

Junges Ja Altes



Zeitung von Senioren (nicht nur) für Senioren - Heft Nr. 54, 03 | 2022



Prominenten-Porträt

Gertrud Nehls – kompromisslos für den Frieden

Titelgeschichte

Die BürgerEnergieGenossenschaft BEG-58:
Lokaler Einsatz für eine neue Klimapolitik

Veranstaltungskalender

Dezember 2022 – März 2023

Gratis
zum Mitnehmen



Unser Tipp:
Energiesparen
zahlt sich aus

BACKOFEN NICHT VORHEIZEN – 40 CENT PRO BACKVORGANG SPAREN

Mark-E ist nicht nur Ihr zuverlässiger Partner in Sachen Energiedienstleistung, wir helfen unseren Kunden auch dabei, den Energieverbrauch zu senken. Was wir alles für Sie tun können, erfahren Sie unter www.mark-e.de/energiespartipps/

Übrigens, viele unserer Kundinnen und Kunden haben mittlerweile auch schon ihre monatliche Abschlagszahlung erhöht. Nach der Registrierung in unserem Mark-E Online Center können Sie jederzeit und von überall aus Ihren Abschlag anpassen.

Jetzt folgen auf:



Energie, die bewegt.

mark 

Guten Tag...

...ein ereignisreiches Jahr liegt hinter uns: Nach wie vor Corona, ein heißer Dürresommer und seit Februar ein Krieg im Herzen Europas. Und es ist ungewiss, was uns der Winter bringen wird. Kalte Wohnungen? Galoppierende Inflation? Eine Eskalation des Krieges? Die Weihnachtszeit ist eine Zeit der Hoffnung und des Zusammenrückens. Das wünschen wir allen unseren Leserinnen und Lesern.

Zuversicht soll unsere Titelgeschichte geben: Täglich hören wir von Energiekrise und Klimakatastrophe. Die Mitglieder der BürgerEnergieGenossenschaft BEG-58 arbeiten seit vielen Jahren an Alternativen. Mit viel ehrenamtlicher Arbeit bringen sie Photovoltaik-Anlagen auf die Dächer und sorgen so für Solarstrom. Ellen Steinbach berichtet über die Arbeit der Genossenschaft (Seite 8).

Mitten in einer Zeit, in der die Medien täglich über das Kriegsgeschehen in der Ukraine berichten, verlieh der Verein Hagener Friedenszeichen den Fritz-und-Ingeborg-Küster-Friedenspreis an Gertrud Nehls. Im Prominenten-Porträt können Sie mehr über den konsequenten Lebensweg dieser Frau erfahren (Seite 6).

Auf den Seiten ?? macht Peter Rische seinem Zorn und Frust über die grassierende Inflation Luft. Genau rechnet er vor, wie ihn die Preissteigerungen bei Waren des täglichen Bedarfs belasten – so wie alle Menschen mit niedrigem Einkommen. Wir wissen nicht, welche Entlastungspakete bis zum Jahresende in die Tat umgesetzt werden. Wichtig wären entschlossene Maßnahmen für den sozialen Frieden in unserem Land.

In der deutsch-griechischen Kindertagesstätte „Elaphi“ (Seite 14) erleben Kinder das Zusammenleben verschiedener Kulturen – eine wichtige Erfahrung für unsere Zukunft. Denn in Hagen leben immer mehr Menschen, die ihre Wurzeln in verschiedenen Ländern haben. Über die Geschichte der Migration erfuhrt Ruth Sauerwein im Auswandererhaus in Bremerhaven. Sie verfolgte die Geschichte von Martha Hüner, die 1923 in die USA auswanderte (Seite 20).

Viel Lesestoff. Wir hoffen, es ist für alle etwas dabei. Wir wünschen auf jeden Fall ausgiebiges Lesevergnügen.



Gertrud Nehls engagierte sich unter anderem im Netzwerk Friedenssteuer. Motto dieser Bewegung: „Niemand darf gegen sein Gewissen gezwungen werden, mit Steuern Militär und Rüstung zu finanzieren. Stattdessen ist die Verwendung dieser Zahlungen für zivile Aufgaben sicherzustellen.“ Eine Vertreterin des Netzwerks bei der Preisverleihung. *Foto: René Röspel*



Zu Besuch im Auswandererhaus in Bremerhaven. 7,2 Millionen Menschen aus Europa wanderten von 1830 bis 1974 aus Europa aus. Eine Abteilung im Haus beschäftigt sich mit der heutigen Migration. Weltweit suchen über 80 Millionen Menschen eine neue Heimat: wegen Kriegen, Hunger, Umweltzerstörung. An verschiedenen Stationen kann man sich in aktuelle Debatten einklinken. *Foto: Ruth Sauerwein*

Zu unserem Titelbild

Alle sprechen von alternativen Energien – die Mitglieder der BürgerEnergieGenossenschaft BEG-58 sorgen dafür, dass aus Worten Taten werden. Unser Titelbild zeigt zwei Mitglieder, die ehrenamtlich vorbereitende Arbeiten für die Solarteure durchführen. Danach müssen Fachleute aufs Dach. Durch den ehrenamtlichen Einsatz bei den Vor- und Nacharbeiten können die Anlagen kostengünstiger gebaut werden. Hier handelt es sich um eine Kindertagesstätte in Oberbauer, die mit einer Photovoltaikanlage für die Zukunft ausgestattet wird. Bürgerinnen und Bürger spielen eine wichtige Rolle beim Ausbau alternativer Energien. Das zeigt auch das Beispiel Berchum, das durch Bürgerengagement zum „Solardorf“ geworden ist.

Foto: Detlef Steinbach

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

Das Team:

Edith Brechtefeld, Sigrun Dechêne, Gerd Eichborn, Christa Heine, Dieter Hesse, Lothar Kasper, Helmut Korte, Barbara Lazaris, Maria Liley, Peter Nöldner, Elisabeth Pehl, Peter Rische, Ruth Sauerwein, Ellen Steinbach, Brigitte Wienkötter



Feithstr. 50



Zeppelinweg 15 + 17



Fleyer Str. 190-194



Hilgenland 3 - 11



Meier Haus- und Grundverwaltung GmbH

Fleyer Str. 194 – 58097 Hagen

Tel: 02331-96980

info@wohnen-in-hagen.de

www.wohnen-in-hagen.de

Wohnen mit Mehrwert

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

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

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

Wir freuen uns auf Sie!

Wir übernehmen auch die Verwaltung Ihres Hauses

Sie sind Eigentümer eines Mehrfamilienhauses und suchen einen erfahrenen Objektverwalter? Dann sprechen Sie uns an: gerne übernehmen wir für Sie die kaufmännische und technische Verwaltung Ihrer Immobilie und unterstützen Sie professionell bei allen Fragen rund um Ihre Immobilie. Gerne stehen wir für ein unverbindliches Erstgespräch und weiterführende Informationen persönlich oder aber auch telefonisch zur Verfügung.

Guten Tag

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

Unser Prominenten-Porträt

- Gertrud Nehls – kompromisslos für den Frieden 6

Titelgeschichte

- Die BürgerEnergieGenossenschaft BEG-58:
Lokaler Einsatz für eine neue Klimapolitik 8

Wohnen und Mobilität

- Was kommt im Winter auf uns zu?
Einige Ratschläge in schwierigen Zeiten 10

Soziales

- Gedanken zur Inflation – Sozialer Ausgleich muss her! 12
- Begegnungsstätten starten neu durch 13

Jung und Alt

- Zu Besuch in der deutsch-griechischen Kindertagesstätte „Elaphi“ 14

Gesundheit

- Krebsberatungsstelle steht allen Ratsuchenden offen:
Praktische Hilfe und emotionaler Beistand 16
- 20 Jahre Seniorenfreizeit mit dem Stadtsportbund Hagen 17

Hobbies

- Über Menschen – Abenteuer eines neuen Lebens 18
- Die souveräne Leserin – Beschreibung der spät
entdeckten Lese- und Literaturleidenschaft der Queen 18
- Gedicht: Was war 2022 Thema? 19

Geschichte, Gedichte und Dönekes

- Auswandererhaus in Bremerhaven: Ich war Martha Hüner 20
- Dattel mit den vielen Namen 21
- Gedicht: Weihnachtsgeschenke 22
- Standort 22

Veranstaltungskalender

- Dezember 2022 – März 2023 25

Impressum

- 46

Text: Ruth Sauerwein, Fotos: Michael Kleinrensing, René Röspel

Friedenspreis für ein jahrzehntelanges Engagement

Hagen verdankt ihr das Café Mundial



Gertrud Nehls

Suche den Frieden und jage ihm nach“ lautete vor Jahren das Motto eines evangelischen Kirchentages. Dieses Motto könnte auch über dem Leben von Gertrud Nehls stehen. Viele Jahrzehnte ihres Lebens setzte sie sich ein für ein friedliches Zusammenleben – in der Friedensbewegung für Abrüstung und weltweite Entspannungspolitik, vor Ort bei der Flüchtlingshilfe und beim fairen Handel. Der Verein Hagener Friedenszeichen ehrte sie in diesem Jahr für ihr Engagement mit dem Fritz-und-Ingeborg-Küster-Friedenspreis der südwestfälischen Friedensgruppen.

Gertrud Nehls wurde 1939 in Saarbrücken geboren. Sie war das dritte Kind des Arztes Gustav Liebermeister und seiner Frau Hildegard. Vier weitere Geschwister folgten. Keine einfache Situation in Kriegs- und Nachkriegszeiten, in der sich Gertrud als älteste Tochter oft sehr behaupten musste. Nach dem Abitur ging sie nach Düsseldorf. Sie wollte Krankenschwester werden und begann am Universitätsklinikum ihre Ausbildung. Dort lernte sie ihren späteren Mann kennen, Doktor Hermann Nehls.

Nach der Heirat zogen sie gemeinsam nach Wilhelmshaven und später nach Aachen. 1972 erhielt Hermann Nehls eine Chefarzt-Stelle am Evangelischen

Krankenhaus in Hagen-Haspe, und dorthin zog die inzwischen fünfköpfige Familie. Die drei Töchter Ute, Ulrike und Hiltrud waren zu dieser Zeit im Grundschul- beziehungsweise Kindergartenalter.

In Aachen hatte die Familie in einer Wohnung auf dem Klinikgelände gewohnt, in einem Mehrfamilienhaus mit anderen Klinikangehörigen. Es war Ende der sechziger Jahre, man lebte, aß und diskutierte gemeinsam. In Hagen vermisste Gertrud Nehls zunächst eine solche Gemeinschaft. Erst als sie sich zunehmend politisierte, fand sie wieder Gleichgesinnte und Freunde. Es begann mit dem Dritte-Weltladen im Gemeindehaus in Westerbauer. 1976 gehörte sie zum aktiven Kreis. Und eine der Töchter hat zum Gelingen beigetragen, indem sie ihren Lehrer Klaus Ehlers ansprach und für die Idee des fairen Handels gewann.

Einsatz für fairen Handel

Gertrud Nehls wollte nicht nur Kaffee, Tee und Schokolade verkaufen. Von Anfang an war sie die treibende Kraft – gemeinsam mit dem Ehepaar Höfner – bei der Organisation von Bildungsveranstaltungen und beim Aufbau der Bücherei. Das war gewissermaßen die Vorstufe zum heutigen AllerWeltHaus.

Nach einem Umzug in die Bergstraße eröffnete sich die Möglichkeit, ins Haus an der Potthofstr. 22 zu ziehen. In dem Haus gab es vorher eine alkoholfreie Disko „Life“. Die ging pleite und da kam seitens der Stadt die Frage „Wollt Ihr nicht...?“ Gertrud Nehls gehörte zu denen, die wollten. Nicht alle trauten sich damals ein solches Projekt zu. 1988 zog der Laden in die Potthofstraße 22 um und entwickelte sich zu einem Zentrum für die Verbreitung der Idee des fairen Handels.

Engagement für Flüchtlinge

Nach dem Tod ihres Ehemanns 1984 begann sie sich mit Pro Asyl für Geflüchtete insbesondere aus dem frankophonen Afrika einzusetzen, auch hier wieder im gesamten Spektrum zwischen kleiner und großer Politik: von familiärer Krisenintervention über Gerichtsverfahren bis hin zur Globalpolitik. Sie gründete den Arbeitskreis Asyl und war Mitbegründerin des Vereins zur Förderung der Flüchtlingsarbeit in Hagen und für viele Jahre dessen Vorsitzende. Bis zum Vor-Coronajahr organisierte sie Feste im Flüchtlingsheim und besonders die Kinder waren ihr ganz wichtig. Engen Kontakt hielt sie zu Flüchtlingsfrauen, führte ein Frauen-Café als Treff ein.



Mit dem Fahrrad unterwegs

...und dann die Idee für das Café mundial

Über die Flüchtlingsarbeit entstand die Idee für das Café mundial. Einigen Flüchtlingsfrauen fiel die Decke auf den Kopf, sie wollten arbeiten. Im April 1993 ging das Café an den Start, zunächst noch etwas holprig. Im Winter 1993/94 übernahm Inge Ehlers die Leitung. Das Café als grüne Oase an der Volme erfreut sich großer Beliebtheit in der Stadt, ist nach wie vor das einzige vegetarische Lokal in Hagen und kann hoffentlich im Dezember wieder öffnen, wenn die Flutschäden beseitigt sind.

Bei ihrem Engagement für Flüchtlinge ist es kein Wunder, dass Gertrud Nehls bei amnesty international mitarbeitete. Später kam die Auseinandersetzung mit der Siedlungspolitik Israels und ihr Eintreten für eine friedliche, aber gerechte Einigung mit Palästina hinzu. Das Krankenhaus Beit Sahour steht symbolisch für dieses Ziel. Ein Hospital, für das auch die Stadt Hagen spendete. Das Hospital besteht immer noch.

Die Bewegung gegen die Aufstellung atomarer Mittelstreckenraketen wurde ein wichtiger Teil in ihrem Leben. Große Sorgen bereiteten ihr während des Irakkrieges, dass die US-Armee Geschosse verschoss, die mit angereichertem Uran ummantelt waren und über lange Zeit niedrigwellige Strahlung verbreiten und damit ganze Regionen kontaminieren und gefährden konnten. Sie war der Ansicht, dass viel zu wenig auf dieses Kriegsverbrechen und die langwierigen Auswirkungen aufmerksam gemacht wurde. Typisch für sie war auch, dass sie zum Beispiel allein beim Auftritt des Bundeswehrorchesters den Dirigenten ansprach und dagegen protestierte, dass so Militär und Krieg verharmlost würden. Energetisch, aber höflich trug sie ihre Meinung vor.

Keine Steuern für die Rüstung

Ein Engagement zeigt besonders Gertrud Nehls` konsequente und kompromisslose Haltung. Sie schloss sich dem Netzwerk Friedenssteuer an. Sie weigerte sich, bei den Steuern den Anteil



Eine Vertreterin des Netzwerks Friedenssteuer würdigt bei der Preisverleihung das Engagement von Gertrud Nehls.

zu zahlen, der dem Anteil der Rüstung am Bundeshaushalt entsprach. Ich habe sie bei einem Besuch im Finanzamt begleitet. Sie war dorthin „geladen“ worden, um ihr gut zuzureden. Der Beamte hörte sich respektvoll ihre Argumente an, machte sie aber auch auf die Konsequenzen ihres Handelns aufmerksam. Aber sie blieb bei ihrer Entscheidung. Sie ließ es auf ein Gerichtsverfahren ankommen, weil es ihr wichtig war, ihr Anliegen öffentlich zu machen.

Vielleicht könnte man Gertrud Nehls` Engagement als eine frühe Form feministischer Außenpolitik betrachten. Ihr Ausgangspunkt war immer Anstand im Umgang mit Anderen, ihr Ziel Gerechtigkeit, der Weg dahin gewaltfreier Widerstand.

Sie beherrscht gesellschaftliche Konventionen, hat aber keinerlei Bedenken sie – freundlich, kommunikativ und unaufhaltsam – zu brechen, wenn sie davon überzeugt ist, dass dies der richtigen Sache zuträglich ist. Dass sie dies nie um ihrer selbst, sondern immer um der Sache willen tut, zeigt sich auch darin, dass sie sich heute aus dem politischen Geschäft zurückgezogen hat und jüngeren Menschen Raum für eigene Wege des politischen Engagements überlässt.



Tagespflege am Haus St. Martin
Fontaneweg 30 • 58099 Hagen



In Gemeinschaft wohlfühlen

Öffnungszeiten: Mo.–Fr. 8:30–16:30 Uhr
Informationen und Anmeldung:
 Ulrike Görge • Tel.: 02331 6917800
 E-Mail: tagespflege@caritas-hagen.de www.caritas-hagen.de



Text Ellen Steinbach, Foto: Detlef Steinbach

Genossenschaft von unten bringt Sonne aufs Dach

Seit elf Jahren ist die BürgerEnergieGenossenschaft BEG-58 aktiv /
Lokaler Einsatz für eine neue Klimapolitik

Dieser Sommer brachte uns verdorrte Wiesen und Felder und ausgetrocknete Flüsse. Wir wissen einmal mehr, was Klimawandel bedeutet. Gleichzeitig zeigte uns die Sonne, welche Kraft und Energie sie hat – eine Energie, die wir nutzen können, um der Klimakatastrophe entgegen zu wirken. Wir berichten hier über Bürgerinnen und Bürger, die vor elf Jahren beschlossen, diese Energiequelle zu nutzen und für die Verbreitung der Photovoltaik in der Region zu sorgen.



Montagearbeiten auf einem Flachdach. Dazu ein weiter Blick ins Land.

BEG 58, nein nicht BVB!, sondern eine BÜRGER ENGERGIE GENOSSENSCHAFT, die ihre Aktivitäten bei der Gründung 2011 für den Postleitzahlenbereich 58... gestartet hat. Ziel der Genossenschaftsmitglieder ist es, die Nutzung erneuerbarer Energien in der Region voranzutreiben. Eine Idee, die inzwischen bei über 500 Mitgliedern gezündet hat. Mit den Einlagen der Genossenschaftsmitglieder und viel ehrenamtlichem Engagement sind schon über 128 Photovoltaik-Anlagen entstanden. Sie haben ein Leistungsvermögen von 4.280 kWp und lieferten im letzten Jahr 3.900.000 kWh Strom. Das wäre die rechnerische Versorgung von 11.000 Haushalten.

Hartnäckige Werbung für Solarstrom

Die Expertinnen und Experten unter den Genossenschaftsmitgliedern hielten Vorträge und warben hartnäckig für mehr Solarstrom. Dann gab es Verhandlungen mit dem Ennepe-Ruhr-Kreis, den Städten Bochum, Hagen, Hattingen, Herdecke, Sprockhövel, Wetter und Witten. Ebenso mit den Wohnungsunternehmen „Die Voerder“, „enwohnen“, „Schwelmer & Soziale“, „ha.ge.we (Hagen)“, „hwg (Hattingen)“ und „hgw (Herdecke)“ sowie mit dem Hasper Heimat- und Brauchtumsverein e.V., einigen AWO Ortsverbänden und vielen mehr. Die BEG pachtet für 20 Jahre die

Dachflächen der Dachgebenden und bestückt sie mit Photovoltaikanlagen, die von lokalen Unternehmen installiert werden. Nicht zu vergessen die Verabredungen mit den Netzbetreibern, zum Beispiel ENERVIE, bei denen der Strom eingespeist wird. Die Sonne hat es in diesem Jahr gut gemeint und so zu einer guten Ernte geführt.

Beim Aufbau der Anlagen können Ehrenamtliche unterstützen. Sie begleiten die Anlieferungen der Solarmodule, Schienen und Befestigungen und berechnen die Verteilung auf dem jeweiligen Dach. Sowohl Statikerinnen und Ingenieure sind involviert, auch Freiwillige sind gefragt. Für das große Ganze werden dann noch die Profis der lokalen Solarfirmen gebraucht. So sind die Montagekosten vertretbar und es fließt Strom direkt an die Dachbesitzer oder ins öffentliche Netz, je nach Vereinbarung.

Auch die Genoss*innen können sich freuen, denn im Moment wird ihre maximale Einlage von 500,- EUR sogar verzinst. Also eine gewinnbringende Idee:

- alle Bürgerinnen und Bürger profitieren durch realisierte erneuerbare Energie;

- wer sein Dach zur Verfügung stellt bekommt günstigen Strom oder eine Miete;
- wer sein Geld hier anlegt minimiert seinen Wertverlust;
- wer sich ehrenamtlich einbringt setzt sich aktiv für Klimaschutz ein.

Uns macht es großen Spaß in diesem Kontext einen Teil der Freizeit zu verbringen.

