

Junges Jaltes



Kostenlose Zeitung von Senioren (nicht nur) für Senioren



**Prominenten-Interview mit Florian Ludwig,
Leiter des philharmonischen Orchesters Hagen:
Zwischen Kosmos und Dirigentenpult**

**Wohnen im Alter:
Neuer mobiler Einkaufsdienst in Eilpe**

**Hobbies:
Angebote der Stadtbücherei für Seniorinnen und Senioren**

**Veranstaltungskalender Dezember 2011 – März 2012:
Mit einer Übersicht über Hagener Weihnachtsmärkte**



Jubiläumsjahr 2011

20 Jahre Faust

Feiern Sie mit und lassen sich Monat für Monat überraschen!

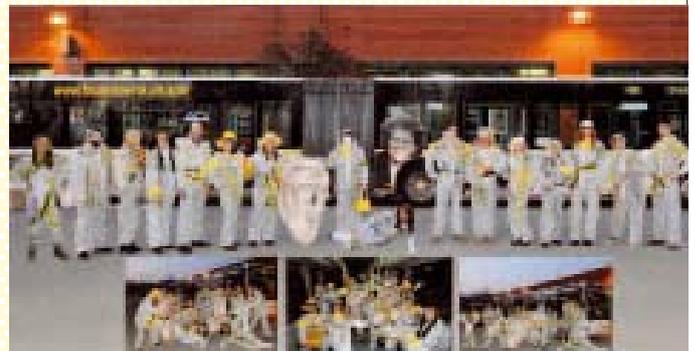
*Weihnachten steht vor der Tür
– das Jahr neigt sich dem Ende entgegen*

Doch unsere Angebote gehen weiter...

Nutzen Sie die Vorweihnachtszeit und schauen Sie bei uns vorbei! Gegen Vorlage dieser Anzeige erhalten Sie eine kostenlose Reinigung und Wartung Ihres Hörgerätes. Außerdem erhalten Sie bei diesem „Wartungsbesuch“ bis einschließlich den 23.12.2011 Ihr Weihnachtspäsent.

Zusätzlich haben Sie bis zum 30.12.2011 die Möglichkeit, sich ungezwungen über die neuen revolutionären Hörgeräte von Widex und Hansaton zu informieren. Wir beraten Sie ausführlich, individuell und kompetent. Wenn Sie den angefügten Coupon mitbringen, haben Sie die Möglichkeit, diese Geräte kostenlos und unverbindlich eine Woche Probe zutragen.

Wir wünschen Ihnen bereits jetzt eine
Frohe Weihnacht
und ein gesundes,
erfolgreiches 2012



Beratungs-COUPON (gültig bis 30.12.2011)
für die Geräte Widex clear440 und Hansaton AQ G2

- individuelles Beratungsgespräch
- professioneller Hörtest
- unverbindliches, einwöchiges Probetragen
- perfekte Anpassung an Ihre Hörbedürfnisse



Bilder: Widex



*Wieder mehr **Genuss**
in der Welt des Hörens...*

Guten Tag...

...wir haben uns für diese Ausgabe das Hagener Theater als Schwerpunktthema gewählt. Dabei ging es uns besonders darum zu zeigen, was das Theater für alle Menschen in dieser Stadt leistet – dass es also ein Bürgertheater im besten Sinne des Wortes ist. Wir freuen uns, dass uns Klaus Hacker, Vorsitzender des Theaterfördervereins Hagen, ein Grüßwort geschrieben hat:

Grüßwort des Theaterfördervereins Hagen

100 Jahre ist es her: Der Theaterverein und die Konzertgesellschaft schlossen sich zur Theater-AG zusammen – dies war eine Bürgerbewegung: Sie hat den Bau des Theaters in Hagen finanziert. Zu den Gründern gehörte der Kunstmäzen Karl-Ernst Osthaus und zahlreiche Unternehmerpersönlichkeiten aus Hagen. Wir sind heute stolz auf das, was unsere Vorväter uns hinterlassen haben.

„Was Du ererbt von Deinen Vätern, erwirb es, um es zu besitzen. Was man nicht nützt, ist eine schwere Last“
(Johann Wolfgang von Goethe, Faust).

Ich frage: Ist das Theater eine Last, gar eine schwere Last für die Stadt Hagen? Die Finanzierung des Theaters schmerzt jedenfalls unsere Stadtväter so sehr, dass der Etat mehrfach gekürzt und die Mitarbeiterzahl ständig reduziert wurde. Vor rund 30 Jahren war die Existenz des eigenständigen Theaters sogar akut gefährdet. So gründete sich der Theaterförderverein, um das Theater Hagen zu retten. Wieder war es also eine Bürgerbewegung, die sich schützend vor das Theater stellte. Und das ist bis in die jüngste Zeit so geblieben.

Neuerdings spricht man von „Wutbürgern“, wenn die Menschen die Entscheidungen der Politiker nicht hinnehmen wollen. Die Bürger kämpfen für ihr Theater, weil sie wissen, was diese Einrichtung für sie und ihre Stadt bedeutet. Das Vorhandensein eines Theaters ist die Voraussetzung dafür, dass sich bestimmte Strukturen in einer Stadt überhaupt erst entwickeln. Das Theater bringt die Kultur zu den Menschen, trägt sie gewissermaßen auf die Straße und bringt Leben



*Klaus Hacker, Vorsitzender der Theaterfördervereins,
Foto: Marco Siekmann*

in die Stadt. Am Theater sind Menschen aus 40 Nationen beschäftigt. Die Ensemblemitglieder und die Musiker gehen in die Schulen und unterrichten, sie treten in ihrer Freizeit auf. So entwickelt sich auch eine Kulturszene in der Stadt. Der Mensch braucht die Kultur für ein sinnerfülltes Leben. Wir würden sonst geistig verarmen.

So wünsche ich dem Theater ein langes Leben, denn die Kultur ist kein Sahnehäubchen, sondern die Hefe im Teig!

Unser Redaktionsteam trifft sich jeden zweiten Mittwoch eines Monats um 10 Uhr im Sozialen Rathaus, Berliner Platz 22, Raum D 123. Gäste sind jederzeit willkommen. Unser Team: Edith Brechtefeld, Gerd Eichborn, Christa Heine, Rita Hesse, Lothar Kasper, Hans Klapper, Helmut Korte, Barbara Lazaris, Maria Liley, Gerd Lorenzen, Rosmarie Melchert, Peter Nöldner, Regina Hocke, Ruth Sauerwein ■

Zu unserem Titelbild

Pünktlich zum 100. Geburtstag erstrahlt das Theater Hagen in renoviertem Glanz. Und es ist vielfältig und lebendig wie eh und je. Spannende Experimente wie das Stück „Gegen die Wand“ und aufregendes Tanztheater ergänzen die traditionelle Oper. Schon um 1850 herum gastierten in Hagen Tourneebühnen. Aber schlechte Säle und provisorische Bühnen wirkten sich nachteilig auf den Besuch aus. Karl-Ernst Osthaus, Wilhelm Schaberg, Dr. Cremer und A. Vogel entwickelten 1899/1900 die Idee, ein eigenes Theater für die Bürger dieser Stadt ins Leben zu rufen. Hagens Bürgerschaft sollte in ihrer freien Zeit „Nahrung für Seele und Herz finden“. Am 5. und 6. Oktober 1911 wurde das

neue Theater, das nach Entwürfen von Dr. Ernst Vetterlein aus Darmstadt realisiert wurde, feierlich eingeweiht. Nach dem Willen der damaligen Mitglieder des Theatervereins sollte der Musentempel „zum Spiegel menschlicher Schicksale“ werden. Viele Auf- und Abs hat unser Theater erleben müssen, aber immer wieder ging es weiter. Selbst nach dem II. Weltkrieg, als alles in Schutt und Asche lag, gab es Menschen, die sich beim Aufbau engagierten und die Trümmer wegräumten, so dass bald wieder ein eingeschränkter Spielbetrieb aufgenommen werden konnte.

Fotos: Kühle, Boris Golz

Meier Haus- und Grundverwaltung GmbH

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

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

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



Komfortable gepflegte Mietwohnungen

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

Sie suchen eine altersgerechte Wohnung?

Seit über 15 Jahren verwalten wir Seniorenwohnungen in Boels, Eckesey, Altenhagen, Eppenhagen und in der Innenstadt.

Profitieren Sie von unserer Erfahrung in kompetentem Verwaltungsservice mit umfangreicher Erstbetreuung. Darüber hinaus arbeiten wir mit vielen Kooperationspartnern zusammen, die Ihnen von Umzugservice und Renovierungshilfe bis zur Pflege und mobilem Mittagstisch jeden gewünschten Komfort bieten. Alle Wohnungen sind für ein Hausnotruf-System vorgeölt.

Winterdienst, Gartenpflege und die Kontrollen der Aufzüge und der Haustechnik erfolgen über die eigene Hausmeisterel.



Unser neues Projekt: Zum Mai 2012 werden im Bsa-Brandström-Hof auf Ernst, Zeppelinweg Seniorenwohnungen mit Betreuung durch das DRK (gleiches Konzept wie in der Felthstr.50) bezugsfertig, davon vier 3½-Z-Wohnungen mit 90qm und 26 2½-Z-Wohnungen mit 62 oder 68 qm. Der große Gemeinschaftsraum und der großzügige Innenhof laden zur täglichen Begegnung, aktiver Tagesgestaltung und gemeinschaftlich organisierten Festen ein.

Rufen Sie uns an, um sich unverbindlich über Konzept, Grundrisse und Mietdetails zu informieren.

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



Guten Tag	3
Zu unserem Titelbild	3
Unser Prominenten-Interview	
■ Florian Ludwig, Leiter des Philharmonischen Orchesters Hagen – Zwischen Kosmos und Dirigentenpult–	6–7
Titelgeschichte	
■ Theater Hagen – mit 100 Jahren lebendig wie noch nie	8–9
Wohnen im Alter	
■ Der „Mobile Einkaufswagen“ in Eilpe	10
■ Mobiler Notrufdienst – Sicherheit für unterwegs	11
Soziales	
■ Würde bis zum Schluss – Was ist bei der Vorsorge zur Beerdigung zu beachten?	12
■ Sozialverbände – Hilfe im Sozialrechts-Dschungel	13
Jung und Alt	
■ Eine spannende Lebensgeschichte als Klassenarbeit	14
■ Sprachscouts helfen dabei, Deutsch zu lernen	16
Gesundheit	
■ Fußpflege – damit uns die Füße lange tragen	18
■ Schutz vor Stürzen – gerade im Winter	19
Hobbies	
■ Rezepte von der „Kräuter-Lady“: Die Eberesche	20
■ Buchtipp: Der dunkle Thron	21
■ Stadtbücherei: Vielfältiges Angebot für Seniorinnen und Senioren	22
Gedichte und Dönekes	
■ Vor 100 Jahren erreichte Roald Amundsen den Südpol	24
■ Gedicht: Goldener Herbst bringt reiche Früchte	25
■ Gedicht: Morgensonne im Winter	25
■ Bauernregeln	25
Veranstaltungskalender	27–38
Impressum	22



Diakonie 
in Südwestfalen
Hülsemann Haus

Sabine Wedhorn
 Einrichtungsleiterin
 Auf dem Löffert 14a
 58119 Hagen

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

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

Rosmarie Melchert (Text) und Gerd Lorenzen (Fotos)

Florian Ludwig – backstage

Zwischen Kosmos und Dirigentenpult /
Dem Publikum die ganze Fülle von Musik nahe bringen

Sein Publikum sieht ihn gewöhnlich im festlichen „Outfit“. Ein eleganter Frack bringt seine imposante Figur zur Geltung. Es macht schon Eindruck, wie er da auf der Bühne der Stadthalle oder im Orchestergraben des Theaters steht und mit ruhigen, oft sparsamen, dann wieder raumgreifenden Bewegungen das Philharmonische Orchester dirigiert. Jedes Musikstück erfährt dadurch seine besondere Ludwigsche Prägung. Ja, Florian Ludwig hat Wiedererkennungswert.



Florian Ludwig lacht gern. Seine ansteckende Fröhlichkeit motiviert das Orchester und den Philharmonischen Chor.

Wir sind mit Florian Ludwig im unscheinbaren Verwaltungsgebäude des Theaters verabredet. Trotz Termindrucks – zum 100. Geburtstag muss unter anderem noch für den „Ring an einem Abend“ geprobt werden – hat der Chef des Philharmonischen Orchesters Hagen uns eine Stunde seiner eng bemessenen Zeit geschenkt. Als wir ankommen, bittet er noch um ein wenig Geduld. Wir sehen ihn in seinem Büro am Schreibtisch mit Papieren hantieren. Der winzige Raum ist fast zu klein für den großen Mann, zumal da noch ein Flügel links neben der

Tür Platz finden muss. Aber dann hat er Zeit für unsere Fragen. Ganz präsent sitzt er da, ungemein aufmerksam und locker. Es scheint eine Gabe von ihm zu sein, sich ganz auf seinen Gesprächspartner einzustellen. Florian Ludwig hat das, was man unter Charisma versteht – eine gewinnende Ausstrahlung. Diese hat ihm sicher geholfen, bald aus dem Schatten des sehr beliebten Anthony Hermus hervorzutreten. „Wenn in den Kritiken nicht mehr der Name des Vorgängers auftaucht, merkt man, dass man angekommen ist.“

Etwas mehr Stolz auf Eure Stadt, Hagerer!

Und wie waren seine ersten Eindrücke von dieser Stadt? Schmunzelnd erzählt er von einer kleinen Episode. Als er bei seinem ersten Besuch mit dem Taxi durch Hagen fuhr, überraschte ihn der Fahrer mit der Frage: „Warum kommen Sie ausgerechnet nach Hagen?“ Ja, das sei ihm aufgefallen: Viele Hagerer sähen ihre Stadt negativ. Dabei könne man ruhig stolz darauf sein, trotz finanzieller Schwierigkeiten und politischem Druck, auch seitens der Bezirksregierung, so viel geschafft zu haben. Welche Stadt habe schon ein Theater, das nun in diesem Jahr seinen 100. Geburtstag feiern kann. Das Orchester ist sogar schon 105 Jahre alt. Hagen ist die einzige Stadt in NRW, die das so lange erhalten konnte.



Bei der Orchesterprobe.

Anerkennendes Lob klingt in Florian Ludwigs Stimme mit, als er das sagt. Etwas nachdenklich resümiert er: Die Hagerer seien etwas reserviert. Er wünsche sich in der Stadt manchmal mehr Bremer Freundlichkeit – dort war Ludwig vor seinem Engagement in Hagen. Total Opern-verrückt sei das Publikum in Mannheim gewesen – das Nationaltheater dort war eine weitere Wirkungsstätte.

Groß ist der Zulauf bei seiner von ihm kreierten „Klangrede“, die je nach Thema des Musikwerks am dazu passenden Ort stattfindet – etwa in der Stadtbibliothek oder in der Sternwarte. Zum Kosmos und den Sternen hat Florian Ludwig eine ganz besondere Verbindung. Hat er doch zunächst Physik und Astronomie an der Ludwig-Maximilian-Universität in München studiert, bevor er 1992 an die Hochschule für Musik wechselte. In den Fächern „Orchesterdirigieren“, „Liedbegleitung“ und „Gesang“ erwarb er sich das Rüstzeug für seine musikalische Laufbahn. Da er selbst begeisterter Chorsänger ist und bereits mit einigen Chören gearbeitet hat, hatte er die Idee, einen eigenen Chor zu gründen. Von seinem Vorgänger Anthony Hermus übernahm er die Scratch-Projekte. *„Ich habe dort die Begeisterung der Mitwirkenden erlebt. Daraus entstand dann die Idee, einen Philharmonischen Chor zu gründen, zumal der städtische Chor sich aufgelöst hatte. Seit diesem Mai probe ich mit 130 Sängern und Sängerinnen. Es gibt dort eine gute Mischung von Jung und Alt, von erfahrenen SängerInnen und solchen, die sich zum ersten Mal trauen, in einem Chor mitzuwirken.“*

Bekennnis zum Chorgesang und „zartester Versuchung“

Ludwig versteht es durch seine lockere Art, auch junge Menschen zu motivieren, die sonst eher in Gospel-

Chören zu finden sind. Die erste große Aufführung war „Die Schöpfung“ von Haydn anlässlich des 30. Geburtstages der Stadthalle, die begeistert vom Publikum aufgenommen wurde. *„So ein Chor belebt die Musiklandschaft der Stadt und ist eine Werbung für die Chormusik. Außerdem hat er eine große Breitenwirkung.“* Eine Konkurrenz zu anderen Chören der Stadt fürchtet er nicht. *„Hagen ist meines Wissens die einzige Stadt, in der der Orchesterleiter auch den Chor leitet. Ich habe aber gern die Belastung auf mich genommen, weil ich es für wichtig halte.“* Unterstützt wird er von seiner Frau Melanie Maennl und Prof. Reinhard Leisenheimer, die sich um die Stimmbildung kümmern. Zum Einsingen stimmt er zum Vergnügen des Chores den Werbesong „Milka, die zarteste Versuchung, seit es Schokolade gibt“ an. Dieser Song enthält viele Vokale und verrät etwas über seine etwas unkonventionelle Vorgehensweise, aber auch – und da ist er ganz Genussmensch – auf seine Vorliebe für Zartschmelzendes.

Wir wollen lebendige Kunst schaffen

Zu weiteren Aufführungsplänen sagt er: *„Wir sind auf die volle Auslastung unserer Häuser angewiesen. Darum müssen wir neue Stücke und Kompositionen vorsichtig dosieren. Aber neue Musik ist wichtig für die Gesellschaft. Vor 100 Jahren wurden nur für die damalige Zeit moderne Stücke aufge-*

führt. Der Zwang, einen Spielplan stromlinienförmig zu entwickeln, mag dem Publikum zwar zunächst gefallen, ist aber auf Dauer nicht gut. Ich probiere oft neue Kompositionen aus. Es gibt einen ungeheuren Reichtum an neuer Musik. Wir können nur einen Bruchteil davon bringen. Wir wollen kein Museum sein, sondern lebendige Kunst schaffen.“

Dass Florian Ludwig mit seinem Konzept unterstützt vom Orchester, dem Sängersenemble und dem Chor auf einem guten Weg ist, davon kann sich das Publikum überzeugen, etwa am:

12. Dezember
Weihnachtskonzert des Philharmonischen Chores in der Stadthalle

24. Januar
4. Sinfoniekonzert

Mobilitätslösungen,
die Ihr Leben **leichter**
und **unabhängiger** machen.
Individuelle
Umbaumöglichkeiten zum
behindertengerechten
Fahrzeug!



Ihr Fiat Händler
und Servicepartner:

ARO-Autohaus GmbH
Eckeseyer Straße 128 · 58089 Hagen
Tel. (02331) 91 54 - 5 · Fax - 91 54-81

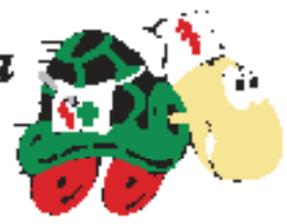
www.aro-autohaus.de





Chelonia

*aktiv bleiben
ist wohl für Sie
vorgesehen*



Wohnen im Alter

Chelonia bietet moderne, seniorengerecht gestaltete Wohnungen (34 – 70 m²), die Sie selbst einrichten können. Schöne Gemeinschaftsräume fördern das soziale Miteinander. Zudem ist unser Pflegepersonal rund um die Uhr im Haus und kümmert sich nach dem individuellen Pflegebedarf um Ihre Versorgung. Im Haus wird Verbandsärztliche Versorgung angeboten.

