

# Junges Jaltes



Kostenlose Zeitung von Senioren (nicht nur) für Senioren



**Prominenten-Interview mit dem Architekten Torsten Heumann:**  
Er berät beim seniorenrechtlichen Umbau von Wohnungen

**Titelgeschichte:**  
Die Hasper Talsperre – ein Juwel reinsten Wassers

**Ehrenamt:**  
Hilfe bei Behördengängen

**Veranstaltungskalender Juli – November 2012**





**PREISAKTION BEI GEBRÜDER NOLTE**

**20% NACHLASS FÜR  
MENSCHEN MIT HANDICAP.**



Wir leben Autos.

Entscheiden Sie sich jetzt für einen Neuwagen von Opel und sichern Sie sich den attraktiven Rabatt für Menschen mit Handicap. Wir bieten allen Inhaber eines Schwerbehinderten-Ausweises ab einem Grad der Behinderung von 50% einen Nachlass von 20 % auf die unverbindliche Preisempfehlung der Adam Opel GmbH. Darüber hinaus bieten wir Ihnen Sonderumbauten z.B. für Rollstuhlfahrer an. Sprechen Sie uns an, wir beraten Sie gern.

Abbildungen können Sonderausstattungen zeigen.

**Jetzt Probe fahren!**

**Gebrüder Nolte**  
GmbH & Co. KG  
[www.nolte-gruppe.de](http://www.nolte-gruppe.de)

Konrad-Adenauer Ring 32  
58135 Hagen  
02331 1270-60

Hohe Steinert 3  
58509 Lüdenscheid  
02351 66823-20

Am Ostentor 1  
58239 Schwerte  
02304 24036-0

Reichshofstraße 21  
58239 Schwerte  
02304 6555

Mendener Straße 17-23  
58636 Iserlohn  
02371 7905-0

Giesestraße 16  
58636 Iserlohn  
02371 9770-0

**Pflegewohnstift Harkorten**



**NEU-Eröffnung**



- 80 Pflegeplätze, 90% Einbettzimmer
- 34 Seniorenwohnungen
- spezieller Dementenwohnbereich
- Bistro/Cafe, Terrasse, Garten uvm.

Qualifizierte pflegerische und soziale Betreuung. Komfortable und wohnliche Ausstattung, helle Zimmer mit eigenem Vorflur und pflegerechten Duschbädern sowie TV- und Telefonanschluß. Eigene Möblierung selbstverständlich möglich.

**Überzeugen Sie sich selbst und besuchen Sie uns:**

**CMS Pflegewohnstift Harkorten**

Harkortstr. 74  
Tel.: 02331-1093-0

58135 Hagen-Haspe  
[www.cms-verbund.de](http://www.cms-verbund.de)

## Guten Tag ...

... für die Sommerausgabe von Junges Altes Hagen haben wir die Hasper Talsperre zur Titelgeschichte gewählt. Ein wunderschönes Ausflugsziel, ein Ort mit Geschichte und ein Gegenstand hartnäckiger politischer Auseinandersetzungen – was wollen Zeitungsmacher mehr? Werner Sieling aus Haspe übergab uns die Liste einer unendlichen Geschichte rund um das Trinkwasser aus der Talsperre. Seine Chronik beginnt 2002, als die Bezirksvertretung Haspe erstmals über die zukünftige Nutzung der Talsperre diskutierte – ohne Beschlussfassung. Seitdem wollten die Gerüchte nie verstummen, dass das Wasserwerk an der Talsperre nicht saniert werden sollte. Ausweichmanöver, Fragen nach verbauten Landesmitteln, Verzögerungen bestimmten die Debatte. Ende 2006 sollte die Wassergewinnung wieder starten, dann Ende 2008, dann hieß es wieder: „Die Sanierung der Wassergewinnung rückt in weite Ferne.“ Jetzt scheint so langsam sicher zu sein, dass die Talsperre ab 2013, spätestens Anfang 2014 wieder als Trinkwasser-Reservoir dienen kann. Das hatte NRW-Umweltminister Rimmel Anfang des Jahres Werner Sieling in einem Brief zugesagt, und so war es auch letzten Presseberichten zu entnehmen.



*Werner Sieling engagiert sich hartnäckig für den Erhalt der Hasper Talsperre als Trinkwasser-Lieferant und ist auch anderweitig politisch aktiv. Außerdem betätigt er sich als Heimatforscher. Zum Beispiel stellte er ein kleines Heft zusammen über alle bisherigen Hagener Bürgermeister.*



*Nachdem die Linie 11 eingestellt worden war, diente ein Straßenbahnwagen noch lange als Kiosk.*

Unsere letzte Ausgabe sorgte bei der Gedächtnistrainerin Brigitte Schmittat für Verwunderung. Wir hatten eine ihrer Trainingsaufgaben veröffentlicht – und wirklich haben ihr viele Leserinnen und Leser, die sie aus ihren Kursen kennen, ihre Lösungen zugeschickt. Obwohl es doch gar nichts zu gewinnen gab! Nun, auch in dieser Ausgabe findet sich eine Aufgabe, an der sich graue Zellen warm laufen können.

Wir wünschen viel Freude beim Lesen der Zeitung! Und laden herzlich zum Mitmachen ein.

Wir treffen uns an jedem zweiten Mittwoch eines Monats um 10 Uhr im Sozialen Rathaus am Berliner Platz, Raum D 123.

### Das Team:

**Edith Brechtefeld, Gerd Eichborn, Christa Heine, Rita Hesse, Lothar Kasper, Hans Klapper, Helmut Korte, Barbara Lazaris, Maria Liley, Gerd Lorenzen, Rosmarie Melchert, Peter Nöldner, Ruth Sauerwein, Martina Thurau**

## Zu unserem Titelbild

Am 11. Oktober 1904 wurde die Hasper Talsperre nach dreijähriger Bauzeit feierlich eingeweiht. Der Bau ging zurück auf eine Initiative der Hammerwerksbesitzer am Hasper Bach. Sie wollten sich für die heißen Sommermonate, wenn das Wasser spärlich floss, bessere Arbeitsmöglichkeiten schaffen. Zugleich sollte die Versorgung der Hasper Bürgerinnen und Bürger mit Trinkwasser verbessert werden. Bis 1934 lieferte die Talsperre werktäglich mindestens 9000 cbm Wasser für die unterhalb ansässigen Triebwerksbesitzer.

Sie ist eine von 14 Talsperren im Flusssystem der Ruhr. Die Talsperre befindet sich im Besitz der Mark E (vorher Stadtwerke Hagen). 1991 wurde die Staumauer aufwändig saniert. Die Modernisierung des Wasserwerks zieht sich bis heute hin. Weit über Hagen hinaus bekannt ist die Lachszuchtstation am Fuße der Staumauer. Im Internet ist dazu auch ein kleiner Film zu finden (einmal unter Lachszucht Hasper Talsperre googeln).

Fotos: Gerd Lorenzen

# Meier Haus- und Grundverwaltung GmbH

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

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

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



## Komfortable gepflegte Mietwohnungen

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

## Wohnen mit Mehrwert

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

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

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

Rufen Sie uns an, um sich unverbindlich zu informieren.

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



Zeppelinweg



Feithstraße



Schwerter Str.



Hilgenland 3



Villosa-Karrée

<b>Guten Tag</b>	3
<b>Zu unserem Titelbild</b>	3
<b>Unser Prominenten-Interview</b>	
■ Der Architekt Torsten Heumann berät beim seniorengerechten Umbau von Wohnungen	6
<b>Titelgeschichte</b>	
■ Die Hasper Talsperre: Ein Juwel reinsten Wassers	8
<b>Wohnen im Alter</b>	
■ Wo sollen arme Alte wohnen?	10
■ Neue Broschüre „Senioren- und behindertengerechtes Wohnen“ in Hagen erschienen	11
<b>Soziales</b>	
■ Seniorencoach: Hilfestellung auf dem Weg in den „Ruhestand“	12
■ Ehrenamtliche helfen: Keine Angst vor Anträgen und Formularen	13
■ Das Seniorenbüro hat ein neues Gesicht	14
<b>Jung und Alt</b>	
■ Leih-Oma – was ist denn das?	15
■ Das „Haus für Kinder“ feierte 5. Geburtstag	16
<b>Gesundheit</b>	
■ Wirst Du da sein? Ambulanter Hospizdienst sucht Ehrenamtliche	17
■ Seniorensport hält fit	18
■ Gedächtnistraining	18
<b>Hobbies</b>	
■ Himbeeressig selber machen	19
■ Ein Jahr Theater an der Volme	20
■ Wandern – Genuss und Entspannung pur	21
■ Musikschule und VHS für Seniorinnen und Senioren	21
<b>Gedichte und Dönekes</b>	
■ Karl May: „Wenn ich mich nicht irre, hihhi...“	22
■ Gedicht „Der Urlaub“	24
■ Gedicht „Vom Frühling in den Sommer“	24
■ Kindermund	24
<b>Veranstaltungskalender</b>	27–42
<b>Impressum</b>	25



- langjährige Erfahrung
- Senioren- Urlaubsreisen/Tagesausflüge
- Seniorensport
- orthopädiotechn. Sprechstunde
- individuelle Pflege-Schulungen
- Vorträge zu aktuellen Themen
- Schwerpunkt Diabetologie u. Wundversorgung

Wir freuen uns auf Sie!

...denn häusliche Pflege ist Vertrauenssache!

Hagen – Dortmund – Lünen  
 Tel.: 0 800/1 70 80 90 • [www.ovital-pflege.de](http://www.ovital-pflege.de)



Rosmarie Melchert (Text) und Gerd Lorenzen (Fotos)

## Keine Angst vorm neuen Bad!

Torsten Heumann hilft, in den eigenen vier Wänden alt zu werden

Ich komme nicht gern zu spät zu einem Termin. Aber das „Navi“ verweigert die Eingabe „Handwerkerstraße“. Ein Anruf im Büro von Torsten Heumann verschafft mir nähere Hinweise zum Standort der Wirtschafts- und Servicegesellschaft des Handwerks (WSGH). „Eugen-Richter-Straße 110“ müsse ich eingeben, bedeutet mir die Dame im Büro, und ihre Stimme klingt, als ob sie diese Auskunft des Öfteren geben muss. Und richtig. Wie oft bin ich an der Einfahrt zur Handwerkerstraße vorbei gefahren, nicht wissend, dass sich in den dort angesiedelten Gebäuden sozusagen das geballte Know-how der Hagener Handwerkerschaft befindet.



*Torsten Heumann ist engagiert bei seiner Aufgabe. Er bedauert, dass im Studium das Thema Umbau im Bestand immer noch eine untergeordnete Rolle spielt. Gelegentlich kommen Studenten vorbei, um sich zu informieren. Von Zeit zu Zeit ist Herr Heumann auch als Referent für die Deutsche Bundesumweltstiftung, die Architektenkammer oder bei zahlreichen Veranstaltungen in der Region tätig. So gibt er seine Erfahrungen weiter.*

*Im Zivildienst erfahren,  
was Barrieren bedeuten*

Das Team-Werk-Haus, in dem wir mit Torsten Heumann verabredet sind, zeigt außen und innen – wie es im Flyer heißt – eine Vielfalt an Baukonstruktionen, Materialien und haustechnischen Einbauten. Die so geschaffene „Villa Kunterbunt“ gibt auf anschauliche Weise für Verbraucher wie für Fachleute Anregungen, wie bauliche Probleme sinnvoll gelöst werden können. Denn das ist das Anliegen der WSHG: Bauen, Sanieren und Gestalten, um so unter anderem barrierefreie oder seniorengerechte Wohnungen zu schaffen. Der Mann, der dieses Wissen an die Kunden bringt, kommt die Treppe hoch gestürmt. Er habe noch einen Außentermin gehabt, erzählt er – nur ein wenig atemlos. Bei diesem beeindruckenden Auftritt drängt sich die Frage auf, wie er sich so fit hält.

„Ich tobe gern mit meinen beiden Töchtern (10 und 13). Dann ist da noch der große Garten, da fällt immer Arbeit an. Außerdem steht Tischtennis auf dem wöchentlichen Trainingsprogramm. Seit zwei Bandscheibenvorfällen gehe ich behutsamer mit meiner Gesundheit um.“

Torsten Heumann, der 1968 geboren wurde, hat an der Fachhochschule in Hannover Architektur studiert (Diplom 1993).

„Fachhochschulen sind praxisorientierter als Universitäten. Aber von barrierefreiem Bauen haben wir auch dort wenig erfahren. Diese Sparte spielt in der Ausbildung von Architekten immer noch eine untergeordnete Rolle, obwohl der Bedarf stetig wächst. Ich bin eigentlich aus Zufall zu diesem, meinem Thema gekommen. Nach dem Studium wurde ich zur Bundeswehr einberufen. Ich wählte stattdessen den Zivildienst, den ich in einer Werkstatt für Behinderte in Iserlohn, und zwar im Schwerbehindertenbereich, ableistete. Das hat mir menschlich sehr viel gegeben. Wenn ich nicht schon einen Beruf gehabt hätte, wäre ich in dieser Behindertenarbeit geblieben. Aber es hat sich dann doch zusammengefügt: Das Wissen, mit welchen Barrieren körperlich Behinderte täglich konfrontiert werden und welche Lösungsmöglichkeiten die Architektur anbieten kann. All das kann ich nun hier seit 2002 in der Wirtschafts- und Servicegesellschaft umsetzen.“

Barrierefrei, seniorengerecht – wo liegt denn da der Unterschied, wollen wir wissen.

„Barrierefrei heißt, dass die Wohnung und das Umfeld wirklich völlig barrierefrei sind – nicht nur für Rollstuhlfahrer, sondern zum Beispiel auch für Blinde und Gehörlose. Bei Förderung solcher baulicher Vorhaben mit Landesmitteln muss man sich sehr genau an die Vorgaben halten. Also 80 cm breite Türen, unterfahrbares Waschbecken, nach außen aufgehende Türen im Bad, ebenerdige Duschtasse, freier Zugang ins Haus und in die Wohnung, Sprechdurchsagen im Aufzug etc.“

Seniorengerecht bedeutet, es muss nicht hundertprozentig barrierefrei sein. Es geht darum, Wohnraum an die Gegebenheiten anzupassen und an den konkreten Bedarf des betreffenden Auftraggebers. In solchen Fällen, die eigentlich die üblichen sind, gibt die KfW-Bank zinsgünstige Darlehen für einzelne Förderbausteine. Da spielt es zum Beispiel keine Rolle, wenn sich die Wohnung im dritten Stock ohne Aufzug befindet, während Landesmittel zum Beispiel nur gewährt werden, wenn die Wohnung im Erdgeschoss liegt bzw. mit einem Aufzug erreicht werden kann.

„Ich berate Kunden zu den Fördermöglichkeiten, bereite Förderanträge vor, mit denen der Kunde zu jeder Bank gehen kann. Die Zinsen für KfW-Förderleistungen sind bundesweit gleich.“

Während Torsten Heumann erzählt, schaue ich fasziniert auf seine Gestik und Mimik. Man sieht ihm an, dass er mit viel Engagement und Freude bei der Sache ist. Das kommt sicher gut bei seinen Kunden an, schafft Vertrauen und auch Zuversicht. Er hat es schließlich mit Menschen zu tun, die durch Alter, Krankheitsfolgen und Behinderung gezwungen sind, ihr Umfeld zu verändern. Und die solche Veränderungen als starke Belastung empfinden.

„Da kommt vielleicht eine Frau, deren Mann einen Schlaganfall hatte. Wenn er wieder aus der Reha kommt, soll das Badezimmer umgebaut sein – da stehe ich rundum beratend bei. Zum Vertrauensverhältnis gehört, dass ich Kunden manchmal auch von Dingen abbringen muss, die sich auf Dauer als störend herausstellen werden, zum Beispiel farbige Kacheln im Badezimmer. Wir beraten und begleiten den Kunden während der gesamten Umbauphase, verhandeln mit den Handwerkern, beraten bei den Gewerken. Dieses Angebot besteht seit etwa acht Jahren und wird zu 95 Prozent von Privatleuten genutzt. Wir arbeiten in diesem Zusammenhang auch eng mit der Wohn- und Pflegeberatung der Stadt Hagen zusammen.“



Torsten Heumann hat die „Villa Kunterbunt“ mitgeplant und ist als erster hier – noch allein – eingezogen. Inzwischen arbeiten sechs Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter für die WSHG. Die Dienstleistungen der Gesellschaft erstrecken sich von Verbraucherberatungen bis zu Leistungen ähnlich eines Architekturbüros.

### *Umbau im Bestand wird eine drängende Zukunftsaufgabe*

Dieser umfassende Service ist sicher nicht kostenlos. Wie sieht die Bezahlung aus?

„Umsonst ist unser Dienst natürlich nicht. Meistens mache ich eine Pauschale aus, damit der Kunde mit einem festen Betrag rechnen kann. Von der Bausumme gehen acht bis zehn Prozent an unsere Firma. Handelt es sich zum Beispiel um eine Bausumme von 10.000 €, nehmen wir etwa 1000 € für unsere Serviceleistung.“

Hat seine Arbeit als Architekt sichtbare Spuren in Hagen hinterlassen? Torsten Heumann stutzt ein wenig bei der Frage.

„Spuren? Von meiner Arbeit sieht man wenig, weil sich die meisten Baumaßnahmen in den Häusern befinden. Aber einer unserer Aufträge, der zugleich eine große Herausforderung war, war die Sanierung des Hagener Theaters zum 100. Geburtstag. Da war ganz schön viel zu tun. Ein Problem war unter anderem die Farbe des Anstrichs. Aber wie es jetzt wieder im neuen Glanz erstrahlt – das anzuschauen ist mir eine große Freude.“



**DR. BÄCKER • DR. DOHNAU**  
NO IAR • RECHTSANWÄLTE • FACHANWÄLTE • STEUERBERATUNG



- 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



**beraten  
betreuen  
begleiten**

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

**0 23 31  
2 22 20**

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

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

Hauseigene Andachtshalle  
und Aufbahrungsräume

[www.voeste-bestattungen.de](http://www.voeste-bestattungen.de)

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

Maria Liley (Text) und Gerd Lorenzen (Fotos)

## Ein Juwel reinsten Wassers

Vor 110 Jahren wurde die Hasper Talsperre gebaut



Die Hasper Talsperre und ihre Umgebung sind ein beliebtes Wanderziel.

Im zarten Kindesalter bin ich mit meinen Eltern mit der Straßenbahn, der legendären Linie 11, ins Grüne gefahren, denn als Naherholungsgebiet ist die Hasper Talsperre seit langem beliebt. Sie wird gespeist vom Hasperbach, der sie durchfließt und in Haspe in die Ennepe mündet.

Erbaut wurde die Talsperre in den Jahren 1901–1904 im Auftrag der Stadt Haspe nach den Plänen des Ingenieurs Prof. Dr. Otto Intze. Er galt als Pionier des Talsperrenbaus, dem wir auch die Gründung des Ruhrtalsperrenverban-

des zu verdanken haben. Professor Intze regte als erster an, Talsperren nicht nur zur Energiegewinnung, sondern gleichzeitig als Trinkwasserspeicher und zum Hochwasserschutz zu nutzen. Die Intzestraße in Haspe ist nach ihm benannt, bezeichnenderweise als Nebenstraße der Straße „Am Karweg“ direkt gegenüber der ehemaligen Hasper Hütte.

Die fortschreitende Industrialisierung Ende des 19. Jahrhunderts war Anlass für den Bau der Talsperre. Durch die Schwerindustrie kamen immer mehr Arbeitssuchende nach Haspe – zum Beispiel aus Belgien (mein Großvater mit

seinen Eltern), der private Wasserbedarf stieg also enorm an; aber auch die Unternehmen selbst benötigten das Wasser zur Energie-Erzeugung.