Menschenkette bis aufs Dach

Ende August gab es die Möglichkeit für ein geselliges Treffen der Aktiven. Es konnte die neueste Anlage auf einem Haus einer Genossenschaft in Ennepetal besichtigt werden. Es fehlten noch 150 Pflastersteine zur Beschwerung der Aluschiene, an denen die Solarmodule befestigt sind. Flugs hatten die Aktiven eine Idee. An besagtem Besichtigungs-Samstag war ein Anhänger mit Steinen da. Mit einer Menschenkette vom Parkplatz, durch das Treppenhaus bis aufs Dach waren schnell noch überflüssige Dinge vom Dach nach unten gereicht und die 150 Pflastersteine aufs Dach befördert. Mit viel Gelächter und sportlichen Verrenkungen wurden die besten Weitergabemöglichkeiten ausprobiert. Eine gelungene, mit viel Freude aus-



Und ab aufs Dach!

geführte Aktion. Leider hat dabei die Sonne nicht mitgespielt. Der sicher wunderbare Ausblick vom Dach bis in weite Ferne wurde durch Dunst und Nieselregen verwehrt. Es folgte eine kleine Wanderung und zum Abschluss im Lokal ein gemeinsames Essen.

Es gibt noch viele Ideen zur Weiterentwicklung, zum Beispiel Freiflächen entlang der Autobahnen mit PV-Anlagen zu bestücken. Viele kennen vielleicht den Anblick dieser aufgeständerten Solarmodule von Fahrten durch Bayern. Auch Brachflächen oder schwer zu bewirtschaftendes Land direkt entlang von Autobahnen sind

besonders vom Bund vorgesehen für die Nutzung der Sonnenenergie. Im Moment wird mit den Städten Iserlohn, Sprockhövel, Hagen und Schalksmühle über die Umwidmung solcher Flächen von Acker- bzw. Weideland in „für die Nutzung durch Photovoltaikanlagen“ verhandelt.

Vorrangig möchte die BEG-58 jedoch Dachflächen belegen. In Deutschland sind erst elf Prozent der möglichen Dachflächen mit Photovoltaikanlagen bestückt. Besonders Kommunen, Wohnungsgenossenschaften, das Land NRW oder der Bund als Gebäudeeigner sind hier in der Verantwortung. Sie sollten die Kooperation mit den lokalen BürgerEnergieGenossenschaften suchen und ihre Dachflächen umgehend zur Verfügung stellen.

Viel Engagement ist nötig

Allein eine Idee bringt noch keinen Strom. Bis zum Anschluss einer neuen Photovoltaikanlage an das Stromnetz braucht es viel Planung, viele Gespräche mit Besitzern von Flächen, die sich eignen, und Stromnetzbetreibern. Dann kommt die Bestellung der notwendigen Bauteile – und das sind nicht wenige. Immer häufiger werden die Bauausführenden gebremst durch Lieferengpässe. All diese Dinge wollen geplant, gemanagt, begleitet und ausgeführt sein.

Die Mitglieder dieser Genossenschaft können stolz darauf sein, was sie in den elf Jahren ihres Bestehens schon erreicht haben. Es handelt sich inzwischen um eine Investition von 5,3 Millionen Euro. Alle aktiven Genoss*innen, es sind inzwischen 40, arbeiten für dieses Vorhaben ehrenamtlich. Aber um tatsächlich wirksame Spuren auf dem Weg zu mehr Klimaschutz zu hinterlassen, brauchen wir als Bürgerinnen und Bürger noch viel mehr aktiven Einsatz für Veränderungen durch Politik, durch innovative Unternehmen und viele, viele Einzelinitiativen.

Ist Ihr Interesse geweckt? BEG 58 hat informative Internetseiten:

www.beg-58.de
 Email: info@beg-58.de



Blick auf die fertige Anlage.

Die Solarinitiative BINSE e.V. (Berchumer Initiative für solare Energien)

Bereits im Jahr 2002 gründete sich der Verein Berchumer Initiative für solare Energien (BINSE e.V.). Er beschäftigt sich zum Beispiel mit folgenden aktuellen Themen:

- Solarstrom
- Solare Warmwasserbereitung
- Biogas, Erdwärme
- Heizungen mit Scheitholz und Holzpellets

Der gemeinnützige Verein klärt über die Klimafolgen der ungehemmten Verbrennung fossiler Energien auf und wirbt für einen effizienteren Einsatz der knappen Ressourcen und Nutzung einer nachhaltigen Energieversorgung. Ziel ist es, durch die Nutzung erneuerbarer Energien langfristig CO2 Emissionen für

die Energiegewinnung einzusparen und den Weg zu einer klimaneutraleren Energieversorgung zu ebnen. Der Verein möchte über die technischen Möglichkeiten und neuesten Entwicklungen informieren und weitere Privatpersonen für die Idee gewinnen, erneuerbare Energien selbst zu nutzen.

Heute befinden sich bereits auf einer Vielzahl von Dächern in dem Dorf Berchum Solarthermie- oder Photovoltaikanlagen. Berchum kann sich daher stolz als „Solardorf“ bezeichnen.

Mehr Informationen unter: www.binse.org

Text und Fotos: Ruth Sauerwein

Was kommt im Winter auf uns zu?

Einige Ratschläge in schwierigen Zeiten



Gibt es für Mieterinnen und Mieter einen Hoffnungsschimmer?

Viele Menschen haben Angst vor dem kommenden Winter. Gerade Seniorinnen und Senioren haben große Befürchtungen, ihre Rechnungen für verbrauchte Energie nicht bezahlen zu können. Darum hatte der Seniorenbeirat in seiner letzten Sitzung den Rechtsanwalt Alexander Wiczorek vom Hagener Mieterverein eingeladen, um von ihm Informationen zum Thema zu erhalten.

Angesichts der vielen Unwägbarkeiten – sowohl, was drohende Nachzahlungen als auch angekündigte Entlastungen betrifft – empfahl Wiczorek, auf

jeden Fall, die Abschlagszahlungen freiwillig zu erhöhen und/oder, wenn es möglich ist, Rücklagen zu bilden. Da die Betriebskostenabrechnungen für 2022 erst im Laufe des kommenden Jahres verschickt werden, ist das auf jeden Fall zu empfehlen.

Nicht erlaubt ist, dass Vermieter eigenmächtig die erreichbare Raumtemperatur unter ein Mindestmaß (20 – 22 Grad am Tag, 17 – 18 Grad in der Nacht) senkt. Auch darf der Vermieter die Verfügbarkeit von Warmwasser nicht rationieren. In solch einem Fall ist eine Mietminderung erlaubt. Per Rechtsschutz kann auch eine einstweilige Verfügung durchgesetzt werden.

Gleichzeitig wies er darauf hin, dass die Nichtzahlung der Nachzahlung von mehr als zwei Monaten Grund für eine außerordentliche fristlose Kündigung sein kann. Der Deutsche Mieterbund (DMB) fordert in diesem Zusammenhang einen zeitlich befristeten Kündigungsschutz. Niemand dürfe seine Wohnung verlieren, wenn die Kosten der Preisanpassung nicht sofort geschultert oder die Nachzahlungen nicht innerhalb von 30 Tagen beglichen werden können. Empfehlenswert ist es auf jeden Fall, sich rechtzeitig mit dem Vermieter in Verbindung zu setzen.

Gleichzeitig fordert der DMB, Energiesperren zu verhindern. Energiesperren sollten für die Dauer

der Energiekrise komplett ausgesetzt werden. Wichtig sei es auch, das Wohngeld zu erhöhen und einen dauerhaften Heizkostenzuschuss einzuführen.

Ein weiterer Tipp: Rutscht das Einkommen im Falle einer hohen Heizkosten-Nachforderung unter die Grenze, die zum Bezug von Grundsicherung berechtigt, sollte man einen Gang zur Grundsicherungsstelle (Soziales Rathaus am Berliner Platz 22) nicht scheuen. Bei der Grundsicherung, umgangssprachlich Hartz IV genannt, wird der Leistungsanspruch und das vorhandene Einkommen gegenübergestellt. Liegt das Einkommen nach Abzug der Miete und der Energiekosten unter dem Anspruch, wird die Lücke als Grundsicherung zur Aufstockung der Rente ausgezahlt. So können Personen, deren Einkommen eigentlich über dem Grundsicherungsniveau liegt, für einen Monat leistungsbe-rechtigt werden.

Wenn Anfang 2023 neue Bestimmungen für das Wohngeld in Kraft treten, lohnt es sich auf jeden Fall, einen Antrag zu stellen. Anträge gibt es im Bürgerbüro.

Die Sitzungen des Seniorenbeirats sind öffentlich. Die nächste Sitzung findet am 31. Januar 2023 um 15 Uhr im Rathaus an der Volme statt.



**Verkauf & Vermietung
auf Augenhöhe
30 Jahre Berufserfahrung**
kompetent, fair, lokal



SPERZ
immobilien
Ihr Makler in Herdecke
Tel: 02330 / 9162 800 Mob: 0160 / 9799 8383
58313 Herdecke, Wetterstr. 4

Sicherheit auf Knopfdruck. Der Johanniter-Hausnotruf.

Jetzt bestellen!

**Wir schenken Ihnen die
Anschlussgebühr.**

Aktionscode: Junges Altes Hagen

Sie möchten sich selbst oder Ihre Liebsten
in Sicherheit wissen?

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



Wir beraten Sie gerne:

 **0800 32 33 800**

www.johanniter.de/hausnotruf



JOHANNITER
Regionalverband Ruhr-Lippe

Text: Peter Rische, Foto: Ruth Sauerwein

Sozialer Ausgleich muss her!

Tierwohl contra Menschenwohl? Alternativen gefragt



Wohin soll die Inflation führen? Reicht es bald nicht mehr für „das täglich Brot“?

Wie viele von Ihnen sicherlich wissen, bin ich seit vielen Jahren leider auf Hartz-IV angewiesen. Dieser Satz ist von Anfang an – auf Druck der Politik – viel zu niedrig angesetzt. Es ist schwierig, so gerade eben damit auszukommen. Wenn ich die Kosten für Telefon, Haushaltsstrom und Rückstellungen für Versicherungen und mein Auto, auf das ich auf dem Land angewiesen bin, abziehe, dann bleiben mir gerade einmal dreihundert Euro zum Leben.

Großzügigerweise hat die alte Bundesregierung den Hartz-IV-Satz zum ersten Januar 2022 um ganze drei(!) Euro erhöht. Nun erleben wir eine Inflation, wie wir sie seit Jahrzehnten nicht gehabt haben. Vor allem die Kosten für Energie aller Art sind explodiert – aber auch für Lebensmittel. Ein paar Beispiele gefällig? Bitteschön, hier kommen sie: Am Samstag beliefert uns der Bäcker aus Dahl direkt vor der Haustür. Ich kaufe dann Brot und Brötchen für die ganze Woche. Seit Januar sind diese

Produkte deutlich im Preis gestiegen. Seit dem letzten Einkauf im vergangenen Jahr hat sich mein wöchentlicher Einkauf um achtzig Cent erhöht. Das ist doch nicht viel, werden Sie jetzt vielleicht sagen. Aber man muss die Sache mal so betrachten: achtzig Cent, das sind bei vier Samstagen im Monat 3,20 Euro – und damit bin ich bereits im Minus, denn ich erhalte ja nur drei Euro mehr – pro Monat. Das ist noch nicht alles. Butter kostete bis Anfang des Jahres so um die 1,19 Euro, wenn es hoch kam 1,29 Euro. Eine der Supermarktketten hatte immer eine bekannte Marke für diese Preise im Angebot, doch mittlerweile kostet ein Päckchen wenigstens 1,49 Euro – das sind Minimum zwanzig Cent pro Packung. Das gleiche bei Marmelade: Ich habe immer die Eigenmarke eines Discounters gekauft, zum Preis von 99 Cent das Glas. Doch im Januar gab es einen Preissprung auf 1,29 Euro für ein Glas – und das bei allen Discountern und Supermarktketten.

Bei einfachem Speiseöl ist es nicht viel anders. Hier habe ich immer Raps- oder Sonnenblumenöl eines Discounters gekauft, zum Preis von maximal 99 Cent die Flasche. Bereits im Herbst stiegen die Preise auf 1,39 Euro, und seit Ende Januar muss ich 1,79 Euro für die Flasche berappen. Und bei Obst und Gemüse sieht es nicht viel besser aus. Und dann redet man davon, man solle sich gesund ernähren, vornehmlich von Obst und Gemüse. Ein Hohn.

Der Preistreiberei ein Ende bereiten

Herr Özdemir – seines Zeichens neuer Landwirtschaftsminister – ist der Meinung, Lebensmittel müssten deutlich teurer werden, wegen Tierwohl und so. Ja, wer soll denn das bezahlen? Es gibt neben Hartz-IV-Empfängern ja auch noch hunderte tausende von Rentnern mit Renten auf Sozialhilfeniveau und Millionen

von Menschen im Niedriglohnbereich, die ohnehin nicht wissen, wie sie über den Monat kommen sollen.

Herr Özdemir hat gut reden, denn als Minister verdient er ein Vielfaches von dem, mit dem beispielsweise eine alleinerziehende Mutter auskommen muss, die wegen ihres Kindes nur Teilzeit arbeiten kann. Und auch Greenpeace ist nicht viel besser, fordert diese Organisation doch ebenfalls, vor allem Fleisch, Fleischprodukte, aber auch Milch und alles, was man daraus herstellen kann, deutlich im Preis zu erhöhen – natürlich wegen der Umwelt, denn die Tiere, die in der Landwirtschaft gehalten werden, produzieren zu viele Gase während ihrer Verdauung, die sie dann ins „Freie blasen“.

Wegen des Klimaschutzes sollen Häuser gedämmt werden – was am Ende dann auf die Mieten umgelegt wird, denn die Hauseigentümer werden den Teufel tun, ihre Häuser zu dämmen und möglichst auch noch mit Solarpaneelen decken zu lassen und dafür keine höheren Mieten zu verlangen. An all diesen Dingen sieht man wieder einmal, dass sich die Politik in Berlin und die Vorstellungen zahlreicher „es gut meinender“ Menschen meilenweit von den Sorgen und Nöten der „kleinen Leute“ entfernt haben. Wer einen gut dotierten Job in der Politik oder im Staatsdienst hat und sich um sein Einkommen keine Sorgen machen muss, der hat eben gut reden.

Ich fordere, dass der Staat endlich der Preistreiberei Einhalt gebietet, sonst gibt es bald Mord und Totschlag im Land. Vielleicht hilft unseren Politikern und Weltverbesserern mal ein Blick ins Geschichtsbuch. Dort steht, dass nicht wenige Bürgerkriege und Revolutionen entstanden sind, weil sich die Menschen ihr täglich Brot nicht mehr leisten konnten. Brot, nicht Hummer und Kaviar. In diesem Sinn...

Foto: Ruth Sauerwein

Begegnungsstätten starten neu durch

Im Oktober setzten die Leiterinnen der Hagener Begegnungsstätten und der Freiwilligenzentrale im Bürger*innensaal in Hohenlimburg ein Zeichen: Nach der langen Phase der Pandemie wollen sie wieder mit ihren Angeboten durchstarten. Die Gäste konnten außer Kaffee und Kuchen noch eine Kostprobe der vielfältigen Angebote genießen: Sitzgymnastik, Bingo, Livemusik zum Mitsingen. Darüber hinaus gab es Informationen, unter anderem über die Arbeit der Seniorenhandwerker. Wichtig war den Leiterinnen zu betonen, dass Jeder und Jede die Angebote jeder Begegnungsstätte im Stadtgebiet in Anspruch nehmen kann und jederzeit willkommen ist.



Die Leiterinnen der Hagener Begegnungsstätten und der Freiwilligenzentrale präsentieren gemeinsam ihre Angebote.

Demenz-Wohngemeinschaft Auf dem Löfvert 2 in Hohenlimburg



Genossenschaftlich Wohnen heißt, gut und sicher und in jeder Lebenslage möglichst selbstbestimmt zu wohnen, auch für Menschen mit einer Demenzerkrankung.

In der Demenz-Wohngemeinschaft des Hohenlimburger Bauvereins steht nicht allein das reine Wohnen im Vordergrund, sondern ein lebenswertes, selbstbestimmtes Wohnen für Menschen mit Demenz.

In einer zentralen Wohnlage von Hohenlimburg-Else bieten wir auf einer Gesamtfläche von 350 m² neun Bewohnern Zimmergrößen zwischen 14 und 24 m². Wohnmittelpunkte sind eine



gemeinsame, gemütlich eingerichtete Wohnküche, ein geselliges Wohnzimmer sowie zwei Balkone und ein Freisitz, der rege genutzt wird. Insgesamt vier barrierefreie Bäder mit Dusche oder Wanne stehen für die tägliche Hygiene zur Verfügung.

Wir sichern unseren älteren Bewohnern ein möglichst lebenslanges Verbleiben im vertrauten Wohnquartier und betrachten die Wohngemeinschaft nicht als Konkurrenz zum Pflegeheim, sondern als eine Alternative.

Haben wir Ihr Interesse geweckt?
Ihre Ansprechpartnerin in unserem Haus ist:
Diana Minnerop, Tel. 0 23 34 / 95 88 27



Bilder: Dominik Schmitz

Hohenlimburger Bauverein eG · Wiesenstr. 5, 58119 Hagen · www.holibau.de

Text und Foto: Ruth Sauerwein

Griechisch geht auch durch den Magen

Jeden Tag wird frisch gekocht / Zweisprachigkeit als Prinzip



Sotiria Lambropoulou (links) und eine Mitarbeiterin (rechts).

„Elaphi“ bedeutet auf Griechisch „Reh“. Der Name erinnert an den ersten Standort der deutsch-griechischen Kindertagesstätte. Das war in der Rehstraße. In den 80er Jahren machte sich eine deutsch-griechische Elterninitiative daran, einen zweisprachigen Kindergarten zu gründen. Mit der unermüdlichen Unterstützung des damaligen Jugendamtsleiters Jürgen Machatschek gelang das Projekt. Heute befindet sich die erste und einzige zweisprachige Kindertagesstätte Hagens in der Minervastraße.

Wer an dem nüchternen Wohnhaus in der Minervastraße vorbeikommt, kann nicht ahnen, was sich hinter der grauen Fassade verbirgt. Kaum kommt man eine kleine Seitentreppe herauf, dann erblickt man einen weitläufigen grünen Spielplatz. Die Kita geht über zwei Etagen des Miethauses, in dem auch noch andere Mieter wohnen. Mit viel Phantasie wurde Raum für vier Gruppen geschaffen – eine Gruppe mit zehn Kindern für die unter Dreijährigen, drei Gruppen mit je 17 Kindern für die „Großen“. Es gibt genug Raum für Bewegung und Spiele, aber auch lauschige Ecken, um sich zurückzuziehen.

Sotiria Lambropoulou leitet seit vier Jahren diese Kita. Sie sieht in der Zweisprachigkeit einen großen Gewinn für die Kinder. Die deutschen Kinder lernen spielerisch griechische Worte und Redewendungen durch Lieder, Spiele, Zahlworte oder das Benennen von Gegenständen im Raum. Deutsche Eltern sind oft erstaunt darüber, was ihre Kinder bei einem Griechenlandurlaub verstehen. Die griechischen Kinder behalten Kontakt zu ihrer Muttersprache. Natürlich kommt auch die deutsche Sprachförderung nicht zu kurz. Die Gruppen sind im Allgemeinen mit zwei Erzieher:innen besetzt: eine für Deutsch und eine für Griechisch.

Respekt vor anderen Kulturen

„Jedes Kind, unabhängig von seiner Religion, Herkunft oder Weltanschauung wird bei uns in der Kita betreut. So leben wir das bilinguale Konzept im interkulturellen Miteinander. Alle Kinder lernen hier, dass es verschiedene Sprachen, Kulturen und Religionen gibt. Konzeptionell spielt die griechische Kultur hier eine große Rolle.“

Wir feiern die Festtage und unsere Köchin kocht griechische Gerichte – übrigens jeden Tag frisch. Zu den Festen in der Kita kommen griechische Tanzgruppen usw. Alle Kulturen und Religionen stellen für uns eine Bereicherung dar. Die soziale Verantwortung sehen wir darin, den Kindern dieses auch näher zu bringen und lassen diese in unseren Alltag mit einfließen.“

Neugier fördern

Auf der Homepage ist davon die Rede, dass „Philosophieren“ geübt wird. Was hat es damit auf sich? „Wir wollen die Neugier der Kinder wecken, ihre Fragelust fördern, sie sollen die Welt entdecken. Sie sollen ihre Gedanken frei heraus lassen, sie sollen ruhig etwas `herum spinnen`. Was ist der Himmel? Warum können Fische unter Wasser atmen? Da sind keine Grenzen gesetzt.“ Wichtig sind der Kita auch Naturerlebnisse, der Umgang mit allem, was die Natur hergibt. Die Kinder sollen mit allen Sinnen lernen.

Lesepatinnen und –paten gesucht

Träger der Kita ist eine Elterninitiative. Die Stadt Hagen finanziert 96 Prozent der Kosten, den Rest bringen die Eltern auf. Es gibt einen Vorstand, der regelmäßig tagt. Dann gibt es noch den Elternbeirat und den Rat der Einrichtung, bei dem alle an einem Tisch sitzen. Er tagt zwei Mal im Jahr. Dabei geht es um pädagogische Inhalte, aber auch praktische Themen wie Schließzeiten usw. „Wir arbeiten eng zusammen, stimmen uns regelmäßig ab“, betont Sotiria Lambropoulou.

