkerei für Anfänger
**Der Weg von der Blüte zum natur-
 belassenen Honig**
 Dieser Kurs richtet sich an Anfänger
 und alle Interessierten, die die Bienen-
 haltung zu ihrem Hobby machen oder
 Näheres über das Leben im und am
 Bienenstock erfahren wollen.

Theorie:
 Ort: Villa Post, Wehringhauser Str.
 38, Hagen, 5x
 Mi 10.01.18 17.30 -19.00 Uhr
 Einführung
 Mi 24.01.18 17.30 -19.00 Uhr
 Biologie der Honigbiene
 Mi 07.02.18 17.30 -19.00 Uhr
 Arbeiten am Bienenvolk
 Mi 21.02.18 17.30 -19.00 Uhr
 Bienengesundheit
 Mi 07.03.18 17.30 -19.00 Uhr
 Bienenprodukte

Praxis (nach Absprache):
 Ort: Imkerei des Freilichtmuseums,
 Mäckingerbachtal, 4x
 Sa 14.04.18 10.00-13.00 Uhr
 Frühjahrsnachscha
 Sa 05.05.18 10.00-13.00 Uhr
 Ablegerbildung/Schwarmkontrolle
 Sa 09.06.18 10.00-13.00 Uhr
 Honigschleuderung/Verarbeitung
 Sa 07.07.18 10.00-13.00 Uhr
 Vorbereitung für die Winterruhe

Villa Post, Aula, Kurs 5100, 117,00 €,
 keine Ermäßigung, weitere Infos und
 Anmeldung VHS Hagen s. S. 54

Do. 11.01.2018-Do. 14.06.2018 (6x),
17:15-18:45 Uhr

Emst einst und jetzt

ha.ge.we-Kulturhof Emst, Kurs 1023,
26,00 €, weitere Infos und Anmel-
dung VHS Hagen s. S. 54

Do. 11.01.2018-Do. 14.06.2018 (6x),
17:30-19:00 Uhr

Hoasper Platt

Bahnwärterhäuschen, Haenelstraße,
Kurs 1021, 26,00 €, weitere Infos
und Anmeldung VHS Hagen s. S. 54

Do. 11.01.2018-Do. 26.04.2018 (4x),
17:00-19:15 Uhr

Fotoclub

Der Fotoclub, ein lockerer Zusammen-
schluss von Fotografen bzw. Fotogra-
fie-Interessierten, trifft sich zum
Clubabend und diskutiert ausgewähl-
te Fotos und Möglichkeiten der
Bildbearbeitung. 4 Exkursionen pro
Halbjahr geplant.

Villa Post, O.7, Kurs 5032, 50,00 €,
weitere Infos und Anmeldung
VHS Hagen s. S. 54

Do. 11.01.2018

**Besuch des Thermalbades Bad
Sassendorf**

Infos und Anmeldung DRK Begeg-
nungsstätte, s. S. 52

Sa. 13.01.2018 N.: Buslinie 512 –
13:15 Uhr ab Stadtmitte

**Teamwanderung „Höhwaldstraße -
Blaue Donau – Tanneneck, weitere
Infos beim SGV Hagen e.V. s. S. 52**

Sa. 13.01.2018 Se. - Gruppe: Buslinie
518 – 13:47 Uhr ab Stadtmitte

**Wanderung, Herdecke mit Rosemarie
Maus,**

weitere Infos beim SGV Hagen e.V.
s. S. 52

Sa. 13.01.2018 Se. - Gruppe: Buslinie
518 – 13:47 Uhr ab Stadtmitte

**Wanderung, Herdecke mit Rosemarie
Maus, weitere Infos beim SGV Hagen
e.V. s. S. 52**

Sa 13.01.2018, 13:00-16:00 Uhr

**Bunker-Tour durch die Hagener
Innenstadt**

Treffpunkt: vor dem Bunker, Bergstr.
98, Kurs 1054, 18,00 €, weitere Infos
und Anmeldung
VHS Hagen s. S. 54

So. 14.01.2018 N.: Buslinie 518 –
13:07 Uhr ab Stadtmitte

**Holthausen – Hohenlimburg mit
Barbara Vierjahn, weitere Infos beim
SGV Hagen e.V. s. S. 52**

Mo. 15.01.2018-Do. 18.01.2018
(4x), 13:15-16:30 Uhr,

**PC-Grundlagen - insbesondere für
Leute ab 75**

Bitte bringen Sie - wenn vorhanden -
Ihr Notebook inkl. Netzteil mit.
DBB, PC V, Kurs 4773, 117,60 €,
keine Ermäßigung, weitere Infos und
Anmeldung VHS Hagen s. S. 54

Di .16.01.2018 (1x), 17:00–20:15 Uhr

**Datenschutz und Datensicherheit:
Gefahren aus dem Netz**

Vorausgesetzt werden Windows-
kenntnisse.

DBB, PC V, Kurs 4610, 26,90 €, keine
Ermäßigung, weitere Infos und
Anmeldung VHS Hagen s. S. 54

Mi. 17.01.2018-Mi. 21.02.2018 (6x)

**Hustelinchen, Hochöfen und Edel-
stahl**

Hagens Industrie- und Wirtschaftsge-
schichte zwischen 1888 und 1915
19:30-21:00 Uhr, Villa Post, Kurs
1012, 32,00 €, weitere Infos und
Anmeldung VHS Hagen s. S. 54

Mi. 17.01.2018, 14.30 Uhr

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

Café Lennebad, Im Klosterkamp 40,
Hohenlimburg

Do. 18.01.2018-Sa. 20.01.2018 (2x),
19:00-21:15 Uhr

Wasservögel

Villa Post, E.3, Kurs 5070, 24,00,
weitere Infos und Anmeldung
VHS Hagen s. S. 54

Fr. 19.01.2018, 17:00-19:15 Uhr

Hagener Kinos im Wandel der Zeit

Erzählcafé „Altes Backhaus“, Kurs
1200, 2,00 €, weitere Infos und
Anmeldung VHS Hagen s. S. 54

Sa. 20.01. N.: Buslinie 516 - 13.13
Uhr ab Stadtmitte

Wanderung am Kaisberg

Vorhalle - Werdringen – Herdecke mit
Rita Steffen, weitere Infos beim
SGV Hagen e.V. s. S. 52

Sa. 20.01.2018 Se. - Gruppe: Buslinie
518 – 13.47 Uhr ab Stadtmitte

**Haßley – Emst mit Laura Landolfo,
weitere Infos beim SGV Hagen e.
V. s. S. 52**

So. 21.01.2018 N.: Buslinie 511 –
13:10 Uhr ab Stadtmitte

Waldlehrpfad

**Beuke – Plessen –Voerde mit Adele
Wever,**

weitere Infos beim SGV Hagen e.V.
s. S. 52

Mo. 22.01.2018-Mo. 02.07.2018
(6x), 16:30-18:00 Uhr

**Computer-Übungsnachmittag und
Sprechstunde bei dem E-Doktor**

Gerne können Sie auch Ihr Notebook
mitbringen. Eine vorherige Anmel-
dung ist nicht erforderlich. Weitere
Termine werden bei Bedarf gerne
eingrichtet.

DBB, PC V, Kurs 4190, 20,00 €,
weitere Infos und Anmeldung
VHS Hagen s. S. 54

Mo. 22.01.2018,
10:00–11:30 Uhr, 15x

**„Denken macht Spaß“ Modernes
Gedächtnistraining**

Ort: Kaffeestube Ök. Gemeindezen-
trum Hilfe, Helfer Str. 79, Info und
Anmeldung: 02330/3819; Mitgl.
52,50 €, Gäste 67,50 €,
Kneipp Verein. s. S. 52

Mo. 22.01.2018 (1x), 17:30-20:45
Uhr

Smartphone-Fotografie

Bitte bringen Sie Ihr Smartphone inkl.
Netzteil mit.

Villa Post, O.7, Kurs 5005, 24,40 €,
keine Ermäßigung, weitere Infos und
Anmeldung VHS Hagen s. S. 54

Di. 23.01.2018, 18:00-20:00 Uhr

**Hagen <w>örtlich Gaststätten am
Remberg und in Eppenhause**

Stadtbücherei, Kurs 1003, 5,00 €,
weitere Infos und Anmeldung
VHS Hagen s. S. 54

Mi. 24.01.2018, 17:00-18:30 Uhr

**Workshop: Wechsel des Strom- und
Gasanbieters**

Bitte melden Sie sich bis 23.01.unter
02331 207-3622 beim Service-Team
der VHS an.

Verbraucherzentrale, Kurs 1952, 5 €,
weitere Infos und Anmeldung
VHS Hagen s. S. 54

Mi. 24.01.2018, 19:00-21:00 Uhr
Marokko - Vielfalt der Kulturen
 AllerWeltHaus, Kurs 1530, 5,00 €, weitere Infos und Anmeldung VHS Hagen s. S. 54

Do. 25.01.2018 (1x), 17:00-20:15 Uhr
Focus Stacking - eine ganz besondere Aufnahmetechnik
 Villa Post, E.3, Kurs 5045, 24,00 €, keine Ermäßigung, weitere Infos und Anmeldung VHS Hagen s. S. 54

Do. 25.01-21.06.2018, 15:00-16:15 Uhr, 20 x
„Fit und Gesund im 2. Lebensabschnitt“
 Ort: Ev. Gemeindehaus Markuskirche, Rheinstr. 26, Info und Anmeldung Tel.: 02330/3819, Mitgl.: 50 €, Gäste: 70 €, Kneipp Verein s. S. 52

Sa. 27.01.2018 (1x), 09:00-16:00 Uhr
Android Tablet & Smartphone
 Bitte bringen Sie Ihr Android-Tablet oder Smartphone inkl. Netzteil mit. Falls Sie bereits eine E-Mailadresse haben, denken Sie bitte auch an das Passwort.
 Villa Post, O.7, Kurs 4313, 61,30 €, keine Ermäßigung, weitere Infos und Anmeldung VHS Hagen s. S. 54

Sa. 27.01.2018 N.: Buslinie 512 – 13:15 Uhr ab Stadtmitte
Wanderung in Zurstraße
 Zurstraße – Rundweg mit Barbara Vierjahn, weitere Infos beim SGV Hagen e.V. s. S. 52

Sa. 27.01.2018 Se. - Gruppe: Buslinie 525 – 13:28Uhr ab Stadtmitte
Spielbrink – Hülsche mit Ursel Thurn,
 weitere Infos beim SGV Hagen e.V. s. S. 52

Sa. 27.01.2018, 09:30-12:45 Uhr
Die Zweite Miete?
 Betriebskostenabrechnungen, Steuerbescheinigung
 Villa Post, Kurs 1934, 19,00 €, weitere Infos und Anmeldung VHS Hagen s. S. 54

So. 28.01.2018 N.: Buslinie 544 – 13:05Uhr ab Hbf
Wanderung in Dortmund
 Hohensyburg – Rundweg mit Editha Nierhaus, weitere Infos beim SGV Hagen e.V. s. S. 52

So. 28.01.2018 (1x), 11:00-15:00 Uhr
Im Fotostudio
 Vorausgesetzt Kenntnisse im Umgang mit den manuellen Einstellungsmöglichkeiten an Ihrer (Spiegelreflex-)Digitalkamera, diese bitte zum Kurs mitbringen.
 Fototeam Herdecke, Kurs 5019, 48,50 €, keine Ermäßigung, weitere Infos und Anmeldung VHS Hagen s. S. 54

Mo. 29.01.2018, 10:00-15:00 Uhr
Infokurs Kopter
 Freuen Sie sich auf eine spannende Mitmach- und Infoveranstaltung des Hagener Kopter-Clubs. Eine Ermäßigung ist nicht möglich. (1x)
 Villa Post, E.1, Kurs 5016, 10,50 €, keine Ermäßigung, weitere Infos und Anmeldung VHS Hagen s. S. 54

Mo. 29.01.2018-Fr. 02.02.2018 (5x), 13:30-16:45 Uhr
PC-Grundlagen 50+
 Bitte bringen Sie Ihr Notebook inkl. Netzteil mit.
 Villa Post, O.7, Kurs 4704, 122,00 €, keine Ermäßigung, , weitere Infos und Anmeldung VHS Hagen s. S. 54

Mo. 29.01.2018-Di. 30.01.2018 (2x), 17:30-20:45 Uhr
Excel Hausverwaltung
 Voraussetzung Excelkenntnisse.
 Villa Post, O.7, Kurs 4522, 43,30 €, keine Ermäßigung, weitere Infos und Anmeldung VHS Hagen s. S. 54

Mo. 29.01.2018 , 19:00-20:30 Uhr
„Riegel vor! Sicher ist sicherer“: Tipps zum Einbruchschutz
 In Kooperation mit dem Kommissariat Vorbeugung der Polizei Hagen.
 Villa Post, Kurs 1807, 0,00 €, weitere Infos und Anmeldung VHS Hagen s. S. 54

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. 83
 Hagen-Mitte
 Voelder Str. 2a
 Hagen-Näpfe

**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 Andachtschale und Aufbahrungsräume
www.voeste-bestattungen.de

voeste
 BESTATTUNGEN
 VERTRAUEN SEIT GENERATIONEN®

Mi. 31.01.2018 (1x), 17:30-19:45 Uhr

Cloudcomputing

Bitte bringen Sie Ihr Android-Tablet oder Smartphone inkl. Netzteil mit. Voraussetzung Windowskenntnisse.