Bis in die 1930er Jahre hinein (Haspe war inzwischen Teil der Stadt Hagen geworden) versah die Talsperre daher nicht nur die Bevölkerung mit Trinkwasser; die Triebwerksbesitzer, die sich unterhalb der Sperre angesiedelt hatten, wurden zusätzlich an den Werktagen mit 9000 Kubikmeter Wasser beliefert.

### Wasser aus der Talsperre – die unendliche Geschichte

Seit 1934 diente die Sperre ausschließlich der Trinkwasserversorgung für das Hagener Stadtgebiet. Allerdings: im Augenblick kommt das Wasser aus unseren Wasserhähnen aus der Ruhr, denn nach der Sanierung der Staumauer in den 90er Jahren ist kein Trinkwasser mehr für die Hagener Haushalte aufbereitet worden. Angesichts der Umweltskandale der letzten Jahre, die auch die Wasserqualität der Ruhr beeinträchtigt haben, ist die Versorgung mit sauberem Trinkwasser dringend erforderlich (die Zeitungen berichteten zu dem Thema zuletzt Anfang des Jahres über durch Viren belastetes Ruhr-Trinkwasser – lecker!!).

Es erscheint wie eine „unendliche Geschichte“: seit 2002 wird über die zukünftige Nutzung der Hasper Talsperre diskutiert. Die Trinkwasseraufbereitung wird durch die Besitzerin, die Mark E, eingestellt (2002). Aber die Hasper Bürger stehen hinter „ihrer“ Talsperre: eine Unterschriftenaktion erbringt 1800 Unterschriften für den Erhalt des Wasserwerkes der Hasper Talsperre. 2005 heißt es: die Wassergewinnung soll Ende 2006 starten. Nun, immerhin rund zehn Jahre nach Beginn der Diskussion, sieht es so aus, als gäbe es doch noch ein gutes Ende der Geschichte: Ende Juni berichtete die „Westfälische Rundschau“, dass der neue Hochbehälter an der Talsperre in Betrieb genommen wurde. Nun sollen die Hagener ab 2013 wieder mit sauberem Hasper Wasser versorgt werden können. Die Hasper





Die legendäre Linie 11. Im November erscheint im Ardenku-Verlag das Buch „Bitte umsteigen – mit der Linie 11 ins Grüne“ vom Verein Bergische Museumsbahnen. Über den Viadukt führt heute ein Wanderweg.  
Foto: Archiv der Hagener Straßenbahn

Bürger haben lange dafür gekämpft – hoffen wir, dass der Zeitplan diesmal wirklich eingehalten wird!

Die Geschichte der Hasper Talsperre ist natürlich auch die Geschichte der inzwischen „sagenhaften“ Straßenbahnlinie Nr. 11. Die Anbindung der Industrieunternehmen im Hasperbach erforderte die Einrichtung einer Schmalspurtrasse, und Anfang des 20. Jahrhunderts befuhr eine Dampfeisenbahn erstmals die Strecke Haspe – Voerde, im Jahr 1907 wurde die Verbindung bis Breckerfeld weitergeführt. Allerdings gab man den Personentransport bereits 1921 auf, weil er einfach nicht rentabel war; der Güterverkehr lief noch bis in die 1920er Jahre.

*Ein Ausflug zur Talsperre lohnt sich immer!*

Um die Ortschaften im Hagener Umkreis an die Stadt anzubinden, nahm die Hagener Straßenbahn ab 1927 den Personenverkehr wieder auf und immerhin: bis 1963 fuhr die Straßenbahn mehrmals täglich über Voerde nach Breckerfeld. Nun, bis nach Breckerfeld fährt die Linie 511 (so heißt sie heute) zwar nicht mehr, aber „unsere“ Talsperre ist immer noch gut zu erreichen, ein Ausflug dorthin lohnt sich wirklich. Wir Hasper können ab Schützenhof auf dem alten Straßenbahnweg und dann über das Straßenbahn-Viadukt zu Fuß zum Ziel gelangen. Wer nicht mehr ganz so gut zu Fuß ist, nimmt den Bus (511!!) bis zum Beginn des Talsperrenwegs (Haltestelle „Beuke“). Von hier

läuft man etwa 30 Minuten bis zum Waldrestaurant Plessen, direkt am alten Straßenbahn-Viadukt. Ich kenne die Gaststätte noch aus meiner Kindheit, hier gab es Kaffee und Kuchen für die „Großen“ und Sinalco und Kuchen für's Kind. Danach ging es einmal um die Sperre und dann mit der Bahn zurück nach Haspe. Für die Wanderer hat die Gegend um die sehr idyllisch gelegene Talsperre auch allerhand zu bieten. Es gibt einen etwa 5 km langen Rundweg, mit sehr schönen Ausblicken auf die Höhen ringsum und natürlich auf den malerischen Stausee. Von hier aus zweigen auch etliche Wanderwege ab, zum Beispiel nach Zurstraße über den kleinen Flugplatz Wahn oder ganz locker nach Voerde, wo man hervorragend zu Abend essen kann.

### Die Lachsaufzuchtstation

Im Jahr 2001 gründete sich der Verein „Der Atlantische Lachs e.V.“, der sich europaweit für die Erhaltung und Wiederansiedelung der Lachse engagiert. Seitdem befindet sich an der Hasper Talsperre eine Lachsaufzuchtstation mit dem Ziel, diese Fischart in unseren Flüssen wieder heimisch zu machen. Der Lachsbestand in Fließgewässern ist in den letzten Jahren sehr zurück gegangen. Das liegt teils an der Verschmutzung durch die Industrieabwässer, teils an Umweltkatastrophen, an der Verbauung der Lachswanderwege zu den Laichgewässern und der Zerstörung natürlicher Lebensräume. Inzwischen bieten die Gewässer wieder bessere Lebensbedingungen. Europaweit vernetzte Lachsaufzuchtstationen arbeiten daran, durch jährlich neu ausgesetzte Junglachse den Bestand zu sichern. Nach Befruchtung und Brutzeit werden die jungen Lachse gehegt und gepflegt bis sie die für das Aussetzen erforderliche Größe haben. Dann werden sie gekennzeichnet und in der Ruhr oder anderen Nebenflüssen des Rheins ausgesetzt. Sie wandern durch Rhein und Nordsee zum Teil sogar bis nach Grönland. An den Ort ihrer Aussetzung zurückgekehrt, bleibt ein Teil in Freiheit, ein Teil wird zurück zur Aufzuchtstation an der Hasper Talsperre gebracht. Hier beginnt nun der Kreislauf von Befruchtung, Aufzucht und Aussetzung aufs Neue. ■



Ruth Sauerwein

## Wo sollen „arme Alte“ wohnen?

**Altersarmut braucht Antworten auf dem Wohnungsmarkt /**

**Interview mit Regina Korn, stellvertretende Ressortleiterin des Ressorts Wohnen**

In Hagen werden zunehmend seniorengerechte Wohnungen gebaut. Ist der Wohnungsmarkt also auf den demografischen Wandel vorbereitet? Für eine wachsende Zahl alter Menschen offenkundig nicht, wie eine Untersuchung des Pestel-Instituts Anfang des Jahres aufzeigte. Danach braucht Hagen bis 2030 etwa 3.000 altersgerechte Wohnungen für Menschen mit niedriger Rente. JAH fragte im Wohnungsamt nach, ob und wie die Stadt auf diese Herausforderung reagieren kann. Ruth Sauerwein sprach mit Regina Korn.

JAH: Welche Möglichkeit hat die Stadt, auf den Bau entsprechender Wohnungen hinzuwirken?

Regina Korn: Die Stadt unterstützt die Bemühungen der Investoren, altengerechten und barrierefreien Wohnraum zu schaffen. Sie berät die Investoren entsprechend. Darüber hinaus nimmt die Stadt Hagen zahlreiche Gelegenheiten wahr, über die vorhandenen Möglichkeiten zu informieren – zum Beispiel auf Veranstaltungen wie die von Hofnagel und Bade, der Sparkasse, Ausstellungen in der Volmegalerie. Es gibt eine Broschüre, die die vorhandenen Möglichkeiten über senioren- und behindertengerechtes Wohnen aufzeigt. JAH: Hat die Stadt auch Wohnungsbauvereine und Gesellschaften auf dieses Problem angesprochen?

Regina Korn: Die Wohnungsgesellschaften werden regelmäßig zu unseren Veranstaltungen eingeladen, zum Beispiel zum Arbeitskreis Wohnen und Leben auf Emst. Die Wohnungsgesellschaften sind nicht in dem gewünschten Maße aufgeschlossen für das Thema. Wir informieren über die Möglichkeiten der Neubauförderung, aber auch über Bestandsinvest. Diese Fördermittel werden nicht immer im entsprechenden Umfang abgenommen, auch seitens der hagewe nicht.

JAH: Das Wohngeld ist eine Möglichkeit, Menschen mit niedrigen Renten zu unterstützen. Wie viele WohngeldempfängerInnen gibt es in Hagen und wie hoch fällt die Unterstützung aus?

Regina Korn: Zum 31.12.2011 gab es in Hagen etwa 2.500 Haushalte, die Wohngeld bezogen haben. Davon waren etwa 750 Haushalte mit Rentenabkommen. Diese Zahl sinkt allerdings stetig, da die Einkommensgrenzen beim Wohngeld

sehr niedrig sind (889 Euro brutto/800 Euro netto für einen Einpersonenhaushalt; 1.222 Euro brutto/1.100 Euro netto bei einem Zweipersonenhaushalt). Jede noch so geringe Rentenanpassung wirkt sich wohngeldmindernd aus.

Das durchschnittliche Wohngeld lag 2011 bei 70 Euro. Bei Einpersonenhaushalten liegt die Spanne zwischen 10 Euro bis 285 Euro. Die zu berücksichtigende Miete (inklusive Betriebskosten, ohne Heizkosten) für einen Einpersonenhaushalt wird in Höhe von 330 Euro in Ansatz gebracht.

JAH: Können Wohngemeinschaften oder Quartierskonzepte einen Ausweg bringen?

Regina Korn: Wohngemeinschaften sind als Idee gut. Theoretisch können sich viele dafür begeistern. In der Praxis findet man sie in Hagen aber kaum vor. Die jetzt alte Generation ist dafür – noch – nicht aufgeschlossen. In Sachen Quartierskonzepte: Die Stadt Hagen hat verschiedene Quartiere im Fokus. Die Aufgeschlossenheit der älteren Bürgerinnen und Bürger für Hilfestellung durch die Stadt ist jedoch nicht immer groß. So wird die Idee einer Wohnungstauschbörse bisher nicht sehr begeistert angenommen.



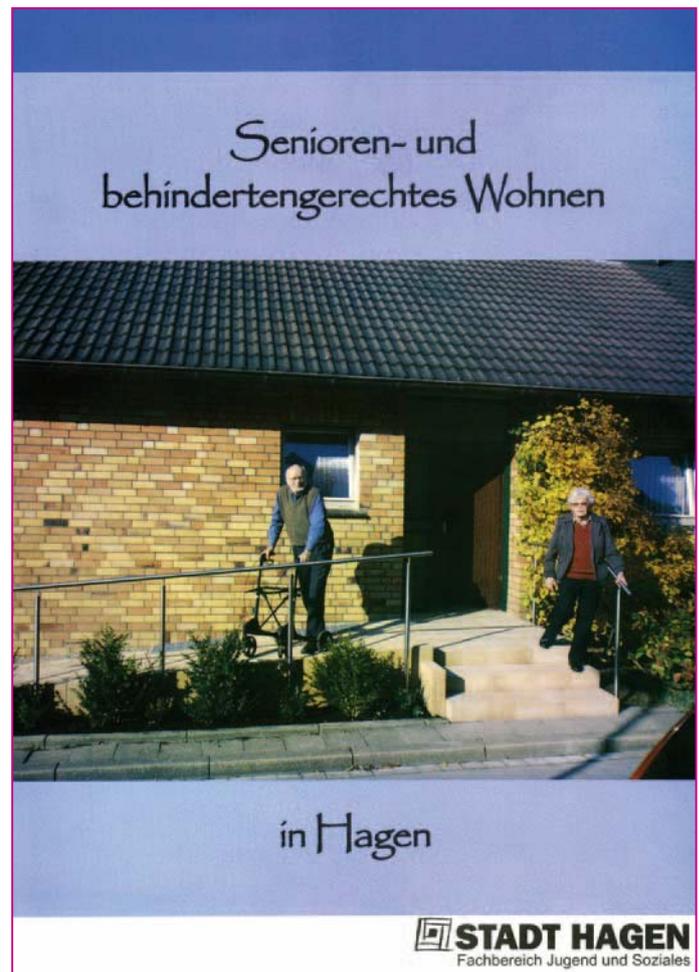
Regina Korn an ihrem Arbeitsplatz.

## Neue Broschüre hilft bei Wohnungssuche

Betreutes Wohnen, Servicewohnen, seniorengerecht, barrierefrei – die Vielfalt der Begriffe ist verwirrend für diejenigen, die im Alter eine bequeme, praktische Bleibe suchen. Die Broschüre „Senioren- und behindertengerechtes Wohnen“ der Wohn- und Pflegeberatung der Stadt Hagen soll hier eine Orientierungs- und Entscheidungshilfe liefern. Es wird erklärt, was sich hinter den verschiedenen Begriffen verbirgt. Und bei der Vorstellung der zur Zeit bestehenden Wohnanlagen wird genau aufgelistet, mit welchem Angebot Interessierte rechnen können, was im Mietpreis enthalten ist und wofür zusätzlich gezahlt werden muss. Die Broschüre gibt es im Sozialen Rathaus am Berliner Platz, in Bürgerämtern und Begegnungsstätten. Außerdem ist sie im Internet zu finden.

### Informationsveranstaltung am 4. Oktober

Das Seniorenbüro plant für den 4. Oktober eine Informationsveranstaltung zum Thema „Wohnen im Alter“. Sie findet statt in der ersten Etage des Rathauses II (Soziales Rathaus), Berliner Platz 22 in der Zeit von 15 Uhr bis 17 Uhr. Themen sind unter anderem die neue Broschüre, Umbau einer bestehenden Wohnung, Umzug in eine seniorengerechte Wohnung, finanzielle Förderungen. Außerdem wird eine Ausstellungsküche mit einigen vorhandenen Hilfsmitteln vorgestellt.



**DR. AXEL KRACKE**  
MOBILE ZAHNMEDIZIN



- **Kostenloses Patiententaxi**
- **Seniorenheim- & Hausbesuche**

Unser Service für Gehbehinderten und Senioren

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



Cunostraße 46a  
58093 Hagen-Emst  
[www.patientenmobil-hagen.de](http://www.patientenmobil-hagen.de)

**Krankenfahrten** 

0 23 30 / 28 38

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

**Funk-Taxi** 

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

- ▀ Rollstuhlfahrten
- ▀ Clubfahrten bis 17 Personen
- ▀ Flughafentransfer

Für alle Krankenkassen zugelassen

[www.vor-der-brueck.de](http://www.vor-der-brueck.de)  
seit über **40** Jahren

## Hilfestellung auf dem Weg in den „Ruhestand“

Rainer Brkowski ist Seniorencoach. Der Abiturientin Viviane Tomm erzählte er, was das heißt

Rainer Brkowski strahlt eine Ruhe und Gelassenheit aus, die Alltags-sorgen und Probleme vergessen lässt. Wenn er redet, hört man gerne zu und möchte gern mehr erfahren. Der 56-jährige Diplomingenieur arbeitet in einem großen Stahlkonzern als Elektrotechniker. Nebenbei war er auch noch 30 Jahre bei der Evangelischen Jugendbildungsarbeit (JBA) tätig. Durch diese Tätigkeit kann er sich gut in junge und alte Menschen hineinversetzen.

Was macht ein Seniorencoach? Wie läuft diese Ausbildung ab? Kann jeder Mensch diesen Beruf anstreben?

Seine Motivation erlangte er unter anderem durch seine Berufstätigkeit an seinem Arbeitsplatz, als er mitbekam, wie verunsichert Menschen vor ihrem Renteneintritt durch Altersteilzeit, Sozialpläne usw. sind. Daher kam ihm die Idee, dass jemand diesen Menschen helfen müsse.

Ein Seniorencoach versucht, gemeinsam mit RentnerInnen und Menschen, die kurz vor ihrem Renteneintritt stehen, ihr Leben nach der Arbeit neu zu gestalten. Der Seniorencoach sucht mit seinem Klienten Möglichkeiten, die dieser auch noch nach seinem Arbeitsleben hat. Wie will er seinen Ruhestand gestalten? Was haben ihm oder ihr die letzten Jahre gebracht? Ergeben sich daraus neue Perspektiven? Gemeinsam klären sie Fragen wie: Habe ich alles erreicht, was ich mir vorgenommen habe? Was möchte ich noch alles machen, was gibt es an unerledigten oder ungeklärten Dingen in meinem Leben? Die Klienten sollen

einen neuen Blick auf ihr Leben und das Erreichte gewinnen. Zudem sollen sie sich vor Augen führen, was sie noch an Neuem schöpfen können.

### *Das Bild des Wanderers als Gesprächseinstieg*

Im ersten Gespräch werden Formalien besprochen: Wie viele Gespräche sollen mindestens stattfinden? Welche Themen sollen angesprochen und nicht angesprochen werden? Wie viel kostet eine Stunde? Beim ersten Treffen versucht der Seniorencoach mit seinem Klienten über verschiedene Methoden ins Gespräch zu kommen: zum Beispiel über Bewegung oder Malen. Rainer Brkowski erklärte es mir an folgendem Bild: Ein Wanderer steht auf einem Berg. Nun wird überlegt, was der Wanderer alles in seinem Rucksack hat, wie es ihm geht, welchen Weg er zurückgelegt hat und welchen er noch gehen möchte. Der Senior kann nun Sachen beschriften, ausmalen oder ausfüllen. Über eine anschließende Betrachtung des Bildes kommen Seniorencoach und Klient miteinander ins Gespräch. Sie können besprechen, welche Entscheidungen mit welchen Wegen in Verbindung standen und stehen. Das Bild des Wanderers lässt sich auch ganz praktisch umsetzen, wenn der Senior gerne wandert. Gelangt man nun an eine Wegkreuzung denkt man darüber nach, welchen Weg man nehmen möchte und mit welchen Folgen zu rechnen ist. Nimmt man die Abkürzung oder doch lieber den längeren Weg, bei dem man aber mehr von der Natur sieht? Springt man über ein Hindernis oder geht man lieber langsam dran vorbei?

### *Lebenserfahrung ist wichtige Grundlage*

Die Ausbildung des Seniorencoachs ist mit einem Betrag von 2.500 bis 3.000 € relativ teuer. Rainer Brkowski absolvierte seine Ausbildung in Bethel. Sie dauerte anderthalb Jahre und fand in fünf Blöcken von drei bis vier Tagen, praktischen Einheiten sowie Lehrcoaching zu den Standards der Deutschen Gesellschaft für Coaching (DGfC) statt. Die Teilnehmer waren zwischen 40 und 70 Jahren alt, drei von ihnen waren sogar bereits in Rente. Nach Abschluss seiner Ausbildung gab es in ganz Deutschland zehn Seniorencoachs.

Rainer Brkowski fügt hinzu: „Eigentlich kann jeder die Ausbildung absolvieren. Aber ich denke, dass man ein gewisses Mindestalter erreicht und auch Berufs- und Lebenserfahrung haben sollte.“ Aus zeitlichen Gründen kann Rainer Brkowski momentan seine Tätigkeiten als Seniorencoach nicht vollkommen ausschöpfen. Er hofft, dass dies aber bald mehr möglich sein wird.