Wer in der Suchmaschine „kita elaphi“ eingibt, kann mehr über die Einrichtung erfahren. Übrigens: Die Kita sucht noch Lesepatinnen und –paten. Wer sich angesprochen fühlt, kann sich melden unter kita.elaphi@gmx.de oder Telefon: 02331-33 22 19.



Angela Giacobelli gehört zu den Gründungsmitgliedern der Elterninitiative für die Gründung eines deutsch-griechischen Kindergartens und war die erste Vorsitzende der Initiative. Sie ist heute noch stolz darauf, den ersten zweisprachigen Kindergarten in Deutschland mit auf den Weg gebracht zu haben. „Der erste Standort war eine ehemalige Kneipe in der Rehstraße. Wir haben die Ärmel hochgekrempt, die alte Theke, die Vertäfelungen, die Kloschüsseln rausgeschmissen und alles schön gemacht für die Kinder.“ Sie erinnert

sich noch gern an alle Unterstützer: den Sozialdezernenten Klaus Dernbach, an Jürgen Machatschek vom Jugendamt, an Ludwig Klose, der wunderschöne kleine Holzküchen aus Holz baute, an den Architekten Peter Hoff, der immer wieder gute Ideen für den Umbau hatte. Bei den administrativen Aufgaben half ein Beraterteam aus Honnef. „Mit Tanzfesten zum Beispiel in der Karl-Adam-Halle haben wir Spenden gesammelt. Die Tanzgruppe Amalia trat auf und die Mütter haben griechisches Essen zubereitet.“



**Gemeinsam
stark.
Für Sie und
die Region.**

**Sparkasse an Volme und Ruhr –
so heißt Ihre Sparkasse nach dem
Zusammenschluss der Sparkassen
HagenHerdecke und Lüdenscheid.**

Ihre bekannten Ansprechpartnerinnen
und Ansprechpartner sind an allen
Standorten weiterhin für Sie da.

Wir freuen uns auf Sie!



**Sparkasse
an Volme und Ruhr**

Text: Ellen Steinbach; Foto: Diakonie

Praktische Hilfe und emotionaler Beistand

Die Beratungen sind kostenlos / Enge Zusammenarbeit mit Krebsselfhilfe-Gruppe

Die Krebsberatungsstelle der Diakonie Mark-Ruhr wurde neu aufgestellt. Das Team besteht jetzt aus Andreas Teschner, Sandra Gunia und Silke Asshoff. Die Krebsberatungsstelle steht allen Ratsuchenden bei Fragen gegenüber Behörden oder im Medizinsystem zur Seite, bietet aber auch emotionalen Rückhalt, entlastende Gespräche sowie die Möglichkeit, Orientierungshilfen bei der Alltags- und Lebensbewältigung zu erfahren. Dieses Team teilt sich die Aufgaben in Ennepetal, Witten/Wetter, Gevelsberg und Hagen.



Das Team der Krebsberatungsstelle.

Das Angebot der Krebsberatungsstelle ist vielfältig. Unter anderem hilft sie krebserkrankten Menschen, sich im Gesundheitssystem zu orientieren und ihre Ansprüche geltend zu machen. Konkret berät sie in sozialen und finanziellen Belangen, unterstützt zum Beispiel bei der Klärung der gesetzlichen Leistungsansprüche, gibt Informationen zu medizinischen und beruflichen Rehabilitationsmaßnahmen. Auch praktische Hilfen beim Ausfüllen von Anträgen sind möglich.

Zum anderen bietet die Beratungsstelle eine unmittelbare Unterstützung sowie langfristige Begleitungsangebote zur Krankheitsbewältigung an. Das können Gespräche über das eigene Erleben der Erkrankung mit ausreichend

Zeit und Ruhe sein. Die Rede ist von Entlastungsgesprächen im Hinblick auf Ermutigung und Stärkung. Aber auch von der Entwicklung neuer Impulse und Perspektiven.

Die Beratungen sind kostenlos. Jahrelang war die Krebsberatungsstelle tatsächlich allein auf Spenden und befristete Fördergelder angewiesen, um Betroffenen eine kostenfreie Beratung anbieten zu können. Mittlerweile wird das Angebot weitgehend über eine Regelfinanzierung durch die gesetzlichen Krankenkassen und Finanzierungsbeiträgen von den Ländern und Kommunen sichergestellt.

Die Krebsberatungsstelle Hagen arbeitet eng mit der Krebsselfhilfe zusammen. So fand auch in diesem Jahr ein gemeinsamer Hoffnungs- und Salbungsgottesdienst mit der Markuskirchengemeinde statt. Die gewachsene Zusammenarbeit wird von den neuen Mitarbeiter*innen in guter Tradition fortgeführt.

Kontakt:
Körnerstraße 82, 58095 Hagen,
Telefon: 02331-3520850
krebsberatung@diakonie-mark-ruhr.de

Fahr ein Stück mit ...



Krankenfahrten
0 23 30 / 28 38



Rollstuhlfahrten
0 23 30 / 28 38



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



Rund um die Uhr
7 Tage in der Woche
Sonn- und Feiertags
Für Sie da!

seit über 50 Jahren

• Vertragspartner aller Krankenkassen

• www.vor-der-brueck.de

Text und Fotos: Leni Hildebrandt

Breites Sportangebot machte Spaß

Highlight war der Tagesausflug nach Winterberg



Spaß auf der Sommerrodelbahn in Winterberg

Seit 20 Jahren führt der Stadtsportbund eine Seniorenfreizeit im Sport- und Tagungszentrum des Landessportbundes NRW in Sundern-Hachen durch. Auch in diesem Jahr erlebten die Teilnehmenden bewegte und interessante Tage. Die nächste Sommer-Sportreise nach Hachen ist bereits für Juni 2023 geplant.

Die jährliche Sportfahrt war wie immer ausgebucht. Leni Hildebrandt, die als Nachfolgerin von Ursula Werkmüller seit 2016 die Seniorenreise betreut, hatte wieder tolle Programmpunkte vorbereitet. Wie immer ging es in der Woche sportlich zu: Bogenschießen, Gleichgewichts- und Koordinationsübungen, Schnitzeljagd und Schwimmen standen auf dem Programm. Das Highlight in diesem Jahr war der Tagesausflug nach Winterberg.

Die Senioren besuchten Sprungschanze, Rodelbahn und Erlebnisbrücke. Der Tag wurde mit einem Stadtbummel und einer Schifffahrt auf dem Sorpesee abgerundet.

Leni Hildebrandt fand ein großes Lob für die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter im Sportzentrum Hachen für die tolle Unterstützung. Weitere Informationen bei: SSB Hagen, 0 23 31-207 51 07/08 leni.hildebrandt@ssb-hagen.de



Eine fröhliche Gemeinschaft beim Ausflug





Deutsches Rotes Kreuz

DRK-Kreisverband Hagen e. V.

Für jeden die richtige Hilfe

Stationäre Pflege 02331 95890 <small>Eppenhäusen Wehringhausen</small>	Ambulante Pflege 02331 902030 <small>Zentrum Hohenlimburg</small>	Tagespflege 02331 95890 <small>Zentrum Haspe Hohenlimburg</small>
Hausnotruf 02331 958924	Essen auf Rädern 02331 3456905	Betreutes Wohnen 02331 958924 <small>Eppenhäusen Emst Fley</small>



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

Texte: Ellen Steinbach

Über Menschen...

...heißt das Buch von Juli Zeh, das mich die letzten Tage nicht losgelassen hat. Vorsicht, es ist so geschrieben, dass Weglegen fast ein now go ist. Beschrieben wird eine kurze Episode aus dem Leben einer jungen Frau. Sie hat einen guten Job als Webdesignerin und hat gerade einen „Flow“. Ihre Werbesprüche treffen den Nerv der Zeit, machen sie bekannt und das Geld fließt.

Wann stellen wir unsere Beziehungen und Lebensumstände in Frage? Tun wir es bewusst oder verändern wir unsere Verhaltensweisen unbewusst?

Wie von selbst sind wir auf einem neuen Weg? Was bewegt uns, neue Wege zu gehen? Sind wir dann in der Freiheit angekommen?

Mitten in ein neues Leben

Sie kauft in einem Dorf ein altes Haus und verschwindet aus der Großstadt. Brandenburg mitten im heute: Corona Pandemie, Nazis im Dorf, jede Menge Natur und Menschen. Alles neu und fremd. Und wie immer im Leben geht es auch um alte und neue Gefühle.

Juli Zeh zieht einen in das Buch hinein mit ihrer Schreibweise.

Juli Zeh ist Jahrgang 1974, geboren in Bonn hat sie in Passau und Leipzig Jura, Europa- und Völkerrecht studiert. Auslandsaufenthalte haben ihr Erleben bereichert. Sie erhielt für ihre schriftstellerischen Arbeiten viele Preise. 2018 wurde ihr das Bundesverdienstkreuz verliehen und sie wurde zur Richterin ans Verfassungsgericht des Landes Brandenburg gewählt.

Juli Zeh: Über Menschen, Verlag btb, 12 Euro

Die souveräne Leserin

Beschreibung der spät entdeckten Lese- und Literaturleidenschaft der Queen

Der Autor Alan Bennett erzählt uns, wie diese beschäftigte Frau sich Zeit fürs Lesen „stiehlt“. Immer auf so wunderbare Art und Weise, dass wir beim Lesen ein Schmunzeln nicht verhindern können. Und so fängt alles an: Ihre Hunde gehorchen nicht und entschwinden in einen Teil des Gartens, den die Queen nicht kennt. Hier steht der Bücherbus. Auch das ist neu für sie. Die Hunde machen einen Riesenlärm und sie schaut in den Bus, um sich zu entschuldigen. Um nicht unhöflich zu erscheinen, leiht sie auf Empfehlung ein Buch aus.

Damit beginnt für die Queen das, was alle Leser*innen kennen: Man hat sich auf eine Geschichte eingelassen und möchte eigentlich nichts, außer in Ruhe zu Ende zu lesen. Das passt aber nicht in den Reigen ihrer vielen Pflichten und Termine. Aber sie findet Wege damit umzugehen. Und bringt Hof und Protokoll durcheinander... Das Buch ist mit wunderbarem englischen Humor geschrieben, und der Übersetzer Ingo Herzke hat es geschafft, dies mit zu transportieren.

Alan Bennett: Die souveräne Leserin, Verlag Klaus Wagenbach, 17 Euro



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

Wir machen auch Hausbesuche!

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

Text: Hans-Jürgen Quass-Meurer

Was war 2022 Thema beim Hagener Bewohner?

Es war der Ukrainekrieg und immer noch Corona.

Der Ukraine Krieg hinterließ seine Spur.
 Wo bekommen wir unser Gas her nur?
 Selbst das Einkaufen fällt oft schwer,
 Denn der Geldbeutel ist bei Vielen leer.
 Eigentlich müsste in der Ukraine schnell ein Frieden her.
 Doch bei diesem Diktator Putin fällt das sehr schwer.
 Und was Viele unserer Politiker nicht raffen:
 Sie fordern immer mehr und schwerere Waffen.
 Dabei ist es allen längst bekannt –
 so haben sich schon viele in jahrelange Kriege verrannt.
 Wie könnte ein Frieden dennoch gelingen?
 Wenn alle Völker gleichzeitig "Stille Nacht-Heilige Nacht" würden singen.
 Dieses Echo müsste dann Putin zunächst auch erreichen!
 Und hoffentlich sein Herz erweichen!
 Und er könnt noch etwas wahren sein Gesicht –
 Hier endet nun schon mein Gedicht.

Man sieht – es muss baldmöglichst besser werden;
 denn alle wünschen sich Frieden auf Erden.



- Seniorengerechtes Wohnen
- Mobiler Pflegedienst
- Tagespflege
- Kurzzeitpflege
- Langzeitpflege

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.



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



Deutsche und internationale Küche.

Kaffee und Kuchen.

Feiern bis 200 Personen.

Großer Biergarten

**Wechselnde Tagesgerichte und saisonale Spezialitäten.
 Wir bitten um Reservierung.**



Hotel & Restaurant Waldlust | Pelmkstr. 111-115 | 58089 Hagen
 Tel. 02331-9347228 | restaurant@waldlust1889.de | www.waldlust1889.de

Text und Foto: Ruth Sauerwein

Ich war Martha Hüner

Besuch im Auswandererhaus in Bremerhaven

Die Besichtigung des Auswandererhauses in Bremerhaven hatte ich schon lange geplant. In diesem Jahr war es dann so weit. Es wurde eine spannende Zeitreise. Vor dem Auswandererhaus erzählen ins Pflaster eingelassene Platten viele Geschichten: Namen, Auswanderungsdatum, Ziel der Reise... Ab 1830 begann der große Run nach Amerika, der einige Reeder reich machte, allen voran Hapag Lloyd.

An der Kasse bekomme ich mit der Eintrittskarte eine Identität: Martha Hüner aus Geestemünde. Sie lebte von 1906 bis 1987. 1923 bestieg sie ein Schiff Richtung New York. Ihr Vater gab ihr seinen kostbarsten Besitz mit: eine Pferdebürste, die Martha bis ans Lebensende bewahrte. Ich kann sie in einer Vitrine im „Salon der Biographien“ betrachten. Hier finde ich auch die Schublade mit weiteren Daten zu Marthas Leben. Eine Tante, die schon länger in New York lebte, hatte für die Passage bezahlt. Darum konnte Martha zweiter Klasse reisen – in einer kleinen Vier-Bett-Kabine mit zwei Waschbecken und einem winzigen Abort. Aber auch für die Passagiere der dritten Klasse hatte sich bis dahin vieles verbessert: Sechserkojen, Waschräume und ein Aufenthaltsraum zum Essen und Verweilen erleichterten die Reise ins Ungewisse. Diese Bedingungen waren kein Vergleich zu den Zuständen hundert Jahre vorher. Auswanderer lagen dicht an dicht in kleinen Kojen im Bauch des Schiffes, an Hygiene war

nicht zu denken. Über Lautsprecher höre ich eine Kollage der Geräusche, die hier geherrscht haben müssen – das Knarren des Schiffsrumpfes, tosende Wellen, Schnarchen, Stöhnen, Schreie... In der Ausstellung gehe ich durch die verschiedenen Phasen der Ausstattung.

Sind Sie Anarchist?

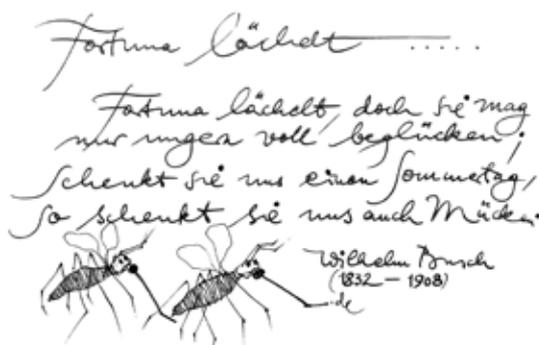
Als Martha das Schiff bestieg, war das schon Geschichte. Da sie zweiter Klasse reiste, konnte sie in New York direkt an Land gehen. Die Reisenden dritter Klasse wurden erst einmal auf die Insel Ellis Island, die „Insel der Tränen“, verfrachtet. In vergitterten Boxen mussten sie darauf warten, ob ihnen Einlass ins gelobte Land gewährt wurde. Auch ich sitze auf der schmalen Bank, bis ich dran bin. Auf einem Leuchttisch kann ich die damals gängigen Fragen anklicken: Kann ich lesen und schreiben? Habe ich Geld oder Verwandte in den USA? Sind meine Haare blond, braun oder schwarz, habe ich blaue, graue oder dunkle Augen? Bin ich Anarchist oder Polygamist? In den zwanziger Jahren schaffen es nur etwa drei Prozent der hier Versammelten, die Einreiseerlaubnis zu erhalten. Vorbei die Zeiten, als weiße Auswanderer in Massen willkommen waren, um die Weiten des Landes zu besiedeln, aus dem die Indianer vertrieben worden waren.



Das Auswandererdenkmal in Bremerhaven in der Nähe des Auswandererhauses. Von 1830 bis 1974 war Bremerhaven der größte Auswandererhafen des europäischen Festlandes. Von hier aus fuhren 7,2 Millionen Europäer in die Neue Welt – nach Nordamerika, Kanada, Australien, Argentinien, Brasilien.

Ein bewegtes Leben

Martha Hüner erwartete ein Leben voller Höhen und Tiefen: Sie heiratete einen deutschstämmigen Bäcker. Die Bäckerei ging beim Börsencrash 1929 pleite. Sie wagten einen Neuanfang. Dann kam das Jahr 1938. Hitler marschierte in die Tschechoslowakei ein. Der Laden lag in einem Viertel, das vorwiegend von tschechischen Aussiedlern bewohnt wurde – die boykottierten den „deutschen“ Laden, bis sie aufgeben mussten. Neustart nach 1945. 1956 erkrankt der Mann an einem Hirntumor und stirbt. Die horrenden Arztrechnungen verschlingen den Rest des Geldes. Martha schlägt sich als Diätköchin durch. Dann hat sie Glück: Eine wohlhabende Familie sucht eine Haushälterin. Hier bleibt sie über 20 Jahre. Mit Ende 70 bekommt sie einen Schlaganfall, sie will zurück in die Heimat, die sie während ihrer Zeit in den USA dreimal besucht hat. 1987 trifft sie in Bremerhaven ein und stirbt wenige Tage später.



Zeichnung: Sigrun Dechêne

Text: Peter Rische, Zeichnung: Sigrun Dechêne

Dattel mit den vielen Namen



Heute habe ich eine Beschwerde, und zwar über Mama Alex und Peter. Die beiden belegen mich immer wieder mit neuen Namen. Dabei ist doch klar, wie ich heiße: d'Artagnan, wie der vierte Musketier. Großzügigerweise erlaube ich Alex und Peter, mich Dattel zu nennen, und allen Nachbarn bin ich auch unter diesem Namen bekannt. Aber meine beiden Hausgenossen nennen mich immer wieder anders, wie es ihnen gerade passt.

Mama Alex sagt oft „Dattimann“ zu mir oder einfach „Datti“. Als ob ich noch ein Baby wäre, dabei bin ich schon sechs Jahre alt. Manchmal nennt sie mich auch „Dattimaus“, ausgerechnet. Dabei sind Mäuse nur gut genug als kleine Zwischenmahlzeit. Wenigstens Peter hat das erkannt, denn wenn sich Alex darüber beschwert, dass ich mal wieder eine Maus erbeutet habe, sagt er, das käme von dem Namen „Dattimaus“. Wenn Alex mich so nennt, würde ich glauben, das hieße „Datti, bring mir eine Maus“ - und das tue ich dann ja auch.

Peter selbst sagt oft „Dattelkind“ zu mir, dabei bin ich – in Menschenjahre umgerechnet – schon weit über dreißig Jahre alt. Also im besten Mannesalter – obwohl, ein richtiger Mann bin ich ja leider nicht.

Vor allem Alex hat noch eine Reihe anderer Namen für mich. So nennt sie mich öfter mal „Teufelchen“, vor allem, wenn ich meine Krallen an ihrem Sofa schärfe. Und da mir hin und wieder ein Püpschen entfleucht, werde ich schon mal als „Stinker“ bezeichnet.

Wer soll da nicht durcheinander kommen?

„Fusselkater“ ist ein weiterer Name für mich. Und das nur, weil ich im Frühjahr immer mein Winterfell verliere und mir Alex dann die losen Haare aus dem Fell bürstet. Ach ja, wenn Peter das mitbekommt, nennt er mich „Fusselinchen“. Das klingt in meinen Ohren auch nicht nett, das nehme ich ihm übel.

Wenn ich von draußen wieder ins Zimmer komme und es hat stark geregnet, vergesse ich meistens, mir die Füße abzutreten. Dann bin ich für Alex ein kleines „Schweinchen“, ein „Ferkel“ und manchmal auch eine „Pottsau“. Dabei kann ich doch nichts dafür, wenn Dreck zwischen meinen Krallen hängenbleibt. Und da sich im Sommer immer gerne mal eine Zecke in meinem Fell verfängt, nennt sie mich dann „Zeckenmonster.“ Ach ja, und wenn es ihr mal zu viel wird, mich zu bespaßen, dann bin ich „kleiner Nervi.“ Oder auch „Nervensäge.“ Peter nennt mich öfter „Lümmel“ oder „Lümmelchen“, dabei weiß ich gar nicht, was das bedeuten soll.

Auf jeden Fall klingt es nicht wie ein Lob, sondern irgendwie so, als sei ich unartig gewesen, was ich natürlich nie bin. Und er sagt auch „kleiner Elefant“ zu mir, weil ich gerne mit allen meinen Füßen auf seine Quanten trete. Dafür sagt er aber auch „du bist mein kleiner Freund, du bist der liebe Dattel“, wenn ich ihn begrüße und ihm um die Beine streiche.

