

Kultur im Quartier -
Aktionen für Jung und
Alt im Stadtteilzentrum
FeidikForum
Seite 6/7

Ferienstimmung für Ältere
und mehr!
Seite 13

Pflege geht jeden an
Seite 14/15

Sommerkonzerte
im Musikpavillon
Seite 16/17

Spaziertreffs für
Menschen ab 55 Jahren
Seite 25



Das Fenster

Zeitschrift für ältere
Bürgerinnen und Bürger

Ausgabe 03/2017

Wir bieten Ihnen Stationäre Pflege
und Kurzzeitpflege.



Seniorenzentren



SICHER, GEBORGEN UND ZU HAUSE.

Wolfgang-Glaubitz-Seniorenzentrum

Westberger Weg 44
59065 Hamm

Fon: 0 23 81 - 3 93-0
sz-hamm@awo-ww.de

Mehr zu uns unter: awo-seniorenzentren.awo-ww.de

LUDGERI
LEBENSRAÜME IM ALTER



Die LUDGERI-Pflegekette gibt Ihnen Sicherheit im Alter:

- Wir informieren
- schulen
- helfen...

Wohnberatung
Pflegeberatung
Seniorenberatung
Fortbildung

- **Gesprächskreis für pflegende Angehörige**

Jeden 3. Mittwoch im
Monat ab 18:30 Uhr
LUDGERI-Tagespflege
Schultenstraße 12
Vorgespräch erwünscht.

- **Senioren-Sprechstunde**

Jeden 2. Montag im
Monat, 9:00-18:00 Uhr
Haus der Pflege
Keine Anmeldung erforderlich.

Alle Informationen im
Haus der Pflege

Marinestr. 42 | 59075 Hamm
☎ 99547-0
www.ludgeri.com

Die LUDGERI Einrichtungen und Dienste mit ihrem Netzwerk rund um die ambulante und stationäre Betreuung begleiten Sie immer passend zu Ihrer persönlichen Lebenssituation.

Seniorenwohnungen: Unsere Mieter profitieren von unserer langjährigen Erfahrung und persönlichen Beratung.

Ambulante Pflege: Mit unserem Pflege-Plus-Service ermöglichen wir Ihnen ein Leben in Ihren eigenen vier Wänden.

Tagespflege: Ältere Menschen, die tagsüber nicht allein sein können oder möchten, nutzen diese Betreuung individuell und kehren abends in ihre eigene Wohnung zurück. Gerne organisieren wir dabei die Fahrten.

„Ein Tag für mich“
Ihr kostenfreier
Schnuppertag
in der Tagespflege
im Stephanus-Haus

Kurzzeitpflege: Ob Angehörige einmal Urlaub machen oder z. B. nach Krankenhausaufenthalt, in dieser Zeit sind Sie in unserer Kurzzeitpflege gut betreut.

Senioren-WG: Betreutes Wohnen für Menschen, die individuell in kleinen Gruppen von 8-9 Personen, rund um die Uhr, auch nachts, umsorgt leben möchten.

LUDGERI-Stifte: Unsere kleingliedrigen Wohnanlagen mit viel Wohnqualität. Wertschätzung des Alters und ein an den Bedürfnissen orientierter Tagesablauf schaffen Lebensqualität auch im hohen Alter.

LUDGERI-Forum e. V.: Der Verein ist Ansprechpartner für Fragen zur Demenz-Erkrankung sowie zur Entlastung von pflegenden Angehörigen und fördert eine stadtteilorientierte Seniorenarbeit.

Ein Stück von Bockum-Hövel.

Als Familienunternehmen sind wir mit unseren Einrichtungen und Diensten fest im Stadtteil verwurzelt und übernehmen mit unseren Mitarbeitern/Innen die Verantwortung für das Wohl der uns anvertrauten Menschen.

Familie Metz und Team

Liebe Leserinnen, liebe Leser,

Sie halten in diesem Augenblick die Sommerausgabe unserer Seniorenzeitschrift in den Händen. Die Hälfte des Jahres 2017 ist schon wieder Vergangenheit, aber noch haben die Sommerferien, die in diesem Jahr erst sehr spät liegen und an denen sich viele Urlaubs- und Veranstaltungsplanungen orientieren, nicht begonnen.

Rein sportlich gesehen ist dieser Sommer ein „Zwischen – Sommer“. Die Fußball – WM, in der die deutsche Fußball – Nationalmannschaft ihren Titel verteidigen kann, startet erst im kommenden Jahr und die nächsten Olympischen Sommerspiele finden sogar erst wieder im Jahr 2020 in Tokio statt. Also bleibt genügend Zeit und Raum, um zum Beispiel einmal das Seniorenkino zu besuchen oder sich den vie-

len kulturellen Ereignissen in unserer Stadt zu widmen.

So weiß die „Kulturzeit im Kurpark“ wieder einmal mit klassischen Klängen, rockigen Tönen, Shantys und Folkpop zu begeistern. Alle Termine der Konzertreihe im Musikpavillon mit ausführlicher Beschreibung finden Sie in dieser Ausgabe unserer Zeitung. Falls Sie einmal zu Fuß Ihren Stadtteil erkunden und dabei in Gemeinschaft mit anderen neue Wege und Kontakte finden möchten, dann schauen Sie doch einmal bei einem der Spaziertreffs für Menschen ab 55 vorbei. Über diese neuen Angebote und wo sie zu finden sind, berichten wir ebenfalls in dieser Ausgabe.

Wie eine Pflegesituation zu Hause durch das in Kraft getretene Erste Pflege-

stärkungsgesetz insgesamt entlastet und erleichtert werden kann, zeigt der ausführliche Beitrag der Wohn- und Pflegeberatung des Amtes für Soziales, Wohnen und Pflege der Stadt Hamm. So ist offensichtlich noch gar nicht hinreichend bekannt, dass mit der Pflegereform unter anderem die Inanspruchnahme von Tagespflege besonders gefördert wird. Die Wohn- und Pflegeberatung berät dazu neutral, unabhängig und natürlich kostenlos.

Ihnen, liebe Leserinnen und Leser, wünschen wir schöne, sonnige und erholsame Sommertage!
Viel Spaß bei Lektüre und Terminauswahl!

■ Die Redaktion

Impressum

Herausgeber:

Stadt Hamm
Der Oberbürgermeister
Amt für Soziale Integration
Gribsch & Rochol Druck,
Hamm

Auflage: 5.500
Im Juni 2017
Ausgabe 3/2017

Redaktionsmitglieder:

Ursula Halbe, Jürgen Halbe
Petra Rasche, Andreas Pieper

Titelbild:

Thorsten Hübner

Anzeigen:

Verkehrsverein Hamm e. V.
N. Pake,
Tel.: 0 23 81 / 37 77 22
pake@hamm-magazin.de

Bei Rückfragen stehen wir Ihnen gerne zur Verfügung

Stadt Hamm
Amt für Soziale Integration
Herr Andreas Pieper
Frau Petra Rasche
Tel.: 02381/17-6761
02381/17-6731
Fax: 02381/17-2956
E-Mail:
pieper@stadt.hamm.de
raschep@stadt.hamm.de
Weitere Infos: www.hamm.de

Inhalt

(Selbst) -Sicher unterwegs....	5
Kultur im Quartier - Aktionen für Jung und Alt im Stadtteilzentrum FeidikForum	6/7
Seniorenfrühstück- ab Juli neues Angebot in der Mitte	8
Das FAIR-Kaufhaus - offen für Jedermann	9
Fortbildung für Ehrenamtliche in der Seniorenarbeit im Bildungszentrum Sorpese	10/11
Starke Sätze. Glaube, der durchs Leben trägt	12
In eigener Sache....	12
Ferienstpaß für Ältere und mehr!	13
Pflege geht jeden an	14/15
Sommerkonzerte im Musikpavillon	16/17
Stromspar-Check - Was ist das?	18
„Nähe & Frische“ im Café Mare (im Maximare)	19
Sparkassen-Seniorenkino in Hamm	20
TeaTime – very british - Teetrinken wie die Queen	22/23
Sicherheitspartner der Kriminal- und Verkehrsunfallprävention	24
Spaziertreffs für Menschen ab 55 Jahren	25
Barrierefreie Haushaltsgeräte – neue Publikationen zeigen Handlungsbedarf auf	26
Deutscher Seniorentag 2018	29
Neues Angebot „Patientenbegleitung“	31
Jetzt haben wir alles...	32/33
Termine / Veranstaltungshinweise	ab 34



(Selbst) -Sicher unterwegs....



Trotz eingeschränkter Mobilität mit Hilfe des Öffentlichen Personennahverkehrs mobil sein und es möglichst lange bleiben. Sich „trauen“, auch mit Hilfsmitteln wie Rollator und/oder Rollstuhl den Bus zu benutzen.

Das war das Ziel des Ende April durchgeführten Mobi-



lilitätstrainings in der Stadtmitte. Bei dem Angebot handelte es sich um eine Kooperationsveranstaltung des Amtes für Soziale Integration/Altenhilfe, des Stadtsportbundes, der Stadtwerke sowie des Mehrgenerationenhauses im FeidikForum.

Gestartet wurde mit einer theoretischen Einführung

in der Stadthausgalerie. Danach ging es gemeinsam zum Vorplatz an der Pauluskirche, wo der Bus bereits wartete.

Bewegungsabläufe beim Einsteigen, das Verhalten im Bus einüben und Sicherheit gewinnen war hier das Ziel der ersten Übung, bei der natürlich auch jeder der fast 30 Teilnehmerinnen und Teilnehmer „drankam“. Ein weiterer wesentlicher Aspekt war auch, den überwiegend älteren Teilnehmer die Selbstsicherheit zu vermitteln, z.B. den Busfahrer gegebenenfalls um Hilfe zu bitten bzw. Anliegen deutlich in Richtung Fahrer zu äußern.

Lustige Begleiterscheingung während der gemeinsamen Fahrt zu Kaffee und Kuchen im Mehrgenerationenhaus war der Anblick der von den begleitenden Mitarbeiterinnen fast kunstvoll gestapelten Rollatoren im hinteren Teil des Busses.

Am Ziel angekommen, verschaffte die fachlich und geduldig vermittelte „Aussteigetechnik“ gleich viele freudige Aha-Erlebnisse und die Erkenntnis: „So einfach ist das“. Während der verdienten Kaffeepause konnten noch viele individuelle

Fragen durch den Fahrdienstleiter der Stadtwerke beantwortet werden.

Am Ende der Veranstaltung wieder an der Pauluskirche angekommen, wurde ein letztes Mal das Aussteigen geübt und man blickte in viele zufriedene Gesichter.

An dieser Stelle noch einmal ein herzlicher Dank an alle verantwortlich Beteiligten, die zum Gelingen dieser Veranstaltung beigetragen haben. Auf Grund der großen Resonanz wird bereits über eine Folgeveranstaltung nachgedacht.

■ Ulrike Tornscheidt

Bild unten:
© Kzenon – Fotolia.com



Kultur im Quartier - Aktionen für Jung und Alt im Stadtteilzentrum FeidikForum

Wir finden den Weg. Gemeinsam.

Outlaw

Kinder- und Jugendhilfe



Der Hammer Künstler Osman Bol war bereits mit einigen Bürgerinnen und Bürgern aktiv: Gemeinsam haben sie lebensgroße Holzfiguren von Menschen aus dem Quartier gestaltet - z.B. von Friseur Stephan Scholz oder dem Ehepaar Plückebaum. Die Teilnehmer*innen waren zwischen zehn und 94 Jahren alt und so motiviert, dass derzeit überlegt wird, das Projekt weiter zu führen.

und Kuchen ins Gespräch.

Das nächste Mal geht es am 8. September ins Museum unter dem Motto: „Abtauchen in die 50er“. Neben einem Spaziergang durch die stadthistorische Abteilung des Gustav-Lübke-Museums wartet noch eine Überraschung auf die Senior*innen - und natürlich Kaffee und Kuchen. Anmeldungen nimmt das Stadtteilzentrum FeidikForum unter der Tel.: 91 58 51 01 entgegen.

Sehr kreativ und kulturell geht es derzeit im Stadtteilzentrum FeidikForum zu: Viele Kunstwerke sind schon entstanden und weitere Veranstaltungen locken mit abwechslungsreichen Angeboten im Quartier.

Auch der erste Museumsbesuch für Senior*innen war ein voller Erfolg: Am 12. Mai besuchten 11 Senior*innen die Porzellanexposition des Gustav-Lübke-Museums, gestalteten im Anschluss kunstvolle Teller und kamen bei Kaffee

Ein weiteres Kunstprojekt wartet in den Sommerferien auf Jung und Alt: Vom 7. bis 11. August, jeweils von 10:00 bis 14:00 Uhr erkunden die Teilnehmer*innen (Mindestalter: 8 Jahre) - „bewaffnet“





mit Bleistift und Skizzierblock - ihre Stadt und erleben das Quartier südliche Innenstadt aus einer neuen Perspektive.

Sich Zeit nehmen, Stimmungen einfangen und eigene Impressionen anfertigen- mit viel Ruhe entstehen ganz individuelle Kunstwerke. Vorkenntnisse sind nicht nötig, jede*r ist willkommen! In einer kleinen Mittagspause ist für eine Stärkung gesorgt. Die Kosten für das

Material betragen für Teilnehmer*innen ab 18 Jahren 20 Euro für Skizzenblock, Stifte und Getränke, der Mittagssnack muss extra bezahlt werden. Teilnehmer*innen unter 18 Jahren sind von den Kosten befreit.

Patricia Klein, Leiterin der Jugendkunstschule, bietet diesen Kurs an.

Um telefonische Anmeldung wird gebeten.

Kontakt:
Stadtteilzentrum FeidikForum
Feidikstraße 27
59065 Hamm
Tel.: (02381) 91585101

■ Ernestine Graf
Quartiersentwicklerin

Bild oben rechts:
© Thorsten Hübner



Mitten in Hamm!

Tagespflege | Kurzzeitpflege | Vollzeitpflege

Füreinander da sein –
Miteinander wohlfühlen.

Hansa

Leben wie ich will.

www.hansa-gruppe.info

HANSA Tagespflege im Medicum | Südstraße 16 | Tel.: 02381 97222-903
HANSA Pflegezentrum im Medicum | Südstraße 16 | Tel.: 02381 97222-900
HANSA Seniorenzentrum „An St. Agnes“ | Nordenwall 22d | Tel.: 02381 9025-0

Seniorenfrühstück- ab Juli neues Angebot in der Mitte

In Gemeinschaft mit anderen den Tag beginnen, neue Kontakte knüpfen, Spaß haben, sich austauschen und informieren:

Seit fast 25 Jahren bietet die Altenhilfe der Stadt Hamm in verschiedenen Kooperationen diese Möglichkeit des gemeinschaftlichen Erlebens im Rahmen Offener Seniorenfrühstücke an. Ausgehend vom ersten Angebot dieser Art im Hammer Norden sind aufgrund des großen Zuspruchs und Erfolges im Laufe der Jahre auch in allen anderen Stadtbezirken (-teilen) „Offene Seniorenfrühstücke“ entstanden.

Aufgrund der ungebrochenen großen Resonanz freuen

wir uns, nun ein weiteres Angebot dieser Art ankündigen zu dürfen.

In Kooperation mit dem Seniorenzentrum Haus An St. Agnes startet das erste Seniorenfrühstück am **Montag, den 31.07.2017 um 9.00 Uhr** in der Cafeteria des Hauses am Nordenwall 22 D. Weiterhin findet das Angebot jeden 4. Montag im Monat dort statt. Es wird ein Kostenbeitrag von 3€ erhoben. Alle älteren Bürgerinnen und Bürger des Stadtbezirkes sind herzlich eingeladen. Über das neue Angebot in ihrem Haus hinaus freut sich Einrichtungsleiterin Ulrike Pesch auch über die dazugewonnene Möglichkeit, „das Haus für den Stadtbezirk zu

öffnen und das Miteinander der Bewohner des Hauses und den Bürgern des Sozialraumes zu fördern.“

Da die Vorbereitung und Durchführung der Seniorenfrühstücke traditionsgemäß in den Händen von ehrenamtliche Helferinnen und Helfern liegt, sind Bürgerinnen und Bürger, die sich im Rahmen dieses Angebotes ehrenamtlich engagieren wollen, herzlich eingeladen, sich mit Tatkraft und Ideen einzubringen. Bei Rückfragen und Interesse melden Sie sich bitte beim Amt für Soziale Integration/Altenhilfe, Fr. Tornscheidt
Tel.: (02381) 17-6733.