■ Elberfelder Str. 49, 58095 Hagen, Tel. 02331 971450, www.chelonia-witten.de

Theater Hagen: Mit 100 lebendig wie noch nie

Kein wehevoller Musentempel, sondern voller vielfältigem Leben



Theater Hagen, 1945

Das Leben von Christa Heine war stets mit dem Theater Hagen verbunden: „Die Csardasfürstin“ mit Rita Zorn in der Hauptrolle, „Die lustige Witwe“ mit dem (damals schon nicht mehr jungen) Jopi Heesters als Danilo, die unvergessliche Edda Moser, die mittlerweile auf der ganzen Welt singt: Das sind Erinnerungen an meine Theaterzeit, als ich noch junges Mädchen war. Mit vielen Freundinnen hatte ich ein Jugend-Abo, und trotz Rock'n-Roll-

Zeit fanden wir Theater spannend. Als ich elf Jahre alt war, durfte ich in verschiedenen Inszenierungen im Kinderchor mitsingen – so lange, bis die Eltern ob meiner rapide sinkenden schulischen Leistungen das „Aus“ beschlossen. Aber heute bin ich wieder mittendrin: Im Seniorentheater im „Lutz“, das mich nicht nur immer wieder in neue Rollen schlüpfen, sondern mich auch mit den Kolleginnen und Kollegen Gemeinschaft erleben lässt.



100 Jahre Theater Hagen sind zu feiern! Und wie stellt sich unser Theater heute dar? In Zeiten, wo nur noch der spitze Rotstift regiert, wo man meint, Theater sei überflüssig? Das sei nur was für elitäre Clubs? Das Theater Hagen ist mit mehr als 500 Vorstellungen im Jahr größter Kulturveranstalter für Hagen und Umgebung und kommt mit dem niedrigsten Zuschuss pro Platz aller Theater in NRW aus. Noch nie war das Theater „jünger“ als heute! Warum, werden Sie fragen? Ich nehme Sie mal an die Hand und zeige Ihnen, was alles in unserem Theater passiert:

Das Musiktheater zeichnet sich durch vielfältige Lebendigkeit aus, die gleichermaßen junges wie älteres Publikum anzuziehen vermag. Als erstes ist da das „Große Haus“, wo die eigenen Opern, Operetten und Musicals inszeniert werden und wo man sich mutig an moderne Stücke wagt.

„Kurz und Gut“ ist als Einführung in diese neuen Stücke gedacht. Kurz und prägnant wird über Autor, Komponist, Werk und Inszenierung gesprochen.

„Nachtcafé“ ist das beliebte Spätprogramm mit freiem Eintritt im Theatercafé. Witziges, Aberwitziges, Aktuelles, Besonderes wird gesungen und gespielt von Mitgliedern des Ensembles.

„It's tea time“ ist das Nachmittagsprogramm, ebenfalls im Theatercafé, über Neues vor Ort, Sänger „ganz privat“, Dönekes ... einfach ein kurzweiliger Nachmittag!

„Theater hautnah“ bietet eine offene Probe mit Werkstattgespräch, um neue Produktionen bei ihrer Entstehung kennen zu lernen.

„Backstage“ kann man ab zehn Personen buchen, um einmal einen Blick hinter alle Kulissen unserer Bühne zu werfen.

„Theater & Kino“ bietet ein doppeltes Erlebnis: zusammen mit dem Kino Babylon im Pelmeke-Zentrum wird eine Theaterproduktion dem gleichnamigen Film gegenübergestellt. (Zuletzt: „Gegen die Wand“)

„Adventssingen“ ist mittlerweile zur Tradition im Advent geworden. Im Theatercafé treffen sich Jung und Alt zum gemeinsamen Singen.

„Weihnachtsmärchen“ - in jedem Jahr sehnsüchtig erwartet. In diesem Jahr wird „Rotkäppchen“ gespielt. Ganze Schulen buchen die Vorstellungen „leer“, Eltern und Großeltern müssen zeitig schauen, eine der beliebten Karten zu ergattern.



In dem Projekt „Zäune“ standen Jugendliche aus dem christlichen, jüdischen und islamischen Kulturkreis auf der Bühne.

Ob Musik- oder Tanztheater: Immer ein Genuss

Die nächste Sparte ist unser **Tanztheater** (nicht einfach „nur“ Ballett), das nicht nur das Theater als Spielstätte nutzt, sondern oft in anderen „Räumen“ zu den Menschen kommt: in den Elbershallen, im „Opus“ ... An den Abenden sind oft mutige Ur- und Erstaufführungen zu sehen, gepaart mit „gehörgängigen“ Musikstücken sowie avantgardistischen Klängen. Ein Ohr- und Augenschmaus!



Das Tanztheater Hagen ist immer für spektakuläre Auftritte gut.

Projekte wie „**BallroomDance**“ oder „**TanzRäume**“ holen die junge Generation ins Theater und geben innovativen, experimentellen, nationalen sowie internationalen Tanz-Compagnien eine Bühne; und das mittlerweile schon zum 11. Mal!

Die „**Internationale Aids Tanz Gala**“ geht in diesem Jahr schon zum vierten Mal „on stage“. Der Erlös kommt der Aids-Hilfe Hagen und karitativen Projekten zugute.

Schauspiel, Kabarett und Sondergastspiele werden von auswärtigen Bühnen bedient, da Hagen kein eigenes Schauspiel unterhält.

Theater für und mit Kindern und Jugendlichen...

Im Jahr 2000 erteilte der damalige Intendant Rainer Friedemann den Auftrag (das gab es noch NIE in Hagens 90 jähriger Bühnen-Geschichte), eine eigene Kinder- und Jugendsparte aufzubauen. Seitens der Stadt Hagen hatte der damalige Kulturdezernent mehr als nur ein Kopfschütteln übrig: undenkbar ... aber vielleicht hat es auch deshalb funktioniert. Da keine zusätzlichen Mittel flossen, kam das Budget zum Teil aus Mitteln des Theaters, von vielen Sponsoren, Privatpersonen, Unternehmen und aus den Hagener Service-Clubs. So konnte das zarte Pflänzchen am Leben erhalten werden.

Der Grundgedanke war, MIT jungen Menschen FÜR junge Menschen Theater zu machen. Ab und zu sollten professionelle Schauspieler eine Ergänzung bilden.

Zuerst teilte man sich die Räumlichkeiten mit dem Jugendzentrum „Globe“. 2003 konnte in das neu erbaute Werkstattgebäude des Theaters eine eigene Spielstätte integriert werden: „**Lutzjunge bühne hAGEN**“, eröffnet mit Lutz Hübners Stück „Nellie goodbye“. Der Schriftsteller gab dem Kinder- und Jugendtheater den Namen.

...und mit Seniorinnen und Senioren

Es wurde aber nicht nur Jugendtheater „gemacht“, sondern in Ergänzung dazu fanden zahlreiche Konzerte, Sonderveranstaltungen, Lesenächte und pädagogische Programme statt.

Seit der Spielzeit 2005/2006 belebt ein neuer Ableger (eigentlich sind Ableger

ja immer etwas Junges, hier ist es jetzt umgekehrt), der **Theater-Senioren-Club**, die Spielzeit. SeniorenInnen um die 60 und darüber haben sich zusammengefunden, um miteinander „das Innere mal nach außen“ zu kehren. Mittlerweile haben die Aufführungen Kultstatus erreicht, und die Akteure können sich über ausverkaufte Vorstellungen freuen.

Dank des Leiters der Spielstätte, Werner Hahn, wurden immer wieder neue Projekte ins Leben gerufen, die in unserer Gesellschaft als **heiße Eisen** oder als „Wegschau-Probleme“ gelten. Seit einiger Zeit erarbeitet man Produktionen mit sozialen Randgruppen, Strafgefangenen, behinderten Menschen, Migranten, die in den Stücken ihre Situation darstellen und von den Sehnsüchtigen nach Normalität erzählen. Spannend war auch ein übergreifendes Projekt mit Jugendlichen aus dem christlichen, jüdischen und islamischen Kulturkreis – „Zäune“ – welches im Rahmen von RUHR 2010 produziert und aufgeführt wurde.

Unser Theater wird hundert ... was soll ich ihm wünschen? Vor allem Menschen, welche die Idee vom Bürgertheater weitertragen, die Wichtigkeit einer solchen Institution erkennen und dieses Wissen behutsam an die nächste Generation übermitteln. Glück Auf, Theater Hagen!

Text: Christa Heine

Fotos: Kühle



Das Weihnachtsmärchen ist immer ausgebucht. Im letzten Jahr war es „Schneewittchen“ (unser Foto), in diesem Jahr ist es „Rotkäppchen“.

Einkaufen einmal anders

Der „Mobile Einkaufswagen“ in Eilpe



Der „mobile Einkaufsdienst“ stellt sich der Eilper Bevölkerung vor. Von links nach rechts: Cornelia Sülberg, Stadt Hagen, vom Malteser Hilfsdienst: Björn Kreuels, Claudia Grätz, Daniel Kwauka

Früher ist das Ehepaar H. aus Eilpe mit dem Auto einkaufen gefahren. Mittlerweile ist dies alters- und krankheitsbedingt nicht mehr möglich. Frau H. fährt nun mit dem Bus ins Eilper Einkaufszentrum. Ein anstrengender Ausflug. Die 80jährige überlegt genau was, und vor allem, wie viel sie einkauft, denn die Einkaufstasche darf nicht zu schwer werden.

Nicht nur der Weg von der Bushaltestelle bis zur Wohnung ist durch die Eilper Topographie beschwerlich. Die Treppen, die bis in die erste Etage hinaufführen, sind zusätzlich noch zu überwinden. So wie ihr geht es vielen älteren Menschen. **Das muss nicht sein.** Das städtische Seniorenbüro bietet zusammen mit dem Malteser Hilfsdienst e.V. einen kostenlosen Einkaufsservice für ältere Menschen an, denen das Einkaufen schwer fällt. Die Senioren werden mit dem Malteserbus abgeholt und wieder zurück gebracht. Die Hilfe beim Ein- und

Aussteigen sowie beim Einkaufen und das Tragen der gekauften Ware bis in die Wohnung runden das Angebot ab. Dank einer behindertengerechten Vorrichtung kann sogar ein Rollstuhl transportiert werden.

Neben dem Beispiel der Eheleute H. können auch andere Menschen, denen das Einkaufen zu einer Hürde geworden ist, dieses Angebot nutzen. Zum Beispiel die alte Dame, die das Haus ohne fremde Hilfe nicht mehr verlassen kann. Oder diejenigen, die innerhalb der Familie unterstützt werden. Wie schön wäre es, wenn diese freigewordene Zeit für einen Spaziergang mit den Angehörigen genutzt werden könnte.

Ein zusätzlicher Reiz dieses kostenlosen Angebotes liegt auch darin, dass wieder eine Begegnung mit Bekannten und Nachbarn möglich wird. Vielleicht bleibt auch noch etwas Zeit für eine Tasse Kaffee in der Bäckerei und ein Pläuschchen am Rande. So kann die Wartezeit bis zur Rückfahrt gut überbrückt werden.

Der „Mobile Einkaufswagen“ fährt jeden Donnerstag von 15:00 bis 17:00 Uhr. Damit die Fahrten koordiniert werden können, ist eine Anmeldung erforderlich.

Interessenten melden sich jeweils bis mittwochs telefonisch beim Malteser Hilfsdienst e.V. an: Mo–Fr von 8.00–13:00 Uhr, Tel. 98930

Notare · Rechtsanwälte · Fachanwälte

Frank Schachtolik
Rechtsanwalt
Erbrecht / Scheidung
Erbrecht / Wohnung

Christin Balthin
Mitarbeiter · Rechtsanwältin
Erbrecht / Scheidung

Wolff Hohmann
Mitarbeiter · Rechtsanwältin
Erbrecht / Scheidung

Wolff Köhne
Rechtsanwalt
Erbrecht / Scheidung
Erbrecht / Scheidung

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

- Vorsorgevollmacht und Patientenverfügung
- Englischnachlassrechtliche Gestaltungsmöglichkeiten
- Durchsetzung des „Paternalverfalls“
- Schutzmaßnahmen für den Fall der Geschäftsunfähigkeit
- Testament, Nachfolgeregelung, Erbschaft

Elisenstraße 24a · 32699 Hagen · Tel.: (0524 97) 973050 · Fax: (0524 97) 973052
Mittwoch: Mo – Fr: 8 – 18 · Mi – Do: 8 – 14 Uhr · Hauptgeschäftsstunde nach Vereinbarung
info@sbhk-hagen.de · www.sbhk-hagen.de

**beraten
betreuen
begleiten**

Frankfurt Str. 23
Hagen-Mitte
Vonder Str. 2a
Hagen-Koepf

0 23 31
2 22 20

Als Dienstleistungsunternehmen sind wir Ihre Familienwerke für alle Fragen rund um die Bestattung verantwortlich. Wir helfen bei allen Aufgaben, unabhängig welcher Art, und helfen und geben gerne auf individuelle Wünsche und...

- ... beraten Sie bei der Wahl der Bestattungsart und der Grabstätte
- ... legen für Sie nach Absprache Strecken der Trauerfeier fest
- ... beraten Sie bei der Auswahl der Dekoration der Trauerfeier
- ... stellen für Sie den Kontakt zwischen Partner oder Trauerweiser her
- ... regeln für Sie alle notwendigen Formalitäten und vieles mehr.

Reiseneigene Andachtshalle und Aufzugsräume

voeste
BESTATTUNGEN
VERTRAUEN SEIT GENERATIONEN

www.voeste-bestattungen.de

Neuer mobiler Notrufdienst der Johanniter

Sicherheit für unterwegs

Viele Seniorinnen und Senioren verfügen bereits über ein Hausnotrufgerät. Das verleiht ihnen in ihrer Wohnung und im nahen Wohnumfeld die Sicherheit, im Falle eines Sturzes oder einer plötzlichen Übelkeit schnell Hilfe herbeirufen zu können. Aber was ist mit den mobilen Alten, die noch gern wandern, in Urlaub fahren, mit dem Auto unterwegs sind? Für sie bieten die Johanniter jetzt ein mobiles Notrufgerät an.

Mit einem einzigen Knopfdruck kann ein Hilfesuchender rund um die Uhr die Hausnotrufzentrale der Johanniter erreichen. Der Aufenthaltsort wird dann mittels GPS-Satelliten ermittelt. „Selbst wenn der Notfallpatient nicht mehr sprechen kann, sehen Mitarbeiter in der Hausnotrufzentrale, wo er sich befindet. Wichtige Daten zur Krankheitsgeschichte sowie Angaben zu Ansprechpartnern sind dort hinterlegt. Somit können im Notfall nicht nur Rettungswagen und Polizei, sondern auch Kinder und Angehörige verständigt werden. Das ist der Vorteil im Vergleich zum normalen Handy“, erklärt Sebastian Jacob, Fachbereichsleiter Hausnotruf.

Die Johanniter bieten zwei Mobilnotrufgeräte mit GPS-Funktion für die Ortung an. Das eine funktioniert wie ein normales Handy und beinhaltet alle gängigen Telefonfunktionen, ist aber zusätzlich mit einer Notruftaste ausgestattet. Das andere Gerät ist in seinen Funktionen auf drei Tasten reduziert: den Notruf, den Empfang von Anrufen und die Servicetaste, über die weitere Funktionen in Anspruch genommen werden können.

Der mobile Notruf kostet 49,50 Euro im Monat (inklusive Mobilfunkgebühr).

Weitere Auskünfte und eine ausführliche Beratung gibt es bei den Johannitern in Hagen unter der Telefonnummer 02331-9399-0.



Sicherheit auch beim Waldspaziergang – der Johanniter-Mobilnotruf macht's möglich. Foto: Johanniter

Krankensfahrten  **0 23 30 / 28 38**

- Dialyse- und Strahlensfahrten
- Verlegungsfahrten im In- und Ausland
- Fahrten zum Arzt und zu ambulanten Behandlungen

Funk-Taxi 

Hagen 0 23 31 / 33 77 77
Hardecke 0 23 30 / 22 22

- Rollstuhlfahrten
- Clubfahrten bis 17 Personen
- Flughafenstransfer

Für alle Krankenkassen zugelassen www.vor-der-brueck.de **40 Jahre**

DR. AXEL KRACKE
MOBILE ZAHNMEDIZIN

- Kostenloses Patiententaxi
- Seniorenheim- & Hausbesuche

Unser Service für Gehbehinderten und Senioren

Rufen Sie uns einfach an:
Telefon (02331) 85 88-0

Cunestraße 46a
 58093 Hagen-Emsel
www.patientenmobil-hagen.de



Würde bis zum Schluss

Was ist bei der Vorsorge zur Beerdigung zu beachten?

Mit zunehmendem Alter denken Menschen immer häufiger über ihre Beerdigung nach. Sie wollen nach ihren Vorstellungen würdig bestattet werden. Und vor allem wollen sie ihre Kinder und Enkel nicht finanziell belasten. Seitdem das Sterbegeld der Krankenkassen im Jahr 2003 im Zuge der Gesundheitsreform ersatzlos gestrichen wurde, kann das durchaus zum Problem werden.

Inzwischen bieten fast alle Versicherungen Sterbegeldversicherungen an. Gegen einen relativ geringen Beitrag können die Bestattungskosten angespart werden. Es ist allerdings wichtig, auf die genauen Vertragsbedingungen zu achten. Bei älteren Kunden sind besonders die Wartezeiten interessant. Bei einigen Versicherungen dauert es drei bis vier Jahre, bis der volle Versicherungsschutz eintritt. Die Verbraucherzentrale rät im allgemeinen von diesen Versicherungen ab. Die Rendite ist gering. Auch wenn die Prämien zunächst günstig aussehen, sind sie doch zu hoch für die Summe, die letztendlich ausgezahlt wird. Bei der Verbraucherzentrale gibt es eine informative Broschüre zum Thema: „Was tun, wenn jemand stirbt? – Ein Ratgeber zu Bestattungsfragen“, Preis: 9,90 Euro.

Eine weitere Möglichkeit besteht darin, das Geld auf einem Sparbuch oder Festgeldkonto anzusparen und mit dem Sperrvermerk zu versehen „nur

für die Beerdigung zu nutzen!“ Dann muss auf jeden Fall ein Bevollmächtigter (Sohn oder Tochter) genannt sein, der über das Geld nach dem Tod verfügen kann.

Wichtig: Rechtzeitig vorsorgen!