Für ihn ist es sehr wichtig, dass die Atmosphäre bei den Begegnungen stimmt. Die Treffen können als Einzel- oder Gruppenmaßnahmen getroffen werden. Da seine Frau Physiotherapeutin ist, kann diese ihm bei Gesprächen mit Bewegungen sehr gut helfen, da sie das Ganze auch noch einmal auf einer anderen Ebene betrachtet. Er findet diese Ergänzungen sehr wichtig und ist daher glücklich, seine Frau auch bei dieser Aufgabe an seiner Seite zu haben. Sein Leitfaden für die Aufgabe als Seniorencoach? „Ich sollte wissen, welchen Weg ich gegangen bin und gehe, um zu wissen, wo ich ankomme.“

*Rainer Brkowski und Viviane Tomm beim Interview. Viviane hat in diesem Jahr ihr Abitur gemacht. Sie engagiert sich als Seniorenhelferin und Sprachscout. Und dann hat sie uns gebeten, einen Artikel für die Seniorenzeitung zu schreiben. Das Gespräch mit Rainer Brkowski hat sie beeindruckt. Vor allem, weil er auch auf ihre Situation als Abiturientin eingegangen ist. Am Rande des Interviews sprachen sie darüber, welches Resümee nach zehn Jahren Schule gezogen werden kann und was Berufswahl bedeutet.*



# Keine Angst vor Anträgen und Formularen

## Ehrenamtliche Hilfe für Seniorinnen und Senioren bei Behördenangelegenheiten

Das Formular für den Wohngeldantrag ausfüllen. Den Antrag auf Freistellung von Zuzahlungen bei der Krankenkasse einreichen. Da ist vom Finanzamt was gekommen – ich soll Steuern zahlen... Viele Seniorinnen und Senioren fühlen sich beim Ausfüllen von Anträgen oder beim Verständnis amtlicher Schreiben überfordert. Besonders, wenn keine jüngeren Angehörigen oder Nachbarn zur Stelle sind, um zu helfen. Jetzt hat sich in Hagen eine neue Gruppe von Ehrenamtlichen auf den Weg gemacht, um hier zu unterstützen.



*Elke Becker, Claudia Knoepfel, Waldemar Richter und Ulrike Voigt engagieren sich ehrenamtlich. Sie helfen beim Ausfüllen von Anträgen und begleiten auch auf Wegen zu Behörden. Rechts im Bild Regina Hocke von der Wohn- und Pflegeberatung.*

„Wir sind vier Mitarbeiter aus der Freien Evangelischen und der Evangelisch-Freikirchlichen Gemeinde Hagen und ehrenamtlich für Menschen in Hagen tätig. Dies geschieht überwiegend in Zusammenarbeit mit den Mitarbeiterinnen der Pflege- und Wohnberatung der Stadt. Der Fachbereich Jugend und Soziales hat unsere Initiative, uns für die älteren Mitbürger einzusetzen, gern aufgenommen. Dies soll unser Beitrag zum gesellschaftlichen Engagement über unsere Gemeindegemeinschaft hinaus sein.“

Bei unseren Besuchen geht es darum, mit den Senioren, Pflegebedürftigen, Blinden oder anderweitig Hilfebedürftigen, die kein familiäres oder sonstiges soziales Umfeld haben, bei den unterschiedlichsten Antragstellungen behilflich zu sein. Dazu gehört: Anträge auszufüllen und gegebenenfalls fehlende Unterlagen und Nachweise zu suchen bzw. zusammenzustellen. Dafür ist manchmal auch ein gemeinsamer Gang zu Banken, Ärzten oder Ämtern nötig. Hin und wieder wird auch die Begleitung zum zuständigen Sachbearbeiter gewünscht.“

Wie läuft der Einsatz ab? „Wir erhalten unseren Auftrag von den Mitarbeiterinnen der Pflege- und Wohnberatung. Daraufhin melden wir uns bei den betroffenen Personen telefonisch und vereinbaren einen Termin.“

Für die engagierte Gruppe ist das gute Miteinander zu den Verantwortlichen der Stadt eine ermutigende Erfahrung. „Die Zahl älterer Menschen in Hagen wächst. Da finden wir

es erfreulich, in einer Stadt zu leben, die sozial engagiert ist.“ Ihr Engagement erwächst aus ihrer christlichen Grundüberzeugung. Ihr Wahlspruch ist die Bibelstelle: Suchet der Stadt Bestes! (Jeremia 29 Vers 7)

### Anmerkung des Seniorenbüros und der Pflege- und Wohnberatung:

Wir sind sehr dankbar für die Hilfe unserer ehrenamtlichen Mitarbeiter. Sie entlasten die Kolleginnen aus der Pflege- und Wohnberatung, sind schnell und zuverlässig. Es ist nicht alltäglich, dass Menschen bei der Verwaltung vorstellig werden, um sich ehrenamtlich zu engagieren. Umso mehr freut es uns, dass es zu einer so gut funktionierenden Zusammenarbeit gekommen ist. Wer sich engagieren möchte, rennt bei uns im wahrsten Sinne des Wortes offene Türen ein.

### Hintergrund zur angegebenen Bibelstelle:

Jeremia war ein Prophet des Alten Testaments. Er schrieb an Menschen, die aus ihrem Land in ein anderes verschleppt worden waren, einen Brief. Die Verschleppten konnten einfach nicht glauben, dass sie fern ihrer Heimat in dieser fremden Stadt glücklich werden könnten. Nun jedoch hören sie Gott sagen: Kümmert Euch doch um den Ort, in dem ihr wohnt. Suchet der Stadt Bestes.

# Das Seniorenbüro hat ein neues Gesicht



## Das Seniorenbüro erreichen Sie wie folgt:

Soziales Rathaus  
 1. Etage, Zimmer A.117  
 Berliner Platz 22  
 58089 Hagen  
 Tel.: 02331/207-2886  
 Fax: 02331/207-2080  
 E-Mail: [martina.tharau@stadt-hagen.de](mailto:martina.tharau@stadt-hagen.de)

Am günstigsten erreichen Sie mich telefonisch montags bis donnerstags von 8:30 – 9:30 Uhr.  
 Nach Absprache können wir dann auch einen Termin für ein persönliches Gespräch vereinbaren.

Mein Name ist Martina Tharau. Ich bin 46 Jahre alt, verheiratet und unser Sohn ist mittlerweile 20 Jahre alt.

Ich bin eine sogenannte Wiedereinsteigerin, da ich mich in den letzten 15 Jahren um meine Familie gekümmert habe. Insbesondere meine Eltern benötigten in den letzten Jahren intensive Fürsorge und Betreuung, wofür ich mir auch gerne die nötige Zeit genommen habe.

Aufgrund dieser Erfahrungen ist es mir eine besondere Freude, hier im Seniorenbüro wieder in die Verwaltungsarbeit einsteigen zu dürfen.

## Mein Tätigkeitsfeld im Seniorenbüro umfasst unter anderem:

- Beratung von älteren Menschen und deren Angehörigen über Angebote im Bildungs-, Kultur- und Freizeitbereich
- Erstellung des Veranstaltungskalenders für die ehrenamtliche Zeitung „Junges altes Hagen“
- Aktualisierung des Seniorenwegweisers
- Zusammenarbeit mit den Begegnungsstätten
- Kooperation und Vernetzung mit den Trägern der offenen Altenarbeit, VHS, Stadtbücherei, Freiwilligenzentrale
- Planung und Durchführung von Veranstaltungen und Projekten für Senioren

**Notare · Rechtsanwälte · Fachanwälte**

**Frank Schachtsiek**  
 Rechtsanwalt  
 Fachanwalt f. Arbeitsrecht  
 Fachanwalt f. Verwaltungsrecht

**Christian Baltin**  
 Notar · Rechtsanwalt  
 Fachanwalt f. Familienrecht  
 Fachanwalt f. Erbrecht

**Wolf Hohenstern**  
 Notar · Rechtsanwalt  
 Fachanwalt f. Familienrecht  
 Fachanwalt f. Steuerrecht

**Ralf Künne**  
 Rechtsanwalt  
 Fachanwalt f. Arbeitsrecht  
 Fachanwalt f. Miet- und Wohnungseigentumsrecht

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

- ▶ Vorsorgevollmacht und Patientenverfügung
- ▶ Ergänzende erbrechtliche Gestaltungsmöglichkeiten
- ▶ Durchsetzung des „Patientenwillens“
- ▶ Schutzmaßnahmen für den Fall der Geschäfts- und Handlungsunfähigkeit
- ▶ Testament, Nachfolgeregelung, Erbrecht

Elberfelder Str. 1 · 58095 Hagen · Tel.: (0 23 31) 37 50 50 · Fax: (0 23 31) 37 50 555  
 Bürozeiten: Mo. - Fr.: 8 - 13 · Mo. - Do.: 14 - 18 Uhr · Besprechungstermine nach Vereinbarung  
[info@sbhk-hagen.de](mailto:info@sbhk-hagen.de) · [www.sbhk-hagen.de](http://www.sbhk-hagen.de)

**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](http://www.loesse-bestattungen.de) ■ [info@loesse-bestattungen.de](mailto:info@loesse-bestattungen.de)

# Leih-Oma – was ist das denn???

## Eine Freundschaft zwischen Jung und Alt, die allen viel gibt

Hannah, Thea und Elfriede kennen sich schon seit vier Jahren. Hannah ist zehn Jahre, Thea sechs Jahre alt – und Elfriede ist im besten Oma-Alter. Aber wieso kennen sie sich dann erst vier Jahre? Ganz einfach: Elfriede Schukies ist nicht die „richtige“ Oma der beiden Mädchen, sondern „nur“ eine Nachbarin, die aber mittlerweile die beste Freundin der beiden ist.

Angefangen hat alles bei der Gartenarbeit. Da hat Hannah sich die Elfriede „ausgesucht“, um mit ihr zu reden, so von Zaun zu Zaun. Und Elfriede ist sofort auf diesen Kontakt eingegangen. Mit der Zeit entstand bei beiden eine Bereitschaft, behutsam und vorsichtig die Zaunseiten zu wechseln, wobei dann Hannahs Schwester Thea gern mit dabei war.

Zu Beginn traf man sich zufällig bei Begegnungen im Garten, auf der Straße, aber bald schon wurde ein Wochentag zum „festen Tag“, an dem die drei etwas zusammen unternahmen.

Elfriede Schukies hat von Anfang an die Eltern der beiden mit in diese neue Situation einbezogen. Dadurch ist erst gar nicht ein eventueller Konkurrenz-Kampf entstanden, sondern ein Miteinander und Vertrauen. Die Eltern der Mädchen wissen die beiden gut aufgehoben. Aus den anfänglich wenigen Gesprächen oder auch mal einem Spiel auf der Terrasse hat sich ein ganzer Katalog von Aktivitäten entwickelt: Beide Seiten haben ihre Ideen eingebracht.

### *Häkeln und Ostereier färben – Alles macht Spaß!!!*

Ostern werden selbstverständlich Eier mit Naturfarben gefärbt, ein Osternest wird bereitet, Weihnachten gibt es das Pfefferkuchenhaus, welches mit Hingabe von Hannah und Thea verziert wird. Karneval wird in der großen Kiste bei Elfriede gestöbert, um sich zu verkleiden. An dunklen Herbstnachmittagen sitzt man am Tisch und macht Spiele. Und wie ist das mit dem Fernsehen? Die drei haben beschlossen: Weil sie so beschäftigt sind, haben sie nachmittags gar keine Zeit, um vor der Kiste zu hocken. Eine prima Idee! Im Moment ist Häkeln angesagt mit Elfriede (so wird sie von den beiden genannt), eine Technik, die junge Eltern meist nur noch aus Erzählungen kennen; aber die drei haben sich vorgenommen Topflappen fertig zu häkeln, vielleicht bis Muttertag.....?! Wenn Elfriede und ihr Mann aus dem Urlaub zurückkommen, hängt immer ein Wiesenblumen-Sträußchen an der Haustür, und auf dem Esszimmertisch liegt ein bemalter Zettel: „Herzlich Willkommen zu Hause“.

Elfriede Schukies hat mir erzählt, dass diese Aufgabe, in die sie gern reingeschlüpft ist, eine Bereicherung für sie ist. Es ist nicht nur so, dass Bedarf auf seiten der jungen Familien

besteht, sondern auch bei unserer „Rentnergeneration“. Eltern und Kinder wohnen nicht mehr nah beieinander. Die jungen Familien haben oftmals den Wunsch, dass die Omas (oder auch Opas!!) vielleicht mal eben einspringen könnten bei Krankheit, längerer Arbeitszeit oder ähnlichem. Im Alter kann es für uns „über 60ern“ Glück sein, noch einmal etwas Neues zu beginnen, sich auf die junge Generation einzulassen, die Sprache der Jugend verstehen zu lernen, damit ein Geben und Nehmen entstehen kann.

Elfriede Schukies:

„Ich kann mir gar nicht mehr vorstellen, wie mein Leben ohne die beiden Mädchen aussehen würde, sicherlich um einiges ärmer. Es ist einfach schön zu sehen, wie die zwei von Jahr zu Jahr neue Dinge dazulernen, wie sie ihr Leben in Richtung Erwachsenwerden vorantreiben – und das Allerschönste ist, ich darf sie auf diesem Weg ein Stück begleiten! Ich glaube, wir haben uns gegenseitig ausgesucht, haben gemerkt, dass wir gerne zusammen sind und haben diese Gelegenheit genutzt.“

Und eigentlich ist dies nicht nur eine Herausforderung und tolle Aufgabe für Omas. Es wäre sicherlich eine Bereicherung, wenn es auch Leih-Opas geben würde!

Christa Heine



## Das „Haus für Kinder“ feierte 5. Geburtstag

Am 15. Mai feierten Kinder und Erwachsene im Friedrich-David-Park den fünften Geburtstag des „Hauses für Kinder“. Das schöne blau-weiße Haus ist inzwischen Heimat und Anlaufstelle für Kinder ebenso wie für Seniorinnen und Senioren geworden. Mittagstisch, Klamottenkiste, Disko für behinderte Jugendliche, Willkommensbesuche bei jungen Eltern, Organisation von Hausaufgabenhilfe und vieles mehr geht von hier aus mit viel ehrenamtlichem Engagement.

Offizielle Redner und muntere Kindergartenkinder dankten für den Einsatz. Aus unserem Redaktionsteam trug Lothar Kasper als Märchenerzähler zum Fest bei. Leider wechselte sich an diesem Tag Sonnenschein immer wieder mit Regen und Hagel und einigen Donnerschlägen ab – wie das im Leben so ist. Als Trost blieb: Auf Regen folgt immer wieder Sonnenschein.



*Stimmungsvoll trug Lothar Kasper einer aufmerksamen Kinderschar seine Märchen vor.*

Das neue Helmut-Turck-Zentrum

**AWO** Helmut-Turck-Seniorenzentrum

AWO Ehrenamtlich Engagiert – Mitglieder Eintr

Johann-Friedrich-Oberlin-Str. 15 | 58099 Hagen  
 Tel.: (02331) 264-0 | [sz-ha-hello@awo-wz.de](mailto:sz-ha-hello@awo-wz.de) | [www.awo-ha-nk.de](http://www.awo-ha-nk.de)

**Wir brauchen mehr denn je ältere Menschen als aktiven Teil unserer Gemeinschaft. Ihre Lebenserfahrung, ihr Engagement, ihre Kompetenzen zu nutzen, darin liegen die Chancen einer älter werdenden Gesellschaft.**

Ich freue mich auf die Gespräche mit Ihnen!

**René Röspel** **MdB**

Wahlkreisbüro  
 Elberfelder Straße 57  
 ☎ 91 94 58  
[www.roespel.de](http://www.roespel.de)

**SPD**  
 BUNDESTAGS  
 FRAKTION

## Ehrenamtliche begleiten Sterbende auf ihrem letzten Weg / Von Brigitta Willer

### „Wirst du da sein?“

...diese bange Frage drückt die große Sorge aus, am Ende des Lebensweges ganz allein den letzten Schritt tun zu müssen, die letzten Tage oder Wochen ohne Aussprache, Trost und Hilfe zu sein, ohne jemanden, der die Hand hält und der in der Zeit des Abschieds da ist. Es werden immer mehr Menschen, die der Gedanke an ein einsames Ende bedrückt. Statistiken besagen, dass etwa 80 Prozent aller Menschen ihr Leben nicht im heimischen Kreis ihrer Familie beschließen, sondern in den unterschiedlichsten Einrichtungen – für den Hospizdienst DA-SEIN des Diakonischen Werks Ennepe-Ruhr/Hagen mit ein Grund dafür, dass er sein Angebot für die Begleitung Schwerstkranker und Sterbender nicht nur auf Menschen in ihrer privaten Häuslichkeit beschränkt, sondern sie verstärkt auch für Alten- und Pflegeheime ausbauen möchte.

### *Sterbebegleitung braucht viele Sprachen*

Antje Lauxmann, Koordinatorin des Projekts und Pfarrerin, nennt einen weiteren Aspekt, der zunehmend an Bedeutung gewinnt: „Hier mit uns leben immer mehr Menschen mit ‚internationalem‘ Hintergrund. Sie sind zwar der deutschen Sprache einigermaßen mächtig, fallen aber in ihrer letzten Lebensphase gerne wieder in ihre Ursprungssprache zurück. Gerade für diese Menschen wäre es wichtig und wunderbar, wenn sie sich mit ihrer Begleitperson in vertrauter heimischer Sprache verständigen könnten, sei es Russisch, Türkisch oder anderen Muttersprachen. Ehrenamtler aus diesen Sprachbereichen sind uns hochwillkommen, denn auch hier gilt: **„Priorität haben bei uns die individuellen Bedürfnisse des Menschen.“**

Das Anliegen des Hospizdienstes ist es, den Pflegepersonen das Gefühl zu



*Gudrun Dahlhoff (3. von links) ist eine Freiwillige der ersten Stunde. Links von ihr Marita Schultz und Pastorin Antje Lauxmann. Rechts eine Interessentin aus dem osteuropäischen Raum. Foto: Brigitta Willer*

vermitteln: Da ist jemand, der Zeit für sie hat, der ihnen ungeteilte Aufmerksamkeit schenkt und ihnen Mut macht, im Rahmen ihrer Möglichkeiten aktiv zu sein, noch Dinge zu tun, die ihnen wichtig sind oder die sie immer geliebt haben.

So erinnert sich Gudrun Dahlhoff, seit der ersten Stunde dabei, an einen Patienten, dem nur noch eine kurze Lebensphase prognostiziert wurde. Dadurch, dass sich jemand um ihn kümmerte, er wieder wahrgenommen wurde, erholte er sich so weit, dass er wieder anfang, Pläne zu schmieden. Er hatte sich fest vorgenommen, den Sommer noch zu erleben, wo er mit seiner Pflegeperson in einem offenen Cabrio eine kleine Spritztour machen wollte. Als nach vielen Widrigkeiten, witterungs- oder krankheitsbedingt, endlich diese Aktion stattfinden konnte, war die Freude übergroß und er ist friedlich und zufrieden kurz darauf gestorben. Durch die regelmäßige Begleitung der Pflegeperson werden auch Freiräume geschaffen für die Angehörigen – einfach zum Durchschnaufen.

