

# Junges Jahres



Zeitung von Senioren (nicht nur) für Senioren - Heft Nr. 55, 01 | 2023



## **Prominenten-Porträt**

Die Verlegerin und Galeristin Petra Holtmann:  
Liebe zur Kunst bestimmt ihr Leben

## **Titelgeschichte**

Frühling in Hagener Blumenläden - Lasst Blumen sprechen!

## **Veranstaltungskalender**

April 2023 – August 2023

**Gratis  
zum Mitnehmen**

# 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](http://www.johanniter.de/hausnotruf)**



**JOHANNITER**  
Regionalverband Ruhr-Lippe



## Guten Tag...

...wussten Sie, dass es das Emil-Schumacher-Museum und damit unsere Stadt Hagen bis in die Spalten der „Vogue“ gebracht hat? Wenn Sie unser Porträt von Petra Holtmann lesen, erfahren Sie dies und mehr aus dem Leben der Galeristin und Verlegerin, die ihren zweiten Wohnsitz in Bilbao hat. Offenbar ist Bilbao eine sehr lebenswerte Stadt. Auch darüber berichtet Petra Holtmann. Vielleicht sind ja ein paar Anregungen für Hagen dabei (Seite 6).

Nicht für die Haute couture stricken und häkeln die Männer und Frauen, die Brigitte Schmittat mit dem Handarbeitsvirus angesteckt hat. Bei ihnen entstehen vor allem handfeste Schals, Mützen und Socken. Aus einer kleinen Idee erwuchs Größeres, das noch lange nicht abgeschlossen ist (Seite 20).

Seit fünf Jahren besteht inzwischen das stationäre Hospiz in Hagen. Durch Brigitte Wienkötter erfahren Sie mehr über die einzigartige Atmosphäre in diesem Haus an der Rheinstr. 3 und über den Einsatz der Mitarbeiter\*innen und Ehrenamtlichen (Seite 12).

Etwas Geschichte gefällig? Peter Blatt arbeitete 30 Jahre bei der VARTA, später Hawker. Er blickt auf ein interessantes Arbeitsleben zurück. Besonders beeindruckt haben ihn immer die großen U-Bootbatterien, an denen er mitgearbeitet hat (Seite 22).

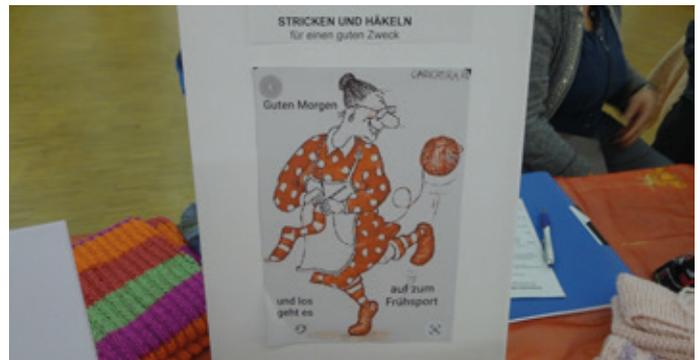
Lieben Sie die Geschichte „Der kleine Prinz“ von Antoine Saint-Exupery? Die Botschaft des weisen Fuchses „Man sieht nur mit dem Herzen gut, das Wesentliche ist für die Augen unsichtbar“ ist zum geflügelten Wort geworden. Im April und Mai können Sie mit der ganzen Familie das Stück im Theater an der Volme verfolgen. Menschen und Puppen werden ein verzauberte Atmosphäre schaffen, die Jung und Alt in den Bann zieht (Seite 14)

Das ist nur ein kleiner Einblick in die Themen dieser Ausgabe. Wir wünschen wie immer viel Spaß beim Lesen!



Die Ausstellung mit Schöpfungen des Couturiers Hannes Friedrichs begeisterte viele Besucher\*innen.

Foto: Ruth Sauerwein



Stricken und Häkeln in Gesellschaft macht Freude!

Foto: Ellen Steinbach

## Zu unserem Titelbild

Der Frühling kommt und damit die Lust auf Farben und Blumen. In unserer Titelgeschichte durchstreifen wir eine Auswahl von Blumenläden in unserer Stadt. Es ist eine zufällige Auswahl aus verschiedenen Stadtteilen. Sicher hat die Eine oder der Andere noch andere Lieblingsläden. Denn mit Blumenläden ist die Stadt reich gesegnet.

Wir wollten schon einmal einen kleinen bunten Strauß an Eindrücken und Informationen sammeln und etwas fröhliche Stimmung verbreiten. Denn die Zeiten sind ernst genug.

Zeichnung: Sigrun Dechêne

**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](mailto:info@wohnen-in-hagen.de)

[www.wohnen-in-hagen.de](http://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.

<b>Guten Tag</b>		
■	Grußwort an die Leser*innen	3
■	Zu unserem Titelbild	3
<hr/>		
<b>Unser Prominenten-Porträt</b>		
■	Die Verlegerin und Galeristin Petra Holtmann: Liebe zur Kunst bestimmt ihr Leben	6
<hr/>		
<b>Titelgeschichte</b>		
■	Frühling in Hagener Blumenläden – Lasst Blumen sprechen!	8
<hr/>		
<b>Wohnen und Mobilität</b>		
■	Für Sicherheit an der Pedale – Seniorenbeirat organisiert Pedelec-Training	10
■	Wenn die Energiekosten überfordern – das Jobcenter bietet Beratung an	10
■	Hilfen für den Alltag – Pflegekasse finanziert Unterstützungsangebote	11
<hr/>		
<b>Soziales</b>		
■	Arbeitsgruppe Digital des Seniorenbeirats: Digitale Angebote müssen seniorentauglich sein	12
■	Fünf Jahre Stationäres Hospiz Hagen	12
<hr/>		
<b>Jung und Alt</b>		
■	Theater an der Volme: „Der kleine Prinz“ soll Jung und Alt verzaubern	14
<hr/>		
<b>Gesundheit</b>		
■	Die Hagener Selbsthilfegruppe „Das Herz“ stellt sich vor	16
■	Gedicht: Corinna contra Corona	17
■	Fortschritte bei der Krebsbehandlung – Bericht vom Weltkrebstag	18
<hr/>		
<b>Hobbies</b>		
■	Stricken und häkeln für den guten Zweck	20
■	Buchbesprechung: Vom Hörsaal in den Kuhstall	20
■	Gedicht: Der Frühling schaut um die Ecke	21
<hr/>		
<b>Geschichte, Gedichte und Dönekes</b>		
■	Ein langes Arbeitsleben bei der Akku	22
■	Dattels Freunde	23
■	Alt-irischer Segenswunsch	23
<hr/>		
<b>Veranstaltungskalender</b>		
■	April 2023 – Juli 2023	25
<hr/>		
<b>Impressum</b>		
■		46

Text: Sigrun Dechêne und Brigitte Wienkötter, Fotos: Petra Holtmann

## Liebe zur Kunst bestimmt ihr Leben

Die Ausstellung über den Modeschöpfer Hanns Friedrichs war ihr bisher größter Erfolg



Petra Holtmann in der Ausstellung mit Werken des Modeschöpfers Hanns Friedrichs.

Per Videokonferenz haben wir Petra Holtmann in Bilbao/Spain digital besucht. In einem sehr lebendigen Gespräch gab uns die bekannte Hagener Kunstexpertin und Verlagsgründerin einen spannenden Einblick in ihre interessante Tätigkeit. Diese kann sie dank Internet und Digitalisierung auch von ihrem zweiten Wohnsitz in Bilbao ausüben. Sie hat die Einschränkungen der Corona-Pandemie dazu genutzt, für Verlag und Galerie eine neue Internetseite mit Online-Shop einzurichten und ihre Arbeitsabläufe zu digitalisieren, so dass sie nun überall online arbeiten kann. Mit ihrem Ehemann hat sie in Bilbao eine neue Heimat neben ihrer nach wie vor geschätzten Heimatstadt Hagen gefunden.

Mit ihrem aktuellen Museumsprojekt über den Hagener Modeschöpfer Hanns Friedrichs (1928-2012) und einem umfangreichen Katalog hat sie überregionales Aufsehen erregt. Soviel Publikumsresonanz hatte bisher keine Ausstellung seit der Eröffnung des Emil-Schumacher-Museums vor 14 Jahren. Der WDR, zahlreiche überregionale Zeitungen, selbst die „Vogue“ berichteten über die von ihr initiierte Wiederentdeckung des Hagener Modeschöpfers Hanns Friedrichs.

Seit ihrer Jugend begeisterte sie sich für alte, neue und vor allem zeitlose Mode und begann in jungen Jahren bereits mit einer bescheidenen Vintagekollektion. Nachlässe einer großen Kundschaft bereicherten nach und nach ihre Sammlung. Hanns Friedrichs Modelle waren spärlich dabei, doch die hochwertige Verarbeitung und die Tatsache, dass das Atelier über 50 Jahre in Hagen war, ließen die Idee zu einer Modeausstellung reifen. Durch einen Presseauftrag meldete sich die langjährige Assistentin und Direktorin von Friederichs, ein Glücksfall. Mit Vehemenz überzeugte sie schließlich Museumsdirektor Rouven Lotz von ihrer Projektidee – mit riesigem Erfolg.

### Der Berufsweg begann in Wuppertal

Der berufliche Weg begann für die damals 17-jährige mit einer kreativen Ausbildung. Sie machte eine Lehre zur Technischen Assistentin für Gestaltung in Wuppertal. Angeregt durch motivierende Lehrkräfte holte sie in Abendschulen ihr Abitur nach. Danach konnte sie ihren Traum verwirklichen, Archäologie, Kunstgeschichte und alte Geschichte zu studieren. Zunächst in Bochum, später dann auch in Münster, dort, wo auch Modeseminare über verschiedene Epochen angeboten wurden. Modegeschichte erstreckt sich ja vom Neandertaler, vom Renaissance-Höfling mit pompöser Ausstattung bis heute.

Nach ihrem Studienabschluss als Kunsthistorikerin begann sie mit ihrer Kommilitonin Ina Hanemann das Projekt eines Architekturführers für Hagen, den es in dieser Form bis dato noch nicht gab. Nachdem der einzige in Hagen ansässige Verlag, der das Buch verlegen sollte, in Insolvenz geriet, wagte die junge Frau den mutigen Schritt, einen eigenen Verlag zu gründen. So entstand 1996 ein eigenes Unternehmen, der ardenkuverlag (ardenkuverlag = **architektur -denkmalschutz - kunst**).

Er wurde unter anderem 1999 mit der Übernahme des populären Heimatbuchs von Horst Kniese, vielen weiteren künstlerisch und historisch interessanten Fachbüchern und Katalogen sowie einem weiteren Architekturführer für Hagen erfolgreich. Mehrere Jahre brachte sie für den Deutschen Werkbund die Zeitschrift *werkundzeit* heraus; durch sie ging der Werkbund erstmals mit einer eigenen Homepage online.

Neben der Mode und dem Verlag gilt ihre Vorliebe besonders ihrer Galerie. In idealen räumlichen Möglichkeiten ihres Verlagshauses kann sie großzügige Ausstellungsräume für Hagener Künstler bereithalten. Ein ähnliches Galerieprojekt plant sie mit großer Begeisterung jetzt auch in Bilbao. In zentraler Lage will sie zeitgenössische Kunst, Mode und Schmuck präsentieren. Bilbao ist für Petra Holtmann ein wunderbares Beispiel für zukunftsweisende Stadtpolitik.



Petra Holtmann in ihrer Galerie

## Bilbao – Beispiel für urbane Lebensqualität

Die Lebensqualität ist durch den gelungenen Stadtumbau seit der Strukturkrise in den 1980er Jahren mit der Verlagerung des Hafens, der Anlage der neuen Metro von Norman Foster und natürlich dem Bau des Guggenheim-Museums durch Frank Gehry, durch grüne Oasen, Parks, die an die Stelle von Industrieflächen traten, sehr hoch. Bilbao präsentiert sich als lebendige Großstadt mit hervorragender Infrastruktur, Cafés, Bars, Theatern und Museen, vor allem aber einer Stadtverwaltung auf höchstem internatio-

nen Niveau, die dafür sorgt, dass Bilbao eine der sichersten und saubersten Städte Europas mit hoher Aufenthaltsqualität ist. Man staunt sehr, dass Karten für Bus und Bahn weniger als einen Euro kosten, überall E-Bikes für 25 Euro im Jahr genutzt werden können und selbst die Strände an der nahen Küste mit dem Bus oder der Metro erreichbar sind. Ähnliche Errungenschaften und Angebote wünscht sich Petra Holtmann auch für das eigentlich große Potential ihrer Heimatstadt Hagen.

Eine erfolgreiche, sich gegenseitig befruchtende Zusammenarbeit von Politik und Bevölkerung sei allerdings

Voraussetzung, dieses vorhandene Potential für die Zukunft nachhaltig und hochwertig zu gestalten. Die Liebe zur urbanen Lebens- und Aufenthaltsqualität motivieren sie zu immer neuen Ideen und Aktivitäten für Hagen. Bei diesen Gedanken und Visionen ist auch ihr Ehemann unterstützender Ratgeber. Vertrauen und Zufriedenheit ihrer Kundschaft sind fast schon garantiert. Unser anregendes Videotelefonat endete mit der Verabredung eines persönlichen Treffens, sobald sie im Frühjahr wieder in Hagen ist.

*ardenkuverlag -ardenkugalerie Eduard-Müller Str. 2 58097 Hagen*



Elberfelder Strasse 76 • 58095 Hagen •  am Haus  
Tel.: 02331-1 33 90 • [www.optik-balthasar.de](http://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!

## Selbstbestimmt wohnen & nie einsam



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



**Hohenlimburger Bauverein**

0 23 34 / 95 88 - 0 Wiesenstraße 5  
[www.holibau.de](http://www.holibau.de) 58119 Hagen

Text und Fotos: Brigitte Wienkötter

## Lasst Blumen sprechen!

### Eine kleine persönliche Auswahl von inhabergeführten Hagener Blumengeschäften

#### Der Winter ging, der Frühling kam

*Der Winter ging, der Frühling kam.  
Er bringt aufs Neue wieder  
den viel beliebten Wunderkram  
Der Blumen und der Lieder.*

*Wie das so wechselt Jahr um Jahr,  
betracht' ich das mit Sorgen.  
Was lebte starb, was ist, es war,  
und heute wird zu morgen.*

*Stets muss die Bildnerin Natur  
Den alten Ton benützen.  
In Haus und Garten, Wald und Flur  
zu ihren neuen Skizzen.  
(frei nach Wilhelm Busch)*

Unsere Augen suchen im Frühjahr nach den trüben Wintermonaten nach Farbe, weil Farben sofort die Stimmung aufhellen und der Seele nach den dunklen Tagen gut tun. Ich habe für meinen Bericht die Ortsteile Fley, Boele, Boelerheide, Hohenlimburg und Epenhausen nach persönlichem Geschmack ausgewählt und in Fley begonnen.

#### Blumen Lollert (Hagen-Fley)

Inhaber Bernfried Lollert führt mit seiner Frau Sabine seit 1987 das Geschäft in Fley. Zuvor waren die beiden mit ihrem Stand seit 1984 regelmäßig auf den Wochenmärkten in allen Hagener Stadtteilen. Besonders der Markt auf der Springe war zu dieser Zeit noch sehr groß und stark frequentiert. Die Entstehung des Industriegebiets um Halden und Fley und die zunehmende Wohnbebauung dort führten dann zum Entschluss des Ehepaars, sich in Fley selbständig zu machen – wie man sieht mit Erfolg seit nunmehr 36 Jahren. Neben der regelmäßigen Stammkundschaft, die im weitläufigen nahen Industriegebiet arbeitet, gehört zum Einzugsgebiet der Ort Fley mit seinem großen Neubaugebiet, dem „Heugarten“.



Sabine Lollert

Sabine Lollert macht mit Senioren und Seniorinnen sehr positive Erfahrungen, zum Beispiel bleiben sie treue Kunden, auch wenn sie nicht mehr in Fley wohnen. Sie kommen mit dem Taxi oder auch mit einer betreuenden Person, um bei den beiden weiterhin zu kaufen oder zu bestellen. Sie sind eben „treue Seelen“, meint Sabine Lollert. Blumen nachhause oder ins Seniorenheim zu bringen gehört selbstverständlich zum Service.

#### Blumen-Goetzie (Boeler Markt)



Ute Goetzie

Inhaberin Ute Goetzie ist seit 2021 am Boeler Markt ansässig. Ein weiteres Geschäft und eine Gärtnerei betreibt sie in Plettenberg. Sie hat zwei Mitarbeiterinnen. Zuvor stand das frühere Hobby-Foto-Geschäft mitten in Boele eine zeitlang leer. Den Entschluss, sich genau dort zentral zu etablieren, hat Frau Goetzie nie bereut, hat sie doch einen für sie optimalen Standort mitten in Boele am Markt. Selbst der sehr nahe Wochenmarkt stellt keine wesentliche Konkurrenz dar. Viele Kunden schätzen auch den Vorteil, hier mit den „Johannistalern“

bezahlen zu können. Die Boeler Kundinnen und Kunden kennen diese gut. Dass sie manchmal „auch für drei Alpenveilchen zu Senior\*innen in die Wohnung fährt“, ist für sie eine angenehme Selbstverständlichkeit.

#### Blumen Stenner (Hagen-Hohenlimburg, Möllerstraße) Inhaberin Manuela Stenner

Ihr Großvater hatte 1948 nach dem Zweiten Weltkrieg zunächst einen Stand auf dem Hohenlimburger Wochenmarkt. Ihre Eltern gründeten dann später eine große Gärtnerei in Henkhausen, die jetzt ihr Bruder betreibt. Sie erinnert sich, dass ihr Großvater und ihr Vater damals noch nachts im Winter eine Holzheizung bedienen mussten, damit die Pflanzen und Blumen nicht erfroren. Sie merkt an, dass man heutzutage auch wieder zu den Holzheizungen in Form von Pellets zurück geht, nur mit angenehmerer Bedienbarkeit.



Manuela Stenner

Ihre Ausbildung hat sie „selbstverständlich nicht“ im elterlichen Betrieb gemacht, sondern ist mor-

gens um sechs Uhr mit dem Zug von Hohenlimburg nach Dortmund gefahren. Die Einstellung von Azubis sei heutzutage schwierig wie fast überall. Mit Blumen zu gestalten sei eben nicht einfach, es brauche Zeit für die floralen Kompositionen. Hierfür fehlt es häufig an Verständnis. Bei der „Pflanzenarbeit“ ist es „auch mal nass und auch mal kalt in den Räumen“.

Senior\*innen als Kunden schätzt sie ebenfalls. Sie seien „einfach lieber“. Sie haben nicht so viel „Ellbogenmentalität“ wie manche Jüngere. Sie selbst liebt ihre Arbeit. Ihr Blumenladen gehört in der Elseyer Einkaufsstraße einfach dazu.