■ Ulrike Tornscheidt



Das FAIR-Kaufhaus - offen für Jedermann

Wir sagen allen Spendern und Kunden ein herzliches Dankeschön, die es ermöglicht haben, das Kaufhaus so erfolgreich zu etablieren. Wir sind überwältigt von dem Zuspruch der Menschen aus Bockum-Hövel und darüber hinaus.

Wie oft hörten wir, „solch ein



Kaufhaus hat hier im Stadtgebiet noch gefehlt“! Es wird die gute Sache gelobt und die Idee, gebrauchte Ware zum fairen Preis weiterzugeben und damit besonders den Aspekt der Nachhaltigkeit in den Vordergrund zu stellen. Aber auch das Anliegen, eine preiswerte Einkaufsmöglichkeit für Menschen zu schaffen, die mit jedem Cent rechnen müssen, möchten wir mit diesem Angebot

erreichen. FAIR wird bei uns groß geschrieben.

Das FAIR-Kaufhaus bietet ein umfangreiches Sortiment von Bekleidung für die ganze Familie über Haushaltswaren und kleinere Möbelstücke. Es gibt nahezu nichts, was Sie bei uns nicht bekommen können: selbst Rollatoren können Sie bei uns preiswert erwerben, aber auch Bettwäsche, Gardinen oder Spielachen.

Wenn Sie Fragen zur Existenzsicherung haben, können Sie bei uns immer dienstags von 10:00-12:00 Uhr und mittwochs von 14:00-16:30 Uhr Beratung von einer fachlich geschulten Mitarbeiterin der Caritas erhalten. Fragen zur Rente werden jeden ersten Mittwoch im Monat von 16:00-18:00 Uhr beantwortet. Zudem haben wir im FAIR-Kaufhaus einen Raum der Begegnung, in dem Sie mittwochs von 10:00-12:00 Uhr und donnerstags von 14:00-18:00 Uhr herzlich zum Gespräch bei Kaffee und Kuchen eingeladen sind.

Kommen Sie zur Oswaldstraße 21! Wir haben die Geschäftsräume neben der Post. Die Träger des FAIR-Kaufhauses – der Caritasverband Hamm, die Caritas-Konferenzen St. Pankratius,

St. Stephanus/Herz Jesu und Christus König mit der Kirchengemeinde der Pfarrei Heilig Geist – freuen sich auf Ihren Besuch.

Wenn Sie das FAIR-Kaufhaus mit einer Sachspende oder durch ehrenamtliches Engagement unterstützen möchten, kommen Sie während der Öffnungszeiten dienstags bis freitags von 14:00-18:00 Uhr und mittwochs und freitags zu Markttagen auch morgens von 10:00-12:00 Uhr und sprechen Sie uns an.

FAIR – Kaufhaus
Bockum-Hövel
Oswaldstraße 21
59075 Hamm
Tel.: (02381) 8760510
Fax: (02381) 8760511
Email:
kaufhaus@caritas-hamm.de



Fortbildung für Ehrenamtliche in der Seniorenarbeit im Bildungszentrum Sorpesee

Zum wiederholten Mal fand auch in diesem Jahr die Fortbildung für Ehrenamtliche in der Seniorenarbeit im Bildungszentrum Sorpesee, Sundern-Langscheid statt. 16 Teilnehmer/innen hatten sich auf die Reise gemacht. Schon die Busfahrt bei herrlichem Wetter war ein Erlebnis. Begleitet wurden sie, wie auch in den Vorjahren, von der Seminarleiterin Franzis Schwarz.

In Langscheid angekommen, bezogen sie zunächst ihre Zimmer, die überwiegend mit dem Blick auf den Sorpesee lagen. Danach fand die Einführung in das Seminar durch Andreas Pieper vom Amt für Soziale Integration statt. Eine Vorstellungsrunde war inso-

fern wichtig, da sechs neue Mitarbeiterinnen an diesem Seminar teilnahmen.

Sie sahen jedoch der neuen Gruppe mit Gelassenheit entgegen. Schnell spürten Sie, dass sie akzeptiert und in die Gemeinschaft aufgenommen wurden. Dazu beigetragen hat jedoch auch am Nachmittag eine Schifffahrt auf dem Sorpesee, so dass alle miteinander ins Gespräch kamen. Diese angenehme Atmosphäre setzte sich auch in den Abendstunden nach einem ausgiebigen Abendessen fort.

Am Dienstag fanden sich die Psychologen Ernestine Graf und ihr Ehemann Frank Klüner ein. Das Duo war

den meisten Teilnehmern bekannt. Es gelang ihnen, die Gruppe zu fesseln im Gespräch, durch Gruppenarbeit und eine kleine Meditation zwischendurch. Fühlen, Denken, Handeln war ihr Thema und es gelang ihnen, die Neugierde zu wecken und zum aktiven Mitmachen anzuregen. Es kamen dabei so interessante Aussagen und Erzählungen zustande, dass niemand merkte, wie schnell die Zeit verging.

Mittwochvormittag nahm uns Herr Dr. Stefan Roggenbuck mit auf eine digitale Reise zur Ostküste der USA und führte uns ein in die Geschichte der Einwanderung und die aktuelle Ent-





wicklung in den USA. Seine Art zu referieren begeisterte und Alle waren fast traurig, als die Zeit des Vortrags vorbei war.

Der Mittwochnachmittag bot dann ein Kontrastprogramm: Das Kinder- und Jugendhospiz Balthasar in Olpe. Profil, Aufgaben und Tätigkeiten



wurde von Frau Halbe, seit über 20 Jahren in der Einrichtung tätig, vorgestellt. Einfühlsam und doch realitätsnah beschrieb sie die Situation der sterbenden Kinder und Jugendlichen sowie die Begleitung durch ihre Angehörigen. Viele Fragen wurden aus unserem Kreis gestellt und die anfängliche Beklemmung löste sich nach

und nach auf. Einige Teilnehmer hatten die Einrichtung in Olpe schon einmal besucht und konnten die Ausführungen der Referentin bestätigen. Doch es blieb eine deutliche Nachdenklichkeit über diese schweren Schicksale im Raum.

Die Referentin am Donnerstag zum Thema war krankheitsbedingt ausgefallen. Frau Agnes Bergmann, Teilnehmerin des Seminars, erklärte sich spontan bereit, durch musikalische Unterstützung mit der Gitarre den Gesang der Gruppe zu begleiten. Dazu bot sie als erprobte Tanzanleiterin die Durchführung von Sitztänzen mit der entsprechenden klangvollen Musik von einem Gerät an, das über 500 Melodien zur Auswahl hatte. Um Abwechslung in den Morgen zu bringen, erzählte Frau Bergmann, die auch ausgebildete Märchenerzählerin ist, ein wunderbares Märchen.

Am Donnerstagnachmittag übernahm Herr Bins, seit Jahren in dieser Fortbildung eingesetzt, das Gehirntraining in altbewährter Form zum Thema: „Ganz schön knifflig! Nachgedacht und mitgelacht!“ Schon bald rauchten die Köpfe. Bei der Auswertung der Ergebnisse kamen oft erstaunte Bemerkungen

und Erkenntnisse zutage.

Wie in jedem Jahr war der Donnerstagabend dem „Abschiednehmen“ gewidmet. Viele nette Beiträge der Teilnehmer, Gesänge und kleine Zaubereien vom Gehirntrainer „Erubi“ - Ernst-Rudolf Bins brachten eine wunderbare Stimmung in die Gruppe.

Am Freitagvormittag schwärmten noch alle von dem Abend - aber es wurde nochmal ernst. Das Gehirn musste verstärkt arbeiten und es kamen überwältigende Ergebnisse des Trainings zum Vorschein.

Die Auswertung und der Rückblick auf diese abwechslungsreiche Woche gab allen Teilnehmern die Möglichkeit, ihre Eindrücke wiederzugeben. Es war insgesamt eine inhaltsreiche sowie gelungene Woche mit all den unterschiedlichen Themen und Gesprächen. Sicherlich wird über diese Woche noch in vielen Gruppen und Kreisen gesprochen und geschwärmt.

■ Franzis Schwarz

Bild unten links:
© siepmannH/pixelio.de
Bild rechts mitte: © Stephanie Hofschlaeger/pixelio.de

Starke Sätze. Glaube, der durchs Leben trägt

Ein besonderer ökumenischer Gottesdienst mit älteren und pflegebedürftigen Menschen sowie allen Interessierten findet am Samstag, dem 23. September, um 16 Uhr in der Christuskirche, Lange Straße (barrierefreier Zugang), statt.

Evangelische und katholische Kirchengemeinden im Hammer Westen laden zusammen mit konfessionellen stationären Pflegeeinrichtungen dazu ein, das Reformationsjubiläum gemeinsam zu feiern.

Dabei stehen - in Anlehnung an Martin Luthers 95 Thesen - „starke Sätze“ im Mittelpunkt des Gottesdienstes; das sind persönliche Glaubens- oder Lebensweisheiten, die sich im Gespräch mit älte-

ren Menschen als wichtig und tragfähig erwiesen haben.

So werden im Gottesdienst die Fotos der Seniorinnen und Senioren gezeigt, die ihre persönlichen Glaubens- und Lebenssätze präsentieren.

Musikalisch wird der Gottesdienst vom evangelischen Posaunenchor Hamm-Westen und dem Kirchenchor der Christuskirche mitgestaltet.

Im Anschluss daran ist Zeit für Begegnung und Gespräch und einen kleinen Imbiss.

Wir laden herzlich ein, dabei zu sein und mitzufeiern!

Im Namen des ökumenischen Vorbereitungsteams:

Wir trauern um Annette Isenberg-Pfützenreuter, die im April im Alter von 92 Jahren verstorben ist.

Frau Isenberg-Pfützenreuter war über einen Zeitraum von fast 20 Jahren ein sehr engagiertes Mitglied des Teams unserer Seniorenzeitschrift.

Mit unzähligen Berichten, Reportagen und Geschichten hat sie maßgeblich zu dem lebendigen Erscheinungsbild



■ Sabine Saurbier,
Gemeindereferentin
(Pastoralverbund
Hamm-Mitte-Westen)

■ Ulrike Kreutz,
PfarrerIn
(Ev. Kirchengemeinde Hamm)

■ Brigitte Bergmann
(Ev. Kirchengemeinde Hamm,
Gemeindebezirk West,
Christus- und Apostelkirche)

■ Monika Buchmann
(Caritas Altenwohn- und
Pflegeheim St. Vincenz-
Vorsterhausen)

■ Nicole Hölker
(Caritas Seniorenzentrum
St. Bonifatius)

■ Ulrike Schreyer
(Ev. Perthes-Stiftung e.V.,
Altenzentrum St. Victor)

unserer Seniorenzeitschrift
begetragen.

Für ihr großartiges ehrenamtliches Engagement im Dienst unserer Leserinnen und Leser sind wir sehr dankbar.

Wir werden Annette Isenberg-Pfützenreuter immer in freundschaftlicher Erinnerung behalten.

■ Die Redaktion

In eigener Sache....

Ferienspaß für Ältere und mehr!



Unter dem Slogan „ Ferienspaß für Ältere“ bietet der StadtSportBund Hamm auch in diesem Jahr wieder ein abwechslungsreiches Sportangebot für die Generation 60+ an. In der Zeit vom 17. bis 22. Juli haben sportbegeisterte Ältere dann die Möglichkeit, in Gemeinschaft und unter fachkundiger Anleitung kostenlos etwas für ihre körperliche und geistige Fitness zu tun.

Die Angebote reichen wieder von Aerobic über Wassergymnastik bis hin zum Drachenboot-Fahren. Damit auch Berufstätige die Angebote nutzen können, starten alle Sportstunden erst um 17.00 Uhr.

Zum Auftakt steht am Montag, 17.07. in der Theodor-Heuss-Sporthalle eine Aerobic-Stunde auf dem Programm. Im Wasser geht es dann am Dienstag weiter. Alle Wasserratten sind dann im Südbad in Berge zur Wassergymnastik eingeladen. Hier wird man merken, dass man auch im Wasser ins Schwitzen kommen kann.

„Fit im Kopf und flott auf den Beinen“ lautet das Motto der Gymnastikstunde am Mittwoch in der Theodor-Heuss-Halle. Dieses Bewegungsangebot widmet

sich sowohl dem Gehirn als auch der Koordination und Ausdauer, denn nur gut trainiert bleibt beides bis ins hohe Alter leistungsfähig. Am Donnerstag geht es dann auf dem Wasser weiter. Die gemeinsame Drachenbootfahrt auf dem Kanal macht nicht nur viel Spaß, sondern stärkt auch die Muskulatur und fördert Ausdauer und Gleichgewicht. Treffpunkt ist dann am Kanu-Verein Hamm hinter dem Gymnasium Hammonense. Am Freitag dürfen die Wander- oder Laufschuhe geschnürt werden. Vom Jahnstadion aus startet eine Walking-Stunde durch die schönen Grünanlagen rund um das Sportzentrum. Beim sportlichen Gehen werden Muskeln, Sprunggelenke und Waden auf schonende Art und Weise trainiert.

Die Abschlussveranstaltung am Samstag findet traditionell wieder im Südbad in Berge statt. Dann wird ab 10.00 Uhr Aquajogging angeboten. Mit dem Gürtel durchs Wasser laufend werden die Muskeln zwar aufgrund des speziellen Widerstandes intensiv beansprucht, die Gelenke jedoch geschont. Auf diese Weise wird nicht nur die Ausdauer verbessert, sondern auch das Wohlbefinden gesteigert.

Unsere Ferienspaß-Angebote finden auch in diesem Jahr wieder unter Leitung von Hannelore Vanscheidt statt und richten sich sowohl an Einsteiger als auch an sportliche Aktive. Die Teilnahme am Ferienspaß ist kostenfrei.

Anmeldungen richten Sie bitte schriftlich oder telefonisch bis zum 13. Juli 2017 an den

StadtSportbund Hamm e.V.
Stadthausstraße 3
59065 Hamm
Telefon: 15155

Bereits Anfang Mai ist ein weiteres Angebot aus dem Programm Bewegt ÄLTER werden in NRW!“ an den Start gegangen. In Kooperation mit dem MalTa Tagestreff am Nordenwall findet dort das Angebot zum Latschen und Tratschen statt.

Für Gäste des Tagestreffs sowie Senioren, die nicht gerne allein unterwegs sind wird ein gemeinsamer Spaziertreff mit kleinen Bewegungseinheiten angeboten. Die Teilnehmer sind immer mit viel Spaß bei der Sache und würden sich über weitere Mitstreiter sehr freuen.

Weitere Infos im Büro des SSB Hamm.

Pflege geht jeden an



Angehörige Pflegen/Entlastungsangebote für pflegende Angehörige/Tagespflege

Ist ein Mensch auf Hilfe angewiesen, stellt dies für alle Beteiligten eine große Herausforderung dar. Alle, die in und mit der Pflege zu tun haben, bringen täglich viel Kraft auf, um die oft plötzlich aufgetretene Situation und die damit verbundenen Änderungen im alltäglichen Leben zu meistern.

Jeder Mensch ist anders – und somit auch jede Pflegesituation. Eine größere Flexibilität bei verschiedenen Leistungen macht es möglich,

den individuellen Bedürfnissen pflegender Angehöriger besser Rechnung zu tragen.

Um hier für Sie und Ihre persönliche, individuelle Pflegesituation eine gute Grundlage zu schaffen, berät Sie die Wohn- und Pflegeberatung des Amtes für Soziales, Wohnen und Pflege der Stadt Hamm neutral, unabhängig und kostenlos.

Sie finden die Wohn- und Pflegeberatung im Gesundheitscenter des Maximare.