Um diese Ziele zu erreichen, braucht es mehr Freiwillige, die diese Auf-

gaben übernehmen, Ehrenamtliche. **„Es sollten Menschen sein mit einer stabilen Psyche, kontaktfähig, und sensibel genug, die Bedürfnisse der Sterbenden zu erkennen und auf sie einzugehen und die fähig sind, auch mal von der Kopfebene auf die Gefühlsebene umzuschalten“**, so Marita Schulz, eine der Koordinatorinnen des Hospizdienstes.

„Erfahrungsgemäß entwickeln und verstärken sich diese Fähigkeiten oft im Tun, im Umgang mit dem Menschen selbst.“

Das kann Gudrun Dahlhoff nur bestätigen. Sie kennt die Ängste der Menschen, die zwar helfen möchten, sich aber die Nähe zum Sterbenden nicht zutrauen. Gudrun Dahlhoff kann diesen potenziellen Freiwilligen nur zurufen: „Traut Euch! Ihr werdet staunen, über welche Fähigkeiten Ihr verfügt.“ Antje Lauxmann betont: **„Wir sind für alle Menschen da, gleich welcher Glaubensrichtung, und zwar kostenlos. Interne Kooperationen mit den umliegenden Städten Wetter, Herdecke, Breckerfeld und anderen werden angestrebt, sind zum Teil schon realisiert.“**

## Jungbrunnen Seniorensport



Sportgruppe beim DRK. Die Übungsleiterinnen sind gut ausgebildet.  
Photo: Gerd Lorenzen

Unser Teammitglied Edith Brechtefeld ist 87 Jahre alt. Sport hält sie fit. Hier ihr Bericht:

An jedem Wochentag bietet das Deutsche Rote Kreuz (DRK) Gymnastikkurse an, vormittags und nachmittags. Die Übungen dauern jeweils eine Stunde. Seniorinnen und Senioren nehmen das Angebot gerne an, denn es ist wichtig, auch im hohen Alter noch fit und beweglich zu sein. Ich bin schon über 20 Jahre in einer Gruppe, bis zum Jahr 2007 gemeinsam mit meinem Mann.

Die ÜbungsleiterInnen sind gut ausgebildet. Alle drei Jahre besuchen sie einen Fortbildungskurs – das ist Pflicht. Ebenso der jährliche Besuch eines Erste-Hilfe-Kurses, der natürlich gleich beim DRK stattfindet. Es stehen auch einige Geräte zur Verfügung: Bälle, Stöcke, Hanteln, das Teraband. Viele Übungen entspringen der Phantasie unserer Übungsleiterin.

Ich freue mich auf jeden Dienstag. Da beginnt um 8.45 Uhr unsere Übungsstunde. Die Bewegung tut Körper und

Seele gut. Und nach der Stunde gibt's zur Stärkung Kaffee und belegte Brötchen.

### *Angebote gibt es genug!*

In Hagen gibt es vielfältige Möglichkeiten für Seniorinnen und Senioren, sich sportlich zu betätigen. Informationen gibt es beim Stadtsportbund Hagen. Dort ist Ursula Werkmüller Seniorenbeauftragte. Einmal im Jahr organisiert sie einen Aktionstag, auf dem man sich informieren und auch manches ausprobieren kann.

Tel. Stadtsportbund: 02331-207 5108

## Gut fürs Gedächtnistraining: Buchstabensalat

Auch wenn der Text etwas ungewöhnlich geschrieben ist, können Sie damit Ihre geistige Leistungsfähigkeit steigern. Ein Tipp von der Gedächtnistrainerin Brigitte Schmittat.

Wol LenSi EnochHM eHrf Ürl hReGe isTigel  
eiStuNgsfäH Igk Eitt unaL Sgeh IrrJog Ging?  
SoAchTenS leauF aUsReiChenDe BeWe gUngU  
nDernÄh RENsl eslchG esUnd. ErFreuEnS ielhr  
REsIn NeDu rChS chÖnEM uslk, SchÖnEB iLder,  
EING UteSB uch. SuC henS ied aSA nRegenD  
eGes pRÄch MitFr eunDen UndBekan Nten.  
AUchel neges UnDePORT ionge fÜHlsmäßige  
An RegU Ngtu Tihn eNgut – LeiCHter Ärgereb  
ensO WieFr Eude.

*Tipp: Himbeeressig selber machen*

## Die Himbeere (*Rubus idaeus*)

### Monarchie zwischen Märchenland und Moderne / Eine interkulturelle Reise

Himbeeren zählen zu den beliebtesten Sommerfrüchten. Sie sind nicht nur lecker, sondern auch sehr gesund. Botanisch gesehen sind sie eine Sammelfrucht und keine Beere. In den Sommermonaten fallen uns zuerst die herrlich weißen Blüten und anschließend die kleinen roten Beeren schon von weitem ins Auge. Die Himbeere ist in ganz Europa weit verbreitet. Sie wächst gerne in halbschattiger bis sonniger Lage auf Waldlichtungen und an Waldrändern.

#### *Aussehen:*

Bei dem bis zu 2 Metern hohen Strauch sind die rutenartigen Stiele mit feinen Stacheln ausgestattet. Ihre hellgrünen, gefiederten, dreizähligen und gesägten Blätter haben im Gegensatz zur Brombeere unterhalb einen leicht silbrigen Glanz.

#### *An Inhaltsstoffen sind insbesondere zu nennen:*

Reich an Vitamin C, B1, B2 und dem Provitamin A sowie Mineralstoffen, zum Beispiel Kalium, Kalzium, Magnesium und Eisen, Zitronensäure.

#### *Im Volksmund:*

Katzenbeere, Mollbeere, Runtzelbeere

#### *Verwendbare Teile der Himbeere:*

Verwendung finden die jungen, noch hellgrünen Blätter, die man am besten

vor der Blüte erntet. Die Früchte sammelt man ab Mai bis hin zum August. In der Küche werden sie gerne zu Himbeeressig, Himbeermark oder zu Marmeladen, Gelees, Saft, Kompott, Himbeergeist oder Likör und Eis verarbeitet. Die „Rote Grütze“ ist ohne Himbeeren eigentlich undenkbar.

#### *Der Geschmack:*

Die Früchte schmecken sehr aromatisch, samtig süß mit leichter Säurenote. Bitte nur vorsichtig waschen, da der Geschmack ansonsten buchstäblich weggespült wird.

Die Blätter haben ebenfalls einen aromatisch süßen Geschmack und sollten für einen erfrischenden Tee rasch getrocknet werden.

#### *Vorratshaltung:*

Am besten schmecken die Beeren frisch. Sie halten sich im Kühlschrank ca. 2 – 3 Tage. Sie eignen sich aber sehr gut zum Einfrieren. Dazu die Früchte vorher einzeln gelegt auf einem Backblech etwas anfrieren, bevor man sie verpackt.

#### *Himbeere und die Gesundheit:*

Sie sollen das Immunsystem unterstützen, den Stoffwechsel anregen und blutbildende Eigenschaften haben. Die Blätter wie auch die Beeren wirken leicht harntreibend und antibakteriell. Sie soll sogar einigen Krebsarten vorbeugen.

#### *Himbeeressig*

##### Zutaten:

1 Flasche  
Himbeeren  
Weinessig

##### *Zubereitung:*

Die Flasche locker mit Himbeeren füllen, den Weinessig übergießen, bis die Beeren bedeckt sind, und alles an einen warmen, sonnigen Ort platzieren. Die ersten 14 Tage die Flasche einmal pro Tag um die eigene Achse drehen, nicht schütteln. Danach lässt man alles so lange ruhen, bis die Himbeeren ihre Farbe verloren haben und der Essig ein schönes Rot angenommen hat (ca. 6 Wochen).

##### *Verwendung:*

Wenn man sich die Preise für guten Himbeeressig ansieht, lohnt es sich auf alle Fälle, ihn selbst herzustellen. Ich verwende ihn in Frucht-, Kartoffel- und Nudelsalaten, aber auch in Salatdressings und Saucen, um auch im Winter einen sommerlichen Geschmack zu erhalten. Sollte Ihre Kräutersauce mal einen leicht bitteren Nachgeschmack haben, kann ein Schuss Himbeeressig oft den Geschmack mildern.

##### *Weitere Rezepte unter:*

[www.krauterlady.de](http://www.krauterlady.de)  
Ihre Kräuterlady  
Manuela S. Mainka



*Tipp: Theater an der Volme*

## Kleine Kapelle, großes Theater

Im September 2011 eröffnete das Künstlerpaar Indra Janorschke und Dario Weberg das Kammerspieltheater auf dem Elbersgelände an der Volme. In der alten Werkskapelle der ehemaligen Hagener Textilfabrik Elbers entstand ihr kleines, gemütliches Kammerspieltheater mit 99 Plätzen, das sie in Eigenregie und ohne öffentliche Mittel führen.

Zuvor waren sie mit ihrem LiteraTour-Theater quer durch die Republik gereist, bis sie mit dem charmanten Backsteingebäude eine geeignete feste Spielstätte fanden. Das Künstlerpaar aus Dortmund, das mittlerweile in Hagen wohnt, musste nicht lange suchen: Der Charme der alten Kapelle und das Nutzungskonzept des ehemaligen Fabrikgeländes überzeugten sie sofort. „Ich finde die Elbershallen toll“, so Indra Janorschke, die die Leitung des Theaters innehat. „Früher kamen die Leute zum Arbeiten her. Heute dient alles hier dazu, ihre Freizeit zu gestalten.

Kultur da anzusiedeln, wo früher Industrie herrschte, finde ich sehr spannend“, beschreibt sie den für das Ruhrgebiet charakteristischen Wandel des Areal. Nicht umsonst tragen die Elbershallen daher heute den treffenden Beinamen „Freizeit- und Kulturfabrik“. Das Programm des kleinen Theaters ist vielfältig. Lorient und Heinz Erhardt sind ebenso im Spielplan vertreten, wie Goethe, Kästner oder Stephen King. Oft, aber nicht immer, stehen Dario Weberg und Indra Janorschke dabei persönlich auf der Bühne. Bei vielen Produktionen werden sie von Schauspielern und Regisseuren aus ganz Deutschland unterstützt. „Uns ist es wichtig, dass man nicht jeden Abend dieselben Gesichter sieht. Wir wollen verschiedenen Künstlern eine Bühne bieten“, erklärt Indra Janorschke. So fanden beispielsweise viele Gastspiele statt, etwa vom Herdecker Theater am Stiftsplatz, der Hagener Theater-Koryphäe Peter Schütze oder dem Düsseldorfer Regisseur, Sänger und Schauspieler Lars Lienen, dessen raben-

schwarze Komödie „Bis dass dein Tod uns scheidet“ ein großer Erfolg war. „Kooperation ist gerade im Kulturbereich sehr wichtig“, betont Intendant Dario Weberg.

Wichtig ist den beiden Theatermachern auch der Kontakt zum Publikum. Sie verstehen ihr Theater an der Volme daher als „kommunikatives Theater“. Nach jeder Vorstellung haben die Zuschauer die Gelegenheit, sich bei einem Glas Sekt oder einer Tasse Kaffee in der Theater-Lounge persönlich mit Indra Janorschke und Dario Weberg auszutauschen.

Besonderer Beliebtheit erfreuen sich die „Theater- und Menü-Abende“, die regelmäßig ausverkauft sind. Auch für private Vorstellungen und Feste steht das Theater an der Volme zur Verfügung.

Weitere Informationen zum Theater an der Volme gibt es im Internet unter: [www.theaterandervolme.de](http://www.theaterandervolme.de).  
Tel.: 02331-695 8845

*Das Theater an der Volme – idyllisch aber leider mit einer etwas steilen Treppe. Gehbehinderte Personen können sich telefonisch am Tage der Veranstaltung beim Theater melden und einen Zeitpunkt vereinbaren, zu dem sie die Möglichkeit haben, das Theater durch den Hintereingang im Parkhaus zu betreten (keine Treppe). Dies ist nur eine Ausnahme für Personen, denen die Treppe große Schwierigkeiten bereitet.*



*Tipp: Wandern*

## Genuss und Entspannung pur

Der Sinn des Reisens ist, an ein Ziel zu kommen, der Sinn des Wanderns, unterwegs zu sein. (Theodor Heuss)

Diese Aussage kann ich nur unterstreichen: es ist einfach ein Vergnügen, unterwegs zu sein, frische Luft zu genießen und die fantastischen Farbtöne der Natur zu bewundern. Wenn man von einem Höhenweg die Blicke schweifen lässt, sich am Spiel von Licht und Schatten am nächsten Berghang oder im Tal

erfreuen kann – das hat schon echten Erholungswert.

Um eine Wanderung zum Genuss und nicht zur Strapaze werden zu lassen, ist allerdings einiges zu beachten. Wir sind eine „altersgemischte“, lockere Wandergruppe, nicht alle sind geübte Wanderer und je nach Kondition der Mitwanderer entscheiden wir über Länge und Anforderung des Weges. Wir wollen schließlich unseren Spaß dabei haben und nicht mit hängender Zunge in Rekordzeit irgendwo ankommen!



*Das Foto entstand vor einigen Wochen an der Glörtalsperre bzw. auf dem Weg dorthin. Die beiden Damen sind übrigens Mutter und Tochter – wie man sieht, kann auch die Jugend für's Wandern gewonnen werden.*

Ganz wichtig ist die Ausrüstung. Ich gehe fast immer mit Wanderstöcken, mein Arthrose-Knie und mein Rücken danken es mir. Unerlässlich ist gutes Schuhwerk, das heißt starke, rutschfeste Sohlen – ideal sind Wanderschuhe, deren Schaft die Knöchel schützen (umknicken mitten im Wald ist fatal). Ein Rucksack mit breiten Trägern sollte nicht fehlen, schließlich sind mindestens 2 Liter Wasser zu tragen, außerdem Proviant für die kleine Pause zwischendurch – Obst, Käse, etwas Süßes – oder bei längeren Strecken, Zutaten für ein gesundes, schmackhaftes Picknick. Eine Regenjacke ist auch von Vorteil, man kann prima darauf sitzen, wenn gerade keine Bank in der Nähe ist.

Was wäre aber die schönste Wanderung, das erfreulichste Erfolgserlebnis ohne „Belohnung“? Zum Abschluss eines Wandertages gönnen wir uns meist ein leckeres Abendessen mit einem erfrischenden „Kaltgetränk“ (das restliche Wasser im Rucksack ist nach mehreren Stunden nicht mehr wirklich erfrischend).

Maria Liley

*Tipp: Musik machen und Weiterbildung*

## ...jetzt greif ich zur Geige

Soll ich mal wieder die Geige rausholen? Ich habe doch endlich Zeit! Ob ich das noch kann? Wer alte Fähigkeiten wiederbeleben oder Neues lernen will, ist bei der Max-Reger-Musikschule an der richtigen Stelle. Denn die Musikschule steht allen Altersgruppen offen. Ein Blick in das VHS-Programm lohnt sich.

Oder ein Anruf bei der Musikschule: Telefon 02331-2 07 31 41 oder 2 07 31 42.

Überhaupt die Volkshochschule: Ob Blicke in die Hagener Geschichte, Kunstworkshops oder PC-Grundlagen insbesondere für Leute ab 75 – da ist auch für Seniorinnen und Senioren viel dabei! Info-Telefon: 02331-207 3622

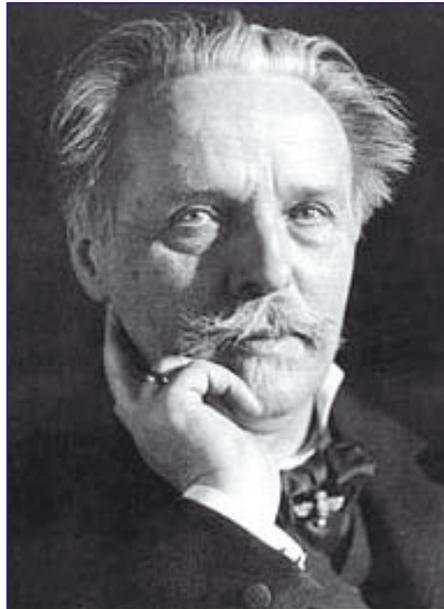
## Wenn ich mich nicht irre, hihhi...

Vor 100 Jahren ist Karl May gestorben, aber Winnetou lebt – Ruth Sauerwein

Mit ihm ritt ich im Wilden Westen über die Prärien, reiste von Bagdad nach Stambul, stürmte auf Rih durch die Wüste. Und wusste nicht, dass der Autor, der das alles so eindrucksvoll beschrieb, die Gegenden genauso wenig gesehen hatte wie ich. Wenn ich in meinen Karl May vertieft war, trafen Aufforderungen zum Abtrocknen auf taube Ohren. Vor hundert Jahren ist der Schöpfer von Winnetou und Kara Ben Nemsi gestorben.

Karl May wurde am 25. Februar 1842 im sächsischen Städtchen Ernstthal geboren. Sein Vater war Weber, die Familie sehr arm. Als Kind war er über mehrere Jahre erblindet und meinte, seine Lust, Geschichten zu erfinden, sei in dieser Zeit entstanden. Manche Biographen vermuten dahinter eine Krankheit, die aus den ärmlichen Lebensbedingungen entstand, manche halten es für eine Fabel, wie so vieles in seinem Leben.

Es spricht für seine Intelligenz, dass es ihm gelang, Lehrer zu werden. Es spricht für seine Phantasie und Geltungssucht, dass er es nicht lange blieb. Die Taschenuhr – hatte er sie sich „geliehen“, um damit ein wenig anzugeben, oder hatte er sie gestohlen? Seine Hochstapeleien, bei denen er immer wieder erwischt wurde – war er ein Krimineller oder wollte er seinem alltäglichen Dasein entfliehen? Jedenfalls verbrachte er viele Jahre hinter Gittern. Im Zuchthaus Waldheim hatte er dann ein entscheidendes Erlebnis: Der Gefängnisgeistliche überzeugte ihn davon, seinen überbordenden Ideenreichtum sinnvoller zu nutzen, seine Geschichten aufzuschreiben und damit Menschen glücklich zu machen.



*Karl May. Nach Angaben der UNESCO ist er einer der am häufigsten übersetzten deutschen Schriftsteller.*

*Lügner oder Träumer?  
Keine Ahnung!*

Das Ergebnis ist bekannt. Karl May wurde zum bekanntesten und beliebtesten deutschen Schriftsteller seiner Zeit. Fühlte er sich wirklich als Old Shatterhand oder belog er seine Leser ganz einfach? Seine zweite Frau erzählte, dass er beim Schreiben mit seinen Figuren gesprochen und disputiert habe. Einmal sei er mit Tränen in den Augen die Treppe hinunter gestürzt und habe gerufen: „Nein, ich kann Hadschi Halef Omar nicht sterben lassen!“ (Ein Entschluss, den ich nur begrüßen kann!) Und so behauptete er unverdrossen, er habe alles wirklich erlebt und spreche 1200 Sprachen und Dialekte. In seiner Villa Shatterhand bei Radebeul präsentierte er stolz die Silberbüchse und den Bärenröcher.

Seine sächsische Heimat verleugnete er nie. Wenn in den „bloody grounds“ des Wilden Westens eine seltsame Westmann-Gestalt wie Tante Droll auftauchte und sächsisch sprach, dann war klar: Das musste ein aufrechter, ehrlicher und einfach großartiger Mensch sein. Karl May war durchaus national eingestellt: Die Deutschen waren die Größten. Allerdings, gemessen an seiner Zeit, ließ er auch andere Völker gelten, bedauerte das Schicksal der Indianer und fand unter allen Nationalitäten Freunde und Weggefährten.