Villa Post, O.7, Kurs 4612, 20,80 €, keine Ermäßigung, weitere Infos und Anmeldung VHS Hagen s. S. 54

Mi. 31.01.2018 (1x), 18:30-20:45 Uhr

Wirksame Maßnahmen gegen Schimmelbildung in Wohnräumen

Villa Post, Aula, Kurs 5210, 13,50 €, keine Ermäßigung, weitere Infos und Anmeldung VHS Hagen s. S. 54

Februar 2018

Do. 01.02.2018-Do. 14.06.2018(15 x), 10:30-12:00 Uhr

Englisch für Fortgeschrittene

Voraussetzung sind etwa 3 Jahre Schulenglisch

Villa Post, Kurs 6134, 86,00 €, weitere Infos und Anmeldung VHS Hagen s. S. 54

Fr. 02.02.2018-Fr. 01.06.2018(15 x), 10:00-11:30 Uhr

Englisch für Anfänger

Für den Kurs werden minimale Vorkenntnisse benötigt. Der Kurs ist für eine kleine Gruppe eingerichtet.

Villa Post, Kurs 6112, 99,00 €, weitere Infos und Anmeldung VHS Hagen s. S. 54

Sa. 03.02.2018 (1x), 09:00-16:00 Uhr

Elevator Talk - Die Kunst, schnell einen guten Eindruck zu hinterlassen

Villa Post, Aula, Kurs 4031, 42,50 €, keine Ermäßigung, weitere Infos und Anmeldung VHS Hagen s. S. 54

Sa. 03.02.2018 N.: Buslinie 525 – 13:28 Uhr ab Stadtmitte

Rundweg im Stadtgarten

Teamwanderung, AKH - Stadtgarten - Waldlust, weitere Infos beim SGV Hagen e.V. s. S. 52

Sa. 03.02.2018 Se. - Gruppe: Buslinie 518 – 13:47 Uhr ab Stadtmitte

Alte Dorfschule - Märchenwald – Hohenlimburg mit Rosemarie Maus,

weitere Infos beim SGV Hagen e.V. s. S. 52

Sa. 03.02.2018, 13:00-16:00 Uhr

Bunker-Tour durch die Hagener Innenstadt

Treffpunkt: vor dem Bunker, Bergstr. 98, Kurs 1055, 18,00 €, weitere Infos und Anmeldung VHS Hagen s. S. 54

So. 04.02.2018, 15:00 und 16:00 Uhr

Schlossführung im Schloss Hohenlimburg

jeden 01. Sonntag im Monat

Kosten: 5,00 € Erwachsene, 2,50€ Kinder, 3,50 € ermäßigt

So. 04.02.2018 N.: Buslinie 513– 12:55 Uhr ab Stadtmitte

Rundweg an der Lenne

Hohenlimburg Reh – Hohenlimburg mit Adele Wever, weitere Infos beim SGV Hagen e.V. s. S. 52

Mo. 05.02.2018-Di. 06.02.2018 (2x), 13:30-16:45 Uhr

Android Tablet & Smartphone - insbesondere für Ältere ab 75

Bitte bringen Sie Ihr Android-Tablet oder Smartphone inkl. Netzteil mit. Falls Sie bereits eine E-Mailadresse haben, denken Sie bitte an das Passwort.

Villa Post, O.7, Kurs 4783, 61,30 €, keine Ermäßigung, weitere Infos und Anmeldung VHS Hagen s. S. 54

Mo. 05.02.2018-Di. 06.02.2018 (2x), 17:30-21:00 Uhr,

Tastschreiben in 4 Stunden plus Schreibtraining

Villa Post, O.7, Kurs 4406, 64,90 €, keine Ermäßigung, weitere Infos und Anmeldung VHS Hagen s. S. 54

Mo. 05.02.2018-Mo. 11.06.2018 (15 x), 09:30-11:00 Uhr

Englisch für Fortgeschrittene

Voraussetzung sind etwa 2 Jahre Schulenglisch

Villa Post, Kurs 6128, 86,00 €, weitere Infos und Anmeldung VHS Hagen s. S. 54

Di. 06.02.2018-Di. 06.03.2018 (5x), 17:30-20:45 Uhr

Fit fürs Büro: Was kann MS Office?

Ein Überblick

Windowskenntnisse erforderlich DBB, PC V, Kurs 4421, 124,50, keine Ermäßigung, weitere Infos und Anmeldung VHS Hagen s. S. 54

Mi. 07.02.2018, 19:00-21:00 Uhr, **Surinam: Thema des Weltgebetsstages der Frauen 2018**

Ein landestypisches Gericht aus der Küche des Cafe-Mundial im AllerWeltHaus rundet das Angebot des Abends ab.

AllerWeltHaus, Kurs 1532, 0,00 €, weitere Infos und Anmeldung VHS Hagen s. S. 54

Sa. 10.02.2018 N.: Buslinie 517 – 13:21 Uhr ab Stadtmitte

Durch den Hasper Wald

Kuhlerkamp - Café Halle –Haspe mit Barbara Vierjahn, weitere Infos beim SGV Hagen e.V. s. S. 52

Sa. 10.02.2018 Se. - Gruppe: Buslinie 512 – 13:15 Uhr ab Stadtmitte

Kleiner Rundweg Zurstraße mit Ursel Thurn,

weitere Infos beim SGV Hagen e.V. s. S. 52

So. 11.02.2018 N.: Treffpunkt 13:00 Uhr Stadttheater

Jugendstil und mehr – auf den Spuren der Gebrüder Ludwigs

- weiter mit Buslinie 524 - 13.25 Uhr bis Thorn-Prikker–Straße mit Rita Steffen, weitere Infos beim SGV Hagen e.V. s. S. 52

Di. 13.02.2018-Fr. 16.02.2018 (4x), 14:00-17:15 Uhr

Fit für den Alltag mit Word und Outlook 50+

Voraussetzung Windowkenntnisse. Villa Post, O.7, Kurs 4722, 84,10 €, keine Ermäßigung, weitere Infos und Anmeldung VHS Hagen s. S. 54

Mi. 14.02.2018, 14:30 Uhr

Wanderfreunde des SGV Hagen treffen sich zu Kaffee & Klönen

Café Lennebad, Im Klosterkamp 40, Hohenlimburg

Sa. 17.02.2018 N.: Buslinie 512 – 13:15 Uhr ab Stadtmitte

Wanderung in Breckerfeld

Königsheide – Mühlencafe mit Editha Nierhaus, weitere Infos beim SGV Hagen e.V. s. S. 52

Sa. 17.02.2018 Se.- Gruppe: Buslinie 518 – 13:47 Uhr ab Stadtmitte

Wanderung in Herdecke mit Marianne Renneke,

weitere Infos beim SGV Hagen e.V. s. S. 52

Sa. 17.02.2018-So. 18.02.2018 (2x),
09:00-16:00 Uhr

**Körpersprache - Kommunizieren,
ohne zu sprechen**

Villa Post, E.1, Kurs 4014, 98,50 €,
keine Ermäßigung, weitere Infos und
Anmeldung VHS Hagen s. S. 54

So. 18.02.2018 N.: Buslinie 510 –
12:56 Uhr ab Stadtmitte

Rundweg Dahl

Hoffnungstal – Ribberthof – Dahl mit
Adele Wever, weitere Infos beim
SGV Hagen e.V. s. S. 52

Mo. 19.02.2018-Mo. 26.02.2018
(2x), 18:00-21:15 Uhr

Hardware und Installation

Villa Post, O.7, Kurs 4249, 43,30 €,
keine Ermäßigung, weitere Infos und
Anmeldung VHS Hagen s. S. 54

Mo. 19.02.-30.04.2018,
15:30 - 17:00 Uhr, 12x

**„Fit und Gesund im 2. Lebensab-
schnitt“**

Ort: Gymnastikhalle im Tennis Club
Rot Weiss, Bredelle 4, Info und An-
meldung: Tel.: 591124, Mitgl. 42 €,
Gäste: 54, €, Kneipp Verein s. S. 52

Do. 22.02.2018 (1x), 19:00-21:15
Uhr

Diagnose Asbest - was ist zu tun?

Villa Post, O.4, Kurs 5211, 13,50 €,
weitere Infos und Anmeldung
VHS Hagen s. S. 54

Sa. 24.02.2018-So. 25.02.2018 (2x),
09:00-16:00 Uhr

**Nicht auf den Mund gefallen -
Schlagfertigkeitstraining**

Villa Post, E.3, Kurs 4023, 94,50 €,
keine Ermäßigung, weitere Infos und
Anmeldung VHS Hagen s. S. 54

Sa. 24.02.2018 (1x), 09:00-16:00 Uhr

Notebooktraining für „Flexible“

Notebookbesitzer bringen bitte ihr
Gerät mit.
Villa Post, O.7, Kurs 4304, 63,30 €,
keine Ermäßigung, weitere Infos und
Anmeldung VHS Hagen s. S. 54

Sa. 24.02.2018-So. 25.02.2018 (2x),
09:00-16:00 Uhr

**Nicht auf den Mund gefallen -
Schlagfertigkeitstraining**

Villa Post, E.3, Kurs 4023, 94,50 €,
keine Ermäßigung, weitere Infos und
Anmeldung VHS Hagen s. S. 54

Sa. 24.02.2018 (1x), 09:00-16:00 Uhr

Notebooktraining für „Flexible“

Notebookbesitzer bringen bitte ihr
Gerät mit.
Villa Post, O.7, Kurs 4304, 63,30 €,
keine Ermäßigung, weitere Infos und
Anmeldung VHS Hagen s. S. 54

Sa. 24.02.2018 H.: Buslinie 514 –
10:21 Uhr ab Stadtmitte

Von Kabel über Hengstey nach Boele

Naturkundliche Wanderung von der
Haltestelle Heizkraftwerk am Südufer
des Hengsteysees entlang, hinter den
Unterführungen zur Turmstraße und
weiter nach Boele Zentrum (E Kamp),
Wegstrecke ca. 5,5 km, Wanderung
für alle,
Zeitbedarf ca. 3,0 Std, Anstieg im
zweiten Teil ca. 50 m,
falls möglich Fernglas mitbringen mit
Christoph Rossa, weitere Infos beim
SGV Hagen e.V. s. S. 52

Sa. 24.02.2018 Se. - Gruppe: Buslinie
510 – 13:38 Uhr ab Stadtmitte

Hoffnungstal – Dahl mit Laura

Landolfo, weitere Infos beim
SGV Hagen e.V. s. S. 52



Diakonie 
in Südwestfalen
Hülsemann Haus

Sabine Wedhorn
Einrichtungsleiterin
Auf dem Lölfert 14a
58119 Hagen

Fachlich und kompetent
in allen Fragen der
**gerontopsychiatrischen
Betreuung.**

Sprechen Sie uns an:
Telefon: (02334) 44 22-405
Telefax: (02334) 44 22-410
www.diakonie-sw.de

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

Jetzt mit
Barrierefrei Siegel
der Stadt Hagen.