Durch das am 01. Januar 2015 in Kraft getretene Erste Pflegegestärkungsgesetz bekommen Betroffene deutlich

mehr Unterstützung. Zum einen wurden fast alle Leistungsbeträge der Pflegeversicherung um vier Prozent angehoben, weiterhin gibt es nun mehr Leistungen, die die Pflegesituation zu Hause insgesamt entlasten und erleichtern sollen.

Die Wohn- und Pflegeberatung hält umfassende Informationen zu den Leistungen der Pflegeversicherung und das Angebot an Diensten und Einrichtungen in Hamm für sie bereit.

Mit der Pflegereform ist seit dem 01.01.2015 die Inanspruchnahme von Tagespflege besonders gefördert. **Doch was genau bedeutet Tagespflege? Wo finde ich Tagespflegeeinrichtungen in Hamm?**

Tagespflegeeinrichtungen sind für pflegebedürftige Menschen vorgesehen, die aufgrund körperlicher, geistiger oder seelischer Beeinträchtigungen nicht in der Lage sind, allein in Ihrer Wohnung zu leben und tagsüber der Unterstützung bedürfen, ansonsten aber in ihren Familien oder von anderen Personen zu Hause gepflegt werden.

Die Tagespflege bietet den Gästen an selbstgewähl-

Wohn- und Pflegeberatung

Wir informieren und beraten Sie u. a. über

- Seniorenwohnungen
- Wohnraumanpassung
- Leistungen u. Angebote bei Hilfe-/Pflegebedürftigkeit und Demenz

Infos unter:
www.hamm.de/wohnberatung
www.hamm.de/pflege
www.hamm.de/demenz

Stadt Hamm
Amt für Soziales, Wohnen und Pflege
Abteilung Wohnen und Pflege

Neu!! Ab Mitte April erreichbar im

**GESUNDHEITSCENTER
BAD HAMM**

Wohnberatung:
Frau Lassonczyk
Tel.: 0 23 81 / 17 - 8102

Pflegeberatung:
Herr Stefan
Tel.: 0 23 81 / 17 - 8107



ten Tagen eine anregende Tagesstruktur mit pflegerischen Komponenten. Der Besuch der Tagespflege schafft durch sorgsam ausgewählte Beschäftigungsangebote, wie zum Beispiel Gedächtnistraining, Gesellschaftsspiele oder Gymnastik neue Anregungen für den Pflegebedürftigen.

Das gemeinsame Erleben in der Gruppe trägt dazu bei, sich selbst im Austausch mit anderen neu wahrzunehmen, eigene Ressourcen wieder zu gewinnen und einer Vereinsamung entgegenzuwirken.

Nicht zuletzt entlastet die Tagespflege ebenfalls die Angehörigen – sie verschafft ihnen Freiräume für die eigene Berufstätigkeit, dringende Termine oder die Möglichkeit einer kurzen Auszeit, wenn diese benötigt wird.

An dem Pflegegrad gemessen werden von der Pflegekasse Pflegekosten in Höhe von bis zu 1.612 € übernommen. Nehmen Sie Tagespflege in Anspruch, haben Sie daneben noch einen 100%igen Anspruch auf Pflegegeld oder Pflegesachleistungen.

In Hamm gibt es derzeit 7 Tagespflegeeinrichtungen ver-

schiedener Träger auf die einzelnen Stadtgebiete verteilt. Nähere Informationen zu den Tagespflegeeinrichtungen und zu allen weiteren Fragen im Pflegealltag können Sie bei der Wohn- und Pflegberatung des Amtes für Soziales, Wohnen und Pflege, Frau Ines Herde Tel. 17-8108 oder

Frau Johanna Hennenberg
Tel. 17-8119 erfahren.

■ Ines Herde
Amt für Soziales, Wohnen
und Pflege

Bild oben rechts:
© MEV-Verlag, Germany
Bild oben links:
© Rainer Sturm/pixelio.de



Seniorenzentrum
St. Bonifatius
Hamm

Hamm:
elephantastisch

Älterwerden in Hamm!

Lebenswert. Selbstbestimmt. Mittendrin.

Wir informieren Sie gern vor Ort in Ihrem Stadtteil zu den Themen:

- Rechtliche Vorsorge: u. a. Vorsorgevollmacht, Patientenverfügung
- Wohnen im Alter
- Pflege
- Rente
- Berufe mit Zukunft:
Pflege und Hauswirtschaft

Wir freuen uns auf Ihren Besuch am
Mittwoch, 12. Juli 2017, von 14-17 Uhr,
im Seniorenzentrum St. Bonifatius,
Bonifatiusweg 14, 59067 Hamm.

Sommerkonzerte im Musikpavillon



Mittlerweile sind wir schon mittendrin in der neunten Saison der „Kulturzeit im Kurpark“: fünf Konzerte im Mai und Juni wussten mit klassischen Klängen, rockigen Tönen, Folkpop und mehr zu begeistern. Aber

es gibt noch mehr!

Die Termine im Juli und August:

02.07., 15 Uhr: Sinfonische Blasmusik – nicht nur von Jung für Alt

Zeitgenössische sinfonische Blasmusik, Musicalquerschnitte, Konzertmärsche, Filmmusiken oder auch jazzige Arrangements: das Blasorchester der Städtischen Musikschule lädt zu einem musikalischen Streifzug mit einem neu erarbeiteten Konzertprogramm ein. Dank des breit gefächerten Repertoires wird für jede Altersstufe der richtige „Ton“ getroffen. Viele Wertungsspiele bestätigen immer wieder die hervorragenden Klangeigen-

schaften des Ensembles, das in Hamm mittlerweile seit mehr als 30 Jahren aktiv ist.

Für das Publikum gibt es außerdem ein ganz besonderes „Bonbon“: Alle können die Blasinstrumente hautnah sehen, hören und fühlen, besteht doch die Möglichkeit, die einzelnen Instrumente unter Anleitung der Musiker während und nach dem Konzert auch selbst einmal in die Hand zu nehmen. Das gilt für Jung und Alt!

09.07., 15 Uhr: Bekanntes und Unbekanntes von der Grünen Insel

STOUT!: Dahinter verbergen sich Mario Kuzyna und Simon Scherer, deren gemeinsame Mission es ist, Irish Folk von





den Dubliners und Clancys bis hin zu modernen Interpreten neues Leben einzuhauchen. Ihr Repertoire reicht von lauten, rauen Pub-Songs über gefühlvoll arrangierte Balladen bis zu mitreißenden Tune-Sets.

Dabei gelingt es dem Duo, sowohl den Gassenbauern als



auch den weniger bekannten Stücken ihre ganz eigene Note zu verleihen und sie frisch und neu erklingen zu lassen.

Durch vielfältige Instrumentierung in allen Kombinationen zweier Gitarren, dem Tenor-Banjo und dem Knopfakkordeon, aber vor allem mit ihren beiden charakte-

ristischen, harmonisierenden Stimmen erzeugen sie einen überraschend breiten Klang.

16.07. 15 Uhr: Wind, Wellen und Meer

Shantys und Seemannslieder begeistern, zahlreiche Formationen, meist in der Nähe von Hafen- oder Küstenstädten, pflegen das traditionelle Liedgut. Doch auch „auf dem platten Land“ sind sie zu finden – wie die „Geinegge-Knurrhähne“.

1959 wurde der Chor von einigen Mitgliedern der Marinekameradschaft Bockum-Hövel unter dem klingenden Motto „Lieder von der Waterkant singen wir im Binnenland“ gegründet. Im Laufe der Zeit schlossen sich zahlreiche neue Sänger an. Musikalisch wird der Chor von zwei Akkordeons, Gitarre und Bassgitarre begleitet. Sie singen von Sehnsucht, Freiheit, Fernweh und Heimweh, von der Liebe und von der rauen See.

06.08., 15 Uhr: Von Argentinien bis Andalusien

Das ist in etwa eine Zusammenfassung der Reisen, die Sabine Häcki und Guido Ryborsch alias „Cafe Tal“ seit ihrer Jugend unternommen haben. So spannt sich der musikalische Bogen ihres aktuellen Programms

von Lateinamerika bis zur iberischen Halbinsel. Zwei Gitarren und zwei Stimmen – rhythmisch und temperamentvoll aber auch poetisch und romantisch - und manchmal voller Fernweh!

Die beiden interpretieren Liedermacher Lateinamerikas genauso wie auch hierzulande bekannte Songs wie „La camisa negra“ oder „Tic Tic Tac“- ohne zu kopieren. Im Repertoire befindet sich außerdem traditionelle lateinamerikanische Folklore, Rumbas der Gipsy Kings und natürlich eigene Kompositionen. Unterstützt wird das Duo durch den Hammer Schlagzeuger und Perkussionisten Ulrich Janssen.

■ Meike Richter
Kulturbüro



Stromspar-Check - Was ist das?



Energie- und Altersarmut gewinnen an Brisanz und Bedeutung. Steigende Energiekosten belasten insbesondere die, die über geringe Finanzbudgets verfügen: Bezieher/innen von Arbeitslosengeld II, sozialer Grundversicherung, Wohngeld und Rentner/innen mit geringem Einkommen. Gerade in diesen Haushalten stehen aber vergleichsweise geringe finanzielle Mittel zur Verfügung, um bei Ersatz- und Neuanschaffungen energiegeeignete Leuchtmittel und Geräte zu erwerben. Hinzu kommt, dass der Bewusstseinswandel zum ressourcenschonenden Umgang und zur Vermeidung von unnötigem Energieverbrauch zwar eingesetzt hat, es aber erheblichen Aufklärungs- und Unterstützungsbedarf gibt.

Hier setzt das Projekt **Stromspar-Check Kommunal** einfach und effektiv an: Ehemalige Langzeitarbeitslose wurden im Rahmen von Beschäftigungsfördermaßnahmen zu Stromsparhelfern/-helferinnen ausgebildet. In sozialleistungsberechtigten Haushalten ermitteln sie den Energieverbrauch, prüfen die Einsparmöglichkeiten und installieren kostenlose, vom Bundesumweltministerium (BMU) subventionierte Energiesparhilfen wie Ener-

giesparlampen, schaltbare Steckerleisten und Wasserstrahlregler.

Der Stromspar-Check trägt erheblich dazu bei, dass Haushalte zu verantwortungsvollem und nachhaltigem Umgang mit der Natur und den natürlichen Ressourcen angeregt und sensibilisiert werden. Einfache Tipps und Informationen regen die Haushalte an, ihre Verhaltensweisen zu durchdenken.

Im November 2013 startete das Projekt Stromspar-Check in Hamm unter der Trägerkooperation des Katholischen Sozialdienstes e.V. und des Caritasverbandes Hamm e.V.. Insgesamt wurden bisher mehr als 2.500 Checks durchgeführt. Damit haben die Haushalte 2.613.712 € an Ausgaben für Strom, Wasser und Energie für nicht elektrische Warmwasserbereitung gespart. Der Co2 Ausstoß wurde um 4.270.354 kg reduziert.

Die Aktion Stromspar-Check Kommunal ist eine gemeinsame Aktion des Deutschen Caritasverbandes e.V. (DCV) und des Bundesverbandes der Energie- und Klimaschutzagenturen Deutschlands e.V., eaD. Sie leistet einen wichtigen Beitrag zum Umwelt- und Klimaschutz, weswegen

sie vom Bundesministerium für Umwelt, Naturschutz und Reaktorsicherheit (BMU) gefördert wird.

Möchten Sie einen Stromspar-Check durchführen lassen? So funktioniert es:

1. Rufen / schreiben / mailen Sie uns an und wir vereinbaren einen Termin
2. Erster Hausbesuch: Erfassung des IST – Zustandes
3. Auswertung und Erarbeitung individueller Einsparvorschläge
4. Zweiter Hausbesuch: Beratung und Einbau der kostenlosen Soforthilfen

Informationen / Kontakt:

Katholischer Sozialdienst e.V.
Hamm (KSD)
Projekt: Stromspar-Check
Maria-Elisabeth Lang
Projektleitung
Michael Turnschek
Fachanleiter
Nordstraße 11
59065 Hamm
Tel.: 02381/3049596
Fax: 02381/92451-30
Email: stromsparcheck@caritas-hamm.de
Besuchen Sie uns im Internet:
www.stromspar-check.de

Anzeige

„Nähe & Frische“ im Café Mare (im Maximare)



Regionalität & Frische halten mehr & mehr Einzug in die Maximare-Küche. Kartoffeln, Eier und auch der Salat werden mittlerweile von Landwirten aus der Region (bspw. Obst & Gemüse Viertmann aus Hilbeck) bezogen.

Der Ziegenkäse für die Salate oder für die leckeren Flammkuchen kommt nun aus der Ziegenkäserei Sondermann aus Lembeck.

Dort sowie in der Brennerei Ehringhausen in Werne (hier bezieht die Maixmare-Gastro jetzt ihren Korn und Eierlikör) hat sich Chefkoch Steffen Windrath vor Ort sein eigenes Bild von der Produktqualität gemacht.

Auch beim Tee wird es im Café Mare hochwertiger. Das dortige Teebuffet ist eine Auswahl erlesener, naturbelassenen BIO-Teemischungen, erstellt durch sorgfältige Handarbeit in der Chiemgauer Tee-Manufaktur.

Probieren Sie bei Ihrem nächsten Besuch bitte unbedingt die neue „Teufelchensoße“ zu den Schnitzel-Hauptgerichten. Vor Ort hergestellt nach einem Geheimrezept des Chefkochs. Motto: Etwas schärfer!

Mittagstische und brunchen im Café Mare

Immer montags – freitags von 11-14 Uhr: Die Café Mare-Mittagsgerichte. Zwei

Gerichte zur Auswahl. Beliebt ist zudem das Frühstück- und Brunchbuffet im Café Mare (und in der Sauna Lounge).


Das Frühstücksbuffet gibt es immer samstags von 9-13 Uhr im Café (10-13 Uhr Sauna Lounge). 10,90 € pro Person. Das Brunchbuffet findet immer statt an Sonn- und Feiertagen von 9-13 Uhr. Und zwar unter dem Motto „Alles, was es braucht“ mit einer Vorsuppe + warmer Hauptgang + Dessert. 12,90 € pro Person.

Reservierungen bitte unter Telefon 02381-8783852

Nähere Infos auch auf www.maximare.com/gastrowelt



Sparkassen-Seniorenkino in Hamm

 Sparkasse.
Gut für Hamm.



09. Juli 2017

La La Land -

Länge: 128 Minuten

– ausgezeichnet mit 6 Oscars
Charmante Musical-Romanze um einen Jazzpianisten und eine aufstrebende Schauspielerin.

Mia jobbt im Coffeeshop und träumt davon, dass endlich eines ihrer Castings erfolgreich verläuft und die Schauspielkarriere doch noch Wirklichkeit wird. Sebastian hält sich als Pianist mehr schlecht als recht über Wasser, während er eigentlich nichts lieber machen würde, als eine altmodische Jazz-Bar zu eröffnen. Nachdem die beiden zum ersten Mal aufeinandertreffen und sich erst einmal kabbeln werden sie ein Paar und schweben auf Wolke Sieben. Doch je weiter die beiden ihre Träume verfolgen, desto mehr gerät ihre Liebe ins Hintertreffen.

13. August 2017

Die Schöne und das Biest -
Länge: 130 Minuten

Die ebenso hübsche wie kluge Belle lebt ein beschauliches Leben, das nur durch die Avancen des Dorfschönlings gestört wird. Doch als ihr Vater auf einer Reise in die Fänge eines Ungeheuers gerät, rettet sie ihn, indem



sie sich an seiner statt als Gefangene anbietet und das Schloss des Ungeheuers betritt, das ebenso wie sein Besitzer verzaubert wurde. Erst langsam freundet sie sich mit den ebenfalls verzauberten Bediensteten im Schloss an und beginnt zu ahnen, dass hinter der abscheulichen Fassade des Biestes noch mehr steckt.