Karl May sah sich sicher in Old Shatterhand verkörpert. Ich stelle ihn mir mehr wie Hadschi Halef Omar vor: Großsprecherisch, listig, eitel, mutig, ein guter Gefährte, großzügig, ein Geschichtenerzähler, der es mit der Wahrheit nicht immer genau nimmt. An seinem Lebensende holte ihn seine kriminelle Vergangenheit ein, seine ersten schriftstellerischen Ergüsse – schwülstige Liebesgeschichten –, seine Behauptungen, alles erlebt zu haben, das alles wurde ans Licht gebracht. Viele Prozesse führte er in dieser Zeit. Und in dieser Zeit entstanden auch die Werke, die ich dann in meiner zarten Jugend nicht mehr verkräftet habe. Es ging und Gut und Böse, christlichen Glauben, den rechten Weg im Leben. Denn Karl May war letztlich ein Moralist, der die Menschen bessern wollte. Als er vor hundert Jahren starb, war er der festen Überzeugung, dass seine letzten Werke die wichtigsten waren. Wie dem auch sei: Mein Bruder Sharlie war ein Freund meiner Kindheit und in diesem Jahr fahre ich mal wieder zu den Karl-May-Festspielen in Elspe. Zu skrupellosen weißen Banditen, edlen Indianern und einem tapferen Old Shatterhand.

## „Rentner erhalten blaue Briefe vom Finanzamt

Einzelne Behörden verschicken Mahnschreiben an bis zu 3000 Betroffene, die steuerlich noch nicht erfasst waren. Jeder Verdachtsfall wird geprüft. Strafverfahren sind eher die Ausnahme.

Westfalenpost vom 16.06.2012 - von Holger Dumke

**Hagen.** Renten sind steuerfrei - ein Irrtum. „Es hat sich irgendwie in den Köpfen festgesetzt, bis heute“, sagt Anja Gorris vom Steuerberaterverband Düsseldorf. Richtig ist: Renten haben schon immer einen steuerpflichtigen Anteil gehabt.

Dieser war aber bis zum Jahr 2005 zumeist vernachlässigenswert gering. Das damals in Kraft getretene „Alterseinkünftegesetz“ hat diesen Anteil auf zunächst 50 % aufgesetzt. Er steigt seither Jahr für Jahr - und mit ihm die Zahl der Rentner, die zumindest eine Erklärung beim Finanzamt abgegeben haben und womöglich auch Steuern zahlen müssen.

Durch die von den Versicherern an die Finanzämter übermittelten Rentendaten können sich die Behörden ausrechnen, bei welchen Ruheständlern das in etwa der Fall ist. Erste Mahnbriefe haben die Ämter bereits im vergangenen Jahr an Rentner verschickt, die steuerlich noch nicht erfasst waren. Die nun anlaufende Mahnaktion hat eine andere Dimension: Ein Testlauf in landesweit sieben Behörden hat ergeben, dass einzelne Finanzämter in ihrem Beritt bis zu 3000 Ruheständler anschreiben müssen.

Was tun, wenn die Post vom Finanzamt kommt? Steuerberaterin Gorris empfiehlt, sich kundigen Rat zu holen. Immerhin kann es um Steuererklärungen rückwirkend bis zum Jahr 2005 gehen.

Viele Senioren seien überfordert: „Ich habe Ruheständler bei mir gehabt, die haben gesagt, das kann doch gar nicht sein“, berichtet die Düsseldorferin. Im Einzelfall seien über den Zeitraum bis 2005 Steuernachforderungen zusammen gekommen von bis zu mehre-

ren Zehntausend Euro - „Summen, die man als Ruheständler nicht unbedingt zur Verfügung hat“.

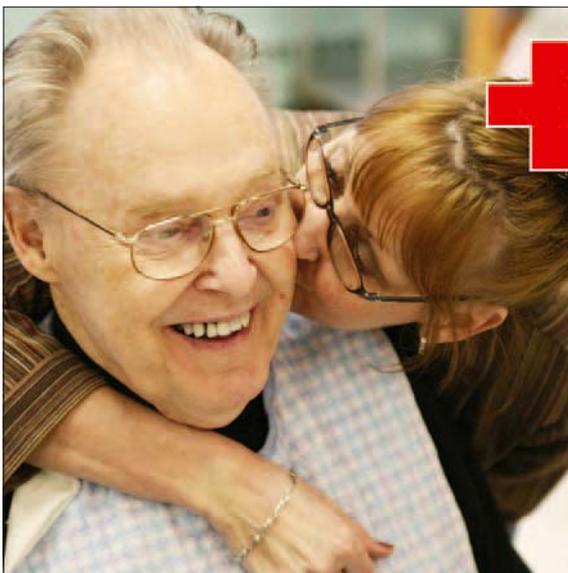
Die Finanzämter gingen mit den Nachforderungen unterschiedlich um: In mehr als einem Fall hat Gorris es erlebt, dass Strafverfahren eingeleitet wurden.“

**Keine Angst - Ich helfe Ihnen - Rufen Sie mich an! Gerne holen wir Sie zur Beratung auch von zu Hause ab!**

**Steuerberater  
Dipl.-Kfm. Rüdiger Althaus**

Bülowstraße 35  
58097 Hagen  
Tel. (02331) 80100

ruediger.althaus@t-online.de  
www.steuerberater-hagen.com



## DRK Seniorenheim Hagen

*Wohnen, 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](http://www.drk-hagen.de)



**2007  
komplett  
neu  
renoviert!**

### Weitere Angebote Ihres DRK-Kreisverbandes

- Seniorenservice  
Begegnungsstätte  
Seniorenreisen  
Tel. 0 23 31/95 89-24
- Erste-Hilfe  
Ausbildung  
Tel. 0 23 31/95 89-35
- Essen auf Rädern  
Mittagstisch  
Tel. 0 23 31/95 89-22
- Familienzusammenführung  
und Suchdienst  
Tel. 0 23 31/95 89-36
- Hausnotruf  
Tel. 0 23 31/95 89-24



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

- |  |   |  |
|--|---|--|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>✚ Kometente Pflege und Betreuung durch erfahrene Mitarbeiter</li> <li>✚ Eigene Küche und Restaurant mit täglich 2 frischen Gerichten</li> <li>✚ Fit für 100: Gymnastik und Sport</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>✚ Großzügige, modernisierte und helle Zimmer mit Balkonen</li> <li>✚ Gepflegter garten, zentrale Lage und guten Busanbindung</li> <li>✚ Kaminzimmer, Sonnenterassen und schöne Gemeinschaftsräume</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>✚ Qualifizierte Fußpflege, Frisör, Physiotherapeut, Kiosk und Cafeteria</li> <li>✚ Tanzcafé, Kochgruppe, gemeinsame Feste, Vorträge und Ausflüge</li> <li>✚ Verwahrgeldkonto, Einkaufsdienst und ehrenamtliche Unterstützung</li> </ul> |
|--|---|--|

## Deutsches Rotes Kreuz

Kreisverband Hagen e.V.

Feithstraße 36

58095 Hagen

Tel. 0 23 31/5 50 65

Fax 0 23 31/95 89 66

[www.drk-hagen.de](http://www.drk-hagen.de)

## Der Urlaub

Ein Urlaub saß auf einem Ast  
und wartet dort auf Beute,  
ob irgendwer, dem's grade passt  
ihn runterholt von seinem Ast,  
ihn an die Hand nimmt und ihm sagt:  
„Wir gehn jetzt unter Leute“.

Der Urlaub fragt dich: „Du hast Zeit  
mit mir sie zu vertreiben?“  
Und du antwortest: „Bin bereit,  
ich nehme einfach mir die Zeit,  
muss auch mal weg, ich hab es satt,  
den Alltag kann ich nicht mehr leiden,  
ich mag nicht mehr zu Hause bleiben.“

Du nimmst den Urlaub an die Hand,  
problemlos lässt er sich geleiten,  
du fährst mit ihm von Stadt zu Land,  
so manches ist ihm schon bekannt.  
Und immer weiter geht die Reise,  
doch plötzlich fängt er an zu streiten.

Denn als er merkt, du willst nach Hause,  
legt er sich quengelnd einfach quer,  
du fragst ihn bei der Mittagspause,  
ob ihn vielleicht der Affe lause,  
„Es sind vier Wochen rum, mein Lieber.“  
Was denkt er denn, wer er wohl wär ?

Und ohne große Hast und Eile,  
wohl wissend, dass es ihm nicht passt,  
dass keine Zeit du mit ihm teilest,  
schickst du ihn in die Langeweile.  
Nun hockt er, dich mit Blicken strafend,  
bis nächstes Jahr auf seinem Ast.

*Paula*



## Kindermund

Tobias' und Maltes Mutter erzählt den  
beiden, dass sie ein neues Baby  
bekommen.

Tobias ist zehn und Malte sieben Jahre  
alt. Maltes Reaktion ist: „Och, kein  
Problem, dann zieh ich eben zu Paul.“  
Paul ist Maltes bester Freund und  
genauso alt wie er.

Tobias Antwort auf die Veränderung in  
der Familie: „Dann hattet Ihr ja Sex!  
Und ich hab` es nicht gemerkt!“

## Vom Frühling in den Sommer

Im März beginnt die Frühlingszeit,  
die Sonne schickt warme Strahlen.  
Dem Schneemann schmilzt sein weißes  
Kleid,  
bald ist er ganz zerfallen.  
Die Vöglein schwirren durch die Luft,  
Blüten verbreiten süßen Duft,  
und das gefällt wohl allen.

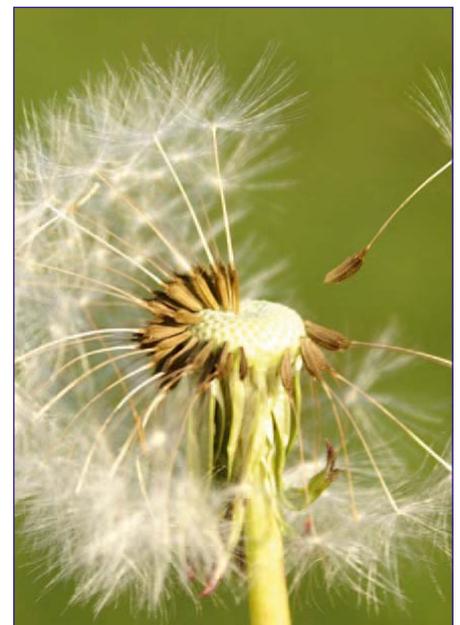
April kann machen, was er will,  
das ist die alte Regel.  
Es stürmt und regnet, dann ist es still,  
gar oft bringt er Schnee, der Flegel.  
Jedoch die Natur lässt nicht auf sich  
warten,  
das zeigt die Blütenpracht im Garten.

Die Hochzeitsglocken läuten im Mai,  
es finden sich die Paare.  
Gemeinsam gehen sie zu Zwei'n

den Weg zum Traualtare.  
Und abends unterm Maienkranz  
laden wir ein zum Maientanz alle net-  
teten Paare.

Wenn der Frühling seinen Abschied  
nimmt,  
geht der Juni bald zu Ende.  
Die Sonne steht hoch am Firmament,  
wir feiern die Sonnewende.  
Nun freuen wir uns auf die Urlaubszeit,  
denn die ist gar nicht mehr so weit,  
das Warten hat ein Ende.

*Edith Brechtefeld*



**FÜR SIE UND IHRE FAMILIE DIE BESTE WAHL...**

# wohlbehagen

**Pflege aus einer Hand!**


**KURZZEITPFLEGE  
TAGESPFLEGE**



**„Haus Wohlbehagen“**  
Schwerter Straße 179  
58099 Hagen  
Tel. 0 23 31 / 966 66 - 0  
Fax 0 23 31 / 966 66 - 33

**PFLEGEHEIME  
& BETREUTES WOHNEN**



**„Im Lukaspark“**  
Schillerstraße 27 a  
58089 Hagen  
Tel. 0 23 31 / 9810 - 0  
Fax 0 23 31 / 9810 - 1053



**„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](http://www.pflegeheim-wohlbehagen.de)

# Elektroanlagen Rapp



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

**Eppenhauser Straße 125 · 58093 Hagen · [info@elektroanlagen-rapp.de](mailto:info@elektroanlagen-rapp.de)  
[www.elektroanlagen-rapp.de](http://www.elektroanlagen-rapp.de) · Tel. 0 23 31-48 45 900 · Fax 48 45 920**



**GIRA**  
SystemIntegrator  
Spezialist für gewerkeübergreifende  
Gebäudesystemtechnik



**ZUMTOBEL**  
Lichtlösungspartner  
Zertifiziert nach DIN EN ISO 9001:2008



Zertifiziertes  
Management-System  
**ZDH ZERT**  
DIN EN ISO 9001  
Reg.-Nr.: Q1 0110076

**Teppich-Klinik Schwerte**

## TEPPICHWÄSCHEREI

### AKTIONS-TEPPICHWÄSCHE

**JETZT! BILLIGER ALS NEU KAUFEN!**

- Nach alter u. guter persischer Tradition
- Brand- u. Wasserschaden-Wäsche
- Inzahlungnahme, Reparaturen, Reinigung, Gutachtenerstellung
- Abhol- und Bringservice *kostenlos*

Wir reinigen und reparieren  
**IHRE TEPPICHE**  
auf altpersische Art (von Hand)

*eigene Manufaktur*

**ab 8.90 €/m²** **5 gute Gründe**

- alte persische Traditionsart
- kein Farbverlust (Farb+)
- mit Regenwasser gewaschen (kein Kalk)
- Imprägnierung und Rückfettung
- von Handwäsche

**Gutschein zur  
Reinigung oder  
Reparatur eines  
Teppichs  
50,-**

Haselackstr. 9  
58239 Schwerte  
Tel: 02304-9679350

**Öffnungszeiten**  
Mo-Fr: 10-18 Uhr  
Sa: 10-15Uhr

**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  
Telefon: 02331-207 2886, Fax: 02331-207 2080

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

**Titel:** Hasper Talsperre, Titelfotos: Gerd Lorenzen

**Verlag und Anzeigen:** Werbeagentur L. Kapp, Dortmund

**Layout und Umsetzung:** ideen.manufaktur, Dortmund

**Druck:** Scholz-Druck u. Medienservice, Dortmund

**Nächster Erscheinungstermin:** November 2012

**Redaktionsschluss** September 2012



## 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-Ermst

Tel. 02331 - 6 25 24 70

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

Fax 02331 - 6 25 24 75

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

Anerkannt bei allen Kranken- und Pflegekassen

Veranstaltungskalender  
für Senioren  
des Seniorenbüros  
der Stadt Hagen

von  
**August 2012 bis  
November 2012**



**August 2012**

02.08.2012, 11:00 – 13:00 Uhr  
Hohenhof und Stirnband:

**Schätze des Jugendstils: Ein Rundgang der besonderen Art**

Unter der Leitung von Dr. Elisabeth May, in Kooperation mit dem Osthaus Museum, Treffpunkt: Hohenhof, Stirnband 10, Teilnehmergebühr: 9,00 €, 10 – 30 Teilnehmer, Anmeldung ist erforderlich, Veranstalter: VHS Hagen, Infos: s. S. 42

06.08. – 10.08.2012, 9:00 – 12:15 Uhr

**Photobearbeitung 50+**

Die Teilnehmerzahl ist auf 6 – 10 Personen begrenzt, Ort: DBB-Haus, Schwanenstr. 6-10, Kosten: 94,50 €, Veranstalter: VHS Hagen, Infos: s. S. 42

08.08.2012, 17:00 – 19:15 Uhr

**Rundgang durch die Hagener City**

Vom Cinestar, über den Ebertplatz bis zum Kunstquartier, bei diesem Rundgang wird deutlich, dass es in der Hagener City noch einiges zu entdecken gibt. Treffpunkt: vor dem Cinestar, Springe 1, 10 – 40 Teilnehmer, Veranstalter: VHS Hagen, Infos: s. S. 42

10.08. und 17.08.2012,  
9:00 – 12:15 Uhr

**Ihr erstes digitales Fotobuch TOP**

Mit einer kostenlosen Software für Windows, Mac oder Linux wird die Verarbeitung der digitalen Fotos vorgenommen. Gemeinsam wird Schritt für Schritt ein Fotobuch angelegt, Fotobuch – Gutschein im Wert von 26,95 € inkl., Teilnehmerzahl ist auf 6 – 8 Personen begrenzt, Ort: DBB-Haus, Schwanenstr. 6-10, Kosten: 39,30 €, Veranstalter: VHS Hagen, Infos: s. S. 42

14.08.2012, 14:00 Uhr

**Waldführung durch den Ruheforst**

Der Betreuer des Ruheforstes Herr Kock und das Bestattungsunternehmen A. Schweizer bieten eine 1½-stündige Führung durch den Ruheforst Philipps Höhe an. Es gibt die Möglichkeit sich näher über diese Bestattungsform zu informieren und die ökologische Waldwirtschaft kennen zu lernen. Teilnehmerzahl: max. 15 – 20 Personen, Anmeldung und Infos: Bestattungen Friedrich A. Schweizer, Elberfelder Str. 113, 58095 Hagen, Tel.: 33 91 91

15.08.2012, 16:00 – 18:15 Uhr

**Weltreise Altenhagen – Führung mit außergewöhnlichen Einblicken in einen „unbekannten“ Stadtteil**

Bei dieser Führung, die das Kulturbüro Hagen in Zusammenarbeit mit der VHS entwickelt hat, wird die kulturelle Vielfalt dieses lebendigen Stadtteils erlebbar, Ladenbesitzer, Kulturvereine, Gastronomie und die Zentralmoschee öffnen ihre Türen, Treffpunkt: Altenhagener Brücke, Bushaltestelle Richtung Boele, Teilnehmerzahl: 10 – 20 Personen, Veranstalter: VHS Hagen, Infos: s. S. 42

15.08.2012, 17:30 – 19:00 Uhr

**Besichtigung des Rathauses** Unter der sachkundigen Führung von Frau Bürgermeisterin Brigitte Kramps oder Herrn Bürgermeister Dr. Hans-Dieter Fischer sind die Bürgerinnen und Bürger eingeladen, ihr Rathaus näher kennen zu lernen. Veranstalter: VHS Hagen, Infos: s. S. 42

16.08.2012, 17:00 – 19:15 Uhr

### **Rund um die Springe**

Jochen Becker lädt zu einem Rundgang ein, der Alt und Neu in den Blick nimmt und die Geschichte unserer Stadt wieder lebendig werden lässt. Treffpunkt ist vor dem Cinestar, 10 – 40 Teilnehmer, Veranstalter: VHS Hagen, s. S. 42

20.08.2012, 18:00 – 19:30 Uhr

### **Vereinsrecht Sport- oder Taubenverein, Kleingärtnerverein oder Partei**

Der Vortrag richtet sich an alle Personen, denen das Thema Verein ans Herz gewachsen ist. Ort: Villa Post, Veranstalter: VHS Hagen, Infos: s. S. 42

21.08.2012, 16:00 – 17:30 Uhr

### **Führung durch die Villa Post**

Jochen Becker, ehemaliger VHS-Leiter, wird bei dieser Führung veranschaulichen, wie Denkmalschutz und neue Funktionalität in ein harmonisches Zusammenspiel gebracht wurde. Treffpunkt: Eingangsbereich Villa Post, 10 – 40 Teilnehmer, Veranstalter: VHS Hagen, Infos: s. S. 42

22.08. – 19.12.2012,  
18:00 – 19:00 Uhr (15x)

### **Wassergymnastik**

Leitung: Gabriele Hagen, Tel.: 40 41 92, Kneipp-Verein Hagen e.V., Ev. Kinderheim Weißenstein, Leopoldstr. 52, Gebühr: Mitglieder: 60,00 €, Gäste: 75,00 €

22.08. – 19.12.2012,  
19:00 – 20:00 Uhr (15x)