Anscheinend mag er das. Und natürlich hat mich Mama Alex furchtbar lieb, schließlich sorgt sie für mich. Und sie sagt „Hallo, mein Schatz, da bist du ja wieder“ zu mir, wenn ich meine Ausflüge beendet habe.

Bald ist ja Weihnachten. Sollte ich mir wünschen, dass ich nur noch „Dattel“ gerufen werde? Vielleicht macht der Weihnachtskater ja, dass mein Wunsch erfüllt wird. Ich jedenfalls wünsche euch „Frohe Weihnachten“ und einen „Guten Rutsch“.

Euer Dattel (der sich über ein Päckchen Sheba freuen würde, aber nur „Pute in heller Soße.“)



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

Dichter leider unbekannt

Weihnachtsgeschenke

Wenn ich im August schon an Weihnachten denke,
weil in den Läden die Süßigkeiten auftauchen, denke ich an die Geschenke.
Eigentlich wollen wir uns nichts schenken.
Aber es ist auch nett zu demonstrieren, dass wir aneinander denken.
Die wirklich teuren, großen Geschenke hat es bei uns nie gegeben.
Das Buhlen um welche Oma hat das größte Geschenk, ist der größte Segen,
habe ich schon bei den kleinen Kindern unterbunden.
Da hat jedes, das was es brauchte unterm Tannenbaum gefunden.
Der Eine den Pullover und eine Spieldose,
die Andere die Hose.
Natürlich gab es auch Spiele und Bücher dazu.
Das gab viel Spaß und manchmal auch Ruh.

Heute werde ich sauer, wenn ich an Geschenke denke.
Ich habe keine Lust mehr auf dieses Verrenke.
Schenkt sie mir wohl viel,
ist Gleichwertigkeit mein Ziel.
Habe ich wohl den Geschmack getroffen?
War gerade dieser Wunsch noch offen?

Nein, ich möchte eine kleine Freude bereiten,
mich nicht im Kopf mit meinen Verpflichtungen streiten.
Überraschend für die, die ich treffe und mag,
nicht gebunden an den Weihnachtstag.
Als kleine Vorfreude, als Freude von mir,
mal sind es Plätzchen, mal etwas zum Verzier.
Ein Teelicht vielleicht, es leuchtet ein Loch in die dunkle Jahreszeit,
nächste Woche ist Weihnachten, und dann ist es wieder so weit.

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 die Alarntaste und nach kurzer Zeit meldete sich die Aufsicht:

„Was ist los?“

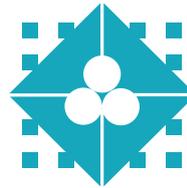
„Ja, wir sind mit dem Aufzug stecken geblieben.“

„Okay, ich komme, wo stehen Sie?“

Michael sah sich kurz im Fahrkorb um und antwortete:

„Ich steh` neben dem Aschenbecher.“

www.kkh-hagen.de



Katholisches
Krankenhaus Hagen



**„Hier ist's gemütlich.
Hier bleibe ich!“**

T 02331 37 74 526

TAGESPFLEGE

Wohn- und Pflegezentrum
St. Hedwig

Bergischer Ring 60
58095 Hagen



In dieser Ausgabe möchten wir Sie zu einem weiteren wichtigen Thema der Hilfe zu Hause informieren, der Beratung.

Wer hat ein Recht auf Pflegeberatung?

Sie haben das Recht auf kostenlose, umfassende und unabhängige Pflegeberatung, wenn Sie Leistungen der Pflegekasse beziehen oder einen Antrag auf Leistungen gestellt haben. Die Pflegekasse informiert Sie über das Recht auf Pflegeberatung. Dies bedeutet, dass Sie als Leistungsempfänger und die Menschen die Ihnen helfen eine Beratung in Anspruch nehmen können.

Wer führt Beratungen durch?

Beratungen werden von Pflegekassen, Beratungsstellen und Anbietern der häuslichen Pflege angeboten.

Verpflichtender Beratungsbesuch:

Wenn Sie als Leistung Pflegegeld beziehen und keinen Pflegedienst zu Ihrer Hilfe nutzen, dann müssen Sie regelmäßig Beratungsbesuche nachweisen, dies ist gesetzlich geregelt. Hierdurch soll eine angemessene Versorgung sichergestellt werden. Die Kosten für die Beratung trägt die Pflegekasse.

- Bei Pflegegrad 2 und 3 erfolgt ein Besuch im Abstand von 6 Monaten
- Bei Pflegegraden 4 und 5 erfolgt ein Besuch im Abstand von 3 Monaten

Die Verbraucherzentrale gibt zu bedenken, dass Sie an den halb- bzw. vierteljährlichen Beratungseinsatz selbst denken müssen und das Ihnen das Pflegegeld gekürzt wird, wenn die Beratung nicht erfolgt und im Wiederholungsfall die Zahlung des Geldes eingestellt wird. Weiterhin können Leistungsempfänger mit Pflegegrad 1 und jene, die körperbezogene Pflegemaßnahmen durch einen Pflegedienst beziehen, die Beratung ebenfalls freiwillig in Anspruch nehmen. (vgl: www.verbraucherzentrale.de)

Wie läuft ein Beratungsbesuch ab?

Sie vereinbaren mit dem Unternehmen Ihrer Wahl einen Termin. Zu diesem erscheint die Fachkraft mit einem Beratungsbogen und fragt nach der jeweiligen Pflegesituation und Ihrer Einschätzung der Situation und wird dann passend zu Ihrer Situation Ideen und Hilfestellung anbieten. Nach dem Besuch erhält die Pflegekasse eine Kopie des Beratungsbogens. In der Regel dauern die Besuche 30 Minuten, je nach Bedarf auch länger oder kürzer. Bei höherem Hilfebedarf kann auch ein Folgetermin vereinbart werden.

Welche Vorteile haben Sie von einer Pflegeberatung

- Es kommt eine ausgebildete Fachkraft zu Besuch, welche bei Ihnen zu Hause offene Fragen klären kann und Ihnen mit Rat und Tat zur Seite steht.
- Die Kosten für den Besuch übernimmt die Pflegekasse
- Wiederkehrende Gespräche mit der Fachkraft helfen Belastungen vorzubeugen und geben Sicherheit
- Das Unternehmen welches die Beratungen durchführt ist auch außerhalb der Termine Ihr Ansprechpartner

Haben Sie keine Bedenken in Bezug auf den Beratungsbesuch. Beratung soll Ihnen helfen, den Belastungen der Pflege im häuslichen Umfeld besser begegnen zu können und Sie über die Möglichkeiten zur Hilfe informieren.

Gerne lernen wir Sie in einem Beratungsgespräch persönlich kennen. Vor Ort, bei Ihnen zu Hause, telefonisch oder als Videoanruf (Pandemie bedingte Ausnahme(n)). Schauen Sie womit Sie sich am wohlsten und sichersten fühlen und vereinbaren einen Termin für Ihren nächsten Beratungsbesuch.

Ihr Betreuungsteam

Gern stehen wir Ihnen für weitere Fragen zur Verfügung.

Pflege- und Betreuungszentrum
Cunostraße 50, 58093 Hagen-Ernst

Tel. 02331 - 6 25 24 70
Fax 02331 - 6 25 24 75

www.das-betreuungsteam.de
info@das-betreuungsteam.de

Anerkannt bei allen Kranken- und Pflegekassen



Wichtiger Hinweis

Zurzeit sind die Corona-Vorschriften gelockert bzw. aufgehoben, dennoch ist es empfehlenswert vorher tel. nachzufragen. Bei den wiederkehrenden Veranstaltungen ist es ebenfalls ratsam im Vorfeld telefonisch mit den entsprechenden Anbietern in Kontakt zu treten.

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

Bleiben Sie gesund

Uns bekannte Angebote:

VHS-Angebote:

Um an den Online-Kursen teilzunehmen, benötigen Sie einen PC, einen Laptop oder ein Tablet mit Mikrofon und Sound-Ausgabe sowie eine Internet- und/oder WLAN-Anbindung. Vorausgesetzt werden außerdem die Installation der Zoom-App und der Zoom-Code, der Ihnen nach der Anmeldung jeweils mitgeteilt wird. Ansonsten finden die Veranstaltungen unter den jeweils gültigen Corona-Vorschriften statt.

Weitere Veranstaltungen finden Sie auch unter der homepage der Stadt Hagen- [Leben in Hagen-Aktuelles und Veranstaltungen](#).

Weihnachtsmärkte in Hagen

17.00-30.12.2022

55. Hagener Weihnachtsmarkt

Mo.-Do.: 11.00-20.30 Uhr,

Fr.-Sa.: 11.00-21.00 Uhr,

So. 12.00-20.30 Uhr

Ausnahmen: 20.11 (Totensonntag)

18.00-20.30 Uhr

24+25.12 geschlossen;

26.12.: 14.00-20.30 Uhr

25.11-27.11.2022

Romantischer Weihnachtsmarkt

im LWL Freilichtmuseum

Fr. 14.00-21.00 Uhr; Sa. 13.00-20.00

Uhr, So. 13.00-20.00 Uhr

02.12.2022 ab 18:00 Uhr

Weihnachtskonzert

Konzert der Max-Reger Big Band

Ort: Aula des Ricarda-Huch-Gymnasiums

04.-18.12.2022

2-4 Adventswochenende

Schlossweihnachtsmarkt

Fr.: 16.00-21.00 Uhr,

Sa. 12.00-21.00 Uhr.

So. 12.00-18.00 Uhr

Ort: Schloss Hohenlimburg

10.12.2022

Elseyer Adventsglühen auf dem Möllerhof

Dezember 2022

Do. 01.12.2022 um 15 Uhr – 16 Uhr

Bernd Kämper liest Weihnachtsgeschichten

Dazu gibt es Kaffee und Kuchen.

Eintritt ist frei, Anmeldung nicht erforderlich.

Weiter Infos unter der Telefon-Nr.:

02331/207-4477. Ort: Stadtteilbücherei Hohenlimburg s. S. 46

Do. 01.12.2022,

19.00 Uhr-21.00 Uhr

HA (w)örtlich: Als in Hagen die erste Lok fuhr - 175 Jahre Bergisch-Märkische Eisenbahn,

Ort: Stadtbücherei, Kurs 1102, 5,00€, VHS s. S. 46

Fr. 02.12.2022, 17.00-19:15 Uhr

Schule - gestern und heute

Ort: Erzählcafé „Altes Backhaus“,

Kurs 1206, kostenlos, VHS s. S. 46

Sa. 03.12.2022, 11.30 Uhr-14.30 Uhr

Bunker-Tour - Bunker in der Kriegs- und Nachkriegszeit

Treffpunkt: vor dem Bunker, Bergstr.

98, Kurs 1148, 19,00€, VHS s. S. 46

Veranstaltungskalender

Sa. 03.12.2022 N.: RE 13 –
12.58 Uhr ab Hbf

Zum Weihnachtsmarkt nach Unna
mit Rita Steffen, SGV Hagen s. S. 45

Sa. 03.12.2022 Se.-Gruppe: Buslinie
518 - 13.45 Uhr ab Stadtmitte

Wanderung zum Jahresabschluss
Hünenpforte - Blaue Brücke mit Laura
Landolfo, SGV Hagen s. S. 45

Sa. 03.12.2022, 9.00-14.00 Uhr

**Workshop: Instagram-Hashtags, ein
Buch mit sieben Siegeln?**

Villa Post, Kurs 4344, 40,50 €,
VHS s. S.46

Sa. 03.12.2022, 14.00-17.00 Uhr

**Social-Media-Kompetenz für Eltern -
Fälschungen im Internet erkennen**

Online-Kurs, Kurs 4352Z, 30,00 €,
VHS s. S.46

So. 04.12.2022, 9.00-16.00 Uhr

**Weitere Schritte mit dem Android-
Tablet/Smartphone**

Villa Post, Kurs 4316, 54,00 €,
VHS s. S.46

Mi. 07.12.2022, 19.00 Uhr -
21.00 Uhr

**Tobias Bülow's Klangwelten -
Exotisch, skurril und verblüffend**

AllerWeltHaus, Kurs 1480, pay what
you want, VHS s. S. 46

Do. 08.12.2022, 15.30 Uhr

LeseTreff 60 plus

Alle Jahre wieder, Humorvolle und
besinnliche Weihnachtstexte
Ort: Stadtteilbücherei Haspe s. S. 46

Fr 09.12.2022, 18.00-21.00 Uhr,
**Kochkurs: Lecker aus italienischen
Orangen**

AllerWeltHaus, Kurs 1482, 15,00 €,
VHS s. S. 46

Fr. 09.12.2022 um 18.00 Uhr –
ca. 20.00 Uhr

Lesetreff

Der Lese- und Literaturkreis unter der
Leitung von Dr. Thoma wendet sich
an literarisch Interessierte jeden Alters.
Eintritt ist frei, Anmeldung nicht
erforderlich.

Ort: Stadtteilbücherei Hohenlimburg
s. S. 46

Sa. 10.12.2022 ab 15.00 Uhr

**Weihnachtsfeier der
SGV-Abteilung Hagen**

Ort: Restaurant Dubrovnik im Kol-
pinghaus, Bergischer Ring 18
verbindliche Anmeldung bis 3 Wo-
chen vorher bei Lotti Meurisch
(Tel 1 44 16)

So. 11.12.2022 N.: Buslinie 513-
13.01 Uhr ab Stadtmitte

Wanderung

Hohenlimburg-Reh- Lennebad- Ho-
henlimburg mit Adele Wever,
SGV s. S. 45

Sa. 17.12.2022 N.: Buslinie 525-
13.00 Uhr ab Stadtmitte

Rundweg im Stadtgarten

AKH – Stadtgarten – Wildpark mit
Adele Wever, SGV s. S. 45

So. 18.12.2022 N.: Buslinie 512-
12.04 Uhr ab Stadtmitte

Das Fest naht - Ruhezeit in der Natur

Zm Abschluss wandern wir von
Bathey über die Halbinsel und den
Hengsteysee entlang zur Haltestelle
Südufer mit Rita Steffen, SGV s. S.45

Januar 2023

Do. 05.01.2023-09.03.2023,
15.30-16.30 Uhr

**„Fit und Gesund im
2. Lebensabschnitt“**

Ort: CVJM Haspe. Leimstr 9,
Info und Anmeldung. B. Nickel
Tel.: 023312/6240049,
Kneipp-Verein Hagen E.V.

Sa. 07.01.2023 N.: Buslinie 542 -
13.05 Uhr ab Stadtmitte

Wandern in Gevelsberg

An der Ennepe von Hagen nach
Gevelsberg mit Adele Wever,
SGV s. S.45

Sa. 07.01.2023 Se.-Gruppe: Buslinie
518 - 13.45 Uhr ab Stadtmitte

Wanderung

Hünenpforte – Hohenlimburg mit
Rosemarie Maus, SGV s. S. 45

Sa. 07.01.2023, 11.30-14.30 Uhr

**Bunker-Tour - Bunker in der Kriegs-
und Nachkriegszeit**

Treffpunkt: vor dem Bunker, Bergstr.
98, Kurs 1141, 19,00 €, VHS s. S. 46

Sa 07.01.2023, 10.00-17.00 Uhr

Porträtfotografie

Villa Post, Kurs 5009, 91,50 €,
VHS s. S.46

So. 08.01.2023 N.: Buslinie 542 –
12.30 Uhr ab Stadtmitte

Stadt nah und doch viel Natur

Höing – Kleingärten - Fleyer Wald
– Halden mit Rita Steffen, SGV s. S. 45

Mo. 09.01.2023 (1x),
10.00-11.30 Uhr

**Dynamische Entspannung -
die Rossini Reise**

Villa Post, Atelier, Kurs 3267,
15,00 €,VHS s. S.46

Di. 10.01.23-18.04.2023,
17.00 Uhr -18.00 Uhr sowie

18:30 Uhr-19.30 Uhr

Hatha-Yoga

Ort: Tennisclub Rot-Weiß, Bredelle
44, Info und Anmeldung: B. Theile
Tel.: 02330/3106, Kneipp-Verein
Hagen E.V.

Mi. 11.01.2023-Mi. 01.03.2023 (8x),
18.00-21.00 Uhr

Keramikwerkstatt

Villa Post, Keramikraum, Kurs 2505,
128,00 €, VHS s. S. 46

Mi. 11.01.2023-Mi. 29.03.2023
(12x), 17.20-18.20 Uhr

Qi Gong für Anfänger*innen

Villa Post, Atelier, Kurs 3315, 78,00 €,
VHS s. S.46

Mi. 11.01.2023-Mi. 29.03.2023
(12x), 18.30-19.30 Uhr

**Qi Gong für Anfänger*innen und
Fortgeschrittene**

Villa Post, Yogaraum, Kurs 3325,
78,00 €, VHS s. S.46

Do. 12.01.2023-Do. 16.03.2023
(10x), 17.00-18.30 Uhr

Yoga für Einsteiger*innen

Villa Post, Atelier, Kurs 3402, 80,00 €,
VHS s. S.46

Do. 12.01.2023, ab 15.30 Uhr

LeseTreff 60plus

Herz auf Taille, Unser Herz literarisch
und medizinisch, Ort: Stadtteilbüche-
rei Haspe s. S. 46

Fr.13.01.2023 um 18.00Uhr–20.00 Uhr
Lesetreff

Der Lese- und Literaturkreis unter der Leitung von Dr. Thoma wendet sich an literarisch Interessierte jeden Alters. Eintritt ist frei, Anmeldung nicht erforderlich.

Ort: Stadtteilbücherei Hohenlimburg s. S. 46

Fr.13.01.2023-Sa. 14.01.2023 (2x), 16.00-20.15 Uhr

Nähworkshop am Wochenende

Villa Post, Werkraum, Kurs 2630, 60,00 €, VHS s. S. 46

Sa. 14.01.2023 N.: Treffpunkt 12.15 Uhr am Hbf, RE 04 - 12.27 Uhr ab Hbf, in Dortmund weiter mit der U-Bahn

Eine überraschende Runde durch den historischen Westpark – Tremoniapark – Südfriedhof - Vinckeplatz und zurück, Wanderstrecke ca. 6 km, mit Maria Arnold, SGV s. S. 45

Sa. 14.01.2023 Se.-Gruppe: Buslinie 518 - 13.46 Uhr ab Stadtmitte

Rundweg in Herdecke mit Marianne Renneke. SGV s. S. 45

Sa. 14.01.2023, 9.00-16.00 Uhr
iPhone & Co -

Einschalten und lossurfen

DBB-Haus, Kurs 4367, 56,00 €
VHS s. S.46

Sa. 14.01.2023 (1x), 09.00-16.00 Uhr
Ihr erstes digitales Fotobuch -

Villa Post, Kurs 4631, 40,00 €,
VHS s. S.46

So. 15.01.2023, 9.00-16.00 Uhr

Fototechnik Kompakt: Kameratechnik und Bildkomposition

DBB-Haus, Kurs 5001, 37,00 €,
VHS s. S.46

So. 15.01.2023 N.: Buslinie 510 - 12.46 Uhr ab Stadtmitte

Wanderung in Dahl

Hoffnungstal – Friedhof – Volmehangweg – Sportplatz – Dahl mit Adele Wever, SGV s. S. 45

Mo. 16.01.2023, 18.00-19.30 Uhr

Word Tipps und Tricks

Online-Kurs, Kurs 4443Z, 15,00 €,
VHS s. S. 46

Di. 17.01.2023-Di. 21.03.2023 (10x), 19.00-20.30 Uhr

Kunstepochen: Impressionismus und Realismus

Villa Post, E.1, Kurs 2005, 85,00 €,
VHS s. S. 46

Di. 17.01.2023-Di. 21.03.2023 (10x), 09.30-11.00 Uhr

Tanz und Bewegung für ältere Menschen

Villa Post, Atelier, Kurs 2705, 85,00 €,
VHS s. S.46

Di. 17.01.2023-Di. 21.03.2023 (10x), 19.00-20.30 Uhr

Kum Nye Yoga

Villa Post, Yogaraum, Kurs 3440, 80,00 €, VHS s. S.46

Di. 17.01.2023, 18.00-19.30 Uhr

Office Kreativ

Online-Kurs, Kurs 4445Z, 22,50 €,
VHS s. S.46

Mi. 18.01.2023, 18.00-19.30 Uhr

Serienbriefe verschicken

Online-Kurs, Kurs 4444Z, 15,00 €,
VHS s. S.46

Mi.18.01.2023 (1x), 19.30-21.00 Uhr

Dynamische Entspannung - die Rossini Reise

Villa Post, Yogaraum, Kurs 3268, 15,00 €, VHS s. S.46

Mi. 18.01.2023-Mi. 22.03.2023 (10x), 17.00-18.30 Uhr

Yoga für Einsteiger*innen

Villa Post, Yogaraum, Kurs 3406, 80,00 €, VHS s. S.46

Mi. 18.01.2023-Mi. 22.03.2023 (10x), 19.00-20.30 Uhr

Yoga stärkt Rücken und Seele

Villa Post, Atelier, Kurs 3430, 80,00 €,
VHS s. S.46

Mi.18.01.2023-Mi. 22.03.2023 (10x), 09.30-11.00 Uhr

Kum Nye Yoga

Villa Post, Atelier, Kurs 3444, 80,00 €,
VHS s. S.46

Mi. 18.01.2023-22.03.2023, 10.00 Uhr – 11.30 Uhr

Thai-Chi -Qi Gong

Ort: Tennisclub Rot-Weiß. Bredelle 44, Info und Anmeldung: Y.Seiler
Tel.: 0157 87891581

Mi. 18.01.2023-Mi. 15.02.2023 (5x), 19.30-21.00 Uhr

Franken, Sachsen und das frühe Mittelalter in Hagen und Westfalen

Villa Post, Kurs 1127, 29,00 €,
VHS s. S. 46

Mi.18.01.2023, 14.30 Uhr

Wanderfreunde des SGV Hagen treffen sich zu Kaffee & Klönen

Café Lennebad, Im Klosterkamp 40, Hohenlimburg

Do. 19.01.2023, 18.00-19.30 Uhr
Die FernUniversität in Hagen informiert

Online-Kurs, Kurs 4121Z, entgeltfrei,
VHS s. S.46

Fernsehessel in Großauswahl!