**Blumenwerkstatt Antoniak (Hagen-Eppenhausen, Eppenhauser Straße)**  
**Inhaberin Andrea Berwe**

Andrea Berwes Mutter gründete 1984 in der Körnerstraße die Blumenwerkstatt Antoniak. Der Standort blieb dort bis 2014. Danach, so Andrea Berwe, hat sich das Hagener Publikum an diesem Standort so verändert, dass eine neue Lokalität erforderlich wurde. Sie fand sie in der Eppenhauser Straße und ist dort mit der Lage zwischen einem Supermarkt und einem Bioladen sehr zufrieden. Man kann in diversen Blumenarten und -farben schwelgen oder auch den ruhiger gestalteten grünen Bereich bewundern. Ihr Stil



Andrea Berwe

um ihre Dekorationselemente orientiert sich an skandinavischem Design. Die Kund\*innen mögen diese Form der Gestaltung außerordentlich. Senior\*innen in ihrer Kundschaft schätzt sie auch sehr und berichtet, dass dieser oft langfristig bestehende Kontakt immer zu einer fast familiären Atmosphäre führt. Andrea Berwe hat fünf Mitarbeiterinnen.

**Rosen-Neumann (Hagen-Boelerheide)**  
**Inhaberrinnen Doris Neumann und**  
**Monika Neumann-Peters**

Die Großeltern von Doris und Monika (die übrigens Zwillingsschwestern sind) haben die Gärtnerei 1906 gegründet. In den beiden Weltkriegen, die glücklicherweise wenig Schäden an der Gärtnerei angerichtet hatten, wurden vorwiegend Gemüsepflanzen

angebaut, die damals dringend benötigt wurden. Die Eltern der beiden errichteten die jetzigen angrenzenden Gewächshäuser. In diesen werden vorrangig Rosen in vielen Sorten und Farben kultiviert. Hinzukäufe des renommierten Zuchtbetriebs Tantau werten das Sortiment weiter auf. Beide beschäftigen einen Gärtner und acht Mitarbeiterinnen.

Senioren und Seniorinnen werden als Kunden sehr gemocht, wobei beide schmunzelnd zugeben, dass männliche Senioren als Kunden „einfacher zu bedienen seien“, diese würden dann gern mit einem „machen Sie das mal“ immer geduldig auf einen Strauß warten. Seniorinnen wüssten beim Kauf jedoch fast immer ganz genau, welche Wünsche sie haben.



Doris Neumann und Monika Neumann-Peters

**Verkaufen.**  
**Vermieten.**  
**Immobilien**  
**bewerten.**  
 IMMOBILIENFRITZE.DE



immobilienfritze.

Ihr Immobilienmakler aus der Region.  
**Sprechen Sie uns an!**

**02330 / 91199000**



**Sören Fritze & Yannick Opitz**

Text: Ruth Sauerwein, Zeichnung: Sigrun Dechêne

## Für Sicherheit an der Pedale

### Seniorenbeirat empfiehlt Pedelec-Training

Pedelecs erfreuen sich bei Seniorinnen und Senioren großer Beliebtheit. Kein Wunder, verschaffen sie ihnen doch neue Möglichkeiten der Mobilität. Aber es lauern bei diesen Fortbewegungsmitteln auch Gefahren. Darum empfiehlt der Seniorenbeirat die Teilnahme an Trainingsangeboten der Polizei und organisiert mit der Verkehrswacht ein Trainingsangebot.

In den Osterferien stellt die Polizei für vier Tage ihren Verkehrsübungsplatz zur Verfügung. Helme und Pedelecs müssen die Teilnehmer\*innen selbst mitbringen. Vor Ort besteht die Möglichkeit sich umzuziehen und im

Anschluss zu duschen. Das Training dauert zwei bis drei Stunden. Die Teilnahme ist kostenlos. Hinweise liegen in Hagener Begegnungsstätten aus.

Im Sommer ist ein zweites Angebot mit der Verkehrswacht geplant. Dieser Termin wird an vier Wochenenden stattfinden. Die Teilnahme kostet in diesem Fall 10 Euro.

Die genauen Termine werden noch bekannt gegeben. Jürgen Höfig, Mitglied der Arbeitsgruppe ÖPNV beim Seniorenbeirat: „Wir hoffen auf rege Beteiligung.“



Text: Ruth Sauerwein

## Wenn die Energiekosten überfordern

### Das Jobcenter bietet Beratung an / Faltblätter liegen an Bürgerämtern aus

Viele Hagener\*innen haben inzwischen die Hiobsbotschaft empfangen und wissen, wie die Energiekosten künftig das Haushaltsbudget belasten werden. Andere warten noch auf die Jahresabrechnung und die neue Abschlagzahlung.

Es ist für alle eine große Belastung, trifft aber Menschen mit geringem Einkommen besonders hart. Was tun, wenn das Einkommen wegen der hohen Heiz- und Nebenkosten nicht mehr reicht? Oder wenn die Nachzahlung so hoch ausfällt, dass man sie nicht bezahlen kann?

Das Jobcenter bietet in solchen Fällen Beratung an. Bei den Bürgerämtern liegen Informationen des Jobcenters aus. Das Angebot: eine unverbindliche Beratung darüber, ab man Anspruch hat auf staatliche finanzielle Unterstützung. Die Mitarbeiter\*innen informieren über unterschiedliche Sozialleistungen und die Zugangsvoraussetzungen und vermitteln darüber hinaus an die richtigen Stellen. Es empfiehlt sich, einen Termin zu vereinbaren.

#### Folgende Unterlagen sollten mitgebracht werden:

Die letzten drei Lohnabrechnungen und alle sonstigen Nachweise über

Einkommen (Rentenbescheide, Wohngeld, Kinderzuschlag usw.) und Nachweise über die Mietkosten sowie die letzte Heizkostenabrechnung.

**Telefonservice:** 0 23 31- 36 75 85 00

**E-Mail:**  
Jobcenter-Hagen.Energieberatung@jobcenter-ge.de

Auf dem Faltblatt finden sich auch QR-Codes, die zu den Homepages der Wohngeldstelle der Stadt Hagen, der Grundsicherung der Stadt Hagen und der Familienkasse Nordrhein-Westfalen Ost (Kindergeld und Kinderzuschlag) führen.

Text: Ruth Sauerwein

## Hilfen für den Alltag

### Pflegekasse finanziert Unterstützungsangebote

Sie haben mindestens Pflegegrad 1? Sie brauchen zwar keine Pflege, aber gelegentlich Entlastung und Unterstützung im Alltag? Oder Sie möchten Ihre Angehörigen entlasten?

Es gibt eine zunehmende Zahl von Angeboten, die hier Hilfe bieten. Suchen Sie entweder im Internet (in die Suchmaske „Entlastungsangebote“ eingeben) oder fragen Sie bei der Wohn- und Pflegeberatung im Sozialen Rathaus nach. (Telefon 02331-207 28 86).

Die Möglichkeiten sind vielfältig: Spazierengehen, Begleitung zum Arzt, gemeinsam kochen, Gardinen aufhängen, vielleicht auch mal Papierkram erledigen. Alles, was im Alltag schwer fällt oder auch fehlt, wie zum Beispiel jemand, der einfach mal zuhört.

Ab Pflegegrad 1 stehen für diese Dienstleistung 125€ zur Verfügung. Sie wird von zertifizierten Dienstleistern angeboten und über die Pflegekasse abgerechnet. Die Anbieter müssen für die Anerkennung ein Konzept vorle-

gen, ein polizeiliches Führungszeugnis verlegen, eine Versicherung nachweisen und ein Gewerbe anmelden.

Die Angebote sind eine sinnvolle Ergänzung der reinen Pflegeangebote. Für viele können sie eine Möglichkeit sein, länger zu Hause und im gewohnten häuslichen Umfeld zu bleiben. Und sie sollen Angehörige und vergleichbar nahestehende Pflegepersonen unterstützen und ihnen Möglichkeiten zur Entlastung eröffnen.

Orthopädie · Schuhtechnik

# kreuzer

Passt gut, geht gut!

Leistungen von A-Z

- Anfertigung orthopädischer
  - Einlagen
  - Schuhe
  - Zurichtungen
- Bequemschuhe
- Kompressionsstrümpfe & Bandagen
- Schuhe für Diabetiker
- Schuhreparaturen
- Spezialeinlagen für Arbeitsschuhe

Hochstr. 72  
58095 Hagen  
☎ 02331 244 81  
[www.a-kreuzer.de](http://www.a-kreuzer.de)  
Unsere Öffnungszeiten:  
Mo - Fr 9.00 - 18.00 Uhr

ortho.schuhtechnik\_kreuzer  
 Orthopaedie Schuhtechnik Kreuzer GmbH

## 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](http://www.diakonie-mark-ruhr.de)  
[karriere.diakonie-mark-ruhr.de](http://karriere.diakonie-mark-ruhr.de)

**Diakoniestation Hagen-Nord**  
Kuhlestr. 33 | 58089 Hagen | Tel. 02331 9819043

**Diakoniestation Hagen-Mitte | Hohenlimburg**  
Bahnstr. 7 | 58119 Hagen | Tel. 02334 43330

**Kirchlicher Pflegedienst Breckerfeld**  
Hansering 3a | 58339 Breckerfeld | Tel. 02338 912926

**Beratungszentrum Körnerstraße**  
Körnerstr. 82 | 58095 Hagen

**Krebsberatung** | **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.

Text: Jürgen Lohmann, Arbeitsgruppe digital

## Digitale Angebote müssen seniorentauglich sein

### Der Seniorenbeirat stellt vor – Arbeitsgruppe „Digital“



Der Seniorenbeirat vertritt die Belange der älteren Menschen in Hagen und nimmt ihre Anregungen und Wünsche entgegen. Dabei ist er Ansprechpartner für den Rat und die Verwaltung, die Bezirksvertretungen und die Wohlfahrtsverbände.

Der Seniorenbeirat versteht Seniorenpolitik als eine Querschnittsaufgabe mit vielen Handlungsfeldern entsprechend der vielfältigen Interessen und Bedürfnisse der älteren Generation. Alle Aspekte der Altenhilfe gehören ebenso dazu wie Wohnungspolitik, Stadtentwicklung und Verkehr, Kultur und Bildungspolitik, Fragen der Sicherheit und auch die Teilnahme an digitalen Inhalten und Angeboten.

Der Seniorenbeirat hat eine neue Arbeitsgruppe „Digital“ ins Leben gerufen – mit dem Ziel, bestimmte digitale Inhalte zu bearbeiten und den bisherigen Internetauftritt innerhalb „www.hagen.de“ zu verbessern.

#### Neuer Internet-Auftritt geplant

Als erste Maßnahme wurde ein „kritisches“ Auge auf den aktuellen Auftritt des Seniorenbeirates innerhalb der Internetseite der Stadt Hagen geworfen und hier zusammen mit

den zuständigen Stellen Vorschläge erarbeitet. Nach erfolgter Realisierung werden wir dies an dieser Stelle darstellen und für die Anwender erläutern.

Welche Ideen stehen noch auf der Agenda? Als nächstes ist geplant, mit der Stadt eine permanente Zusammenarbeit zu entwickeln. Dabei ist die Idee, die zukünftigen digitalen Angebote der Stadt (Personalausweise, KFZ Anmeldung usw.) auf ihre „Seniorentauglichkeit“ zu prüfen.

Spätere Schritte sind dann der Ausbau der digitalen Angebote in den Begegnungsstätten. Hier möchten wir herausfinden, welche Angebote schon vorhanden sind. Diese können dann durch entsprechende Vorschläge ergänzt werden.

Sitzungen des Seniorenbeirats sind öffentlich. Die nächste Sitzung ist am 27. April im Rathaus an der Volme.

Text und Fotos: Brigitte Wienkötter

## Lebendiger Umgang mit dem Tod

### Fünf Jahre Stationäres Hospiz Hagen



Angelika Thor, Merle Schüpphaus und Birgit Meißner (von links nach rechts)

Anlässlich des fünfjährigen Bestehens des Hagener Hospizes habe ich im Januar für unsere Zeitung diese Einrichtung besucht. Getroffen und gesprochen habe ich mit der Einrichtungsleitung Merle Schüpphaus, der stellvertretenden Pflegedienstleitung Birgit Meißner und Angelika Thor, zuständig für Qualitätsmanagement und Koordination Ehrenamt. Alle drei haben sehr offen und äußerst freundlich meine Fragen beantwortet.

In Zusammenarbeit mit der Klaus-Korte-Stiftung entstand 2018 das Hospiz in der Rheinstraße 3. Klaus Korte, der selbst in einem Hospiz ver-

starb, übertrug sein Elternhaus dieser Stiftung mit dem Auftrag, ein Hospiz für Hagen zu bauen. Ein moderner Anbau mit ansprechender Architektur ergänzt jetzt das Ursprungs Haus in einem angenehmen Wohnumfeld, und es stehen acht geschmackvoll eingerichtete Gästezimmer zur Verfügung, die so gut wie immer belegt sind.

Das Team begleitet schwerkranke und sterbende Menschen, die sich zu diesem Schritt entschlossen haben – sei es, weil sie alleinstehend sind, sei es, weil die intensive Pflege und Betreuung von den Zugehörigen nicht mehr geleistet werden kann.

Die Pflegenden, allesamt examinierte Alten- und Krankenschwestern bzw. -pfleger mit der Zusatzausbildung „Palliativ Care“, sehen es als ihren Auftrag an, den Abschied der Gäste in den verbleibenden letzten Wochen, Monaten oder auch nur Tagen so würdevoll und selbstbestimmt wie nur möglich zu gestalten. Dies tun sie mit einer ausgesprochen liebevollen und trotz aller Ernsthaftigkeit sehr lebendigen Art und Weise.

### Auch in der Coronazeit waren Besuche möglich

Die Coronazeit habe man ohne komplette Schließung überstanden. Zugehörige konnten jederzeit über den Garten zu den Gästen gelangen, da jedes Zimmer eine eigene kleine Terrasse hat und ebenerdig liegt. Allerdings merke man noch immer eine gewisse Zurückhaltung im Kontaktbedürfnis der Gäste.

Besonders perfekt organisiert ist die Zusammenarbeit mit einem Palliativmedizinischen Dienst (PKD) für Hagen, Wetter und Herdecke, dessen Räume im gleichen Bürotrakt untergebracht sind. Die ärztliche Betreuung obliegt unterschiedlichen Palliativmedizinerinnen sowie den bisherigen Hausärzten.

Um der psychischen Belastung im Umgang mit den schwerkranken und sterbenden Menschen standzuhalten, wird das Team von einem Psychotherapeuten einmal im Quartal durch die sog. Supervision betreut. Jedoch - so sind sich alle einig - sei die Atmosphäre im Haus keineswegs gedrückt, sondern oft genug auch fröhlich und „ganz normal“. Da steht dann auch schon mal ein Sektfrühstück oder ein „Feierabendbier“ für die Gäste bereit.

### Ganz wichtig: Die ehrenamtlichen Mitarbeiter\*innen

Es gibt ca. acht bis neun ehrenamtliche Mitarbeiter\*innen. Diese setzen sich, neben zahlreichen weiteren Tätigkeiten, regelmäßig mit den Gästen zum Abendbrot und gestalten



Wellnesszimmer mit Entspannungssessel für unterschiedliche therapeutische Anwendungen

diese gemeinsamen Mahlzeiten besonders liebevoll und nach individuellen Wünschen. Ebenso backen die ehrenamtlichen Mitarbeiter\*innen häufig die „leckersten“ Kuchen oder oft auch frische Waffeln, deren Duft die Gäste aus den eigenen Zimmern in das große Wohnzimmer oder die Küche lockt. Auf Wunsch werden die Waffeln auch vor den Zimmern der bettlägerigen Patienten frisch gebacken.

Ich habe von Merle Schüpphaus und Birgit Meißner erfahren, dass jetzt eine Umstellung der Speisen auf regionalen Anbau und fast ausschließlich Lebensmittel aus Bioanbau erfolgen soll. Dies soll die Qualität der Versorgung noch mehr steigern. Die Lieferung erfolgt über einen Lieferdienst aus Herdecke. Die Überprüfung der Arbeit des Hospizes erfolgt über eine Behörde der Stadt Hagen entsprechend dem Wohn- und Teilhabegesetz. Die Zusammenarbeit mit den Mitarbeiter\*innen der WTG-Behörde, den Krankenkassen ist durchweg unproblematisch. Das Hospiz ist rund um die Uhr geöffnet.

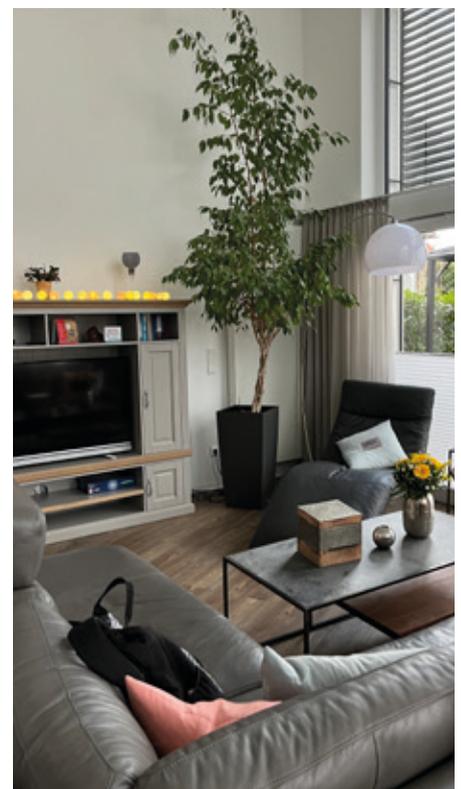
### Weitere Pläne der Heimleitung

Es soll ein Trauercafé entstehen, in dem sich Angehörige regelmäßig in bestimmten Abständen treffen. Deren Rückmeldungen haben gezeigt, dass hier ein großer Bedarf besteht.

Am 19. März 2023 gab es einen Tag der offenen Tür geben, an dem sich Besucher\*innen überzeugen können, dass auch der Umgang mit Sterben und Tod „lebendig“ sein kann. Es soll eine Grillparty geben, sogar mit Live-Musik des Duos HonigMut.

Das Beschriebene war ein persönlicher Eindruck, den ich im Gespräch mit den Beteiligten erfahren konnte. Es sollte sich ein wenig von den sachlich sehr guten Informationen der ansprechend gestalteten Internetseite unterscheiden. Dort sind weitere Eindrücke über das Hospiz einzusehen. Nach Absprache mit der Hospiz-Leitung sind Besuche möglich.

Stationäres Hospiz Hagen  
 Telefon 02331-59 83 70  
 E-Mail: [info@hospiz-hagen.de](mailto:info@hospiz-hagen.de)  
 Rheinstraße 3 - 58095 Hagen



Blick in den Aufenthaltsraum

Text: Ruth Sauerwein, Fotos: Ruth Sauerwein und Theater an der Volme

## „Der kleine Prinz“ soll Jung und Alt verzaubern

### Das Theater an der Volme plant ein Programm für die ganze Familie



Miriam Colombet bei der Arbeit an der Schlange und dem kleinen Prinzen.