10. September 2017

Paula -

Mein Leben soll ein Fest sein -
Länge: 123 Minuten

Schönes, verspieltes Porträt der Künstlerin Paula Modersohn-Becker

Paula Becker ist 24, doch sie will nicht heiraten und Malerei als Hobby betreiben, sondern Künstlerin werden. Ihr Vater gesteht ihr einen letzten Aufschub in der Künstlerkolonie Worpswede zu. Dort freundet sie sich mit Eva an, lernt den etwas älteren Maler Otto Modersohn und den jungen Dichter Rainer Maria Rilke kennen. Sie heiratet Otto, will sich aber weiter entwickeln und folgt fünf Jahre später Rilkes Einladung nach Paris.

Beginn aller Filme ist um 14.30 Uhr, Einlass ab 13.30 Uhr.





Spaß haben ist einfach.



[sparkasse-hamm.de](https://www.sparkasse-hamm.de)

**Wenn man seine Finanzen
immer sicher verfügbar hat.
Wir konzentrieren uns auf
die passenden Lösungen
für Ihre Wünsche und Ziele.
Sie genießen einfach Ihre
freie Zeit.**

Sprechen Sie uns gern an.

 **Sparkasse
Hamm**

TeaTime – very british Teetrinken wie die Queen

Der traditionelle „Afternoon Tea“ ist kein schneller Tee, der mal eben schnell hinuntergestürzt wird. Seine Zubereitung braucht Zeit – genau wie sein Genuss.

Die Ehrenamtlichen der KreativGruppe im Haus der Begegnung in Bockum-Hövel stapelten unter dem Motto „TeaTime-very british“ hoch. Wie in englischen Konditoreien bereiteten sie die landestypischen Spezialitäten zu. Mit viel Liebe, Arbeitseinsatz und hausfraulichem Geschick bestückten sie die zahlreichen dreistöckigen Etageren. Streng nach englischem Vorbild wurde den Gästen von unten nach oben die klassischen Gurkensandwiches sowie weitere verschieden

belegte Sandwiches, selbstgebackene Scones mit „clotted cream“ sowie Erdbeer- und Orangenmarmelade angeboten - als süße Krönung saftige Schokoladenkuchenstücke und Pralinen.

Bevor es im Haus der Begegnung in Bockum-Hövel zu diesem lukullischen Genuss kam, wurde den zahlreichen Gästen die Teekultur erklärt. Denn nichts könnte britischer sein, als die englische tea time. Die Teekultur der Insel ist in der ganzen Welt legendär. Die rituelle Teezeremonie wurde der Legende nach von Lady Bedford im Jahr 1840 ins Leben gerufen. Jedes Treffen zur Tea Time war ein kleines gesellschaftliches Ereignis, das mit



dem gebührenden Tamtam gewürdigt werden musste. Wer etwas auf sich hielt, lud die feinen Damen der Gesellschaft zum Tee zu sich ein. Die Zubereitung des „Afternoon tea“ oblag dann ganz allein der Hausherrin. Die Dienerschaft trug zur Tea





time alles notwendige dafür zusammen und die Dame des Hauses setzte vor aller Augen den Tee an. Damit war die Tea time eröffnet.

Der Eingangsbereich sowie der Saal wurden mit britischen Requisiten versehen, um für die Gäste ein stilgerechtes Ambiente zu schaffen.



fen. Auf den Tischen, die mit Teegeschirr und entsprechender Dekoration liebevoll eingedeckt waren, lagen auch diverse Teesprüche. Beim Lesen der Teesprüche konnte man erfahren, wie wichtig die Teekultur für die Engländer ist und welche Lebenshaltung und welches Lebensgefühl damit verbunden sind. Die Teesprüche beinhalten

beispielsweise, wie eine Tasse Tee die Teetrinker wärmt, beruhigt und trösten kann. Einige stellen auch Fragen wie: „Möchtest du Zucker, Milch oder den neuesten Klatsch zu deinem Tee?“

Diese Frage konnten die Gäste untereinander erst beantworten, nachdem die englische Nationalhymne am Klavier gespielt wurde. Die Gäste stimmten gesanglich sofort mit ein, standen aus Respekt der englischen Kultur gegenüber auf und legten die „Hand auf's Herz“. Gekleidet in selbst genähte karierte Schürzen brachte dann die KreativGruppe die Etagieren auf die Tische - wie auf einem Luxusdampfer. Der sorgfältig aufgebrühte Tee stand schon in silbernen Teekannen bereit.

Ein weiterer Höhepunkt dieses Nachmittages war die musikalische Begleitung. Am Klavier spielte Harald Sumik beschwingte Musik aus den 1920er und 1930er Jahren, bei denen die Teegäste eingeladen waren, die Refrains mitzusingen. Nebenbei erzählte er zu den Liedern interessante Geschichten. „Die Vogelhochzeit“ dichtete er passend zum Thema mit Witz und englischem Humor um und konnte von den Gästen erweitert werden wie

beispielsweise: „In England heißt die Währung Pfund, Europa ist der Scheidungsgrund.“

Untermalt von Musik, Geschichten und guten Gesprächen ließen die Gäste die pure Wohltat dieser britischen Zeremonie auf sich wirken und genossen den Nachmittag.

Bei einem Gläschen Sherry klang der Sonntagnachmittag in feiner englischer Art aus. Mit dem Spruch „Wir kommen zusammen, um Erinnerungen zu schaffen und gehen auseinander, um gerne an sie zu denken“, endete die TeaTime. Ein Nachmittag, den die Queen sicherlich auch genossen hätte!

■ Karin Berheide



Sicherheitspartner der Kriminal- und Verkehrsunfallprävention

Im März 2008 startete das Projekt „Sicherheitspartner der Kriminal- und Verkehrsunfallprävention“ als ein gemeinsames Kooperationsprojekt zwischen der Kreispolizeibehörde Hamm und der Stadt Hamm, Amt für Soziale Integration.

Von Beginn an war es wichtigstes Ziel, aktive ehrenamtliche Menschen zu gewinnen, die Spaß an einer neuen Aufgabe haben. In regelmäßig durchgeführten Schulungen sollten sie ihr erworbenes Wissen zu den Themenschwerpunkten „Kriminalität zum Nachteil von Seniorinnen und Senioren“ und „Verkehrsunfallprävention“ an Seniorengruppen, Vereine und Verbände weitergeben.

Aktuell sind 22 geschulte Sicherheitspartner aktiv, die im Jahresschnitt etwa 50 Veranstaltungen für Seniorinnen und Senioren anbieten. Insgesamt sind so seit Beginn des Projektes ca. 13.000 älter werdende Menschen über stets neue und aktuelle Erscheinungsformen der Kriminalität informiert worden.

Damit haben die Sicherheitspartner eine Aufgabe übernommen, die ungemein wichtig zum Schutz der Seniorinnen und Senioren ist und von der Polizei allein gar nicht hätte gestemmt werden können.

Anfang Juni ging mit Klaus Pichler vom KK Vorbeugung der Vordenker und Motor

dieses wichtigen Projektes in den Ruhestand. Für alles, was Klaus Pichler an großem Engagement, an Sachverstand, Schulungskompetenz und Herzblut in das Projekt eingebracht hat, wurde ihm im Kreise „seiner“ Sicherheitspartner und freundschaftlich verbundener Kooperationspartner herzlich gedankt!

Auch zukünftig sollen die Sicherheitspartnerinnen und -partner über neue Erscheinungsformen der Kriminalität beschult und informiert werden, um ihr Wissen schnell weitergeben zu können. Darin sind sich die Kooperationspartner dieses erfolgreichen Projektes einig!

■ Andreas Pieper



Spaziertreffs für Menschen ab 55 Jahren



Unter dem Motto „In Gemeinschaft neue Wege und Kontakte finden“ wurde das Angebot vom Amt für Soziale Integration initiiert. Wir möchten Seniorinnen und Senioren zu mehr Bewegung im Alltag einladen. „Es gibt drei gute Argumente, mitzugehen“, finden Karin Berheide und Martina Foschepoth. „Sie lernen Menschen aus ihrem Umfeld kennen, erfahren Neues aus dem Stadtteil und tun Gutes für ihre Gesundheit. Jeder kann dazukommen und mitgehen.“

In Pelkum und im Hammer Westen sind die Spaziertreffs schon etabliert. In Westtünnen und Heessen wurden im 1. Halbjahr 2017 neue Treffs gegründet.

In Heessen gibt es erfreulicherweise zwei unterschiedliche Standorte. Aufgrund des ehrenamtlichen Engagements von Ulla Balzer, Wolfgang Jerke, Anne und Theo Westphal spaziert seit März rund um das „Rote Läppchen“ eine Gruppe von Seniorinnen und Senioren über abwechslungsreiche Wege. Mal geht es durch die Lippewiesen oder die angrenzende Siedlung. „Getreu dem Motto, das Quartier intensiv wahrzunehmen, wurde im Mai ein Rundgang

durch die Siedlung der offenen Gärten durchgeführt“, berichtet Ulla Balzer.

Der Spaziertreff „Am Bockelweg“ ist ein gemeinsames Angebot zusammen mit dem Caritasverband und der ev. Kirchengemeinde. Seit April spaziert wöchentlich eine kleine Gruppe durch die Siedlung Dasbeck. „Wir möchten noch viel mehr die erreichen, die sonst gar nicht vor die Tür gehen“, meint Petra Schleicher-Marschner vom Caritasverband und hofft, dass sich die Treffen noch weiter herumsprechen.

Die Besonderheit in Westtünnen ist die Kooperation mit dem Familienzentrum Kolping Kids e.V.. Hin und wieder laufen Kinder aus der Kita mit. „Die Unterhaltungen sind oftmals sehr amüsant und ab und an greifen sie auch nach unserer Hand“, so eine Spaziergängerin aus Westtünnen. Allen Temperaturen zum Trotz starten die Seniorinnen und Senioren jeden Montag auf neue oder altbekannte Wege durch den Ort und die Felder.

Alle Gruppen gehen in gemächlichem Tempo ca. eine Stunde lang bei jedem Wetter spazieren. Die Teilnahme an den Spaziergängen ist kostenfrei und eine

Anmeldung ist nicht erforderlich. Auch Personen, die auf einen Rollator angewiesen sind, können daran teilnehmen. „Mitspazierer“ sind herzlich willkommen.

Pelkum Parkplatz Waldorfschule, Kobbenskamp, mittwochs 11 Uhr
Ansprechpartnerin:
M. Foschepoth, Tel.: 17-6732

Hamm-Westen
Friedrich-Ebert-Park,
Parkeingang Wilhelm-Lieb-
knecht-Straße auf dem Park-
platz am Märkischen Gymna-
sium, montags 11 Uhr
Ansprechpartnerin:
K. Berheide, Tel. 17-67324

Westtünnen
Delpschule (unter dem Mai-
baum), Ewald-Wortmann-
Weg, montags 11 Uhr
Ansprechpartnerin:
M. Foschepoth, Tel. 17-6732

Heessen „Am Roten Läpp-
chen“, Dolberger Str. 53,
montags 11 Uhr
Ansprechpartner:
Eheleute Balzer/Jerke,
Tel. 02385-68331

Heessen Bockelweg 13,
dienstags 9.30 Uhr
Ansprechpartnerin:
P. Schleicher-Marschner,
Tel. 944006

■ Martina Foschepoth

Barrierefreie Haushaltsgeräte – neue Publikationen zeigen Handlungsbedarf auf

Der Deutsche Blinden- und Sehbehindertenverband e.V. (DBSV) und die Bundesarbeitsgemeinschaft der Senioren-Organisationen e.V. (BAGSO) präsentieren zwei Publikationen zum Thema „Barrierefreie Haushalts- und Unterhaltungselektronik“. Sie weisen auf wichtige, nun anstehende Schritte hin.

Bei Geräten wie Waschmaschine, Radio und Backofen sind Sensortasten und Touchscreens auf dem Vormarsch. Der technische Fortschritt hat jedoch seine Schattenseiten: Immer mehr Geräte der Haushalts- und Unterhaltungselektronik sind für blinde und sehbehinderte Menschen nicht bedienbar.

Der DBSV und die BAGSO haben deshalb auf der IFA 2016 eine Sonderausstellung zum Thema „Nutzbarkeit und Barrierefreiheit von Haushalts- und Unterhaltungselektronik“ veranstaltet. Zu den zahlreichen Besuchern zählten Brigitte Zypries, damals Parlamentarische Staatssekretärin beim Bundesminister für Wirtschaft und Energie und der BAGSO-Vorsitzende Franz Müntefering.

Der Abschlussbericht „Barrierefreie Haushalts- und

Unterhaltungselektronik. Übersicht, Hintergrund und Ausblick“ (DIN A5, 32 Seiten) erläutert neue und wesentliche Fragestellungen, die sich im Rahmen der IFA-Präsenz eröffneten.

Die Broschüre ist gedruckt in Deutsch erschienen und in Englisch als barrierefreie PDF-Datei downloadbar. Das Anforderungspapier „Barrierefreie Haushalts- und Unterhaltungselektronik“ (DIN lang, 12 Seiten) vereint deutschen und englischen Text in einer Publikation.

Die beiden gedruckten Broschüren können über die Landesvereine des DBSV kostenlos bezogen werden (<http://www.dbsv.org/broschueren.html>).

Unter der Adresse www.ifa2016.dbsv.org stehen die drei genannten Broschüren als barrierefreie PDF-Dateien zum Download bereit, ebenso die Vorträge der Fachveranstaltung auf der IFA 2016 als mp3-Files.

„Die Messepräsenz auf der IFA 2016 war ein erfolgreicher erster Schritt, um Wirtschaft und Handel für die spezifischen Belange der Zielgruppe der blinden und sehbehinderten Verbraucher zu sensibilisieren. Die wich-

tige Auseinandersetzung mit der Frage der Barrierefreiheit von Haushalts- und Unterhaltungselektronik muss unbedingt fortgesetzt werden“, stellt DBSV-Präsidentin Renate Reymann fest.

„Die BAGSO setzt sich für ein selbstbestimmtes Leben im Alter ein, dies gilt auch für sehbehinderte und blinde Menschen. Für sie ist Barrierefreiheit auch bei elektronischen Geräten besonders wichtig“, so der BAGSO-Vorsitzende Franz Müntefering.

Er begrüßt daher die neuen Publikationen, insbesondere das vom DBSV erstellte Anforderungspapier, und bittet die BAGSO-Verbände um Unterstützung bei der Verbreitung.



DBSV 
Deutscher Blinden- und Sehbehindertenverband e.V.



Seniorenwohnanlage Dürerstraße

- Betreutes Wohnen in seniorengerechten Wohnungen
- Ruhige Lage mit guter Verkehrsanbindung
- Wohnungsgrößen von 47qm² – 77qm²
- Gute Zuschnitte mit Balkon oder Terrasse
- Parkmöglichkeiten vor dem Haus
- Gemeinschaftsraum, auch zur privaten Nutzung

Info von Mo.–Fr. unter Telefon 02381 980120



Evangelisches Perthes-Werk e.V.

www.pertheswerk.de

maxipark

Erholen und Genießen

Wechselnde Bepflanzungen lassen den Park immer wieder neu erblicken und laden zu jeder Jahreszeit zu Spaziergängen ein. Neue Energie tanken Sie bei Kaffee und Kuchen.

Unser Service für Sie:

- Großelternjahreskarte
- Kostenlose Rollstühle
- E-Mobil ausleihbar
- Behindertenparkplätze vorhanden



Alter Grenzweg 2 • 59071 Hamm

Telefon 0 2381 / 982 10 - 0

www.maxipark.de

Seniorenresidenz „Am Schillerplatz“

„Kurzzeitpflege und Langzeitpflege
für alle Pflegegrade“
• Demenzwohngruppe



www.senterra.de



Senioren- und Pflegezentrum „Am Museum“

„Kurzzeitpflege und Langzeitpflege für alle Pflegegrade“
• Demenzwohngruppe / Junge Pflege
• Phase F für Menschen mit erworbener Hirnschädigung



Gut versorgt! Senterra Pflegezentren.

Schillerplatz 5 • 59065 Hamm
Telefon: 02381/9985-0 Telefax: 02381/9985-555
E-Mail: info@schillerplatz.senterra.de

Friedrichstraße 25 / 27 • 59065 Hamm
Telefon: 02381/9736-0 Telefax: 02381/9736-555
E-Mail: info@am-museum.senterra.de

Heizung und Sanitär in Perfektion, denn unser Name bürgt für Qualität!