Relaxen der besonderen Art - so will ich sitzen!

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

Ergonomiegrößen S - M - L

statt ~~1.499,-€~~

999,-€

Alles Abholpreise!






Hagen-Lennetal • Feldmühlenstr.23
02331 / 6 05 52 • www.tema-polster.de **TEMA** Polster+Wohnen

Veranstaltungskalender

Fr. 20.01.2023-Fr. 24.03.2023 (10x),
17.00-18.30 Uhr

Yoga für Einsteiger*innen

Villa Post, Atelier, Kurs 3410, 80,00 €,
VHS s. S.46

Sa. 21.01.2023 H: Buslinie 594 -
10.28 Uhr ab Hbf

An der Ruhr entlang nach Schwerte

Westhofen – Haus Ruhr – Wandhofen
– Rohrmeisterei – Schwerte mit Erich
Gatzke, s. S. 46

Sa. 21.01.2023 Se.-Gruppe: Buslinie
518 - 13.45 Uhr ab Stadtmitte

Wanderung

Haßley – Ernst mit Rosemarie Maus,
SGV s. S. 45

Sa. 21.01.2023 (1x), 11.00-18.00 Uhr

KunstTour: Christo und Jeanne Claude: Paris, New York, Grenzenlos in Düsseldorf,

Kunstpalastr Düsseldorf, Kurs 2010,
44,00 €, VHS s. S. 46

Sa.21.01.2023, 9.00-16.00 Uhr

Erste Schritte mit der Android-Tablet/ Smartphone - ER 1/2

Villa Post, Kurs 4313, 54,00 €,
VHS s. S. 46

So. 22.01.2023, 14.00-16.15 Uhr

Einblicke in Cloud-Dienste

Online-Kurs, Kurs 4335Z, 22,50 €,
VHS s. S.46

So. 22.01.2023 N.: Buslinie 525 -
12.41 Uhr ab Stadtmitte

Wandern im Stadtgarten

Bachstraße – Waldlust – Wildpark –
Wilhelmsplatz mit Rita Steffen,
SGV s. S. 45

Mo. 23.01.2023-Mo.

20.02.2023,18.00-22.00 Uhr

Rhetorik I: Wirksam vortragen

Villa Post, Kurs 4001, 141,00 €,
VHS s. S.46

Mo. 23.01.2023, 18.00-19.30 Uhr

Zoom nutzen

Online-Kurs, Kurs 4140Z, 15,00 €,
VHS s. S.46

Mo. 23.01.2023-Di. 31.01.2023,
9.00-12.15 Uhr

PC-Grundlagen

DBB-Haus, Kurs 4706, 96,00 €,
VHS s. S.46

Mo. 23.01.2023-Mo. 13.03.2023

(8x), 17.45-20.00 Uhr

Silberschmieden

Realschule Halden, Neubau, Wer-
kraum, Kurs 2511, 80,00 €, VHS s.S 46

Mo. 23.01.2023-Mo. 22.05.2023

(5x), 18.00-20.30 Uhr

Lebenslust statt Altersfrust, ZWAR Frauengruppe

Villa Post, Kurs 1601, kostenlos,
VHS s. S. 46

Di-24.01.2023-Di. 14.03.2023 (8x),
18.00-20.15 Uhr

Silberschmieden

Realschule Halden, Neubau, Wer-
kraum, Kurs 2515, 80,00 €, VHS s.
S.46

Mi. 25.01.2023-Mi. 22.02.2023 (5x),
09.00-12.00 Uhr

Nähtreff Mittwoch Vormittag

Villa Post, Werkraum, Kurs 2606,
99,00 €. VHS s. S.46

Mi. 25.01.2023, 18.00-19.30 Uhr

Weiterführende Zoom-Funktionen

Online-Kurs, Kurs 4142Z, 15,00 €,
VHS s. S.46

Mi. 25.01.2023-Sa. 17.06.2023,
17.30-19.00 Uhr

Imkerei für Anfänger

Villa Post, Kurs 5100, 137,00 €,
VHS s. S.46

Do. 26.01.2023, 18.00-19.30 Uhr

Kleine Tools - große Wirkung: Learning-Snacks - Lerninhalte spielerisch aufbereiten

Online-Kurs, Kurs 4150Z, 15,00 €
VHS s. S.46 (Voraussetzungen
beachten)

Do. 26.01.2023 19.00-20.30 Uhr

Naturgärten I: Der lebendige NATURgarten

Villa Post, Aula, Kurs 5070H, entgelt-
frei, VHS s. S.46

Do. 26.01.2023, 18.30-20.45 Uhr

Wirksame Maßnahmen gegen Schimmelbildung in Wohnräumen

Villa Post, Kurs 5210, 10,50 €,
VHS s. S.46

Do. 26.01.2023-Do. 30.03.2023
(10x), 19.00-20.30 Uhr

Bridge-Club

Villa Post, E.3, Kurs 2090, 150,00 €,
VHS s. S.46

Do. 26.01.2023-Do. 30.03.2023
(10x), 10.00-12.15 Uhr

Aquarellmalerei

Villa Post, Atelier, Kurs 2325, 120,00 €,
VHS s. S.46

Do. 26.01.2023-Do.30.03.2023

(10x), 17.00-18.30 Uhr

Encaustic - Einführungskurs

Villa Post, Keramikraum, Kurs 2340,
85,00 €, VHS s. S.46

Fr. 26.01.2023 um 18.00 Uhr –
20.00 Uhr

Lesetreff

Der Lese- und Literaturkreis unter der
Leitung von Dr. Thoma wendet sich
an literarisch Interessierte jeden Alters.
Eintritt ist frei, Anmeldung nicht
erforderlich.

Stadtteilbücherei Hohenlimburg
s. S. 46

Fr.27.01.2023-Fr. 24.02.2023 (5x),
09.00-12.00 Uhr

Nähtreff Freitag Vormittag

Villa Post, Werkraum, Kurs 2616,
99,00 €, VHS s. S.46

Fr. 27.01.2023 (1x), 09.00-12.00 Uhr

Gedanken und Gefühle konstruktiv nutzen

Villa Post, Atelier, Kurs 3263, 21,00 €,
VHS s. S.46

Sa. 28.01.2023 Se.-Gruppe: Buslinie
543 – 13.13 Uhr ab Stadtmitte

Wanderung

Spielbrink – Kastanienallee mit
Marianne Renneke, SGV s. S. 45

Sa. 28.01.2023, 9.00-16.00 Uhr

Keine zweite Chance für den ersten Eindruck - Elevator -Talk

Villa Post, Kurs 4028, 40,00 €, VHS s.
S.46

Sa. 28.01.2023, 10.00-17.00 Uhr

Blitzlichtfotografie - Das kreative Spiel mit dem Licht

Villa Post, Kurs 5010, 91,50 €,
VHS s. S.46

So. 29.01.2023, 11.00-15.00 Uhr

Professionelle Studiofotografie vor Ort

Fototeam Herdecke, Gahlenfeldstr.
16, 58313 Herdecke, Kurs 5019,
46,00 €, VHS s. S.46

Mo. 30.01.2023, 18.00-19.30 Uhr
**Kleine Tools - große Wirkung:
Kollaboratives Arbeiten**
Online-Kurs, Kurs 4151Z, 15,00 €. VHS s. S.46 (Voraussetzungen beachten)

Mo. 30.01.2023, 9.00-16.00 Uhr
**Einführung Affinity Photo -
Durchführungsgarantie bei
2 Teilnehmenden**
Villa Post, Kurs 4680H, 95,00 €, VHS s. S.46

Mo. 30.01.2023-Mo. 08.05.2023 (12x), 09.30-10.30 Uhr
Rückentraining
Villa Post, Yogaraum, Kurs 3250, 76,00 €, VHS s. S.46

Mo. 30.01.2023-Mi. 01.02.2023, 9.00-16.00 Uhr
Affinity Photo, Affinity Designer und Affinity Publisher und ihr programmübergreifendes Zusammenspiel - Durchführungsgarantie bei 2 Teilnehmenden
Villa Post, Kurs 4683H, 280,00 €, VHS s. S.46

Di. 31.01.2023-Di. 02.05.2023 (12x), 17.45-18.30 Uhr
Progressive Muskelentspannung
Villa Post, Yogaraum, Kurs 3252, 62,00 €, VHS s. S.46

Di. 31.01.2023, 9.00-16.00 Uhr
Einführung Affinity Designer - Durchführungsgarantie bei 2 Teilnehmenden
Villa Post, Kurs 4681H, 95,00 €, VHS s. S.46.

Februar 2023

Mi. 01.02.2023, 9.00-16.00 Uhr
Einführung Affinity Publisher - Durchführungsgarantie bei 2 Teilnehmenden
Villa Post, Kurs 4682H, 95,00 €, VHS s. S.46

Do. 02.02.2023-Do. 23.02.2023 (4x), 18.30-20.00 Uhr
Autogenes Training und mehr
Villa Post, Yogaraum, Kurs 3240, 40,00 €, VHS s. S.46

Do. 02.02.2023-Do. 04.05.2023 (12x), 09.30-10.30 Uhr
Rückentraining
Villa Post, Yogaraum, Kurs 3251, 76,00 €, VHS s. S.46

Sa. 04.02.2023, 9.00-16.00 Uhr
NEIN zu sagen im richtigen Moment
Villa Post, Kurs 4022, 40,00 €, VHS s. S.46

Sa. 04.02.2023, 9.00-16.00 Uhr
iPad in der Praxis
Villa Post, Kurs 4368, 56,00 €, VHS s. S.46

Sa.04.02.2023, 11.30-14.30 Uhr
Bunker-Tour - Bunker in der Kriegs- und Nachkriegszeit
Treffpunkt: vor dem Bunker, Bergstr. 98, Kurs 1143, 19,00 €, VHS s. S.46

Sa. 04.02.2023 (1x), 10.00-14.00 Uhr
PapierZen - Entspannen mit Papier
Villa Post, E.3, Kurs 2525, 25,00 €, VHS s. S.46

Sa. 04.02.2023 T.: Treffpunkt 09.15 Uhr am Hbf, RE 04 – 09.27 Uhr ab Hbf, ab Dortmund mit der RE 1 nach Kurl
Von Dortmund-Kurl zum Lanstroper Ei
Wanderung im Dortmunder Osten durch eine sanfte Hügellandschaft nach Kurl - besteigen den Aussichtspunkt „Greveler Alpen“ (70 m) - sehen uns das Lanstroper Ei an - entdecken den Lanstroper See - das alte Haus Wenge - durch den Kurler Busch geht es zurück. Wanderstrecke ca. 13 km, Selbstverpflegung ist ratsam mit Maria Arnold, SGV s. S. 45

Sa. 04.02.2023 Se.-Gruppe: Buslinie 518 - 13.45 Uhr ab Stadtmitte
Wanderung
Alte Dorfschule - Alte Stadt – Hohenlimburg mit Marianne Renneke, SGV s. S. 45

Sa. 04.02.2023 (1x), 09.00-13.00 Uhr
Der Weg zu innerer Stärke und Gelassenheit - Einführung in die Praxis der Meditation
Villa Post, Atelier, Kurs 3105, 25,00 €, VHS s. S.46

 **Malteser**
...weil Nähe zählt.



**Schnelle Hilfe
auf Knopfdruck**
Malteser Hausnotruf

Jetzt unverbindlich anrufen und mehr erfahren:
0800 9966010* oder unter  malteser-hausnotruf.de

*kostenlos

Veranstaltungskalender

So. 05.02.-2023. N.: Treffpunkt für den Rundgang: 13.00 am Hbf
Fassadenkunst in der Innenstadt
Gebr. Ludwigs – Carl Baumann – Martin Bender – u.a. mit Rita Steffen, SGV s. S. 45

Mo. 06.02.2023 (1x),
17.00-20.00 Uhr
Gedanken und Gefühle konstruktiv nutzen
Villa Post, O.4, Kurs 3264, 21,00 €, VHS s. S.46

Mo. 06.02.2023 (1x),
18.00-19.15 Uhr
Gesunde Augen im Netzwerk des Körpers - Online
Online-Kurs, Kurs 3275Z, 11,00 €, VHS s. S.46

Mo. 06.02.2023-Di. 07.02.2023,
9.00-16.00 Uhr
PC-Grundlagen -
DBB-Haus, Kurs 4206, 76,80 €, VHS s. S.46

Mo. 06.02.2023, 18.00-19.30 Uhr
Einfache Formeln mit Excel
Online-Kurs, Kurs 4526Z, 15,00 €, VHS s. S.46
(Voraussetzungen beachten)

Di 07.02.2023, 18.00-19:30 Uhr
Excel Filtern - Sortieren - Gliedern
Online-Kurs, Kurs 4527Z, 15,00 €, VHS s. S.46
(Voraussetzungen beachten)

Do. 09.02.2023 N.: Donnerstag -
Wanderung
Nachmittagswanderung mit Adele Wever, SGV s. S. 45

Do. 09.02.2023, ab 15.30 Uhr
Lesetreff 60plus
Die starken Französinen, Annie Ernaux, Literatur Nobelpreis 2022, Françoise Sagan und anderen
Ort. Stadteilbücherei Haspe s. S. 46

Do. 09.02.2023, 19.00-20.30 Uhr
Naturgärten II: Insektensterben und was wir dagegen tun können
Villa Post, Kurs 5071, entgeltfrei, VHS s. S.46

Do. 09.02.2023, 9.00-12.30 Uhr
Obstbaumschnitt
Biostation, Haus Busch 2, 58099 Hagen, Kurs 5142, 22,00 €, VHS s. S.46

Fr. 10.02.2023 um 18.00 – 20.00 Uhr
Lesetreff
Der Lese- und Literaturkreis unter der Leitung von Dr. Thoma wendet sich an literarisch Interessierte jeden Alters. Eintritt ist frei, Anmeldung nicht erforderlich. Ort: Stadteilbücherei Hohenlimburg s. S. 46

Sa. 11.02.2023 (1x), 10.00-15.00 Uhr
Experimente mit Leinwand und Farbe
Villa Post, Atelier, Kurs 2332, 42,00 €, VHS s. S.46

Sa. 11.02.2023-So. 12.02.2023,
9.00-16.00 Uhr
Excel Einführung
Villa Post, Kurs 4502, 92,80 €, VHS s. S.46

Sa. 11.02.2023, 10.00-17.00 Uhr
Film Noir - Fotografie
Villa Post, Kurs 5011, 91,50 €, VHS s. S.46

Sa. 11.02.2023
Wanderung mit Monika Hermes
Einzelheiten werden zeitnah bekannt gegeben, SGV s. S. 45

Sa. 11.02.2023 Se.-Gruppe: Buslinie 512 - 13.58 Uhr ab Stadtmitte
Kleiner Rundweg Zurstraße mit Rosemarie Maus, SGV s. S. 46

So. 12.02.2023 N.: Buslinie 511 - 13.13 Uhr ab Stadtmitte
Wanderung in Voerde
Beuke – Plessen – Voerde mit Adele Wever, SGV s. S. 45

Di.14.02.2023, 19.00-20.30 Uhr
Tiny-Haus - kleines Haus, großes Leben
Villa Post, Aula, Kurs 1458, kostenlos, VHS s. S. 46

Mi.15.02.2023, 14.30 Uhr
Wanderfreunde des SGV Hagen treffen sich zu Kaffee & Klönen
Café Lennebad, Im Klosterkamp 40, Hohenlimburg

Mi. 15.02.2023, 18.00-19.30 Uhr
Patientenverfügung, Vorsorgevollmacht, Betreuungsverfügung
Stadteilbücherei Hohenlimburg, Kurs 1901, 12,00 €, VHS s. S. 46

Mi.15.02.2023, 18.00-19.30 Uhr
Excel - Komplexe Formeln zielgerichtet einsetzen
Online-Kurs, Kurs 4530Z, 15,00 €, VHS s. S.46

Mi. 15.02.2023, 19.00-21.00 Uhr
NRWs Partnerland Ghana - Einblicke in die Geschichte und Gegenwart des westafrikanischen Landes
AllerWeltHaus, Kurs 1421, pay what you want, VHS s. S. 46

Do. 16.02.2023-Do. 23.03.2023 (5x),
18.00-19.00 Uhr
Osteoletic -Osteopathische Fitness und Prävention
Online-Kurs, Kurs 3230Z, 27,00 €, VHS s. S.46 (bitte die Voraussetzungen beachten)

Sa. 18.02.2023 H.: Buslinie 514 - 10.21 Uhr ab Stadtmitte
Von Kabel über Hengstey nach Herdecke
Naturkundliche Wanderung von der Haltestelle Heizkraftwerk am Südufer des Hengsteysees entlang, weiter nach Herdecke (E), ca. 5,5 km, Dauer ca. 4 Std, Wanderung für alle, falls möglich Fernglas mitbringen mit Christoph Rossa, SGV s. S. 45

Sa. 18.02.2023 Se.-Gruppe: Buslinie 518 - 13.46 Uhr ab Stadtmitte
Wanderung
Herdecke – Viadukt und zurück mit Rosemarie Maus, SGV s. S. 46

Sa. 18.02.2023-So. 19.02.2023 (2x),
9.00-16.00 Uhr
Passend und schlagfertig kontern.
Villa Post, Kurs 4023, 80,00 €, VHS s. S.46

Sa. 18.02.2023, 9.00-16.00 Uhr
In einem Tag zur eigenen Homepage
Villa Post, Kurs 4338, 54,00 €, VHS s. S.46

Sa. 18.02.2023, 14.00-17.00 Uhr
Social-Media-Marketing
Erfolgreich Werben mit Facebook und Instagram
Online-Kurs, Kurs 4349Z, 30,00 €, VHS s. S.46

Sa.18.02.2023-So. 19.02.2023,
9.00-16.00 Uhr

Adobe Photoshop und Adobe Photoshop Elements - Einführung in die digitale Bildbearbeitung

DBB-Haus, Kurs 4668, 92,80 €, VHS s. S.46

Mo. 20.02.2023-

Mo.13.03.2023,17.30-20.45 Uhr

MacBook optimal nutzen

Villa Post, Kurs 4363, 112,00 €, VHS s. S.46

Di. 21.02.2023

Jahreshauptversammlung der SGV-Skigilde

Beginn 19.00 Uhr Geschäftsstelle der SGV-Abteilung Hagen, Hellweg 65, 58099 Hagen (Räume der Firma Bandstahl Schulte & Co.).

Die Mitteilung gilt als Einladung an die Mitglieder der SGV-Skigilde.

Di. 21.02.2023 (1x), 18.30-20.30 Uhr

Night of Art - bei Kerzenschein

Villa Post, Aula, Kurs 2205, 32,00 €, VHS s. S.46

Mi. 22.02.2023-Mi 22.03.2023 (5x),
19.30-21.00 Uhr

Hagen, Westfalen, Preußen und die Zeit um 1850

Villa Post, Kurs 1129, 29,00 €, VHS s. S. 46

Do. 23.02.2023 (1x),
15.00-16.30 Uhr

Dynamische Entspannung - die Rossini Reise

Villa Post, Atelier, Kurs 3269, 15,00 €, VHS s. S.46

Do. 23.02.2023, 19.00-20.30 Uhr

Naturgärten III: Naturnahe Gärten als Lebensraum für Amphibien und Reptilien

Villa Post, Kurs 5072, 0,00 €, VHS s. S.46

Fr. 24.02.2023 um 18.00 – 20.00 Uhr
Lesetreff

Der Lese- und Literaturkreis unter der Leitung von Dr. Thoma wendet sich an literarisch Interessierte jeden Alters. Eintritt ist frei, Anmeldung nicht erforderlich.