Das Theater an der Volme will nach den schweren Corona-Jahren mit einem vielfältigen und facettenreichen Programm in diesem Jahr durchstarten. „Es soll für alle etwas dabei sein“, erklärt Stefan Schröder, der neue Leiter des Theaters. Dabei hat er ein Publikum im Blick, das bisher hier nicht erreicht wurde: Kinder und ihre Eltern und auch die Großeltern. Am 1. April zeigt das Theater zum Auftakt des Familienprogramms „Der kleine Prinz“ von Antoine de Saint-Exupéry.

Die Geschichte von dem Piloten, der beim Absturz in der Wüste den kleinen Prinzen trifft, ist eine zeitlose Parabel, die alle Altersgruppen auf eigene Weise anspricht. Sie steckt voller vieldeutiger Bilder und Klugheit, regt zum Nachdenken an. Andererseits ist sie ein unterhaltsames und buntes Märchen, das auf warmherzige Weise erzählt, worauf es im Leben ankommt. Die Hagener Puppenbauerin Miriam Colombet fertigte die Puppen in monatelanger Handarbeit. Der kleine

Prinz, die Schlange, die Rose und der Fuchs sind als Puppen gemeinsam mit den Schauspieler\*innen auf der kleinen Bühne im Theater an der Volme zu sehen. Geführt werden sie von der Kölner Schauspielerin und Puppenspielerin Annemarie Mayer. Regie führt Stefan Schröder, der seit diesem Jahr die Leitung des Theaters von Dario Weberg und Indra Janorschke übernommen hat.

**Annemarie Mayer und Miriam Colombet erwecken den kleinen Prinzen zum Leben**

Für das neue Angebot konnte er zwei Künstlerinnen gewinnen, die viel Erfahrung aus diesem Bereich mitbringen. Annemarie Mayer, Jahrgang 1987, gehört seit vielen Jahren zum Ensemble des Kölner Künstler-Theaters. Dort steht sie unter anderem in Stücken für Kinder und als Puppenspielerin auf der Bühne. Mit ihren Puppen und den Stücken vom „kleinen Zottel Mottel“ und vom „kleinen Eisbär“, der auf kindgerechte Weise den Klimawandel thematisiert, geht sie auch auf Tournee.

Sicher werden die Produktionen auch im Theater an der Volme zu sehen sein.

Miriam Colombet machte im Jahr 2008 am Gymnasium in Hohenlimburg ihr Abitur. Sie studierte Germanistik und Kunst und hat Erfahrungen im Schauspiel und dem Bühnenbau. Ihre große Liebe gilt dem Bau von Figuren und Puppen. Dazu sammelte sie vielfältige Erfahrungen, unter anderem in Füchtorf. Intensiv beschäftigte sie sich in der Ausbildung mit dem Bau von Klappmaul-, Stab- und Tischfiguren. Diese Figuren entführen in eine zauberhafte Welt und werden Kinderherzen sicher erobern.

Die Premiere des „kleinen Prinzen“ findet am **1. April um 15 Uhr** statt. Weitere Aufführungen sind am **10., 15. und 22. April** sowie im **Mai**. Wenn das Angebot angenommen wird, soll die Premiere Auftakt sein für viele weitere Angebote im Familienprogramm.

**Die aktuellen Termine sind zu finden unter [www.theaterandervolme.de](http://www.theaterandervolme.de).**



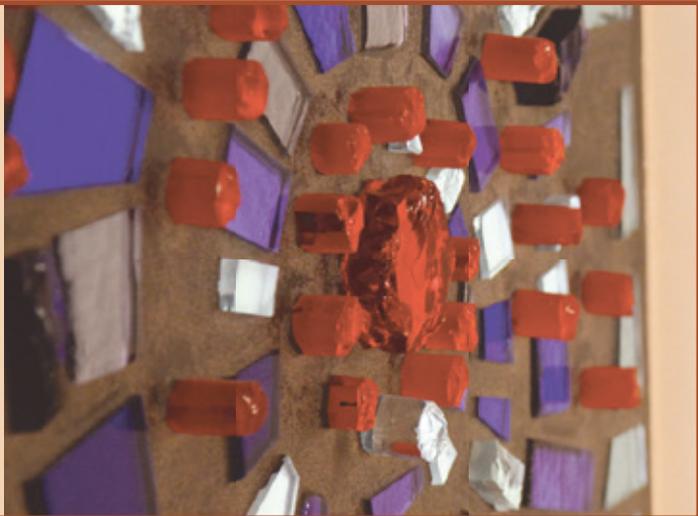
Dario Weberg (links) und Stefan Schröder vor dem Theater an der Volme.



**voeste**  
**BESTATTUNGEN**  
VERTRAUEN SEIT GENERATIONEN

**Eigene Andachtshalle und  
Abschiedsräume**

Frankfurter Str. 61a-63  
Tel: 22 22 0  
[www.voeste-bestattungen.de](http://www.voeste-bestattungen.de)







**Deutsches  
Rotes  
Kreuz**

DRK-Kreisverband  
Hagen e. V.

**Für jeden die richtige Hilfe**

<b>Stationäre Pflege</b> 02331 95890 <small>Eppenhäusen   Wehringhausen</small>	<b>Ambulante Pflege</b> 02331 902030 <small>Zentrum   Hohenlimburg</small>	<b>Tagespflege</b> 02331 95890 <small>Zentrum   Haspe   Hohenlimburg</small>
<b>Hausnotruf</b> 02331 958924	<b>Essen auf Rädern</b> 02331 3456905	<b>Betreutes Wohnen</b> 02331 9589911 <small>Eppenhäusen   Emst   Bley</small>

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



Nachhaltige  
Geldanlagen

Für Mensch  
und Umwelt.

Sprechen Sie  
uns gerne an.



Sparkasse  
an Volme und Ruhr

Text und Gespräch: Brigitte Wienkötter, Foto: Roland Wolter

## Die Hagener Selbsthilfegruppe „Das Herz“

### Austausch und Geselligkeit helfen beim Umgang mit der Krankheit

In Selbsthilfegruppen finden sich Menschen zusammen, die in ähnlichen Lebenssituationen oder von bestimmten Erkrankungen betroffen sind. Die Selbsthilfegruppe „Das Herz“ hat ihr Thema bereits im Titel.

Interview mit Norbert Hudzik, bisheriger, und Roland Wolter, zukünftiger Vorsitzender der Hagener Selbsthilfegruppe (SHG) „DAS HERZ“

**JAH:** Seit wann gibt es die SHG und wie kam es zur Gründung der Gruppe?

**Norbert Hudzik:** Während einer Veranstaltung im Jahr 2006, bei der sich viele Hagener Selbsthilfegruppen präsentierten, kam mir die Idee, eine eigene Gruppe für Herzerkrankte zu gründen. Diese nannte sich „Das Herz“, weil sie alle Herzerkrankungen wie Bluthochdruck, Herzschwäche, koronare Herzkrankheit und Herzstolpern umfassen sollte. Das Gesundheitsamt war mir bei der Gründung sehr behilflich, zumal ich damals ebenfalls betroffen war. Ich hatte eine Bypass Operation in Bad Oeynhausen erfolgreich überstanden. Daher wollte ich meine Erlebnisse, Erfahrungen und Gedanken anderen Betroffenen weitergeben.

**Wie war die damalige Resonanz?**

**Norbert Hudzik:** Diese war sehr, sehr positiv. Zur Gründung kamen über 40 Personen – Betroffene und Gäste. Aktuell nach Corona ist die Teilnahme etwas rückläufig. Natürlich ist auch das Alter der Teilnehmer und Teilnehmerinnen ein Faktor, den wir immer berücksichtigen müssen. Unsere Treffen fanden und finden bis heute immer noch einmal monatlich statt – unterstützt und gefördert durch das Gesundheitsamt der Stadt Hagen, den Krankenkassen und dem Paritätischen Wohlfahrtsverband

**Wie können wir uns so ein Treffen vorstellen? Welche Themen werden besprochen? Welche Aktivitäten finden statt?**



Info-Stand der Herzgruppe auf dem Selbsthilfetag im September 2022.

**Roland Wolter:** Im Vordergrund stehen alle gesundheitlichen Themen rund um das Herz – angefangen bei sog. Stent Operationen (Implantate zur Beseitigung von Engstellen in den Herzkranzgefäßen), weiterhin Herzrhythmusstörungen, Herzklappenerkrankungen und entzündliche Herzmuskelerkrankungen. Hierbei werden Operations- und Therapieerfahrungen ausgetauscht.

Es ist immer wieder erstaunlich, wie hoch das Interesse der Betroffenen ist und wie sehr der Austausch gemeinsamer Erfahrungen und Erlebnisse in der Gruppe zur Bewältigung der Erkrankung beitragen. Selbstverständlich bleibt alles, was berichtet wird, innerhalb der Gruppe.

**Welche Aktivitäten sind es, die Sie ansprechen?**

**Norbert Hudzik:** Wir haben viele Hagener Kardiologen zu Vorträgen eingeladen, zu Diskussionen, Erfahrungsaustausch und Informationsaustausch. Themen wie Blutdruck, Laborwerte, Atemtechnik werden häufig gestellt und besprochen. Es kamen auch Apotheker, Ernährungsberater, Heilpraktiker und Sportler. Wir erhalten zum Beispiel neue Erkenntnisse über Medikamentendosierung, Nebenwirkungen, über Atemtechnik bei Herzerkrankungen, zum Beispiel bei Panikattacken.

Darüber hinaus gab es eine Einladung nach Dresden der dortigen SHG zur Besichtigung des Max-Planck-Instituts.

**Roland Wolter:** Wir organisieren auch Grillabende, Wanderungen, Fahrten zu interessanten Vorträgen von Spezialisten, Besichtigung von Herzkliniken; zum Beispiel waren wir bei einem Vortrag eines Experten der „Deutschen Herzstiftung“ in Unna. In diesem Jahr planen wir in Hagen im Rahmen der Herzwoche im November eine weitere Veranstaltung. Wir haben ferner Verbindung zu den Herzsportgruppen in Hagen. Beim Selbsthilfetag am 17.9.2022 informierten wir an unserem Info-Stand zahlreiche Interessierte.

**Norbert Hudzik:** Unsere Pläne für die nächsten Treffen sehen vor, dass wir der Gruppe weitere Vorträge von renommierten Experten über You-Tube vorführen wollen. Die technischen Möglichkeiten werden wir mit Hilfe installieren.

**Roland Wolter:** Ich betone noch einmal die Bedeutung der persönlichen Begegnung, der Entwicklung von Bekanntschaften und Freundschaften. Verbunden mit inhaltlicher Information führt dies zu einer psychischen Stärkung. Der Zusammenhalt ist ein wichtiger Faktor, auch wegen der Erkrankungshäufigkeit im Alter.

**Was halten Sie von den neueren „Hilfsmitteln“ – den Smart-Uhren, die unter anderem die Pulsfrequenz und auch ein eigenes EKG aufzeichnen können?**

**Roland Wolter:** Es ist eine Technik, die sich durchsetzen wird. Im Moment ist sie natürlich einfach teuer. Nicht jeder ältere Herzpatient ist mit der digitalen Bedienung vertraut und meidet diese daher. Aber grundsätzlich sind sie in der Diagnosen-Stellung zum Beispiel bei Vorhofflimmern hilfreich. Man kann jedoch damit keinen Herzinfarkt diagnostisch beweisen.

### Ansprechpartner

- **Norbert Hudzik**, Tel: 02331-7 64 07  
E-Mail: norbert.hudzik@web.de
- **Roland Wolter**, Tel: 02331-68 74 96  
E-Mail: roland.wolter@t-online.de

Norbert Hudzik und Roland Wolter danken der AWO in Eilpe, die die Räumlichkeiten für die Treffen zur Verfügung stellt. Bei Interesse wird empfohlen vorab Kontakt zu den Ansprechpartnern aufzunehmen.

### Treffen: Jeden 2. Dienstag im Monat

AWO - Begegnungsstätte „Schulenhof“, die Teilnahme ist kostenlos  
Selbecker Straße 16, Bushaltestelle Eilpe - Linien: SB71, 510, 512, 516, 535

Text: Norbert Neukamp

## Corinna contra Corona...

Corona mag ich gar nicht gern –  
ich meide sie und bleib' ihr fern!  
Auch ihr Schriftbild: ziemlich trist,  
da nur ein „n“ vorhanden ist.  
Zwar gibt es dafür zweimal „o“ –  
doch das macht keinen Menschen froh!  
Im Gegenteil – denn irgendwann  
strengt das nur die Augen an!

Corinna strahlt dagegen sehr:  
Schließlich hat sie ein „n“ mehr!  
Deshalb mach' ich mich sodann  
flugs an die Corinna ran.  
Die Zahl der „nns“, die ist mir schnuppe,  
mich lockt vielmehr die kesse Puppe!  
Corona ist bald Schall und Rauch –  
ich hoff', Corinna mag mich auch...

## 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



## B D B DR. BÄCKER • DR. DOHNAU

NOTAR • RECHTSANWÄLTE • FACHANWÄLTE • STEUERBERATUNG



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

### RA u. Notar Dr. Roland M. Bäcker

Fachanwalt für Steuerrecht  
Fachanwalt für Handels- u. Gesellschaftsrecht  
Fachanwalt für Erbrecht  
Bahnhofstr. 28, 58095 Hagen, Tel.: 02331/10 99-0

Text: Ellen Steinbach, Fotos: Krebsselbsthilfe

## Fortschritte bei der Krebsbehandlung

### Veranstaltung zum Weltkrebstag / Selbsthilfegruppen helfen bei Krankheitsbewältigung



Ellen Steinbach (links) und Elke Kleine, Vorsitzende des Fördervereins Krebsselbsthilfe.

Menschen nach Krebs haben im Februar eine Veranstaltung zum Weltkrebstag organisiert. Das Thema: Krebs und Selbstsorge. In der Johannes Kirche berichtete die Referentin Birgit Kröger von einer Studie der Uniklinik Tübingen. Die zweite Referentin, Dr. med. univ. Daniela Meger-David Psycho-Onkologie & Therapie, hatte das Thema „Körper und Seele“. Sie kommt aus Essen und arbeitet unter anderem in Wuppertal in einer Rehaklinik, die viele Hagenerinnen besuchen.



Birgit Kröger, wissenschaftliche Mitarbeiterin des Uniklinikums Tübingen.

Inzwischen durchleben viele Menschen die Krebstherapien erfolgreich. Die Referentin Birgit Kröger berichtete von einer Studie der Uniklinik Tübingen zur Begleitung von Chemo- und Strahlentherapien durch Komplementärmedizin. Viele der Studienteilnehmerinnen (693) fühlten sich deutlich besser als die nicht einbezogene Kontrollgruppe (600 Patientinnen). Die angebotene Zusatzversorgung bestand in einem einleitenden Gespräch zwischen allen Beteiligten: Ärzte, Pflege, Therapie und auch mit Schafgarbe-Wickeln zur Entlastung und Unterstützung der Leber. Jederzeit konnten telefonisch Nachfragen an das Behandlerenteam gestellt werden. So einfach könnten Verbesserungen sein!

#### Versorgungslücken schließen

Trotz aller Fortschritte erkranken jährlich in Deutschland noch über 500.000 Menschen an Krebs. Das internationale Motto lautet für die nächsten drei Jahre „Versorgungslücken schließen“. In Deutschland gibt es viele Angebote der Vorbeugung und der Früherkennung. Corona hat dazu geführt, dass viele Menschen keine Arztpraxen besuchen wollten und sie damit nicht in Anspruch genommen haben.

#### Selbsthilfegruppen als Kraftquellen

Menschen nach Krebs wissen um die Betroffenheit des ganzen Menschen und häufig auch noch des Umfeldes. Langsam setzt sich auch bei Ärztinnen und Ärzten und anderen Behandlern die Erkenntnis durch: die Brust, die Niere, die Prostata usw. gibt es nicht. An einer Krebsvariante erkranken viele Menschen, aber die Verläufe sind sehr individuell.

Deshalb sind Selbsthilfegruppen auch eine wichtige Informations- und Kraftquelle für Viele. Im Hagener Raum gibt es Gruppen für Frauen nach Krebs, eine Gruppe für Darmkrebsbetroffene, eine Gruppe um die Mund-, Kiefer-, Gesichtskrebs-Erkrankten, die Gruppe Kehlkopf-Erkrankte und eine Männergruppe für Prostata-Krebs. Sie sind vernetzt zum Beispiel im Förderverein für unabhängige psychosoziale Krebsberatung, der auch die Veranstaltung durchgeführt hat.

Die Krebsberatungsstelle der Diakonie Mark-Ruhr hat Kontakte zu allen Ansprechpartnern der Selbsthilfen.

#### Kontakt

Telefon: 0 23 31 35 20 850

krebsberatung@diakonie-mark-ruhr.de



Dr. Meger-David, Ärztin und Psychoonkologin aus Essen.

 **Malteser**  
...weil Nähe zählt.



**Schnelle Hilfe  
auf Knopfdruck**  
Malteser Hausnotruf

Jetzt unverbindlich anrufen und mehr erfahren:  
☎ 0800 9966010\* oder unter 🌐 [malteser-hausnotruf.de](http://malteser-hausnotruf.de)

\*kostenlos

Seniorenzentrum  
**BSH**  
in Hagen zu Hause

- 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.



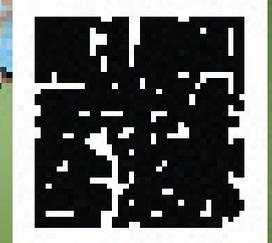
**BSH SENIORENZENTRUM BUSCHSTRASSE**  
Telefonnummer: 02331-622-0  
[www.seniorenzentrum-buschstrasse.de](http://www.seniorenzentrum-buschstrasse.de)



Dein Garten.  
Mein Zuhause.

Mach deinen Garten zu einer  
Augenweide und zu einem  
Paradies für Vögel!

Ideen und Tipps unter  
[www.NABU.de/gartenvielfalt](http://www.NABU.de/gartenvielfalt)



Text: Ellen Steinbach, Brigitte Schmittat Fotos: Ellen Steinbach und Brigitte Schmittat

## Stricken und häkeln für den guten Zweck

Brigitte Schmittat und ihre Helfer\*innen haben noch viel vor



Im Dezember stellte sich die Gruppe in der Stadtbücherei vor.

Vor drei Jahren hatte Brigitte Schmittat eine Idee: Stricken und Häkeln für einen guten Zweck! Das kann doch eigentlich jede/r. Viele Menschen hat sie in diesen Jahren schon zum Stricken und Verschenken für einen guten Zweck gewonnen. Häufig sind es Socken und Schals. Vor Weihnachten wurde sie von Schulen angefragt nach Pulswärmern, wenn es in den Klassenräumen kalt werden sollte. Aber lassen wir Brigitte Schmittat selbst zu Wort kommen:

Von gut behütet bis leicht umarmt – wünscht sich das nicht jeder Mensch? Deshalb haben wir dieses Motto gewählt. Wir Stricken und Häkeln für Krebspatienten, Senioren und Seniorinnen in verschiedenen Einrichtungen unserer Stadt Hagen: Socken, Schals, Mützen und vieles

mehr. Unsere Idee würden wir gerne auf viele Stadtteile übertragen und auf ganz Hagen ausweiten.