Als Meisterbetrieb bieten wir unseren Kunden durch Fachwissen, Fleiß und Engagement ein optimales Ergebnis.

Wir planen und realisieren auch Ihr neues Bad.

Gerne informieren wir Sie unverbindlich.

Unsere Leistungen:

- Heizung
- Rohrreinigung
- Badsanierung
- Klempnerarbeiten
- Kläranlageninstallation
- Einbau/Reparatur/Wartung
- Gas- und Wasserinstallation
- Bauklempnerei
- Angebotserstellung
- Heizung
- Industrieinstallation

**Siegfried Brodda
Meisterbetrieb**

Qualität seit über 30 Jahren!

Römerstraße 24 · 59075 Hamm
Tel.: 0 23 81/78 92 06 · Fax: 0 23 81/78 99 99
sbrodda-hamm@t-online.de

FENSTERPUTZER?

www.gds-hamm.de

Telefon: 0 23 85/4 74 47 72



»Pflege und Hilfe
von Mensch zu Mensch –
das wünsch' ich mir.«



**Grundpflege,
Behandlungspflege,
Hauswirtschaftliche
Versorgung,
Pflegehilfsmittel,
Hausnotruf...**



Wir unterstützen und beraten Sie gern
in allen Belangen der Krankenpflege.

Rufen Sie einfach an!

Telef. 02385 / 706 200, Fax 706 201



Alten- und Krankenpflege Mobil GmbH
Oberster Kamp 9a · 59069 Hamm (Rhyern)

**Zulassung bei
allen Krankenkassen**

„Wir setzen uns kleiner!“

Jeder Mensch hat etwas, das ihn antreibt.

Wir machen den Weg frei.

**Das eigene Haus zu groß? Die Stufen zu beschwerlich?
Der Garten zu pflegeintensiv?**

Wir helfen Ihnen gern beim Verkauf Ihres Hauses und
begleiten Sie von der Wertschätzung bis zum Notartermin und
darüber hinaus! **Vertrauensvoll – Seriös – Professionell**

Lassen Sie sich unverbindlich beraten!
Telefon 02381.106 7070 · dovoba.de/immobilien

BERATEN · VERMITTELN · FINANZIEREN
Volksbank Immobilien

**Volksbank
Hamm**

Deutscher Seniorentag 2018

Die BAGSO (Bundesarbeitsgemeinschaft der Senioren – Organisationen) veranstaltet alle drei Jahre den Deutschen Seniorentag. Der 12. Deutsche Seniorentag findet vom 28. bis 30. Mai 2018 im Kongresszentrum Westfalenhallen Dortmund statt.

Er richtet sich an junge und ältere Menschen gleichermaßen, die sich rund um ein aktives und engagiertes Älterwerden informieren möchten. Zum letzten Deutschen Seniorentag, der 2015 in Frankfurt am Main stattfand, kamen rund 15.000 Besucherinnen und Besucher und zeigten sich begeistert von dem umfangreichen Angebot.

In rund 100 Veranstaltungen informieren und diskutieren Expertinnen und Experten aus den Bereichen Politik und Gesellschaft, Bildung und Engagement sowie Gesundheit und Leben über aktuelle seniorenpolitische Themen. Mitmachangebote und ein kulturelles Rahmenprogramm runden das Angebot ab.

Der 12. Deutsche Seniorentag wird begleitet von einer Messe, auf der eine Vielzahl von Produkten und Dienstleistungen für die Zielgruppe 50plus präsentiert werden.



Lichtblick

Ambulante Pflege
 Inh. Monika Beiske
 Ostenallee 27, 59063 Hamm
 Tel. 0 23 81 / 5 44 43 10
 www.lichtblick-ambulante-pflege.de

Häusliche Pflege

Häusliche Krankenpflege -
 Von allen Kassen zugelassen!

APO CARE
 Häusliche Krankenpflege e.V.

An der Barbaraklinik I
 59073 Hamm
 Telefon 0 23 81 / 30 80 80
 Telefax 0 23 81 / 30 80 00
 Internet: www.apocare-hamm.de
 E-Mail: info@apocare-hamm.de

24 h -
 Wir sind immer für Sie da!

Info -
 zum Nulltarif
 08 00 / 0 85 61 85



Testen Sie uns doch mal eine Woche gratis*



wivo
 Wirtschafts- u. Versorgungsdienst

»ESSEN AUF RÄDERN«

Die WIVO bringt's – täglich frisch in Hamm und Umgebung
 (auch Sonder- und Diätkost)

6,30 €
 (Sonn- u. feiertags 1,00 € Aufschlag)

Telefon (0 23 81) 56 21

* für Neukunden bei einer Mindestlaufzeit von 1 Monat

valeo-KLINIKEN!
 Evangelische Krankenhäuser

WIVO Wirtschafts- und Versorgungsdienst GmbH
 Werler Str. 110 | 59063 Hamm
 info@wivo-hamm.de
 www.wivo-hamm.de





Ein Unternehmen der Alloheim-Gruppe.

Wir sind da,
wo Sie uns brauchen!



Wohnen und leben im Park - Seniorenresidenz „Am Kurpark“

Das Leben genießen: selbstbestimmt, mit Wohlbefinden, Spaß und in der bestmöglichen körperlichen Verfassung. Unsere Einrichtung bietet 73 Servicewohnungen für das Leben in der eigenen Häuslichkeit sowie 72 Pflegeplätze für Senioren, die auf Hilfe und Unterstützung angewiesen sind.

- Unser besonderer Service:**
- Garten und Park
 - Großes Restaurant-Café mit Terrasse
 - Friseur und Fußpflege
 - Kleingliedrige, familiäre Wohnbereiche
 - Vielfältige kulturelle und therapeutische Angebote

Seniorenresidenz „Am Kurpark“ · Ostenallee 84 · 59071 Hamm
Telefon 02381 9055-0 · hamm@alloheim.de

www.alloheim.de



- Wohngemeinschaften für Menschen mit eingeschränkter Alltagskompetenz.
- Maximum an Selbstständigkeit.
- Menschliche Nähe und Geborgenheit.
- Sicherheit durch Alltagsbegleitung 24 Std. täglich.

Probewohnen ist möglich!

Gesundheitsdienste Hamm GmbH | Tel.: 02381/30 80 90 | www.pro-sanitate.de

**DRK-Senioren-Stift
Mark GmbH**



**Deutsches
Rotes
Kreuz**

– ein Zuhause für das Alter –

Besser leben in Hamm:

- Wohnen und stationäre Pflege
- vollstationäre Pflege –
Kurzzeit- und Urlaubspflege
- 82 barrierefreie Wohnungen

So erreichen Sie uns:
Tel.: 02381 98281 0
info@drk-senioren-stift-mark.de
www.drk-senioren-stift-mark.de



Zuhause am Burghügel Mark

Neues Angebot „Patientenbegleitung“



Wenn für ältere oder allein-stehende Menschen ein Krankenhausaufenthalt ansteht, wird dies oftmals zu einer Belastungsprobe. Es gilt, den eingespielten Alltag mit seiner sicheren Routine zu verlassen und sich auf neues, unbekanntes Terrain zu begeben. Häufig fehlen Angehörige oder hilfsbereite

Patient/in vor, während und nach dem Krankenhausaufenthalt sowie bei anschließenden Arztbesuchen. Es soll eine Schnittstelle zwischen dem Krankenhaus, dem ambulanten System und der Nachbarschaftshilfe geschaffen werden.

Im Zusammenhang mit einem Krankenhausaufenthalt können viele Fragen entstehen, die den Patienten Sorge bereiten könnten:

- Was muss ich vorbereiten?
- Wie komme ich ins Krankenhaus?
- Finde ich mich in der ungewohnten Umgebung des Krankenhauses zurecht?
- Verstehe ich Ärzte und Pflegepersonal?
- Wie finde ich nach der Entlassung wieder Anschluss?
- Wer kann mir bei alltäglichen Dingen helfen?
- Wer begleitet mich zur Nachsorge und hilft mir, das Verordnete umzusetzen?

Nachbarn, auf die Patientinnen und Patienten zurückgreifen können. An dieser Stelle bieten Ehrenamtliche eine Begleitung, um die Übergänge zwischen dem eigenen Wohnumfeld und dem Krankenhaus gestalten können.

Die Patientenbegleiter/innen unterstützen den / die

Die Patientenbegleiter/innen der Grünen Damen und Herren – Ambulant organisieren den Transport ins Krankenhaus und helfen bei den Vorbereitungen. Sie begleiten die Patienten in der fremden Umgebung und unterstützen sie im Kontakt mit Ärzten und Pflegepersonal. Nach der Entlassung

stehen unsere Patientenbegleiter/innen mit Rat und Tat zur Seite, damit das Leben zu Hause wieder gelingt.

Selbstverständlich ist auch eine Begleitung zu einem regulären Arztbesuch oder ambulanten Eingriff möglich. Ebenso stellen unsere Ehrenamtlichen Kontakt zu ambulanten Rehabilitationseinrichtungen her und bieten eine Begleitung zum Erstbesuch.

Der Einsatz der Patientenbegleiter/innen ist für Patientinnen und Patienten kostenlos und zeitlich begrenzt. Unsere ersten Kursabsolventen sind seit April 2017 im Einsatz. Am 30.08.2017 startet ein weiterer Vorbereitungskurs zum / zur Patientenbegleiter/in.

Wenn Sie eine Begleitung in Anspruch nehmen möchten oder weitere Informationen zu dem Vorbereitungskurs, wünschen, melden Sie sich unter Tel.: 023 81/87 67 840. Ihre Ansprechpartnerin ist Julia Krug.

■ Julia Krug
Gerontologin M.A. und
Kordinatorin der Grünen
Damen und Herren Ambu-
lanter Besuchsdienst e.V.

Bild: © Jan Ehlers



Jetzt haben wir alles...



Drei Teile. Meine Frau hatte vor dem Betreten des Supermarktes gesagt, wir bräuchten nur drei Teile. Nun befinden sich bereits fünf Teile im Einkaufswagen und sie macht nicht den Eindruck, dass der Einkauf jetzt beendet werden könnte. Langsam beginne ich zu begreifen, dass sie das mit den drei Teilen nicht wortwörtlich so gemeint hat, wie ich es verstanden habe, sondern als Synonym für einen Einkauf, der nicht lange dauern wird.

„Jetzt haben wir alles!“ Bei diesen Worten legt meine Frau eine Stiege mit Eiern in den Einkaufswagen. So, jetzt endlich zur Kasse. Auf dem Weg dorthin bleibt sie stehen, sagt, dass wir nicht

mehr viel Kaffee zu Hause haben. Als sich eine Packung gemahlene Kaffees im Einkaufswagen befindet, kommt schon wieder dieser Satz.

„Jetzt haben wir alles!“ Das kann jetzt so nicht weitergehen, entweder sie sagt, dass dieser Einkauf noch längere Zeit in Anspruch nehmen wird, damit ich mich darauf einrichten kann, oder wir haben nun wirklich alles, was wir brauchen. Als in der Hygieneabteilung die Augen meiner Frau aufleuchten, ahne ich Furchtbares! Ja, tatsächlich, wir benötigen auch noch Küchenpapier. Also nehme ich eine Packung und gebe sie zu den anderen Einkäufen.

„Jetzt haben wir alles!“ Ich mag nicht mehr, ich mag das jetzt nicht mehr hören! Wenn ich noch einmal diesen Satz höre, garantiere ich für nichts!

„Jetzt haben wir alles!“ – Woher kamen denn diese Worte jetzt auf einmal? Meine Frau hatte nichts gesagt, sie hatte geschwiegen, ihre Lippen hatten sich nicht im Geringsten bewegt und ich stelle verwundert fest, dass ich selbst der Urheber dieser Wörter war, nachdem ich eine Tüte Kartoffelchips in den Wagen gelegt hatte. Das darf jetzt doch wohl nicht wahr sein! Nun habe ich selber diesen ungeliebten Satz gesagt, den ich eigentlich doch gar





nicht mehr hören mag.

Ich frage meine Frau, ob wir denn noch viele Dinge benötigen, worauf sie entgegnet – ja - Sie hat es tatsächlich noch einmal wortwörtlich so gesagt.

Normalerweise gehe ich gerne einkaufen und nehme



mir auch gerne die Zeit dazu, heute aber haben wir noch einen Termin und während des gesamten Aufenthalts hier im Supermarkt achte ich auch immer auf die Uhrzeit, damit wir pünktlich zu einer Autorenlesung kommen. Deshalb also heute meine innere Unruhe und die Aversion gegen einen vermaledeiten Satz, der doch eigent-

lich aussagen soll, dass wir zur Kasse gehen können.

Rasierklingen! Gerade eben wird mir wieder bewusst, dass mein Vorrat an Rasierklingen zu Hause im Badezimmer stark zur Neige geht und ich mich dringend wieder bevorraten muss. Ohne es steuern oder auch es überhaupt nur beeinflussen zu können, begleite ich das Ganze mit dem Satz: „Jetzt haben wir alles!“

Meine Frau und ich sehen uns an, zunächst befremdet, dann verwundert und dann lachen wir beide laut auf. Uns ist die Absurdität der Situation bewusst. Bei jedem Teil, das in den Einkaufswagen kommt, diese eine besondere Formulierung zu gebrauchen und nur diese und nichts anders. „Lass und zur Kasse gehen“, sagt meine Frau, „es wird auch Zeit, dass wir zur Lesung kommen. Und, nein, ich sage das jetzt nicht mehr...“

Als meine Frau dann doch noch eingeschweißte Salamischeiben aus dem Regal nimmt, sieht sie mich nur an, schüttelt den Kopf wie um zu sagen „nein, ich sage es jetzt nicht!“ Jetzt ist es endlich soweit, mit einem Blick auf die Uhr gehen wir zur Kasse. Auf dem Weg dorthin

wird mir bewusst, wie vorteilhaft es wäre, genügend Schokoladenvorrat im Hause zu haben.

Als sich aus der Süßwarenabteilung komme und zu meiner Frau sage „Jetzt haben wir alles!“, betone ich das Wort „alles“ besonders und einmal mehr müssen wir über unseren kuriosen Einkauf heute lachen. Drei Minuten später sieht die Kassiererin uns befremdet an; nachdem sie alle Waren eingescannt hatte fragt sie, wohl eher routinemäßig: „Haben Sie alles?“ Sie kann wohl nicht verstehen, warum wir noch einmal so laut losprusten und lachen müssen. Die Verwunderung ist nicht nur auf ihrem Gesicht zu sehen, auch mehrere Personen an den Kassen nebenan blicken uns befremdet an.

Am nächsten Morgen sitze ich bei meinem Morgenkaffee. Schwarz, ohne Milch. Wir haben doch gestern tatsächlich die Kaffeemilch vergessen.