Ort: Stadtteilbücherei Hohenlimburg s. S. 46

Sa. 25.02.2023-So. 26.02.2023 (2x),
09.00-13.00 Uhr

Meditationswochenende - Prinzipien und Techniken der Meditation

Villa Post, Atelier, Kurs 3122, 70,00 €, VHS s. S.46

Sa.25.02.2023, 9.00-16.00 Uhr

Video Easy

Villa Post, Kurs 4600, 40,00 €, VHS s. S.46

So. 25.02.2023 N.:

S 5 - 12.50 Uhr ab Hbf

Ausflug zu historischen Stätten in Alt-Wetter

Besondere Villen – Rathaus – Freiheit – Grabstätte Gustav Vorsteher mit Rita Steffen, SGV s. S. 45

Sa. 25.02.2023 Se.-Gruppe: Buslinie
542 - 13.35 Uhr ab Stadtmitte

Wanderung

Martinstr. - ehem. Klöcknergelände – Niederhaspe mit Marianne Renneke, SGV s. S 45

März 2023

Mi. 01.03.2023-Mi. 15.03.2023 (3x),
18.00-19.30 Uhr

Arbeitsrecht in der Praxis

Villa Post, Kurs 1811, 26,00 €, VHS s. S. 46

Mi. 01.03.2023-Mi. 29.03.2023 (5x),
09.00-12.00 Uhr

Nähtreff Mittwoch Vormittag

Villa Post, Werkraum, Kurs 2608, 99,00 €, VHS S. S.46

Do. 02.03.2023-Do. 30.03.2023 (5x),
18.00-21.15 Uhr

Einkommensteuer 2021

Villa Post, Kurs 1807, 72,00 €, VHS s. S. 46

Do. 02.03.2023-04.05.2023,
15.00 Uhr- 16.00 Uhr

„Fit und Gesund im 2. Lebensabschnitt“

Ort: Ev. Gemeindehaus Markuskirche, Rheinstr. 26, Info und Anmeldung: K. Wagner Tel.: 02330/3819, Kneipp-Verein Hagen E.V

Do. 02.03.2023-04.05.2023,
13.00 Uhr-14.00 Uhr

„Denken macht Spaß“

Ort: Ev. Markus Gemeinde, Rheinstr. 26, Info und Anmeldung. K. Wagner Tel.: 02330/3819, Kneipp-Verein Hagen E.V.

Fr. 03.03.2023-Fr. 31.03.2023 (5x),
09.00-12.00 Uhr

Nähtreff Freitag Vormittag

Villa Post, Werkraum, Kurs 2618, 99,00 €, VHS s. S.46

Sa. 04.03.2023, 11.30-14.30 Uhr

Bunker-Tour - Bunker in der Kriegs- und Nachkriegszeit

Treffpunkt: vor dem Bunker, Bergstr. 98, Kurs 1145, 19,00 €, VHS s. S. 46

Sa. 04.03.2023

Jahreshauptversammlung der SGV-Abteilung Hagen

Beginn 12.30 Uhr im Gasthaus Humpert am Höing, Fleyer Str. 123. mit Ehrung der Jubilare, Diese Mitteilung gilt als Einladung an unsere Mitglieder.

So. 05.03.2023 N: Buslinie 542 -
12.30 Uhr ab Stadtmitte

Frühling in Garten und Wald

Höing – Kleingärten – Fleyer Wald mit Vinckegrab – Lennetal mit Erich Gatzke, SGV s. S. 45



Orthopädie · Schuhtechnik

kreuzer

Passt gut, geht gut!



- Individuelle Einlagen
- orthop. Schuhe nach Maß
- orthop. Schuhveränderungen
- Schuhe für Diabetiker
- Bequem- /Aktivschuhe
- Video - Laufbandanalyse
- Kompressionsstrümpfe und Bandagen
- Schuhreparaturen

Hochstr. 72
58095 Hagen

Tel. 02331/24481
www.a-kreuzer.de

Unsere Öffnungszeiten:
Mo. - Fr. 9.00 - 18.30 Uhr

Veranstaltungskalender

Mo. 06.03.2023-Mo. 17.04.2023,
18.00-22.00 Uhr
**Rhetorik II: Verhandeln, Diskutieren,
Argumentieren**
Villa Post, Kurs 4004, 141,00 €,
VHS s. S.46

Mo. 06.03.2023-
Fr. 10.03.2023, 9.00-14.00 Uhr
Social-Media-Web 4.0 -
Durchführungsgarantie ab 2 TN
Villa Post, Kurs 4346, 412,50 €,
VHS s. S.46

Di. 07.03.23, 18.30 bis 20.00 Uhr
**Informationsabend zur Ausbildung
Mediator*in**
Villa Post, Kurs 4F192, entgeltfrei,
VHS s. S.46

Di. 07.03.2023-Di. 23.05.2023 (10x),
15.45-17.15 Uhr
**Fit von Kopf bis Fuß - Gedächtnis-
training**
Villa Post, Yogaraum, Kurs 3280,
85,00 €, VHS s. S.46

Mi. 08.03.2023-Mi. 10.05.2023 (8x),
18.00-21.00 Uhr
Keramikwerkstatt
Villa Post, Keramikraum, Kurs 2510,
128,00 €, VHS s. S. 46

Do. 09.03.2023-Do. 30.03.2023 (4x),
18.30-20.00 Uhr
Autogenes Training und mehr
Villa Post, Yogaraum, Kurs 3245,
40,00 €, VHS s. S.46

Do. 09.03.2023 N.: Donnerstag -
Wanderung
Nachmittagswanderung mit Adele
Wever, SGV s. S. 45

Do. 09.03.2023, ab 15.30 Uhr
Lesetreff 60plus
Landleben-Stadtleben literarisch, Texte
von Dörte Hansen, Julie Zeh und
anderen
Ort: Stadtteilbücherei Haspe s. S. 46

Fr. 10.03.2023 um
18.00 Uhr – 20.00 Uhr
Lesetreff
Der Lese- und Literaturkreis unter der
Leitung von Dr. Thoma wendet sich
an literarisch Interessierte jeden Alters.
Eintritt frei, Anmeldung nicht erforder-
lich.
Ort: Stadtteilbücherei Hohenlimburg
s. S. 46

Sa. 11.03.2023 (1x), 10.00-16.30 Uhr
Collage - witzig und illustrativ
Villa Post, E.3, Kurs 2328, 60,00 €,
VHS s. S.46

Sa. 11.03.2023 (1x), 11.00-14.00 Uhr
**Gedanken und Gefühle
konstruktiv nutzen**
Villa Post, E.1, Kurs 3265, 21,00 €,
VHS s. S.46

Sa. 11.03.2023 N.:
RE 7 – 12.39 Uhr ab Hbf
Frühlingsblüher in Wuppertal
Ein Spaziergang auf der Hardt mit Rita
Steffen, SGV s. S. 45

Sa. 11.03.2023, 10.00-17.00 Uhr
**Atmung, Stimme, Körpersprache ge-
zielt und wirkungsvoll einsetzen**
Durchführungsgarantie ab
2 Teilnehmern
Villa Post, Kurs 4012, 240,00 €,
VHS s. S.46

Sa. 11.03.2023, 9.00-13.00 Uhr
Geocaching mit dem Smartphone
Treffpunkt: Stadtteilhaus Vorhalle,
Kurs 4319, 35,00 €, VHS s. S.46

Sa. 11.03.2023, 9.00-16.00 Uhr
Ihr erstes digitales Fotobuch
DBB-Haus, Kurs 4633, 40,00 €,
VHS s. S.46

So. 12.03.2023 N.: Buslinie 515 –
13.06 Uhr ab Stadtmitte
Wanderung am Hengsteysee
Hengsteysee - Harkortsee – Herdecke
mit Adele Wever

So. 12.03.2023 Se.-Gruppe: Buslinie
517 - 13.46 Uhr ab Stadtmitte
Ausnahme: Sonntags,
Kirschblüte in Schwerte
Lennearena – Lennebad mit Marianne
Renneke

Mo. 13.03.2023-Di. 14.03.2023,
16.30-19.45 Uhr
**Erste Schritte mit dem
Android-Tablet/Smartphone**
DBB-Haus, Kurs 4314, 54,00 €,
VHS s. S.46

Mo. 13.03.2023-Fr. 17.03.2023,
09.00-16.00 Uhr
**Fit fürs Büro: MS-Office
professionell nutzen**
DBB-Haus, Kurs 4430, 232,00 €,
VHS s. S.46

Mo. 13.03.2023-Fr. 17.03.2023,
9.00-13.00 Uhr
PC-Grundlagen in Muße
Villa Post, Kurs 4776, 102,00 €,
VHS s. S.46

Di. 14.03.2023-Di. 28.03.2023 (3x),
18.00-20.15 Uhr
Mietrecht
Villa Post, Kurs 1801, 44,00 €,
VHS s. S. 46

Mi. 15.03.2023, 14.30 Uhr
**Wanderfreunde des SGV Hagen tref-
fen sich zu Kaffee & Klönen**
Café Lennebad, Im Klosterkamp 40,
Hohenlimburg

Mi. 15.03.2023, 19.00-21.00 Uhr
**Musik gibt Kindern und Jugendlichen
eine Chance - Vortrag und Konzert
des Duo Manzanar**
AllerWeltHaus, Kurs 1431, pay what
you want, VHS s. S. 46

Mi. 15.03.2023-Mi. 29.03.2023,
18.30-20.00 Uhr
Erben und Vererben
Villa Post, Kurs 1919, 25,00 €,
VHS s. S. 46

Fr. 17.03.2023 um 18.00 Uhr bis ca.
19.30 Uhr
Lesetreff
Anlässlich der „Nacht der Biblio-
theken“ in NRW liest die bekannte
Hagener Autorin Marlies Ferber zum
Motto „Grenzenlos“ aus ihrem Buch
„Zugvögel“ vor.
Eintritt ist frei, Anmeldung nicht
erforderlich. Weiter Infos unter der
Telefon-Nr.: 02331/207-4297. Ort:
Stadtteilbücherei Haspe s. S. 46

Sa. 18.03.2023 N.: Buslinie SB 72
- 12.55 Uhr ab Stadtmitte
**Barmer Teich, Schlehenblüte am
Tüßfeld und**
Erdgeschichte an der Donnerkuhle
Hünenpforte, Barmer Teich, Don-
nerkuhle, Weißenstein, Mastberg/
Dreibuchen nach Haßley (E), ca. 3
km, Zeitbedarf ca. 2 Std, Wanderung
für alle, falls möglich Fernglas mitbrin-
gen, mit Christoph Rossa, SGV s. S.
46

Sa. 18.03.2023 Se.-Gruppe: Buslinie
516 – 13.35Uhr ab Stadtmitte
**Rundweg Schloss Werdringen mit
Rosemarie Maus, SGV s. S. 46**

Sa. 18.03.2023, 14.00-17.15 Uhr
PC, Notebook, Ultrabook, Tablet oder Smartphone? Ein Kaufberatungsminar.

DBB-Haus, Kurs 4249, 27,00 €, VHS s. S.46

Sa. 18.03.2023, 9.30-12.45 Uhr

Ganz einfach: Knipsen mit dem Smartphone

DBB-Haus, Kurs 4324, 27,00 €, VHS s. S.46

Sa. 18.03.2023, 9.00-14.00 Uhr

Fälschungen im Internet erkennen -

Villa Post, Kurs 4347, 40,50 €, VHS s. S.46

So. 19.03.2023 N.: Treffpunkt 14 Uhr an der Wandertafel Stadtgarten

Frühling lässt sein blaues Band Lyrische Wanderung im Hagener Stadtwald,

Dauer ca. 2,5 – 3 Stunden, ca. 6 km, anschließend Einkehr in die Waldlust mit Markus Liffers, SGV s. S. 45

Mo. 20.03.2023-Mi. 22.03.2023, 9.00-16.00 Uhr

Excel Einführung und Aufbauwissen

Villa Post, Kurs 4512, 139,20 €, VHS s. S.46

Di 21.03.2023, 18.00-19.30 Uhr

Pflegestufe/Pflegegrade

Villa Post, Kurs 1905, 12,00 €, VHS s. S. 46

Di. 21.03.2023 (1x), 18.30-20.30 Uhr

Night of Art - Kreativ werden, Spaß haben

Villa Post, Aula, Kurs 2210, 32,00 €, VHS s. S.46

Mi. 22.03.2023, 16.00-18.00 Uhr

Hohenhof und Stirnband - Schätze des Jugendstils

Treffpunkt: vor dem Hohenhof, Stirnband 10, 58093 Hagen, Kurs 1171, 9,00 €, VHS s. S 46

Mi. 22.03.2023-Mi 03.05.2023, 17.30-20.45 Uhr

PC-Grundlagen für Ältere

DBB-Haus, Kurs 4708, 96,00 €, VHS s. S.46

Fr. 24.03.2023 um 18.00 – 20.00 Uhr
Lesetreff

Der Lese- und Literaturkreis unter der Leitung von Dr. Thoma wendet sich an literarisch Interessierte jeden Alters. Eintritt frei, Anmeldung nicht erforderlich.

Ort: Stadtteilbücherei Hohenlimburg s. S. 46

Fr. 24.03.2023, 17.00-19.15 Uhr

Hagener Kinos

Erzählcafé „Altes Backhaus“, Kurs 1203, 2,00 €, VHS s. S. 46

Fr. 24.03.2023 N.: Treffpunkt 14.50 Uhr an der Hünenpforte

Frühlüher Spaziergang zwischen Donnerkuhle und Weißenstein

eine spannende Zeitreise mitten in der Natur, genießen eine kräftigende „wilde“ Delikatesse, lauschen den Geschichten zu unseren heimischen Wildkräutern, erfahren warum der Bärlauch Bärlauch heißt und wie sich unsere Vorfahren für das neue Jahr stärkten. Mitzubringen sind ein kleines, verschließbares Gefäß, festes Schuhwerk und gute Laune.

Die von Katja Jensen geführte Wanderung dauert ca. 2 ½ Stunden und ist für unsere Mitglieder kostenlos. Anmeldung bis 3 Tage vorher bei Günter Studzenski, Tel 5 58 23, SGV

Fr. 24.03.2023-Sa 25.03.2023 (2x), 16.00-20.15 Uhr

Nähworkshop am Wochenende

Villa Post, Werkraum, Kurs 2635, 60,00 €, VHS s. S.46

Sa. 25.03.2023 (1x), 09.00-13.00 Uhr

Der Weg zu innerer Stärke und Gelassenheit - Einführung in die Praxis der Meditation

Villa Post, Atelier, Kurs 3110, 25,00 €, VHS s. S.46

Sa. 25.03.2023 (1x), 09.30-12.30 Uhr

Kum Nye Yoga Workshop

Villa Post, Yogaraum, Kurs 3452, 22,00 €, VHS s. S.46

Sa. 25.03.2023 (1x), 10.00-15.00 Uhr

Collage und Farbe

Villa Post, Keramikraum, Kurs 2334, 42,00 €, VHS s. S.46

BESTATTUNGEN Scherbarth



Uwe Scherbarth
Inhaber

... von Mensch zu Mensch

PARGMANN Bestattungen
Lindenstraße 19 • 58089 Hagen
02331 30 15 21

Bestattungsvorsorge

■ Wir beraten Sie kostenfrei
und unverbindlich

Herdecker Bach 14 • 58313 Herdecke
02330 888 00 53

Kaiserstr. 94a • 58300 Wetter
02335 845 95 00

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



Kevin Moedebeck
Bestattungsfachkraft

Veranstaltungskalender

Sa. 25.03.2023 T.:
RE 13 – 10.02 Uhr ab Hbf
Düsseldorf einmal anders
Tonhalle – Ehrenhof - Nordpark – Kaiserswerth mit Rita Steffen,
SGV s. S. 45

Sa. 25.03.2023 Se.-Gruppe: Buslinie
510 - 13.48 Uhr ab Stadtmitte
Rundweg Dahl bis zum Sportplatz mit Rosemarie Maus,
SGV s. S. 45

Sa. 25.03.2023-So. 26.03.2023,
9.00-16.00 Uhr
Gekonnt telefonieren
Villa Post, Kurs 4040, 80,00 €,
VHS s. S.46

Sa. 25.03.2023, 9.00-16.00 Uhr
So optimieren Sie Ihre Internetseiten für Suchmaschinen
Villa Post, Kurs 4337, 40,00 €,
VHS s. S.46

Sa. 25.03.2023-So. 26.03.2023,
9.00-16.00 Uhr
**Vom spontanen Knipsen zum ge-
konnten Fotografieren - Kameratechnik und Bildkomposition**
DBB-Haus, Kurs 5002, 72,00 €,
VHS s. S.46

Sa. 25.03.2023, 19.30-21.00 Uhr
Amphibienwanderung am Kaisberg Brünninghausstr., Abzweigung z. Klärwerk Vorhalle (Am Baukey),
Kurs 5076, entgeltfrei, VHS s. S.46

So. 26.03.2023 N: Buslinie 512 -
12.04 Uhr ab Stadtmitte
Wanderung in Bathey
Bathey – Ruhrbrücke – Halbinsel – Hengstey mit Erich Gatzke,
SGV s. S. 45

Mo. 27.03.2023-Mo. 12.06.2023
(8x), 17.45-20.00 Uhr
Silberschmieden
Realschule Halden, Neubau, Wer-
kraum, Kurs 2512, 80,00 € VHS s.S,46

Mo. 27.03.2023, 10.00-11.30 Uhr
Psychologie & Design - online
Online-Kurs, Kurs 4029Z, 15,00 €,
VHS s. S.46 (Voraussetzungen
beachten)

Di. 28.03.2023, 18.00-19.30 Uhr
Gimp Ebenenmasken
Online-Kurs, Kurs 4675Z, 15,00 €,
VHS s. S.46 (Voraussetzungen
beachten)

Di. 28.03.2023-Di. 06.06.2023 (8x),
18.00
Silberschmieden
Realschule Halden, Neubau, Wer-
kraum, Kurs 2512, 80,00 €,
VHS s. S. 46

Mi. 29.03.2023, 18.00-19.30 Uhr
**Gimp Bildkorrektur und Retusche -
Online-Kurs,** Kurs 4676Z, 15,00 €,
VHS s. S.46 (Voraussetzungen beach-
ten)

Mi. 29.03.2023, 19.00-21.00 Uhr
**Lebendiges Vorhalle:
Machen, statt meckern!**
Stadtteilhaus Vorhalle, Kurs 1181,
kostenlos. VHS s. S. 46



WIR bieten Wohnqualität für alle Lebenslagen

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

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

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

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

**GWG
HAGEN**
WIR sind Zuhause!

WWW.GWG-HAGEN.DE

DR. AXEL KRACKE

MOBILE ZAHNMEDIZIN



- Kostenloses Patiententaxi
- Seniorenheim- & Hausbesuche

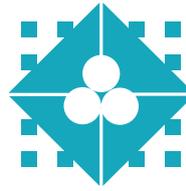
Unser Service für Gehbehinderte und Senioren

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

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



www.kkh-hagen.de



Katholisches
Krankenhaus Hagen

GESUNDHEIT GEWINNT

DAS ORIGINAL



St.-Johannes-Hospital
St.-Josefs-Hospital
Zentrum für Seelische Gesundheit Elsey

T 02331 696 0
T 02331 805 1
T 02334 984 0



Veranstaltungskalender

Wiederkehrende Termine

Die Angebote finden in der Regel unter den derzeit gültigen Coronavorschriften statt. Es ist dennoch ratsam vorab mit dem entsprechenden Anbietern tel. in Kontakt zu treten.

Termine für das Erzählcafé: Termine/Räumlichkeiten für den Literaturstammtisch und das Philosophencafé werden auf der Homepage veröffentlicht.