Man kann auch direkt einen Vertrag mit einem Bestattungsunternehmen abschließen. Dabei kann man die Einzelheiten der Beerdigung festlegen (Sarg, Blumen, Musik, Grabpflege usw.) und das entsprechende Geld hinterlegen. Wichtig ist, auf ein Treuhandkonto (zum Beispiel beim Bundesverband der Deutschen Bestatter, dem Deutschen Institut für Bestattungskultur oder der Deutschen Bestattungsvorsorge Treuhand AG). Das Guthaben wird verzinst. Einmal im Jahr bekommen die Kunden einen Kontoauszug, auf dem der aktuelle Stand vermerkt ist. Auf das Konto kann die gewünschte Summe sofort eingezahlt (etwa wenn eine alte Sterbegeldversicherung ausgezahlt wird) oder in Raten angespart werden. Margarete Wrede vom Bestattungsinstitut Schweizer: „Unsere Kunden bekommen einen Vorsorgeordner, in dem sie hinterlegen können, was sie für die Beerdigung verfügen haben und vor allem, wer im Falle ihres Todes die Aufgaben übernehmen soll. Außerdem erhalten alle eine Servicekarte. Falls ein Unternehmen im Todesfall nicht mehr existieren sollte, kann man mit dieser Karte bei jedem anderen Bestattungsunternehmen das Geld vom Treuhandkonto einlösen.“

Eine große Sorge bei älteren Menschen ist: „Was passiert, wenn ich pflegebedürftig werde und das Geld für die ambulante Pflege oder den Heimplatz nicht ausreicht?“ Das Geld, das für die Bestattung in Form von Bestattungsvorsorgeverträgen, Lebens- und Sterbeversicherungen angelegt ist, wird vom Fachbereich Jugend und Soziales in Hagen bis zu einer Auszahlung im Todesfall von 3500 Euro als Bestattungsvorsorge anerkannt. Petra Zitzmann: „3500 Euro werden zurzeit in Hagen für eine würdige Beerdigung als angemessen angesehen.“ Wenn mehr eingezahlt wurde, wird dieses Geld bei der Hilfe zur Pflege dem einzusetzenden Vermögen des Leistungsberechtigten zugerechnet. Ein weiterer Rat vom Sozialamt: Bei der Bestattungsvorsorge in Form von Lebens- oder Sterbeversicherungen sollte als Bezugsberechtigung die „gesetzliche Erbfolge“ eingetragen sein. Sofern hierbei nur ein Familienmitglied (Sohn oder Tochter) benannt ist, kann die Versicherung nicht als Bestattungsvorsorge anerkannt werden, sondern muss zu den nicht geschützten Vermögenswerten gerechnet werden.

3500 Euro für eine würdige Bestattung in Hagen

Der Umgang mit Geld, das für die Bestattung in irgendeiner Form zurückgelegt wurde, ist von Stadt zu Stadt unterschiedlich. Es gibt Sozialämter, die versuchen, auch das beim Bestatter hinterlegte Geld einzuklagen. Damit sind sie aber bisher meist gescheitert. In Hagen gilt die oben genannte Regelung. Fachleute drängen seit Jahren auf eine einheitliche gesetzliche Regelung zugunsten der Betroffenen.

Immer häufiger kommt es vor, dass Angehörige nicht für die Kosten einer Beerdigung aufkommen können. In diesem Fall können sie beim Fachbereich Jugend und Soziales in Hagen einen Antrag auf Übernahme der Bestattungskosten stellen. Beim Bestatter muss dann bereits angegeben werden, dass die Bestattungskosten aus Mitteln der Sozialhilfe getragen werden. Für die Bestattung von Menschen, die keinerlei Angehörige haben, ist das Ordnungsamt zuständig. Auch hier wird ein würdiger Rahmen für den letzten Abschied angestrebt. ■



*Einen würdevollen Abschied – das wünschen sich die meisten Menschen.
Foto: Gerd Lorenzen*

Hilfe im Sozialrechts-Dschungel

Sozialverband Deutschland und VdK stellen sich vor

Der Antrag auf Schwerbehinderung ist in vielen Punkten unverständlich. Meine Rente fällt so niedrig aus - haben die sich bei der Rentenversicherung verrechnet? Warum hat meine Mutter vom medizinischen Dienst keine Pflegestufe zugesprochen bekommen? Lohnt sich ein Widerspruch? Rat und Hilfe bieten bei solchen Fragen unter anderem der Sozialverband Deutschland (SoVD) und der VdK.

5,50 Euro im Monat (Familienbeitrag 9,80 Euro, Partnerschaftsbeitrag 7,85 Euro), die sich durchaus lohnen. In Hagen besteht der SoVD (früher: Reichsbund) seit nunmehr 65 Jahren. Über eine Mitgliederzeitung wird man über aktuelle Entwicklungen beim Sozialrecht informiert. Die Geschäftsstelle des SoVD liegt in der Hindenburgstr. 13, Geschäftszeiten: jeden Dienstag 9 Uhr bis 12.30 Uhr, ansonsten nach telefonischer Vereinbarung. Telefon: 02331-2 80 05.

nur einen Grad der Behinderung von 40 festgestellt. Er erfährt, dass er erst bei einem Grad der Behinderung ab 50 als schwerbehindert anerkannt wird. Man rät zu einem Widerspruchsverfahren, das die JuristInnen des VdK für ihn durchführen werden.“

Die Sprechstunden finden statt im Verwaltungsgebäude der Stadt Hagen, Berliner Platz 22 (am Hauptbahnhof), Eingang Technisches Rathaus, Raum A 002 im Erdgeschoss (für Rollstuhlfahrer zugänglich!). Jeden Montag von 14 Uhr bis 16.30 Uhr findet eine Rechtsberatung durch Volljuristen statt, jeden Donnerstag von 14 Uhr bis 15 Uhr erfolgt eine Betreuung durch ehrenamtliche HelferInnen, die keine Rechtsberatung bieten können, aber bei der Antragsaufnahme nach dem Schwerbehindertengesetz helfen.

Der Sozialverband Deutschland (SoVD)

Barbara Lazaris hat 26 Jahre lang hauptamtlich beim SoVD in Hagen gearbeitet. Jetzt berät sie als Ehrenamtliche Menschen, die sich im Dschungel des Sozialwesens nicht zurecht finden. „Wir beraten Menschen in allen Fragen des Schwerbehinderten- und Entschädigungsrechts, bei Rentenfragen, bei Problemen mit dem Arbeitslosengeld I und II, wenn die Krankenkasse keine Kur bewilligen will und vieles mehr. Bei sozialrechtlichen Streitverfahren geben wir Rechtsvertretung durch alle Instanzen. Wir haben eine Juristin in der Geschäftsstelle Hagen, darüber hinaus Rechtsabteilungen auf Landes- und Bundesebene.“

Das Sozialrecht hat sich in den letzten Jahren in vielen Bereichen ständig verändert – nicht leicht für die Beratung. Darum sind Schulungen und Weiterbildung wichtig. Barbara Lazaris hat die Erfahrung gemacht, dass viele Menschen die zahlreichen Verschlechterungen zum Beispiel im Rentenrecht nicht mitbekommen haben. „Sie sind dann auf uns böse, wenn wir ihnen nicht weiterhelfen können. Aber wir können ja nur auf gesetzlicher Grundlage beraten. Außerdem bemüht sich der Verband auf Bundesebene, Härten in den Gesetzen rückgängig zu machen. Zum Beispiel setzt sich unser Verband mit anderen bei der Bundesregierung für eine Mindestrente ein.“ Trotz dieses gelegentlichen Ärgers, Barbara Lazaris betont: „Wir können den Menschen oft helfen. Manchmal reicht schon ein gut formuliertes Widerspruchsschreiben seitens der Geschäftsstelle.“ Für die Beratung und die Rechtshilfe sind die Mitgliedschaft im SoVD Voraussetzung, aber das sind



Barbara Lazaris in der Geschäftsstelle des SoVD in der Hindenburgstraße.

Der VdK

Rat und Hilfe bietet auch der Sozialverband VdK. Die Mitglieder sind behinderte und chronisch kranke Menschen, Sozialversicherte, Pflegebedürftige, Rentnerinnen und Rentner, Kriegsopfer und Hinterbliebene. Zu den Leistungen des Verbandes gehört die soziale Betreuung älterer Menschen, die Beratung in allen sozialrechtlichen Fragen vom Schwerbehinderten- bis zum Rentenrecht, die Rechtsvertretung vor Behörden, Sozialgerichten, dem Landessozialgericht und dem Bundessozialgericht. Astrid Vogt, stellvertretende Kreisvorsitzende des VdK Hagen/Ennepe-Ruhr nennt ein Beispiel: „Herr M. (58) hat schon einen Bescheid in seiner Schwerbehindertensache bekommen, man hat aber

Telefonisch erreichen Ratsuchende den VdK unter der Nummer 02332-8 09 60.

Der VdK hat in Hagen fünf Ortsverbände, in denen verschiedenste Angebote stattfinden: gesellige Treffen ebenso wie Informationsveranstaltungen. Die Mitgliedschaft im VdK kostet 4,50 Euro im Monat.

Beide Sozialverbände bieten ihren Mitgliedern die Möglichkeit, sich ehrenamtlich zu engagieren.

Text: Barbara Lazaris, Ulla Dohms, Gisela Dresbach



Astrid Vogt, stellvertretende Vorsitzende des VdK Hagen/Ennepe-Ruhr (links) und Ulla Dohms (rechts).

Foto: VdK

Eine spannende Lebensgeschichte als Klassenarbeit

Michael Krippels ist 69, Kristina Koesfeld 16 Jahre alt. Sie treffen sich regelmäßig im Mehrgenerationenhaus. Michael Krippels ist dort Stammgast, und Kristina hilft als Seniorenhelferin beim Austeilen von Kaffee und Kuchen. Beim gemeinsamen Spielen kommen Jung und Alt oft ins Gespräch. Und dabei erfuhr Kristina die Lebensgeschichte von Michael Krippels. In der Schule hielt sie ein Referat darüber, übrigens bekam sie dafür die Note 1.

Die Geschichte von Michael Krippels

Der Start ins Leben war bei Michael Krippels geprägt von der Kriegs- und Nachkriegszeit. Aber eigentlich geht seine Geschichte bis ins 16. Jahrhundert zurück. Damals wanderten Bauern aus der Gegend von Ulm ins jugoslawische Banat aus. Und dort wurde Michael Krippels 1942 geboren.

„Wir waren Jugoslawen und nach der deutschen Besetzung Deutsche. Mein Vater diente als Soldat in der jugoslawischen Armee und hinterher in der deutschen. Zuletzt war er in jugoslawischer Kriegsgefangenschaft“, erinnert sich Michael Krippels an die komplizierten Verhältnisse. Und sie sollten

noch schwieriger werden. Nach der Entlassung aus der Kriegsgefangenschaft arbeitete der Vater als Maurer in Bosnien. Die Mutter folgte aus dem Banat mit dem kleinen Michael. Der war dort in die Schule gekommen. Jetzt ging er vier Jahre lang in Bosnien zur Schule. Die Familie beantragte die Ausreise als Deutschstämmige nach Deutschland. Im August 1953 zog die Familie nach Österreich, weil sie in Klagenfurt Verwandte hatten. Dort wurde auch der Bruder geboren. In Linz fand der Vater Arbeit als Maurer und Michael Krippels eine neue Schule. Er sprach kein Wort Deutsch. Vier Jahre lang harrete er in der vierten Klasse aus und wurde mit 14 Jahren aus der vierten Klasse entlassen. Zu diesen Handicaps kam noch hinzu, dass Michael Krippels 1945 an Kinderlähmung erkrankt und dadurch gehbehindert war.

Nach Schulabschluss bekam er keine Lehrstelle. Überall hieß es: „Wenn er fertig ist mit der Lehre, zieht er doch nach Deutschland.“ Die Familie beschloss: „Michael braucht eine Lehrstelle. Wir ziehen nach Deutschland.“ 1957 wanderte die Familie mit einer Sondergenehmigung nach Deutschland aus.

Vom Durchgangslager in Passau ging es weiter ins Lager Aurich. Und von dort nach Hagen, wo der Vater über Beziehungen eine Arbeitsstelle als

Maurer bekam. Michael bekam eine Lehrstelle als Metallschleifer in einer kleinen Werkzeugfabrik in Wehringhausen. Nach diesen turbulenten Jahren verlief Michael Krippels' Leben ruhiger: 1966 geheiratet, ein Sohn, die letzten 24 Berufsjahre im Johanneshospital an der Pforte gearbeitet, mit 60 in Rente. Heute ist Michael Krippels regelmäßig Gast im Mehrgenerationenhaus. Trotz oder gerade wegen der schweren frühen Jahre blickt Michael Krippels zufrieden auf seine Lebensleistung zurück.

Gespräch mit Kristina Koesfeld

JAH: *Wie bist Du auf die Idee gekommen, diese Arbeit für die Schule zu machen?*

Wir sollten für die Schule ein Referat vorbereiten über die Themen Einwanderung und Heimat. Darauf ist mir sofort Herr Krippels mit seiner Lebensgeschichte eingefallen. Ich habe ihn direkt am nächsten Tag über seine Lebensgeschichte und seine Erfahrungen interviewt.

JAH: *Was hat Dich am Leben von Herrn Krippels besonders beeindruckt?*

Mich hat am meisten beeindruckt, wie Herr Krippels diese ganzen Erfahrungen verarbeitet hat und dass er jetzt mit so einer Leichtigkeit davon berichten kann. Jeder, dem davon berichtet wird, ist erst einmal fasziniert von dieser Geschichte über einen scheinbar einfachen Bürger.

JAH: *Wie hat Deine Klasse Dein Referat aufgenommen? Gab es Fragen? Fanden sie es einfach gut?*

Meine Klassenkameraden und natürlich auch mein Lehrer, fanden die Geschichte erstaunlich. Sie waren einfach verblüfft, und nach meinem Vortrag herrschten zunächst einmal einige Sekunden Stille, bis alle das Berichtete richtig aufgenommen hatten. Auch mein Lehrer war sehr beeindruckt davon, weil ihm in seiner Laufbahn so eine Geschichte noch nicht untergekommen ist. ■



Kristina Koesfeld und Michael Krippels beim Einkaufen (links: Seniorenhelfer Daniel Flockenhaus). Foto: Ruth Sauerwein

Märkische REHA-Kliniken Ihre Gesundheit in besten Händen!

Geballte Kompetenz an 3 Standorten!

- großes Angebot an Präventionskursen
- Krankengymnastik
- Manuelle Therapie
- Massagen
- Lymphdrainage
- **EAP und ambulante Reha**
- Medizinische Trainingstherapie
- auch Hausbesuche

Wir beraten Sie gern unverbindlich und erarbeiten speziell für Sie ein individuelles Programm!

Präventionskurse werden zu 80 – 100% von der Krankenkasse bezuschusst.

Reha-Zentrum Am Buschey Buscheystr. 15a 58089 Hagen Tel. (02331) 78 80 70	Reha-Klinik Lüdenscheid Paulmannshöher Str. 14 58515 Lüdenscheid Tel. (02351) 46 50 00	Reha-Zentrum Iserlohn Hugo-Fuchs-Allee 3 58544 Iserlohn Tel. (02371) 8 29 80
---	--	--

Wie brauchen mehr denn je ältere Menschen als aktiven Teil unserer Gemeinschaft. Ihre Lebenserfahrung, ihr Engagement, ihre Kompetenzen zu nutzen, dann liegen die Chancen einer hier wachsenden Gesellschaft.

Ich freue mich auf die Gespräche mit Ihnen!

René Röspel **MdB**

Wahlkreisbüro
Elberfelder Straße 57
☎ 91 94 58
www.roespel.de

SPD BUNDESTAGS FRAKTION

Bundesverband Möbelspedition (Abby) e.V.

ob nah, ob fern, ob groß, ob klein

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

Hauptgeschäft: Wetter Nielandstr. 14-16	Neu- und Einbaumontagen Küchenmontagen und Änderungen durch Fachpersonal
Hagen	Außenaufzüge Aufzugverleih mit Personal
Witten	Möbellagerung in beherrschten Räumen
	Kleintransport

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

Kostenfreie Rufnummer 08 00-6 66 88 88

HEB GmbH – Hagener Entsorgungsbetrieb
Fuhrparkstr. 14 - 20
58089 Hagen
Tel. 0 23 31-35 444 444
kundenservice@heb-hagen.de
www.heb-hagen.de

Saubere Arbeit. Gutes Gefühl.

Das Unterflursystem

Diese innovativen Müllentsorgungs-Systeme sind speziell für den Einsatz in Großwohnanlagen entwickelt worden und bieten viele Vorteile:

- barrierearme Müllentsorgung (einfache Bedienung auch für Kinder und ältere Menschen)
- optisch schöne Gestaltung
- keine Geruchsbelästigung
- keine Brandgefahr
- abschließbar
- für Restmüll, Altpapier und Leichtverpackungen

Mehr Informationen erhalten Sie über unseren Kundenservice ...

Sprachscouts helfen dabei, Deutsch zu lernen

Als Viviane Tomm von ihrer Lehrerin gefragt wurde, ob sie Sprachscout werden wollte, sagte sie Ja. Sie war als Seniorenhelferin an soziales Engagement gewöhnt. Ihre neue Aufgabe würde bedeuten, dass sie Kindern in Migrantenfamilien die deutsche Sprache beibringt bzw. ihre Fähigkeiten darin verbessert.

Sprachscout ist ein Projekt des Rotary-Clubs Hagen, das er gemeinsam mit der AWO und der Heideschule in Hohenlimburg durchführt. „Sprache verbindet“ heißt das Angebot. Die Sprachscouts sind Oberstufenschüler, die die Sprachförderung mit Migranten unterstützen.

„Ich habe ein richtiges Bewerbungsgespräch beim Rotary-Club Hagen geführt, ein echtes Casting. Warum ich mitmachen will. Wie ich mir den Einsatz vorstelle usw.“, erzählt Viviane Tomm. 15 Jugendliche wurden damals gesucht. Inzwischen sind es 25 in Hagen.

„Wir werden auf unsere Aufgabe in einem Workshop vorbereitet. Wir haben auch eine Art Lehrbuch mit Aufgaben. Wir spielen viel mit den Kindern oder lesen vor bzw. lassen uns vorlesen.“

Zwei Stunden pro Woche ist Viviane bei der Familie. Sie hat einen „Paten“,

der sie unterstützt und an den sie sich mit Fragen wenden kann. Beim ersten Besuch in der Familie ist jemand von der AWO dabei und der Pate. „Wir betreuen im allgemeinen Kinder, die noch im Kindergarten sind, und Grundschul-kinder. In meiner ersten Familie wurde der Junge nach drei Monaten eingeschult. Die Schwester war noch im Kindergarten. Eigentlich sollte ich mich um den Jungen kümmern. Aber der war wenig interessiert. Seine kleine Schwester dafür um so mehr. Der Junge wurde immer aggressiver, da konnte ich nicht mit umgehen.“ Der Pate half Viviane in ihrem Problem. Nach acht Monaten wechselte sie die Familie. „Trotz der Schwierigkeiten habe ich dort deutliche Fortschritte gemerkt.“

In der jetzigen Familie betreut Viviane auch Bruder und Schwester. Sie sind beide in der Grundschule. „Sie können schon recht gut deutsch, es hapert an der Grammatik und am Wortschatz. Aber das wird schon.“

Viviane bekommt für ihren Einsatz 4 Euro pro Stunde vom Rotary Club und vier Euro von der Familie. Sie steht im Austausch mit den anderen Sprach-Scouts in Hagen. „Einer von uns hat es geschafft, dass sein Kind jetzt aufs Gymnasium gekommen ist.“

Text & Foto: Ruth Sauerwein

(v.l.) Mechthild Eimermacher, Sprachscout Viviane Tomm, Ruth Sauerwein und Hartmut Eimermacher (links)



FÜR SIE UND IHRE FAMILIE DIE BESTE WAHL...

wohlbehagen

Pflege aus einer Hand!