■ Jürgen Halbe

Bild oben links:
© Juergen Jotzo/pixelio.de
Bild mitte:
© manwalk/pixelio.de
Bild unten links:
© Thorsten Hübner

Veranstaltungen

Bezirksübergreifende Veranstaltungen

09.07.2017

Stadt Hamm / Altenhilfe

14.30 Uhr, Kino für Senioren, Kaffee/ Kuchen 13.30 - 14.15 Uhr,
Einlass: 13 Uhr, VV ab 29.06.17 beim WA, Hauptgeschäftsstelle,
Widumstraße, Gebühr: 6,25 €

09.07.2017

Kulturrevier Radbod /Altenhilfe

15 Uhr, Seniorentanz im Kulturrevier Radbod (Veranstaltungshalle),
Einlass: 14.30 Uhr, Musik mit Hans

19.07.2017

Stadt Hamm / Altenhilfe

9 Uhr, Wassergymnastik für Senioren im Maximare, Vorverkauf ab
07.07.17 beim Verkehrsverein/Insel, Gebühr: 4,50 €

13.08.2017

Stadt Hamm / Altenhilfe

14.30 Uhr, Kino für Senioren, Kaffee/ Kuchen 13.30 - 14.15 Uhr,
Einlass: 13 Uhr, VV ab 03.08.17 beim WA, Hauptgeschäftsstelle,
Widumstraße, Gebühr: 6,25 €

16.08.2017

Stadt Hamm / Altenhilfe

9 Uhr, Wassergymnastik für Senioren im Maximare, Vorverkauf ab
04.08.17 beim Verkehrsverein/ Insel, Gebühr: 4,50 €

10.09.2017

Stadt Hamm / Altenhilfe

14.30 Uhr, Kino für Senioren, Kaffee/ Kuchen 13.30 - 14.15 Uhr,
Einlass: 13 Uhr, VV ab 31.08.17 beim WA, Hauptgeschäftsstelle,
Widumstraße, Gebühr: 6,25 €

17.09.2017

Kulturrevier Radbod /Altenhilfe

15 Uhr, Seniorentanz im Kulturrevier Radbod (Veranstaltungshalle),
Einlass: 14.30 Uhr, Musik mit Hans

20.09.2017

Stadt Hamm / Altenhilfe

9 Uhr, Wassergymnastik für Senioren im Maximare, Vorverkauf
ab 08.09.17 beim Verkehrsverein/ Insel, Gebühr: 4,50 €

Hamm-Mitte

01.07.2017

Senioren- und Pflegezentrum
„Am Museum“

12 Uhr, Mittagstisch, Kosten: 3 €, Tägliche Angebote - vorherige
Anmeldung unter 02381/9736-571, Herr Barmführer

01.07.2017

Seniorenres. „Am Schillerplatz“

12.30 – 13.30 Uhr, Mittagstisch – täglich, Angebot für Senioren in
der Nachbarschaft laut Speiseplan, Kosten: 3 €

02.07.2017

Seniorenres. „Am Schillerplatz“

15 Uhr, Kaffeetrinken (immer an Sonn- und Feiertagen)
EG Bistro, 1 Tasse Kaffee + 1 Stück Torte 2 €

02.07.2017

Senioren- und Pflegezentrum
„Am Museum“

15 Uhr, Musik-Café – Tanznachmittag für Senioren und Interessierte,
Tanznachmittag mit Livemusik: D. Oberley, Beitrag: 3 € für Kaffee,
Kuchen, Tee – Bitte melden Sie sich eine Woche im Voraus an
(weiterhin jeden 1. Sonntag im Monat)

03.07.2017

Stadtteilzentrum FeidikForum
Feidikstr. 27

Öffnungszeiten Café: Mo., Di. und Mi. 8 – 17 Uhr, Fr. 8 – 13 Uhr,
Do. interne Veranstaltungen, Sa. und So. Sonderveranstaltungen

03.07.2017

Stadtteilzentrum FeidikForum
Feidikstr. 27

14.30 Uhr, Offener Stricktreff, Café
(weiterhin montags und mittwochs)

03.07.2017

AWO

15 Uhr, AWO-Altenclub, Kaffeetrinken, AWO-Bürgerkeller,
Ostenwall 40 (weiterhin jeden Montag)

03.07.2017

Malteser Tagestreff
MaTa Hamm, Nordenwall 5

19 Uhr, Gesprächskreis für „Pfleger Angehörige in der Frühphase
der Demenz“ (weiterhin jeden 1. Montag)

04.07.2017

Hansa Pflegezentrum im
Medicum, Tagespflege,
Südstraße 18

9 Uhr, Offenes Frühstück, Beitrag: 3 € Anmeldung erforderlich,
Tel.: 02381-97222903 (weiterhin jeden 1. Dienstag i. M.)

04.07.2017

Stadtteilzentrum FeidikForum
Feidikstr. 27

9 - 10 Uhr und 10 – 11 Uhr, Sportkurs, Informationen: Fr. Matzka,
Tel.: 15155 (weiterhin jeden Dienstag)

04.07.2017

Stadtteilzentrum FeidikForum
Feidikstr. 27

15 – 17 Uhr, Seniorenberatung, Gesprächspartnerin:
Frau Tornscheidt (weiterhin jeweils dienstags)

04.07.2017

Seniorenres. „Am Schillerplatz“

16 Uhr, Liederrunde (weiterhin jeden Dienstag)

04.07.2017

Stadtteilzentrum FeidikForum
Feidikstr. 27

16.30 Uhr, Handy-/Laptopsprechstunde
(weiterhin jeden 1. und 3. Dienstag im Monat)

05.07.2017

Senioren- und Pflegezentrum
„Am Museum“

14.30 Uhr, Offenes Angebot für Jung und Alt, gemeinsam aktiv sein
im Strickcafé (Bitte eigene Wolle, Strick- u. Häkelnadeln mitbringen)
Ansprechpartnerin: Frau Igbede
(weiterhin jeden 1., 2. und 4. Mittwoch im Monat)

05.07.2017

Stadtteilzentrum FeidikForum
Feidikstr. 27

15 – 17 Uhr, Mobiler Einkaufswagen, Einkaufsfahrdienst,
Anmeldung bis Dienstagnachmittag 02381/91585101
(weiterhin jeden Mittwoch)

05.07.2017

Senioren- und Pflegezentrum
„Am Museum“

15 Uhr, Sommerfest

07.07.2017 Stadtteilzentrum FeidikForum Feidikstr. 27	12.30 Uhr, Mittagstisch, Kosten: 3,50 € (weiterhin jeden 1. Freitag im Monat)
07.07.2017 Seniorenres. „Am Schillerplatz“	16 Uhr, Musiktherapie, Bistro (weiterhin jeden Freitag)
10.07.2017 Tanzkreis der kfd Liebfrauen Gemeindezentrum Liebfrauen	15 Uhr, Senioren-Tanzkreis, Frau Agnes Bergmann (nächster Termin: 21.08.17, danach weiterhin 14täglich)
12.07.2017 Altenhilfe / Stadtteilzentrum FeidikForum, Feidikstr. 27	14 – 16 Uhr, Sprechstunde und Information rund um das Ehrenamt (weiterhin jeden 2. und 4. Mittwoch im Monat)
12.07.2017 Malteser Tagestreff MalTa Hamm, Nordenwall 5	17 Uhr, Infos zum Tagestreff für Angehörige, die einen Tagesplatz suchen (weiterhin jeden 2. Mittwoch im Monat)
13.07.2017 Stadtteilzentrum FeidikForum Feidikstr. 27	19 – 21 Uhr, Beratung bei Blindheit und Sehbehinderung, Gesprächspartner: J. Grikschat, Tel.: 02381/91585101 ab 18 Uhr (weiterhin jeden 2. und 4. Donnerstag im Monat)
15.07.2017 Stadtteilzentrum FeidikForum Feidikstr. 27	19 Uhr, Tauschring – Knöpfe statt Knete (weiterhin immer am 15. eines jeden Monats)
17.07.2017 VdK - OV Süden / Mitte	16.30 Uhr, Sommerfest mit Grillen, Zunftstuben, Oststraße 53 (Anmeldung erforderlich – Beitrag 6 €)
20.07.2017 Altenhilfe / Stadtteilzentrum FeidikForum, Feidikstr. 27	9 Uhr, Offenes Seniorenfrühstück, Beitrag 3 € (weiterhin jeden 3. Donnerstag im Monat)
28.07.2017 Stadtteilzentrum FeidikForum Feidikstr. 27	11 – 13 Uhr, Beratung zur Vorsorgevollmacht / Patientenverfügung (weiterhin jeden letzten Freitag im Monat)
31.07.2017 Stadt Hamm/Altenhilfe und Haus An St. Agnes	9 Uhr, Offenes Seniorenfrühstück, Beitrag: 3 € Haus An St. Agnes, Nordenwall 22
14.08.2017 Malteser Tagestreff MalTa Hamm, Nordenwall 5	19 Uhr, „MalTa Hamm, eine Einrichtung ausschließlich für früh demenziell Erkrankte und ihre Angehörige und Freunde“ - Betrof- fene und interessierte Bürger/innen sind herzlich eingeladen (Anmeldung unter Tel.: 02381/3045442 bis 10.08.17)
21.08.2017 VdK - OV Süden / Mitte	15 Uhr, Info- und Klön-Nachmittag, Zunftstuben, Oststraße 53 (auch 18.09.2017)

24.08.2017

Stadtteilzentrum FeidikForum
Feidikstr. 27

14.30 Uhr, Tanztee, Anmeldung für den Fahrdienst unter:
02381/91585101, Beitrag: 3 €

12.09.2017

Stadtteilzentrum FeidikForum
Feidikstr. 27

16 Uhr, Kriminalprävention Handtaschenraub-Enkeltrick-Trick-
betrügerei, Anmeldung unter: 02381/91585101

17.09.2017

Malteser Tagestreff
MaTa Hamm, Nordenwall 5

19 Uhr, Kirche und Demenz – Wie wichtig ist der Glaube für
demenziell Erkrankte und ihre Angehörigen?
(Anmeldung unter Tel.: 02381/3045442 bis 11.09.17)

18.09.2017

Stadtteilzentrum FeidikForum
Feidikstr. 27

16 Uhr, Präventiv-Workshop: Stark und selbstbewusst auch im Alter
(weitere Termine: 21.09. und 25.09.)

Hamm-Rhynern

03.07.2017

Stadt Hamm / Altenhilfe

11 Uhr, Offener Spaziertreff: Delpschule (Unterm Maibaum),
Kontakt: M. Foschepoth, Tel. 17-6732 (weiterhin montags)

04.07.2017

Stadt Hamm / Altenhilfe und
Kirchengemeinden Westtünen

9 Uhr, Offenes Seniorenfrühstück, Kath. Pfarrheim Delpstr. 1,
Beitrag: 3 €

05.07.2017

SV Deutschland OV Rhynern

15 Uhr, Sommerfest, Kath. Pfarrheim, Auf der Helle 1

05.07.2017

SK Hamm-Westtünen
Dietrich-Bonhoeffer-Haus

15 Uhr, Seniorentreff (weiterhin jeden 1. und 3. Mittwoch im Monat)

10.07.2017

Sozialverband Deutschland
OV Berge-Westtünen

15 Uhr, Kaffeetrinken, Ev. Gemeindehaus
(weiterhin jeden 2. Montag im Monat)

11.07.2017

ARG Westtünen

16 Uhr, Grillen am Pfarrheim

11.07.2017

Hirschapotheke /
Mayday Rhynern e. V.

17 – 18 Uhr, Pflegeberatung für Angehörige und Betroffene durch
Brigitte Wiesenberger, Pflegegutachterin/ Pflegesachverständige
(weitere Termine: 08.08. und 12.09.)

13.07.2017

Stadt Hamm/ Altenhilfe

8.30 – 10.00 Uhr, Seniorenberatung,
Gesprächspartnerin: Martina Foschepoth, Bürgeramt Rhynern,
Unnaer Str. 12, Zimmer 4
(weiterhin jeden 2. Donnerstag im Monat – August fällt aus)

18.07.2017

AG Seniorenarbeit
Hamm-Rhynern

9 Uhr Offenes Seniorenfrühstück, Kath. Pfarrheim, Auf der Helle 1,
Gebühr: 3,50 €

<u>25.07.2017</u> Lindenapotheke / Mayday Rhynern e. V.	11 – 12 Uhr, Pflegeberatung für Angehörige und Betroffene durch Brigitte Wiesenberger (weiterhin: 22.08. und 26.09.)
<u>25.07.2017</u> Caritas-Konferenz St. Elisabeth Berge	9 Uhr Frühstückstreffen, Pfarrheim St. Elisabeth, Werler Str. 322, Kontakt: Doris Espeter, Tel.: 02381-5 1007 (weiterhin: 29.08.,26.09.)
<u>02.08.2017</u> SV Deutschland OV Rhynern	15 Uhr, Frauennachmittag, Kath. Pfarrheim, Auf der Helle 1
<u>02.08.2017</u> MAYDAY Rhynern e. V. Unnaer Str. 14	17 Uhr, Offener Gesprächskreis für pflegende Angehörige, Ehren- amtsbüro, Reginenstr. 4, Tel.: 02385-4375928 (weiterhin: 06.09.)
<u>29.08.2017</u> SV Deutschland OV Osterfliech	Halbtagsfahrt (Ziel noch offen) Auskunft bei Geßler, Tel.: 02922/5157
<u>04.09.2017</u> MAYDAY Rhynern e. V. Unnaer Str. 14	10.30 Uhr, Kurs: Alltagsenglisch in einer harmonisch kleinen Lern- runde, Jugendzentrum Rhynern, Dozentin: Jutta Rönnefahrt, Anmeldung: Mayday, Unnaer Str. 14, Tel.: 02385-4375928 - keine Kursgebühren
<u>05.09.2017</u> Stadt Hamm / Altenhilfe und Kirchengemeinden Westtünnen	9 Uhr, Offenes Seniorenfrühstück, Ev. Gemeindehaus Dietrich- Bonhoeffer-Str. 5, Beitrag: 3 €
<u>06.09.2017</u> MAYDAY Rhynern e. V. Unnaer Str. 14	10 Uhr, Bewegungsangebot für Menschen mit und ohne Demenz, Sporthalle ehemalige Lohschule (weiterhin: 13.09., 20.09. und 27.09.)
<u>06.09.2017</u> SV Deutschland OV Rhynern	15 Uhr, Frauennachmittag, Kath. Pfarrheim, Auf der Helle 1
<u>12.09.2017</u> ARG Westtünnen	12 Uhr, Exkursion zur Franziskanerzentrale Dortmund
<u>13.09.2017</u> MAYDAY Rhynern e. V. Unnaer Str. 14	10 Uhr, Kunstkurs für Menschen mit Demenz im Jugendzentrum Rhynern, Tel.: 02385-4375928 (weiterhin: 20.09. und 26.09)
<u>13.09.2017</u> MAYDAY Rhynern e. V. Unnaer Str. 14	Kochkurs für Menschen mit Demenz, Jugendzentrum Rhynern Kontakt: Mayday Rhynern e. V., Unnaer Str. 14, Tel.: 02385-4375928
<u>19.09.2017</u> AG Seniorenarbeit Hamm-Rhynern	9 Uhr Offenes Seniorenfrühstück, Kath. Pfarrheim, Auf der Helle 1, Gebühr: 3,50 €
<u>19. – 26.09.2017</u> SV Deutschland OV Rhynern	Mehrtagefahrt nach Büsum in das SoVD-Haus, Auskunft bei Herrn Gellenbeck, Tel.: 02381/82583

Hamm-Uentrop

02.07.2017

Freies Seniorenschwimmen

8 – 9 Uhr, Seniorenschwimmen, Erlenbachschule
(weiterhin sonntags – außer Schulferien)

03.07.2017

Ev. Kirchengemeinde Braam-
Ostwennemar – „Herbstblüte“

9 Uhr, Frühstück im Kindergarten Senfkorn

03.07.2017

Grüne Damen und Herren -
Ambulanter Besuchsdienst e. V.