### **Aqua – Jogging**

Leitung: Gabriele Hagen, Tel.: 40 41 92, Kneipp-Verein Hagen e.V., Ev. Kinderheim Weißenstein, Leopoldstr. 52, Gebühr: Mitglieder: 60,00 €, Gäste: 75,00 €

23.08. – 06.12.2012,  
18:30 – 20:00 Uhr (12x)

### **Hatha – Yoga**

Leitung: Hildegard Kurz-Pansch, Tel.: 0 23 37 / 27 03 76, Kneipp-Verein Hagen e. V., Gesamtschule Eilpe, Wörthstr. 30, 58091 Hagen, Gebühr: Mitglieder: 48,00 €, Gäste: 60,00 €

23.08. – 29.11.2012,  
15:30 – 17:00 Uhr (11x)

### **Sonniger Herbst:**

#### **Gezielte Bewegungstherapie, Atemschulung, rhythmische Gymnastik**

Leitung: Gabriele Hagen Kneipp-Verein Hagen e.V., Tel: 40 41 92, Ev.-Gemeindehaus, Markuskirche, Rheinstr. 26, Gebühr: Mitglieder: 22,00 €, Gäste: 33,00 €

23.08. – 13.12.2012,  
18:00 – 19:00 Uhr (14x)

### **Rückenschonende Gymnastik**

Leitung: Anneliese Klein, Tel.: 8 22 39, Kneipp-Verein Hagen e. V., Friedrich-von-Bodenschwing-Schule, Eugen-Richter Str. 77, Gebühr: Mitglieder: 28,00 €, Gäste: 42,00 €

27.08.2012, 9:30 – 12:45 Uhr

### **PC-Grundlagen für Leute ab 75**

Ort: DBB-Haus, Schwanenstr. 6-10, Veranstalter: VHS Hagen, Infos: s. S. 42

27.08. – 26.11.2012,  
15:30 – 16:30 Uhr (12x)

### **Sonniger Herbst:**

#### **Gezielte Bewegungstherapie, Atemschulung, rhythmische Gymnastik**

Leitung: Gabriele Hagen, Kneipp-Verein Hagen e.V., Tel: 40 41 92, CVJM Haspe, Leimstr. 9 /Ecke Heilig-Geist-Straße, Gebühr: Mitglieder: 24,00 €, Gäste: 36,00 €

28.08. – 04.12.2012,  
17:30 – 19:00 Uhr (12x)

### **Hatha – Yoga**

Leitung: Hildegard Kurz-Pansch, Tel.: 0 23 37 / 27 03 76, Kneipp-Verein Hagen e. V., Gesamtschule Eilpe, Wörthstr. 30, 58091 Hagen, Gebühr: Mitglieder: 48,00 €, Gäste: 60,00 €

29.08.2012, 17:00 – 20:15 Uhr

### **PC-Grundlagen I, Einführungskurs für Leute ab 50,**

Ort: VHS Hohenlimburg, Veranstalter: VHS Hagen, Infos: s. S. 42

29.08. – 05.12.2012,  
18:00 – 19:30 Uhr (12x)

### **Yoga für Frauen**

Leitung: Hildegard Kurz-Pansch, Tel.: 02 33 37 / 27 03 76, Kneipp-Verein Hagen e.V., Gesamtschule Haspe, Kirmesplatz 2, 58135 Hagen, Gebühr: Mitglieder: 48,00 €, Gäste 60,00 €

30.08.2012, 19:00 Uhr

### **Donnerstags abends Bild-Vortrag**

Impressionen aus finnischen Nationalparks, Referentin: Dr. Carmen Viets, SIHK, Körner Str. 41

## September

03.09. – 19.11.2012,  
16:15 – 17:45 Uhr (10x)

### **Sonniger Herbst:**

#### **Gezielte Bewegungstherapie, Atemschulung, rhythmische Gymnastik**

Leitung: Brigitte Liffers, Kneipp-Verein Hagen e.V., Tel: 59 11 24, Ev. Gemeindehaus Eppenhäuser Str. 154, 58093 Hagen, Gebühr: Mitglieder: 25,00 €, Gäste: 35,00 €

04.09.2012, 18:00 – 19:30 Uhr

### **100 Jahre Liebfrauenkirche in Vorhalle Führung durch die Kirche**

Mit Benno Schmolke, Kunstlehrer i.R. und Gründungsmitglied der Künstlergruppe Sepia14-TeamART, Veranstalter: VHS Hagen, Infos: s. S. 42

05.09. – 12.12.2012, 9:30 – 10:30 Uhr und 10:45 – 11:45 Uhr (je 12x)

### **Qi Gong Harmonie von Körper und Seele**

Leitung: Birgit Krüger, Tel.: 7 59 16, Kneipp-Verein Hagen, AWO Schultenhof, Selbecker Str. 16, Gebühr: Mitglieder: 36,00 €, Gäste: 48,00 €

06.09. – 06.12.2012, 16.30 – 17.30 Uhr oder 18:00 – 19:00 Uhr ( je 11x)

### **Yoga für Frauen**

Leitung: Margret Kerschbaum, Tel.: 33 14 22, Kneipp-Verein Hagen e.V., Käthe-Kollwitz-Schule, Liebigstr. 20 - 22, 58095 Hagen, Gebühr: Mitglieder: 22,00 €, Gäste: 33,00 €

06.09.2012, 19:00 Uhr

### **Donnerstags abends Bild-Vortrag**

Impressionen aus Südtirol – zwischen Meran und Reschen, Referent: Uwe Impelmann, SIHK, Körner Str. 41

07.09. – 23.11.2012,  
14:00 – 15:30 Uhr (10x)

### **Yoga für Frauen**

Leitung: Helga Paura, Tel.: 8 14 97, Kneipp-Verein Hagen e.V., Ev. Gemeindehaus Eppenhäuser Str. 154, Gebühr: Mitglieder: 30,00 €, Gäste: 40,00 €

08.09.2012, 11:00 – 17:00 Uhr  
**Training gegen Inkontinenz Teil 1**  
 Leitung: Ulrike Plewka, Tel.: 0 23 30 / 80 95 23, Kneipp-Verein Hagen e.V., Mellinghausstr. 13, Herdecke, Gebühr: Mitglieder: 50,00 €, Gäste: 65,00€

10.09. – 12.11.2012,  
 11:00 – 12:30 Uhr (8 x)  
**Hormon Qi Gong für Frauen**  
 Leitung: Ulrike Plewka, Tel.: 0 23 30 / 80 95 23, Kneipp-Verein Hagen e.V., Mellinghausstr. 13, Herdecke, Gebühr: Mitglieder: 80,00 €, Gäste: 110,00 €

10.09.2012, 13:30 – 16:45 Uhr  
**PC-Grundlagen für Leute ab 75**  
 Ort: DBB-Haus, Schwanenstr. 6-10, Veranstalter: VHS Hagen, Infos: s. S. 42

13.09.2012, 17:15 – 18:45 Uhr  
**Emst einst und jetzt**  
 In diesem Kurs werden Emster Geschichten in Wort und Bild zusammengetragen  
 Veranstalter: VHS Hagen, Infos: s. S. 42

13.09.2012, 18:00 – 19:30 Uhr  
**Hoasper Platt**  
 Gemeinsam mit dem Hasper Heimat- und Brauchtumsverein und dem Hagener Heimatbund lädt die VHS Hagen alle Interessierten ein, das Hoasper Platt wieder stärker zu pflegen. Infos: s. S. 42

13.09.2012; 19:00 Uhr  
**Donnerstags abends Bild-Vortrag**  
 Hawaii – Trauminseln im Pazifischen Ozean, Referent: Horst Nielinger, SIHK, Körner Str. 41

14.09.2012, 17:00 – 19:15 Uhr  
**Die Hagener Kinos im Wandel der Zeit**  
 Dieser Themenabend beginnt mit einem Überblick über die Hagener Kinoszene der 50er und 60er Jahre. Zeitzeugen sind herzlich eingeladen.  
 Ort: Erzählcafé „Altes Backhaus“, Veranstalter: VHS Hagen, Infos: s. S. 42

15.09.2012, 8:00 – 21:00 Uhr  
**Tagesfahrt: Idstein im Taunus, Burg Eppstein und das Limeskastell am Großen Feldberg**  
 Abfahrt: 8:00 Uhr in Hagen, Bushaltestelle „Volkshochschule“ Rtg. Haspe, vor der Villa Post oder 8:30 Uhr am Bahnhof Schwelm, Rückkunft gegen 21:00 Uhr. Näheres bitte bei der VHS Hagen erfragen, Infos: s. S. 42

17.09.2012, 9:00 – 12:15 Uhr  
**PC-Grundlagen an Ihrem Notebook für Leute ab 50**  
 Ort: DBB-Haus, Schwanenstr. 6-10, Veranstalter: VHS Hagen, Infos: s. S. 42

17.09. – 19.11.2012,  
 10:00 – 11:30 Uhr (10x)  
**Gedächtnistraining – Denken macht Spaß**  
 Leitung: Ursula Docke, Tel.: 8 61 50, Kneipp-Verein Hagen e. V., Kaffeestube im Ökumenischen Gemeinde-Zentrum Hilfe, Helfer Str. 79, Gebühr: Mitglieder: 25,00 €, Gäste: 35,00 €

20.09.2012, 19:00 Uhr  
**Donnerstags abends Bild-Vortrag**  
 West-Papua – zwischen Steinzeit und Moderne, Referent: Dr. Matthias Muth, SIHK, Körner Str. 41

21.09.2012, 15:00 – 17:00 Uhr  
**Fairer Kaffeeklatsch Kaffeeprobieren und eine Führung durch die neue Kaffeerausstellung des LWL-Freilichtmuseums**  
 Veranstalter: VHS Hagen. Infos: s. S. 42

22.09.2012, 11:00 – 13:00 Uhr  
**Training gegen Inkontinenz Teil 2**  
 Leitung: Ulrike Plewka, Tel.: 0 23 30 / 80 95 23, Kneipp-Verein Hagen e.V., Mellinghausstr. 13, Herdecke, Gebühr: Mitglieder: 15,00 €, Gäste: 20,00 €

24.09.2012, 11:00 – 13:00 Uhr  
**Schlemmerfrühstück auf dem Harkortsee**  
 Abfahrt: Herdecke, Anlegestelle „Zweibrücker Hof“, Kosten: 16,00 €, Anmeldung erforderlich, Veranstalter: Stadtsportbund, Ansprechpartner: Frau Werkmüller, Infos: s. S. 42

26.09.2012, 17:30 – 19:00 Uhr  
**Entdeckungen im Drerup-Viertel**  
 Von der Althagener Brücke führt der Weg über die Funckebrücke ins Drerupviertel, Einblicke in die Baugeschichte eines Hagener Stadtviertels, Veranstalter: VHS Hagen, Infos: s. S. 42

27.09.2012, 19:00 Uhr  
**Donnerstags abends Bild-Vortrag**  
 Vielfältige Sahara, Referent: Karl-Heinz Amsler, SIHK, Körner Str. 41

28.09.2012, 17:00 – 19:15 Uhr  
**Auf den Spuren Hermann Hesses,**  
 von Calw nach Montagnola, Themenabend zum 50. Todestag, Erzählcafé „Altes Backhaus“, Veranstalter: VHS Hagen, Infos: s. S. 42

29.09.2012, ab 19:00 Uhr  
**Michaelis – Vesper Bach-Kantate 19**  
 „Es erhob sich ein Streit“, Vivaldi, Magnificat, Hymnen und Psalmen von Schein, Praetorius und Mendelssohn, Sopran: Anna Kellnohofer, Tenor: N.N., Johanniskantorei und Johannis-Vokalensemble, Barockorchester Münster, Leitung: Manfred Kamp, Ort: Johanniskirche Hagen am Markt

30.09.2012, 10:00 – 14:00 Uhr  
**Schloss Hohenlimburg mit der Kamera entdecken**  
 Halbtägige Fotoexkursion am Schloss Hohenlimburg unter der Leitung des Fotografen und Diplom-Designers Rainer Scholz, Veranstalter: VHS Hagen, Infos: s. S. 42

## Oktober

04.10.2012, 15:00 – 17:00 Uhr  
**Wohnen im Alter**  
 Informationsveranstaltung der Wohn- und Pflegeberatung und des Seniorenbüros der Stadt Hagen, Referent ist u. a. der Architekt Herr Heumann, Ort: Rathaus II, 1. Etage, Berliner Platz 22, 58089 Hagen, Infos: s. S. 42

04.10.2012, 19:00 Uhr  
**Donnerstags abends Bild-Vortrag**  
 Mit der Segelyacht von Hamburg nach Buenos Aires, Referentin: Ariane Hackstein, SIHK, Körner Str. 41

08.10.2012, 9:00 – 12:15 Uhr  
**PC-Grundlagen I Einführungskurs für Leute ab 50**  
 Ort: Stadtteilhaus Vorhalle, Veranstalter: VHS Hagen, Infos: s. S. 42

09.10. – 11.12.2012,  
 19:00 – 20:30 Uhr (10x)  
**Yoga für Frauen**  
 Leitung: Susanne Nitschke,  
 Tel.: 33 23 83, Kneipp-Verein Hagen e.V., Gymnastikhalle im Kd. Weißenstein, Leopoldstr. 52 (Kuhlerkamp), Gebühr: Mitglieder: 40,00 €, Gäste: 50,00 €

10.10.2012, 15:00 Uhr  
**Bildervortrag über Südtirol**  
 Ein Bergspaziergang von Heinz-Dieter Bentler, Begegnungsstätte „Oller Dreisch“, Eugen-Richter-Str. 21, Voranmeldung erbeten, Infos: s. S. 42

10.10.2012, 16:15 – 18:00 Uhr  
**Stadtteilrundgang Neu – Emst**  
 Leitung: Marco Sawatzki Veranstalter: VHS Hagen, Infos: s. S. 42

13.10.2012, 10:00 – 15:00 Uhr  
**Wohlfühltag für Frauen**  
 Ort: Turnhalle des Eseyer Turnvereins, Heidestr. 34, 58119 Hagen, Kosten: 15,00 €, Veranstalter: Stadtsportbund, Ansprechpartner: Frau Werkmüller, Infos: s. S. 42

14.10.2012, 10:30 – 15:00 Uhr  
**Tag der offenen Begegnungsstätten**

10:30 Uhr **Senioren-gymnastik**  
 14:00 Uhr **Kreativworkshop Malen** mit Acrylfarben, Begegnungsstätte des PARITÄTISCHEN, Bahnhofstr. 41, Tel: 1 34 74

**Singen und Mittagstisch**, Caritas Begegnungsstätte „Oller Dreisch“, Eugen-Richter-Str. 21, Infos: s. S. 42

**Zu Gast bei Freunden – bunter Nachmittag**, Begegnungsstätte AWO Haspe, Hüttenplatz 44, Infos: s. S. 42

**Diareise innerhalb Europas Schnupperkurs „english conversation“** (10:45 – 12:00 Uhr)  
 Zusätzlich gibt es die Gelegenheit im Bistro zum Frühstück und ab 12:00 Uhr den Mittagstisch zu besuchen, Begegnungsstätte der Diakonie Mark-Ruhr, Martin-Luther-Str. 9-11, 58095 Hagen, Tel: 3 80 94 10

**Zukunft muss sein – Computer und Co**, AWO Schultenhof, Selbecker Str. Infos: s. S. 42

**EU – Kaffeetisch**, Begegnungsstätte des DRK, Feithstr. 36, Infos: s. S. 42

22.10.2012, 13:30 – 16:45 Uhr  
**PC-Grundlagen für Leute ab 75**  
 Ort: DBB-Haus, Schwanenstr. 6-10, Veranstalter: VHS Hagen, Infos: s. S. 42

24.10.2012, 18:00 – 19:30 Uhr  
**Erben und Vererben – Patientenverfügung und Betreuungsrecht**  
 Ort: Villa Post, Veranstalter: VHS Hagen, Infos: s. S. 42

24.10.2012, 15:00 Uhr  
**Fit im Alter**  
 Aktuelle Infos zum Thema Gesundheit, Begegnungsstätte „Oller Dreisch“, Eugen-Richter-Str. 21, Voranmeldung erbeten, Infos: s. S. 42

25.10.2012, 19:00 Uhr  
**Donnerstags abends Bild-Vortrag** Vom Dach Afrikas zu den Pyramiden Nubiens, Referent: Dietrich Rühl, SIHK, Körner Str. 41

26.10.2012, 17:00 – 19.15 Uhr  
**Kaffeehauskultur und Boheme in Berlin vor 100 Jahren**  
 Erzählcafé „Altes Backhaus“ Veranstalter: VHS Hagen, Infos: s. S. 42  
 26.10.2012, 18:00 Uhr  
**Freitagskonzert 176**  
 Musik zur Zeit Friedrichs des Großen, Annette Kern, Flöte / Manfred Kamp, Orgel, Johanniskirche am Markt

29.10.2012, 9:00 – 12:15 Uhr  
**Einführung ins Internet für Leute ab 75**  
 Ort: DBB-Haus, Schwanenstr. 6-10, Veranstalter: VHS Hagen, Infos: s. S. 42

## November

03.11.2012, 16:00 Uhr  
**Theater unterm Schloss: „Wir sind alle keine Engel“**  
 von Albert Husson, Werkhof Kulturzentrum, Herrenstr. 17, 58119 Hagen, Tel.: 0 23 34 / 92 91 90, AK 10,00 €, VVK 8,00 €, weitere Vorstellungen: 11.11.12 (16:00 Uhr), 16.11.12 (17:00 Uhr), 17.11.12 (16:00 Uhr) 18.11.12 (19:00 Uhr)

04.11.2012, 11:00 – 16:00 Uhr  
**Trödelmarkt Begegnungsstätte „Oller Dreisch“**  
 Eugen-Richter-Str. 21, Infos: s. S. 42

05.11.2012, 9:30 – 12:45 Uhr  
**PC-Grundlagen für Leute ab 50**  
 Ort: Villa Post, Veranstalter: VHS Hagen, Infos: s. S. 42

05.11.2012, 13:30 – 16:45 Uhr  
**PC-Grundlagen an Ihrem Notebook für Leute ab 50**  
 Ort: DBB-Haus, Schwanenstr. 6–10, Veranstalter: VHS Hagen, Infos: s. S. 42

## Senioren-umzug?



**Aloys Priller**  
 HAGEN MÖBELSPEDITION

- Umzugs-Service • Senioren-Service •
- Familien-Service •

*Wir machen's leicht.*

Töpferstraße 2-4 • 58095 Hagen • Telefon (0 23 31) 2 56 89 • Telefax (0 23 31) 2 56 93

**Ist doch leicht!**

www.umzug-service.de • Email: info@umzug-service.de

08.11.2012, 19:00 Uhr

**Donnerstags abends Bild-Vortrag**

Weltberühmte Bauwerke des Orients in Damaskus, Istanbul Isfahan und Samarkand, Referent: Christoph Mahler, SIHK, Körner Str. 41

10.11.2012, 18:00 – 21:00 Uhr

**Faszination der Edelsteine für Leute ab 60**

Ort: Villa Post, Veranstalter: VHS Hagen, Infos: s. S. 42

12.11.2012, 16:30 – 19:45 Uhr

**PC-Grundlagen an Ihrem Notebook für Leute ab 50**

Ort: Stadtteilhaus Vorhalle, Veranstalter: VHS Hagen, Infos: s. S. 42

13.11.2012, 19:00 – 21:15 Uhr

**105 Jahre und kein bisschen leise**

An diesem Abend wird der Historiker Jörg Fritzsche auf die bewegte Geschichte des Philharmonischen Orchesters Hagen zurückblicken. Ort: Stadtbücherei, Veranstalter: VHS Hagen, Infos: s. S. 42