Zurzeit treffen wir uns in den Räumen der VHS und besprechen einmal pro Monat, wohin wir ausschwärmen. Inzwischen sind wir 12 bis 14 fleißige Zwerge (siehe Foto).

### Socken zum Vatertag

Egal ob Sie Zuhause oder in der Stadtteilgruppe für uns Stricken und Häkeln, freuen wir uns über viele fleißige Hände. Oder Sie gründen einen Stricktreff in Ihrem Stadtteil und helfen, Menschen glücklich zu sein.

Nächster Liefertermin der gestrickten Produkte: Ostern, Muttertag, Vatertag (Socken) Wir würden uns über Sockenwollspenden freuen.

### Und noch ein Gedicht!

Frau Schmittat kann nicht nur stricken Der ausgebildeten Gedächtnistrainerin fallen beim Handarbeiten die besten Gedichte ein: (auswendig zu lernen als Gedächtnistraining)

Wenn Dich Leid und Kummer plagen, wenn mal Frust und Freude fliehen:

Heiterkeit an allen Tagen ist die beste Medizin.

Warum mit den Steinen werfen, wenn Dir irgendwas nicht passt? Ärger ruiniert die Nerven, die Du dringend nötig hast.

Zwick Dich auch des Schicksals Tücke, mal von hinten mal von vorn, dann zerspringe nicht in Stücke und zerplatze nicht vor Zorn.

Wer sich ärgert kann nicht schlafen, wer nicht schläft, bekommt die Gicht. Denk, Du seist beim Fotografieren, mach ein freundliches Gesicht. Wenn wir so die Welt durchwandern fröhlich und unbeschwert, dann ärgern sich die Andern und das ist doch auch was wert.



Die fleißigen Wichtel der Gruppe „Gut behütet bis leicht umarmt“.

Text: Christa Heine

## Vom Hörsaal in den Kuhstall

Das etwas andere Buch von der Landwirtschaft

„Ab und zu sucht man etwas. Vielleicht sogar mehr oder weniger verzweifelt. Manchmal findet man „es“ dann auch. Ist vielleicht – oder vielleicht auch nicht – zufrieden damit.

Und dann gibt es diese seltsamen Augenblicke...

Da findest du etwas, ohne dir darüber im Klaren gewesen zu sein, überhaupt danach gesucht zu haben.“ (Zitat der Autorin)

Bücher über Aussteiger gibt es mittlerweile eine ganze Menge, und das ein oder andere hat sicherlich unser Leser auch schon in der Hand gehabt. Viele Dinge wiederholen sich - aber dieses Buch ist ein klein wenig anders.

Die Autorin legt großen Wert auf die Tiere, die in diesem Buch „mitspielen“, ja, sie hat Respekt vor ihnen und nimmt uns mit in die Welt der Hoftiere, die allesamt eine besondere Prägung haben, so wie wir Menschen auch.

Nach einem Wanderurlaub in den Lienzer Dolomiten Kärntens lernt sie auf dem angeschlossenen Campingplatz eines Bauernhofs das Arbeiten mit Tieren kennen und beschließt, nach einem Gäste-Schnupperkurs im Kuhstall, dort nach einem Praktikumsplatz zu fragen. Obwohl sie kurz vor Ihrer Abschlussarbeit an der Uni steht. Es klappt dann auch nach anfänglichem Hin und Her.

Aus diesem Praktikumsplatz wird ein Jahr...und noch eines...und die Autorin verliebt sich in dieses „andere Leben... möchte bleiben, Liebesgeschichte inklusive, und daraus entstand dieses Buch.

Madeleine Becker nimmt uns mit in die Arbeit im Kuhstall, auf die Sommeralm, zu den Hühnern, den Schweinen, den Hasen, den Kuschelkatzen und in den Selbstversorger-Garten. Und nicht zuletzt zu den vielen Dingen, die nicht rund laufen, die zum Nachdenken anregen (nachzulesen im Kapitel: „Über das, was ich nicht erzähle“). Durchaus kritische Betrachtungen zur heutigen Hofwirtschaft und Tierhaltung.

Sie selbst hat zu allen Tieren ein besonderes Verhältnis, schon allein, weil alle Namen tragen und somit eine Persönlichkeit sind. Es hilft, den Umgang mit den Tieren anders zu sehen, obwohl die Ökologie dem Gewinn in der Landwirtschaft ein wenig im Weg steht.

*Erstmal für immer, Madeleine Becker, Piper-Verlag*



Autorin Madeleine Becker im vertrauten Umgang mit Bertha der Siebten.

*Christa Heine*

## Der Frühling schaut um die Ecke...

Leises Zwitschern aus dem Garten.....

Buchfink, Meise und auch Spatz  
wollen nicht mehr länger warten,  
Frühling sucht sich seinen Platz.

Stetes Summen in der Heide,  
Honigbienen sind erwacht,  
und gelbe Falter – alle beide  
taumeln durch die bunte Pracht.

Wintertrüb weicht Frühlingsblau,  
und ich kann es kaum erwarten:  
hinten leuchtet's Lilablau  
im Krokusbeet in meinem Garten.

Herr Winter sucht noch nicht das Weite:  
„Oho, ich bin noch immer hier!“  
Frau Sonne schiebt ihn dann beiseite  
und scheint vergnügt bis um halt Vier.

Die ersten grünen Spitzen blitzen  
an manchem Baum und Strauch,  
blinzelnd auf der Bank zu sitzen:  
So fühlt sich Frühling an ---- im Bauch.



Text: Dieter Hesse, Foto: privat

## Ein langes Arbeitsleben bei der Akku

Hans-Peter Blatt erinnert sich



Peter Blatt mit einer Batteriezelle für die U-Boot-Klasse 212A.

Hans-Peter Blatt wurde 1946 in Nonnenweier geboren und kam 1961 nach Hagen. Hier begann er eine Ausbildung zum Kfz-Mechaniker, welche er mit Erfolg abschloss. Nach einigen Jahren zur See und Arbeit auf der „Hasper Hütte“ fing er 1972 bei der VARTA (später Hawker) an, wo er fast 30 Jahre arbeitete.

Gleich nach der Ausbildung fuhr er sechs Jahre lang zur See. Der Grund: Er wollte nicht zur Bundeswehr eingezogen werden, er wollte nicht lernen, wie man Menschen tötet. Als Seemann kam er in der ganzen Welt herum und erlebte manches Abenteuer. Zwei Mal havarierten Schiffe, auf denen er Dienst tat. In einem Fall blieb er trotzdem an Bord und half so mit, das Schiff zur Reparatur in einen Hafen zu bringen. Während dieser Zeit lernte

er auch seine Frau kennen. Nach den sechs Jahren Seefahrt fing er auf der „Hasper Hütte“ an, erahnte aber schnell, dass diese wohl nicht mehr lange bestehen würde. Deshalb kündigte er und arbeitete eine Zeit lang als Raupenfahrer bei einem Bekannten, der sich selbständig gemacht hatte.

Im Jahr 1972 bewarb er sich bei der Firma VARTA in Wehringhausen, das ist die Abkürzung für Vertrieb, Aufladung, Reparatur transportabler Akkumulatoren, deren ursprünglicher Name bis 1962 kurz AKKU (für Akkumulatoren Fabrik) lautete. Er wurde angenommen. Dieses Arbeitsverhältnis, zuletzt bei der Firma Hawker, sollte fast 30 Jahre dauern. Seine Tätigkeit dort war sehr vielfältig. Er war unter anderem mit der Produktverbesserung für Fahrzeugzellen, dem Aufbau von Prüfeinrichtungen und dem Aufbau von Testserien und deren praktischer Umsetzung einschließlich der Dokumentation betraut.

Etwas mehr als sechs Jahre war er nach erfolgreichem Abschluss des dafür notwendigen Lehrgangs zwischenzeitlich im hauseigenen Kraftwerk tätig. Dieses versorgte den Betrieb mit allem, was zur Produktion benötigt wurde: Wasser, Wärme, Druckluft und Strom.

### Leidenschaft für U-Bootbatterien

Seine besondere Leidenschaft, das konnte ich in dem Gespräch mit ihm deutlich spüren, galt aber den U-Boot Batteriezellen. In diesen Produktionsbereich kehrte er 1995

zurück. Er fertigte davon verschiedene als Prototypen für die nachfolgende Fabrikfertigung. Unter anderem gehörte seine erste Zelle für die U-Bootklasse 212A dazu. Weiter stellte er komplette Schnittzellen als Schulungsmaterial für Marine-Kunden her. Darüber hinaus erstellte er U-Boot-Zellen für den Hochstrombereich und war mit der Konzeption und dem Versuchsaufbau von verschiedenen Anlagen für die Einführung der Batterie-Formation zuständig. Während der Einfahrzeit dieser Anlagen übernahm auch deren Betreuung und Verbesserung.

Schon zu Beginn meines Besuches bei Hans-Peter Blatt erzählte er mir von den Batteriezellen für die U-Bootklasse 212A und zeigte mir das Foto mit seiner ersten Zelle dieses Typs. Er führte dabei aus, dass von diesen Zellen 436 Stück zu einer U-Boot Batterie gehören. Bei der Baugröße, die auf dem Foto zu erkennen ist, kann man sich vorstellen, welchen enormen Platzbedarf eine solche Batterie hat. Außerdem ergibt sich ein sehr hohes Gewicht, da eine Zelle ca. 900 Kilo wiegt. Die gesamte Batterie wiegt am Ende 420 Tonnen! Die neueste Ausführung dieser U-Bootklasse gehört mittlerweile zu den modernsten der Welt, auch die Bundeswehr besitzt mehrere dieser Klasse. Hans-Peter Blatt setzte seine Tätigkeit in diesem Bereich bei dem neu gegründeten Unternehmen Hawker bis zu seinem Ausscheiden am 31.12.2001 fort. Hawker hatte Produktionsbereiche der Varta übernommen. Während der gesamten Beschäftigungszeit war er auch stets Mitglied der Werksfeuerwehr.



ob nah, ob fern, ob groß, ob klein

# UMZÜGE

www.umzuege-klein.de durch Helmut Klein

Telefon (02335) 62525 • Telefax (02335) 69726

 <p>Neumöbelmontagen Küchenmontagen und Änderungen durch Fachpersonal</p>	 <p>Außenaufzüge Aufzugverleih mit Personal</p>	 <p>Elektronische Aktienarchivierung</p>
 <p>Möbellagerung- Möbelentsorgungen</p>	 <p>Klaviertransport</p>	

Text: Peter Rische, Zeichnung: Sigrun Dechêne

## Dattels Freunde (und ein Feind)

Ich hoffe, Ihr seid genauso gut ins neue Jahr gekommen wie ich. Na ja, das ist jetzt auch schon wieder ein paar Wochen her, aber man kann ja mal daran erinnern.

Heute möchte ich Euch erzählen, dass ich viele Freunde habe – und auch einen „Feind“, mit dem ich es nicht so gut kann. Von den Menschen, die um mich herum sind, habe ich schon berichtet, aber ich bin halt ein kleiner Kater, und da kenne ich natürlich auch einige Tiere, die hier im Dorf leben. Da ist vor allem Penny, die Hündin vom Nachbargrundstück. Wir sehen uns oft am Zaun, wenn wir beide draußen sind. Manchmal bellt sie mich an, aber meistens kommt sie zum Zaun und wedelt mit dem Schwanz, und ich mache gelegentlich einen Buckel, um ihr zu zeigen, wer der Herr im Dorf ist. Außerdem hat der Nachbar, also Pennys Herrchen, ein paar Hühner, die er manchmal in der Wiese laufen lässt. Doch die reagieren gar nicht, wenn ich sie begrüße. Eigentlich kein schöner Zug von ihnen.

### Unhöfliche Hühner und...

Noch ein Haus weiter wohnt ein schwarzer Kater, doch wie er heißt, weiß ich nicht, er hat sich mir noch nicht vorgestellt. Aber er hat es faustdick hinter den Ohren, wenn er nachts auf Tour geht. Wenn wir uns begegnen, will er mit mir raufen, doch ich vertreibe ihn jedes Mal von unserem Grundstück, schließlich bin ich hier der

Boss. Ach übrigens, der ist ein Feind, den ich nicht leiden kann.

Außerdem ist er Schuld, dass ich von einem anderen Nachbarn beschuldigt werde, ich würde in seinen Blumen meine großen und kleinen Geschäfte verrichten. Das habe ich gerne, in fremde Büsche machen und es so aussehen zu lassen, als sei ich es gewesen! So was mache ich nicht, ich habe Zuhause mein Katzenklo, oder ich mache in die Maulwurfshaufen am Haus, wo ich dann alles wieder sorgfältig verbuddele.

Von Elvis, dem Kater vom Ende der Straße, habe ich ja schon erzählt. Mit ihm habe ich ein „Gentlemen’s Agreement“ geschlossen. Auf der Wiese zwischen unseren Revieren ist ein Schuppen, in dem der Bauer aus dem Dorf einige Maschinen unterstellt. Ich gehe nun bis an dessen Ende, und Elvis überschreitet seinerseits diese Grenze auch nicht. Ebenso wie Matzie, die Katze des Nachbarn, der Elvis gegenüber wohnt. So kommen wir alle gut miteinander aus, wenn jeder da bleibt, wo er hingehört.

### ...ein lästiger Waschbär

Dafür begegne ich manchmal dem Waschbären, der unsere Mülltonne plündert. Peter kann deswegen die „Gelben Säcke“ erst am Morgen der Abholung an die Straße hängen, denn sonst zerfetzt sie der Waschbär und der ganze Müll fliegt durch die



Gegend. Aber ansonsten habe ich kein Problem mit dem Burschen, er lässt mich in Ruhe und ich ihn.

Seit einigen Wochen habe ich zwei weitere Freunde. Das sind zwei Ziegen, eine schwarze und eine braune, die der Bauer für seine Enkelkinder hält. Ich schaue ihnen gerne beim Fressen zu, und sie haben sich an mich gewöhnt. Gut, manchmal meckern sie mich an, aber sie sind hinter einem kleinen Zaun, der sie einsperrt. Ich könnte ja zu ihnen – aber was soll ich dort? Da gibt es nur Gras und kein Katzenfutter...

Im Herbst waren wieder viele Eichhörnchen da, um Vorräte zu sammeln. Doch die halten sich immer von mir fern. Nun, auch nicht weiter schlimm, schließlich habe ich ja mehr als genug Freunde im Dorf. Vor allem Mama Alex. Und auch Peter beschäftigt sich mit mir, wenn er auch nicht so schön spielen kann, wie ich es gerne hätte. Aber ich habe ihn lieb und auch Annika, ich kann mich also nicht beklagen, dass sich niemand um mich kümmert. Und da komme ich besser weg als so manches Kind, das ist doch auch etwas.

## Alt-irischer Segenswunsch



Ich wünsche dir  
die zärtliche Ungeduld des Frühlings,  
das milde Wachstum des Sommers,  
die stille Reife des Herbstes  
und die Weisheit des erhabenen Winters.



## Was ist der Entlastungsbetrag nach §45b SGBXI?

Entlastungsleistungen oder auch Betreuungsangebote, alltagssprachlich auch „niedrigschwellige Betreuungsangebote“, sind zur Entlastung für Pflegebedürftige und ihre Angehörigen gedacht. Entweder um Hilfe für den Haushalt (Reinigen, Einkaufen etc.) oder Ansprache, Gesellschaft und oder Bewegung zu erhalten. Für einige Stunden im Monat kann so Entlastung von Hausarbeiten geschaffen werden und dem durchaus anstrengenden Alltag. Angehörige können einfach „mal raus“ zum Friseur, einen Kaffee trinken, einen Arztbesuch machen und wissen ihren pflegebedürftigen Menschen gut betreut. Aber auch die Teilnahme an Bewegungs- und Koordinationsangeboten ist möglich.

### Wer kann den Entlastungsbetrag nach §45b SGBXI bekommen?

Sie können Entlastungsleistungen in Anspruch nehmen, wenn Sie Leistungen der Pflegekasse beziehen.

### Wer kann Entlastungsleistungen anbieten?

Alle Einrichtungen, welche nach Landesrecht zugelassen sind, wie Pflegedienste, Einrichtungen der Pflege haushaltsnahe Dienstleister, Gruppenangebote, Alltags- und Pflegebegleiter.

### Wie bekomme ich Entlastungsleistungen?

Sie suchen sich ein für Sie passendes Angebot aus und stellen dem Dienst eine Abtretungserklärung aus. Mit dieser kann der Anbieter direkt mit der Pflegekasse abrechnen oder Sie erhalten eine Rechnung und reichen diese dann bei Ihrer Pflegekasse ein.

### Wofür können Sie die 125€ einsetzen?

- Hilfe im Haushalt oder beim Einkaufen
- Begleitung zum Arzt, zu Behörden oder Freizeit und kulturellen Aktivitäten
- Begleitete Spaziergänge
- Besuch eines Bewegungs- oder Gemeinschaftsangebotes
- Ambulante Pflegeleistungen (Hilfen bei der Körperpflege)
- In besonderen Fällen für Kurzzeit oder Verhinderungspflege

Nur beim Pflegegrad I kann der Entlastungsbetrag auch für ambulante Pflegeleistungen genutzt werden. Eine Möglichkeit wäre hier zum Beispiel: wöchentliches Duschen. Bei den Pflegegraden 2-5 ist dies nicht möglich, hier kann der Betrag für Hilfe im Haushalt und Alltagsgestaltung eingesetzt werden (vgl.: [www.verbraucherzentrale.de](http://www.verbraucherzentrale.de)).

### Welche Vorteile haben Sie durch die Nutzung von Entlastungsleistungen:

- Angehörige werden von zeitaufwendigen zusätzlichen Hilfen, wie Einkaufen, Reinigen und Arztgängen entlastet
- Es kommt regelmäßig eine Betreuungskraft, Hauswirtschaftskraft, ehrenamtliche Begleitperson zu Besuch, welche Ihnen mit Rat und Tat zur Seite steht
- Die Kosten für die Reinigung und Hilfe im Alltag übernimmt die Pflegekasse
- Wiederkehrende Hilfe und Gespräche helfen Belastungen vorzubeugen und geben Sicherheit und Wochenstruktur

- Bewegungsangebote und Ansprache halten Sie körperlich und geistig beweglich
- Das Unternehmen, welches das Angebot durchführt, ist auch außerhalb der Termine Ihr Ansprechpartner und Sie bekommen einfacher weitere Hilfe, falls Sie die benötigen sollten

### Unser Tipp:

Nutzen Sie die 125 € als Hilfe für den Alltag oder Ihre Beweglichkeit, denn das Geld ist zweckgebunden und kann für nichts anderes ausgegeben oder ausgezahlt werden, es verfällt lediglich. Lassen Sie nicht genutzte Gelder bis zum Juni eines Folgejahres übertragen, damit Sie dieses noch nutzen können. Und zu guter Letzt, informieren Sie sich über Ihr Budget, mit der Zeit können sich Tausend Euro und mehr ansammeln, welche Sie für Ihre Entlastung nutzen können.

Falls Sie Bedenken in Bezug auf die Annahme von Hilfen zur Unterstützung des Alltag haben, lassen Sie sich beraten. Die Entlastungsleistungen sollen Ihnen und Ihren Angehörigen helfen, den Belastungen der Pflege im Häuslichen Umfeld besser begegnen zu können.