So. 25.02.2018 (1x), 09:00-16:00 Uhr
Produktfotografie: Wie fotografiere ich meine Ware richtig?
Sie können Kameras und Objekte u. ä. mitbringen und vor Ort das Produktfotografieren üben..
Villa Post, O.7, Kurs 5008, 48,80 €, keine Ermäßigung, weitere Infos und Anmeldung VHS Hagen s. S. 54

So. 25.02.2018 N.: Buslinie 511 – 13:10 Uhr ab Stadtmitte
Rundweg durch das Hülsenbecker Tal
Rathaus Voerde – Hülsenbecker Tal mit Barbara Vierjahn, weitere Infos beim SGV Hagen e.V. s. S. 52

Di. 27.02.2018 (1x), 16:30-19:45 Uhr,
Smartphone-Fotografie Aufbau
Bitte bringen Sie Ihr Smartphone inkl. Netzteil mit.
Villa Post, O.7, Kurs 5007, 24,40 €, keine Ermäßigung, weitere Infos und Anmeldung VHS Hagen s. S. 54

März 2018

Sa. 03.03.2018, 11:00-15:00 Uhr
Finnischer Tango - Workshop
Bitte melden Sie sich möglichst paarweise an
Villa Post, Kurs 1304, 20,00 €, weitere Infos und Anmeldung VHS Hagen s. S. 54

Sa. 03.03.2018, 13:00-16:00 Uhr
Bunker-Tour durch die Hagener Innenstadt
Treffpunkt: vor dem Bunker, Bergstr. 98, Kurs 1056, 18,00 €, weitere Infos und Anmeldung VHS Hagen s. S. 54.

Sa. 03.03.2018-So. 04.03.2018 (2x), 09:00-16:00 Uhr
Umgang mit Provokationen und Konflikten in Beruf und Alltag
Villa Post, E.3, Kurs 4038, 98,50 €, keine Ermäßigung, , weitere Infos und Anmeldung VHS Hagen s. S. 54

Sa. 03.03.2018-So. 04.03.2018 (2x), 09:00-16:00 Uhr
Selbstsicherheitstraining
Villa Post, O.1, Kurs 4032, 50 €, keine Ermäßigung, weitere Infos und Anmeldung VHS Hagen s. S. 54

Sa. 03.03.2018 (1x), 09:00-16:00 Uhr
Ihr erstes digitales Fotobuch - Aufbau
Mit einem Fotobuch-Gutschein im Wert von 21,95 EUR können Sie ein Fotobuch kostenfrei bestellen.
Voraussetzung Kenntnisse aus den Fotobucheinführungskursen.
Villa Post, O.7, Kurs 4647, 43,30 €, keine Ermäßigung, weitere Infos und Anmeldung VHS Hagen s. S. 54

So. 04.03.2018 (1x), 09:00-16:00 Uhr
Android Tablet & Smartphone
Bitte bringen Sie Ihr Android-Tablet oder Smartphone inkl. Netzteil mit.
Falls Sie bereits eine E-Mailadresse haben, denken Sie bitte auch an das Passwort.
Villa Post, O.7, Kurs 4314, 61,30 €, keine Ermäßigung, weitere Infos und Anmeldung VHS Hagen s. S. 54

So. 04.03.2018, 15:00 und 16:00 Uhr
Schlossführung im Schloss Hohenlimburg
jeden 01. Sonntag im Monat
Kosten: 5,00 € Erwachsene, 2,50 € Kinder, 3,50 € ermäßigt

So. 04.03.2018 N.: RE 13 – 12:58 ab Hbf
Fahrt nach Unna
Altstadtwandern und Lichtkunst mit Rita Steffen, weitere Infos beim SGV Hagen e.V. s. S. 52

Mo. 05.03.2018-Mi. 07.03.2018 (3x), 09:30-12:45 Uhr
PC-Grundlagen auffrischen und vertiefen - insbesondere für Leute ab 75
Bitte bringen Sie -wenn vorhanden- Ihr Notebook inkl. Netzteil mit.
DBB, PC V, Kurs 4782, 75,70 €, keine Ermäßigung, weitere Infos und Anmeldung VHS Hagen s. S. 54

Mo. 05.03.2018-Mo. 19.03.2018 (5x), 16:30-19:45 Uhr
PC-Grundlagen 50+
Bitte bringen Sie - wenn vorhanden - Ihr Notebook inkl. Netzteil mit.
DBB, PC V, Kurs 4706, 122,00 €, keine Ermäßigung, weitere Infos und Anmeldung VHS Hagen s. S. 54

Mo. 05.03.2018-Mi. 07.03.2018 (3x), 17:30-20:45 Uhr
Homepageerstellung mit Adobe Muse
Voraussetzung Windowskenntnisse.
Villa Post, O.7, Kurs 4624, 59,30 €, keine Ermäßigung, weitere Infos und Anmeldung VHS Hagen s. S. 54

Mi. 07.03.2018-Mi. 21.03.2018 (3x), 18:00-19:30 Uhr
Erben und Vererben
Im Rahmen des Seminars kann keine individuelle Rechtsberatung erfolgen..
Grundschule Volmetal, Ribbertstr. 60, Kurs 1919, 25,00 €, weitere Infos und Anmeldung VHS Hagen s. S. 54

Do. 08.03.2018 (1x), 17:00-20:15 Uhr
Freeware - Software zum Nulltarif
Voraussetzung Windowskenntnisse.
Villa Post, O.7, Kurs 4614, 26,90 €, keine Ermäßigung, weitere Infos und Anmeldung VHS Hagen s. S. 54

Do. 08.03.2018 (1x), 17:30-19:00 Uhr
Energiepass - die aktuelle Rechtslage
Villa Post, E.1, Kurs 5208, 13,50 €, keine Ermäßigung, weitere Infos und Anmeldung VHS Hagen s. S. 54

Sa. 10.03.2018-So. 11.03.2018 (2x), 09:00-16:00 Uhr
Einführung in die digitale Bildbearbeitung mit Adobe Photoshop und Adobe Photoshop Elements
Voraussetzung Windowskenntnisse.
Villa Post, O.7, Kurs 4668, 104,60 €, keine Ermäßigung, weitere Infos und Anmeldung VHS Hagen s. S.52

Sa. 10.03.2018 (1x), 10:00-17:00 Uhr
Atmung, Stimme, Körpersprache gezielt und wirkungsvoll einsetzen
Villa Post, E.1, Kurs 4012, 82,50 €, keine Ermäßigung, weitere Infos und Anmeldung VHS Hagen s. S. 54

Sa. 10.03.2018, 09:30-12:45 Uhr
Die Zweite Miete?
Betriebskostenabrechnungen, Steuerbescheinigung
Villa Post, Kurs 1935, 19,00 €, weitere Infos und Anmeldung VHS Hagen s. S. 54

Sa. 10.03.2018, 10:30-12:00 Uhr,
Lebendiges Judentum
Führung durch die Ausstellung in der Alten Synagoge Hohenlimburg
Alte Synagoge, Jahnstr. 46, Kurs 1361, 0,00 €, weitere Infos und Anmeldung VHS Hagen s. S. 54

Sa. 10.03.2018, 18:00-20:00 Uhr
Arum dem Fayer mir'n freylekh tantsn
Die Klezmergruppe Lewone lädt zum Tanzen ein
Abendkasse 10 EUR (Schüler/Stud. 8 EUR), Vorverkauf 8 EUR bei der VHS, Villa Post, oder bei der Max-Reger-Musikschule
Villa Post, Aula, Kurs 1362, 10,00 €, weitere Infos und Anmeldung VHS Hagen s. S. 54

Sa. 10.03.2018 N.: Buslinie 541 – 13:10Uhr ab Stadtmitte
Teamwanderung, Köhlerweg – Ems-terfeld, weitere Infos beim SGV Hagen e.V. s. S. 52

Sa. 10.03.2018 Se. - Gruppe: Buslinie 518 – 13:37 Uhr ab Stadtmitte
Hünenpforte – Hohenlimburg mit Ursel Thurn, weitere Infos beim SGV Hagen e.V. s. S.51

So. 11.03.2018 N.: RB 52 – 12:53 Uhr ab Hbf
Wanderung in Dortmund
Krokusblüte im Rombergpark mit Rita Steffen, weitere Infos beim SGV Hagen e.V. s. S. 52

Di. 13.03.2018, 18:00-19:30 Uhr
Pflegestufe/ Pflegegrade
Rechtsanwalt Meinhardt erläutert in diesem Seminar, wie Sie sich und Ihre Angehörigen auf den Besuch des medizinischen Dienstes vorbereiten können und worauf Sie achten sollten.
Villa Post, Kurs 1912, 12,00 €, weitere Infos und Anmeldung VHS Hagen s. S. 54

Di .13.03.2018 (1x), 17:30-20:45 Uhr
Formulare und Tabellen gekonnt erstellen
Voraussetzung Wordkenntnisse.
DBB, PC V, Kurs 4450, 26,90 €, keine Ermäßigung, weitere Infos und Anmeldung VHS Hagen s. S. 54

Mi. 14.03.2018, 19:00-21:00 Uhr
Von Lawrence von Arabien bis zum Islamischen Staat: Politische und religiöse Entwicklungen im Nahen Osten
AllerWeltHaus, Kurs 1534, 0,00 €, weitere Infos und Anmeldung VHS Hagen s. S. 54

Do. 15.03.2018, 16:00-17:30 Uhr
Jugendstil in der Liebfrauenkirche in Vorhalle
Die Führung durch die Kirche übernimmt Benno Schmolke, Kunstlehrer i. R. und Gründungsmitglied der Künstlergruppe Sepia14-TeamART.
Treffpunkt: Eingang Liebfrauenkirche, Liebfrauenstr. 21, Kurs 1178, pay what you want, weitere Infos und Anmeldung VHS Hagen s. S. 54

Do. 15.03.2018 (1x), 17:30-19:00 Uhr
Die private Energiewende für Hausbesitzer - Altbausanierung
Villa Post, E.1, Kurs 5206, 9,00 €, keine Ermäßigung, weitere Infos und Anmeldung VHS Hagen s. S. 54

Sa. 17.03.2018 (1x), 09:00-16:00 Uhr
Suchmaschinenoptimierung
DBB, PC V, Kurs 4620, 51,30 €, keine Ermäßigung, weitere Infos und Anmeldung VHS Hagen s. S. 54

Sa. 17.03.2018 (1x), 09:00-16:00 Uhr
Film Noir - Fotoseminar
Bitte bringen Sie Ihre DSLR, Bridge-, MFT- oder Systemkamera mit Blitzschuh, Mittenkontakt, manuellen Einstellungsmöglichkeiten und vorhandene Blitzgeräte mit.
Villa Post, Aula, Kurs 5010, 91,50 €, keine Ermäßigung, weitere Infos und Anmeldung VHS Hagen s. S. 54

Sa. 17.03.2018 N.: Buslinie 511 – 13:25 Uhr ab Stadtmitte
Voerde Lehrpfad - Plessen – Beuke mit Adele Wever, weitere Infos beim SGV Hagen e.V. s. S. 52