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

Selbsthilfe

Die Begegnungsstätte des Paritätischen, Bahnhofstr. 41, ist auch ein Treffpunkt für Selbsthilfegruppen: Pro Retina, Blindenverein, Gehörlosenverein Fortschritt, Psoriasis, Rheumaliga, Kehlkopferoperierte, 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

Selbsthilfegruppe für chronisch Nierenkranke, NierenTreff Hagen

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

Jeden Montag

09:30–10:15 Uhr & 10:15–11:00 Uhr

Aquafitness

Veranstaltungsort: Helmut-Turck-Bad im Helmut-Turck-Zentrum, Johann-Fr.-Oberlin-Str. 9–11, Infos: Begegnungsstätte, Diakonie Mark Ruhr, s. S. 44, Tel.: 38 09–4 10 oder 3809–400, Frau Wiewiorka

9:00–12:00 Uhr

Kreative Runde im Markusgemeindehaus. Rheinstr. 26, s. S.44

10:00 Uhr

Seniorenturnen im Atrium

Altes Stadtbad Haspe, Leitung: Frau Decker, Bei Interesse bitte melden s. S. 46

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

Wassergymnastik

Leitung: Brigitte Nickel, Helmut-Turck-Zentrum, Info: DRK, s. S. 44

14:00–17:00 Uhr

Offener Treff für alle

Hohenlimburg, AWO-Begegnungsstätte, Hohenlimburg am Lennepark s. S. 44

ab 15:00 Uhr

Handarbeitskreis

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

14:00–15:45 Uhr

SeniorInnen-Tanz

Leitung: E. Engelhard, Seniorenbegegnungsstätte der Ev. Dreifaltigkeits-Gemeinde, Eppenhauser Str. 152, 58093 Hagen, s. S. 44

15:00–20:00 Uhr

Schachgruppe

AWO-Begegnungsstätte Eilpe weitere Infos s. S. 44

16:00–17:30 Uhr

Französisch „Mittelkurs“

Begegnungsstätte, Diakonie Mark Ruhr s. S. 44
Tel.: 02331/38 09–4 10 oder –400, Frau Wiewiorka

18:00–19:00 Uhr & 19:00–20:00 Uhr

Bauch, Beine, Po 50+

Info: Susanne Langemann-Eyer
Tel.: 02331/4 88 34 84, Handy: 0172/1 72 97 18, Werkhof Hohenlimburg, Herrenstr. 17, 58119 Hagen, Zehnerkarte 40,00 Euro

17:00 Uhr

Gebärdensprachkurs

im Paritreff, DPWV s. S. 45

Ab 18:00 Uhr

Nordic Walking

Treffpunkt: Parkplatz Stadtgarten, Parkstreifen Alexanderstraße am Eingang zum Hameckepark.
Leitung Karlheinz Gras Tel.: 85890, Skigilde im SGV s. S. 45

19:00 Uhr

SHG Narcotics Anonymous

im Paritreff, DPWV s. S. 45

19:30 – 22:00 Uhr

Strickgruppe

offen für alle Interessenten
Johanniskirche, s. S. 44

19:30 – 21:00 Uhr

Kantatenchor

Kreuzkirche Vorhalle,
Kirchbergstraße 1, 58089 Hagen,
Tel.: 02331/81354 , Frau Voit

Jeden 1. Montag

um 15:00 Uhr i.d.R.

Bezirksverband der Frauenhilfe

Johanniskirche/Anbau
offen für alle Interessenten
Frankfurter Str. 100

18:00–21:00 Uhr

Angehörigentreffen von Demenzkranken

Gemeindehaus der Ev. Paulusgemeinde, Borsigstr. 11, 58089 Hagen, Tel.: (02331) 2 04 67 90 oder 2 04 67 58 oder 7 02 00 oder 0174/5 13 72 57
in der Regel, 14:30– 17:30 Uhr
Bezirksverband der Frauenhilfe,
Johanniskirche s. S. 44

Jeden 2. Montag im Monat

14:30–16:30 Uhr

Demenzcafé für Demenzkranke und ihre Angehörigen

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

16:00 Uhr

Frauengruppe ZWAR

Treff: Begegnungsstätte des Paritätischen Wohnfahrtsverbandes.
Bahnhofstr. 41
Info und Homepage: s. S, 45

Jeden 3. Montag im Monat

09:45–12:00 Uhr

Arbeitskreis Ehrenamtlicher Leistungen von Seniorenkreisen, Begegnungsstätte der Diakonie Mark Ruhr s. S. 44

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 Villa Post, Gebäude der VHS, Wehringhauser Str. 38 Infos:

Ch. Jacobi Tel.: 58 79 88

S. Unruh Tel.: 33 91 38

<https://zwar-hagen.jimdofree.com>

14-tätig montags

17:00–20:00 Uhr

Skatrunde im Markuskirchehaus,

Mitspieler und Gäste sind herzlich willkommen

ev. Luth Stadtkirchengemeinde s. S. 44

Alle 2 Monate am dritten Montag

SHG Glaukom

Paritreff, Bahnhofstr. 41

Jeden Dienstag:

10:00–18:00 Uhr

Wohnungswechsel oder Haushaltsauflösung

Rat und Hilfe in der „Schatzinsel“ Thomas Höfinghoff bietet Unterstützung für ältere Menschen an. Beratungstermin, Anmeldung/Kontakt unter 0160-7 96 20 99, AB für Rückruf: 02331 / 46 36 08, www.die-schatzinsel.com

10:00 Uhr

Überregionale Gruppe gehörloser Senioren, Paritreff, Bahnhofstr. 41

09:00–12:30 Uhr

Beratung in Sozialrechtsfragen und Hilfen bei der Antragstellung

SoVD Sozialverband Deutschland Bergstr. 128-130, s. S. 46

9:30–10:30 Uhr

„Fit im Sitzen“

Kursleiterin: Frau Semturis, Begegnungsstätte Diakonie Mark-Ruhr s. S. 44

ab 9:30 Uhr

Malgruppe

Begegnungsstätte, Altes Stadtbad Haspe, Leitung: Christine Oelschlegel, bei Interesse bitte melden, s. S. 44

9:30 – 10:30 Uhr

Yoga für Senioren

AWO Boelerheide s. S. 44

09:30–11:00 Uhr

Folkloretanz in der Jakobusgemeinde

Hagen-Helfe, Helfer Str. 66

14:00–15:00 Uhr

Gottesdienst für Gehörlose

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

13:30–17:30 Uhr

Spielemittag

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

Ab 14:00 Uhr

Skatrunde

Mitspieler herzlich willkommen
Info: DRK Seniorenbegegnungsstätte s. S. 44

ab 13:30

Kartenspieler

AWO Boelerheide, s. S. 44

14:00–17:30 Uhr

Skatrunde

Gäste/Mitspieler herzlich willkommen,
Info: Kulturhof Emst, Auf den Kämpfen 16, s. S. 44

14:00–16:00 Uhr

Offene Johanniskirche

14:00–20:00 Uhr

Tanz/offener Treff

AWO-Begegnungsstätte Boelerheide
Infos: s. S. 44

14:30–16:30 Uhr

Bingo

AWO Haspe s. S. 44

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, wegen den Renovierungsarbeiten nach dem Hochwasser findet das Seniorencafé beim Paritätischen Wohlfahrtsverband in der Bahnhofstr. 41 statt
Tel.: 38 60 89–0

ab 16:30-ca. 19:00 Uhr

Boulen (Pétanque)

Sportplatz des TuS Halden Herbeck, Im Alten Holz 170
Info: M. Röhring 0176 45 68 01 01
R. Reichardt 0173 9 77 47 55

17:15–20:00 Uhr

Theatergruppe DAKAPO

Es werden noch Mitschiler*innen gesucht
Ort: Im Markuskirchehaus, Rheinstr.26,

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

18:00–19:00 Uhr

„Qigong“

Kursleiterin Britta Tillmanns, Begegnungsstätte Diakonie Mark-Ruhr s. S. 44

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. 44

Jeden 1. Dienstag:

09:00–11:00 Uhr

Gemeinsames Frühstück – Gäste herzlich willkommen im Eventcafé Oller Dreisch,

Infos: s. S. 44

Veranstaltungskalender

Erzählwerkstatt

Leitung: M. Buchenau, Seniorenbegegnungsstätte der Ev. Dreifaltigkeits-Gemeinde, Eppenhauser Str. 152

Stadtsporbund Hagen e. V.

Treffen in der AWO-Begegnungsstätte Eilpe
Findet zur Zeit nicht statt

Jeden 2. Dienstag:

14:30–16:30 Uhr

Bingo

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

15:00 Uhr

SPD „60Plus“ Zusammenkunft

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

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

um 17:30 Uhr

Selbsthilfegruppe „das Herz“

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

18:00 Uhr

SHG Hernie

Paritreff, Bahnhofstr. 41

Dienstags 14-tägig

10:00–11:30 Uhr

Volkliedersingen mit Ingrid Struck

AWO Boelerheide, Infos s. S. 44

18:00–19:30 Uhr

Kreativkreis

Ev. Gemeindehaus, Vorhaller Str. 27,
58089 Hagen
Frau Senst Tel.: 02331/304264

18:30–20:00 Uhr

Bibelkreis

„Veranstaltungen 60plus“
offener Kreis, , spannende Geschichten
der frühen Christenheit (Apostel-
geschichten NT) werden gelesen und
besprochen Ort: Seniorenbegegnungs-
stätte der Ev. Dreifaltigkeits-
Gemeinde, Eppenhauser Str. 152

Jeden 3. Dienstag:

15:00 Uhr

SPD „60 Plus“

Zusammenkunft, Emst,
Info: ha.ge.we Kulturhof.Emst
Ausnahme: August!
Infos: s. S. 44

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, Schu-
lungsraum des Ev. Krankenhaus
Hagen-Haspe, Brinkmannstr. 20

Jeden 4. Dienstag:

14:30–16:30 Uhr

Bingo

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

Gesellschaftsspiele für und mit Jung u. Alt unter Anleitung

Fällt zur Zeit aus, evt. tel. nachfragen

Jeden letzten Dienstag:

jeden letzten Dienstag, 19:00 Uhr

SHG Psoriasis

Paritreff, Bahnhofstr. 41

Jeden Mittwoch:

9:30–10:30 Uhr

„Fit im Sitzen“

Kursleiterin; Frau Semturis, Begeg-
nungsstätte Diakonie Mark-Ruhr
s. S. 44

09:45–11:15 Uhr

Englisch für Fortgeschrittene

Referent: Herr Niland, Begegnungs-
stätte, Diakonie Mark Ruhr s. S. 44
Tel.: 38 09–4 10

10:00–11:30 Uhr

Gymnastik mit Katharina Tiemann

AWO Begegnungsstätte Boelerheide
Infos s. S. 44

13:30 – 17:30 Uhr

Ortsvereinstag

AWO Ortsverein Vorhalle, s. S. 44

14:00–16:00 Uhr

Strickgruppe

offen für alle Interessenten
Johanneskirche bzw. im Anbau Frank-
furter Str. 100, 58095 Hagen

14:00 – 17:30 Uhr

Seniorenclub

AWO-Begegnungsstätte Hohenlim-
burg, Infos: s. S. 44

13:00 – 17:00 Uhr

Offener Treff für alle

AWO Begegnungsstätte (Eilpe),
weitere Infos s. S. 44

14:00–17:30

Ortsvereinsnachmittag

AWO Begegnungsstätte ha.ge.we
Kulturhof Emst s. S. 44

15:00–17:00 Uhr

Frauenhilfe Markus und Frauenhilfe Fleyer Viertel

Info bei den Pfarrer*innen, Markus
Gemeindehaus

13:30–17:30 Uhr

Nähtreff

AWO Haspe/Westerbauer, Enneper
Str.81, Infos s. S. 44

13:30–17:30 Uhr

Kaffeetrinken AWO

Ortsverein AWO-Begegnungsstätte
Vorhalle,
Infos: s. S. 44

16:00–18:00 Uhr

Selbsthilfegruppen Frauen nach Krebs

Johanneskirche bzw Anbau Frankfur-
ter Str. 100. 58095 Hagen

17:30–18:30 Uhr

Frauenturnen ab 55

Turnhalle Goldbergschule, Schulstr.
9–11, TSV Hagen 1860 s. S. 46

18:00 – 19:00 Uhr

Seniorenturnen, Damen zw. 50–70,
Turnhalle am Kinder-Verkehrsgarten
(Rastebaum/Dahmsheide),

18:00 – 22:00 Uhr

Selbsthilfegruppe Herzkrankheiten
AWO Begegnungsstätte Schultenhof
weitere Infos s. S. 44

19:00–20:00 Uhr

Aerobic 50+
Info: Susanne Langemann-Eyer
Tel.: 4 88 34 84,
Handy: 0172/1 72 97 18, Werkhof
Hohenlimburg, Herrenstr. 17, 58119
Hagen, Zehnerkarte 40,00 Euro

19:00–21:00 Uhr

Johannis-Kantorei, Proben
Johanniskirche s. S. 44

Jeden 1. Mittwoch

16:00 Uhr

Blindenverein Beratung
(Sitzungszimmer), Infos: Paritätischer
Wohlfahrtsverband s. S. 44

17:30 Uhr

SHG CORP
Begegnungsstätte Paritätischer
Wohlfahrtsverband s. S. 44

14-tätig mittwochs

10:00 Uhr

Zeichnen lernen mit Trees
Paritreff, Begegnungsstätte des
DPWV, s. S. 44

15:00 – 17:00 Uhr

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

15:00–17:00 Uhr

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

Jeden 1. und 3. Mittwoch

15:00–17:00 Uhr

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

Jeden 2. Mittwoch

Bäderfahrt nach Bad Sassendorf
Stadtsporthagen e.V., Leitung:
Leni Hildebrandt, Christel Kipping;
Kosten : 27,00 Euro Busfahrt und
Eintritt, nur Busfahrt 20,00 Euro-
Gelegenheit zum Stadtbummel oder
Cafebesuch. Findet vorbehaltlich der
Corona-Vorgaben statt. Telefonische
Anmeldung erforderlich:
Tel: 02331/ 207-5108/07 od.
Leni Hildebrandt Abfahrt: 8:15 Haspe
Ernst-Meister-Platz, 8:30 Stadtmitte
Haltestelle Märkischer Ring- Nähe
Restaurant Vapiano, 8:45 Marktplatz
Emst Rückkehr ca. 14:30 Uhr,
Infos: 02331/207–5108

10:00–11:00 Uhr

**Offenes Singen mit Norbert
Neukamp**
„Maiglöckchen Chor“, Eventcafé
Oller Dreisch, Infos s. S. 44

16:00 Uhr

SHG Restless Legs
Paritreff, Bahnhofstr. 41

Jeden 3. Mittwoch

17:30 Uhr

**ZWAR Basistreffen-gemischte
Gruppe**
Treff: Begegnungsstätte des Paritätischen
Wohlfahrtsverbandes,
Bahnhofstr. 41

14:00–16:00 Uhr

**Gesprächskreis für Menschen mit
Demenz im Frühstadium**
Der Paritätische, Bahnhofstr.41, 58095
Hagen, Ansprechpartner: Selbsthilfe-
Büro Hagen:Tel: 02331/181516;
BSH gem. GmbH Seniorenzentrum :
Tel: 02331/622–700

Mittwoch ungerade Woche

ab 12:00 Uhr

Mittagstisch
AWO Vorhalle, im Stadtteilhaus
Vorhalle, s. S. 44

Jeden letzten Mittwoch- nachmittag

VdK-Veranstaltungen

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

Dezember 2022 bis März 2023

alle 2 Monate mittwochs

14:30 Uhr

Biblicher Gesprächskreis
(Blindenverein), Infos Paritätischer
Wohlfahrtsverband s. S. 44

Jeden Donnerstag

09:30–10:30 Uhr

Morgengymnastik 50+
Info: Susanne Langemann-Eyer, Tel.:
(02331) 49 83 494, Handy: 0172 / 1
72 97 18, Werkhof Hohenlimburg,
Herrenstr. 17, 58119 Hagen, Zehner-
karte 40 Euro

10:00-18:00 Uhr

**Wohnungswechsel oder
Haushaltsauflösung**
Rat und Hilfe in der „Schatzinsel“
Thomas Höfinghoff bietet Unterstüt-
zung für ältere Menschen an. Bera-
tungstermin, Anmeldung/Kontakt
unter 0160-7 96 20 99, AB für
Rückruf: 02331/46 36 08,
www.die-schatzinsel.com

ab 10 Uhr

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

9:00–10:00 Uhr und 10:00–11:00Uhr

Sitzgymnastik
AWO Begegnungsstätte ha.ge.we
Kulturhof Emst, s. S. 44

10:00–18:00 Uhr

offener Treff
AWO Haspe/Westerbauer, Hütten-
platz s. S. 44

10:00–11:00 Uhr

Gymnastik für Hochbetagte
Leitung: Karin Schwan, DRK-Senio-
renbegegnungsstätte, s. S. 44

10:30-12:00 Uhr

„Spanisch für Anfänger“
Kursleiterin: Frau Mackenberg,
Begegnungsstätte Diakonie Mark-
Ruhr s. S. 44

Veranstaltungskalender

ab 12:00 Uhr

Spielgruppen/Rommee

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

13:00 – 17:30 Uhr

Seniorenachmittag

AWO Haspe/Westerbauer, Enneper Str. 81, s. S. 44

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. 44

14:00 Uhr

Skat

AWO Begegnungsstätte Oberhagen-Mittelstadt, s. S. 44

14:00–19:00 Uhr

Ortsvereinsnachmittag

AWO Begegnungsstätte Oberhagen-Mittelstadt, s. S. 44

14:00–17:00 Uhr

Seniorentreff OV

Info: AWO-Begegnungsstätte Schultenhof, weitere Infos s. S. 44

14:00-16:00 Uhr

offene Johanniskirche

14:30–16:30 Uhr

SeniorInnen-Nachmittag

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

16:30- ca 19:00 Uhr

Boulen (Pétanque)

Sportplatz des Tus Halden-Herbeck, Im Alten Holz 170
Info: ; Röhring 0761 – 45 68 01 01
R. Reichardt: 0176 – 45 68 01 01

15:00–19:00 Uhr

Skatclub

Ansprechpartner: Erwin Pfeiffer
Tel.: 7 08 83, AWO Begegnungsstätte Eilpe, Info: s. S. 44

15:30 Uhr

Trauercafé

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

14:30–16:30 Uhr

SeniorInnen-Nachmittag

Ansprechpartnerin B. Lohe, S. Homberger, Begegnungsstätte der Ev. Dreifaltigkeits-Gemeinde, Eppenhauser Str. 152, 58093 Hagen, Tel.: 58 83 00, jeden Donnerstag Programmwechsel

16:00–17:30 Uhr

Englisch Mittelkurs

Referent: Herr Niland, Begegnungsstätte, Diakonie Mark Ruhr s. S. 49, Info Frau Wiewiorka, Tel.: 38 09–410

17:00 Uhr

SHG Spielsucht

PAritreff, Bahnhofstr. 41

17:30–18:30 Uhr

Flötenkreis für Erwachsene

Frau Büscher, Tel.: 02335 / 6 66 18, Ev. Gemeindehaus, Vorhaller Str. 27, 58089 Hagen, Frau Büscher
Tel.: 02335 / 6 66 18 s. S. 44

18:00–22:00 Uhr

Selbsthilfegruppe Angst

Ansprechpartner: Herr Niesen, AWO-Begegnungsstätte Schultenhof
Infos: s. S. 44

Ab 17:30 Uhr

Cardiotraining

Leitung: Sabine Burbach Tel.: 58 73 35, Turnhalle Boelerheide, Kapellenstraße, Skigilde im SGV s. S. 46

Donnerstag jede gerade Woche

14:00–17:00 Uhr

Bingo-offen für alle

AWO Boelerheide s. S. 44

Jeden 1. Donnerstag

15:00 – 17:00 Uhr

Treff Ostdeutscher Frauen

AWO Hohenlimburg s. S. 44

15:00 Uhr

Seniorenstunde Kaffetrinken und interessante Vorträge

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

15:30 Uhr

Trauer-Café

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

15:30–17:30 Uhr

Demenzcafé für Demenzkranke und ihre Angehörigen

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

19:30 Uhr

Ökumenisches Abendgebet

im Gemeindezentrum, Helfer Str. 66

Jeden 1. und 3. Donnerstag

14:00 Uhr

Musik- und Singegruppe

Paritreff, Bahnhofstr. 41

Jeden 2. Donnerstag

14:00–17:30 Uhr

Tanz mit Live Musik

Egon Müller, AWO Hilfe/Fley s. S. 44

14-Tägig Donnerstag,

16:00-17:30 Uhr

Krebsselbsthilfegruppe für Männer

Ort: Markusgemeindehaus, Rheinstr. 26

Jeden 2. und 4. Donnerstag

16:00–19:00 Uhr

Betreuungsnachmittage , Alzheimer -Demenz-Selbsthilfegruppe

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

16:00–19:00 Uhr

Betreuung von Demenzkranken

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

Jeden 3. Donnerstag

14:00–16:00 Uhr

Café Formular

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

Jeden letzten Donnerstag

15:00–17:00 Uhr

Gesprächskreis für pflegende Angehörige von Demenzkranken

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

Jeden Freitag

7:30–11:00 Uhr

Marktfrühstück

AWO Begegnungsstätte Vorhalle, im Stadtteilhaus Vorhalle, Gebühr, Infos s. S. 44

8:30–11:30 Uhr

Frühstück mit Freunden

AWO Haspe/Westerbauer, Hüttenplatz 44, Voranmeldung erwünscht

09:30 – 11:00 Uhr

Ganzheitliches Gedächtnistraining

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

10:00-11:00 Uhr

Senioren sport

Ort: Markusgemeindehaus, Rheinstr. 26

10:00–10:45 Uhr

Sitzgymnastik mit Katharina Tiemann

Eventcafé Oller Dreisch, Kosten je Monat 10,00 Euro, Einstieg jederzeit, Info s. S. 44