**Gerne lernen wir Sie in einem Beratungsgespräch persönlich kennen und sehen gemeinsam, welche Hilfe zu Ihnen passt. Schauen Sie, womit Sie sich am wohlsten und sichersten fühlen und vereinbaren einen Termin für Ihren nächsten Beratungsbesuch.**

**Gern stehen wir Ihnen für weitere Fragen zur Verfügung.**

**Pflege- und Betreuungsstützpunkt**

Cunostraße 50, 58093 Hagen-Ernst

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

[www.das-betreuungsteam.de](http://www.das-betreuungsteam.de)  
[info@das-betreuungsteam.de](mailto:info@das-betreuungsteam.de)

Anerkannt bei allen Kranken- und Pflegekassen



## Wichtiger Hinweis

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

**Blieben 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.

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

### April 2023

Sa 01.04.2023, 20:00 Uhr

#### **Musik: SOMMERHUT KONZERTREIHE**

PILS und KIPPE, Eintritt frei, der Hut geht rum, Werkhof Kulturzentrum  
s. S. 46

Sa 01.04.2023 T: Abfahrt: 09:50 Uhr  
mit S 5 ab Hagen Hbf  
weiter ab Witten - Hbf 10:14 Uhr mit  
Buslinie 379

#### **Von Witten-Stockum ins Zentrum Wanderstrecke: Sonnenschein – Steinberg - Stockum –**

Annener Berg – Lutherpark mit Inge  
Mutmann, SGV s. S. 45

Sa 01.04.2023 Se.-Gruppe: Buslinie  
515 - 13:58 Uhr ab Stadtmitte

#### **Wanderung: Fernuni - Fleyer Wald- lehrpfad** mit Marianne Renneke, SGV s. S. 45

So 02.04.2023 H.: RB 52 (Volmetal-  
bahn) – 11:53 Uhr ab Hbf

#### **Wir fahren in den Rombergpark** Rundweg – Kamelienblüte – Orchide- enausstellung mit Rita Steffen, SGV s. S. 45

Sa 01.04.2023, 11:30-14:30 Uhr

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

Treffpunkt: vor dem Bunker, Bergstr.  
98, Kurs 1147, 19,00 EUR,  
VHS s. S. 46

Sa 01.04.2023 (1x), 10:15-16:00 Uhr

#### **Acrylmalerei für Anfänger\*innen**

Villa Post, Atelier, Kurs 2320, 40,00€,  
VHS s. S. 46

Di 04.04.2023, 17:00-18:30 Uhr

#### **Stadtteilrundgang durch Boele**

Treffpunkt: Kirchplatz 17, vor der  
kath. Kirche, Kurs 1169, 6,00€,  
VHS s. S. 46

Fr 07.04.2023 (Karfreitag) N: Buslinie  
512 – 12:27 Uhr ab Stadtmitte

#### **Ostern steht vor der Tür**

Breckerfeld – Wengeberg – Breloh –  
Jakobusbrunnen und Kirche mit Erich  
Gatzke, SGV s. S. 45

Sa 08.04.2023 N: Buslinie 516 –  
13:20 Uhr ab Stadtmitte

#### **Vom Funkenhauser Bachtal zur Halle**

Haltestelle Wolfskuhler Weg Gut  
Funckenhausen, z.T. Pilgerweg zum  
Tücking (Anstieg bis dort ca. 90 m), in  
der Halle (E), dann auf direktem  
Wanderweg zurück, ca. 5 km, ca. 3,5  
Std, falls möglich Fernglas mitbringen,  
mit Christoph Rossa, SGV s. S. 45

## Veranstungskalender

Sa 08.04.2023. Se.-Gruppe: Buslinie 511 – 13:29 Uhr ab Stadtmitte  
**Wanderung: Rathaus Ennepetal - Hülsenbecker Tal mit Rosemarie Maus**, SGV s. S. 45

So 09.04.2023 (Ostersonntag)  
T.: Treffpunkt 08:50 Uhr am Hbf, RE 13 – 09:02 Uhr ab Hbf, ab Düsseldorf mit RE 5  
**Vom Centro bis Burg Vordern**  
Die Geschichte des Ruhrgebiets - Schloss Oberhausen - Rhein-Herne-Kanal - Marina Oberhausen – Centro - Burg Vordern, Wanderstrecke ca. 10 km, Selbstverpflegung ist ratsam mit Maria Arnold, SGV s. S. 45

Mo 10.04.2023 (Feiertag)  
N.: RE 13 – 12:54 Uhr ab Hbf  
**Kirschblüte in Schwerte**  
Kirschblütenallee – Ruhraue – Kleingartenanlage mit Adele Weyer, SGV s. S. 45

Mi 12.04.2023 - Mi 21.06.2023 (9x), 19:00-20:45 Uhr  
**Sternstunden der Archäologie: Der Alte Orient - Das westliche Mittelmeer im 4. bis 2. Jahrtausend v.Chr.**  
Stadtteilbücherei Hohenlimburg, Kurs 1701, 84,00€, VHS s. S. 46

Mi 12.04.2023 (1x), 18:00-21:00 Uhr  
**Wie entstehen Destillate? Brennereiführung löscht Wissensdurst**  
Märkische Spezialitätenbrennerei Hagen-Dahl, In der Asmecke 12, Kurs 3801, 39,90€, VHS s. S. 46

Do 13.04.2023 (1x), 19:00-21:00 Uhr  
**Whiskyseminar**  
Märkische Spezialitätenbrennerei Hagen-Dahl, In der Asmecke 12, Kurs 3804, 29,00€, VHS s. S. 46

Do. 13.04.2023, 15:30 Uhr, Einlass ab 15:00 Uhr  
**Lesetreff60plus**  
Das Team des Lesetreff liest zu verschiedenen Themen Texte vor und regt zum Gedankenaustausch ein, Dauer ca. 1.5 Std. Eintritt frei, in der Pause gibt es bei Kaffee und Kuchen Gelegenheit zu Gesprächen, Anmeldung nicht erforderlich  
Thema: Berlin in den 1920er Jahren, Zeitgeist und Literaturzirkel  
Ort: Stadtteilbücherei Hagen-Haspe im Torhaus, Tel.: 02331/207-4297,

Do 13.04.2023 N.: Donnerstag - **Wanderung**  
Nachmittagswanderung mit Adele Wever, SGV s. S. 45

Sa 15.04.2023 T.: Treffpunkt 10:00 Uhr am Zweibrücker Hof  
**Bezirkswanderung der SGV-Abteilung Herdecke**,  
Motto: Rundweg am Hengsteysee  
Wanderung dem Rundweg am Hengsteysee entlang und über die neue Volmebrücke, Einkehr am Schiffswinkel,  
Anmeldung bis 07.04.2023 bei stellv. Wanderwartin Adele Wever, Tel 7 33 07, SGV s. S. 45

Sa 15.04.2023 Se.-Gruppe: Buslinie 518 – 13:45 Uhr ab Stadtmitte  
**Wanderung: Alte Dorfschule - Alte Stadt – Hohenlimburg mit Marianne Renneke**, SGV s. S. 45

Sa 15.04.2023, 20:00 Uhr  
**Theater: The Legacy of BLACK SABBATH**  
Eintritt 15,-€, Werkhof Kulturzentrum s. S. 46

So 16.04.2023 N.: Buslinie 517 – 12:46 Uhr ab Stadtmitte  
**Frühlingsspaziergang durch Hohenlimburg-Elsey**  
Historische Kirche - Ehrenmal – Rundturnhalle – Lennepromenade mit Rita Steffen, SGV s. S. 45

Mo 17.04.2023 - Mo 19.06.2023 (8x), 19:00-20:30 Uhr  
**Yoga für Fortgeschrittene**  
Villa Post, Atelier, Kurs 3426, 64,00€, VHS s. S. 46

Mo 17.04.2023 - Mo 12.06.2023 (7x), 19:30-21:00 Uhr  
**TaiJi für Anfänger\*innen**  
Villa Post, Yogaraum, Kurs 3510, 56,00€, VHS s. S. 46

Mo 17.04.2023 - Mo 12.06.2023 (7x), 17:45-19:00 Uhr  
**TaiJi für Fortgeschrittene**  
Villa Post, Yogaraum, Kurs 3520, 56,00€. VHS s. S. 46

Mo 17.04.2023 - Mo 08.05.2023 (3x), 17:30-20:45 Uhr  
**MacBook optimal nutzen - Aufbau**  
Villa Post, O.7, Kurs 4365, 84,00€, VHS s. S. 46

Di 18.04.2023 - Di 16.05.2023 (5x), 17:30-20:45 Uhr  
**Excel Einführung**  
Villa Post, O.7, Kurs 4504, 116,00€, VHS s. S. 46

Di 18.04.2023 - Di 20.06.2023 (9x), 09:30-11:00 Uhr  
**Tanz und Bewegung für ältere Menschen**  
Villa Post, Atelier, Kurs 2710, 77,00€, VHS s. S. 46

Di 18.04.2023 - Di 13.06.2023 (8x), 19:00-20:30 Uhr  
**Kum Nye Yoga**  
Villa Post, Yogaraum, Kurs 3442, 64,00€, VHS s. S. 46

Di 18.04.2023 (1x), 10:00-12:00 Uhr  
**Golf - Schnupperkurs**  
Märkischer Golfclub Hagen, Tiefendorfer Str. 48, Kurs 3730, 25,00€, VHS s. S. 46

Di 18.04.2023 - Di 13.06.2023 (8x), 19:00-20:30 Uhr  
**Orientalischer Tanz Grundlagentraining**  
Villa Post, Atelier, Kurs 2726, 65,00€, VHS s. S. 46

Di 18.04.2023 (1x), 18:30-20:30 Uhr  
**Night of Art - Kreativ werden, Spaß haben**  
Villa Post, Aula, Kurs 2215, 32,00€, VHS s. S. 46

Di 18.04.2023 (1x), 18:00-21:45 Uhr  
**Brot mit Sauerteig**  
Villa Post, Lehrküche, Kurs 3865, 38,00€, VHS s. S. 46

Mi 19.04.2023 (1x), 18:00-21:45 Uhr  
**Lecker leichte Törtchen - die Erdbeerzeit ist da**  
Villa Post, Lehrküche, Kurs 3849, 41,00€, VHS s. S. 46

Mi 19.04.2023, 14:30 Uhr Café Lennebad, Im Klosterkamp 40, Hohenlimburg  
**Wanderfreunde des SGV Hagen treffen sich zu Kaffee & Klönen**

Mi 19.04.2023 - Mi 03.05.2023 (3x), 18:00-19:30 Uhr  
**Scheidungsrecht**  
Villa Post, Kurs 1813, 26,00€, VHS s. S. 46

Mi 19.04.2023 - Mi 14.06.2023 (9x),  
19:00-20:30 Uhr  
**Yoga stärkt Rücken und Seele**  
Villa Post, Atelier, Kurs 3432, 72,00€,  
VHS s. S. 46

Mi 19.04.2023 - Mi 07.06.2023 (8x),  
09:30-11:00 Uhr  
**Kum Nye Yoga**  
Villa Post, Atelier, Kurs 3446, 64,00€,  
VHS s. S. 46

Mi 19.04.2023 - Mi 21.06.2023  
(10x), 17:00-18:30 Uhr  
**Nordic Walking**  
Hengsteysee, Dortmunder Str.  
Parkplatz, Kurs 3740, 72,00€,  
VHS s. S. 46

Mi 19.04.2023 - Mi 14.06.2023 (9x),  
19:45-21:15 Uhr  
**A1 Norwegisch für die Reise**  
Onlinekurs, Kurs 6824VC, 73,80€,  
VHS s. S. 46

Mi 19.04.2023 - Mi 17.05.2023 (5x),  
09:00-12:00 Uhr  
**Nähtreff Mittwoch Vormittag**  
Villa Post, Werkraum, Kurs 2610,  
99,00€, VHS s. S. 46

Mi 19.04.2023 - Mi 14.06.2023 (9x),  
17:00-18:30 Uhr  
**Yoga für Einsteiger\*innen**  
Villa Post, Yogaraum, Kurs 3408,  
72,00€, VHS s. S. 46

Do 20.04.2023 - Do 15.06.2023 (7x),  
17:00-18:30 Uhr  
**Yoga für Einsteiger\*innen**  
Villa Post, Atelier, Kurs 3404, 56,00€  
VHS s. S. 46

Do 20.04.2023 - Do 11.05.2023 (4x),  
18:30-20:00 Uhr  
**Autogenes Training und mehr**  
Villa Post, Yogaraum, Kurs 3248,  
40,-€

Do 20.04.2023 - Do 15.06.2023 (7x),  
19:00-20:30 Uhr  
**Bridge-Club: Gedächtnistraining  
durch Spielkarten**  
Villa Post, E.3, Kurs 2091, 105,00€,  
VHS s. S. 46

Do 20.04.2023, 17:00-18:30 Uhr  
**200 Jahre Elbers - ein Spaziergang  
über das spannende Gelände der  
einstigen Textilfabrik**  
Treffpunkt: Eingang M.R.Musikschule,  
Dödterstr. 10, Kurs 1153, 6,00€

VHS s. S. 46  
Do 20.04.2023, 18:00-21:15 Uhr  
**Wohnungseigentumsrecht**  
Villa Post, Kurs 1803, 19,00€,  
VHS s. S. 46

Do 20.04.2023 - Do 15.06.2023 (7x),  
18:45-20:15 Uhr  
**Yoga für Fortgeschrittene**  
Villa Post, Atelier, Kurs 3422, 56,00€,  
VHS s. S. 46

Do 20.04.2023 - Do 11.05.2023 (4x),  
09:00-12:15 Uhr  
**Outlook - der Personal-Information-  
Manager**  
DBB-Haus, PC V, Kurs 4556,  
102,40€, VHS s. S. 46

Fr 21.04.2023 - So 17.03.2024 (8x),  
18:30-20:00 Uhr  
**Ausbildung zum/zur Mediator:in**  
Villa Post, Aula, Kurs 4F193,  
2100,00€, VHS s. S. 46

Fr 21.04.2023 (1x), 15:00-18:00 Uhr  
**Hohenlimburger Kalkwerke -  
Fotoexkursion**  
Hohenlimburger Kalkwerke, Oeger  
Str. 39, Kurs 5046, 22,00€,  
VHS s. S. 46

Fr 21.04.2023 - Fr 02.06.2023 (7x),  
17:00-18:30 Uhr  
**Yoga für Einsteiger\*innen**  
Villa Post, Atelier, Kurs 3412, 56,00€,  
VHS s. S. 46

Fr 21.04.2023 - Fr 19.05.2023 (5x),  
09:00-12:00 Uhr  
**Nähtreff Freitag Vormittag**  
Villa Post, Werkraum, Kurs 2620,  
99,00€, VHS s. S. 46

Sa 22.04.2023 - So 23.04.2023 (2x),  
09:00-16:00 Uhr  
**Meditationswochenende - Prinzipien  
und Techniken der Meditation**  
Villa Post, Atelier, Kurs 3125, 70,00€,  
VHS s. S. 46

Sa 22.04.2023 N.: Buslinie 517 –  
11:26 Uhr ab Stadtmitte  
**Auf der Halle  
(zum Reibekuchenessen)**  
Tückinger Höhe – Café Halle – Spiel-  
brink mit Adele Wever. SGV s. S. X

Sa 22.04.2023 Se.-Gruppe: Buslinie  
510 – 13:28 Uhr ab Stadtmitte  
**Wanderung: Hoffnungstal – Dahl mit  
Marianne Renneke, SGV s. S. 45**

Sa 22.04.2023, 14:00-18:00 Uhr  
**Kleidertauschparty**  
Villa Post, Kurs 1435, kostenlos,  
VHS s. S. 46

Sa 22.04.2023, 15:00-18:00 Uhr  
**Schuhkarton-Ausstellung:  
Auf der Suche nach einem Schuh**  
Villa Post, Kurs 1473, kostenlos,  
VHS s. S. 46

Sa 22.04.2023  
**Tagesfahrt nach Marburg an der Lahn**  
Kurs 1705, Preis steht noch nicht fest,  
VHS s. S. 46

**Caritas Tagespflege am Haus St. Martin**  
In Gemeinschaft wohlfühlen



**caritas**  
Hagen

Fontaneweg 30, 58099 Hagen  
Tel. 02331/6917800  
[www.caritas-hagen.de](http://www.caritas-hagen.de)

## Veranstaltungskalender

So 23.04.2023, 08:00-19:00 Uhr  
**Bustour Bad Münstereifel**  
Treffpunkt: Otto-Ackermann-Platz/  
Höing, Kurs 1475, 45,00€ VHS s.  
S.46

Mo 24.04.2023 - Do 27.04.2023  
(4x), 09:30-15:30 Uhr  
**Einführung in die Gewaltfreie  
Kommunikation**  
Bildungsurlaub  
Villa Post, Aula, Kurs 4038, 140,00€,  
VHS s. S. 46

Mo 24.04.2023-Mo 26.06.2023 (8x),  
10:00-11:30 Uhr  
**Persisch für Anfänger\*innen**  
Villa Post, D.4, Kurs 6827, 65.60€,  
VHS s. S. 46

Di 25.04.2023, 17:00-18:30 Uhr  
**Jugendstil in der Liebfrauenkirche in  
Vorhalle**  
Treffpunkt: Eingang Liebfrauenkirche,  
Liebfrauenstr. 21, Kurs 1185, pay  
what you want, VHS s. S. 46

Di 25.04.2023, 19:00-20:30 Uhr  
**Upcycling Schmuck-Workshop**  
Villa Post, Kurs 1477, 12,00 €,  
VHS s. S. 46

Di 25.04.2023, 18:00-19:30 Uhr  
**Patientenverfügung, Vorsorgevoll-  
macht, Betreuungsverfügung**  
Villa Post, Kurs 1903, 12,00€,  
VHS s. S. 46

Di 25.04.2023 (1x), 18:00-20:00 Uhr  
**Gesund kochen für wenig Geld**  
Villa Post, Lehrküche, Kurs 3814,  
15,00€, VHS s. S. 46

Mi 26.04.2023 - Sa 29.04.2023 (2x),  
19:00-21:15 Uhr  
**Gartenvogelstimmen kennenlernen,  
Heimische Vogelarten mit Ihrem  
Smartphone bestimmen**  
Villa Post, O.3, Kurs 5069, 24,00€,  
VHS s. S. 46

Mi 26.04.2023 (1x), 17:30-19:00 Uhr  
**Altbau kaufen und sanieren:  
Was kommt da auf mich zu?**  
Villa Post, E.3, Kurs 5206, 10,50€,  
VHS s. S. 46

Mi 26.04.2023, 16:00-17:30 Uhr  
**Kulturgeschichtlicher Gang über den  
Buschey-Friedhof**  
Treffpunkt: Seiteneingang Grünstra-

ße, Kurs 1173, 6,00€, VHS s. S. 46  
Mi 26.04.2023, 19:00-20:30 Uhr  
**Faire Textilien im Fokus - Fashion  
Revolution Week**  
Villa Post, Aula, Kurs 1441, kostenlos,  
VHS s. S. 46