Sa. 17.03.2018 Se. - Gruppe: Buslinie 542 - 14.03 Uhr ab Stadtmitte
Gevelsberg - Neues Forsthaus mit Rosemarie Maus, weitere Infos beim SGV Hagen e.V. s. S. 52

So. 18.03.2018 T: Abfahrt: 09:43 Uhr mit S 5 ab Hbf
Über den Harkortberg
Wanderstrecke: Wetter - Schnodderbach - Harkortturm - Westende - Herdecke (E) mit Inge Mutmann, weitere Infos beim SGV Hagen e.V. s. S. 52

So. 18.03.2018 N.: Buslinie 512 – 12:46 Uhr ab Stadtmitte
Wanderung in Zurstraße
Rundweg – Zurstraße mit Barbara Vierjahn, weitere Infos beim SGV Hagen e.V. s. S. 52

Mi. 21.03.2018, 16:00-18:00 Uhr,
Hohenhof und Stirnband - Schätze des Jugendstils
Im Kursentgelt ist der Eintritt für den Hohenhof bereits enthalten.
Treffpunkt vor dem Hohenhof, Stirnband 10, Kurs 1083, 9,00 €, weitere Infos und Anmeldung VHS Hagen s. S. 54

Mi. 21.03.2018, 17:00-18:30 Uhr
Kostenfalle Smartphone
Der Leiter der Hagener Verbraucherzentrale kommt den rechtlichen Tücken auf die Spur und hilft, die Klippen zu umschiffen. Bitte anmelden bis 20.03. unter 02331 207-3622
Verbraucherzentrale, Kurs 1956, 5,00 €, weitere Infos und Anmeldung VHS Hagen s. S. 54

Mi. 21.03.2018, 14:30 Uhr
Wanderfreunde des SGV Hagen treffen sich zu Kaffee & Klönen
Café Lennebad, Im Klosterkamp 40, Hohenlimburg

Sa. 24.03.2018 N.: Buslinie 542 – 13:33 Uhr ab Stadtmitte
Rundweg am Forsthaus
Hundeiken - Neues Forsthaus – Aske mit Adele Wever, weitere Infos beim SGV Hagen e.V. s. S. 52

Sa. 24.03.2018 Se.-Gruppe: Buslinie 515 – 13:39 Uhr ab Stadtmitte
Hengsteyseebad – Herdecke mit Laura Landolfo, weitere Infos beim SGV Hagen e.V. s. S. 52

Sa. 24.03.2018 (1x), 19:30-22:00 Uhr
Exkursion: Amphibienwanderung am Kaisberg

Eine gesonderte Betreuung der jüngsten Teilnehmer bietet Kristin Mindemann an, Leiterin der BUND-Kindergruppe. Bitte bringen Sie Gummistiefel, wetterfeste Kleidung und Taschenlampen mit. Brünninghausstraße, Abzweigung z. Klärwerk Vorhalle (Am Baukey), Kurs 5072, 0,00 €, weitere Infos und Anmeldung VHS Hagen s. S. 54.

So. 25.03.2018 N.: Buslinie 544 – 13:05 Uhr ab Hbf

Wanderung am Hengsteysee

Hengsteysee – Schiffwinkel – Herdecke mit Editha Nierhaus, weitere Infos beim SGV Hagen e.V. s. S. 52

Mi. 28.03.2018 N.: Treffpunkt – 13:35 Uhr Höhwaldstraße

Zum Reibekuchenessen in der Hinnenwiese

Höhwaldstraße – Hinnenwiese – Buscherberg, Teamwanderung
 Anmeldung bei Adele Wever Telefon 7 33 07, SGV Hagen e.V. s. S. 52

Sa. 31.03.2018 N.: Buslinie 518 – 13:17 Uhr ab Stadtmitte

Wanderung am Kaisberg Brünninghausstraße – Wasserschloss Werdringen, Teamwanderung, weitere Infos beim SGV Hagen e.V. s. S. 52

Sa. 31.03.2018 (Ostersamstag) Se.-Gruppe: Buslinie 512 – 13:15 Uhr ab Stadtmitte

Kleiner Rundweg Zurstraße mit Marianne Renneke, weitere Infos beim SGV Hagen e.V. s. S. 52

Wiederkehrende Termine

Selbsthilfe

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

Club Reise 50+ „Jetzt erst Recht“

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

Jeden Montag

09:30–10:30 Uhr

Gymnastik für Frauen

Gebühr 20,00 Euro monatlich, AWO Wehringhausen Frau Tiemann (Bachstr. 26)
 s. S. 52

09:30–10:15 Uhr & 10:15–11:00 Uhr

Aquafitness

Veranstaltungsort: Helmut-Turck-Bad im Helmut-Turck-Zentrum, Johann-Fr.-Oberlin-Str. 9–11
 Infos: Begegnungsstätte, Martin-Luther-Str. 9–11, Tel.: 38 09-4 10 oder 3809-400, Frau Wiewiorka

10:00–11:30 Uhr

Gedächtnistraining

„Denken macht Spaß“

Geistige Fitness ist gut trainierbar. Leitung: Diplom Soz. Gerontologin Ursula Docke, Tel.: 02331/86 15 0
 Kosten bitte erfragen, Ort: Kaffeestube im Ökum. GemeindeZentrum Hilfe, Helfer Str. 79, Kneipp-Verein Hagen e.V. Infos s. S. 52f.

10:00–11:00 Uhr

Sitzgymnastik

Gebühr: 2,00 Euro/Termin
 Info: AWO Begegnungsstätte ha.ge.we-Kulturhof-Emst, s. S. 52f.

10:00 Uhr

Seniorenturnen im Atrium

Altes Stadtbad Haspe, Leitung: Frau Decker, Bei Interesse bitte melden

10:30–11:30 Uhr

Pilates

Kursleiterin: Katharina Tiemann AWO Begegnungsstätte Wehringhausen, (Bachstr. 26), Kosten: 20,00 Euro pro Monat, Einstieg jederzeit möglich
 Infos: s. S. 52f.

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

Wassergymnastik

Leitung: Brigitte Nickel, Helmut-Turck-Zentrum, Info: DRK, s.S. 49

14:00–17:00 Uhr

Offener Treff für alle

Hohenlimburg AWO-Begegnungsstätte Schultenhof weitere Infos s. S. 52f.

16:00–18:00 Uhr

Handarbeitskreis

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

14:00–16:00 Uhr

Spiel- und Gesprächskreis

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

14:15–15:45 Uhr

SeniorInnen-Tanz

Leitung: E. Engelhard, Seniorenbegegnungsstätte der Ev. Dreifaltigkeits-Gemeinde, Eppenhauser Str. 152, 58093 Hagen, s. S. 52f.

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

Betreuungsangebote für

Menschen mit Demenz im

Im Gemeindehaus St. Johannes-Baptist, Boeler Kirchplatz 17, 58099 Hagen-Boele. Ansprechpartnerin: Frau Erdmann (Johanniter)
 Tel. und Infos: 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 Eilpe weitere Infos s. S. 52f.

15:45–17:00 Uhr
**Schwimmen mit dem AWO
 OV Vorhalle**
 Hauptschule am Vossacker

16:00–17:30 Uhr
Französisch „Mittelkurs“
 Begegnungsstätte,
 Martin-Luther-Str. 9–11
 Tel.: 02331/38 09-4 10
 oder -400, Frau Wiewirka

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

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

Ab 18:00 Uhr
Nordic Walking April-September:
 Treffpunkt: Parkplatz Stadtgarten/
 Kota Radja
 Okt.-März ab 18:30 Uhr: Parkstreifen
 Alexanderstraße am Eingang zum
 Hameckepark
 Leitung: R. Schneider Tel.: 0162
 4098321, Skigilde im SGV, s. S. 52f.

19:30 – 21:00 Uhr
Kantatenchor
 Ev. Gemeindehaus, Vorhaller Str. 27,
 58089 Hagen, Frau Voit
 Tel.: 02331/81354

Jeden 1. Montag

16:30–19:00 Uhr
**Betreuungsnachmittag für Betroffene,
 Angehörige und Interessierte von
 Demenzkranken**
 Tagespflegehaus Haspe, Waldecker
 Str. 7, 58135 Hagen, Tel.: 90 28 28

16:30–18:00 Uhr
**Gesprächskreis der Zwar-
 Frauengruppe**
 Hagen im Café Belle Epoque, weitere
 Infos s. S. 52f.

19:00–21:00 Uhr
**Angehörigentreffen von
 Demenzkranken**
 Gemeindehaus der Ev. Paulusgemein-
 de, Borsigstr. 11, 58089 Hagen, Tel.:
 (02331) 2 04 67 90 oder 2 04 67 58
 oder 7 02 00 oder 0174/5 13 72 57

Jeden 1. und 3. Montag

17:00–19:00 Uhr
Emster Sing-Treff
 Infos: AWO Begegnungsstätte
 ha.ge.we-Kulturhof-Emst, s. S. 52f.

Jeden 2. Montag im Monat

9:45–12:00 Uhr
**Arbeitskreis Ehrenamtlicher der
 Ev. Kirchengemeinden im
 Kirchenkreis Hagen.**
 Martin-Luther-Straße 9–11, Wichern-
 haus, Diakonie Mark-Ruhr Infos
 s. S. 52f.

F. Ruthenkolk
 MEISTERFACHBETRIEB
 HEIZUNG · SANITÄR

- ✓ Bauklempnerei
- ✓ Sanitäre Installation
- ✓ Heizungsbau

Besuchen Sie uns im Internet:
www.Ruthenkolk-GmbH.de

**Fachbetrieb für
 seniorenerechte Bäder**

F. Ruthenkolk GmbH
 Birkenhain 28
 58093 Hagen

Telefon 0 23 31-51375
 Telefax 0 23 31-55415
 f.ruthenkolk@t-online.de

Adam
 goldschmiede

Seriöser Ankauf
 von Zahngold,
 Platin, Silber und
 Münzen

**IHR ALTGOLD
 IN GUTEN HÄNDEN**

WWW.ADAMSCHMUCK.DE

Goldschmiede Adam · Sparkassen-Karree 5 · 58095 Hagen · 02331-32957

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

ab 15:00 Uhr

Lesetreff60plus für die Verbesserung der sozialen Kontakte, Sprech- und Sprachfähigkeit, Konzentrationsfähigkeit u.a

Ehrenamtliche vom LeseZeichen e.V. laden zum Programm bei Kaffee und Kuchen in der Stadtteilbücherei im Torhaus Kölner Str. 1 ein, Eintritt frei, s. S. 52f.

16:00 Uhr

Gesundheitsgruppe der UNI 50 +

Infos Paritätischer Wohlfahrtsverband s. S. 52f.

Jeden 3. Montag im Monat

09:45–12:00 Uhr

Arbeitskreis Ehrenamtlicher der Ev. Kirchengemeinden im Kirchenkreis Hagen

17:00 Uhr (alle 2 Monate)

SHG Glaukom

3. i. M., Infos Paritätischer Wohlfahrtsverband; s. S. 52f.f.

Jeden 4. Montag

18:00–20:00 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.

Basistreffen in der Begegnungsstätte des Paritätischen Wohlfahrtsverbandes. Infos: E. Weber, Tel.: 02334/56 71 57, M. Utner Tel.: 3 96 75 95; M. Schönberger Tel.: 88 13 15 und U. Windmüller Tel.: 8 61 01

Jeden Dienstag:

09:00–12:30 Uhr

Beratung in Sozialrechtsfragen und Hilfen bei der Antragstellung

SoVD Sozialverband Deutschland NRW e.V., Bergstr. 128–130, 58095 Hagen, Tel.: 2 80 05

ab 9:30 Uhr

Malgruppe

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

9:30 – 10:30 Uhr

Yoga für Senioren

AWO Boelerheide s. S. 52f.

09:30–11:00 Uhr

Folkloretanz in der Jakobusgemeinde

Hagen-Helfe, Helfer Str. 66

10:00–13:00 Uhr

Malen mit Trees

wechselndes Kunstangebot, Infos Paritätischer Wohlfahrtsverband s. S. 52f.