**KÜRZESTPFLEGE
TAGESPFLEGE**

„Haus Wohlbehagen“
Schwerter Straße 179
58090 Hagen
Tel. 0 23 31 / 966 66 - 0
Fax: 0 23 31 / 966 66 - 33

**PFLEGEHEIME
& BETREUTES WOHNEN**

„Im Lukaspark“
Schillerstraße 27 a
58080 Hagen
Tel. 0 23 31 / 9810 - 0
Fax: 0 23 31 / 9810 - 1053

„Ehem. Frauenklinik“
Berchumer Straße 5
58093 Hagen
Tel. 0 23 31 / 69 21 - 50
Fax: 0 23 31 / 69 21 - 522

**AMBULANTE
DIENSTE**

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

**Wohlbehagen
verfügt neuerdings
über einen
Palliativ-Pflegedienst:
Tel. 0 23 34 / 5 61 94.**

**Wir danken für
Ihr Vertrauen!**

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

www.pflegeheim-wohlbehagen.de

SAWALL

Chic für die modebewusste Seniorin

- alltagstauglich, sportlich, festlich
- Mode ab Größe 40 und Zwischengrößen
- persönliche Beratung
- ausgesuchte Qualitäten
- großzügige und barrierefreie Kabinen
- Hausbesuche
- eigenes Änderungsatelier

Kampstr. 2 • 58095 Hagen
Tel: 02331 2044704
www.sawallmoden.de

Gutschein über 5,- €
Pro Teil ein Gutschein!
Barauszahlung
nicht möglich!



Fliesen Lebeus

Fliesen-, Platten- u. Mosaikverlegung

Fachplaner für barrierefreie Umbauten

Im Bad, Flur und den weiteren Wohnbereichen.

 *Gestalten Sie Ihre Zukunft...*

Fliesen Lebeus GmbH
Meisterbetrieb
Elisabethstr. 28
58095 Hagen
Tel.: 0 23 31 / 39 61 445
Fax: 0 23 31 / 39 61 446
www.fliesen-lebeus.de



Kampf & Friedrich GbR



Kompetenz für Sanitär und Heizung

Kampf & Friedrich GbR
Enneper Straße 108
Twittingstraße 58
58135 Hagen

 **02331 - 9 23 78 42**

 **0177 - 4 21 42 87**

Altgold ist wertvoll!



• Prüfen • Werten • Beraten

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

Seriöser Ankauf durch die
Goldschmiedemeister
Ingo und Burkhard Adam

Adam

goldschmiede
juweliers

im
von Hagen

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

 Kostenlos im Sparkassen-Karree

Über 50 Jahre in Hagen!

Das neue Helmut-Turck-Zentrum



 **AMO** Helmut-Turck-Seniorenzentrum

JMO Dankocher Hagen - Altkreis GbR

Johann-Friedrich-Oberlin-Str. 15 | 58099 Hagen
Tel.: (02331) 264-0 | sz-ha-hello@vvo-wz.de | www.amo-ha-ml.de

Fußpflege – damit uns die Füße lange tragen

Rita Hesse hat nachgefragt, was dabei wichtig ist

Man spürt einen leichten Druck am Fuß, aber man misst dem keine große Bedeutung bei. Es wird vielleicht an den neuen Schuhen oder an den Socken liegen... Beides tauscht man aus, aber es bessert sich nicht wesentlich. Nun kam ich zufällig in das Geschäft Orthopädie und Schuhtechnik Kreuzer, und mein Blick fiel auf eine Leuchttafel über einem abgetrennten Raum in dem Geschäft. Dort stand: „Fußpflege“. Daraufhin informierte ich mich, was bzw. wer dahintersteckt.

Ich musste einen Augenblick warten. Dann begrüßte mich eine sympathische Frau und stellte sich als die in der medizinischen Fußpflege tätige Heike Jaschke vor. Ich bat sie, mir einen Einblick in ihre Tätigkeit zu gewähren.

Welche Voraussetzungen werden gestellt? Sie erzählte mir, dass sie durch die Suche im Internet auf eine Fußpflegeschule gestoßen sei. Dort absolvierte sie eine umfangreiche theoretische und praktische Ausbildung – beides kein leichtes Unterfangen. Zum ersten musste sie sämtliche lateinischen Ausdrücke rund um den Fuß lernen, um im Ernstfall einem Arzt Auskunft geben zu können; zum zweiten musste sie sofort „am lebenden Objekt“ üben. Das flößte ihr großen Respekt ein. Mit dem Kunden wird ein sogenanntes Aufklärungsgespräch geführt. Dabei werden eventuell vorhandene Krankheiten und die zur Behandlung eingesetzten Medikamente dokumentiert. Es besteht jedoch eine Schweigepflicht, außer gegenüber der Polizei, dem Arzt oder dem Gesundheitsamt.

Sorgfältige Ausbildung steht am Anfang

Weiter lernte Heike Jaschke eine Wundheilungsversorgung zu vollziehen. Ein umfangreiches Gebiet be-



Heike Jaschke in ihrer Fußpflegepraxis.

Foto: Rita Hesse

inhaltet die Hygiene. Es fängt an mit dem Hände waschen, dem Anlegen der Handschuhe, dem Mundschutz und dem Tragen einer Schutzbrille. Das soll alles zu Anfang der Behandlung im Beisein des Kunden erfolgen. So erkennt der Kunde, dass steril gearbeitet wird (kleiner Tipp). Die Arbeitskleidung sollte als Kochwäsche geeignet sein, separat gewaschen und regelmäßig gewechselt werden.

Heike Jaschke absolviert ein- bis zweimal jährlich Weiterbildungskurse. In ihrer Praxis hängt aus, mit welchen Desinfektionsmitteln und mit welchem Flächendesinfektionsmittel die Praxis gereinigt wird. Halbjährlich wird eine Prüfung des Sterilisators durchgeführt, welcher zur Reinigung des Bestecks dient. Eine Laboruntersuchung ist für die Freigabe des Gerätes zu fortgesetztem Gebrauch notwendig, das Ergebnis wird dem Gesundheitsamt mitgeteilt.

Vor der Behandlung erfolgt eine Fußdesinfektion und eine Begutachtung der Füße auf evtl. Auffälligkeiten.

Wenn ihrer Ansicht nach etwas nicht in Ordnung ist, rät sie zu einer Abklärung durch einen Arzt oder Dermatologen, aber keinesfalls stellt sie eine Diagnose und sie rät von einer Selbstbehandlung

ab. Die weitere Behandlung erfolgt auf Wasserbasis, was für das Wohlbefinden des Kunden gut ist. Zum Schluss wird als Service noch eine Fußmassage durchgeführt. Meist geht der Kunde mit einem Lächeln und angenehmem leichten Gang aus der Praxis.

Die ältesten Kunden sind über 100 Jahre alt

Der Respekt vor den Menschen und deren Wohlbefinden muss unbedingt vorhanden sein. Heike Jaschke ist besonders stolz auf ihre ältesten Kunden mit 98, 99 und 103 Jahren, die sie auch im Rahmen von Hausbesuchen betreut.

Stellvertretend für viele ihrer Kolleginnen und Kollegen ist an dieser Stelle beispielhaft über die medizinische Fußpflegerin Heike Jaschke berichtet worden, um diese verantwortungsvolle und wohltuende Tätigkeit vorzustellen.

Rita Hesse

Vorbereitung auf den Winter

Nasses Laub, Eis und Schnee – in dieser Jahreszeit steigt die Sturzgefahr. Da ist es gut, sich rechtzeitig auf diese Situation einzustellen.

Vorbeugen ist besser als stürzen – unter diesem Motto boten Seniorenbüro und diakonisches Werk ein Informationsangebot zum Thema Sturzprophylaxe. Die Veranstaltung war gut besucht – ein Beweis dafür, dass für viele Seniorinnen und Senioren die Problematik erkannt ist und dass sie etwas dagegen tun wollen. Heike Eltzner schilderte verschiedene Möglichkeiten, sich durch ein entsprechendes Training vor Stürzen zu schützen. Wichtig ist es, das Gleichgewicht, aber auch die Muskeln und Gelenke zu trainieren. Leichte Gymnastik, aber auch Methoden wie Qi-Gong und Tai Chi sind hilfreich. Hauptsache ist, nicht im Sessel sitzen zu bleiben. Viele Krankenkassen erstatten bis zu 80 Prozent der Kosten für Sturzprophylaxe-Kurse. Es lohnt sich nachzufragen.

Und was ist im Winter? Wichtig ist da zunächst einmal das richtige Schuh-

werk. Auf gute Profilsohlen achten! Es gibt auch Spikes, die man unter den Schuhen befestigen kann. Die helfen zwar bei Eis, können sich aber auf normalem Untergrund als Stolperfallen erweisen. Die sicherste Methode ist, bei Eis und hohem Schnee zu Hause zu bleiben und wichtige Besorgungen aufzuschieben. Gibt es nette Nachbarn, die Lebensmittel mitbringen? Gibt es Geschäfte mit Bringedienst, die die Waren anliefern? Gibt es einen mobilen Einkaufsdienst wie in Eilpe? Auch das gehört zur Vorbeugung von Stürzen!

Ruth Sauerwein

Viele BesucherInnen des Informationsnachmittags zur Sturzprophylaxe nutzten den Wackelpfad und andere Angebote, um die eigene Standfestigkeit zu erproben.

Foto: Rainer Brkowski



Kompetente Hilfe in der pflegerischen Versorgung redaktioneller Beitrag Barmer GEK

Seit Anbeginn bietet das Pflegeversicherungsgesetz Möglichkeiten, die Unterstützung und Förderung von Laienpflege zu forcieren und zur Sicherung der Pflegequalität beizutragen. Der Paragraph 45 des Pflegeversicherungsgesetzes ermöglicht den Pflegekassen sich umfassende Gedanken zur möglichen Ausgestaltung von Laienschulungen zu machen.

Die BARMER GEK begleitet diesen Prozess seit dessen Entstehung durch die Förderung und Unterstützung entsprechender Angebote. Die Unterstützung der pflegenden Angehörigen und ehrenamtlich Pflegenden, die zum Teil bis an die Grenzen der eigenen physischen und psychischen Belastbarkeit andere Menschen pflegen, muss immer im Blickpunkt aller Beteiligten stehen. Das Engagement dieser Personenkreise ist unentbehrlich und ein Grundpfeiler im System der sozialen Pflegeversicherung. Aktuell wurde in Zusammenarbeit mit dem Bundesverband selbstständiger Physiotherapeuten (IFK e.V.) das bundesweit einmalige Projekt der „Bobath-Pflegekurse“ ins Leben gerufen. Die Bobath-Therapie wird weltweit erfolgreich bei Patienten mit Lähmungen und Bewegungsstörungen angewandt, z.B. nach Schlaganfall.

In Deutschland erleiden rund 250.000 Menschen jährlich einen Schlaganfall. Häufigste Folgen sind teilweise oder vollständige Lähmungen sowie Gleichgewichts- und Bewegungsstörungen. Hier setzt das Bobath-Konzept an – durch gezielte Techniken werden Bewegungsfolgen und -übergänge aufgebaut und die Körperwahrnehmung verbessert.

Die BARMER GEK ist die erste und bisher einzige Pflegekasse, die Pflegepersonen von Menschen mit Bewegungsstörungen, Lähmungen und Spastiken eine direkte Unterstützung anbietet.

Die BARMER GEK baut damit das bundesweit einzigartige und umfangreiche Pflegekursangebot konsequent aus. Es ist zu erwarten, dass das Angebot der Bobath-Kurse im Laufe des Jahres 2012 bundesweit flächendeckend verfügbar ist. Der Rahmenvereinbarung beitreten können Physiotherapeuten, die Mitglied im IFK sind, eine abgeschlossene Bobath-Fortbildung haben und in das Schulungskonzept eingewiesen wurden.

Das Bundesgesundheitsministerium prognostiziert für das Jahr 2030 rund 3,27 Millionen Pflegebedürftige, für 2040 sogar rund 3,72 Millionen Menschen, die auf ständige Pflege angewiesen sein werden. Aufgrund dieser Entwicklung gewinnt die qualifizierte Versorgung Pflegebedürftiger durch Angehörige und ehrenamtlich Pflegenden zunehmend an Bedeutung.

Sie suchen kompetente Hilfe in der pflegerischen Versorgung? Erfragen Sie aktuelle Kursangebote und Anbieter für individuelle häusliche Schulungen in Ihrer BARMER GEK vor Ort. In allen Geschäftsstellen finden Sie Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter, die Ihnen in Ihrer speziellen Lebenssituation Beratung und Unterstützung anbieten. Sprechen Sie uns an – wir freuen uns auf Ihre Anfrage.

Kontakt
BARMER GEK Hagen
Kerstin Klein
Elberfelder Str. 89
58095 Hagen
Tel 0800 33206079-1140, Fax 0800 33206079-1255
E-Mail: kerstin.klein@barmer-gek.de

**BARMER
GEK** die gesund
experten

Der Vogelbeerbaum hat viel zu bieten

Wer kennt sie nicht – die roten Dolden des Vogelbeerbaums? Die Früchte sind nicht nur schön, sondern aus ihnen können auch leckere und gesunde Dinge hergestellt werden. Wenn nicht mehr in diesem Jahr, so doch im kommenden. Unsere „Kräuterlady“ Manuela S. Mainka gibt hier ihre Tipps.

Die Eberesche – auch Vogelbeerbaum genannt – ist ein etwa fünf bis fünfzehn Meter hoher Strauch oder Baum mit glatter Borke und wurde 1997 zum Baum des Jahres gekürt. Blüht im Mai und Juni, während im Juli bis Oktober seine rötlichgelben bis roten, leicht birnenförmigen Früchte weithin in den Laubwäldern zu sehen sind.

Volksnamen: Aberesche, Amselbeere, Drosselbeere, Ebisch, Ebsche, Gimpelbeere, Haweresche, Judenkirsche, Moosesche, Stinkholz, Vogelbeere, Wilde Esche, Wielesche

Inhaltsstoffe: Vitamin C, Gerbstoff, Sorbitol, Sorbitan-, Zitronen-, Apfel-, Bernstein- und Weinsäure, Spuren der Parasorbinsäure (leicht giftig), Bitterstoff, Pektin, ätherisches Öl
Sammelzeit: Juli bis Oktober (nach dem ersten Frost schmecken sie etwas süßlicher).

Mai – Juni (am besten sind die feinen zarten Blätter für Salat)

Mai – Juni (die ganzen Dolden)

Küchenverwendung

Die Blütendolden in Milch oder Sahne 24 Stunden ziehen lassen. Die Creme kann man sehr gut unter Frischkäse oder Quark mischen. Einfach köstlich. Aus den Beeren bereitet man seit altersher Saft, Gelees oder Fruchtaufstriche zu. Die getrockneten Beeren kann man gut einigen Teemischungen beifügen.

Der Geschmack der Blüten ist süßlich aromatisch, während die Beeren eher einen säuerlichen Geschmack haben. Einige Ebereschenarten haben leider auch bittere Beeren, deswegen sollte man vor dem Sammeln immer ein oder zwei Beeren vom betreffenden Baum probieren.

Die jungen Blätter sind sehr gut unter einen Wildkräutersalat zu mischen.

Gesundheit

Die Eberesche hat sogar Heilwirkungen. Blätter und Blüten sollen eine große Heilwirkung als Tee bei Husten, Bronchitis und Magenverstimmungen haben.

Sie kann für das Verdauungssystem und die Gallenfunktion sehr hilfreich sein, auch bei Lungenproblemen kann die Eberesche helfen.

Rezept für Ebereschen-Gelee

Zutaten:

1 kg Ebereschen, 400 ml Wasser, ca. 1 kg Zucker

Zubereitung:

Für die Saftgewinnung bedeckt man die Beeren knapp mit Wasser und erhitzt das Ganze kurz, nicht kochen lassen und dann einige Stunden (am besten über Nacht) stehen lassen. Dann alles zusammen in ein Tuch einschlagen und aufgehängt abtropfen lassen. Zum Erhitzen brauchen die Beeren nicht gequetscht zu werden. Wenn nur noch wenig Saft tropft, leicht nachpressen. Die Ebereschen sind sehr säurereich und aromatisch, eine Verarbeitung im Verhältnis 1 : 1 ist empfehlenswert. Wegen des bereits hohen Pektingehaltes gelieren sie relativ gut.

Ihre Kräuterlady
Manuela S. Mainka



Wer kennt sie nicht – die Vogelbeere? Hier lernen wir sie von einer neuen Seite kennen.
Foto: Manuela S. Mainka

Lesen

Der dunkle Thron – ein fesselndes Geschichtsepos

Rebecca Gablé ist Historikerin mit besonderer Kenntnis der englischen Geschichte.

Und sie hat die Gabe, so fesselnd zu erzählen, dass die Leserin, der Leser rund tausend Buchseiten in kürzester Zeit „verschlingt“.

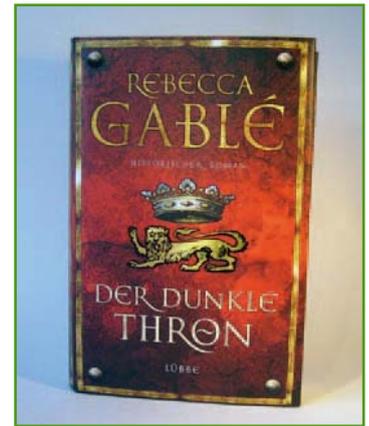
Ihr neuester Roman spielt in der Zeit Heinrichs des Achten. Der ist berüchtigt wegen seiner zahlreichen Gattinnen und der Art und Weise, wie er sich ihrer entledigte. Dieser streitbare König hatte auch sonst ein aufregendes Leben, und die Autorin lässt uns daran teilnehmen, als wären wir unmittelbar dabei.

Die Auseinandersetzung mit Thomas Morus, seinem zunächst geschätzten Lordkanzler und späteren Widersacher, seine Kriege gegen Schottland und Frankreich sind ebenso spannend erzählt wie das unerfreuliche Leben seiner Tochter Mary (der späteren Königin Mary I., wegen ihrer Verfolgung der Protestanten auch „bloody Mary“ genannt). Sie ist das einzige überlebende Kind aus der Ehe mit Katharina

von Aragon und wird nach Heinrichs Heirat mit Anna Boleyn zum Bastard erklärt und aus der Thronfolge ausgeschlossen. Anna Boleyn verlor zwar später im wahrsten Sinne des Wortes den Kopf, aber den Status der Thronfolgerin erlangte Mary (zunächst) nicht zurück.

Rebecca Gablé versteht es meisterhaft, geschichtliche Zusammenhänge, menschliche Dramen und faszinierende Persönlichkeiten zu einem Geschichtsepos der Sonderklasse zu weben. Neben den geschichtlichen Personen gibt es auch in diesem Roman zahlreiche „erfundene“ Handlungsträger, teils sympathisch, teils ausgesprochen fies, die sie munter agieren lässt (die Waringhams sind auch wieder dabei).