9 – 16 Uhr, Tagesbetreuung im Café Amalie, Alter Uentroper Weg 24
(weiterhin jeden Montag, Mittwoch und Freitag), Anmeldung
erforderlich, Tel.: 02381/8767840
Ansprechpartner: Maria Nawrath, Ulrike Rabe

03.07.2017

DRK-Treffpunkt Lindenstraße

19 – 21 Uhr, Nähkurs für Erwachsene (10 x), Beitrag: 50 €

04.07.2017

DRK-Treffpunkt Lindenstraße

9 – 11 Uhr, Computerkurs für Anfänger und Fortgeschrittene, (4 x),
Beitrag: 40 €

04.07.2017

DRK-Treffpunkt Lindenstraße

9 – 11 Uhr, Nähkurs für Erwachsene (10 x), Beitrag: 50 €

04.07.2017

Alzheimer Gesellschaft Hamm
e. V., Alter Uentroper Weg 24

10 – 12 Uhr, Demenzberatung, Ansprechpartnerin: Wera Witkowski,
Tel.: 02381/8768859 (weiterhin jeden Dienstag und Donnerstag
oder nach Absprache)

04.07.2017

Grüne Damen und Herren -
Ambulanter Besuchsdienst

14.30 – 17.30 Uhr, Demenzcafé Amalie, Alter Uentroper Weg 24
(weiterhin jeden Dienstag), Anmeldung erforderlich,
Tel.: 02381/8767840, Ansprechpartner: Wera Witkowski, Julia Krug

05.07.2017

SV Deutschland OV
Ostwennemar

Tagesfahrt (Ziel noch offen)
Auskunft unter Tel.: 02381/64449 (Surmann)

05.07.2017

DRK-Treffpunkt Lindenstraße

10 Uhr, Frauengruppe (weiterhin jeden Mittwoch)

06.07.2017

DRK-Treffpunkt Lindenstraße

9 – 12 Uhr, Kochkurs für Erwachsene – Es wird zusammen gekocht
und gegessen (4 x), Beitrag: 30 €

06.07.2017

DRK-Senioren-Stift Mark

11 Uhr, Yoga mit Frau Ohrmann (weiterhin jeden Donnerstag)

07.07.2017

DRK-Treffpunkt Lindenstraße

9 – 11 Uhr, Englischkurs für Anfänger, 11 – 13 Uhr, Englischkurs für
Fortgeschrittene, 15 – 17 Uhr, Englischkurs für Anfänger, die Kurse
finden jeweils 10 x statt, Beitrag je: 40 €

10.07.2017

SV Deutschland OV Werries

14.45 Uhr, Frauengruppe, Begegnungsstätte Werries
(weiterhin jeden 2. Montag im Monat)

11.07.2017

Alzheimer Gesellschaft Hamm
e. V., Alter Uentrop Weg 24

10 – 12 Uhr Gruppenangebot für Menschen mit einer beginnenden
eingeschränkten Alltagskompetenz – Die Gelassenheit entdecken
(weiterhin jeden 2. Dienstag im Monat), Tel.: 02382/8768859,
Ansprechpartner: J. Cornelissen

11.07.2017

Alzheimer Gesellschaft Hamm
e. V., Alter Uentrop Weg 24

ab 14.30 Uhr, Gesprächskreis pflegende Angehörige, Betreuung
der Angehörigen möglich, Anmeldung erforderlich,
Tel.: 02382/8768859, Ansprechpartner: J. Cornelissen (weiterhin
jeden 2. Dienstag im Monat)

11.07.2017

VdK OV Hamm-Osten

15 Uhr, Treffen: Eine Seefahrt, die ist lustig, Begegnungsstätte
Werries, Alter Uentrop Weg 174

12.07.2017

Perthes-Haus,
Ludwig-Teleky-Str. 8

14.00 – 16.30 Uhr, Mittwochscafé: Es werden leckere Torten, Kaffee
und Kleinigkeiten für den deftigen Hunger gereicht
Anmeldungen unter: Tel.: 02381/980120 (weiterhin 14tägig)

12.07.2017

ARG St. Antonius Geithe
Pfarrheim, In der Geithe 6

15 Uhr, Die Geschichte der Lippewelle Hamm
Referent: Günter Beaugrand

12.07.2017

SV Deutschland OV Uentrop

15 Uhr, Frauengruppe, Gaststätte Schulte-Geithe
(weiterhin jeden 2. Mittwoch im Monat)

13.07.2017

AK „Ökumenisches Senioren-
frühstück“ Hamm-Osten/Mark

9 Uhr, Offenes Seniorenfrühstück; Pfarrheim St. Georg
Kontakt: Gudrun Munz, Tel.: 81671

17.07.2017

SK der Caritaskonferenz St.
Bonifatius Hamm-Werries

15 Uhr, Andacht in der St. Bonifatiuskirche, anschließend gemütliches
Beisammensein (weiterhin: 21.08., 18.09.)

24.07.2017

SV Deutschland OV Werries

18.30 Uhr, Spielabend, AWO-Begegnungsstätte

26.07.2017

Spieletreff St. Georg

15 Uhr, Karten- Gesellschaftsspiele, Pfarrzentrum
(weiterhin jeden letzten Mittwoch im Monat)

27.07.2017

AK „Offene Altenarbeit im
Stadtbezirk Hamm-Uentrop“

9 Uhr, Offenes Seniorenfrühstück, Gemeindehaus Erlöserkirche,
Kontakt: Irmgard Luczka, Tel.: 81013, Gebühr: 4 €

27.07.2017

Pfarrcaritas St. Georg /
St. Agnes

15 Uhr, Gottesdienst, anschließend Kaffeetrinken und Gedächtnis-
training mit Frau Hentrey

<u>27.07.2017</u> SV Deutschland OV Uentrop	15 Uhr, Spielenachmittag, Gaststätte Schulte-Geithe (weiterhin jeden letzten Donnerstag im Monat)
<u>03.08.2017</u> AK „Ökumenisches Seniorenfrühstück“ Hamm-Osten/Mark	9 Uhr, Offenes Seniorenfrühstück; Pfarrheim St. Georg Kontakt: Gudrun Munz, Tel.: 8 16 71
<u>05.08.2017</u> SV Deutschland OV Ostwennemar	14.30 Uhr, Sommerfest, Bodelschwingh-Haus
<u>05.08.2017</u> SV Deutschland OV Uentrop	15 Uhr, Sommerfest, Gaststätte Witteborg in Dinker
<u>07.08.2017</u> Ev. Kirchengemeinde Braam-Ostwennemar – „Herbstblüte“	14.30 Uhr, Wir grillen im Gemeindegarten und singen lustige Lieder
<u>08.08.2017</u> VdK OV Hamm-Osten	15 Uhr, Treffen: Bunter Nachmittag (Sommer) Begegnungsstätte Werries, Alter Uentrop Weg 174
<u>09.08.2017</u> ARG St. Antonius Geithe Pfarrheim, In der Geithe 6	15 Uhr, Halbtagsausflug – Besuch der „Falke-Strumpffabrik“
<u>19.08.2017</u> VdK OV Hamm-Osten	15 Uhr, Grillveranstaltung, Begegnungsstätte Werries, Alter Uentrop Weg 174, Anmeldung: M. Biermann, Tel.: 02381/486139
<u>24.08.2017</u> AK „Offene Altenarbeit im Stadtbezirk Hamm-Uentrop“	9 Uhr, Offenes Seniorenfrühstück, Gemeindehaus Erlöserkirche, Kontakt: Irmgard Luczka, Tel.: 81013, Gebühr: 4 €
<u>28.08.2017</u> SV Deutschland OV Werries	18.30 Uhr, Spielabend, AWO-Begegnungsstätte
<u>30.08.2017</u> Alzheimer Gesellschaft Hamm e. V., Alter Uentrop Weg 24	17 – 20 Uhr, Kursstart Fortbildung zum/zur Senioren- und Demenzbegleiter/in im Café Amalia, Alter Uentrop Weg 24; Anmeldung erforderlich, Ansprechpartner: Julia Krug, Wera Witkowski, Tel.: 02381/8768859 (weiterhin mittwochs, 12 Termine bis 22.11.17)
<u>30.08.2017</u> Grüne Damen und Herren - Ambulanter Besuchsdienst Alter Uentrop Weg 24	17 – 20 Uhr, Kursstart Fortbildung zum/zur Patientenbegleiter/in im Café Amalia, Anmeldung erforderlich, Ansprechpartnerin: Julia Krug, Tel.: 02381/8767840 (weiterhin montags und mittwochs, 10 Termine bis 04.12.17)
<u>31.08.2017</u> DRK-Senioren-Stift Mark	15.30 Uhr, Tanzcafé mit Livemusik
<u>04.09.2017</u> Ev. Kirchengemeinde Braam-Ostwennemar – „Herbstblüte“	14.30 Uhr, Die Kinder der Kita Senfkorn sind zu Gast

05.09.2017

AWO Ostwennemar
Sportzentrum Birkenfeld

13.30 Uhr, Gymnastikgruppe, Schwerpunkt: Wirbelsäule, Auskunft:
Hilde Querbach, Telefon: 02381/23694 (weiterhin 12.09., 19.09., 26.09.)

05.09.2017

AWO Ostwennemar
Sportzentrum Birkenfeld

14.45 Uhr, Tanzgruppe, Folklore und Mitmachtänze, Auskunft:
Hilde Querbach, Telefon 02381/23694 (weiterhin 12.09., 19.09., 26.09.)

05.09.2017

DRK-Treffpunkt Lindenstraße

18 – 20 Uhr, Reise über verschiedene Länder (weiterhin jeden 1.
Dienstag im Monat) Anmeldung wird erbeten

07.09.2017

AK „Ökumenisches Senioren-
frühstück“ Hamm-Osten/Mark

9 Uhr, Offenes Seniorenfrühstück; Pfarrheim St. Georg
Kontakt: Gudrun Munz, Tel.: 8 16 71

12.09.2017

VdK OV Hamm-Osten

15 Uhr, Treffen: Lichtbildervortrag Herbstleuchten
Begegnungsstätte Werries, Alter Uentrop Weg 174

13.09.2017

ARG St. Antonius Geithe
Pfarrheim, In der Geithe 6

15 Uhr, Aktuelles aus der Lokalpolitik
Referent: Björn Pförzsch

18.09.2017

Alzheimer Gesellsch. Hamm e. V.,
Alter Uentrop Weg 24

18 – 20 Uhr, Kursstart der AOK-Kursreihe für pflegende Angehörige
von Menschen mit Demenz im Café Amalia, Anmeldung erforder-
lich, Ansprechpartner: Julia Krug, Wera Witkowski (weiterhin
montags und donnerstags, 8 Termine bis 06.10.17)

25.09.2017

SV Deutschland OV Werries

18.30 Uhr, Spielabend, AWO-Begegnungsstätte

28.09.2017

AK „Offene Altenarbeit im
Stadtbezirk Hamm-Uentrop“

9 Uhr, Offenes Seniorenfrühstück, Gemeindehaus Erlöserkirche,
Kontakt: Irmgard Luczka, Tel.: 81013, Gebühr: 4 €

28.09.2017

Pfarrcaritas St. Georg /
St. Agnes

15 Uhr, Gottesdienst, anschließend Zwiebelkuchen und Federweißer
zum Herbstanfang

28.09.2017

DRK-Senioren-Stift Mark

15.30 Uhr, Tanzcafé mit Livemusik

29.09.2017

DRK-Senioren-Stift Mark
Marker Allee 88

14 – 17 Uhr, Modemobil, 15 Uhr, Modenschau

Hamm-Pelkum

03.07.2017

Stadt Hamm / Altenhilfe

8.30 – 10.00 Uhr, Seniorenberatung, Gesprächspartnerin: Martina
Foschepoth, Bürgeramt Pelkum, Kamener Str. 177, Zi. 026
(weiterhin jeden 1. Montag im Monat – August fällt aus)

<u>03.07.2017</u> Seniorenarbeit Friedenskirche, Weetfelder Str., Gemeindehaus	14.30 Uhr, Spielnachmittag (weiterhin jeden Montag)
<u>04.07.2017</u> AWO OV Pelkum, Haus Sundern/ Stadt Hamm/Altenhilfe	15 Uhr, Offene Kaffeetafel, Haus Sundern, Kamener Str. 142, Gebühr: 3 €, Diavortrag: Unser schöner Osten: Darß, Rügen, Usedom
<u>05.07.2017</u> Stadt Hamm / Altenhilfe	10 Uhr, Boule für Jung und Alt, Boulebahn, Tennisplatz Selbachpark (TC69 Pelkum) (weiterhin jeden 1. Mittwoch im Monat)
<u>05.07.2017</u> Stadt Hamm / Altenhilfe	11 Uhr, Offener Spaziertreff, 1 Stunde, Treffpunkt: Parkplatz Wal- dorfschule, Kontakt: M. Foschepoth, Tel. 17-6732 (weiterhin jeden Mittwoch)
<u>05.07.2017</u> Spätlese Pelkum, Pelikanum	15 Uhr, Wir treffen uns wie jedes Jahr im Eissalon, Kamener Straße
<u>06.07.2017</u> SV Deutschland OV Pelkum	15 Uhr, Frauengruppe, Casino, Wielandstr.
<u>12.07.2017</u> SK St. Marien, Hamm- Wiescherhöfen, Marienheim	14.30 Uhr, Heilige Messe, anschließend Treff bei Kaffee und Kuchen im Marienheim; Thema: Ferien durchbuchstabiert: Fahren, Erholen, Rasten, in –sich –gehen, Erneuern, Nachdenken
<u>16.07.2017</u> Seniorenarbeit Friedenskirche, Weetfelder Str., Gemeindehaus	15 Uhr, Gemeinde-Café, Weetfelder Str. (weiterhin jeden 3. Sonntag im Monat)
<u>19.07.2017</u> SV Deutschland OV Pelkum	9 Uhr, Frühstück, Casino Wielandstraße (weiterhin jeden 3. Mittwoch im Monat)
<u>20.07.2017</u> Seniorenarbeit Friedenskirche, Weetfelder Str., Gemeindehaus	10 Uhr, Erzählwerkstatt (weiterhin jeden 3. Donnerstag im Monat)
<u>20.07.2017</u> AWO/ Pelkum, Ev. Kirchengem. Pelkum, Stadt Hamm/Altenhilfe	14 – 16 Uhr, Kreative Hände – Strick und Häkelgruppe für Anfänger, Fortgeschrittene oder Profis, Gemeindehaus Pelikanum, Kamener Str. 181 (weiterhin jeden 3. Donnerstag)
<u>01.08.2017</u> AWO OV Pelkum, Haus Sundern / Stadt Hamm Altenhilfe	15 Uhr, Offene Kaffeetafel, Haus Sundern, Kamener Str. 142, Gebühr: 3 €, Musik liegt in der Luft
<u>03.08.2017</u> SV Deutschland OV Pelkum	15 Uhr, Frauengruppe, Casino, Wielandstr.
<u>05.09.2017</u> AWO OV Pelkum, Haus Sundern/ Stadt Hamm Altenhilfe	15 Uhr, Offene Kaffeetafel, Haus Sundern, Kamener Str. 142, Gebühr: 3 €, Bingo

07.09.2017

AWO Pelkum, Ev. Kirchengem.
Pelkum, Stadt Hamm/Altenhilfe

12 Uhr, Eintopftag für Jung und Alt im Gemeindehaus Pelikanum,
Kamener Str. 181, Beitrag: 3 €
(weiterhin jeweils jeden 1. Donnerstag im Monat)

07.09.2017

SV Deutschland OV Pelkum

15 Uhr, Frauengruppe und Bingo-Nachmittag für alle, Casino,
Wielandstr.

13.09.2017

SK St. Marien, Hamm- Wiescher-
höfen, Marienheim

14.30 Uhr, Heilige Messe, anschließend Treff bei Kaffee und Kuchen
im Marienheim; Thema: Kleine Muschel schimmert Schönheit aus

13.09.2017

Seniorenarbeit Friedenskirche,
Weetfelder Str., Gemeindehaus

14.30 Uhr, Das liebe Geld - Gedächtnistraining

13.09.2017

Spätlese Pelkum, Pelikanum

15 Uhr, Gedächtnistraining und lustige Quizfragen

27.09.2017

Seniorenarbeit Friedenskirche,
Weetfelder Str., Gemeindehaus

9 Uhr, Frühstück

29.09.2017

St. Peter u. Paul, Ev. Kirchengem.
Pelkum, Stadt Hamm/Altenhilfe

9 Uhr, Frühstück für Jung und Alt , Pelikanum, Kamener Str. 181,
Beitrag: 3 €

Hamm-Herringen

03.07.2017

AK „Ökumenisches Senioren-
frühstück Herringen / Altenhilfe

9 Uhr, Seniorenfrühstück, Cafeteria Altenheim St. Josef, Busch-
kampstr. 4, Gebühr: 3 €

03.07.2017

Sozialverband Deutschland
OV Herringen

15.30 Uhr, Gymnastikgruppe, Alter Bauhof, Zum Torksfeld 2
(weiterhin jeden Montag)

04.07.2017

AWO – OV Herringen

13.30 Uhr Offener Spielnachmittag, Altentagesstätte,
Am Jugendheim 3 (weiterhin jeden Dienstag)

05.07.2017

Bezirksbücherei Herringen
Holzstraße 1/Altenhilfe

10 – 12 Uhr, Seniorenberatung
Ansprechpartnerin: A. M. Himmeröder (weiterhin mittwochs)