14.11.2012, 19:00 – 21:15 Uhr

**Vorsicht: Falschgeld**

Christian Schmidt, Kriminalhauptkommissar des LKA wird über echtes und falsches Geld reden und die Echtheitsmerkmale der Euro-Banknoten erläutern. Ort: Villa Post, Veranstalter: VHS Hagen, Infos: s. S. 42

15.11.2012, 19:00 Uhr

**Donnerstags abends Bild Vortrag**

Flandern – ein Schatzhaus Europas, Referentin: Dr. Margrit Sollbach-Papeler, SIHK, Körner Str. 41

16.11.2012, 18:00 Uhr

**Freitagskonzert 177**

Orgelmusik zum Ende des Kirchenjahres, an der Orgel: Klaus Stehling, Dortmund, Johanniskirche am Markt

17.11.2012, 10:30 – 12:00 Uhr

**Lebendiges Judentum Führung durch die Ausstellung der Alten Synagoge Hohenlimburg**

Ort: Alte Synagoge, Jahnstr. 46, 58119 Hohenlimburg, Veranstalter: VHS Hagen, Infos: s. S. 42

17.11.2012, 16:30 – 19:45 Uhr

**Kleine Gesteinskunde für Leute ab 60**

Wie entstehen Gesteine? Welche Gesteine gibt es und woraus bestehen sie? Diesen und ähnlichen Fragen widmet sich die Dozentin Antje Selter. Veranstalter: VHS Hagen, Ort: Villa Post, Infos: s. S. 42

19.11.2012, 13:30 – 16:45 Uhr

**PC-Grundlagen für Leute ab 75**

Ort: DBB-Haus, Schwanenstr. 6-10, Veranstalter: VHS Hagen, Infos: s. S. 42

19.11.2012, 19:30 – 21:00 Uhr

**Einbruchprävention**

Veranstalter : VHS Hagen in Kooperation mit dem Kommissariat Vorbeugung der Polizei Hagen, Ort: Villa Post, Infos: s. S. 42

21.11.2012, 10:00 – 11:30 Uhr

**Rundum gut versichert**

allgemeiner Überblick, Veranstalter: VHS Hagen, Infos: s. S. 42

22.11.2012, 19:00 Uhr

**Donnerstags abends Los Mexicanos**

„Mariachi-Musik aus Mexiko und Lateinamerika“, SIHK, Körner Str. 41

23.11.2012, 17:00 – 19:15 Uhr

**Frauen im Nationalsozialismus**

Erzählcafé „Altes Backhaus“, Veranstalter: VHS Hagen, Infos: s. S. 42

4.11.2012, 9:30 – 12:45 Uhr

**Die zweite Miete?**

Betriebskostenabrechnung, Steuerbescheinigung, Ort: VHS Hohenlimburg, Infos: s. S. 42

24.11.2012, 10:00 – 13:30 Uhr

**Fair gehandelte Gewürze Verkostung und Information**

Veranstalter: Stadtbücherei, VHS Hagen, AllerWeltHaus, Infos: s, S, X

24.11.2012, 15:00-18:15 Uhr

**Entwicklung der Menschheit für Leute ab 60**

Wer Genaueres und Ausführliches über die Evolution der Menschheit unter dem Geologischen Aspekt erfahren möchte, ist herzlich zu diesem Vortrag der Dipl. Geologin Anrje Selter eingeladen. Ort: Villa Post, Veranstalter: VHS Hagen, Infos: s. S. 42

25.11.2012, 11:00 Uhr

**Chormusik zum Ewigkeitssonntag im Gottesdienst**

Johanniskantorei, Instrumentalisten, Leitung: Manfred Kamp

26.11.2012, 9:00 – 12:15 Uhr

**Einführung ins Internet für Leute ab 50**

Ort: Villa Post, Veranstalter: VHS Hagen, Infos: s. S. 42

28.11.2012, ab 15:00 Uhr

**Herbstkattunier**

Jeder Teilnehmer gewinnt einen Preis, Startgebühr: 5,00 Euro, Begegnungsstätte „Oller Dreisch“, Eugen-Richter-Str. 21, Infos: s. S. 42

# 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**

**RÖWA**

**WERKMEISTER**

**JOOP!**

**ESTELLA**

*elegante*

**RELAX**

**Bettenparadies NOLTE**  
**Fachgeschäft und Haus-**  
**beratung, Boeler Str. 196,**  
**Hagen Loxbaum**

**Telefon 02331 81269**  
**www.bettenparadies-nolte.de**

## NOLTE BETTEN PARADIES

## Wiederkehrende Termine

### Selbsthilfe

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

### Neue Kurse!

#### Computerkurse 50 plus,

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

Montag – Donnerstag

10:00 – 11:30 Uhr

Computerkurse 50 Plus für Anfänger Windows 7 und Internet- E-Mail Mo, di, mi, do 10.00 – 11.30 Uhr Anmeldung: bei Herrn Obermüller Tel.02331 / 53213

AWO-Begegnungsstätte Schultenhof, Selbecker Str. 16

#### Club Reise 50+ „Jetzt erst Recht“,

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

### Virtuelles Bowling

#### Mit der Multiple Sklerose Gruppe,

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

## Jeden Montag:

09:00 – 10:00 Uhr

#### Sitzgymnastik

mit Renate Geitebrügge, AWO Begegnungs- und Beratungszentrum Carlo Ross, Info: s. S. 42

9:30 -10:15 Uhr + 10:15 – 11:15 Uhr

#### Gymnastik 60 plus,

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

09:30 Uhr-10:15 Uhr

und 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 09-410

10.00 - 11.00 Uhr

#### Sitzgymnastik

Gebühr: 2,00 € / Termin, Info: AWO Begegnungsstätte ha.ge.we-Kulturhof-Ernst, s. S. 42

10:00 – 11:00 Uhr

#### Gymnastik

Oller Dreisch, Infos: s. S. 42

10:30 - 12:00 Uhr

#### Seniorenberatung

Beratung: Frau Krahorst 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: 40,00 € (für 10 x), AWO Begegnungsstätte Wehringhausen, Info: Frau Ebeling, Tel.: 3 81 12

11.00, 12.00, 13.00 Uhr

#### Wassergymnastik,

Leitung: Brigitte Nickel, Helmut-Turck-Zentrum, Info: DRK, s. S. 42

13.30 - 15.00 Uhr

#### Englisch für den Alltag

Leitung: Gabriela Ortwein, Gebühr: 40,00 € (für 10 x), AWO Begegnungsstätte Wehringhausen, Info: Frau Ebeling, Tel.: 3 81 12

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.: 0 23 31 - 3 54 35 62

14:00 – 18:00 Uhr

#### Café

AWO Begegnungsstätte Schultenhof, Info: s. S. 42

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. 0 23 31/ 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, s. S. 42

# Dem Leben einen würdigen Abschluss geben

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



Eilberfelder Straße 113, 58095 Hagen  
Telefon: 02331 339191  
info@bestattungen-schweizer.de  
www.bestattungen-schweizer.de



14.30 – 17.30 Uhr

**Betreuungsgruppe für Menschen mit Demenz**

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

15.45 – 17.00 Uhr

**Schwimmen** mit dem AWO OV Vorhalle Hauptschule am Vossacker

16:00 Uhr-17:30 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. 0 23 31/ 207 -32 75 oder 01 71 – 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. 42

16:45 -18:15 Uhr

**Tanzkurs für Anfänger mit Gabriela Ortwein**

(dienstags 15.00 – 20:00 Uhr für Fortgeschrittene), 10 Termine, 50,00 €, Info: ha.ge.we-Kulturhof. Emst, s. S. 42

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 + 19:00-20:00

**Bauch, Beine, Po 50+**

Info: Susanne Langemann-Eyer, Tel.: 4 88 34 84, Handy: 01 72 - 1 72 97 18, Werkhof Hohenlimburg, Herrenstr. 17, 58119 Hagen, Zehnerkarte 40,00 €

19:00 – 20:00 Uhr

**Gymnastikkurs**

der AWO Begegnungsstätte Hohenlimburg, Rundturnhalle Elsey Leitung: Heike Hobein

**Jeden 1. Montag**

ab 14:30 Uhr

**Die MontagsWaffel: Waffelessen mit der Möglichkeit im Anschluss die Sing- und Handarbeitsgruppe sowie die weiteren Angebote kennen zu lernen,**

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

16:30 - 19:00 Uhr

**Betreuungsnachmittag für Betroffene, Angehörige und Interessierte von Demenzkranken,**

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

19:00 - 21:00 Uhr

**Angehörigentreffen von Demenzkranken,** Gemeindehaus der Ev.

Paulusgemeinde, Borsigstr. 11, 58089 Hagen, Tel.: 0 23 31 / 2 04 67 90 oder 2 04 67 58 oder 7 02 00 oder 01 74 / 5 13 72 57

**Jeden 1. und 3. Montag**

17:00 – 19:00 Uhr

**Emster Sing-Treff,**

Infos: AWO Begegnungsstätte ha.ge. we-Kulturhof.Emst, s. S. 42

**Jeden 2. Montag im Monat**

14:30 - 16:30 Uhr

**Demenzcafé für Demenzkranke und ihre Angehörigen,** DRK Seniorenheim,

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

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: 207-3622, Eintritt frei

18:00 – 20:00 Uhr

Gesprächskreis für Menschen mit Demenz im Frühstadium, Johanniter-Unfall-Hilfe e.V., Schillerstr. 18 d, 58089 Hagen, Infos: Dagmar Roggenkamp, Tel.: 9 23 94 95, Regina Erdmann, Tel.: 93 99 - 5 16

**Jeden 3. Montag im Monat**

**Montagsfrühstück**

AWO Begegnungsstätte Schultenhof, Info s. S. 42

18.00 Uhr (April u. Mai/September u. Oktober)

**Selbsthilfegruppe Schlafapnoe,**

Ansprechpartner: Herr Ruthenkolk AWO-Begegnungsstätte Schultenhof, Infos s. S. 42

**Offenes Internet-Café**

Mittwoch

13.00 - 16.00 Uhr

AWO Begegnungsstätte Schultenhof, Info s. S. 42

Leitung: Herr Obermüller

**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, Tel.: 0 23 34 - 56 71 57, A. Jung, Tel.: 3 76 89 07 und W. Wermeier, Tel.: 7 88 46 29

**Jeden Dienstag:**

9:00 – 11:00 Uhr

**Gemeinsames Frühstück**

im Ollen Dreisch, Infos: s. S. 42

09:00 – 12:00 Uhr

Nähgruppe AWO Schultenhof, Leitung: Frau Gerhardt, Anmeldung bei der Kursleitung, Tel.: 5 61 52, Info, s. S. 42

9:30 – 10:30 Uhr

**Gymnastik für Frauen 60plus**

Leitung: Susanne Nitschke, AWO Begegnungsstätte Wehringhausen, Bachstr. 26, Info: Frau Ebeling, Tel: 3 81 12

09:30 – 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 Krahnforst 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, Info s. S. 42

13:30 Uhr

## Gymnastik mit anschließendem Kaffeetrinken

15:00 Uhr Kegeln (1 x 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. 42

14:00 – 17:00 Uhr

## Seniorentreff mit Brett und Kartenspiel

Info: AWO Begegnungs- und Beratungszentrum Carlo Ross, s. S. 42

14:00 – 18:00 Uhr

## Café

AWO Begegnungsstätte Schultenhof, Info: s. S. 42

14:30 – 17:30 Uhr

## Spielesachmittag

AWO Begegnungsstätte Vorhalle, Stadtteilhaus Vorhalle

14:30–16:30 Uhr

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

15:00 – 17:00 Uhr

## 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. 381-12

17.00 – 18.30

## Tanzkurs für die Generation 50+

- Fortgeschrittene, Leitung Gabriela Ortwein, Kursgebühr: 50,00 €, 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

9:00 – 11:00 Uhr

**Gemeinsames Frühstück im Ollen Dreisch**, Infos: s. S. 42

**Erzählwerkstatt**. Leitung: M. Buchenau, Seniorenbegegnungsstätte der Ev. Dreifaltigkeits-Gemeinde, Eppenhauer Str. 152, s. S. 42

13:30 – 16:30 Uhr

**Acrylworkshop 50 plus**, Leitung: Trees Buntenbach, AWO Begegnungsstätte Wehringhausen, Bachstr. 26; Info / Anmeldung 3 48 64 30

15:00 – 18:00 Uhr

**Boulen, Brett-Kartenspiele**, AWO Begegnungsstätte Schultenhof, Info: s. S. 42

15.00 Uhr

**Kaffee und mehr**, Paritätischer Wohlfahrtsverband, Bahnhofstr. 41, Leitung: R. Aßmann, Tel.: 5 68 71, Vd K Hagen Mitte

## Jeden 2. Dienstag

16:00 Uhr

**Theatergespräche**, Frau Dr. Hilchenbach, Info: ha.ge.we-Kulturhof.Emst, s. S. 42

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.: 0 23 31 - 9 66 66 - 0 oder - 34

17:00 - 19:00 Uhr

**Angehörigentreffen und Betreuung von Demenzkranken**, AWO Lennepark, Klosterkamp 40, 58119 Hagen, Veranstalter: AWO Hohenlimburg, Diakoniestation Hohenlimburg und Mops Mobil, ambulanter Pflegedienst, Tel.: 0 23 34 - 4 42 50

17:30 – 19:00 Uhr

**Demenzcafé für demenziell erkrankte Menschen und ihre Angehörigen**, AWO-Begegnungsstätte Hohenlimburg, Klosterkamp 40

## Jeden 3. Dienstag

10:00 – 13:00 Uhr

**Aquarellworkshop 50 plus**, Leitung: Trees Buntenbach, AWO Begegnungsstätte Wehringhausen, Bachstr. 26; Info / Anmeldung unter Tel.: 3 48 64 30

15:00 Uhr

**SPD „60 Plus“ Zusammenkunft**, Emst-Bissingheim / Remberg-Fleyer Viertel, Info: ha.ge.we-Kulturhof.Emst, s. S. 42

16:30 – 18:00 Uhr

**Treffen für pflegende Angehörige von Demenzkranken,**  
Tagespflegehaus Waldecker Str. 7

18:00 Uhr

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

### Jeden letzten Dienstag

15:00 Uhr

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

14:30 Uhr

**Seniorentreffen** bei Kaffee und Kuchen, Oller Dreisch, Infos: s. S. 42

### Jeden Mittwoch:

09:00 – 10:00 Uhr

**Sitzgymnastik mit Renate Geitebrügge,** AWO Begegnungs- und Beratungszentrum Carlo Ross, Info: s. S. 42

9:45 Uhr-11:15 Uhr und

**Englisch für Fortgeschrittene,** Referent: Herr Niland, Begegnungsstätte, Martin-Luther-Str. 9-11, Tel. 38 09-410

10:00 - 12:00 Uhr

**Zeichenkurs,** Gebühr: 35,00 € (für 8 x), Info: AWO-Begegnungsstätte Wehringhausen, s. S. 42

10:30 - 12:00 Uhr

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

10:30 Uhr

**Gymnastik mit anschließendem Kaffeetrinken**

10.00 – 12.00 und 14.00 – 16.30  
Malen mit Trees  
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. 42

13.00-14,30 Uhr

**Niederländisch 50+,** AWO-Begegnungsstätte Wehringhausen, s. S. 42

14:00 – 17:00 Uhr

**Unterhaltsamer Nachmittag mit Kaffee und Kuchen,** Info: ha.ge.we-Kulturhof.Emst, s. S. 42

14:00 – 17:00 Uhr

**Mittwochscafé,** AWO Begegnungsstätte Wehringhausen, Leitung: Erich Blum, Info: Frau Ebeling, Tel.: 38 112

14:00 - 17:00 Uhr

**Virtuelle Bowlinggruppe 60+,** Info: AWO Begegnungsstätte Wehringhausen

14:00 – 18:00 Uhr

**Café,** AWO Begegnungsstätte Schultenhof, Info: s. S. 42

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. 42

17.30 – 20.30 Uhr

**Nähgruppe** AWO Schultenhof, Infos, s. S. 42 Leitung: Frau Rudell

19:00-20:00 Uhr

**Aerobic 50+** Info: Susanne Langemann-Eyer, Tel.: 4 88 34 84, Handy: 01 72 - 1 72 97 18, Werkhof Hohenlimburg, Herrenstr. 17, 58119 Hagen, Zehnerkarte 40 €

### Jeden 1. + 3. Mittwoch

14.30 -17.00 Uhr

**Multiple Sklerose Gruppe,** Vorsitzender: Fritz Deneke, Info: AWO Begegnungs- und Beratungszentrum Carlo Ross, s. S. 42

### Jeden 2. Mittwoch

**Badefahrt nach Bad Sassendorf**

Stadtsporthaus Hagen, Leitung: Ursula Werkmüller, Infos: s. S. 42

10:00 – 11:00 Uhr

**Offenes Singen,** Oller Dreisch, Infos: s. S. 42

### Jeden 2.+ 4. Mittwoch

14:00 – 17:00 Uhr

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

### Jeden letzten Mittwoch-nachmittag

**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 Begegnungsstätte bei Frau Buhl möglich.

09.00 – 12.00 Uhr

**Familientreff Info und Kinderbetreuung**  
AWO Begegnungsstätte Vorhalle, Info s. S. 42

9:30-10:30 Uhr

**Morgengymnastik 50+** Info: Susanne Langemann-Eyer, Tel.: 48 83 484, Handy: 01 72 - 1 72 97 18, Werkhof Hohenlimburg, Herrenstr. 17, 58119 Hagen, Zehnerkarte 40,00 €

9:45 Uhr-11:15 Uhr

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

10:00-11:00 Uhr

**Gymnastik für Hochbetagte,** Leitung: Karin Schwan, DRK-Seniorenbegegnungsstätte, s. S. 42

10.00-11.00 Uhr

**Sitzgymnastik**, Leitung: Christine Berger, Infos: AWO-Begegnungsstätte ha.ge.we. Kulturhof Emst, s. S. 42

10:00 – 15:00 Uhr

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

10.00 – 12.00 Uhr

**AGIL**, AWO Gesprächs- und Informationsladen, Informationen rund um den Stadtteil Wehringhausen, Tel.: 9 33 89 96, Fax: 9 33 89 95

10:00 Uhr **Seniorengesprächsrunde**

10:15 Uhr **Wassergymnastik**

(Schwimmbad der AWO, Helmut-Turck-Zentrum)

11:00 Uhr **Wassergymnastik**

12:00 Uhr **Wassergymnastik**

13:00 Uhr **Spielgruppen (Rommee)**

14:30 Uhr **Musik- und Singgruppe**  
Begegnungsstätte des Paritätischen, Bahnhofstr. 41, Tel.: 1 34 74

10:30 - 12:00 Uhr

**Seniorenberatung**, Begegnungsstätte „Oller Dreisch“, Eugen-Richter-Str. 21, 58089 Hagen, Beratung: Frau Krahorst Tel.: 0 23 31 - 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. 42

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. 42

14:30 - 16:30 Uhr

**SeniorInnen-Nachmittag**, Leitung: Pfarrer M. Heuer, E. Meiners, und S. Homberger, Begegnungsstätte der Ev. Dreifaltigkeits-Gemeinde, Eppenhauer Str. 152, 58093 Hagen, Tel.: 58 83 00, jeden Donnerstag ein anderes Programm, Info: s. S. 42