Übrigens: wer die Familie Waringham noch nicht kennt, sollte auch die ersten drei Bücher dieser Saga lesen – es lohnt sich!



Buchcover: Der Dunkle Thron, Rebecca Gablé, Lübbe-Verlag

Die Titel:

- Das Lächeln der Fortuna
- Die Hüter der Rose
- Das Spiel der Könige
- alles Taschenbücher

Buchtipp:

Rebecca Gablé, Der dunkle Thron
 Ehrenwirth Verlag, 24,99 €
 ISBN 978-3-431-03840-8, 960 Seiten
 Maria Liley





DRK Seniorenheim Hagen

Wahren Pflege und Betreuung unter einem guten Zeichen!

DRK Seniorenheim Hagen
 Lange Straße 9-11 · 58089 Hagen
 Tel. 0 23 31 / 34 56 7
www.drk-hagen.de

Wichtige Angebote des DRK-Kinderverbands

- **Seniorenservice**
Betreuungsdienste
Seniorenheim
Tel. 0 23 31/95 89-24
- **Brat-Hilfe**
Anmeldung
Tel. 0 23 31/95 89-35
- **Baum auf Andern**
Hilfsprojekt
Tel. 0 23 31/95 89-22
- **Barrierefreie**
Anmeldung und Sozialsport
Tel. 0 23 31/95 89-36
- **Hausbesuch**
Tel. 0 23 31/95 89-24

Über die Pflege hinaus bieten wir eine Vielzahl von Leistungen und Angeboten...

<p>➕ Kompetente Pflege und Betreuung durch erfahrene Mitarbeiter</p>	<p>➕ Großzügige, modernisierte und helle Zimmer mit Balkonen</p>	<p>➕ Qualifizierte Fullpflege, Frisur, Physiotherapeut, Kiosk und Cafeteria</p>
<p>➕ Eigene Küche und Restaurant mit täglich 2 frischen Gerichten</p>	<p>➕ Gepflegter Garten, zentrale Lage und gute Busanbindung</p>	<p>➕ Tanzcafé, Kochgruppe, gemeinsame Feste, Vorträge und Ausflüge</p>
<p>➕ Fit für 100: Gymnastik und Sport</p>	<p>➕ Kaminzimmer, Sonnenterrassen und schöne Gemeinschaftsräume</p>	<p>➕ Verwahrgeldkonto, Einkaufsdienst und ehrenamtliche Unterstützung</p>



Deutsches Rotes Kreuz
Kinderverband Hagen e.V.
 Felthstraße 28
 58086 Hagen
 Tel. 0 23 31/95 89 85
 Fax 0 23 31/95 89 88
www.drk-hagen.de

Angebote für Senioren in der Stadtbücherei

Ein Besuch lohnt sich!

Bücher für Senioren – zur Unterhaltung, zum Informieren, zur Freizeitgestaltung und noch viel mehr bietet die Stadtbücherei. Ich habe mich dort umgesehen – es sind gut bestückte Regale, in denen man zu ziemlich allen Themen auch für Menschen über Sechzig etwas findet.

Ich war beeindruckt von der Vielfalt der Computerbücher für „Sechzig plus“, bin ich doch selbst dankbar, wenn die schlaun Computerexperten auch mal berücksichtigen, dass unser-einer den Computer nicht schon im Kinderzimmer nutzte! Eine gute Auswahl interessanter Bücher in Großdruck fiel mir auf, die nicht die Großmutter und ihren ersten Enkel oder die Suche nach der Brille zum Inhalt haben. Spannende, anregende Romane und Geschichten mit literarischem Anspruch, Biografien sowie Sachbücher gibt es auch für Leute mit schwachen Augen!! Und wenn das Lesen mal zu anstrengend wird: Es gibt fast jedes gedruckte Buch als Hörbuch auf CD, die Auswahl in der Stadtbücherei ist beachtlich.

Weit mehr als Bücher im Angebot

Die Stadtbücherei ist ein „Amt für Medien und Weiterbildung“, so die offizielle Bezeichnung. Und so finden wir dort außerdem Filme, Zeitschriften und auch Spiele. Die Abteilung „Spiele“ speziell für Senioren ist bisher nicht so umfangreich, sie befindet sich noch im Aufbau. Bücher zum Gedächtnistraining, abwechslungsreich und unterhaltsam, Beschäftigungsbücher, Rätsel-

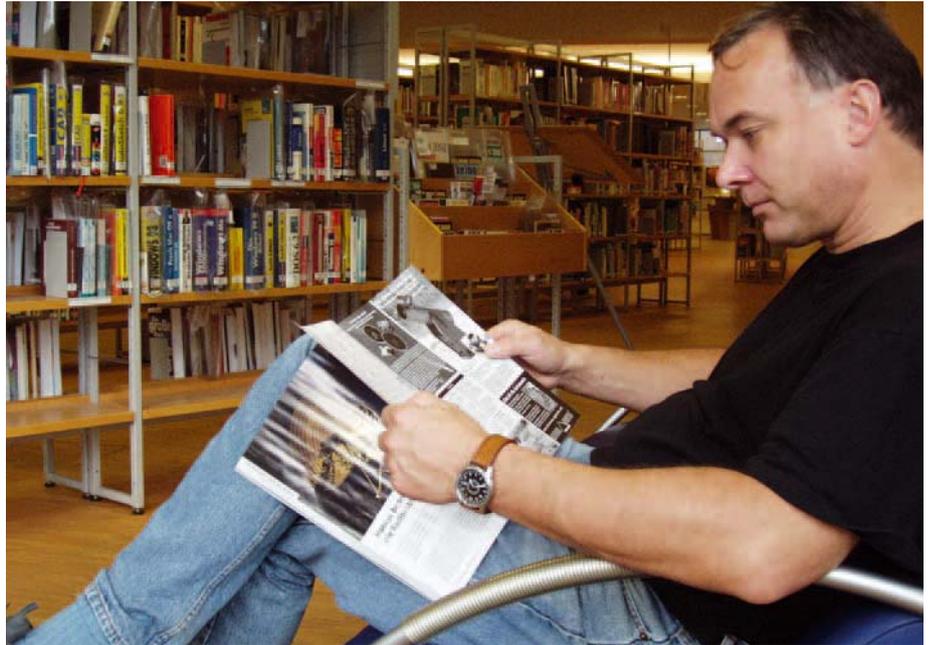


Foto: Stadtbücherei.

bücher aller Art gehören ebenfalls zum Angebot. Seniorenbetreuer sind sicher dankbar für die Vielzahl an Ratgebern zu allen Bereichen der Seniorenarbeit: Ernährungsratgeber, Beschäftigungsvorschläge oder auch Bewegungsübungen sind hilfreich, wichtig sind auch Ratgeber zu rechtlichen Fragen der Betreuung – auch die gibt's hier, übersichtlich zusammengestellt.

Ausgesprochen augenfreundlich sind die Beschriftungen an den Regalen – ich weiß, wovon ich rede: „Gleitsichtbrille“!! Die Literatur für Senioren ist dem Bestand der einzelnen Sachgebiete zugeordnet, versehen mit einem blauen Aufkleber und daher leicht erkennbar. Übrigens: Lesebrille vergessen? Kein Problem, es gibt sie in verschiedenen Stärken zum Ausleihen.

Breites Spektrum von Veranstaltungen

Zum Angebot der Stadtbücherei gehören zudem Veranstaltungen wie „Lebenslange Leselust“ (Vorlesen für Senioren), jeden dritten Donnerstag im Monat, eine „Heimatkundliche Vortragsreihe“ mit der Volkshochschule, die in unregelmäßigen Abständen stattfindet (im Veranstaltungsprogramm sind die Termine zu finden). Das Hagener „Netzwerk Demenz“ hat regelmäßige Infostände in der Stadtbücherei. In der Presse und auf der Homepage wird jeweils darauf hingewiesen. Dieses breite Spektrum an Unterhaltung, Information und Weiterbildung sollten wir nutzen!

Maria Liley

Briefkasten

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

Impressum Junges Altes Hagen

Herausgeber

Seniorenbüro der Stadt Hagen, Rathaus II, Berliner Platz 22, 58095 Hagen

Inhalt

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

Titel

Theater Hagen
Fotos: Stefan Kühle, Boris Golz

Gestaltung

Gerd Eichborn und Helmut Korte

Verlag und Anzeigen

Werbeagentur L. Kapp, Dortmund

Layout und Umsetzung

ideen.manufaktur, Dortmund

Druck

Scholz-Druck u. Medienservice, Dortmund

Nächster Erscheinungstermin

Ende März 2012

Redaktionsschluss

Februar 2012

**Fenster,
Türen,
Tore,
Zargen,**



... immer erst bei Schulte fragen!



Auf dem Graskamp 10 · 58099 Hagen
Fon: 02331 65864
info@bauelemente-schulte.de
www.bauelemente-schulte.de

Preiswert

Gute Fachgeschäfte sind ihren Preis wert und günstig.

Qualitäts-Schlafsysteme. . .

- in allen Ausführungen wie: Kaltschaum-, Latex- und Tonnenfederkernmatratzen
- in allen Größen von 80 bis 200 cm
- in allen Preislagen

Viele hochwertige Marken



Bettenparadies NOLTE
Fachgeschäft und Haus-
beratung, Boeler Str. 196,
Hagen Loxbaum
Telefon 02331 81269
www.bettenparadies-nolte.de

NOLTE BETTEN PARADIES

- Dach- und Dachrinnenreinigung
- Gefahrbaumfällung (Seilklettertechnik)
- Winterdienst
- Haus- und Wohnungsrenovierung
- Abbrucharbeiten und Entsorgungen



Imkerweg 18 · 58089 Hagen
Tel.: (02331) 6 95 83 80
Mobil: (0178) 2 93 84 76



Dorothee Leclaire

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

Boeler Straße 177
Telefon 02331 / 88 28 58
58097 Hagen

Gesund werden. Gesund bleiben.



Leonardo APOTHEKE

KRONEN-APOTHEKE

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



- Testamente
- Nachfolgestaltungen
- Erbschaftsteuer
- Vorsorgevollmachten
- Patientenverfügungen
- Erbstreitigkeiten

RA u. Notar Dr. Roland M. Bäcker
Fachanwalt für Steuerrecht
Fachanwalt für Handels- u. Gesellschaftsrecht
Weiterer Schwerpunkt: Erbrecht
Bahnhofstr. 28, 58095 Hagen, Tel.: 02331/1099-0

Karl Lössle

Bestattungshaus • Das älteste Fachunternehmen in Hagen • seit 1863

DIE BESTATTUNGSVORSORGE LIEGT UNS AM HERZEN!

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

GERNE BERATEN WIR SIE UNVERBINDLICH IN ALLEN FRAGEN DER BESTATTUNGSMÖGLICHKEITEN.

VERTRAUEN SIE AUF TRADITION UND ERFAHRUNGEN!

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

Am 14. Dezember 1911 ist es geschafft!

Vor 100 Jahren erreicht der Norweger Roald Amundsen als erster Mensch den Südpol

Die Antarktis, der einzige Kontinent, auf dem Menschen sich nie ansiedeln konnten, ist eine Eiswüste von unendlicher Ausdehnung. Sie erhebt sich rund 3000 Meter über dem Meeresspiegel, daher fegt fast ständig ein eiskalter Wind über den Kontinent – minus 89 Grad wurden in der Nähe des Südpols schon gemessen – so kalt wird es sonst nirgendwo auf der Erde.

Um diese Eiswüste zu erforschen und den Südpol zu erreichen, machten sich 1910 zwei Expeditionen auf den Weg: Am 1. Juni sticht das Expeditionsteam von Kapitän Scott von London aus in See, am 9. August verlassen Amundsen und seine Mannschaft den Hafen Christiania (heute Oslo).

Roald Amundsen hatte bereits als erster Mensch die Nordwestpassage durchfahren und zweimal auf der King-William-Insel im Norden Kanadas überwintert. Die Erfahrungen, die er dort durch das Leben mit den Innuits sammeln konnte, kommen ihm nun bei der Antarktisexpedition zugute.

Bevor Amundsen jedoch das große Abenteuer beginnen kann, gibt es eine wichtige Frage zu klären: wer soll das bezahlen? So eine Expedition ist teuer, der Erfolg fraglich und der Verlust der investierten Gelder immerhin möglich. Der norwegische König, der ein nationales Interesse daran hat, seine Fahne auf neu entdecktem Land hissen zu lassen, übernimmt einen Teil der Kosten. Amundsen verpfändet all sein Hab und Gut. Allerdings hat er als Ziel den Nordpol angegeben, wohl wissend, dass er keine Unterstützung für das Wahnsinnsprojekt Südpol bekommen hätte.

„Seit meiner Kindheit träume ich davon, den Nordpol ...“

Der Mann ist verschwiegen: Erst nach vielen Tagen auf hoher See klärt Amundsen die Mannschaft über das tatsächliche Ziel auf. Damit die Besatzung an Bord bleibt, verspricht er ih-

nen den doppelten Lohn – und niemand verlässt das Schiff.

Während der Fahrt in Richtung Antarktis, rund vier Monate nach seinem Aufbruch, schickt Amundsen ein knappes Telegramm an Scott: „Fahre nach Süden.“ Der Wettlauf zum Südpol hat begonnen. Scott nimmt seinen Rivalen Amundsen nicht wirklich ernst – eine Fehleinschätzung, wie sich zeigen wird. Zwar ist seine Expedition gut zwei Monate vor Amundsen aufgebrochen, der Vorsprung ist aber bereits geschrumpft. Scott landet nur acht Tage vor Amundsen, seine Basisstation liegt allerdings weiter vom Südpol entfernt als die „Bucht der Wale“, wo Amundsen vor Anker gegangen ist. Somit hat Amundsen den kürzeren Weg zum Ziel. Ausschlaggebend für seinen Erfolg ist allerdings in erster Linie seine für die Eiswüste optimale Ausrüstung und seine Herkunft. Amundsen kommt aus dem hohen Norden, schon als Kind träumt er davon, ein großer Entdecker zu werden und bereitet sich durch Gewaltmärsche in unwirtlicher Gegend darauf vor, Entbehrungen auszuhalten. Er ist an Schnee und Eis gewöhnt, weiß dank seiner Erfahrungen bei den Innuits um die Lebensnotwendigkeit warmer, Wasser abhaltender Kleidung und ist selbst findig bei der Herstellung und Verbesserung der Ausrüstung.

An den Umgang mit Hundeschlitten gewöhnt, lässt er Nahrungsmittel und Material auf Hundeschlitten transportieren. Zu seiner Mannschaft gehören erfahrene Hundeführer.

Scott setzt Ponys ein, eine krasse Fehlentscheidung, denn die Tiere sind den Strapazen der Antarktis nicht gewachsen. Die Motorschlitten, mit denen er Material und Lebensmittel transportieren wollte, sind nach kurzer Zeit unbrauchbar, so dass die Männer den Schlitten mit Proviant an schweren Hüftgürteln selbst ziehen müssen.

So entscheidet sich der Wettlauf zum Pol bereits, bevor es richtig losgegangen ist.



Roald Amundsen, Foto: Wikipedia

Der Weg zum Südpol führt über riesige Gletscher, die Amundsens Hundegespanne mit Bravour meistern, Scott hingegen nahezu verzweifeln lassen.

... zu erreichen, nun stehe ich auf dem Südpol.“

Am 14. Dezember 1911 hat es Amundsens Mannschaft geschafft, der Kompass zeigt es zweifelsfrei: Der südlichste Punkt der Erde ist erreicht – und weit und breit keine Spur von Scott oder der britischen Fahne.

Scott und seine Mannschaft erreichten zwar den Pol, gut einen Monat nach Amundsen, aber den Rückweg zum Basislager hat keiner überlebt.

Maria Liley

Kindermund

Der Großneffe weilt zu Besuch in Hagen. Sein Großkel fragt nach, wie es denn so in der Schule aussieht. „Prima, Onkel Helmut“, sagt der Kurze. „Ich bin der Zweitbeste in der Klasse!“
 „Und wer ist der Beste?“
 „Na, die Lehrerin natürlich!“

Winter-Bauern-Regeln

1. Ist bis Dreikönigstag kein Winter, so kommt auch keiner mehr dahinter.
2. Auf hartes Winters Zucht, folgt gute Sommerfrucht.
3. Viel und langer Schnee, gibt viel Frucht und Klee.
4. Früher Vogelsang, macht den Winter lang.
5. Bleibt der Winter fern, so nachwintert es gern.

Für die Richtigkeit dieser Prophezeihungen wird kein Gewähr übernommen!

Ein Goldener Herbst bringt reiche Früchte

Wie wunderbar erstrahlt der Wald
 In seiner bunten Pracht.
 Wer hat die Blätter angemalt?
 Das hat der Herbst gemacht.

Die Früchte hängen reif am Baum,
 die Äpfel, Birnen, Pflaumen,
 in Nachbars Garten hinterm Zaun
 reizen sie unseren Gaumen.

Und aus dem Fallobst Mutter presst
 Saft, Mus und Marmelade.
 Wenn man die Früchte liegen lässt –
 das wär` doch viel zu schade!

Bratapfelduft erfüllt den Raum,
 von allen sehr begehrt.
 Noch gestern hingen sie am Baum,
 heut` werden sie verzehrt.

Ein kleines Männlein steht im Wald
 mit vielen anderen Wichten.
 Die Sammler holen sie schon bald
 Zu leckeren Pilzgerichten.

Der Wind weht übers Stoppelfeld,
 er lädt die Kinder ein
 zum Drachensteigen, wie`s gefällt,
 was kann denn schöner sein.

Kastanien sammeln, das macht Spaß,
 was kann man daraus machen?
 Die Kinder, ja die wissen das
 und basteln tolle Sachen.

Zum Erntedankfest möchten wir
 ein Halleluja singen.
 Und uns're Früchte werden wir
 auf den Altertisch bringen.

Edith Brechtefeld

Morgensonne im Winter

Auf den eisbedeckten Scheiben
 fängt im Morgensonnenlichte
 Blum und Scholle an zu treiben...

Löst in diamantnen Tränen
 ihren Frost und ihre Dichte,
 rinnt herab in Perlensträhnen...

Herz, o Herz, nach langem Wähnen
 lass auch deines Glücks Geschichte
 diamantne Tränen schreiben!

Christian Morgenstern

*Geb. 6.5.1871 in München,
 gest. 31.3.1914 in Meran.
 Bekannt für seine komische Lyrik,
 aber er konnte auch anders...*



So schön kann Winter sein!
 Foto: Ruth Sauerwein



Entlastung pflegender Angehöriger durch die Verhinderungspflege (Ersatzpflege)

Anknüpfend an unseren Bericht in der letzten Ausgabe dieser Zeitschrift, möchten wir Ihnen heute Möglichkeiten schildern, wie Sie sich bei der täglichen Pflege Ihrer Angehörigen vorübergehend auch mal entlasten können.