Mi 26.04.2023 - Mi 21.06.2023 (9x),  
17:20-18:20 Uhr  
**Qi Gong für Anfänger\*innen**  
Villa Post, Atelier, Kurs 3320H,  
58,00€, VHS s. S. 46

Mi 26.04.2023 - Mi 21.06.2023 (9x),  
18:30-19:30 Uhr  
**Qi Gong für Anfänger\*innen und  
Fortgeschrittene**  
Villa Post, Yogaraum, Kurs 3330H,  
58,00€, VHS s. S. 46

Mi 27.04.2023  
**Tagesfahrt „Tulpentour“**  
Infos und Anmeldung:  
DRK Begegnungsstätte s. S. 44

Mi 26.04.2023 (1x), 18:00-21:45 Uhr  
**Smellory 3 - Gänge Menü -  
der Duft von frischen Kräutern**  
Villa Post, Lehrküche, Kurs 3832,  
43,00€, VHS s. S. 46

Do 27.04.2023, 19:00-21:00 Uhr  
**Einstieg in die Ahnenforschung**  
Villa Post, Kurs 1781, 10,00€,  
VHS s. S. 46

Fr 28.04.2023-Sa 29.04.2023 (2x),  
17:30-20:45 Uhr  
**Finnisch Wochenendkurs**  
Villa Post, E.1, Kurs 6807, 34.40€,  
VHS s. S. 46

Sa 29.04.2023 (1x), 10:15-16:00 Uhr  
**Experimentelle Acrylmalerei**  
Villa Post, Atelier, Kurs 2322, 40,00€  
VHS s. S. 46

Sa 29.04.2023 (1x), 10:00-15:15 Uhr  
**Encaustic - Leinwandworkshop**  
Villa Post, Keramikraum, Kurs 2345,  
32,00€, VHS s. S. 46

Sa 29.04.2023-Sa 13.05.2023 (3x),  
10:00-13:15 Uhr  
**A1 Ukrainisch Kompakt II**  
Villa Post, O.5, Kurs 6846, 49.20€,  
VHS s. S. 46

Sa 29.04.2023, 10:00-13:15 Uhr  
**Die Zweite Miete?  
Betriebskostenabrechnungen,  
Steuerbescheinigung**  
Villa Post, Kurs 1805, 19,00€,  
VHS s. S. 46

Sa 29.04.2023 (1x), 09:00-16:00 Uhr  
**Erste Schritte mit dem  
Android-Tablet/Smartphone**  
Villa Post, O.7, Kurs 4315, 54,00€,  
VHS s. S. 46

Sa 29.04.2023 T.: Treffpunkt 10:15  
Uhr am Hbf  
**Drei auf einen Streich!**  
Düsseldorf-Süd: Volksgarten, Südpark  
und Botanischer Garten, Streckenlän-  
ge im blühenden Frühling ca. 8 km,  
Einkehr wenn möglich mit Monika  
Hermes, SGV s. S. 45

Sa 29.04.2023 Se.-Gruppe: Buslinie  
541 – 12:55 Uhr ab Stadtmitte  
**Wanderung: Wetter - Schiff –  
Herdecke mit Rosemarie Maus**  
SGV s. S. 45

Sa 29.04.2023, 20:00 Uhr  
**Musik: SOMMERHUT KONZERTREI-  
HE, ACCOUSTIC GROOVERS**  
Eintritt frei, der Hut geht rum,  
Werkhof Kulturzentrum s. S. 46

So 30.04.2023 39.  
**Ruhrgebietswandertag**  
(Ort noch nicht bekannt) Auskunft in  
der Geschäftsstelle SGV s. S. 45

So 30.04.2023 (1x), 10:00-13:15 Uhr  
**Ganz einfach:  
WhatsApp, Threema & Co**  
DBB-Haus, PC V, Kurs 4320, 27,00€,  
VHS s. S. 46

So 30.04.2023 (1x), 14:00-17:15 Uhr  
**Weitere Schritte in der Smartphone-  
Fotografie**  
Villa Post, O.7, Kurs 4325, 27,00€,  
VHS s. S. 46

## Mai 2023

Mo 01.05.2023 H.: Buslinie 513 –  
12:01 Uhr ab Stadtmitte  
**Maiwanderung von Hohenlimburg  
nach Letmathe**  
Dachsweg – Hasselbach – Stübbecken  
– Hohenlimburg-Reh mit Adele  
Wever, SGV s. S. 45

Mo 01.05.2023 (1x),  
11:00-15:00 Uhr

**Drei-Türme-Weg: Wanderung auf einem Teilabschnitt des Premiumweges**

Treffpunkt: Parkplatz „Stadtgartenallee“ Christian-Rohlf's-Straße, Kurs 5061, 15,00€ VHS s. S. 46

Di 02.05.2023, 18:00-21:15 Uhr

**Nachbarschaftsrecht - Streitigkeiten an der Grundstücksgrenze**

Villa Post, Kurs 1809, 19,00€, VHS s. S. 46

Mi 03.05.2023 - Mi 17.05.2023 (3x),  
18:00-21:00 Uhr

**Buchführungspflicht für Startups und bereits gegründete Unternehmen Tipps online**

Online-Kurs, Kurs 4124VC, 60,00€, VHS s. S. 46

Mi 03.05.2023 - Fr 05.05.2023 (3x),  
09:00-16:00 Uhr

**Bildbearbeitung mit Photoshop und Layout mit InDesign – Gemischtes Doppel**

Bildungsurlaub  
Villa Post, O.7, Kurs 4642, 120,00€, VHS s. S. 46

Do 04.05.2023, 19:00-20:30 Uhr

**Vortrag: Geschichte(n) der Hasper Familie Eversbusch**

Villa Post, Kurs 1105, 5,00€

Do 04.05.2023 (1x), 18:00-21:45 Uhr

**Gute Laune Happen - jetzt wird es fruchtig**

Villa Post, Lehrküche, Kurs 3848, 41,00€, VHS s. S. 46

Sa 06.05.2023, 11:30-14:30 Uhr

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

Treffpunkt: vor dem Bunker, Bergstr. 98, Kurs 1149, 19,00€, VHS s. S. 46

Sa 06.05.2023 (1x), 09:00-13:00 Uhr

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

Villa Post, Atelier, Kurs 3115, 25,00€, VHS s. S. 46

Sa 06.05.2023 (1x), 10:00-17:30 Uhr

**Ayurveda-Workshop: Ayurveda für jeden Tag**

Villa Post, O.4, Kurs 3235, 46,00€, VHS s. S. 46

Sa 06.05.2023 (6x), 18:00-19:30 Uhr

**Theorie und Praxis der Geologie**

Stadtteilbücherei Hohenlimburg, Kurs 5060, 48,00€, VHS s. S. 46

Sa 06.05.2023 (1x), 10:00-15:15 Uhr

**Kreatives Fotografieren unterwegs - Das Geheimnis faszinierender Fotos**

Villa Post, Aula, Kurs 5012, 49,00€, VHS s. S. 46

Sa 06.05.2023, 08:00-19:00 Uhr

**Bustour Landesgartenschau Höxter**

Treffpunkt: Otto-Ackermann-Platz/Höing, Kurs 1479, 60,00€, VHS s. S. 46

Sa 06.05.2023 - So 07.05.2023 (2x),  
09:00-16:00 Uhr

**Verkaufsgespräche erfolgreich führen**

Villa Post, E.1, Kurs 4042, 96,00€, VHS s. S. 46

Sa 06.05.2023 (1x), 09:00-16:00 Uhr

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

Villa Post, O.7, Kurs 4317, 54,00€, VHS s. S. 46

Sa 06.05.2023 N.: Buslinie 591 –  
13:05 Uhr ab Hbf

**Unterwegs zwischen Volmarstein und Werdringen**

Von der Hagener Straße durch die Ruhwiesen zum historischen Wasserkwerk mit Seilhangbrücke und weiter zum Wasserschloss Werdringen mit Rita Steffen, SGV s. S. 45

Sa 06.05.2023 Se.-Gruppe: Buslinie  
517 – 13:47 Uhr ab Stadtmitte

**Wanderung: Elseyer Kirche – Hohenlimburg mit Marianne Renneke,**

SGV s. S. 45

Sa 06.05.2023 Treffpunkt 20:00 Uhr  
an der Wandertafel Stadtgarten

**Guter Mond, du gehst so stille, wie wäre es mit einer Nachtwanderung?**

Nach dem Vollmond am Tag zuvor wandern wir auf einem Rundweg im Stadtwald über Bismarckturm und vier Birken, Mondgedichte inklusive! Notwendig sind festes Schuhwerk und eine Taschen- oder Stirnlampe mit Markus Liffers, SGV s. S. 45

**Ihr Altgold  
in guten Händen**

Bei uns gibt es **Bares**  
für Ihre wertvollen Schätze.

**Seriöser Ankauf**  
von Zahngold,  
Platin, Silber und  
Münzen.

Auszahlung bar oder sicher und  
schnell auf Ihr Konto.

**Adam**  
■ goldschmiede

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

## Veranstungskalender

So 07.05.2023 N.: Treffpunkt 14:00 Uhr an der Wandertafel Stadtgarten  
**Goethes Mai Lied: Oh, wie herrlich leuchtet mir die Natur**

Biographisch-lyrische Wanderung im Stadtwald, Dauer ca. 2,5 – 3 Stunden, ca. 6 km, Picknick mit Selbstverpflegung mit Markus Liffers, SGV s. S. 45

So 07.05.2023 (1x), 09:00-16:00 Uhr  
**Ihr erstes digitales Fotobuch**  
DBB-Haus, PC V, Kurs 4634, 40,00€  
VHS s. S. 46

Mo 08.05.2023 - Mi 10.05.2023 (3x), 09:00-12:15 Uhr  
**PC-Grundlagen - Vertiefung und Internet mit Muße**  
DBB-Haus, PC V, Kurs 4784, 81,00€,  
VHS s. S. 46

Mo 08.05.2023 - Fr 12.05.2023 (5x), 09:00-16:00 Uhr  
**Konflikte konstruktiv lösen - Besprechungen erfolgreich moderieren**  
Bildungsurlaub  
Villa Post, Aula, Kurs 4039, 232,00€,  
VHS s. S. 46

Mo 08.05.2023 - Fr 12.05.2023 (5x), 08:15-13:15 Uhr  
**Fit fürs Büro mit Word und Excel Aufbau**  
Bildungsurlaub NRW  
Villa Post, O.7, Kurs 4425, 174,00€,  
VHS s. S. 46

Mo 08.05.2023, 18:00-20:15 Uhr  
**Das 1 x 1 der Geldanlage in Zeiten niedriger Zinsen**  
Villa Post, Kurs 1932, 12,00€,  
VHS s. S. 46

Mo 08.05.2023- Mo 03.07.2023 (8x), 10:00-11:30 Uhr  
**A1.1 Italienisch für Anfänger\*innen**  
Volla Post, O.2, Kurs 6501, 65,60€,  
VHS. s. S. 46

Mo 08.05.2023-Mo 05.06.20123 (4x), 18:00-19:30 Uhr  
**Finnisch für Anfänger\*innen**  
Volla Post, O.2, Kurs 6809, 34,40€,  
VHS s. S. 46

Di 09.05.2023 (1x), 18:00-21:45 Uhr  
**Veganes 3 - Gänge Menü - rund um die bunten Karotten**  
Villa Post, Lehrküche, Kurs 3837, 43,00€ VHS s. S. 46

Mi 10.05.2023, 16:00-17:00 Uhr  
**Henry van de Velde - ein Meister seines Fachs**  
Treffpunkt: vor dem Hohenhof, Stirnband 10, Kurs 1175, 6,00€  
VHS s. S. 46

Mi 10.05.2023, 19:00-21:00 Uhr  
**Lebendiges Vorhalle: Machen, statt meckern!**  
Stadtteilhaus Vorhalle, Kurs 1183, kostenlos, VHS s. S. 46

Mi 10.05.2023 (1x), 19:00-21:00 Uhr  
**Whiskyseminar**  
Märkische Spezialitätenbrennerei Hagen-Dahl, In der Asmecke 12, Kurs 3805, 29,00, VHS s. S. 46

Mi 10.05.2023-Mi. 14.06.2023 (6x)  
**Fazientraining**  
Bewegungstherapeutin Manuela Dietrich, Kursgebühr: 15,00€ Anmeldung unter: Jürgen Hartmann, Tel.: 02331/13474, E-Mail: hartmann-j@paritaet-nrw.org

Do 11.05.2023, 15:30 Uhr, Einlass ab 15:00 Uhr  
**Lesetreff60plus**  
Das Team des Lesetreff liest zu verschiedenen Themen Texte vor und regt zum Gedankenaustausch ein, Dauer ca. 1.5 Std. Eintritt frei, in der Pause gibt es bei Kaffee und Kuchen Gelegenheit zu Gesprächen, Anmeldung nicht erforderlich  
Thema: Berge und Meer, literarisch beschrieben von Theodor Storm, Dörte Hansen, Johanna Spyri und andere  
Ort. Stadteibücherei Hagen-Haspe im Torhaus, Tel.: 02331/207-4297,

Do 11.05.2023 (1x), 15:00-18:45 Uhr  
**Herzmacarons zum Muttertag**  
Villa Post, Lehrküche, Kurs 3870, 38,00€, VHS s. S. 46

Do 11.05.2023 (1x), 18:00-21:00 Uhr  
**Wie entstehen Destillate? Brennereiführung löscht Wissensdurst**  
Märkische Spezialitätenbrennerei Hagen-Dahl, In der Asmecke 12, Kurs 3802, 39,90 € VHS s. S. 46

Do. 11.05.2023 N.: Donnerstag - **Wanderung**  
Nachmittagswanderung mit Adele Wever, SGV s. S. 45

Fr 12.05.2023, 14:00-16:00 Uhr  
**Klima-Spaziergang im Fleyer Wald**  
Fleyer Wald, Feithstr. Ecke Hoheleye, Kurs 1481, kostenlos, VHS s. S. 46

Fr 12.05.2023, 18:00-20:00 Uhr  
**Alle singen mit! Mitsing-Konzert Friedenslieder**  
Dr.-Ferdinand-David-Park, Kurs 1483, kostenlos, VHS s. S. 46

Fr 12.05.2023 (1x), 14:00-16:00 Uhr  
**Waldbaden - Shinrin Yuko**  
Treffpunkt: Parkplatz: Im Kettelbach 165, 58135 Hagen, Kurs 3256, 19,00€, VHS s. S. 46

Sa 13.05.2023, 20:00 Uhr  
**Musik: AGAINST EVIL mit Support**  
Eintritt 18,-€,  
Werkhof Kulturzentrum s. S. 46

Sa 13.05.2023 (1x), 09:30-12:30 Uhr  
**Kum Nye Yoga Workshop**  
Villa Post, Yogaraum, Kurs 3454, 22,00€, VHS s. S. 46

Sa 13.05.2023 (1x), 09:00-16:00 Uhr  
**Excel - Komplexe Formeln zielgerichtet einsetzen**  
Villa Post, O.7, Kurs 4531, 40,00€,  
VHS s. S. 46

Sa 13.05.2023 H.: RE 13 – 10:58 Uhr ab Hbf, ab Schwerte mit Linienbus  
**Wanderung um den Freischütz mit Hördequelle und Besuch des Phönix-sees**  
mit Rita Steffen, SGV s.S. 45

Sa 13.05.2023 Se.-Gruppe: Buslinie SB 72 – 13:35 Uhr ab Stadtmitte  
**Vossacker - Karl-Adam-Halle - Vorhalle Mitte mit Marianne Renneke,**  
SGV s. S. 45

So 14.05.2023 T: Abfahrt: 09:32 Uhr mit RE 4 ab Hagen Hbf, weiter ab Wuppertal - Hbf 10:17 Uhr mit Buslinie 625  
**Zum Straßenbahnmuseum Wuppertal – Kohlfahrt**  
Wanderstrecke: - Cronenberg-Lenzhaus – Sudberg – Kohlfahrt mit Inge Mutmann, SGV s. S. 45

So 14.05.2023  
**Tagesfahrt zum ZDF-Fernsehgarten nach Mainz**  
Anmeldung: Stadtsportbund Hagen e.V. s. S. 46

15.05.2023 Se.-Gruppe: Buslinie 518 – 13:46 Uhr ab Stadtmitte  
**Rundfahrt auf dem Harkortsee**  
 Anmeldung bei Marianne Renneke und Führung, SGV s. S. 45

Mo 15.05.2023 - Di 16.05.2023 (2x), 17:45-21:15 Uhr  
**Tastschreiben in 4 Stunden plus Schreibtraining**  
 DBB-Haus, PC V, Kurs 4404, 57,00€, VHS s. S. 46

Di 16.05.2023-Di 20.06.2023 (5x), 10:30-12:00 Uhr  
**Coimbra, Aveiro und Porto: ein Geschmack von Mitte und Norden Portugals**  
 Villa Post, E.3, Kurs 6835,43,00€, VHS s. S. 46

Di 16.05.2023, 19:00-20:30 Uhr  
**Unzulässiges Inkasso - Wie wehre ich mich richtig?**  
 Villa Post, Kurs 1823, 10,00€, VHS s. S. 46

Mi 17.05.2023 (1x), 17:00-19:00 Uhr,  
**Golf - Schnupperkurs**  
 Märkischer Golfclub Hagen, Tiefendorfer Str. 48, Kurs 3732, 25,00€, VHS s. S. 46

Mi 17.05.2023,14:30 Uhr Café  
 Lennebad Klosterkamp 40, Hohenlimburg  
**Wanderfreunde des SGV Hagen treffen sich zu Kaffee & Klönen**

Do.18.05.2023 (Himmelfahrt) T.:  
 Treffpunkt 09:00 Uhr am Hbf, RB 40 – 09:16 Uhr ab Hbf, ab Essen mit RE 42 nach Recklinghausen  
 Am Dattelner Kanaldreieck  
**Am „Dattelner Meer“ unternehmen wir eine gemütliche Kanalwanderung**  
 mit stillen Feldfluren, Wanderstrecke ca. 13 km, Selbstverpflegung ist ratsam mit Maria Arnold, SGV s. S. 45

Sa 20.05.2023 (1x), 10:00-15:00 Uhr  
**Mut zur Farbe**  
 Villa Post, Atelier, Kurs 2330, 42,00€, VHS s. S. 46

Sa 20.05.2023 T.: Treffpunkt 10:00 Uhr am Info-Kasten der SGV-Abt.-Boele  
**Bezirkswanderung der SGV-Abteilung Boele,**  
 Motto: Wandern im Fleyer Wald  
 Über Kabel zum Erlhagen und durch den Fleyer Wald, Einkehr im Landhaus Tomas,  
 Anmeldung bis 14.05.2023 bei stellv. Wanderwartin Adele Wever,  
 Tel 7 33 07, SGV s. S. 45

Sa 20.05.2023, 20:00 Uhr  
**Musik: SOMMERHUT KONZERTREIHE, PEE WEE BLUESGANG mit Support**  
 Eintritt frei, der Hut geht rum, Werkhof Kulturzentrum s. S. 46