11:00–12:00 Uhr

Gymnastik mit dem OV

AWO-Begegnungsstätte Vorhalle Info s. S. 52f.

13:30–17:30 Uhr

Spielenachmittag

AWO Vorhalle, Stadtteilhaus Vorhaller Str. 36, Tel.: 348 32 23

13:30 – 15:00 Uhr

Senioren-gymnastik mit anschließendem Kaffeetrinken

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

Ab 14:00 Uhr

Skatrunde

Mitspieler herzlich willkommen Info: DRK Seniorenbegegnungsstätte s. S. 52f.

ab 13:30

Kartenspieler

AWO Boelerheide, s. S. 52f.

14:00–17:30 Uhr

Skatrunde

Gäste/Mitspieler herzlich willkommen, Info: Kulturhof Emst, Auf den Kämpchen 16, s. S. 52f.

ab 14:00 Uhr

Bingo/Tanz

AWO Haspe, s. S. 52f.

14:00 – 17:00 Uhr

Seniorentreff mit Brett- und Kartenspiel

AWO Begegnungsstätte Altenhagen im Vereinsheim Westfalia, Alexanderstr. 31, AWO Altenhagen, Infos: s. S. 52f.

14:00–20:00 Uhr

Tanz/offener Treff

AWO-Begegnungsstätte Boelerheide Infos: s. S. 52f.

14:00–17:00 Uhr

offener Treff

AWO-Begegnungsstätte Hohenlimburg am Lennepark, Infos s. S. 52f.

ab 14.30 Uhr

offener Treff

mit gemütlichem Beisammensein, Begegnungsstätte Boele-Kabel, s. S. 52f..

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 mit Kaffee und Kuchen: geselliges Beisammensein mit Zeit für Gesellschaftsspiele, Gedächtnistraining, Vorträge, Handykurse, Gymnastik und vieles mehr. 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

16:30–18:00 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

ab 18:15 Uhr

Chörchen

Ev. Gemeindehaus, Vorhaller Str. 27,
58089 Hagen, Petra und Carsten
Tillmann, Tel.: 02331/307814

Dienstags, jede gerade Woche:

09:00 – 12:00 Uhr

Nähgruppe

AWO Schultenhof (Eilpe), Leitung:
Frau Gerhardt, Anmeldung bei der
Kursleitung, Tel.: 5 61 52, Info, s. S. 52f.

ab 14:30 Uhr

Tanz

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

14:00–17:00 Uhr

AWO Treff

AWO Begegnungsstätte Boele-Kabel,
Schwerter Str. 227, Infos s. S. 52f.

Jeden 1. Dienstag:

09:00–11:00 Uhr

**Gemeinsames Frühstück – Gäste
herzlich willkommen im Eventcafé
Oller Dreisch,**
Infos: s. S. 52f.

Erzählwerkstatt

Leitung: M. Buchenau, Seniorenbe-
gegnungsstätte der Ev. Dreifaltigkeits-
Gemeinde, Eppenhauser Str. 152
Infos: s. S. 52f.

10:00–12:00 Uhr

Da-Sein-Café für Trauernde

Ansprechpartner Frau Strehl, Frau
Bishoping, Frau Steinbach, Wichern-
haus, Martin-Luther Str. 9-11, Diako-
nie Mark-Ruhr s. S. 52f.

10:00–13:00 Uhr

Regionale Gruppe gehörloser Senioren

Begegnungsstätte des DPWV,
Sozialverband VdK Gesprächskreis
Infos Paritätischer Wohlfahrtsverband
s. S. 52f.

14:00–17:00 Uhr

offener Treff,

AWO Haspe/Westerbauer, Hütten-
platz 44, Infos s. S. 52f.

15:00 Uhr

Gesprächskreis Sozialverband VdK

Kaffee und mehr, Paritätischer
Wohlfahrtsverband, s. S. 52f.

15:00–18:00 Uhr

Stadtsporbund Hagen e. V.

Treffen in der Begegnungsstätte Eilpe,
Selbecker Str. 16, hier wird geklönt,
gespielt (Doppelkopf, Skat u.a.) und
Kaffee getrunken
Infos: s. S. 54

Jeden 2. Dienstag:

12:00 Uhr

Reibekuchen

AWO Begegnungsstätte Altenhagen
Im Vereinsheim Sportfreunde
Westfalia Hagen, Alexanderstr. 31,
Infos: s. S. 52f.

14:30–16:30

Bingo

AWO Haspe, Hüttenplatz 44,
Infos s. S. 52f.

15:00–16:30 Uhr

Englisch Stammtisch

offen für alle, Infos Eventcafé Oller
Dreisch, s. S. 52f.

15:00 Uhr

SPD „60Plus“ Zusammenkunft

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

16:30–18:00 Uhr

**Angehörigentreffen und Betreuung
von Demenzkranken,** Wohlbehagen
Haus der Kurzzeitpflege, Schwerter
Str. 179, 58099 Hagen, Veranstalter:
Alzheimer-Demenz Selbsthilfegruppe
Hagen e. V., Tel.: 02331/9 66 66 - 0
oder - 34

17:00–19:00 Uhr

Angehörigentreffen und Betreuung von Demenzkranken

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

Dienstags 14-tägig

10:00-11:30 Uhr

Volkliedersingen mit Ingrid Struck

AWO Boelerheide, Infos s. S. 52f.

15:30 Uhr

Gemeinsam statt einsam

Paritätischer Wohlfahrtsverband s. S.
52f.

Jeden 3. Dienstag:

14:00–15:00 Uhr

Gottesdienst für Gehörlose mit anschließendem Kaffeetrinken

Ansprechpartnerin: Pfarrerin Brokmei-
er, Diakonie Mark-Ruhr,
Martin-Luther-Str. 9–11 s. S. 52f.

14:30–16:30 Uhr

Bingo

AWO Haspe, Hüttenplatz 44,
Infos s. S. 52f.

15:00 Uhr

SPD „60 Plus“

Zusammenkunft, Emst,
Info: ha.ge.we Kulturhof.Emst
Ausnahme: August!
Infos: s. S. 52f..

16:30–18:00 Uhr

Treffen für pflegende Angehörige von Demenzkranken

Tagespflegehaus Waldecker Str. 7

18:00 Uhr

Patientenforum

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

Jeden 4. Dienstag:

14:30–16:30 Uhr

Bingo

AWO Haspe, Hüttenplatz 44,
Infos s. S. 52f.

16:00–18:00 Uhr

Gesellschaftsspiele für und mit Jung u. Alt unter Anleitung

Ehrenamtliche des Fördervereins
LeseZeichen-Haspe e.V., Stadtteilbü-
cherei Haspe, Kölner Str. 1, 3te Etage
im Torhaus, Tel.: 02331/207-4294

Jeden letzten Dienstag:

19:00 Uhr

SHG Psoriasis, Schuppenflechte

Paritätischer Wohlfahrtsverband s. S. 52f.

Jeden Mittwoch:

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 mit Katharina Tiemann

AWO Begegnungsstätte Boelerheide
Infos s. S. 52f.

10:30–12:00 Uhr

Gymnastik mit anschließendem Kaffeetrinken

Infos Paritätischer Wohlfahrtsverband s. S. 52f.

10:00–11:30 Uhr

Zeichnen lernen mit Trees

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

13:30 – 17:30 Uhr

Ortsvereinstag

AWO Ortsverein Vorhalle, s. S. 52f.

14:00 – 17:30 Uhr

Seniorenclub

AWO-Begegnungsstätte Hohenlimburg, Infos: s. S. 52f.

13:00 – 17:00 Uhr

Offener Treff für alle

AWO Begegnungsstätte (Eilpe), weitere Infos s. S. 52f.

14:00–17:30

Ortsvereinsnachmittag

AWO Begegnungsstätte ha.ge.we Kulturhof Emst s. S. 52f.

14:00–18:00 Uhr

Offenes Café

AWO-Begegnungsstätte Haspe
Infos: s. S. 52f.

13:00 – 17:30 Uhr

Nähtreff

AWO Haspe/Wehringhausen, Enneper Str.81, Infos s. S. 52f.

14:00–19:00 Uhr

Kaffeetrinken AWO

Ortsverein AWO-Begegnungsstätte Vorhalle, Infos: s. S. 52f.

16:30 – 18:00 Uhr

Englisch für Anfänger

Begegnungsstätte Martin-Luther-Str. Diakonie Mark-Ruhr s. S. 52f.

17:30–18:30 Uhr

Frauenturnen ab 55

Turnhalle Goldbergsschule, Schulstr. 9–11, TSV Hagen 1860 s. S. 54

18:00 – 19:00 Uhr

Seniorenturnen, Damen zw. 50-70,

Turnhalle am Kinder-Verkehrsgarten (Rastbaum/Dahmsheide), Info s. S. 52f.

18:00–22:00 Uhr

Selbsthilfegruppe Herzkrankheiten

AWO Begegnungsstätte Schultenhof weitere Infos s. S. 52f.

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

Jeden 1. Mittwoch

12:00–16:00 Uhr

Handgemachte Reibepfätzchen

AWO-Begegnungsstätte Haspe
Gebühr: Infos: s. S. 52f.

14:00–17:00 Uhr

Virtuelles Bowling auf der

Spielkonsole Wii

Eintritt frei, AWO-Treff Wehringhausen, Infos Eventcafé Oller Dreisch s. S. 52f.

15:00 – 17:00 Uhr

Einladung zu einer Tasse Kaffee und zur Besichtigung einer Musterwohnung

Weitere Besichtigungen möglich.
Altes Stadtbad, Info s. S. 52f.

16:00 Uhr

Blindenverein Beratung

(Sitzungszimmer), Infos: Paritätischer Wohlfahrtsverband s. S. 52f.

14-tätig mittwochs

15:00 – 17:00 Uhr

Frauentreff

Ansprechp: Frau Büscher, Tel.: 02335/66618, Ev. Gemeindehaus Vorhalle, Vorhaller Str. 27, 58089 Hagen

16:00 – 18:00 Uhr

Frauenabendkreis

Ansprechp.: Frau Schelke Tel: 02331/305796, Gemeindehaus Vorhalle, Vorhaller Str. 27,58089 Hagen

Jeden 1. und 3. Mittwoch

14:30–17:00 Uhr

Multiple Sklerose Gruppe

AWO Boelerheide
Begegnungsstätte der AWO
weitere Infos s. S. 52f.

15:00–17:00 Uhr

Malteser 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

Stadtsporthaus Hagen e.V., Leitung: Leni Hildebrandt, Kosten: 20,00 Euro (Fahrpreis incl. Thermalbad, Aufpreis Mehrsalzgrotte 3,00 Euro, nur Busfahrt 13,00 Euro), - Gelegenheit zum Stadtbummel oder Cafebesuch
Anmeldung erforderlich, Abfahrt: 8:30/8:45 Uhr, Rückkehr ca. 14:30 Uhr, Infos: s. S. 54

10:00–11:00 Uhr

Offenes Singen mit

Norbert Neukamp

„Maiglöckchen Chor“, Eventcafé Oller Dreisch, Infos s. S. 52f.

14:00–16:00 Uhr

Gesprächskreis für Menschen mit Demenz im Frühstadium

Johanniter-Unfall- Hilfe, Schillerstr. 18d in Hagen, Info: Regina Erdmann
Tel.: 02331/9399-516

14:00–16:00 Uhr

Waffeltag

AWO Haspe/Westerbauer, Hüttenplatz 44, s. S. 52f.

ab 14:30 Uhr
Tanz im Eck mit E. Müller
 Eventcafé Oller Dreisch, s. S. 52f.

19:00 – 21:00 Uhr
SHG Morbus Crohn/Colitis ulcerosa
 Infos: Paritätischer Wohlfahrtsverband, Bahnhofstr. 41, Tel.: 1 34 74

Jeden 3. Mittwoch

14:00–16:00 Uhr
Waffeltag
 AWO HASpe/Westerbauer, Hüttenplatz 44, s. S. 52f.