Den größten Teil der Versorgung von Pflegebedürftigen erbringen in der Regel Familienmitglieder. Die Hauptlast trägt oft der Lebenspartner, der häufig selbst schon älter ist. Für die pflegenden Angehörigen sind die seelischen und körperlichen Belastungen bei der Pflege und Betreuung, vor allem auch bei Patienten mit demenziellen Veränderungen, erheblich. Viele können keiner Berufstätigkeit mehr nachgehen, verzichten auf Urlaub, soziale Kontakte und Freizeit; oft müssen andere Familienmitglieder zurückstecken. Umso wichtiger ist es, auch einmal eine Auszeit, eine Pause von der Pflege machen zu können. Damit dies nicht nur ein Wunsch bleibt, bietet die Pflegeversicherung die sogenannte Ersatz- bzw. Verhinderungspflege an.

Kommt Ihnen dies bekannt vor?

Gönnen Sie sich als pflegender Angehöriger doch einmal eine Ruhepause vom Pflegealltag! Die Pflegekasse übernimmt in vielen Fällen die Kosten einer notwendigen Ersatzpflege für bis zu 28 Tage und bis zu 1.510 Euro im Kalenderjahr, wenn Sie den Pflegebedürftigen zuvor mindestens 6 Monate in seiner häuslichen Umgebung gepflegt haben. Die Liste der in Frage kommenden Verhinderungsgründe ist nicht definiert.

Zu Ihrer Entlastung und Erholung als pflegender Angehöriger können wir Ihnen unsere Unterstützung z.B. durch eine ergänzende "Pflege auf Zeit" anbieten. Diese Ersatzpflege muss nicht komplett am Stück, sondern kann entsprechend des individuellen Bedarfs auch wochenweise, tageweise oder sogar stundenweise in Anspruch genommen werden. Dadurch kann der Alltag für Sie als Pflegeperson deutlich vereinfacht werden, weil wir bei privaten Terminen einspringen. In diesem Fall – bei weniger als 8 Stunden am Tag – bleiben Pflegegeld und Pflegesachleistung auch erhalten und die Begrenzung auf 28 Tage gilt nicht.

Damit bieten wir Ihnen die Möglichkeit, sich einmal Zeit für sich zu nehmen, zum Beispiel Arzttermine wahrzunehmen, Besorgungen zu erledigen, zum Frisör zu gehen oder einige Tage zu verreisen. Auch in Notsituationen stehen wir Ihnen unbürokratisch zur Seite.

Selbstverständlich beraten wir Sie gern über die einzelnen Möglichkeiten und unterstützen Sie bei der Beantragung der Leistungen bei der Pflegekasse. Schauen Sie doch einmal bei uns herein, wenn Sie Interesse und Beratungsbedarf haben.

Pflege- und Betreuungsstützpunkt
Cunostraße 50, 58093 Hagen-Ernst

Tel. 02331 - 6 25 24 70

www.das-betreuungsteam.de

Fax 02331 - 6 25 24 75

info@das-betreuungsteam.de

Anerkannt bei allen Kranken- und Pflegekassen

*Veranstaltungskalender
für Senioren
des Seniorenbüros
der Stadt Hagen*

**von
November 2011
bis
März 2012**

Dezember 2011

02.12.2011, 9.00 – 15.00 Uhr

Computerhilfe Vorort

AWO Begegnungsstätte Carlo Ross,
Info s.S. x

Anmeldung bei Herr Dederichs
Tel.0152- 53978960

02.12.2011, 20.00 Uhr

Kabarett "50 Plus! Seniorenteller? "

Der Lack ist ab, die Kinder aus dem Haus, die Zähne überkront, ihre beste Freundin liegt im Hospiz und Ihr Göttergatte schwängert gerade Ihre zukünftige Nachfolgerin. So hatten Sie sich das Lebenjenseits der 50 nicht vorgestellt! Ist dies das Plus an 50? Was tun? Botox oder Bären ticket, das ist hier die Frage! Natürlich können Sie Ihr Alter ignorieren, dann sind Sie irgendwann die Jüngste auf dem Friedhof! „50 Plus! Seniorenteller?“ ist ein Programm von Uta Rotermund über den demographischen Faktor, die erneute Frage nach dem Sinn des Lebens, die späten Einsichten und die Gelassenheit, auf die Sie immer noch warten!

Werkhof Kulturzentrum, 20.00 Uhr
AK 12,00 €, VVK 10,00 €

Weihnachtsmärkte in Hagen und Umgebung

17.11. – 23.12.2011

Hagener Weihnachtsmarkt
Hagener Innenstadt

25.11. – 27.11.2011

Weihnachtsmarkt Freilichtmuseum

26. + 27.11.2011

Hasper Adventfest
Kichplatz Haspe

02.12. – 04.12.2011

Weihnachtsmarkt Hohenlimburg
Schloss Hohenlimburg

03.12.2011

Bollwerker Weihnachtsmarkt
Ev. Altenwohnheim Dahl

09.12. – 11.12.2011

Weihnachtsmarkt Hohenlimburg
Schloss Hohenlimburg

10. + 11.12.2011

Weihnachtsmarkt im Wasserschloss
Werdringen



08.12.2011, 14:00 Uhr

**Weihnachtsfeier in der Begegnungs-
stätte des Paritätischen**

Info: s. S. 38

08.12.2011, 19.01.2012, 02.02.2012,
16.02.2012, 01.03.2012, 15.03.2012,
29.03.2012 ab 13.00 Uhr

**Reibekuchentage in der
AWO Begegnungsstätte Vorhalle**

Info: s. S. 38

10.12.2011, 15.00 – 17.00 Uhr

„Taschengeld Cafe“

Adventcafe

Info: Begegnungsstätte Carlo Ross, s.
S. 38, sonstige Termine: 11.01.2012,
08.02.2012, 14.03.2012

13.12.2012, 10.01.2012, 24.01.2012,
07.02.2012, 21.02.2012, 06.03.2012,
20.03.2012, 19.00 – 21.00 Uhr

Moderner Kochtreff:

Anmeldung bei Thays Walz Tel.
02331 / 984235

Kostenbeitrag 5,00 €

Januar 2012

09.01. – 21.05.2012, 15.30 – 16.30 Uhr (16x)

Sonniger Herbst

-Fit und gesund im 2. Lebensabschnitt-
Gezielte Bewegungstherapie, Atem-
schulung, rhythmische Gymnastik
sorgen für harmonischen Ausgleich
Leitung Gabriele Hagen, tel.
023331/404192
Kneipp-Verein Hagen e.V.
Ev. Gemeindehaus Kückelhausen,
Rolandstr. 17
Mitglieder 32,00 €, Gäste 48,00 €

11.01.2011, 15.00 – 17.00 Uhr

„Taschengeld Cafe“

Info: Begegnungsstätte Carlo Ross, s.
S. 38, sonstige Termine: 11.01.2012,
08.02.2012, 14.03.2012

12.01. – 31.05.2012, 15.30 – 17.00 Uhr (17x)

Sonniger Herbst

-Fit und gesund im 2. Lebensabschnitt-
Gezielte Bewegungstherapie, Atem-
schulung, rhythmische Gymnastik
sorgen für harmonischen Ausgleich
Leitung Gabriele Hagen, tel.
023331/404192
Kneipp-Verein Hagen e.V.
Ev. Gemeindehaus, Markuskirche,
Rheinstr. 26
Mitglieder 34,00 €, Gäste 51,00 €

11.01. – 06.06.2012 (20x)

Qi Gong

Harmonie für Körper und Seele
Leitung Birgit Krüger, tel. 02331/75916
Kneipp-Verein Hagen e.V.
AWO Schultenhof, Selbecker Str. 16
Mitglieder 60,00 €, Gäste 80,00 €

13.01.-04.05.2012 (15x)

Yoga für Frauen

Leitung: Helga Paura,
Tel. 02331/81497
Kneipp-Verein Hagen e.V.
Gymnastikraum im Tennis Club „Rot-
Weiß“, Bredelle 44
Mitglieder 45,00 €, Gäste 60,00 €

17.01. – 03.07.2012, 17.30 – 19.00 Uhr (20x)

12.01. – 28.06.2012, 18.30 – 20.00 Uhr (20x)

Hatha-Yoga

Leitung: Hildegard Kurz-Pansch,
Tel. 02337/270376
Kneipp-Verein Hagen e.V.
Gesamtschule Eilpe, Wörthstr. 30
Mitglieder 80,00 €, Gäste 100,00 €

18.01. – 27.06.2012, 18.00 – 19.30 Uhr (20x)

Yoga für Frauen

Leitung: Hildegard Kurz-Pansch,
Tel. 02337/270376
Kneipp-Verein Hagen e.V.
Gesamtschule Haspe, Kirmesplatz 2
Mitglieder 80,00 €, Gäste 100,00 €

23.01. – 26.03.2012, 10.00 – 11.30 Uhr (10x)

Gedächtnistraining

Leitung: Ursula Docke (Dipl. Soz.
Gerontologin), tel. 02331/86150
Kneipp-Verein Hagen e.V.
Kaffeestube im Ökumenischen
Gemeindezentrum Hilfe,
Helfer Str. 79
Mitglieder 25,00 €, Gäste 35,00 €

12.01. – 05.07.2012, 18.00 – 19.00 Uhr (20x)

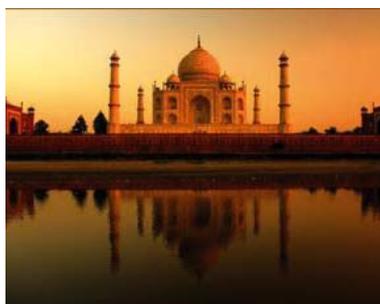
Rückenschonende Gymnastik

Die Übungen sollen Rücken- und
Bauchmuskulatur stärken, die Wirbel-
säule stabilisieren, verspannte Mus-
keln lockern, sowie Bewegungsfreude
aktivieren.
Kneipp-Verein Hagen e.V.
Leitung Anneliese Klein,
Tel. 02331/82239
Friedrich-von-Bodelschwingh-Schule,
Eugen-Richter-Str. 77
Mitglieder 40,00 €, Gäste 60,00 €

26.01. – 31.05.2012, (16x)

Yoga für Frauen

Leitung: Margret Kerschbaum,
Tel. 02331/331422
Kneipp-Verein Hagen e.V.
Käthe-Kollwitz-Schule, Liebigstr. 20
Mitglieder 32,00 €, Gäste 48,00 €



Herzlich willkommen in der Welt von
Bollywood

„it's indian dancetime“

- Auftritte
- Workshops

Claudia Wirtz
0171 – 140 20 13
info@indian-dancetime.de

www.indian-dancetime.de

Februar 2012

03.02. – 09.03.2012, 15.00 – 16.00 Uhr (6x)

Training gegen Inkontinenz

Leitung: Ulrike Plewka (ärztl. Gepr. Präventologin), Tel. 02330/809523
Kneipp-Verein Hagen e.V.
Praxisraum, Mellinghausstr. 13, Herdecke
Mitglieder 39,00 €, Gäste 45,00 €

08.02.2011, 15.00 – 17.00 Uhr

„Taschengeld Cafe“

Info: Begegnungsstätte Carlo Ross, s. S. 38,

11.02.2012 ab 14.00 Uhr

Karnevalsfeier

AWO-Begegnungsstätte Vorhalle
Info: s. S. 38

16.02.2012

Weiberfastnacht

mit AWO Begegnungsstätte Carlo Ross, Info s.S. 38

März 2012

10.03.2012. 10.00 – 16.00

Frühlingsbasar

AWO Begegnungsstätte Schulenhof,
Info s.S. 38

16.03.2012, 15.00 – 18.00 Uhr

„Die Kräuterlady kocht“

in der AWO Begegnungsstätte Carlo Ross, Info s.S. 38

14.03.2011, 15.00 – 17.00 Uhr

„Taschengeld Cafe“

Info: Begegnungsstätte Carlo Ross, s. S. 38,

31.März 2012 ab 14.30 Uhr

Osterfeier

AWO Begegnungsstätte Vorhalle
Info s.S. 38

Menschliche Wärme • Aktivierende Pflege
Freundliche Kontakte • Christliches Heim



Wir sind für Sie da

Caritas-Sozialstation

Tel. 17 16 80

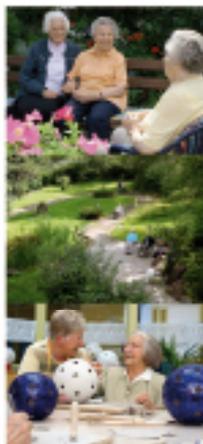


- Pflege bei Ihnen zu Hause
- 24 Stunden Hausnotruf
- Hilfen im Haushalt
- Begleitung im Alltag
- Essen auf Rädern

Wir möchten, dass Sie sich wohlfühlen

Caritas-Pflegeheime

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



Caritasverband Hagen e.V.

Hochstr. 83a, 58095 Hagen, Tel. 9 18 40
www.caritas-hagen.de



www.westfalenbad.de

WESTFALENBAD
KALDER FANTASIE- und Wellnessbad

Tarif 55+

Der Eintritt für alle Freizeitbad-Liebhaber ab 55 Jahre kostet montags bis freitags nur noch 6,90 Euro und gilt zwischen 10.00 und 15.00 Uhr. Dieser Preis ermöglicht auch die kostenlose Teilnahme an einer Wassergymnastik.

Stadionstr. 15 | 58097 Hagen | Tel. 02331-208 600

Wiederkehrende Termine

Selbsthilfe

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

Neue Kurse ab September!

Computerkurse 50plus

Caritasverband und Kath. Bildungswerk Infos: P. Krahforst, Tel. 35 43 562

Mo. – Do. 10:00 – 11:30 Uhr

Computerkurse 50 Plus für Anfänger

Windows 7 und Internet- E-Mail Anmeldung: Herr Obermüller Tel. 02331 / 5 32 13

AWO-Begegnungsstätte Schultenhof, Selbecker Str. 16

Club Reise 50+ „Jetzt erst Recht“

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

Virtuelles Bowling

Mit der Multiple Sklerose Gruppe, Termine werden nach Anfrage gemacht, alle Interessenten werden auf eine Liste eingetragen und über die Termine informiert, alle Senioren sind hierzu herzlich eingeladen. AWO Begegnungs- und Beratungszentrum Carlo Ross, Fraunhoferstr. 18 Tel.: 8 99 30, s. S. 38

Jeden Montag:

9:00 – 10:00 Uhr

Sitzgymnastik

mit Renate Geitebrügge AWO Begegnungs- und Beratungszentrum Carlo Ross, s. S. 38

9:30 – 10:15 Uhr + 10:15 – 11:15 Uhr

Gymnastik 60plus

Leitung: Frau Decker, AWO Begegnungsstätte Haspe, Hüttenplatz 44 Info: Frau Ebeling, Tel. 3 81 12

09:30 – 10:15 Uhr & 10:15 – 11.00Uhr

Wassergymnastik

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

10:00 – 11:00 Uhr

Sitzgymnastik

Gebühr: 2,- Euro/Termin Info: AWO Begegnungsstätte ha.ge.we-Kulturhof-Emst, s. S. 38

10:00 – 11:00 Uhr

Gymnastik

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

10:30 – 12:00 Uhr

Seniorenberatung

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

10:45 – 12:15 Uhr

Französisch für den Alltag

Leitung: Gabriela Ortwein Gebühr: 40,- Euro (für 10x) Info: AWO Begegnungsstätte Wehringhausen, s. S. 38

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

Wassergymnastik

Leitung: Brigitte Nickel Helmut-Turck-Zentrum Info: DRK, s. S. 38

13:30 – 15:00 Uhr

Englisch für den Alltag

Leitung: Gabriela Ortwein Gebühr: 40,- Euro (für 10x) Info: AWO Begegnungsstätte Wehringhausen, s. S. 38

13:30 Uhr

Handarbeiten

14:30 Uhr

Musik- und Gesprächskreis

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

14:00 – 17:00 Uhr

Sozialberatung

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

14:00 – 18:00 Uhr

Café

AWO Begegnungsstätte Schultenhof Info: s. S. 38

14:15 – 15:30 Uhr

Sturzprophylaxe

Kursleiter: Matthias Kotyk, Sturzprophylaxe Trainer AWO Begegnungsstätte Vorhalle Info und Anmeldung: mittwochs, von 10:00 – 13:00 Uhr, Tel. 8 99 30 Die Kurse sind über die Krankenkassen abzurechnen.

14:15 – 15:45 Uhr

SeniorInnen-Tanz

Leitung: E. Engelhard Seniorenbegegnungsstätte der Ev. Dreifaltigkeits-Gemeinde, Eppenhauser Str. 152, 58093 Hagen, Info: s. S. 38

16.00 Uhr-17:45 Uhr

Französisch für Anfänger

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

16:00 – 18:00 Uhr

Theater-Senioren-Club

Info: Fr. C. Nöding, Tel.: 2 07-32 75 oder (0171) 2 82 72 49, Theater Hagen Elberfelder Str. 65, 58095 Hagen

17:00 – 19:00 Uhr

Musikverein Postalia

Info: AWO Begegnungs- und Beratungszentrum Carlo Ross, s. S. 38

16:45 – 18:15 Uhr

Tanzkurs für Anfänger

mit Gabriela Ortwein (dienstags 17:00 – 18:30 Uhr für Fortgeschrittene), 50,- Euro (für 10x) Info: ha.ge.we-Kulturhof-Emst, s. S. 38

16.00 – 20.00 Uhr

Schachabend

AWO Begegnungsstätte Schultenhof Selbecker Str. 16, 58091 Hagen Tel. 7 20 53 (Mo. – Do. nachmittags)

18:00 – 19:00 Uhr + 19:00 – 20:00 Uhr

Bauch, Beine, Po 50+

Info: Susanne Langemann-Eyer Tel.: 48 83 484

Handy: (0172) 1 72 97 18

Werkhof Hohenlimburg, Herrenstr. 17 58119 Hagen, Zehnerkarte: 40,- Euro

19:00 – 20:00 Uhr

Gymnastikkurs

der AWO Begegnungsstätte Hohenlimburg, Rundturnhalle Eleyse Leitung: Heike Hobein

Jeden 1. Montag:

ab 14:30 Uhr

Die Montags-Waffel

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

16:30 – 19:00 Uhr

Betreuungsnachmittag für Betroffene, Angehörige und Interessierte von Demenzkranken

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

19:00 – 21:00 Uhr

Angehörigentreffen von Demenzkranken

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

Jeden 1. und 3. Montag:

14:30 – 17:30 Uhr

Betreuungsnachmittag von demenzerkrankten Menschen

Gemeindehaus St. Johannes Boeler Kirchplatz 17, 58099 Hagen
Veranstalter: Diakonie, Caritas Verband, Johanniter-Unfall-Hilfe e. V., Nachbarschaftshilfe e. V. Hagen, Wohlbehagen, Seniorenzentrum Buschstr., Tel.: 93 99-5 16

19:00 – 20:15 Uhr

Emster Sing-Treff

Infos: AWO Begegnungsstätte ha.ge.we-Kulturhof-Emst, s. S. 38

Jeden 2. Montag:

15:00 Uhr

Apnoegruppe

AWO Begegnungsstätte Schultenhof Selbecker Str. 16, 58091 Hagen
Tel.: 7 20 53 (Mo. – Do. nachmittags)

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

15:00 Uhr

Bingo

AWO Begegnungsstätte Hohenlimburg, Klosterkamp 40

18:30 – 20:00 Uhr

Emst – einst und jetzt

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

Jeden 3. Montag:

Montagsfrühstück

AWO Begegnungsstätte Schultenhof, Infos: s. S. 38

13:00 – 16:00 Uhr

Offenes Internet-Café

Leitung: Herr Obermüller AWO-Begegnungsstätte Schultenhof, Selbecker Str. 16, Info s. S. 38

Jeden 4. Montag:

18:00 – 21:00 Uhr

ZWAR Frauengruppe

ZWAR steht für „Zwischen Arbeit und Ruhestand“ und ist eine politisch und konfessionell neutrale Frauengruppe. Es haben sich Frauen in der Lebensmitte zusammengefunden, die aufgeschlossen, aktiv und offen für neue Ideen sind und gemeinsam vielfältige Aktivitäten ausüben.
Infos: E. Weber, (02334) 56 71 57 und A. Jung 3 76 89 07 und W. Wermeier 7 88 46 29

Jeden Dienstag:

9:00 – 11:00 Uhr

Gemeinsames Frühstück

AWO Schultenhof, Infos: s. S. 38

09.00 – 12.00 Uhr

Nähgruppe

im Ollen Dreisch, Infos: s. S. 38

9:30 – 10:30 Uhr

Gymnastik für Frauen 60plus

Leitung: Susanne Nitschke AWO Begegnungsstätte Wehringhausen, s. S. 38

9:30 – 11:00 Uhr

Folkloretanz

in der Jakobusgemeinde Hagen-Helfe, Helfer Str. 66

10:00 – 13:00 Uhr

Seniorenberatung

Beratung: Frau Ebeling AWO UB Hagen / Märkischer Kreis Böhmerstr. 11, 58095 Hagen
Tel.: 3 81 12

10:30 – 12:00 Uhr

Seniorenberatung

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

11.00 – 12.00 Uhr

Gymnastik mit dem OV

AWO-Begegnungsstätte Vorhalle, Infos: s. S. 38

13:30 Uhr

Gymnastik mit anschl. Kaffeetrinken

15:00 Uhr

Kegeln

(1x im Monat, Kegelzentrum Hagen) Begegnungsstätte des Paritätischen Bahnhofstr. 41, Tel.: 1 34 74

Ab 14:00 Uhr

Skatrunde

Mitspieler herzlich willkommen
Info: DRK Seniorenbegegnungsstätte s. S. 38

14:00 – 17:00 Uhr

Seniorentreff mit Brett und Kartenspiel

Info: AWO Begegnungs- und Beratungszentrum Carlo Ross, s. S. 38

14:00 – 18:00 Uhr

Café

AWO Begegnungsstätte Schultenhof
Info: s. S. 38

14:30 – 17:30 Uhr

Spielenachmittag

AWO Begegnungsstätte Vorhalle im Stadtteilhaus Vorhalle

14:30 – 16:30 Uhr

Senioren-Café

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

15:00 – 17:00 Uhr

Geselliger Nachmittag für Jung und Alt

jeder Nachmittag steht unter einem Thema: Spiele-Nachmittag, musikalische Erinnerungen, Erinnerungen an alte Gebäude, Zaubernachmittage,
Info: Mehrgenerationenhaus des Kinderschutzbundes, Potthofstr. 20

15:00 – 19:00 Uhr

Boulen (Pétanque)

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

16:00 – 17:00 Uhr

Bewegung mit Spaß

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

16:30 – 18:00 Uhr

Seelsorge, Angehörigentreffen und Betreuung von Demenzkranken

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

17:00 – 18:15 Uhr

Gymnastikkurs

der AWO Begegnungsstätte Hohenlimburg, Turnhalle Realschule
Infos: K. Ebeling, Tel.: 3 81-12

17:00 – 18:30 Uhr

Tanzkurs für die Generation 50+ Fortgeschrittene

Leitung Gabriela Ortwein Kursgebühr: 50,- Euro
Infos: AWO-Begegnungsstätte ha.ge.we. Kulturhof Emst

Dienstags, jede gerade Woche:

ab 14:30 Uhr

Tanz

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

Bingo

AWO Begegnungsstätte Haspe
Hüttenplatz 44, Tel. 4 14 77

Dienstags, jede ungerade Woche:

Tanz

AWO Haspe, Hüttenplatz 3, Tel. 4 14 77

Jeden 1. Dienstag:

Erzählwerkstatt

Leitung: M. Buchenau, Senioren-
begegnungsstätte der Ev. Dreifaltig-
keits-Gemeinde, Eppenhauser Str. 152
Info: s. S. 38

13:30 – 16:30 Uhr

Acrylworkshop 50plus

Leitung: Trees Buntenbach
AWO Begegnungsstätte
Wehringhausen, Bachstr. 26
Info/Anmeldung 3 48 64 30

15:00 – 18:00 Uhr

Boulen, Brett- und Kartenspiele

AWO Begegnungsstätte Schultenhof
Info: s. S. 38

Jeden 2. Dienstag:

16:00 Uhr

Theatergespräche

Frau Dr. Hilchenbach
Info: ha.ge.we-Kulturhof-Emst, s. S. 38

16:30 – 18:00 Uhr

**Angehörigentreffen und Betreuung
von Demenzkranken**

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

17:00 – 19:00 Uhr

**Angehörigentreffen und Betreuung
von Demenzkranken**

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

17:30 – 19:00 Uhr

**Demenzcafé für demenziell erkrankte
Menschen und ihre Angehörigen**

AWO Begegnungsstätte
Hohenlimburg, Klosterkamp 40

19:30 – 21:30 Uhr

**Wohnen in Nachbarschaft –
regelmäßige Treffen**

WiN will das Zusammenleben in
Nachbarschaft von Jungen und Alten
fördern und gestalten
Villa Post/VHS, Wehringhauser Str. 38
Infos: I. Dombrowsky, Tel.: 37 12 89
A. Jaworek, Tel.: 2 16 96
H Mensching Tel.: 33 82 50

Jeden 3. Dienstag:

10:00 – 13:00 Uhr

Aquarellworkshop 50plus

Leitung: Trees Buntenbach
AWO Begegnungsstätte
Wehringhausen, Bachstr. 26
Info/Anmeldung 3 48 64 30

15:00 Uhr

SPD „60 Plus“ Zusammenkunft

Emst-Bissingheim/Remberg-Fleyerviertel
Info: ha.ge.we-Kulturhof-Emst, s. S. 38

16:30 – 18:00 Uhr

**Treffen für pflegende Angehörige
von Demenzkranken**

Tagespflegehaus, Waldecker Str. 7

18:00 Uhr

Patientenforum

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

Jeden letzten Dienstag:

14:30 Uhr

Seniorentreffen bei Kaffee und Kuchen

Oller Dreisch, Infos: s. S. 38

15:00 Uhr

SPD „60 Plus“ Zusammenkunft

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

Jeden Mittwoch:

9:00 – 10:00 Uhr

Sitzgymnastik

mit Renate Geitebrügge
Info: AWO Begegnungs- und
Beratungszentrum Carlo Ross, s. S. 38

9:45 – 11:15 Uhr

Englisch für Fortgeschrittene

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

10:00 – 12:00 Uhr

Zeichenkurs

Gebühr: 35,- Euro (für 8x)
Info: AWO Begegnungsstätte
Wehringhausen, s. S. 38

10:30 – 12:00 Uhr

Seniorenberatung

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

10:30 Uhr

Gymnastik mit anschl Kaffeetrinken

14:00 Uhr
Spielgruppen (Rummikub)
14:00 Uhr (Kegelzentrum Hagen)

Kegelgruppe/Frauen

15:00 Uhr

Kegelgruppe/gemischt

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

13:00 – 16:00 Uhr

Offenes Internet-Café

Leitung: Herr Obermüller
AWO-Begegnungsstätte Schultenhof,
Selbecker Str. 16, Info s. S. 38

13:00 – 14:30 Uhr

Niederländisch 50 +

AWO-Begegnungsstätte
Wehringhausen, s. S. 38

14:00 – 17:00 Uhr

**Unterhaltsamer Nachmittag
mit Kaffee und Kuchen**

Info: ha.ge.we-Kulturhof-Emst, s. S. 38

14:00 – 17:00 Uhr

Mittwochscafé

Leitung: Erich Blum
Info: AWO Begegnungsstätte
Wehringhausen, s. S. 38

14:00 – 17:00 Uhr

Virtuelle Bowlinggruppe 60 +

Info: AWO Begegnungsstätte
Wehringhausen, s. S. 38

14:00 – 18:00 Uhr

Café

AWO Begegnungsstätte Schultenhof
Info: s. S. 38

14:00 – 16:00 Uhr

**AGIL, AWO Gesprächs-
und Informationsladen**

Informationen rund um den Stadtteil
Wehringhausen, Tel.: 9 33 8 99-6,
Fax: 9 33 8 99-5

17:30 Uhr

Theatergruppe für Erwachsene

Info: ha.ge.we-Kulturhof-Emst, s. S. 38

17.30 – 20.30 Uhr

Nähgruppe

AWO Schultenhof, Infos, s.S. 38
Leitung: Frau Rudell

19:00 – 20:00 Uhr

Aerobic 50+

Info: Susanne Langemann-Eyer
Tel.: 48 83 484
Handy: (0172) 1 72 97 18
Werkhof Hohenlimburg, Herrenstr. 17,
58119 Hagen, Zehnerkarte 40,- Euro

Jeden 1. + 3. Mittwoch:

14.30 -17.00 Uhr

Multiple Sklerose Gruppe

Vorsitzender: Fritz Deneke
Info: AWO Begegnungs- und
Beratungszentrum Carlo Ross, s. S. 38

Jeden 2. Mittwoch:

10:00 – 11:00 Uhr

Offenes Singen

Oller Dreisch, Infos: s. S. 38

Jeden 2. + 4. Mittwoch:

14:00 – 17:00 Uhr

**Beratungsangebot für Angehörige
von Demenzzkranken**

Allgemeines Krankenhaus Hagen gem.
GmbH, Haus 60, 2. Etage, Raum 207
Grünstr. 35, 58089 Hagen, Veranstalter:
Alzheimer-Demenz Selbsthilfegruppe
Hagen e. V., Tel.: 2 01-10 31

Jeden letzten Mittwochnachmittag:

VdK-Veranstaltungen

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

Jeden Donnerstag:

Geburtstagskaffee

AWO Begegnungsstätte Vorhalle
am Donnerstag 14.00 – 17.00 Uhr
nach Anmeldung in der Begegnungs-
stätte bei Frau Buhl möglich.

09.00 – 12.00 Uhr

Familientreff

Info und Kinderbetreuung
AWO Begegnungsstätte Vorhalle,
Info s.S. 38

9:30 – 10:30 Uhr

Morgengymnastik 50+

Info: Susanne Langemann-Eyer
Tel.: 48 83 484
Handy: (0172) 1 72 97 18
Werkhof Hohenlimburg, Herrenstr. 17,
58119 Hagen, Zehnerkarte: 40,- Euro

9:45 – 11:15 Uhr

Englisch Mittelkurs

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

10:00 – 11:00 Uhr

Gymnastik für Hochbetagte

Leitung: Karin Schwan
DRK-Seniorenbegegnungsstätte, s. S. 38

10:00 – 11:00 Uhr

Sitzgymnastik

Leitung: Christine Berger
Infos: AWO-Begegnungsstätte
ha.ge.we-Kulturhof-Emst, s. S. 38

10:00 – 12:00 Uhr

**AGIL, AWO Gesprächs- und
Informationsladen**

Informationen rund um den Stadtteil
Wehringhausen, Tel.: 9 33 8 99-6,
Fax: 9 33 8 99-5

10:00 Uhr

Seniorengesprächsrunde

10:15 Uhr, 11:00 Uhr, 12:00 Uhr

Wassergymnastik

(Schwimmbad der AWO,
Helmut-Turck-Zentrum)
13:00 Uhr

Spielgruppen (Rommee)

14:30 Uhr

Musik- und Singgruppe

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

10:00 – 15:00 Uhr

Seniorenberatung

Beratung: Frau Ebeling
AWO UB Hagen / Märkischer Kreis
Böhmerstr. 11, 58095 Hagen
Tel.: 3 81 12

10:30 – 12:00 Uhr

Seniorenberatung

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

14:00 – 18:00 Uhr

**Betreuungsgruppe für demenziell
Erkrankte**

Leitung: Monika Pawlak
AWO Begegnungsstätte Hüttenplatz 44
Anmeldung erforderlich!
Info/Anmeldung: Frau Ebeling 3 81 12

14:00 – 17:00 Uhr

Café

AWO Begegnungsstätte Schultenhof
Info: s. S. 38

14:00 – 17:00 Uhr

Seniorentreff mit Brett und Kartenspiel

Info: AWO Begegnungs- und
Beratungszentrum Carlo Ross, s. S. 38

14:00 – 18:00 Uhr

Ortsvereintreff

Ansprechpartnerin: Bärbel Pfeiffer
AWO Begegnungsstätte Schultenhof
Info: s. S. 38

14:30 – 16:30 Uhr

SeniorInnen-Nachmittag

Leitung: Pfarrer M. Heuer, E. Meiners,
und S. Homberger, Begegnungsstätte
der Ev. Dreifaltigkeits-Gemeinde,
Eppenhauser Str. 152, 58093 Hagen
Info: s. S. 38

14:00 – 17:00 Uhr

Spielenachmittag

AWO Begegnungsstätte Vorhalle
im Stadtteilhaus Vorhalle

14:30 – 16:30 Uhr

SeniorInnen-Nachmittag

Ansprechpartnerin S. Homberger,
Begegnungsstätte der Ev. Dreifaltig-
keits-Gemeinde, Eppenhauser Str. 152,
58093 Hagen, Tel. 58 83 00 s. S. 38
Jeden Do. ein anderes Programm.

15:00 – 16:00 Uhr

Seniorentanz

Kreis-, Block-, Line-, Contra-Tänze
anschließend Sitztänze und geselliges
Beisammensein in der Jakobus-Kirchen-
gemeinde Hilfe-Mitte, Helfer Str. 66
Info: Tel.: 88 08 76 oder 96 18 10

15:00 – 19:00 Uhr

Boulen (Pétanque)

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

15:00 – 17:00 Uhr

Jung trifft Alt – Seniorennachmittag

Gesellschaftsspiele, Gedächtnistraining,
Vorträge, Gymnastik etc.
Mehrgenerationenhaus des
Kinderschutzbundes, Potthofstr. 20,
Tel.: 38 60 89-0

15:00 – 17:00 Uhr

Das Beratungsbüro netzwerk demenz

Altes Stadtbad Haspe, (Büro der
Evangelischen Stiftung Volmarstein)
Berliner Str. 115

16:00 – 19:00 Uhr

Skatclub

Ansprechpartner: Erwin Pfeiffer
Tel.: 7 08 83, AWO Begegnungsstätte
Schultenhof, Info: s. S. 38

18:00 – 21:00 Uhr

Selbsthilfegruppe Angst

AWO Begegnungsstätte Schultenhof
Selbecker Str. 16, 58091 Hagen
Tel.: 7 20 53 (Mo. – Do. nachmittags)

Ab 18:00 Uhr

Tango Argentino-Kurse

Info: ha.ge.we-Kulturhof-Emst, s. S. 38

Jeden 1. Donnerstag:

15:00 Uhr

Vorlesen und begeistern ein Hagener Senior-Trainerin-Projekt

Vorlesen mit Frau Bonefeld
Die Hagener EFI liest Kurzgeschichten vor und regt zum Gedankenaustausch an. Stadtteilbücherei Hohenlimburg, Langenkampstr. 14 (Hoesch Gebäude)
Info unter der Tel. 2 07-44 77

15:30 Uhr

Trauer-Café

Ein Treffen für trauernde Menschen
Casino des Alten Stadtbads, Berliner Str. 115, Info: Pfr. Siegfried Gras
Tel. 4 73 90 90 o. (0175) 5 23 22 29

15:30 – 17:30 Uhr

Demenzcafé für Demenzkranke und ihre Angehörigen

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

Jeden 2. + 4. Donnerstag:

16:00 – 19:00 Uhr

Betreuung von Demenzkranken

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

Jeden 3. Donnerstag:

11:00 – 12:00 Uhr

LebensLangeLeselust – Vorlesestunde für ältere Menschen

Stadtbücherei, Springe 1, 58095 Hagen
keine Anmeldung erforderlich

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
Leitung: Dagmar Roggenkamp, Marianne Schulte, Regina Erdmann
Veranstalter: Betreuungsgruppe Hagen-Nord, (Diakonie, Caritas Verband, Johannis-Hospital, Johanniter-Unfall-Hilfe e. V., Nachbarschaftshilfe e. V. Hagen, Wohlbehagen), Seniorenzentrum Buschstr., Tel.: 93 99-516

Jeden Freitag:

8:30 – 11:00 Uhr

Frühstück

Leitung: Hannelore Reinshagen
AWO Begegnungsstätte Hüttenplatz 44
Info: Frau Ebeling, Tel.: 3 81 12

10:00 – 11:30 Uhr

Ganzheitliches Gedächtnistraining

Leiter: Klaus Dahlbüding
Einstieg ist zu jeder Zeit möglich
Leitung: Marion Junker, Tel.: 4 73 90 90
Begegnungsstätte im Alten Stadtbad, Berliner Str. 115, 58135 Hagen
Gebühr: 30,- Euro (10x)

Entspannungsgymnastik

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

10:00 – 12:00 Uhr

Maltreff

Leitung: Karin Vogel
Info: AWO Begegnungsstätte Wehringhausen, Info: s. S. 38

11:00 Uhr

Wandergruppe

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

12:30 Uhr

Spielgruppen Canasta, Rommee

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

14:30 Uhr

Treffpunkt für Jung und Alt

AWO Begegnungsstätte Kuhlerkamp
Heinrichstr. 31

15:00 – 16:30 Uhr

Englisch für Menschen 50 +

Leitung: Ingrid Klute, Ev. Dreifaltigkeits-Gemeinde, Eppenhauser Str. 152
Infos/Anmeldung: Ev. Dreifaltigkeits-Gemeinde, Infos: s. S. 38

20:00 – 21:30 Uhr

Gymnastikkurs

der AWO Begegnungsstätte Hohenlimburg, Turnhalle Heideschule
Leitung: Sigrid Leifels

Jeden 1. Freitag:

15:00 – 16:30 Uhr

„Der Kulturbeutel“

Eine unterhaltsame Reihe mit Musikportraits der Klassischen- und Unterhaltungsmusik
Referentin: Christina Asbeck, Begegnungsstätte Martin-Luther-Str. 9–11
Info: Frau Wiewiorka, Tel.: 38 09-410

Jeden 3. Freitag

15:00 – 16:30 Uhr

Diareihe – Berliner Spaziergänge

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

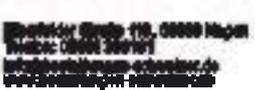
Jeden 1. Samstag:

15:00 – 17:00 Uhr

Demenzcafé Eppenhausen

Betreuung von Demenzkranken, Begegnungsstätte Eppenhausen, Eppenhauser Str. 154, Leitung: Beate Wiewiorka, Diakonisches Werk Tel.: 38 09-4 10 (ruht zur Zeit und findet wenn in der Martin-Luther-Str. statt.)