Sa 20.05.2023 Se.-Gruppe: Buslinie 515 – 13:43 Uhr ab Stadtmitte  
**Wandern im Fleyer Wald**  
 Waldfriedhof - Vinckegrab - Haus Busch mit Rosemarie Maus,  
 SGV s. S. 45

So 21.05.2023 N: Buslinie 512 – 13:04 Uhr ab Stadtmitte  
**Von Hohensyburg zum Hengsteysee (mit Abstieg)**  
 Rundweg Hohensyburg - Naturbühne – Campingplatz – Lennemündung  
 Bathey mit Erich Gatzke, SGV s. S. 45

Mo 22.05.2023 - Mi 24.05.2023 (3x), 17:00-20:00 Uhr  
**Kameratechnik und Bildkomposition - Vom spontanen Knipsen zum gekonnten Fotografieren**  
 DBB-Haus, PC V, Kurs 5003, 54,00€, VHS s. S. 46

Di 23.05.2023 (1x), 18:30-20:30 Uhr  
**Night of Art - Kreativ werden, Spaß haben**  
 Villa Post, Aula, Kurs 2220, 32,00€, VHS s. S. 46

Di 23.05.2023 (1x), 18:00-20:00 Uhr  
**Gesund kochen für wenig Geld**  
 Villa Post, Lehrküche, Kurs 3816, 15,00€, VHS s. S. 46

Di 23.05.2023 - Di 20.06.2023 (4x), 17:30-21:15 Uhr  
**Excel Aufbau**  
 Villa Post, O.7, Kurs 4511, 116,00€ VHS s. S. 46

Mi 24.05.2023 - Mi 21.06.2023 (5x), 09:00-12:00 Uhr  
**Nähtreff Mittwoch Vormittag**  
 Villa Post, Werkraum, Kurs 2612, 99,00€, VHS s. S. 46

Mi 24.05.2023 - Mi 21.06.2023 (5x), 09:00-12:00 Uhr  
**Nähtreff Mittwoch Vormittag**  
 Villa Post, Werkraum, Kurs 2612, 99,00€, VHS s. S. 46

Fr 26.05.2023 - Fr 16.06.2023 (4x), 09:00-12:00 Uhr  
**Nähtreff Freitag Vormittag**  
 Villa Post, Werkraum, Kurs 2622, 80,00€, VHS s. S. 46

Sa 27.05.2023 - So 28.05.2023 (2x), 09:00-16:00 Uhr  
**PC-Grundlagen**  
 Villa Post, O.7, Kurs 4208, 76,80€, VHS s. S. 46

**Solem GmbH**

ambulanter Pflegedienst

„Häusliche Pflege ist Vertrauenssache“

**Solem GmbH**  
 Zehlendorfer Str. 40  
 58097 Hagen

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

24 Stunden erreichbar



## Veranstaltungskalender

Sa 27.05.2023 T: Treffpunkt 08:45 Uhr Hagen Hbf, mit RE 13 – 08:58 Uhr

### Entdeckungen in den Hammer Lippeauen

Hamm Espenweg, Aussichtsturm Lippeauen, Flussauenweg, NSG Mühlenlaar, Schloss Oberwerries (E), Lippefähre Lupia, Oberwerrieser Mersch, Wanderung ca. 9 km, ebener Weg, insgesamt ca. 7 Std, Eigenverpflegung ratsam, bitte Fernglas mitbringen mit Christoph Rossa, SGV s. S. 45

Sa 27.05.2023, 20:00 Uhr

### Musik: SOMMERHUT KONZERTREIHE, 40 Jahre SYNCHRON

Eintritt frei, der Hut geht rum, Werkhof Kulturzentrum s. S. 46

Sa 27.05.2023 Se.-Gruppe: Buslinie 518 – 13:45 Uhr ab Stadtmitte

### Wanderung: Haßley - Staplack – Bissingheim mit Rosemarie Maus, SGV s. S. 45

Mo 29.05.2023 (Pfingstmontag) N.: Buslinie 512 – 12:27 Uhr ab Stadtmitte Rundweg in Zurstraße

### Wir wandern über Stenking – Niederfeldhausen – zurück nach Zurstraße mit Maria Arnold, SGV s. S. 45

Mi 31.05.2023, 16:00-18:30 Uhr

### Spielen mit Papier mit Dr. Birgit Ebbert - Workshop zum Weltspieltag AllerWeltHaus, Kurs 1451, kostenlos, VHS s. S. 46

## Juni 2023

Do 01.06.2023, 15:30 Uhr, Einlass ab 15:00 Uhr

### Lesetreff60plus

Das Team des Lesetreff liest zu verschiedenen Themen Texte vor und regt zum Gedankenaustausch ein, Dauer ca. 1.5 Std. Eintritt frei, in der Pause gibt es bei Kaffee und Kuchen Gelegenheit zu Gesprächen, Anmeldung nicht erforderlich  
Thema: Im Schatten des „Langen Heinrich“, ein Krimirätsel rund um die Hasper Geschichte, Ort. Stadteilbücherei Hagen-Haspe im Torhaus, Tel.: 02331/207-4297

Do 01.06.2023, 20:00 Uhr

### Musik:

### „Italienische Nacht mit STELLA

Werkhof Kulturzentrum s. S. 46

Do 01.06.2023, 17:00-18:30 Uhr

### Denkmäler und Kunstwerke am Wegesrand - zwischen Springe und Fichte-Gymnasium

Treffpunkt: vor CineStar/Stadtbücherei Springe, Kurs 1155, 6,00€, VHS s. S. 46

Fr 02.06.2023 - Sa 03.06.2023 (2x), 16:00-20:15 Uhr

### Nähworkshop am Wochenende

Villa Post, Werkraum, Kurs 2640, 60,00€, VHS s. S. 46

Sa 03.06.2023, 20:00 Uhr

### Musik: SOMMERHUT KONZERTREIHE, ROBIN STONE

Eintritt frei, der Hut geht rum, Werkhof Kulturzentrum s. S. 46

Sa 03.06.2023 N.: Treffpunkt 14:50 Uhr Wasserschloss Werdringen

### Die Waldfrauen – eine historische Wildkräutertour rund um das Wasserschloss Werdringen

Die zauberhafte Wildkräuterführung geht rund um das Wasserschloss Werdringen. Wildkräuter wachsen nicht nur inmitten unberührter Natur, sondern auch in Parks, am Wegesrand und oft unerkannt in vielen Gärten. Manches Geheimnis über Zauberpflanzen wird gelüftet, was kannten die alten Ritter und Prinzessinnen über Wildkräuter und deren Anwendung? Mitzubringen sind ein kleines, verschleißbares 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 Studzinski, Tel 5 58 23, SGV s. S. 45

Sa 03.06.2023 Se.-Gruppe: Buslinie 543 – 13:13 Uhr ab Stadtmitte

### Mops - Kastanienallee - zur Ennepe mit Marianne Renneke, SGV s. S. 45

Sa 03.06.2023, 11:30-14:30 Uhr

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

Treffpunkt: vor dem Bunker, Bergstr. 98, Kurs 1151, 19,00€, VHS s. S. 46

Sa 03.06.2023, 11:00-15:00 Uhr

### Finnischer Tango - Workshop

Villa Post, Kurs 1344, 26,00€, VHS s. S. 46

Sa 03.06.2023 (1x), 11:00-18:00 Uhr

### KunstTour: Museum Küppersmühle Duisburg

Museum Küppersmühle, Duisburg, Kurs 2015, 44,00€, VHS s. S. 46

Sa 03.06.2023 (1x), 09:00-16:00 Uhr

### Excel – Daten professionell mit Filtern und Pivot-Tabellen auswerten

DBB-Haus, PC V, Kurs 4534, 40,00€, VHS s. S. 46

So 04.06.2023 (1x), 09:00-16:00 Uhr

### Excel Hausverwaltung

Villa Post, O.7, Kurs 4535, 40,00€ VHS s. S. 46

So 04.06.2023, 08:00-19:00 Uhr

### Bustour Bad Iburg und Bad Essen

Treffpunkt: Otto-Ackermann-Platz/Höing, Kurs 1485, 45,00€, VHS s. S. 46

Mi 07.06.2023, 16:00-17:00 Uhr

### Führung durch die Andachtshalle des Krematoriums in Delstern

Treffpunkt: Friedhof Delstern, Andachtshalle, Am Berghang, Kurs 1177, 6,00€, VHS s. S. 46

Mi 07.06.2023 (1x), 14:00-17:45 Uhr

### Alles im Fluss...mit dem Rad entlang der Lenne und Ruhr: Die renaturierte Lenne mit dem Rad erkunden.

Lenne/Ruhr, Treffpunkt: Hohlbg. Bahnhof, Kurs 5080, 17,50€, VHS s. S. 46

Mi 07.06.2023

### Fahrt ins Blaue

### (lassen Sie sich überraschen)

Abfahrt 09.00 Uhr ab Hbf Hagen/ Busplatz, Kosten 30 Euro, Anmeldung bis 20.05. bei stellv. Wanderwartin Adele Weve, SGV s. S. 45

Do 08.06.2023 (Feiertag) N.:

### Donnerstag – Wanderung

Nachmittagswanderung mit Adele Wever, SGV s. S. 45

Sa 10.06.2023 (1x), 15:30-17:30 Uhr

### Golf - Schnupperkurs

Märkischer Golfclub Hagen, Tiefendorfer Str. 48, Kurs 3734, 25,00€, VHS s. S. 46

Sa 10.06.2023, 20:00 Uhr  
**Musik: SOMMERHUT KONZERTREIHE, MAYKEVA**  
 Eintritt frei, der Hut geht rum,  
 Werkhof Kulturzentrum s. S. 46

Sa 10.06.2023 T.: Treffpunkt 09:00  
 Uhr am Hbf, RB 40 – 09:16 Uhr ab  
 Hbf, ab Essen mit RE 42  
**Rund um den Hullerner See**  
 Wir wandern am kleinen Bruder des  
 Halterner Stausees zu Füßen der  
 Borkenberge im Naturpark Hohe  
 Mark, Wanderstrecke ca. 10,6 km,  
 Selbstverpflegung ist ratsam mit  
 Maria Arnold, SGV s. S. 45

Sa 10.06.2023 Se.-Gruppe: Buslinie  
 511 – 13:29 Uhr ab Stadtmitte  
**Wanderung: Rathaus Ennepetal -  
 Hülsenbecker Tal mit Rosemarie  
 Maus, SGV s. S. 45**

So 11.06.2023. N.: Buslinie 510 –  
 12:42 Uhr ab Stadtmitte  
**Rundweg in Dahl**  
 Hoffnungstal – Ribberthof – Dahl mit  
 Adele Wever, SGV s. S. 45

Mo 12.06.2023 - Fr 16.06.2023 (5x),  
 09:00-16:00 Uhr  
**Der ‚Creative‘ Adobe Bildungsurlaub:  
 Photoshop, Illustrator und InDesign  
 und ihr programmübergreifendes  
 Zusammenspiel**  
 Bildungsurlaub  
 Villa Post, O.7, Kurs 4641, 200,00€,  
 VHS s. S. 46

Mo 12.06.2023 - Fr 16.06.2023 (5x),  
 09:00-16:00 Uhr  
**Rhetorik I+II**  
 Bildungsurlaub  
 Villa Post, E.1, Kurs 4006, 230,00€,  
 VHS s. S. 46

Di 13.06.2023  
**Tagesfahrt „Spargelesen“**  
 Infos und Anmeldung:  
 DRK-Begegnungsstätte s. S. 44

Di 13.06.2023 (1x), 18:00-21:45 Uhr  
**Black Number Cake**  
 Villa Post, Lehrküche, Kurs 3875,  
 38,00€ VHS s. S. 46

Sa 17.06.2023 (1x), 09:30-12:30 Uhr  
**Kum Nye Yoga Workshop**  
 Villa Post, Yogaraum, Kurs 3456,  
 22,00€, VHS s. S. 46

Sa 17.06.2023 T.: RE13 – 10:02 Uhr  
 ab Hbf, ab Oberbarmen mit S 7 nach  
 Remscheid-Lennep  
**Kultur und Wandern**  
**Geschichte der Weber – zauberhafte  
 Altstadt mit Rosengarten – Röntgen-  
 museum mit Rita Steffen,**  
 SGVs. S. 45

Sa 17.06.2023 Se.-Gruppe: Buslinie  
 518 – 13:45 Uhr ab Stadtmitte  
**Wanderung: Haßley – Ernst mit Rose-  
 marie Maus, SGV s. S. 45**

Sa 17.06.2023, 15:00-22:00 Uhr  
**„Vielfalt tut gut“-Festival**  
 Dr.-Ferdinand-David-Park, Kurs 1487,  
 0,00€, VHS s. S. 46

Sa 17.06.2023  
**Tagesfahrt an die untere Mosel**  
 Kurs 1707, Preis steht noch nicht fest,  
 VHS s. S. 46

Sa 17.06.2023 (1x), 09:00-13:00 Uhr  
**Der Weg zu innerer Stärke und Ge-  
 lassenheit - Einführung in die Praxis  
 der Meditation**  
 Villa Post, Atelier, Kurs 3120, 25,00€,  
 VHS s. S. 46

So 18.06.2023 (1x), 09:00-16:00 Uhr  
**Ihr erstes digitales Fotobuch**  
 Villa Post, O.7, Kurs 4635, 40,00€,  
 VHS s. S. 46

Mi 21.06.2023 (1x), 18:30-20:45 Uhr  
**Hagener Steinschmuck  
 selbst erstellen**  
 Villa Post, E.1, Kurs 5063, 12,00€  
 VHS s. S. 46

Mi 21.06.2023, 14:30 Uhr Café  
 Lennebad Klosterkamp 40,  
 Hohenlimburg  
**Wanderfreunde des SGV Hagen  
 treffen sich zu Kaffee & Klönen**

Sa 24.06.2023, 20:00 Uhr  
**Musik: SOMMERHUT  
 KONZERTREIHE, MIKE GERHOLD**  
 Eintritt frei, der Hut geht rum,  
 Werkhof Kulturzentrum s. S. 46

Weitere Vorstellungen:  
 20.4., 29.4., 21.5.,  
 14.6.2023

theaterhagen

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

**DREI  
 SCHWESTERN**

Schauspiel von Anton Tschechow

**AB 15.4.2023**

## Veranstungskalender

Sa 24.06.2023, 21:00 Uhr

**Musik: DANIS HOUSE PARTY mit DJ**  
Werkhof Kulturzentrum s. S. 46

Sa 24.06.2023 T.: Buslinie 542 –  
09:34 Uhr ab Stadtmitte

**Ferienwanderung Loxbaum, Len-  
nerenaturierung, Hengsteysee und  
Herdecke**

Haltestelle Loxbaum, unterer Fleyer  
Wald, Fußgängerbrücke ins Lennetal,  
u.a. Renaturierungsabschnitte, Hengs-  
teysee, am nördlichen Seeufer weiter,  
Schiffswinkel, Herdecke (E), ca. 11  
km, Eigenverpflegung ratsam, ca. 6  
Std, falls möglich Fernglas mitbringen  
mit Christoph Rossa, SGV s. S. 45

Sa 24.06.2023 Se.-Gruppe: Buslinie  
517 – 13:47 Uhr ab Stadtmitte

**Wanderung: Elseyer Kirche – Ho-  
henlimburg mit Marianne Renneke,**  
SGV s. S. 45

So 25.06. T.: Treffpunkt 09:15 Uhr am  
Hbf, RE 04 – 09:28 Uhr ab Hbf, ab  
Dortmund mit RE 3 nach Do-Menge-  
de

**Auf dem Emscher-Park-Wanderweg  
Wanderung entlang des E-Wan-  
derwegs zur Zeche Hansemann mit  
Park – Wasserschloss Bodelschwingh**

– Haus Dorloh – Funkmühle – Tal des  
Deininghauser Bachs – Halde Schwe-  
rin, mit bekannter Sonnenuhr – Stadt-  
zentrum von Castrop  
Selbstverpflegung ist ratsam mit  
Maria Arnold, SGV s. S. 45

Mo 26.06.2023 Se.-Gruppe: Buslinie  
518 – 13:46 Uhr ab Stadtmitte

**Immer wieder schön: Rundfahrt auf  
dem Harkortsee**

Anmeldung bei Marianne Renneke  
und Führung, SGV s. S. 45

Mi 28.06.2023 - Mi 02.08.2023 (6x),  
17:20-18:20 Uhr

**Qi Gong im Stadtgarten**

Stadtgarten, Parkplatz China - Restau-  
rant, Kurs 3305, 35,00€, VHS s. S. 46

## Juli 2023

Sa 01.07.2023, 20:00 Uhr

**Musik: SOMMERHUT  
KONZERTREIHE**

Werkhof Kulturzentrum s. S. 46

Sa 01.07.2023 H:

Buslinie 594 – 12:28 Uhr ab Hbf  
**Von Westhofen zum Hengsteysee  
Brüninghaus – Westhofen – Ruhraue  
– Haus Husen – Lennenmündung –  
Hengsteysee mit Erich Gatzke,**  
SGV s. S. 45

Sa 01.07.2023 Se.-Gruppe: Buslinie  
515 – 13:33 Uhr ab Stadtmitte  
**Wanderung: Seestraße – Südufer  
Hengsteysee mit Rosemarie Maus,**  
SGV s. S. 45

So 08.07.2023 T.: Treffpunkt 09:00  
Uhr am Hbf, RB 40 – 09:16 Uhr ab  
Hbf, ab Essen-Hbf mit RE 42 nach  
Haltern

**Von Haltern in die hohe Mark**  
Wanderung vom Römermuseum in  
die Vogelheide, Selbstverpflegung ist  
ratsam mit Maria Arnold, SGV s. S. 45

Sa 8.07.2023 Se.-Gruppe: Buslinie  
510 – 13:48 Uhr ab Stadtmitte  
**Wanderung: Dahl – Sportplatz mit  
Marianne Renneke, SGV s. S. 45**

Sa 08.07.2023, 20:00Uhr

**Musik: SOMMERHUT  
KONZERTREIHE**

Werkhof Kulturzentrum s. S. 46

So 09.07.2023 H.: Buslinie 510 –  
11:12 Uhr ab Stadtmitte

**Wanderung auf dem Volmehangweg**  
mit Rita Steffen, SGV s. S. 45

Do 13.07.2023 N.: Buslinie 516 –  
12:35 Uhr ab Stadtmitte

Für Autofahrer: Treffpunkt 13.10 Uhr  
Haltestelle 516 Wasserschloss Wer-  
dringen

**Ferienwanderung: Rundweg Kaisberg  
Vorhalle – Freiherr-vom Stein-Turm –  
Werdringen mit Adele Wever,**  
SGV s. S. 45

Sa 15.07.2023 Se.-Gruppe: Buslinie  
542 – 13:35 Uhr ab Stadtmitte

**Wanderung: Martinstr. - ehemaliges  
Klößnergelände – Niederhaspe mit  
Marianne Renneke, SGV s. S. 45**

Sa 15.07.2023, 20:00 Uhr

**SOMMERHUT KONZERTREIHE**  
Werkhof Kulturzentrum s. S. 46

So 16.07.2023 T: Abfahrt: 09:45 Uhr  
mit S 9 ab Hagen Hbf

**Biohöfe im Windrather Tal**  
Wanderstrecke: Langenberg – Wind-  
rather Tal – Nordrath mit Inge  
Mutmann, SGV s. S. 45

## Fernsehessel in Großauswahl!

Relaxen der besonderen Art -  
so will ich sitzen!