Jeden 2. und 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-Demenz Selbsthilfegruppe Hagen e.V., Tel.: 201 - 10 31

Alle 14 Tage Mittwoch gerade Woche

18:00 Uhr
ZWAR Basistreffen
 Infos: s. S. 54
 Treff: Begegnungsstätte des Paritätischen Wohlfahrtsverbandes

Mittwoch ungerade Woche

ab 12:00 Uhr
Mittagstisch
 AWO Vorhalle, im Stadtteilhaus Vorhalle, s. S. 52f.

Jeden 4. Mittwoch

14:00–16:00 Uhr
Waffeltag
 AWO Haspe/Westerbauer, Hüttenplatz 44, s. S. 52f.

ab 14:30 Uhr
Blindenverein- Biblischer Gesprächskreis
 Infos: Paritätischer Wohlfahrtsverband s. S. 52f.

Jeden letzten Mittwoch-nachmittag

14:30–16:00 Uhr
Komm tanz mit uns
 Ein Tanznachmittag für Menschen mit und ohne Einschränkungen, Tanzschule Christ, Böhmerstr. 4
 Anmeldung bei der Pflege- u. Wohnberatung ist erforderlich
 Infos: s. S. 52f.

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

alle 2 Monate mittwochs

14:30 Uhr
 Biblischer Gesprächskreis (Blindenverein),
 Infos Paritätischer Wohlfahrtsverband s. S. 52f.

Jeden Donnerstag

09:00–12:00 Uhr
Familientreff
 Info und Kinderbetreuung
 AWO Begegnungsstätte Vorhalle
 Info s. S. 52f.

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

9:30–11:00 Uhr
Englisch 50+-Mittelstufe
 mit Hans-Georg Habedank, Kosten: 15,00 Euro pro Monat; Anm. und Infos Eventcafé Oller Dreisch s. S. 52f.

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

ab 10 Uhr
Gesprächskreis Familiäre Pflege – Angehörigenberatung und -Schulung
 im AWO Helmut-Turck-Zentrum, Johann-Friedrich-Oberlin-Str. 11-15
 Termine: 06.04; 04.05; 01.06; 06.07; 31.08; der Gesprächskreis findet in Zusammenarbeit mit AOK Rheinland/Hamburg und AOP NordWest

10:00–11:00 Uhr
Sitzgymnastik
 AWO Begegnungsstätte ha.ge.we Kulturhof Emst, s. S. 52f.

10:00–11:00 Uhr
Gymnastik für Hochbetagte
 Leitung: Karin Schwan, DRK-Seniorenbegegnungsstätte, s. S. 52f.

12:30–17:00 Uhr
Spielenachmittag
 AWO Begegnungsstätte Vorhalle, weitere Infos s. S. 52f.

ab 12:00 Uhr
Spielgruppen/Rommee
 Infos: Paritätischer Wohlfahrtsverband, Bahnhofstr. 41, Tel.: 1 34 74

13:00–14:00 Uhr
Turnen mit Erika
 AWO Haspe/Westerbauer, Enneper Str. 81, s. S. 52f.

13:00 – 17:30 Uhr
Seniorenachmittag
 AWO Haspe/Westerbauer, Enneper Str. 81, s. S. 52f.

13:00–17:00 Uhr
Kaffee und Kuchen
 AWO-Begegnungsstätte Hohenlimburg, Infos: s. S. 52f.

13:00–17:30 Uhr
Nachbarschaftstag mit Mittagessen und Bingo
 AWO Begegnungsstätte ha.ge.we. Kulturhof Emst

13:30–17:30 Uhr
Spielenachmittag, 14-tägiger Wechsel Bingo/Knobeln
 AWO Vorhalle, im Stadtteilhaus Vorhalle, s. S. 52f.

14:00 Uhr
Skat
 AWO Begegnungsstätte Oberhagen-Mittelstadt, s. S. 52f.

14:00 – 17:00 Uhr
Unser Nachmittag – offener Treff für Jung und Alt
 Ev. Gemeindehaus, Vorhaller Str. 27, 58089 Hagen, Herr Günther, Tel.: 02331/3484248

14:00 – 16:00 Uhr

Musik- und Singgruppe

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

14:00 – 17:00 Uhr

Seniorentreff OV AWO Altenhagen
im Vereinsheim Sportfreunde Westfalia Hagen, Alexanderstr. 31, Infos AWO Altenhagen s. S. 52f.

14:00–19:00 Uhr

Ortsvereinsnachmittag

AWO Begegnungsstätte Oberhagen-Mittelstadt, s. S. 52f.

14:00–17:00 Uhr

Seniorentreff OV

Info: AWO-Begegnungsstätte Schultenhof, weitere Infos s. S. 52f.

14:00–17:30 Uhr

AWO Treff

AWO Westerbauer, Enneper Str. 81 weitere Infos s. S. 52f.

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. 52f.

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 Eilpe, Info: s. S. 52f.

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. 52f.

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. 52f.

16:30–18:00 Uhr

Englisch für Anfänger

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

18:00–22:00 Uhr

Selbsthilfegruppe Angst

Ansprechpartner: Herr Niesen, AWO-Begegnungsstätte Schultenhof
Infos: s. S. 52f.

Ab 20:00 Uhr

Funktionsgymnastik

16. April – 1. Oktober (außer Sommerferien)/Skigymnastik ab 22. Okt – März, Leitung: G. Vogel-Mennes Tel.: 5 07 67, Turnhalle Boelerheide, Kapellenstraße, Skigilde im SGV s. S. 52f.

Donnerstag jede gerade Woche

14:00–17:00 Uhr (ab 29.08.17)

Bingo-offen für alle

AWO Boelerheide s. S. 52f.

14:00–17:30 Uhr

Tanz mit Livemusiker Egon Müller

AWO Hilfe Fley, Johann Friedrich Oberlin Str. 11-15

Donnerstag jede ungerade Woche

14:00 – 17:30 Uhr

Tanz mit Live-Musik

Egon Müller, AWO Hilfe/Fley s. S. 52f.

14:30–16:30 Uhr

Bingo-offen für alle

im Eventcafé Oller Dreisch s. S. 52f.

Jeden 1. Donnerstag

15:30 Uhr

Vorlesen und begeistern ein Hagener – Projekt

Vorlesen mit Frau Bonefeld, Die Hagener EFI liest Kurzgeschichten vor und regt zum Gedankenaustausch an. Stadtbücherei Hohenlimburg, Stenertstr. 6–8 (im Sparkassengebäude), 58119 Hagen, Info unter der Tel.: (02331) 207 - 44 77

15:00 – 17:00 Uhr

Treff Ostdeutscher Frauen

AWO Hohenlimburg s. S. 52f.

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

19:00 Uhr

ZWAR-Stammtisch

Treff: Spinne, Hohenzollerstr. 10

19:30 Uhr

Ökumenisches Abendgebet

im Gemeindezentrum, Helfer Str. 66

Jeden 2. und 4. Donnerstag

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

Anzeige Katholisches Krankenhaus Hagen

Das Motto von Dr. Andreas Backes: „Bewegen und Ernähren“

Dr. Andreas Backes, seit Juli 2016 neuer Chefarzt der Geriatrie des Katholischen Krankenhauses, empfängt seine Patienten seit Anfang September in den modernisierten und erweiterten Räumlichkeiten im St.-Josefs-Hospital. Er ist ein Mediziner, der seinen Patienten gerne auf „Augenhöhe“ begegnet. Man trifft ihn daher des Öfteren kniend neben seinen Patienten.

Auf dem Gebiet der Geriatrie ist Dr. Backes ein erfahrener Fachmann und bringt die besten Voraussetzungen mit, um die im St.-Josefs-Hospital gut etablierte Abteilung weiter zu entwickeln. Seine beruflichen Stationen als Leitender Oberarzt der Geriatrie führten von Bonn und Leverkusen nach Jülich, Wuppertal und Köln. Durch seine Tätigkeit als Notarzt greift er außerdem auf eine umfangreiche Erfahrung in der Notfallmedizin zurück.

Zu seinem Geriatrie-Team gehören 6 Ärzte und weiteres Fachpersonal, so dass Patienten hier optimal therapiert werden können.

Ältere Menschen sind durch altersbedingte Veränderungen wesentlich anfälliger für Erkrankungen und leiden meist an mehreren Krankheiten gleichzeitig.

Geriatrie-Patienten sind oftmals nach einer Vorerkrankung, einer Verletzung oder nach Verschlechterung einer chronischen Erkrankung in ihrer Selbstständigkeit eingeschränkt und benötigen intensive therapeutische Behandlung. Und genau da setzt die Behandlung von

Dr. Backes und seinem Team ein. Der spezielle Leitspruch von Herrn Dr. Backes ist „Bewegen und Ernähren“.

Der 49-jährige gebürtige Duisburger, der viele Jahre im Rheinland arbeitete und auch heute noch seinen Wohnsitz dort hat, nimmt die neue Herausforderung in Hagen gerne an und blickt gradlinig in die Zukunft. Er freut sich auf seine neue Aufgabe und baut mit seinem Team nun die bereits seit 1999 in Hagen fest etablierte Fachabteilung Geriatrie am neuen Standort noch weiter aus.

Ziel für die Patienten ist es, eine höchst mögliche Selbstständigkeit zu erhalten bzw. wieder herzustellen und Pflegebedürftigkeit zu vermeiden. Diese Aufgabe meistert Dr. Backes im multiprofessionellen Team aus Fachärzten, Pflegepersonal, Physio- und Ergotherapeuten, Logopäden, Sozialarbeitern und Seelsorgern. Hier wird für jeden Patienten ein individuelles und optimales Behandlungskonzept erstellt, um die Mobilität, die Selbsthilfefähigkeit, das Denkvermögen und noch vieles mehr zu verbessern.

Fest im Plan ist eine Geriatrie-Tagesklinik, in der die Patienten tagsüber betreut und therapiert werden, aber abends in ihre gewohnte häusliche Umgebung zurückgehen können. Die Patienten sollen sich in der Klinik für Geriatrie wohlfühlen, vor allem aber intensiv betreut werden, damit sie später zu Hause wieder aktiv sein können.

GESUND ALTERN.

Bei uns werden alle Erkrankungen und Funktionszustände diagnostiziert und multiprofessionell therapiert. Damit Sie ihr Leben weiter genießen können!





**Katholisches
Krankenhaus Hagen**



Chefarzt Dr. med. Andreas Backes | Klinik für Geriatrie

St.-Josefs-Hospital, Dreieckstraße 17, 58097 Hagen, Tel 02331 805 9941 | www.kkh-hagen.de

14:00–16:00 Uhr

Café Formular

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

14:30–17:00 Uhr

Nachbarschafts Café – Infonachmittag

Themen zum alltäglichen Leben, Angebote sh. Aushang, AWO Begegnungsstätte Vorhalle, Infos s. S. 52f.

Jeden letzten Donnerstag

15:00–17:00 Uhr

Gesprächskreis für pflegende Angehörige von Demenzkranken

Informelles Treffen und wechselnde Vorträge zum Thema, Roncalli-Haus, Boeler Kirchplatz 15, 58099 Hagen, Ansprechpartner und Infos: Marianne Schulte, Tel.: 48 32 417, die Teilnahme ist kostenlos

Jeden Freitag

7:30–11:00 Uhr

Marktfrühstück

AWO Begegnungsstätte Vorhalle, im Stadtteilhaus Vorhalle, Gebühr, Infos s. S. 52f.

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: Eventcafé Oller Dreisch, Infos s. S. 52f.

10:00–10:45 Uhr

Sitzgymnastik mit Katharina Tiemann

Eventcafé Oller Dreisch, Kosten je Monat 10,00 Euro, Einstieg jederzeit, Info s. S. 52f.