Dem Leben einen würdigen Abschluss geben
Das Bestattungsunternehmen Friedrich A. Schweizer ist seit 120 Jahren ein erfahrener und kompetenter Partner im Sterbefall



Steuerhilfe für Rentner

Wenn es um Steuern geht, sind viele Rentner verunsichert: Muss ich eine Steuererklärung abgeben? Können Krankheitskosten steuerlich berücksichtigt werden? Ist der Aufenthalt im Seniorenheim absetzbar? Bei solchen Fragen hilft der Lohn- und Einkommensteuer Hilfe-Ring Deutschland e.V. (LHRD) weiter.

Als Lohnsteuerhilfverein übernimmt er die komplette steuerfachliche Betreuung seiner Mitglieder. In der LHRD-Beratungsstelle Hagen-Hohenlimburg steht Anja Limpinsel den Mitgliedern zur Seite. Die Diplom-Kauffrau ist seit 2009 vor Ort tätig und kennt auch die steuerlichen Nöte der älteren Menschen: „Die neue Rentenbesteuerung geistert durch alle Medien und verunsichert die



Menschen natürlich. Aber Tatsache ist, dass zahlreiche Rentner nun eine Steuererklärung abgeben müssen.“

An dieser Stelle setzt Anja Limpinsel an. Sie orientiert sich an den Bedürfnissen der älteren Menschen und bietet – zur optimalen steuerfachlichen Betreuung – Hausbesuche und flexible Termine. Dabei wird eine gute Steuerberatung für Rentner zunehmend wichtiger:

Denn seit September prüfen die



Finanzämter in NRW alle Rentner, die bisher keine Steuererklärung abgegeben haben. „Wenn Rentner dazu verpflichtet sind, eine Steuererklärung abzugeben, heißt das nicht, dass sie automatisch auch Steuern zahlen müssen“, erklärt Anja Limpinsel. Doch in jedem Fall sollte man sich mit der Rentenbesteuerung beschäftigen, bevor finanzieller Schaden entsteht.

Weitere Informationen zur Rentenbesteuerung und Vereinsmitgliedschaft gibt es in der LHRD-Beratungsstelle Hagen-Hohenlimburg.



Lohn- und Einkommensteuer Hilfe-Ring Deutschland e.V.

Ansprechpartnerin Anja Limpinsel

Im Ostfeld 5
58119 Hagen

Telefon: 02334 / 81 70 993

Anja.Limpinsel@LHRD.com
www.LHRD.com/limpinsel

www.LHRD.de

Wir erstellen für Arbeitnehmer, Rentner und Pensionäre im Rahmen einer Mitgliedschaft die Einkommensteuererklärung (Einkünfte ausschließlich aus nichtselbständiger Arbeit).

Jeden 2. Samstag:

11:00 Uhr
Literaturstammtisch
 Erzählcafé „Altes Backhaus“ e. V.
 Langestr. 30, 58089 Hagen
 Tel.: 33 25 86

Jeden 3. Samstag

10:00 – 12:00 Uhr (September bis April)
Selbsthilfe-Café „Frühstück und mehr“
 Begegnungsstätte des Paritätischen,
 Bahnhofstr. 41, Tel.: 1 34 74

14:30 – 17:30 Uhr
Samstags-Tanzcafé
 Eintritt 1,50 Euro
 Info: AWO Begegnungsstätte
 ha.ge.we Kulturhof Emst, s. S. 38

Jeden letzten Samstag:

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

Jeden Sonntag:

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

Frühstück:

10:00 – 12:00 Uhr
 (jeden 1. Donnerstag)
„Frühstück bei Tiffany“
 Gebühr: 4,- Euro
 Voranmeldung unter 8 99 30
 Info: AWO Beratungs- und
 Begegnungsstätte Carlo Ross, s. S. 38
 Fraunhoferstr. 18, 58097 Hagen

montags – freitags
 10:00 – 12:00 Uhr
 AWO Westerbauer, Enneper Str. 81
 Jeden Freitag Marktfrühstück ab
 08.30 in der AWO-Begegnungsstätte
 Vorhalle im Stadtteilhaus Vorhalle
 (außer 30.12.2011)

Jeden Montag im Monat
 10.00 – 12.00 Uhr
 Montagsfrühstück
 AWO Begegnungsstätte Vorhalle
 im Stadtteilhaus Vorhalle

Mittagstisch

montags – freitags, 11:30 – 14:00 Uhr
 Begegnungsstätte „Oller Dreisch“
 Eugen-Richter-Str. 21, 58089 Hagen
 Tel.: 3 54 35 62

montags – sonntags ab 12:00 Uhr
 Ev. Altenwohnheim Dahl
 Zum Bollwerk 13, Tel. (02337) 47 47-0
montags – freitags, 12:00 – 14:00 Uhr
samstags – sonntags, 12:30 – 14:00 Uhr
 Cafeteria im Ev. Krankenhaus Hagen-
 Haspe, Brusebrinkstr. 20, 58135 Hagen

montags – freitags, 12:00 – 14:00 Uhr
 Roncalli-Haus
 Boeler Kirchplatz 15, Tel. 4 83 24 15

montags – sonntags, 12:00 – 13:00 Uhr
 Friedhelm-Sandkühler-Seniorenzentrum
 Hüttenplatz 46–48, Tel. 90 34-00

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

montags – freitags, 12:00 – 14:00 Uhr
 AWO Westerbauer, Enneper Str. 81

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

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

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

dienstags + donnerstags
12:00 – 13:00 Uhr
 AWO Hohenlimburg, Im Lennepark
 Klosterkamp 40, Tel. (02334) 4 28 53

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

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



Diakonie Mark gGmbH

Häusliche Pflege

Diakoniestation Hohenlimburg
 Bahnstraße 7
 58819 Hagen
 Fon 0 23 34 - 4 33 30
 www.diakonie-mark.de

- Beratung
- Alten- und Krankenpflege
- Betreuungsdienste
- Palliativpflege
- Tagesbetreuung
- Freizeitgruppen
- Seniorenreisen
- 24-Stunden-Betreuung



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

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

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

Wiesenstraße 5 - 58119 Hagen-Hohenlimburg
Tel. 0 23 34/95 88 13 - Fax 0 23 34/95 88 28
Oder besuchen Sie uns im Internet: www.holibau.de



Die guten Seelen unserer Wohnanlagen

Redaktionsfoto: Beitrag vom Hohenlimburger Genossein

Wohnen ist Vertrauenssache!

Der persönliche Kontakt zu unserer Genossenschaft ist insbesondere den älteren Mietern wichtig.

Die eigenen 4 Wände bieten Sicherheit und Wohlfühl.

Und damit das so bleibt, betreuen unsere Mitarbeiter Günter Roller und Alfred Plazek sowie drei weitere Personen als Hausmeister die größeren Wohnanlagen unserer Genossenschaft.

Sie schauen in regelmäßigen Abständen in den Treppenhäusern, Kellergängen und Außenbereichen nach dem Rechten.

Sollte sich zwischen den regelmäßigen Besuchen Bedarf ergeben, sind sie telefonisch erreichbar.

Mit handwerklichem Geschick und technischem Verständnis werden die Wohnanlagen betreut. Neben dem Wechseln von Glühlampen und dem Reinigen der Grünflächen werden Reparaturmeldungen weitergeleitet. Die Wohnanlage und die Außenflächen bleiben gepflegt und sauber und unsere Mieter können ihr Zuhause in vollen Zügen genießen.

In unseren Hausmeistern finden die Bewohner einen zuverlässigen, vertrauenswürdigen und qualifizierten Ansprechpartner vor Ort.

Bei Unstimmigkeiten vermitteln unsere Mitarbeiter und sorgen so für ein angenehmes Miteinander.

Das nennen wir Wohnen mit Mehrwert!

Haben wir Ihr Interesse an unserer Genossenschaft geweckt?

Sprechen Sie uns an, wir beraten Sie gern.

Hohenlimburger Bauverein eG, Wiesenstr. 5 in Hagen-Hohenlimburg, Tel. 02334/9588-0



Informationen und Anmeldung:

Altes Stadtbad

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

Alzheimer-Demenz-Selbsthilfegruppe Hagen e. V.

Gemeindehaus Borsigstr. 11
Tel. 2 04 67 90

AWO-Begegnungs- und Beratungszentrum Carlo Ross

Fraunhofer Str. 18
Info/Anmeldung: Tel.: 8 99 30 ggf. auf den Anrufbeantworter sprechen, Ansprechpartnerin: Barbara Dittmann
Mi. 10:00 – 13:00 Uhr
Ansprechpartner: Horst-Dieter Schulte
Di. + Do. 14:00 – 17:00 Uhr

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

Auf dem Kämpchen 16
Tel.: 5 44 90 oder 3 81 12

AWO-Begegnungsstätte Stadtteilhaus Vorhalle

Vorhallerstr. 36
Info/Anmeldungen: Frau Buhl
Tel.: 3 48 32 23
Di., Mi., Do. 14:00 – 17:00 Uhr
Fr. 9:00 – 12:00 Uhr

AWO-Begegnungsstätte Haspe

Hüttenplatz 44, 58135 Hagen
Tel.: 4 14 77 oder 3 81 12
(Mo. – Mi. 13:30 – 18:00 Uhr)

AWO-Begegnungsstätte Wehringhausen

Bachstr. 26, 58089 Hagen
Frau Ebeling, Tel.: 3 81 12

AWO-Begegnungsstätte Schultenhof

Selbecker Str. 16, 58091 Hagen
Tel.: 7 20 53
(Di. + Do. 14:00 – 17:00 Uhr sowie jeden 2.+ 4. Di. im Monat 12:00 – 15:00 Uhr)

Begegnungsstätte „Altes Pfarrhaus“

Eppenhauser Str. 152, 58093 Hagen
Sabine Homberger, Tel.: 58 83 00
Mi. + Do. 9:00 – 12:00 Uhr
Do. 14:00 – 18:00 Uhr

Caritas-Seniorenreisen

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

DRK-Begegnungsstätte

Feithstr. 36, 58095 Hagen,
Tel.: 95 89 24 oder 5 50 65,
Mo. – Fr. 9:00 – 17:00 Uhr

Badefahrt:

Abfahrt: 12:45 Uhr Hauptbahnhof und 13:00 Uhr DRK
Fahrpreis mit Thermalbad: 16,- Euro; nur Fahrt: 11,- Euro
Anmeldung im Bus oder DRK
Tel.: 5 50 65 oder 95 89 24

Ev. Dreifaltigkeits-Gemeinde

Eppenhauser Str. 152, 58093 Hagen
Sabine Homberger, Tel.: 58 83 00

Oller Dreisch

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

Roncalli-Haus

Boeler Kirchplatz 15, Tel.: 4 83 24 00

Seniorenbüro der Stadt Hagen

Cornelia Sülberg, Tel.: 2 07-28 86

Seniorenunion der CDU Hagen

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

Stadtsportbund

Badefahrt:

Abfahrt: 8:15 Uhr Haus Deutscher Ring 8:30 Uhr Marktplatz Emst
Leitung: Ursula Werkmüller, Seniorenbeauftragte des SSB

Anmeldung/Infos:

Do. von 16:00 – 18:00 Uhr
Tel.: 2 07-51 10 oder mobil: (0160) 99 80 45 30
sowie Mo. – Fr. 9:00 – 13:00 Uhr bei Frau R. Wirth, Tel.: 2 07-5107
Fahrpreis mit Thermalbad: 18,- Euro; nur Fahrt: 12,- Euro
Die obigen Telefonnummern gelten auch für die Anmeldung zur **Sportfahrt**.

Elektroanlagen Rapp

Zukunftsorientierte Elektro- und Kommunikationsanlagen,
Fachbetrieb für senioren- und behindertengerechte Elektrotechnik
Einbruch- / Brandmeldesysteme, Beleuchtungssysteme

GIRA SystemIntegrator
Spezialist für gewerkeübergreifende Gebäudesystemtechnik

ZUMTOBEL Lichtlösungspartner
Zertifiziert nach DIN EN ISO 9001:2008

Eppenhauser Straße 125 · 58093 Hagen · info@elektroanlagen-rapp.de
www.elektroanlagen-rapp.de · Tel. 0 23 31-48 45 900 · Fax 48 45 920

HAGEN

spielen · helfen · gewinnen

EIN SPANNENDES AKTIENSPIEL
UM HAGENER UNTERNEHMEN
FÜR JUNG UND ALT!

Erhältlich bei:

- Hagentouristik
- Thalia Buchhandlung



UVP: 30,00 € Limitierte Auflage.

© Spielidee für Hagen: Jacques Kempkens

Es geht Ihnen gut.
Und das soll auch so bleiben.

marktforschung sersch	GUT (2,0)
 Sparkasse Hagen	Qualität der Beratung Kundenbefragung
	Studie 10189 Dezember 2010



Sorgenfrei Wohnen bei der EWG

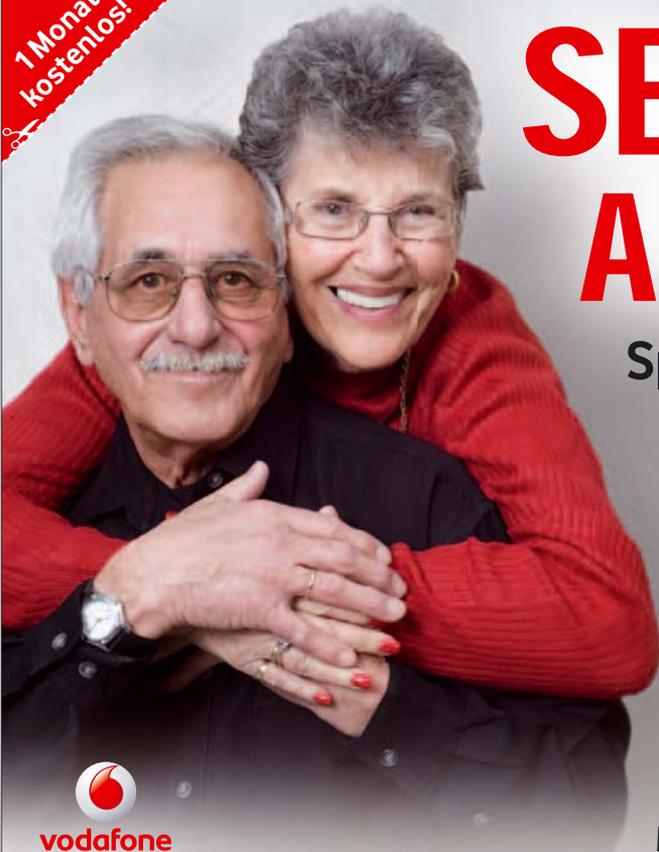
Unsere Stärken – Ihr Vorteil

- ✓ Zeitgemäß ausgestattete und bezahlbare Wohnungen für jeden Raum.
- ✓ Persönliche Nähe zu unseren Mietern.
- ✓ Unterstützung unseres Mieters durch IT-Kunden-Alltag durch Konzepte wie z.B. wie Carsharing, Störburg, Bahnzeitwörter.
- ✓ Keine Kautions- zum Genossenschaftsbeitrag.
- ✓ Mieterbindung durch lebenslanges Wohnen im Bestand mit guter Nachbarschaft.

Wir freuen uns auf das Gespräch mit Ihnen! Rufnummer: 0 23 51 / 20 07 11 und 169.



1 Monat
kostenlos!



SENIOREN AUFGEPASST!

Sparen Sie jeden Monat viel Geld
beim Telefonieren Zuhause.

Telefonieren Sie jetzt unbegrenzt ins dt. Festnetz
mit der Vodafone Zuhause FestnetzFlat für

mtl. **9,95 €***



vodafone

Vodafone Shop Mittelstraße (zwischen Sinn Leffers und dem Kaufpark)
Mittelstr. 24, 58095 Hagen, Tel. 02331-356 25 60

* Angebot gilt bei Abschluss eines Vodafone Vertrages im Tarif Vodafone Zuhause FestnetzFlat: 24 Monate Mindestlaufzeit, mtl. Paketpreis 9,95 € für unbegrenzte Standard-Inlandgespräche (keine Rufumleitungen, keine Konferenzverbindungen) ins dt. Festnetz u. weitere verbrauchsabhängige Entgelte; z. B. für Gespräche in alle dt. Mobilfunknetze 0,25 €/Min. Nutzung ist räumlich auf die angegebene Zuhause-Adresse beschränkt. Mitnahme der Rufnummer zur Nutzung im Rahmen von Vodafone Zuhause nach Beendigung des Vertrages beim bisherigen Anbieter möglich. Kein Call by Call, keine Preselection, kein Faxanschluss. Ihr Zuhause-Bereich wird durch Ihre Zuhause-Adresse bestimmt. Die genaue Größe und Form Ihres Zuhause-Bereichs hängt von den technischen und topographischen Bedingungen vor Ort ab. Der Umkreis kann bis zu 2 km um Ihre Zuhause-Adresse groß sein. Sie können Ihren Zuhause-Bereich einmal monatlich für 4,95 € ändern lassen. Sie können Ihre Festnetz-Nummer nach Ende des bestehenden Vertrags bei Ihrem jetzigen Festnetz-Anbieter mitnehmen und für Vodafone Zuhause nutzen. Die Preise gelten für Gespräche aus dem Zuhause-Bereich, ausgenommen sind Sondernummern, 80/90-Nat bedeutet, dass Ihre Gespräche mitunter genau abgerechnet werden. Die Preise gelten für nationale SMS aus dem deutschen Vodafone-Netz, außer zu Sondernummern. Tarifoption mit 24 Monaten Mindestlaufzeit buchbar zu einem Vodafone Vertrag im Tarif Vodafone Zuhause FestnetzFlat. Zus. mtl. Paketpreis 10 €, keine weitere Berechnung von nat. Standardgesprächen von Ihrer Zuhause-Adresse ins dt. Vodafone-Netz, außer zu Sondernummern, Rufumleitungen und Konferenzverbindungen. Kein Weiterverkauf. Für Gesprächsziele in allen anderen dt. Mobilfunk-Netzwerken gelten die Preise des zugrunde liegenden Tarifs. Coupon ausschneiden und mitbringen, dann erhalten Sie die Vodafone Zuhause FestnetzFlat für einen Monat lang kostenlos.

Angebote nur solange der Vorrat reicht. Änderungen, Irrtümer und Druckfehler vorbehalten.

Pflegende Angehörige brauchen bestmögliche Unterstützung

**BARMER
GEK** die gesund
experten

Ein kostenloses Angebot der
BARMER GEK Pflegekasse



BARMER GEK Hagen
Elberfelder Straße 89
58095 Hagen
Tel.: 0800 332060 79-1140 *
Fax: 0800 332060 79-1255 *
E-Mail: kerstin.klein@barmer-gek.de



Sie suchen kompetente Hilfe in der pflegerischen Versorgung?

Haben Sie Fragen zur Bewältigung Ihres Pflegealltages?

Die BARMER GEK bietet verschiedene Pflegekurse in der Gruppe und individuelle Schulungen zu Hause an. In allen unseren Geschäftsstellen finden Sie Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter, die auf Ihre Lebenssituation spezialisiert sind.

Damit Sie auch schwierige Zeiten besser meistern können.

Sprechen Sie uns an! Wir freuen uns auf Ihre Anfrage.

* Anrufe aus dem deutschen Fest- und Mobilfunknetz sind für Sie kostenfrei.