14:00 – 17:00 Uhr

**Spielesachmittag**, AWO Begegnungsstätte Vorhalle, Stadtteilhaus Vorhalle

15:00 – 16:00 Uhr

**Seniorentanz**

Kreis-, Block-, Line-, Contra-Tänze anschließend Sitztänze und geselliges Beisammensein

in der Jakobus-Kirchengemeinde Hilfe-Mitte, Helfer Str. 66, Info: Tel. 88 08 76 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 – 19:00 Uhr

**Skatclub**, Ansprechpartner: Erwin Pfeiffer, Tel.: 70883, AWO Begegnungsstätte Schultenhof, Info: s. S. 42

15:00-17:00 Uhr

**Jung trifft Alt** - Seniorennachmittag Gesellschaftsspiele, Gedächtnstraining, Vorträge, Gymnastik etc., Mehrgenerationenhaus des Kinderschutzbundes, Potthofstr. 20, Tel. 38 60 89-0

14:30 - 16:30 Uhr

**SeniorInnen-Nachmittag**, Ansprechpartnerin S. Homberger, Begegnungsstätte der Ev. Dreifaltigkeits-Gemeinde, Eppenhauer Str. 152, 58093 Hagen, Tel.: 58 83 00, Infos: s. S. 42  
Jeden Donnerstag ein anderes Programm

15:00 – 17:00 Uhr

**Das Beratungsbüro Netzwerk Demenz hat geöffnet**, Altes Stadtbad Haspe, (Büro der Evangelischen Stiftung Volmarstein), Berliner Str. 115

18:00 - 21:00 Uhr

**Selbsthilfegruppe Angst**, Ansprechpartner: Herr Niesen 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. 42

## Jeden 1. Donnerstag

15:00 Uhr

**Vorlesen und begeistern ein Hagener-Projekt**

Vorlesen mit Frau Bonefeld, Die Hagener EFl liest Kurzgeschichten vor und regt zum Gedankenaustausch an. Stadtteilbücherei Hohenlimburg, Langenkampstr. 14 (Hoesch Gebäude), Info unter Tel.: 207 - 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 oder 01 75 - 5 23 22 29

15.30 - 17.30 Uhr

**Demenzcafé für Demenzkranke und ihre Angehörigen** - informelles Treffen bei Kaffee und Kuchen mit Betreuung der Demenzkranke, 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 oder 2 04 67 58 oder 7 02 00 oder 01 74 - 5 13 72 57

## Jeden 3. Donnerstag

11:00 - 12:00 Uhr

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

14:00 – 16:00 Uhr

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



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

goldschmiede im von Hagen juweliers

Kostenlos im Sparkassen-Karree

**Über 50 Jahre in Hagen!**



**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 ...**

**Caritas Sozialstation**



- Pflege zu Hause  
- Pflegeberatung  
- Hausnotruf  
- Hilfe im Alltag



**Wir sind für Sie da!**  
**023 31/171680**

**Caritas-Sozialstation**  
sozialstation@caritas-hagen.de  
www.caritas-hagen.de

**Kontaktstelle Roncalli-Haus**  
Boeler Kirchplatz 15  
58099 Hagen



ob nah, ob fern, ob groß, ob klein

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

Hauptgeschäft:  
**Wetter**  
Nielandstr. 14-16  
**Hagen**  
**Witten**

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

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

**Kostenfreie Rufnummer 08 00-6 66 88 88**

### Jeden letzten Donnerstag

15:00-17:00 Uhr

**Gesprächskreis für pflegende Angehörige von Demenzkranken** - informelles Treffen und wechselnde Vorträge zum Thema, Roncalli-Haus, Boeler Kirchplatz 15, 58099 Hagen, Gesprächsleitung: Dagmar Roggenkamp, Marianne Schulte, Regina Erdmann, Veranstalter: Betreuungsgruppe Hagen-Nord, (Diakonie, Caritas Verband, Johanniter-Unfall-Hilfe, e.V., Nachbarschaftshilfe e.V. Hagen, Wohlbehagen), Seniorenzentrum Buschstr., Tel.: 93 99 -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**, Einstieg ist zu jeder Zeit möglich, Leitung: Marion Junker, Tel.: 4 73 90 90, Begegnungsstätte im Alten Stadtbad, Berliner Str. 115, 58135 Hagen, Gebühr für 10x: 30

**Entspannungsgymnastik**, Info: AWO Haspe, Hüttenplatz 3, Tel.: 4 14 77

10:00 - 12:00 Uhr

**Maltreff**, Leitung: Karin Vogel, Info: AWO Begegnungsstätte Wehringhausen s. S. 42

11:00 Uhr

#### **Wandergruppe**

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

12:30 Uhr

**Spielgruppen**, Canasta und 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, s. S. 42

20:00 – 21:30 Uhr

**Gymnastikkurs** der AWO Begegnungsstätte Hohenlimburg, Turnhalle Heideschule Leitung: Sigrid Leifels

### Jeden 1. Freitag

15.00 Uhr bis 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 Uhr bis 16.30 Uhr

**Diareihe** – „Berliner Spaziergänge“, Referent: Gerd Otto

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

15.00 Uhr bis 18.00 Uhr

20.04.2012, 18.05.2012, 15.06.2012  
**„Die Kräuterdame kocht“** in der AWO Begegnungsstätte Carlo Ross, Info s. S. 42

Anmeldung bei Manuela Mainka, Tel.: 02331 / 3846012

### Jeden 1. Samstag

15.00 Uhr bis 17.00 Uhr

**Demenzcafé Eppenhause**n, Betreuung von Demenzkranken, Begegnungsstätte Eppenhause, Eppenhause Str. 154, Leitung: Beate Wiewiorka, Diakonisches Werk, Tel. 38 09-410 ruht zur Zeit und findet wenn in der Martin-Luther-Str. statt.

### Jeden 2. Samstag

11:00 Uhr

**„Literaturstammtisch“, Erzählcafé** „Altes Backhaus“ e. V., Langestr. 30, 58089 Hagen, Tel.: 0 23 31 - 33 25 86

### Jeden 3. Samstag

Von 10.00 bis 12.00 Uhr (September bis April)

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

Von 14:30 Uhr bis 17:30 Uhr

**Samstags-Tanzcafé**, Eintritt 1,50 €, Info: AWO Begegnungsstätte ha. ge.we Kulturhof Emst, s. S. 42

### 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. 954283 oder H. Bischof, Tel.: 2 74 75

### Jeden 4. Sonntag

11:00 Uhr

**„Philosophencafé“**, Leitung: I. Schürmann, Erzählcafé „Altes Backhaus“ e. V., Langestr. 30, 58089 Hagen, Tel.: 0 23 31 - 33 25 86



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

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

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

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

**Oder besuchen Sie uns im Internet: [www.holibau.de](http://www.holibau.de)**

**Wohnen mit Mehrwert!**

Unser Wohngebiet „Im Spieck“ hat in den vergangenen Monaten sein Gesicht verändert. Die ursprüngliche Bebauung zeigte sich trist und nicht mehr attraktiv. Das nahmen wir zum Anlass, die beliebte Wohnlage genau in Augenschein zu nehmen und die vorhandene Bebauung zu überdenken. Die Neuplanung teilte sich in 4 Bauabschnitte auf.

Nachdem nun die ersten zwei Bauabschnitte mit Bestandserhalt und Komplettsanierung sowie mit Bebauung von Eigenheimen für junge Familien abgeschlossen sind, folgen die weiteren Schritte.



Redaktioneller Beitrag vom Hohenlimburger Bauverein

Es entstehen barrierefreie Wohnungen mit Komfort! In grüner, ruhiger Lage mit fußläufigen Einkaufsmöglichkeiten und guter Verkehrsanbindung werden Wohnhäuser mit Aufzug, barrierefreien Bädern und gepflegten Außenbereichen erstellt. Der Baubeginn ist für das 2. Halbjahr 2013 geplant.

Damit wir bei den Planungen die Wünsche unserer Mitglieder berücksichtigen, wird das InWIS-Institut aus Bochum im April eine telefonische Befragung durchführen. Auch öffentliche Haushalte werden in die Befragung einbezogen. Alle Angaben sind freiwillig und werden anonym ausgewertet.

Wir freuen uns auf die Anregungen rund um das Wohnen, damit die neuen Wohnungen bestens auf die Wohnbedürfnisse der zukünftigen Mieter abgestimmt sind.

Wenn auch Sie sich für eine barrierefreie Komfort-Wohnung interessieren, rufen Sie uns an! Wir beraten Sie gern.

**Hohenlimburger Bauverein eG, Wiesenstr. 5  
in 58119 Hagen-Hohenlimburg,  
Tel. 02334/9588-0 • [www.holibau.de](http://www.holibau.de)**

## Frühstück

10:00 - 12:00 Uhr (jeden 1. Donnerstag im Monat)

**„Frühstück bei Tiffany“**, Kosten: 4,00 €, Voranmeldung unter 0 23 31 - 8 99 30 Info: AWO Begegnungs- und Beratungszentrum Carlo Ross, Fraunhoferstr. 18, 58097 Hagen, s. S. 42

Montags - freitags 10:00 - 12:00 Uhr, AWO Westerbauer, Enneper Str. 81

**Jeden Freitag Marktfrühstück ab 08.30 Uhr** in der AWO-Begegnungsstätte Vorhalle im Stadtteilhaus Vorhalle (außer 30.12.2011)

10.00 – 12.00 Uhr

**Montagsfrühstück**“, AWO Schulenhof, Info, s. S. 42

## Mittagstisch

Mo - Fr von 11:30 - 14:00 Uhr, **Begegnungsstätte „Oller Dreisch“**, Eugen-Richter-Str. 21, 58089 Hagen, Tel.: 0 23 31 - 3 54 35 62

Mo - So ab 12:00 Uhr

**Ev. Altenwohnheim Dahl**, Zum Bollwerk 13, Tel. 02337 4747-0,

Mo - Fr von 12:00 - 14:00 Uhr

Sa - So von 12:30 - 14:00 Uhr

**Ev. Krankenhaus Hagen-Haspe**, Cafeteria, Brusebrinkstr. 20, 58135 Hagen

Mo - Fr von 12:00 - 14:00 Uhr

**Roncalli-Haus**, Boeler Kirchplatz 15, Tel. 4832415

Mo - So von 12:00 - 13:00 Uhr

**Friedhelm-Sandkühler-Seniorenzentrum**, Hüttenplatz 46-48, Tel.: 90 34 - 00

Mo - So von 12:00 - 13:00 Uhr,

**Essensausgabe bis 12:15 Uhr** Pflegeheim St. Martin, Fontaneweg 30, Tel.: 69 17 - 0

Mo - Fr von 12:00 - 14:00 Uhr

**AWO Westerbauer**, Enneper Str. 81

Mo - Fr von 12:00 – 13:15 Uhr **DRK-Haus**, Speiseraum im Gartengeschoss, Feithstr. 36,

Tel.: 95 89 22 o. 5 50 65

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

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

Di + Do von 12:00 – 13:00 Uhr **AWO Hohenlimburg, Im Lennepark**, Klosterkamp 40, Tel.: 0 23 34/ 4 28 53

Fr von 12:00 – 12:30 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.**



Du kannst dem Leben  
nicht mehr Tage geben,  
aber dem Tag mehr Leben.  
Chinesische Weisheit



# Senioren Dienst

## Rund-um-Betreuung

### Was verstehen wir darunter?

Für uns bedeutet eine Rund-um-Betreuung die Vereinigung von Hilfe in hauswirtschaftlichen Tätigkeiten und der persönlichen Betreuung von Menschen in jedem Alter.

Wir betrachten uns als Helfer, die auf Unterstützung angewiesene Menschen und deren Angehörige auf dem Weg zu einem selbstgesetzten Ziel in allen Lebenslagen begleitend zur Seite stehen.

Es geht nicht nur darum, dass wir Ihnen im Alltag helfen Aufgaben zu erledigen, für die Sie Unterstützung benötigen. Sondern wir möchten Ihnen dabei gleichzeitig ein vertrauensvolles Gefühl des Wohlbefindens bei Gesprächen, beim Lachen und bei Unternehmungen verschaffen.



### Betreuung

Eine bis zu max. zwei Bezugspersonen unseres Teams stehen Ihnen mit all ihren Ressourcen zur Verfügung und sind immer wieder in der Lage, die Betreuung individuell den jeweiligen Lebensumständen entsprechend flexibel zu gestalten.

Ihnen ein hohes Maß an geistiger Selbstständigkeit und Kreativität, Eigenmotivation und Selbstlenkung zu erhalten, ist unser Ziel.

### Demenzbetreuung

Die Betreuung von Menschen mit Demenz ist harte Arbeit, die dem Betreuenden sehr viel abverlangt. Ganz wichtig ist es, den an Demenz erkrankten Menschen mit genauso viel Respekt gegenüber zu treten, den man für sich selbst wünscht.

Wir unterstützen Sie dabei mit unseren reichhaltigen Erfahrungen, sowie einem kompetenten, entsprechend ausgebildeten Team.

Gerne nehmen wir Ihnen einen Teil Ihrer Last ab.

Gerne geben wir Ihnen telefonisch weitere Auskünfte über unsere Dienste.

## Rund-um-Betreuung

für jedes Alter

### Beratung

Wir entlasten die Familie von ständiger Kontrollfunktion und bedeuten in vielen Fällen eine spürbare Verbesserung des Familienfriedens.

Einen lieben Menschen in Gesundheit und Pflege zu unterstützen sehen wir als unsere Aufgabe, die wir mit viel Achtsamkeit und Empathie ausführen, wobei die Zertifizierung aller unserer Mitarbeiter eine selbstverständliche Grundbedingung hierzu darstellt.

### Hilfsdienste und Freizeit

Eine Betreuung, die als Einkaufshilfe beginnt, steht später auch gerne als Begleitung für Freizeitaktivitäten o. ä. zur Verfügung.

Wir kümmern uns um den berühmten „Nagel in der Wand“ genauso wie um Ihren Garten, wenn dies zu beschwerlich wird.

### Tipp:

Aus der Pflegeversicherung können zu betreuende Personen rund 100–200 Euro pro Monat (bei Pflegestufe) für die Betreuungsleistung erhalten. **Fragen Sie uns!**



Wir freuen uns auf Ihren Anruf!

**Festnetz: (0 23 36) 58 19**

**Mobil: 0160 99 100 331**

Ulla Benning  
Neumarkt 26

58332 Schwelm

Weitere Information:

[www.seniorendienst-schwelm.de](http://www.seniorendienst-schwelm.de)

**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

**Erzählcafé**

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

**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**

Martina Thurau, 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

**Stadtsporbund**

**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**.

**VHS Hagen**

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

**Begegnungsstätte Oller Dreisch**

Eugen-Richter-Str. 21, 58089 Hagen  
Tel.: 35 43 562  
Ansprechpartnerin: Frau Krahforst  
krahforst@caritas-hagen.de



**Chelonia**

aktiv bleiben  
sich wohl fühlen  
versorgt sein



**Wohnen im Alter**

Chelonia bietet moderne, modernsteuert gestützte Wohnungen (34 – 70 m<sup>2</sup>), die Sie selbst einrichten können. Zudem ist unser Begegnungsraum rund um die Uhr im Haus und kümmert sich auch um gesundheitliche Versorgung. Im Haus wird Verbandsbetreuung angeboten.

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

**DR.- MEDIC DANIEL NEFERU**



**PRIVATÄRZTLICHE PRAXIS  
FÜR AUGENHEILKUNDE  
ERNÄHRUNGSMEDIZIN | AKUPUNKTUR**

REHSTR. 17 | 58089 HAGEN | DR@NEFERU.DE  
KOSTENLOSE TEL.-NR. 08 00 - 37 63 33 78  
(0800 - DR NEFERU)

ÖFFNUNGSZEITEN:

MONTAG 10.00 BIS 12.00 UHR | SAMSTAG 11.30 BIS 14.00 UHR  
UND NACH VEREINBARUNG

**LEISTUNGSSPEKTRUM**

- Modernste Untersuchungsmethoden
- Kosmetische Operationen
- Diabetesuntersuchung der Netzhaut ohne Tropfen durch vollautomatische digitale Kamera
- Glaukomvorsorge mittels 3D-Sehnervausmessung
- Schlaganfallprofilaxe - Ermittlung des Schlaganfallrisikos mittels Gefäßanalyse

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



**Menschen. Wohnen. EWG.**

**Unsere Stärken – Ihr Vorteil**

- ✓ Zeitgemäß ausgestattete und bezahlbare Wohnungen für Jedermann.
- ✓ Persönliche Nähe zu unseren Mietern.
- ✓ Unterstützung unserer Mieter durch Hilfen im Alltag über Kooperationspartner, wie Stiftung Bahnsozialwerk.
- ✓ Keine Kautionszahlung zum Genossenschaftsanteil.
- ✓ Mieterbindung durch lebenslanges Wohnen im Bestand und gute Nachbarschaft.

Wir freuen uns auf das Gespräch mit Ihnen (Rufnummer: 0 23 31 / 20 07-11).



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

**Nachdem die Firma Faust Hörakustik in ihrem Jubiläumsjahr 2011 jeden Monat eine besondere Aktion angeboten hat, steht das Jahr 2012 nun ganz im Zeichen der Handwerkskunst der Hörgeräteakustik.**

Denn dass die Hörgeräteakustik ein Handwerk ist, das wissen nur die wenigsten Menschen. Und selbst wenn es bekannt ist, denken die meisten, das Handwerkliche sei mit der Abformung des Ohres und der Herstellung von Otoplastiken getan. Die wichtigste Arbeit und ein großer Teil des Handwerks besteht aber vor allem in der Anpassung des Hörgerätes an das individuelle Kundenbedürfnis und natürlich an den Hörverlust. Denn die Technik der Hörgeräte ist heute so fortgeschritten, dass der Hörverlust sehr gut versorgt werden kann. Dank der ausschließlich digitalen Hörgeräte, mit der die Firma Faust arbeitet, stehen dem Kunden viele verschiedene Möglichkeiten zur Wahl, um sein Hörvermögen zu verbessern.

Das Handwerk des Hörgeräteakustikers besteht also darin, dem Kunden dabei zu helfen, in seinen individuellen Situationen so gut wie möglich zurecht zu kommen. Um dies zu gewährleisten, bietet die Firma Faust ihren Kunden, neben viel Einfühlungsvermögen und Zeit, zusätzlich ein besonderes Hörtraining: Es handelt sich um ein sogenanntes koordiniertes Hörtraining. Dieses spezielle Hörtraining trainiert die zentralen Hörfunktionen des Kunden, denn gut funktionierende zentrale Hörfunktionen sind unter anderem für das Sprachverstehen im Störschall zwingend notwendig. Daher ist es wichtig diese zentrale Verarbeitung zu trainieren, denn nur dann kann der Kunde mit seinem Hörsystem gut hören und verstehen.

Wer Interesse an einem Hörtraining hat, der ist gerne zu einem der Schnupperkurse eingeladen, die regelmäßig in den Räumen von Faust Hörakustik stattfinden. Melden Sie sich an, damit auch Sie wieder besser hören und verstehen – egal ob mit oder ohne Hörsystem.



**Einladung zum „Tag des Handwerks“ am 15.09.2012!  
In den Geschäften Kampstraße und Freiheitsstraße!**

**Lernen Sie unsere Handwerkskunst kennen!**

**Kostenl. Probetragen der neuesten Hörgerätetechnik -  
Sonderangebote - Hörtest - ein schöner Tag rund um  
Ihre Ohren.**

**Kampstraße 15A • 58095 Hagen • Telefon: 02331/9711831  
Freiheitstraße 4 • 58119 HA-Hohenlimburg • Telefon: 02334/504203  
Info@faust-hoerakustik.de • www.faust-hoerakustik.de**