12:00 – 14:00 Uhr

Mittagessen

AWO-Hohenlimburg, s. S. 44

14:30-16:00 Uhr

Café Willkommen-Sprachcafé

Ev.-luth Stadtkirchengemeinde Johanneskirche s. S. 44

14:30–17:00 Uhr

Treffpunkt für Jung und Alt

Gäste sind herzlich willkommen!
Kuhlerkamp/Wh, Eventcafé Oller Dreisch Infos: s. S. 44

ab 15:30 Uhr

Ortsvereinsnachmittag

AWO Boele-Hengsytsey, s. S. 44

Jeden 1. und 3. Freitag

8:30–11:30 Uhr

Frühstück mit Freunden

AWO Haspe/Westerbauer, Hüttenplatz 44, Voranmeldung erwünscht

Jeden 2. Freitag

17:00 Uhr

ZWAR Kochgruppe

Paritreff, Bahnhofstr. 41

Jeden 2. und 4. Freitag

Treff des Lese- und Literaturkreis

unter der Leitung von Dr. Hartmut Thoma, Teilnahme kostenlos, keine Anmeldung, Einstieg jederzeit möglich, weitere Info unter Tel.: 02331/207-4477

Jeden Samstag

10:30 – 12:00 Uhr

Bewegung und Sport für Senioren

Mehrzweckraum Hoheleye, TSV Hagen 1860 s. S. 46

10:00-13:00 Uhr

offene Johanneskirche s. S. 45



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

Veranstaltungskalender

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. 44

Jeden 2. Samstag

11:00 Uhr

„Literaturstammtisch“

Erzählcafé „Altes Backhaus“ e. V., Langestr. 30, 58089 Hagen
Eintritt: 5,00 Euro
Tel.: (02331) 33 16 57

Jeden 3. Samstag

14:00 – 16:00 Uhr

Blinden- und Sehbehindertenverein

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

Jeden letzten Samstag

Gemütliche Plauderstunde mit dem Verein Älter werden mit Freu(n)den

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

Jeden Sonntag

10:30 - ca. 13:00 Uhr

Boulen (Pétanque)

Sportplatz des Tus Halden-Herbeck, Im Alten Holz 170
Info: ; M. Röhring 0176 45 68 01 01
R. Reichardt: 0173 – 9 77 47 55
Kirchcafé nach dem Gottesdienst
Ort: Markusgemeinde, Rheinstr. 26 s. S.45

17:00-20:00 Uhr

Theatergruppe DAKAPO

Es werden noch Mitspieler*innen gesucht

Jeden 2. Sonntag

11:00 Uhr

„Philosophencafé“

Leitung: I. Schürmann, Erzählcafé „Altes Backhaus“ e. V., Lange Str. 30, 58089 Hagen, Tel. 33 16 57
E. Schäfer oder zu den Öffnungszeiten, Eintritt 5,00 Euro

14:30–16:30 Uhr

„Darf ich bitten?“

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

Frühstück

Mo.–Fr. 09:30–12:00 Uhr

Café Novum Frühstück für den kleinen Geldbeutel

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

Mittagstisch

Di. & Do. 12:00–14:00 Uhr

Begegnungsstätte Haspe

Hüttenplatz 44, Voranmeldung: 41477

Mo.–Fr. von 11:30–14:00 Uhr

Eventcafé Oller Dreisch

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

Mo.–So. ab 12:00 Uhr

Ev. Altenwohnheim Dahl

Zum Bollwerk 13 Tel.: 02337 47 47–0

Mo.–Fr. von 12:00–13:00 Uhr

Cafeteria „Köhlerweg“

Köhlerweg 5, 58093 Hagen, Tel.: 933 76 71, Anmeldung erwünscht, 4,50 Euro je Menü

Mo.–Fr. von 12:00–13:30 Uhr

Cafeteria „Ma(h)lzeit?!“

Bergstr. 81, 58095 Hagen
Tel.: 918 430

Mo.–Fr. von 12:00–14:00 Uhr

Sa.–So. von 12:30–14:00 Uhr

Ev. Krankenhaus Hagen-Haspe

Cafeteria, Brusebrinkstr. 20, 58135 Hagen

Mo.–Fr. von 12:00–14:00 Uhr

Roncalli-Haus

Boeler Kirchplatz 15, Tel.: 4 83 24 15

Mo.–So von 12:00–13:00 Uhr

Friedhelm-Sandkühler-Seniorenzentrum

Hüttenplatz 46–49, 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 (alle 14 Tage)

AWO Ortsverein Vorhalle

„Futtern wie bei Muttern“
Vorhaller Str. 36, s. S. 44

Mo.–Fr. von 12:00–13:15 Uhr

DRK-Haus

Speiseraum im Gartengeschoss
Feithstr. 36, Tel.: 95 89 22 o. 5 50 65

wird zurzeit nicht abgeboten

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

Service-Wohnen mit Ambiente im Alten Stadtbad Komfort und Sicherheit im Alten Stadtbad Hagen-Haspe

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

Was ist das Besondere am Wohnen im Alten Stadtbad?

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

Für wen kommen die Wohnungen in Frage?

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



Andrea Krämer

Wie groß sind die Wohnungen?

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

Welche Unterstützungs-Möglichkeiten gibt es vor Ort?

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

Was für Aktionen gibt es in der Hausgemeinschaft?

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

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



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

Dann vereinbaren Sie jetzt einen Besichtigungstermin.

„Mit Sicherheit!“
im Alten Stadtbad Haspe
Komfortables Servicewohnen mit Flair

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

Veranstaltungskalender

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

Informationen und Anmeldung

AllerWeltHaus Hagen e.V.

Potthofstr. 22

Tel.: 21 41 0 / info@allerwelthaus.org

Internet: www.allerwelthaus.org

Altes Stadtbad

Atrium, Berliner Str. 115

Tel.: 4 73 90 93

Alzheimer-Demenz

Selbsthilfegruppe Hagen e. V.

Gemeindehaus Borsigstr. 11

Tel.: 2 04 67 90

AWO-Begegnungsstätte ha.ge.we

Kulturhof-Ernst

Auf dem Kämpchen 16,

Tel.: 5 44 90

Ansprechpartner: Bernd Zöhner

AWO Begegnungsstätte Hilfe/Fley

Johann-Friedrich-Oberlin-Str. 11–15,

Ansprechpartner: Margarete Taub-

horn Tel.: 02331/36816

OV Kuhlerkamp/Wehringhausen

Eventcafé Oller Dreisch,

Eugen-Richter-Str. 21, 58089 Hagen

Ansprechp.: Gerd Homm Tel.:

02331/16139 und Ralf Holstein

Tel.:02331/332775

AWO-Begegnungsstätte Vorhalle

Vorhaller Str. 36

Tel.: 3 49 32 23

AWO-Begegnungsstätte Haspe

Hüttenplatz 44, 58135 Hagen,

Tel.: 4 14 77, Ansprechpartner

S. Multhaupt

AWO-Westerbauer

Enneper Str. 81, 58135 Hagen,

Tel.: 02331/40 49 58

Ansprechpartner: Jochen Weber

AWO-Begegnungsstätte Eilpe (Schulthenhof)

Selbecker Str. 16, 58091 Hagen,

Tel.: 7 20 53, Ansprechpartner:

Anita Stolorz, Tel.: 38 113

AWO-Begegnungsstätte

Hohenlimburg am Lennepark

Im Klosterkamp 40, 58119 Hagen

Tel.: 02334/9 24 396

Ansprechpartnerin: Frau Eschenbach

AWO Begegnungsstätte

Boelerheide, Altenhagen

Gustav-Sewing-Haus, Overbergstr.

125, 58099 Hagen

Tel: 02331/68 93 97,

AWO-Begegnungsstätten

Ansprechpartner:

Frau Kieliba, Tel: 02331/38112 //

016202316461

E-Mail: anna.kieliba@awo-ha-mk.de;

Frau Stolorz, Tel.: 02331/38113

// 0162 2317273, Tel.: 02331/38113

od 0162 0231 7373, E-Mail: anita.

stolorz@awo-ha-mk.de

Eventcafé Oller Dreisch

Eugen-Richter-Str. 21, 58089 Hagen,

Tel.: 02331/93 46 833,

Mo-Fr.: 10:00–17:00 Uhr

Caritas-Seniorenreisen

Bergstr. 93, Infos: Frau Metzger

Tel.: 91 84 89

Curanum Seniorenresidenz

Hagen-Ernst

Thünenstr. 31, 58095 Hagen

Tel.: 02331/36 777 0 oder –70

Diakonie Mark-Ruhr

Begegnungsstätte Martin-Luther-Str.

11, (Wichernhaus) ab 01.01.20

Umzug Körnerstr. 84; Tel.: 02331/38

09–410 oder -400;

Luthers Waschsalon, Körnerstraße,

Öffnungszeiten:Mo–Fr. 9:00 –16:00

Uhr (Begegnungsstätte)

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: 02331/386089–21,

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

Ev. Luth - Stadtkirchengemeinde

Markuskirche, Rheinstr. 26,

58097 Hagen

Gemeindebüro Markuskirche:

Mo,Di,,Do u.Fr 9–12 Uhr

Mi 16–18 Uhr, Tel.: 02331/83929

Konzerte und Veranstaltungen s. aktuelle Aushänge, Ankündigungen, Termine unter

www.skg-hagen.de

Postanschrift: Ev.-luth Stadtkirchen-

gemeinde, Dödterstr. 10, 58095

Hagen

Ev. Familienbildung Hagen

Ev. Dreifaltigkeits-Gemeinde Hagen

Eppenhauser Str. 152, 58093 Hagen

Tel.: 02331/588300, Fax:

02331/375663

E-Mail: info@efb-hagen.de;

Web: www.efb-hagen.de

Ev. Lydia Kirchengemeinde Hagen

Evangelisches Gemeindehaus Vorhalle

Vorhaller Str. 27, 58089 Hagen

Öffnungszeiten Gemeindebüro:

Fr. 09:00–11:00 Uhr

Tel.: 02331/301367

Fax: 02331/341137

E-Mail: buero-kreuzkirche@lydia-

hagen.de

Internet: www.lydia-hagen.de

Freiwilligenzentrale

Rathausstr. 13, 58095 Hagen,

Tel.: 02331/18 41 70, E-Mail:

info@fzhagen.de, www.fzhagen.de

HAGENinfo

Im Service Center Hagen

Körnerstr. 25, 58095 Hagen,

Tel.: 02331/80 99 980

Fax: 49: 02331/80 99 988,

Öffnungszeiten:

Mo-Fr.: 9:00–17:00 Uhr,

Sa. 9:30–12:30 Uhr

Internet: www.hagen-online.de

**Ev.-luth. Stadtkirchengemeinde
Johanneskirche**

Frankfurter Str. 100, 58095 Hagen,
Kontakt: Gemeindebüro Markuskirche
Mo,Di,Do,Fr 9:00-12:00 Uhr, Mi
16:00-18:00 Uhr, Tel.: 02331/83929
E-Mail: info@skg-hagen.de
Webseite: www.skg-hagen.de
Postanschrift: Ev.-luth. Stadtkirchen-
gemeinde, Dödterstr. 10, 58095
Hagen

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

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

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 Räumen Firma
Bandstahl Schulte & Co (Hagen-
Kabel)
WanderführerInnen:
I. Mutmann Tel.: 02302/39 03 58;
M. Renneke Tel.: 6 25 45 45;
C., Rossa Tel.: 68 92 19;
R. Maus Tel.: 40 27 80;
R. Steffen 8 71 94;
G. Studzenski 5 58 23;
A. Wever Tel.: 7 33 07;
M. Liffers, Tel.: 7 39 95 60;
M. Arnold Tel.: 0231 61 03 51 57;

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



Was Hänschen nicht lernt ...

Das abfallpädagogische
Programm des Hagener
Entsorgungsbetriebs.

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

Unser abfallpädagogisches Programm besteht unter anderem aus
drei Themenfeldern:



Papierschöpfen

Vom alten Papier zum
neuen Papierbogen.



Mini-Feger

Müllsammeln auf dem
Schul-/Kitagelände.



Mülltrennung

Restmüll, Altpapier &
Gelber Sack



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

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



Premiere:
29. Oktober 2022

Weitere Vorstellungen:
13.11., 27.11., 7.12., 23.12.,
31.12.2022, 7.1., 15.1., 18.1.,
25.2., 22.4.2023

theaterhagen

www.theaterhagen.de
Theaterkasse: 02331 / 207-3218

Veranstaltungskalender

Seniorenunion der CDU Hagen

Rathausstr. 23, 58095 Hagen,
Tel.: 2 43 65

Stadtsporbund Hagen e. V.

(SSB Hagen)

Geschäftsstelle: Freiheitstr. 3, 58119

Hagen. Badefahrten: Abfahrt:

8:15 h Haspe, Ernst-Meister-Platz;

8:30 h Stadtmitte Haltestelle Mär-

kischer Ring Nähe Restaurant

Vapiano; 8:45 h Marktplatz Ernst

Anmeldung/Infos:

Mo-Mi.: 9:00–15:00, Do: 12:00 –

18:00 Uhr, Tel.: 02331/207–5107/08

obige Telefonnummern gelten auch

für die Anmeldung zur Sportfahrt

Stadtbücherei, Zentralbücherei

Springe 1, 58095 Hagen

Tel.: Auskunft+ Medienverl:

02331/207–3591 Information:

02331/207–3588;

Info Musikbücherei:

02331/207–3586; Info Kinderu.

Jugendbücherei: 02331/207–3592

Fax: 02331/207–2442

Öffnungszeiten: Mo+Di.: 10–19

Uhr; Mittwochs geschlossen; Do

10–19 Uhr; Fr. 10–19 Uhr; Sa

10–15 Uhr

E-Mail:

stadtbuecherei@stadt-hagen.de

Internet:

www.hagen.de/stadtbuecherei

Stadtteilbücherei Hohenlimburg

Stennertstr. 6–8,

(im Sparkassengebäude)

58119 Hagen Öffnungszeiten:

Mo. geschl. Die. 10–13 Uhr

u. 15–18 Uhr, Mi. 10–13 Uhr,

Do+Fr. 10–13 Uhr und 15–18 Uhr,

Tel.: 02331/ 207 4477

Stadtteilbücherei Haspe

Im Torhaus Haspe, 3. Etage,

Kölner Str. 1; Öffnungszeiten Mo,

Di 10–13 Uhr und 15–18 Uhr,

Mittwochs geschlossen, Do. 10–13

Uhr; Fr. 10–12 Uhr und 14–16 Uhr,

Tel.: 02331/2 07 42 97

Sportfreunde Westfalia Hagen von 1872 e.V.

c/o Uwe Krause, Tel.: 88 11 09,

Fax: 49 88 01 23, E-Mail:

u.krause@wwwwestfalia-hagen.de

SoVD Sozialverband Deutschland,

Sozialberatungszentrum Hagen

Bergstr. 128-130

Sprechzeiten: Mo-Do. 9:00-12:00

und 13:00-15:00 Uhr; Fr. 9:00-

12:00 Uhr

Zusatz. Terminabsprache unter:

Tel.: 02331 / 28005

Di. 09:00-12:00 Uhr Tel.:

02334/8083693

TSV Hagen 1860

Hoheleye 23, 58093 Hagen

Tel.: 02331 / 6 7777

E-Mail: info@tsvhagen1860.de

Internet: www.tsvhagen1860.de

VHS Hagen

Anmeldung, Anfragen zu Gebühren

und Ermäßigungen: Villa Post,

Wehringhauser Str. 38, 58089

Hagen, Tel.: 207 – 36 22,

Fax: 49 207– 24 43,

Mail: VHS@stadt-hagen.de

weitere Infos über die Kursangebote

im Internet: www.VHS-hagen.de

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

Vorverkaufstellen: Hagen: HAGENin-

fo, Buchhandel am Rathaus;

Hohenlimburg: Reisebüro Sikorski,

Hohenlimburger Buchhandlung,

Tabakwaren Marx: Lethmate: die

Kleine Buchhandlung

ZWAR-Frauengruppe

eine politisch und konfessionell

neutrale Gruppe, Infos:

Ch. Jacobi Tel.: 58 79 88

S.Unruh Tel.: 33 91 38

Terminübersicht

unter <http://BLOCKRD/https://>

zwar-hagen.jimdofree.com

Impressum

Briefkasten

Ihre Leserbriefe, Anregungen und Meinungen schicken Sie bitte an:

Redaktion Hagener Seniorenzeitung,

Berliner Platz 22, 58089 Hagen

Impressum Junges Altes Hagen

Herausgeber

Pflege- und Wohnberatung der Stadt Hagen

Rathaus II

Berliner Platz 22, 58089 Hagen

Telefon: 02331-207 36 26

Fax: 02331-207 20 80

Inhalt

V.i.S.d.P. Ruth Sauerwein,

Berliner Platz 22, 58089 Hagen

Titelbild: Montage einer Photovoltaikanlage,

Foto: Detlef Steinbach

Verlag und Anzeigen: Werbeagentur L. Kapp, Dortmund

Layout und Umsetzung: ideen.manufaktur | Agentur Saiko

www.ideenmanufaktur-bochum.de

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

E-Mail: herzig@werbeagentur-kapp.de

Nächster Erscheinungstermin: März 2023

Redaktionsschluss: Januar 2023

Helmut-Turck-Zentrum ORT DER BEGEGNUNG



STATIONÄRE PFLEGE, KURZZEITPFLEGE 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-hilfe@awo-www.de | www.awo-ha-mk.de



voeste
BESTATTUNGEN
VERTRAUEN SEIT GENERATIONEN

**Eigene Andachtshalle und
Abschiedsräume**

Frankfurter Str. 61a-63
Tel: 22 22 0
www.voeste-bestattungen.de

Diakonie Mark-Ruhr

Pflege und Wohnen
Ev. Pflegedienste Mark-Ruhr

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



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

Diakoniestation Hagen-Nord

Vorhaller Str. 40 | 58089 Hagen | Tel. 02331 31177

Diakoniestation Haspe | Wehringhausen

Frankstr. 7 | 58135 Hagen | Tel. 02331 42605

Diakoniestation Hagen-Mitte | Hohenlimburg

Bahnstr. 7 | 58119 Hagen | Tel. 02334 43330

Beratungszentrum Körnerstraße

Körnerstr. 82 | 58095 Hagen

Krebsberatung | Pflegeberatung

Tel. 02331 3520850 | Tel. 02331 333920

Begegnungsstätte

Körnerstr. 84 | 58095 Hagen | Tel. 02331 3520234

DA-SEIN Ambulanter Hospizdienst

Tel. 02331 3751199

Altenzentrum St. Jakobus Breckerfeld und Tagespflege Hansering

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

Bodelschwingh-Haus

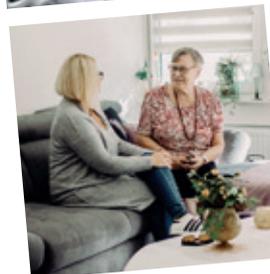
Kuhlestraße 33 | 58089 Hagen | Tel. 02331 39768-0

Evangelisches Altenwohnheim Dahl

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



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



Wir sind da.
Wo die Menschen uns brauchen.

Wir verstehen Sie.
Wir helfen Ihnen gerne.

Im eigenen Zuhause leben – mit Home Instead ist das in jedem Alter möglich.

 **Home
Instead**[®]
Zuhause umsorgt



Betreuung nach Ihren Wünschen

Wir gehen auf Ihre Wünsche ein und unterstützen Sie dort, wo Sie uns brauchen. Neben der persönlichen Betreuung und Alltagsbegleitung unterstützen wir Sie im Haushalt, bei der Grundpflege und bei Terminen außer Haus.

Initiative „KompetenzDemenz“

Wir sorgen für die angemessene und besonderen Betreuung von erkrankten Menschen. Eigens geschulte Betreuungskräfte motivieren durch aktivierende Ansprache, helfen, Tagesstrukturen zu erhalten und bieten eine vertrauensvolle Begleitung.

Rufen Sie uns gerne an!
02331 971030

www.homeinstead.de/hagen
hagen@homeinstead.de

Informieren Sie sich

Als anerkannter Betreuungs- und Pflegedienst verfügt Home Instead über die volle Pflegekassenzulassung. Unsere leitenden Pflegefachkräfte beraten Sie gerne. Unverbindlich und kostenfrei!

Mehr Lebensqualität für alle

Home Instead leistet mit den Ihnen fest zugeteilten Betreuungskräften einen entscheidenden Beitrag zu mehr Lebensqualität. Für Sie und für Ihre Angehörigen. Einfach persönlicher!

Entlastung pflegender Angehöriger

Home Instead richtet sich auch an pflegende Angehörige. Mit unserer Unterstützung können diese eine Auszeit nehmen und wieder Kraft tanken - ohne Sorgen und ohne schlechtes Gewissen.



Home Instead

Betreuungsdienste Strobel-Kaufmann GmbH
Bergischer Ring 31 · 58095 Hagen

Jeder Betrieb von Home Instead ist unabhängig sowie selbstständig und wird eigenverantwortlich betrieben.

© 2020 Home Instead GmbH & Co. KG