10:00–11:30 Uhr

Spanisch für Anfänger

Infos: Diakonie Mark-Ruhr, Martin-Luther-Str. s. S. 52f.

11:00 Uhr

Wandergruppe

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

12:30–16:00 Uhr

Spielgruppen, Canasta und Rommee

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

12:00 – 14:00 Uhr

Mittagessen

AWO-Hohenlimburg, s. S. 52f.

13:00–17:00 Uhr

Kaffee und Kuchen

AWO-Begegnungsstätte Hohenlimburg, Infos: s. S. 52f.

14:30–17:00 Uhr

Treffpunkt für Jung und Alt

Gäste sind herzlich willkommen!
AWO-Begegnungsstätte Kuhlerkamp, Infos: s. S. 52f.

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. 52f.

ab 15:30 Uhr

Ortsvereinsnachmittag

AWO Boele-Hengsyttey, s. S. 52f.

17:00–18:00 Uhr

Freitagsandacht

Ansprechpartner: Herr Waschinski, Stadtkirchengemeinde, Diakonie Mark-Ruhr s. S. 52f.

Jeden 1. und 3. Freitag

8:30–11:30 Uhr

Frühstück mit Freunden
AWO Haspe/Westerbauer, Hüttenplatz 44, Veranmeldung erwünscht s. S. 52f.

Jeden 2. Freitag

17:00 Uhr

ZWAR-Kochgruppe

Treffpunkt: Begegnungsstätte des Paritätischen Wohlfahrtsverband
Infos s. Homepage, s. S. 52

Jeden 3. Freitag

15:00–16:45 Uhr

Dia-Vortrag „Deutschlandreisen - Stadtgeschichte(n)“

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

Jeden Samstag

11:00–12:00 Uhr

Geführter Innenstadtrundgang

durch die HAGENagentur, Kosten: 10,00 Euro pro Person, Treffpunkt: HAGENinfo, Körnerstr. 27, 58095 Hagen

10:30 – 12:00 Uhr

Bewegung und Sport für Senioren

Mehrzweckraum Hoheleye, TSV Hagen 1860 s. S. 54.
für **PRO Retina** bitte Termine erfragen beim Paritätischen Wohlfahrtsverband s. S. 52f..

Jeden 1. Samstag

13:00–16:00 Uhr

Bunker-Tour durch die Hagener Innenstadt

Treffpunkt: vor dem Bunker Bergstr. 98, Kosten 18,00 Euro, keine Ermäßigung, Infos VHS s. S. 54

Jeden 1. und 3. Samstag

10:00–14:00 Uhr

Betreuungsangebot für Menschen mit Demenz

Veranstaltungsort: Luthers Waschsalon, Ansprechpartner Frau Henneken, Diakonie Mark-Ruhr s. S. 52f.

Jeden 2. Samstag

10:45 Uhr

„Literaturstammtisch“

Erzählcafé „Altes Backhaus“ e. V., Langestr. 30, 58089 Hagen
Eintritt: 5,00 Euro
Tel.: (02331) 33 25 86

14:30–17:00 Uhr

Bezirksverein der Kehlkopferierten Hagen e. V.,

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

Jeden 3. Samstag

14:00 – 16:00 Uhr

Blinden- und Sehbehindertenverein

Westf. e. V., Infos: Paritätischer Wohlfahrtsverband, 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 – Emst, Infos: s. S. 52f.

Jeden 4. Samstag

ab 20:00 Uhr

SHG Transbekannt

Infos: Paritätischer Wohlfahrtsverband s. S. 52f.

Jeden letzten Samstag**Gemütliche Plauderstunde mit dem Verein Älter werden mit Freu(n)den**

Interessenten sind herzlich willkommen, Haus Wohlbehagen, Schwerter Str. 173

Jeden Sonntag

10:00–13:00 Uhr

Boulen (Pétanque)

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

Jeden 1. Sonntag

14:30–17:30 Uhr

„Hausschwester Café“ im Café

Quadrat, Emster Str. 105

Leitung: Pflegedienst Hausschwester Bäuerlein, Tel.: 02331/3 58 20

14:30–17:00 Uhr

Gehörlosenverein „Fortschritt“

Paritätischer Wohlfahrtsverband, Infos: s. S. 52f.

Jeden 2. Sonntag

11:00 Uhr

„Philosophencafé“

Leitung: I. Schürmann, Erzählcafé „Altes Backhaus“ e. V., Lange Str. 30, 58089 Hagen, Tel. 33 16 572 E. Schäfer oder zu den Öffnungszeiten Eintritt 5,00 Euro, s. S. 52f.

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

15:00 Uhr

ZWAR-Spielegruppe

Treffpunkt in der Begegnungsstätte des Paritätischen Wohlfahrtsverbandes, Infos s. S. 52f.

Frühstück

Mo.–Fr. 09:30–12:00 Uhr

Café Novum Frühstück für den kleinen Geldbeutel

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

Freitags ab 08:15–11:30 Uhr

Frühstückstreff mit Buffet und Kaffee

AWO-Begegnungsstätte Vorhalle Infos: s. S. 52f.

14 tägig freitags von 9:00–11:30 Uhr

Frühstück für Jedermann /-frau

AWO-Begegnungsstätte Haspe Voranmeldung, Kosten: 4,50 Euro Infos: s. S. 52f.

Mittagstisch

Jeden 1. Montag im Monat von 12:00–14:00 Uhr

Schnitztag für 4,50 €

Begegnungsstätte Haspe, Hüttenplatz 44, Voranmeldung unter 41477

Mo.–Fr. von 11:30–13:30 Uhr

Eventcafé Oller Dreisch

Eugen-Richter-Str. 21, 58089 Hagen Voranmeldung erwünscht 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

Wir bieten folgende Leistungen an:

- Grundpflege
- Behandlungspflege
- Hauswirtschaftliche Versorgung
- Verhinderungspflege
- Betreuung
- Pflegeberatung



Chelonia
 alle haben
 sich wohl fühlen
 ermöglicht

Häusliche Alten- und Krankenpflege Sabine Rudorfer

Elberfelder Str. 49 • 58095 Hagen • Tel: 02331-971450 • Fax: 02331-9714519

Beratungsbüro-Herbede • Meesmannstr. 22a • 58456 Witten • Tel: 02302-9888923 • E-Mail: chelonia-rudorfer@t-online.de

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

ungerade Woche mittwochs
 ab 12:00 Uhr
AWO Ortsverein Vorhalle
 „Futtern wie bei Muttern“
 Vorhaller Str. 36, s. S. 52f.

Do 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

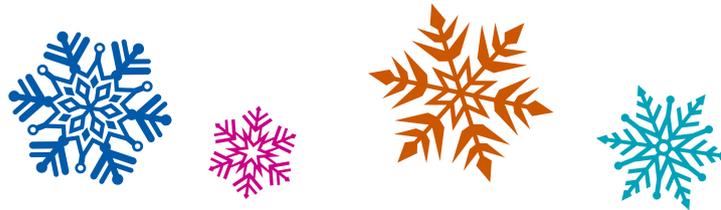
Mo.–So. von 12:30–13:00 Uhr
AWO Helmut-Turck-Seniorenzentrum
 Cafeteria, Johann-Fr.-Oberlin-Str.
 11–15
 Tel.: 3 68-0

Di. & Fr. von 12:00–14:00 Uhr
AWO Hohenlimburg
 Im Lennepark, Klosterkamp 40
 Tel.: 02334/4 28 53

Fr. von 12:00–12:30 Uhr
Gemeindehaus
 Begegnungsstätte Ev. Gemeindehaus
 Borsigstr. 11, Tel.: 33 78 10
 Fr. von 12:00–14:00 Uhr

AWO Begegnungsstätte ha.ge.we
 Kulturhof Emst, Auf dem Kämpchen
 16, 58093 Hagen

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





- hausgemachte Kuchen
- gutbürgerliche Küche

- überdachte Grillecke (Spießbraten)
- barrierefreie Räumlichkeiten für bis zu 120 Personen
- Biergarten
- idyllisch, ruhige Lage



Inhaber: Frank Fischer
 Auf der Halle 12
 58135 Hagen
 Tel.: 02331/4 34 13
 info@cafe-halle.de
 www.cafe-halle.de

Ideales Haus für Feiern und Feste!

Diakonie Mark-Ruhr
Ev. Pflegedienste Mark-Ruhr gemeinnützige GmbH

Wir sind da.
 Wo die Menschen uns brauchen.

- Diakoniestation Hagen-Süd**
 Zum Bollwerk 11 · 58091 Hagen · Tel. 02337 911914
- Diakoniestation Hagen-Nord**
 Vorhaller Straße 40 · 58089 Hagen · Tel. 02331 31177
- Diakoniestation Haspe | Wehringhausen**
 Frankstraße 7 · 58135 Hagen · Tel. 02331 42605
- Diakoniestation Wetter | Herdecke**
 Wilhelmstraße 32 · 58300 Wetter · Tel. 02335 62434
- Diakoniestation Breckerfeld**
 Martin-Luther-Weg 3 · 58339 Breckerfeld · Tel. 02338 912926
- Diakoniestation Hagen | Hohenlimburg**
 Bahnstraße 7 · 58119 Hagen-Hohenlimburg · Tel. 02334 43330
- Diakonie Mark-Ruhr Geschäftsstelle Hagen**
 Martin-Luther-Straße 9-11 · 58095 Hagen · Tel. 02331 380900

Mit einem guten Gefühl zu Hause. In Hagen.




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



Pflegeberatung Beratungszentrum Bergstraße
 Bergstraße 121 · 58095 Hagen · Tel. 02331 333920

50

Kleine Träume große Wirkung



Sie wollen Großes bewirken?

Dann investieren Sie in eine Zukunft ohne Alzheimer und werden Sie Zustifter der Stiftung Alzheimer Initiative. Ihr dauerhafter Beitrag wird Erinnerungen bewahren. Wir informieren Sie gerne. Rufen Sie uns an unter:

 Fordern Sie unsere Informationen telefonisch an oder senden Sie uns den ausgefüllten Coupon zurück:

Name:

Straße:

PLZ, Ort:

Geburtsdatum:

E-Mail-Adresse:

Rückruf erwünscht? /
Vorwahl / Rufnummer

ZUB2

02 11 / 8 3 6 8 0 6 3-0



Stiftung Alzheimer Initiative gGmbH
Kreuzstraße 34, 40210 Düsseldorf
www.alzheimer-forschung.de/stiftung

Informationen und Anmeldung

Altes Stadtbad

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

Alzheimer-Demenz Selbsthilfegruppe Hagen e. V.