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

**Ergonomiegrößen  
S - M - L**

statt 1.499,-€

**999,-€**

Alles Abholpreise!



Hagen-Lennetal • Feldmühlenstr. 23  
02331 / 6 05 52 • [www.tema-polster.de](http://www.tema-polster.de)

**TEMA** Polster+  
Wohnen

Mo 17.07.2023 Se.-Gruppe: Buslinie 518 – 13:46 Uhr ab Stadtmitte

**Weil es so schön war:**

**Rundfahrt auf dem Harkortsee**

Anmeldung bei Marianne Renneke und Führung, SGV s. S. 45

Mi 19.07.2023, 14:30 Uhr Café Lennebad, Im Klosterkamp 40, Hohenlimburg

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

Mi. 19.07.2023

**Tagesfahrt zur Landesgartenschau NRW nach Höxter**

Anmeldung:

Stadtsporbund Hagen e.V. s. S. 46

Sa.22.07.2023 T.: Buslinie 512 – 09:58 Uhr ab Stadtmitte

**Ferienrundwanderung zwischen Breckerfeld und dem Tal der Ennepe**

Busbahnhof Breckerfeld. Kückelhäusen und Lausberg, nach Holle-Burg und dem Tal der Ennepe (Abstieg ca. 80m), Steinbach-Tal, Steinbach-Mühle, über die Steinbachstraße nach

Breckerfeld, ca. 9 km, Selbstverpflegung empfohlen, ca. 5 Std, falls möglich Fernglas mitbringen mit Christoph Rossa, SGV s. S. 45

Sa 22.07.2023 Se.-Gruppe: Buslinie 516 – 13:35 Uhr ab Stadtmitte

**Rundweg Schloss Werdringen mit Rosemarie Maus, SGV s. S. 45**

Sa 22.07.2023, 20:00 Uhr

**Musik: SOMMERHUT KONZERTREIHE**

Werkhof Kulturzentrum s. S. 46

So 23.07.2023 H.: Buslinie 512 – 11:04 Uhr ab Stadtmitte

**Wanderung: Von Syburg ins Wannebachtal mit Rita Steffen, SGV s. S. 45**

Sa.29.07.2023 N.: Buslinie 512 – 12:58 Uhr ab Stadtmitte

**Rund um den Buscherberg**

Höhwaldstraße - Blaue Donau – Hinnenwiese – Buscherberg mit Maria Arnold, SGV s. S. 45

Sa 29.07.2023 Se.-Gruppe: Buslinie 518 – 13:45 Uhr ab Stadtmitte

**Wanderung: Hünenpforte – Hohenlimburg mit Marianne Renneke, SGV s. S. 45**

Sa 29.07.2023, ab 15:00 Uhr

**WERKHOF SOMMERFEST**

Eintritt frei,

Werkhof Kulturzentrum s. S. 46

So 30.07.2023 N.: Buslinie 512 – 12:27 Uhr ab Stadtmitte

**Wanderung von Breckerfeld Eicken Eicken – Egge – Hinnenwiese – Höhwaldstraße mit Adele Wever,**

SGV s. S. 45

**Diakonie**

in Südwestfalen

**Hülsemann Haus**

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

**Petra Fleger**  
Einrichtungsleiterin  
Auf dem Lölfert 14a  
58119 Hagen

**SPRECHEN SIE UNS AN:**

Telefon: (02334) 44 22-405 ■ Telefax: (02334) 44 22-410

[www.diakonie-sw.de](http://www.diakonie-sw.de)

## 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](http://www.heb-hagen.de)

**Sie haben Interesse?**  
Kontaktieren Sie uns unter:  
02331 3544-4333 oder  
[hebmachtschule@heb-hagen.de](mailto:hebmachtschule@heb-hagen.de)

Hagener Entsorgungsbetrieb

## Veranstaltungskalender

### Wiederkehrende Termine

#### 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.).  
**Bleiben 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

#### monatliche Badefahrt

##### „Bad Sassendorf“

Abfahrt 12:00 Uhr Emst, 12:10 h DRK-Haus, 12:15 h Hoheleye, 12:15 Hbf; 30,00€ mit Besuch des Bades; 20,00€ ohne Badbesuch, Anmeldung in der DRK Begegnungsstätte s. S. 44

#### Selbsthilfegruppe für chronisch

##### Nierenkranke, Nierentreff Hagen

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

### Jeden Montag

09:00-11:30 Uhr

#### Senioren-gymnastik

Leitung: Fr. Müller,  
DRK Begegnungsstätte s. S. 44

09:00 – 12:00 Uhr

#### Nähgruppe

AWO Schultenhof (Eilpe),  
Info, s. S. 44

9:00-12:00 Uhr

**Kreative Runde** im Markuskommunehaus. Rheinstr. 26, s. S.44

10:00 Uhr

#### Seniorenturnen im Atrium

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

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

Seniorenbegegnungsstätte der Ev. Dreifaltigkeits-Gemeinde, Eppenhauer Str. 152, 58093 Hagen, 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 Wiwiorka

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 Volking

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

16:00 Uhr

#### Gesprächskreis für pflegende Angehörige von demenziell veränderten Menschen

Begegnungsstätte Schultenhof,  
Selbecker Str. 16, Infos uns Anmeldung S. Siebenschuh Tel.:  
02331/72053 od. E-Mail anita.stolorz@awo-ha-mk.de

18:00–21:00 Uhr

#### Angehörigentreffen von Demenzkranken

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

### Jeden 3. Montag im Monat

09:45–12:00 Uhr

#### Arbeitskreis Ehrenamtlicher Leitungen 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, ZWAR s. S. 46

### 14-tätig montags

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

10:30-12:00 Uhr  
**Senioren sport**  
 Leitung Fr. Wagner  
 DRK-Begegnungsstätte s. S. 44

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  
**Spielesachmittag**  
 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 14:00  
**Kartenspieler**  
 AWO Boelerheide, s. S. 44

14:00–17:30 Uhr  
**Skatrunde**  
 Gäste/Mitspieler herzlich willkommen,  
 Info: Kulturhof Emst, Auf den Kämpchen 16, s. S. 44

14:00-16:00 Uhr  
**Offene Johanniskirche**

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**  
 Seniorennachmittag 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 Markusgemeindehaus,  
 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

### Jeden 1. Dienstag:

**Erzählwerkstatt**  
 Leitung: M. Buchenau, Seniorenbegegnungsstätte der Ev. Dreifaltigkeits-Gemeinde, Eppenhauser Str. 152  
 s. auch Homepage

10:00 Uhr  
**Überregionale Gruppe gehörloser Senioren,** Paritreff, Bahnhofstr. 41

### Jeden 2. Dienstag:

14:30–16:30 Uhr  
**Bingo**  
 AWO Haspe, Hüttenplatz 44,  
 Infos s. S. 44

14:30-18:00 Uhr  
**Spielesachmittag mit Kaffeetrinken im Sommer mit Grillen**  
 Ort: AWO Begegnungsstätte Eilpe  
 Verant.: Stadtsportbund Hagen e.V.  
 s. S. 46

15:00 Uhr  
**SPD „60Plus“ Zusammenkunft**  
 Hilfe-Fley, AWO-Seniorenzentrum,  
 Joh.-Friedr.-Oberlin.Str. Tel.: 91 94 50

## Veranstaltungskalender

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

17:30 – 19:30 Uhr

### Selbsthilfegruppe Herzkrankheiten

AWO Begegnungsstätte Schulthenhof  
weitere Infos s. S. 44

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

16:30-18:00 Uhr

### Bibelkreis

offener Kreis, spannende Geschichten der frühen Christenheit (Apostelgeschichten NT) werden gelesen und besprochen Ort: Seniorenbegegnungsstätte 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 Krankenhauses bietet einen informativen Vortrag zu einem bestimmten Krankheitsbild, dessen Ursachen und Behandlungsmöglichkeiten, Schulungsraum des Ev. Krankenhaus Hagen-Haspe, Brinkmannstr. 20

## Jeden 4. Dienstag:

14:30–16:30 Uhr

### Bingo

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

## Jeden letzten Dienstag:

jeden letzten Dienstag, 19:00 Uhr

### SHG Psoriasis

Paritreff, Bahnhofstr. 41

09:00–11:00 Uhr

### Gemeinsames Frühstück – Gäste herzlich willkommen im Eventcafé

Oller Dreisch,  
Infos: s. S. 44

## Jeden Mittwoch:

9:30-10:30 Uhr

### „Fit im Sitzen“

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

09:45–11:15 Uhr

### Englisch für Fortgeschrittene

Referent: Herr Niland, Begegnungsstätte, 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

10:00-12:00

### Seniorenport

Leitung Fr. Wagner,  
DRK Begegnungsstätte 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 Frankfurter Str. 100, 58095 Hagen

14:00 – 17:30 Uhr

### Seniorenclub

AWO-Begegnungsstätte Hohenlimburg, Infos: s. S. 44

14:30-16:00 Uhr

### Tanzen für Hochbetagte

Leitung: Fr. Guhlhof,  
DRK Begegnungsstätte 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 Frankfurter 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),

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 – ab 22.03.2023

#### 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, Germeindehaus 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

Stadtsporthund Hagen e.V., Leitung: Leni Hildebrandt, Christel Kipping; Kosten : 30,00 Euro Busfahrt und Eintritt, nur Busfahrt 22,00 Euro-Gelegenheit zum Stadtbummel oder Cafebesuch. 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. 15:00 Uhr, Anmeldung und Infos Mo+Do 9:00-15:00 Uhr unter Te.: 207-51-08 oder -07

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

### Jeden 4. Mittwoch

16:00-17:30 Uhr

#### Pflege-Café

Paritreff, Bahnhofstr. 41, Infos u. Anmeldung unter Pflegeselbsthilfe s. S. 45

### 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

### alle 2 Monate mittwochs

14:30 Uhr

#### Biblischer 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, Zehnerkarte 40 Euro

10:00-12:00 Uhr

#### Seniorenport

Leitung Fr. Eickelmann, DRK Begegnungsstätte s. S. 44

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

ab 10 Uhr

#### Gesprächskreis Familiäre Pflege – Angehörigenberatung und -Schulung

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

9:00–10:00 Uhr

#### Sitzgymnastik

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

10:00–11:00 Uhr

#### Gymnastik für Hochbetagte

Leitung: Karin Schwan, DRK-Seniorenbegegnungsstätte, s. S. 44

10:30-12:00 Uhr

#### „Spanisch für Anfänger“

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

ab 12:00 Uhr

#### Spielgruppen/Romme

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

## Veranstaltungskalender

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

14:00–19:00 Uhr

### Skat

AWO Begegnungsstätte Oberhagen-Mittelstadt, s. S. 44

14:00–17:00 Uhr

### Ortsvereinsnachmittag

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

14:00-16:00 Uhr

### offene Johanniskirche

14:00-16:00 Uhr

### SeniorInnen-Nachmittag

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

14:00 – 17:00 Uhr

### Offener Treff für alle

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

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, Diakonienzentrum Haspe e.V.

14:15-16:00 Uhr

### SeniorInnen-Nachmittag

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

Donnerstag 18:00 – 21:00 Uhr

### Selbsthelfer für seelische Erkrankungen

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

## 14-Tägig Donnerstag,

16:00-17:30 Uhr

### Krebselbsthilfegruppe 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**

08:15–11:00 Uhr  
**Marktfrühstück**  
 AWO Begegnungsstätte Vorhalle, im Stadtteilhaus Vorhalle, Gebühr, Infos s. S. 44

10:00-12:00 Uhr  
**Gedächtnistraining.** Fr. Schmittat in der DRK Begegnungsstätte , s. S. 44

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

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-Hengsytey, 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**

10:00-13:00 Uhr  
**offene Johanneskirche** s. S. 45

**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



Hier leben wir!

Individuell und herzlich betreut.

**Seniorenzentrum Letmathe**



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

Lindenstraße 2  
 58642 Iserlohn-Letmathe

Tel.: 02374 54-7550  
[www.senioren-mk.de](http://www.senioren-mk.de)

## Veranstaltungskalender

### 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 Öffnungs-  
zeiten, 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 Freikirch-  
liche Gemeinde Hagen, Kirche am  
Widey, Am Widey 6–8, Tel.: 1 44 44

### Mittagstisch

Di. & Do. 12:00–14:00 Uhr

#### **Begegnungsstätte Haspe**

Hüttenplatz 44, Voranmeldung: 41477

Mo.–Do. von 11:30–14:00 Uhr

#### **Eventcafé Oller Dreisch**

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

Tel.: 02331/934 68 33

Mo.–So. ab 12:00 Uhr

#### **Ev. Altenwohnheim Dahl**

Zum Bollwerk 13 Tel.: 02337 47 47–0

Mo.–Fr. von 12:00–13:00 Uhr

#### **Cafeteria „Köhlerweg“**

Köhlerweg 5, 58093 Hagen,  
Tel.: 933 76 71, Anmeldung  
erwünscht unter Caritas, Hardenberg-  
str. 8, 58097 Hagen, Fr. Eickelmann  
Tel.: 7375671 Mo+ Mi 12:00-13:00  
Uhr

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

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

#### **AWO Ortsverein Vorhalle**

Vorhaller Str. 36, s. S. 44

wird zurzeit nicht abgeboten

#### **Cafeteria im Mehrgenerationenhaus vom Kinderschutzbund**

Potthofstr. 20, Tel.: 38 60 89–0

Di. & Fr. von 12:00–14:00 Uhr

#### **AWO Hohenlimburg**

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

Fr. von 12:00–12:30 Uhr

#### **Gemeindehaus**

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

**Schritt für Schritt zu gesunden Füßen**

**Praxis Podologie Widdra**  
Medizinische Fußbehandlung in Hagen

Abrechnung mit allen Krankenkassen

02331 36 380 70    agnes@podologie-widdra.de    Podologie Widdra  
0176 14 371 567 (auch WA)    Kölner Str. 32, 58135 Hagen



## Service-Wohnen mit Ambiente

### 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](http://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-Emst  
Auf dem Kämpchen 16,  
Tel.: 5 44 90  
Ansprechpartner: Bernd Zöhner

#### AWO Begegnungsstätte Hilfe/Fley

Johann-Friedrich-Oberlin-Str. 11–15,

#### OV Kuhlerkamp/Wehringhausen

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

#### AWO-Begegnungsstätte Vorhalle

Vorhaller Str. 36  
Tel.: 3 49 32 23

#### AWO-Begegnungsstätte Haspe

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

#### AWO-Westerbauer

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

#### AWO-Begegnungsstätte Eilpe (Schulenhof)

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

#### AWO-Begegnungsstätte

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

#### AWO Begegnungsstätte Boelerheide, Altenhagen

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

#### AWO-Begegnungsstätten

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

#### Eventcafé Oller Dreisch

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

#### Caritas-Seniorenreisen

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

#### Curanum Seniorenresidenz

Hagen-Emst  
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

Zeppelinweg 17, 58093 Hagen, Tel.:  
02331/9337731 od. 9589911  
Mo-Fr.: 8:00-16:30 Uhr

#### 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)  
Fr. 12:00-17:00 Uhr mit Mittagsimbiss

#### Ev. Luth - Stadtkirchengemeinde

Markuskirche, Rheinstr. 26,  
58097 Hagen  
Gemeindebüro Markuskirche:  
Mo,Di,,Do u.Fr 9–12 Uhr  
Mi 16–18 Uhr, Tel.: 02331/83929

Konzerte und Veranstaltungen s.  
aktuelle Aushänge, Ankündigungen,  
Terminseite unter  
www.skg-hagen.de

Postanschrift: Ev.-luth Stadtkirchen-  
gemeinde, Dödterstr. 10, 58095  
Hagen

#### Ev. Familienbildung Hagen

Ev. Dreifaltigkeits-Gemeinde Hagen  
Eppenhauer 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 Markuskir-  
che 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

**Pflegeselbsthilfe Kontaktbüro**

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

**Roncalli-Haus**

Boeler Kirchplatz 15, Tel.: 4 83 24 00

**Paritätischer Wohlfahrtsverband**

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

**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;

**Skililde 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

**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



**WIR bieten Wohnqualität  
für alle Lebenslagen**

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

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

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

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



WWW.GWG-HAGEN.DE

## Veranstaltungskalender

### Seniorenunion der CDU Hagen

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

### Stadtsportbund 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-Do: 9:00-15:00 Uhr  
Tel.: 02331/207-5107/08  
obige Telefonnummern gelten auch  
für die Anmeldung zur Sportfahrt

### Stadtbücherei, Zentralbücherei

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

### Stadtteilbücherei Hohenlimburg

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

### Stadtteilbücherei Haspe

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

### Sportfreunde Westfalia Hagen von 1872 e.V.

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

### SoVD Sozialverband Deutschland,

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

### TSV Hagen 1860

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

### VHS Hagen

Anmeldung, Anfragen zu Gebühren  
und Ermäßigungen: Villa Post,  
Wehringhauser Str. 38, 58089  
Hagen, Tel.: 207 – 36 22,  
Fax: 49 207– 24 43,  
Mail: VHS@stadt-hagen.de  
weitere Infos über die Kursangebote  
im Internet: www.VHS-hagen.de  
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://BLOCKED/https://  
zwar-hagen.jimdofree.com](http://BLOCKED/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: Frühlingsblumen, Zeichnung: Sigrun Dechêne

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: August 2023  
Redaktionsschluss: Juni 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-helfe@awo-www.de | www.awo-ha-mk.de



## Schuhe für besonders empfindliche Füße



Leichter Einstieg  
Extra weit



Luftig, leicht  
Wechselbettung



Sicherer Halt  
Chromfreies Leder



Optimal anpassbar  
Auch mit Wechselbettung



Flauschig weich, weit und leicht  
Optimal für Haus und Heim



Stretchmaterial schont empfindliche Zehen  
Schuh ist waschbar

# Stief Schuhe

seit 1904

HA-City Märkischer Ring 122

Am Johannes Kirchplatz

Tel.: (02331) 28721

[www.bioline-schuhe.de](http://www.bioline-schuhe.de)



## DER EINFACHSTE WEG ZUM BARRIEREFREIEN BAD

DIE BADAUSSTELLUNG IN IHRER NÄHE.

ELEMENTS HAGEN  
PREUSSER STR. 8  
58135 HAGEN  
T. +49 2331 4733217

ÖFFNUNGSZEITEN  
MO - FR.: 9.00 - 18.00 UHR  
SA.: 9.00 - 13.00 UHR

✦ ELEMENTS-SHOW.DE



**Wir verstehen Sie.**

Wir helfen Ihnen gerne.

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



### 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.

### 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](http://www.homeinstead.de/hagen)  
[hagen@homeinstead.de](mailto:hagen@homeinstead.de)



#### 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