Gemeindehaus Borsigstr. 11
Tel.: 2 04 67 90

AWO Begegnungsstätte Altenhagen

im Vereinsheim Sportfreunde
Westfalia Hagen, Alexander Str. 31,

AWO Begegnungsstätte Boele-Kabel

Schwerter Str. 227, 58099 Hagen,
Ansprechpartner: Doris Bornemann
und Manfred Maschke, Tel.: über
AWO-Zentrale: 38 110

AWO-Begegnungsstätte ha.ge.we Kulturhof-Ernst

Auf dem Kämpchen 16,
Tel.: 5 44 90
Ansprechpartner: Hans-Jürgen Kitzig

AWO Begegnungsstätte Hilfe/Fley

Johann-Friedrich-Oberlin-Str. 11-15,
Ansprechpartner: Rolf Dieter
Reinecke, Tel.: 02331/6 62 53

OV Kuhlerkamp/Wehringhausen

Eventcafé Oller Dreisch, Eugen-Rich-
ter-Str. 21, 58089 Hagen
Ansprechp.: Gerd Homm Tel.:
02331/16139 und Ralf Holstein Tel.:
02331/332775

AWO-Begegnungsstätte Vorhalle

Vorhaller Str. 36
Tel.: 3 48 32 23

AWO-Begegnungsstätte Haspe

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

AWO-Begegnungsstätte Wehringhausen

Bachstr. 26, 58089 Hagen, Verwal-
tung Eventcafé Oller Dreisch: Tel.:
354 35 62 Ansprechpartner Frau
Ebeling Di+Mi: 9:00-15:00 Uhr, Do.
9:00-12:00 Uhr, Frau Reintgen Tel.:

AWO-Westerbauer

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

AWO-Begegnungsstätte Eilpe (Schultenhof)

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

AWO-Begegnungsstätte Hohenlimburg am Lennepark

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

AWO Begegnungsstätte Boeler- heide, Gustav-Sewing-Haus, Over- bergstr. 125, 58099 Hagen

Tel.: 02331/68 93 97, Frau Ebeling

Eventcafé Oller Dreisch

AWO Begegnungsstätte/Wohnungs-
verein Hagen, Eugen-Richter-Str. 21,
58089 Hagen,
Tel.: 02331/93 46 833,
Mo-Do 11:00-17:00 Uhr
Fr 11:00-14:00 Uhr

Caritas-Seniorenreisen

Bergstr. 93, Infos: Frau Metzger
Tel.: 91 84 89

Curanum Seniorenresidenz

Hagen-Ernst
Thünenstr. 31, 58095 Hagen
Tel.: 02331/36 777 0

Diakonie Mark-Ruhr

Begegnungsstätte Martin-Luther-Str.
9-11, (Wichernhaus); Tel.: 02331/38
09-410 oder -400; Luthers Waschsala-
lon, Körnerstraße, Öffnungszeiten:
Mo-Fr. 9:00-17:00 Uhr

DRK-Begegnungsstätte

Feithstr. 36, 58095 Hagen
Tel. 95 89 24
Mo.-Fr. 09:00-17:00 Uhr
Badefahrt: Abfahrt 12:30 Uhr
Hauptbahnhof, 12:45 h DRK und
12:55 h Emst (Haltestelle Heizwerk,
DRK), Fahrpreis mit Thermalbad:
20,00 Euro; nur Fahrt: 14,00 Euro
Anmeldung im Bus oder DRK

Deutscher Kinderschutzbund -Ortsverband Hagen e.V. -

Mehrgenerationenhaus, Potthofstr.
20, 58095 Hagen,
Tel.: 02331/386089-0,
Fax: 012331/386089-21,
Internet:
www.kinderschutzbund-hagen.de

Erzählcafé Altes Backhaus e.V.

Lange Str. 30 (Hinterhof),
84 16 903 (zu den Öffnungszeiten)
oder 33 16 57 (E. Schäfer)
Di. 14:00-18:00 Uhr, Fr.
11:00-18:00 Uhr mit Mittagsimbiss

Freiwilligenzentrale

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

HAGENinfo

Im Service Center Hagen

Körnerstr. 25, 58095 Hagen
Tel.: 02331/80 99 980
Fax: 02331/80 99 988, Öffnungs-
zeiten: Mo-Fr.: 9:00-17:00 Uhr, Sa.
9:30-12:30 Uhr
Internet: www.hagen-online.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

Roncalli-Haus

Boeler Kirchplatz 15
Tel.: 4 83 24 00

Paritätischer Wohlfahrtsverband

(DPVV), Bahnhofstr. 41, Tel.: 134
74 Internet: www.paritreff.de

SGV Sauerländischer Gebirgsverein Abt. Hagen e.V.

Hellweg 65, 58099 Hagen, Tel./Fax:
3 67 94 27, E-Mail: info@sgv-hagen.
de, Internet: www.sgv-hagen.de ;
Geschäftsstelle i.d. Räumlichkeiten
Firma Bandstahl Schulte & Co (Hagen-
Kabel) freitags von 9:45-11:45 Uhr
besetzt. WanderführerInnen:
M. Leithaus Tel.: 33 32 57,
I. Mutmann Tel.: 02302/39 03 58;
E. Nierhaus Tel.: 58 67 15;
M. Renneke Tel.: 6 25 45 45;
C., Rossa Tel.: 68 92 19;
L. Landolfo Tel.: 4 31 58 und
R. Maus Tel.: 40 27 80;
R. Steffen 8 71 94;
G. Studzenski 5 58 23;
B. Vierjahn Tel.: 6 85 54;
A. Wever Tel.: 7 33 07;
L. Meurisch Tel.: 1 44 16;
U. Thurn Tel.: 46 32 55;
M. Arnold Tel.: 7 87 23 63;
R. Elosge Tel.: 2 83 16

Anzeige Seniorenzentrum Letmathe

Aktiv leben und den Alltag gestalten – im Seniorenzentrum Letmathe

Im Seniorenzentrum Letmathe legen die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter neben einer professionellen Pflege und Betreuung besonderen Wert darauf, die Selbstständigkeit der Bewohner zu fördern und zu erhalten. Deshalb gestalten die Bewohner nicht nur ihre eigenen Räume mit, sondern haben Aufenthalts- und Gruppenräume sowie das Außengelände mit Sonnenterassen zum geselligen Beisammensein zu ihrer freien Verfügung.

Zahlreiche Veranstaltungen und Freizeitaktivitäten sowie Betreuungs- und Beschäftigungsangebote, bringen Freude und Abwechslung in den Alltag und helfen körperliche und geistige Fitness zu erhalten. Gymnastik, Reha-Sport, Gedächtnistraining, kreatives Arbeiten, Singen, Spielen, Gesprächskreise und das Tanzcafé gehören zum regulären Alltagsangebot. Besonders beliebt ist der 14-tägige Besuch der Therapiehunde. Bei schönem Wetter helfen einige Bewohner gerne bei der Instandhaltung der Hochbeete mit. Osterfeuer, Sommerfest und Martinsessen - mit kleinen Festen zu den Jahreszeiten werden geliebte Traditionen gepflegt.

Insgesamt bietet das Seniorenzentrum Letmathe 80 Plätze für die Dauerpflege und Kurzzeitpflege an. Durch die direkte Anbindung an das Marienhospital ist im Notfall eine schnelle ärztliche Hilfe möglich. Eine separate Tagespflege im Ortszentrum komplettiert das Angebot.

Qualität steht im Seniorenzentrum Letmathe an erster Stelle. Bei der letzten MDK-Prüfung wurde die Bestnote 1,0 erzielt. Zusätzlich unterzieht sich das Seniorenzentrum freiwillig einmal im Jahr einer Überprüfung durch das Verbraucherportal Heimverzeichnis.de und besitzt den so genannten grünen Haken für geprüfte Lebensqualität.

Wenn Sie Interesse haben, sich die Einrichtung anzuschauen, rufen Sie einfach an und vereinbaren sie einen Termin. Wir freuen uns darauf, Ihre Fragen zu beantworten!

 Märkische
Seniorenzentren
Seniorenzentrum Letmathe



**Hier
leben wir!**

**Individuell und
herzlich betreut.**

Seniorenzentrum Letmathe

Dauerpflege • Kurzzeitpflege • Tagespflege • Ausbildung

- zentrumsnahe Lage in ruhigem Wohngebiet
- überwiegend Einzelzimmer
- eigenes Bad in jedem Zimmer
- abwechslungsreiches Angebot an Freizeitaktivitäten
- professionelle Pflege und Betreuung rund um die Uhr
- hoch qualifiziertes Personal
- direkte Anbindung zum Marienhospital Letmathe
- geprüfte Lebensqualität, ausgezeichnet mit dem „grünen Haken“ von Heimverzeichnis.de

 Märkische
Seniorenzentren
Seniorenzentrum Letmathe

Lindenstraße 2
58642 Iserlohn-Letmathe
Tel.: 02374 54-7550
www.senioren-mk.de

Skigilde im SGV

Jahresprogramm unter
www.sgv-hagen.de/akuelles.htm

SIHK

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

Sparkasse Hagen

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

Stadt Hagen

Pflege- und Wohnberatung
Tel.: 207 - 28 98

Seniorenunion der CDU Hagen

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

Stadtsporthund Hagen e. V. (SSB Hagen)

Geschäftsstelle: Freiheitstr. 3, 58119
Hagen. Badefahrten: Abfahrt 08:30
Uhr Haus Deutscher Ring, 08.45 Uhr
Marktplatz Emst; Anmeldung/Infos:
Mo-Do.: 9:00–16:00 Uhr, Fr. 9:00–
13:00 Uhr, Tel.: 02331/207-5107/08
obige Telefonnummern gelten auch
für die Anmeldung zur Sportfahrt

Stadtbücherei, Zentralbücherei

Springe 1, 58095 Hagen
Tel.: Auskunft+ Medienverl:
02331/207-3591 Information:
02331/207-3588; Info Musikbüche-
rei: 02331/207-3586; Info Kinder-
u. Jugendbücherei: 02331/207-3592
Fax: 02331/207-2442
Öffnungszeiten: Mo+Di.: 10–18
Uhr; Mittwochs geschlossen; Do
10–19 Uhr; Fr. 10–18 Uhr; Sa 10–14
Uhr

Stadtbücherei Hohenlimburg

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

Stadtteilbücherei Haspe

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

Sportfreunde Westfalia Hagen von 1872 e.V.

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

TSV Hagen 1860

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

VHS Hagen

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

Werkhof Kulturzentrum

Herrenstr. 17, 58119 Hagen
Tel.: 02334/92 91 90
Kulturbüro Tel.: 02334/92 91 91
Internet:
www.werkhof-kulturzentrum.de
www.info@werkhof-kulturzentrum.de

Zwar-Frauengruppe

eine politische und konfessionell
neutrale Gruppe, Infos: E. Weber
Tel.: 02334/56 71 57, M Utner Tel.:
3 96 75 95 M. Schönberger
Tel.: 88 13 15
U. Windmüller Tel.: 8 61 01, Termin-
übersicht unter [www.zwar-frauen-
gruppe-hagen.jimdo.com](http://www.zwar-frauen-gruppe-hagen.jimdo.com)

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
Rathaus II
Berliner Platz 22, 58095 Hagen
Telefon: 02331-207 28 86 Fax: 02331-207 20 80

Inhalt

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

Titel: Weihnachtsmann, Foto: pixelio

Verlag und Anzeigen: Werbeagentur L. Kapp, Dortmund

Layout und Umsetzung: ideen.manufaktur, Dortmund

Nächster Erscheinungstermin: Mitte März 2018

Redaktionsschluss: Januar 2018

Helmut-Turck-Zentrum ORT DER BEGEGNUNG



STATIONÄRE PFLEGE, KURZEITPFLEGE UND DEMENZWOHNBEREICH
WOHNKÜCHEN | PFLEGE- UND WOHLFÜHLBÄDER | PHYSIOTHERAPIE IM HAUS
EINZELZIMMER UND PAAR-APARTMENTS

HELMUT-TURCK-ZENTRUM der AWO Hagen-Märkischer Kreis

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



KOMFORTABEL LEBEN IM ALTER

WOHNEN IM HISTORISCHEN KRANKENHAUS IN WETTER

- 28 helle und komfortable Mietwohnungen von ca. 53 qm bis 120 qm
- moderne Einbauküche
- zukunftsorientierte Haustechnik
- Barrierefrei
- Südhof oder Terrasse an jeder Wohnung
- Café Heiner – Mittagstisch, Kaffee & selbstgebackener Kuchen
- Fußpflege und Friseur im Haus
- Pflegedienst in direkter Nachbarschaft

Kontakt:

Völker GbR

Frau Traudel Völker

Telefon: (0 23 02) 300 89

Frau Nina Völker

Telefon: (0 23 02) 320 67

info@historisches-krankenhaus.de

www.historisches-krankenhaus.de



HISTORISCHES
KRANKENHAUS
GARTENSTRASSE 35 • 3000 WETTER



Der Immobilienmakler
meines Vertrauens.

02331 / 97 111 73

www.gebler.immo

GEBLER
IMMOBILIEN

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**