05.07.2017

Bezirksbücherei Herringen
Holzstraße 1/Altenhilfe

10 Uhr, Kreativtreff (Malen, Basteln, etc.)
Ansprechpartnerin: A. M. Himmeröder (weiterhin mittwochs)

05.07.2017

Caritas Altenheim St. Josef

14.30 Uhr, Angehörigencafé mit Bingo, Cafeteria
(weiterhin jeden 1. Mittwoch im Monat)

05.07.2017

Knappenverein „Einigkeit“
Herringen Haus der Begegnung,
Am Wiesenteich 1

15 Uhr, Bingo, Kaffeetrinken, Karten spielen und über Neuigkeiten sprechen (weiterhin jeden 1. Mittwoch im Monat)

06.07.2017

AWO – OV Herringen

14 Uhr Handarbeitsgruppe, Altentagesstätte, Am Jugendheim 3
(weiterhin jeden Donnerstag)

06.07.2017

Bezirksbücherei Herringen
Holzstraße 1/Altenhilfe

16 Uhr, Offenes kreatives Häkeln- und Strickangebot für Jung und Alt, Ansprechpartnerin: A. M. Himmeröder
(weiterhin jeden Donnerstag)

09.07.2017

Evangelisches Altenzentrum
St. Victor

15.15 Uhr, Unterhaltung am Sonntag: Duo Jürgen Bruchhändler

20.07.2017

AWO / SV Deutschland – OV
Herringen / Altenhilfe

9 Uhr, Seniorenfrühstück, Altentagesstätte Herringen,
Gebühr: 3 €

29.07.2017

Caritas Altenheim St. Josef

14.30 Uhr, Klöncafé, Cafeteria (weiterhin jeden letzten Samstag i. M.)

07.08.2017

AK „Ökumenisches Senioren-
frühstück Herringen / Altenhilfe

9 Uhr, Seniorenfrühstück, Cafeteria Ev. Altenzentrums St. Victor,
Gebühr: 3,00 €

13.08.2017

Evangelisches Altenzentrum
St. Victor

15.15 Uhr, Unterhaltung am Sonntag: Guido Goodridge

17.08.2017

AWO / SV Deutschland – OV
Herringen / Altenhilfe

9 Uhr, Seniorenfrühstück, Altentagesstätte Herringen,
Gebühr: 3 €

23.08.2017

Caritas Altenheim St. Josef

14.30 Uhr, Offenes Café, Cafeteria

27.08.2017

Caritas Altenheim St. Josef

15.30 Uhr, Kultur am Sonntag: Schlager mit Guido Goodridge

01.09.2017

Evangelisches Altenzentrum
St. Victor

10 – 12 Uhr, Schuhresidenz-Verkauf

04.09.2017

AK „Ökumenisches Senioren-
frühstück Herringen / Altenhilfe

9 Uhr, Seniorenfrühstück, Cafeteria Ev. Altenzentrums St. Victor,
Gebühr: 3 €

10.09.2017

Evangelisches Altenzentrum
St. Victor

15.15 Uhr, Unterhaltung am Sonntag: Frau Hedtmann singt,
jodelt etc.

21.09.2017

AWO / SV Deutschland – OV
Herringen / Altenhilfe

9 Uhr, Seniorenfrühstück, Altentagesstätte Herringen,
Gebühr: 3 €

24.09.2017

Knappenverein „Einigkeit“
Herringen

Landeskirchschrift NRW in Hamm-Heessen

24.09.2017

Caritas Altenheim St. Josef

15.30 Uhr, Kultur am Sonntag: Mandolinenorchester Herringen

27.09.2017

Caritas Altenheim St. Josef

14.30 Uhr, Offenes Café, Cafeteria

Hamm-Westen

02.07.2017

Kirchengemeinde St. Laurentius

14.30 Uhr, Café Jupp, Josefshaus, Josefstr. 9 a

03.07.2017

Stadt Hamm/Altenhilfe

11 Uhr, Offener Spaziergang ab 55 Jahren,
Treffpunkt: Friedrich-Ebert-Park, Parkeingang Wilhelm-Liebknecht-
Straße, Parkplatz Märkisches Gymnasium, Kontakt: Karin Berheide,
Altenhilfe, Tel.: 17-6734 (weiterhin jeden Montag)

03.07.2017

Stadt Hamm/Altenhilfe
Gemeindehaus der Thomas-
kirche, Lohausenholzstr. 18

15 Uhr, „BlattGold“, offene Malgruppe
Kontakt: Karin Berheide, Altenhilfe, Tel.: 17-6734
(weiterhin jeden 1. Montag im Monat)

03.07.2017

Kirchengemeinde St. Laurentius,
Josefshaus, Josefstr. 9 a

15 Uhr, Gesellschaftsspiele für „Jung und Alt“
(weiterhin: 04.09.)

05.07.2017

Altenwohn- und Pflegeheim
St. Vinzenz-Vorsterhausen,
Im Josefwinkel 2

15 Uhr, Seniorencafé (weiterhin: 23.08.)

12.07.2017

Seniorentreff Thomaskirche

14.30 Uhr, Treffen mit dem Seniorenkreis im Gemeindehaus der
Friedenskirche

13.07.2017

VdK - OV Westen

14.30 Uhr, Frauennachmittag, Gaststätte „Drees Krause Linde“,
Kontakt: Herr Libor Baar, Tel.: 02385/4295155
(weiterhin jeden 2. Donnerstag im Monat)

15.07.2017

Freundeskreis Pro Apostelzen-
trum e. V., Dortmund Str. 63

15 Uhr, Apostel-Café (weiterhin jeden 3. Sonntag im Monat)

21.07.2017

Männertreff Hamm-Westen

17 Uhr, Männertreff (Kegeln), Seniorenzentrum St. Bonifatius,
Bonifatiusweg 14, Kontakt: Reinhard Quednau, Tel.: 02381/3054745

12.08.2017

VdK - OV Westen

7 Uhr, Tagesfahrt nach Giethoorn, Kontakt: Herr Libor Baar, Tel. 02385/4295155, Abfahrtort: Westenschützenhof

18.08.2017

Männertreff Hamm-Westen

17 Uhr, Männertreff (Kegeln), Seniorenzentrum St. Bonifatius, Bonifatiusweg 14, Kontakt: Reinhard Quednau, Tel.: 02381/3054745

01.09.2017

VdK - OV Westen

Grillnachmittag, Zunftstuben, Oststraße 53, Kontakt: Herr Libor Baar, Tel. 02385/4295155

13.09.2017

Altenwohn- und Pflegeheim St. Vinzenz-Vorsterhausen, Im Josefwinkel 2

9 Uhr, Ü60-Frühstück (um Anmeldungen wird gebeten)
Beitrag: 4,50 €

13.09.2017

Seniorentreff Thomaskirche

15 Uhr, Sicherheit für Senioren, Referent: Werner Kranz

15.09.2017

Männertreff Hamm-Westen

17 Uhr, Männertreff (Kegeln), Seniorenzentrum St. Bonifatius, Bonifatiusweg 14, Kontakt: Reinhard Quednau, Tel.: 02381/3054745

22. – 28.09.2017

VdK - OV Westen

7 Uhr, Mehrtagefahrt nach Usedom, Kontakt: Herr Libor Baar, Tel. 02385/4295155, Abfahrt: Bahnhof – Westausgang/Unionstraße

27.09.2017

Seniorentreff Thomaskirche

15 Uhr, Traumgeschichten mit Frau Löscher

Hamm-Norden

03.07.2017

Wolfgang-Glaubitz-Seniorenzentrum, Westberger Weg 44

15.30 Uhr, Wir spielen Bingo, Café
(weiterer Termin: 17.07.)

04.07.2017

AG „Seniorenarbeit im Hammer Norden“

15 Uhr, Senioren-Schach-Treff, Wolfgang-Glaubitz-Zentrum, Westberger Weg 40 (weiterhin jeden Dienstag)

05.07.2017

AG „Seniorenarbeit im Hammer Norden“

9.30 Uhr, Tanz für Senioren, Pfarrheim Herz-Jesu, Leitung: Ingrid Becker, Tel.: 3708644 (weiterhin jeden Mittwoch)

05.07.2017

ZwAR-Holzgruppe
Werkraum der Karlschule
Westberger Weg

15 Uhr, Werken mit Holz - Eingeladen sind alle, die sich für das Arbeiten mit dem Werkstoff Holz interessieren, Anmeldung nicht erforderlich (weiterhin mittwochs -außer Schulferien-)

07.07.2017

Wolfgang-Glaubitz-Seniorenzentrum, Westberger Weg 44

15.30 Uhr, Spielrunde im Café
(weiterhin jeden Freitag und Samstag)

10.07.2017

Wolfgang-Glaubitz-Seniorenzentrum, Westberger Weg 44

15.30 Uhr, Singen mit Frau Platte, Wohnbereich 2, Ecke Asien (weiterhin jeden 2. Montag im Monat)

12.07.2017

VdK OV Hamm Norden

14.30 Uhr, St. Monika

13.07.2017

AG „Seniorenarbeit im Hammer Norden“

9 Uhr, Seniorenfrühstück, Pfarrheim Herz-Jesu, Karlsplatz, Kontakt.: U. Tornscheidt, Stadt Hamm, Tel.: 17-6733
Beitrag: 3 €

13.07.2017

AG „Seniorenarbeit im Hammer Norden“ - Junge Senioren -

16 Uhr, Radwanderung, Treffpunkt: Tondernplatz
Kontakt: Josefa Schrader, Tel.: 65538

26.07.2017

ARG Maria-Königin

15 Uhr, Sommerfest, Mehr-Generationen-Haus, Culmer Weg

27.07.2017

AG „Seniorenarbeit im Hammer Norden“

10 Uhr, „Nordener Schaufel“ Geschichtskreis, Wolfgang-Glaubitz-Zentrum, Kontakt: U. Tornscheidt, Tel.: 17-6733
(weitere Termine: 24.08. und 28.09.)

30.07.2017

Wolfgang-Glaubitz-Seniorenzentrum, Westberger Weg 44

9.30 Uhr, Offenes Seniorenfrühstück im Café
Information und Anmeldung unter 02381/3930

07.08.2017

Wolfgang-Glaubitz-Seniorenzentrum, Westberger Weg 44

15.30 Uhr, Wir spielen Bingo, Café
(weiterer Termin: 21.08.)

09.08.2017

ARG Maria-Königin

15 Uhr, Bingo mit Kaffeetrinken
Mehr-Generationen-Haus, Culmer Weg

10.08.2017

AG „Seniorenarbeit im Hammer Norden“

13.30 Uhr, Fahrt ins Blaue, Kontakt.: U. Tornscheidt, Stadt Hamm, Tel.: 17-6733, Abfahrt Hüttenweg

10.08.2017

AG „Seniorenarbeit im Hammer Norden“ - Junge Senioren -

16 Uhr, Radwanderung, Treffpunkt: Tondernplatz
Kontakt: Josefa Schrader, Tel.: 65538

23.08.2017

ARG Maria-Königin

15 Uhr, Treffen, anschließend Fahrt zum Kurhaus
Mehr-Generationen-Haus, Culmer Weg

27.08.2017

Wolfgang-Glaubitz-Seniorenzentrum, Westberger Weg 44

9.30 Uhr, Offenes Seniorenfrühstück im Café
Information und Anmeldung unter 02381/3930

04.09.2017

Wolfgang-Glaubitz-Seniorenzentrum, Westberger Weg 44

15.30 Uhr, Wir spielen Bingo, Café
(weiterer Termin: 18.09.2017)

09.09.2017

Wolfgang-Glaubitz-Seniorenzentrum,
Westberger Weg 44

16 Uhr, Sommerfest – Spiel, Spaß, Kulinarisches und viel Musik,
Aula und Schulhof der Karlschule, Westberger Weg

12.09.2017

VdK OV Hamm Norden
Pfarrheim Herz-Jesu, Karlsplatz

14.30 Uhr, Grillen

13.09.2017

Wolfgang-Glaubitz-Seniorenzentrum,
Westberger Weg 44

14 – 17 Uhr, Präsentation der aktuellen Herbstmode im Café

13.09.2017

ARG Maria-Königin

15 Uhr, Bingo mit Kaffeetrinken
Mehr-Generationen-Haus, Culmer Weg

14.09.2017

AG „Seniorenarbeit im Hammer Norden“

9 Uhr, Seniorenfrühstück, Pfarrheim Herz-Jesu, Karlsplatz,
Kontakt.: U. Tornscheidt, Stadt Hamm, Tel.: 17-6733
Beitrag: 3 €

14.09.2017

AG „Seniorenarbeit im Hammer Norden“ - Junge Senioren -

16 Uhr, Radwanderung, Treffpunkt: Tondernplatz
Kontakt: Josefa Schrader, Tel.: 65538

27.09.2017

ARG Maria-Königin

15 Uhr, Seniorennachmittag, Mehr-Generationen-Haus, Culmer Weg

Bockum-Hövel

03.07.2017

Ludgeri-Tagespflege
Schultenstraße 12 a

Ein Tag für mich - Schnuppertage in der Tagespflege, Infos unter
Tel.: 4902600 (weiterer Termin: 27.07.)

05.07.2017

Stadt Hamm/Altenhilfe

10 – 11.30 Uhr, Seniorenberatung, Gesprächspartnerin:
Karin Berheide, Begegnungsstätte Haus der Begegnung,
Friedrich-Ebert-Str. 23-25 (weiterhin jeden Mittwoch)

05.07.2017

Stadt Hamm/Altenhilfe

15 – 18 Uhr, Spiele-Nachmittag (Brett- und Kartenspiele),
Kontakt: Karin Berheide, Altenhilfe, Tel.: 17-6734
Begegnungsstätte Haus der Begegnung, Friedrich-Ebert-Str. 23-25
(weiterhin jeweils mittwochs)

05.07.2017

Begegnungsstätte Haus der Begegnung,
Friedrich-Ebert-Str.

15 – 18 Uhr, „Café-Lese“
(weiterhin jeweils mittwochs bis freitags)

06.07.2017

Ludgeri-Forum e. V. / Altenhilfe

9 Uhr, Offenes Seniorenfrühstück
Treffpunkt: Ludgeri-Stift Hövel, Beitrag: 3 €

07.07.2017

Stadt Hamm/Altenhilfe

9.30 Uhr, Offene Kreativgruppe, Kontakt: Karin Berheide, Tel. 17-6734, Begegnungsstätte Haus der Begegnung, Friedrich-Ebert-Str. 23-25 (weiterhin jeden 1. und 3. Freitag im Monat)

07.07.2017

Stadt Hamm/Altenhilfe

10 Uhr, Kostenlose Notebook-Internet-Sprechstunde des Amtes für Soziale Integration/Altenhilfe, Kontakt: Karin Berheide, Tel. 17-6734, Haus der Begegnung (weiterhin wöchentlich freitags)

07.07.2017

Ludgeri-Tagespflege
Schultenstraße 12 a

14.30 Uhr, Sommerfest in der Tagespflege mit Musik, Kaffeetafel und Grill Buffet, Infos unter Tel.: 4902600 (weiterer Termin: 27.07.)

08.07.2017

VdK - OV Bockum-Hövel

16 Uhr, Sommergrillen, Haus der Begegnung, Friedrich-Ebert-Str. 25

10.07.2017

Ludgeri-Haus der Pflege
Marinestr. 42

9 – 18 Uhr, Patienten-Frage-Stunde – Leben in einer Senioren wohngemeinschaft

17.07.2017

Ludgeristift, An der Kreuzkirche,
Hammer Str. 138

15 Uhr, Offene Altenrunde der ev. Kirchengemeinde im Ludgeri-Stift, Cafeteria (weiterhin jeden 3. Montag im Monat)

18.07.2017

Ludgeristift Bockum, Südgeist 1a

15.30 Uhr, Sommerkonzert mit dem Shanty-Chor unter der Leitung von Herrn Daum

19.07.2017

Ludgeri-Tagespflege
Schultenstraße 12 a

18 Uhr Gesprächskreis Demenz , Infos unter Tel.: 484248
Entlastungsangebote für pflegende Angehörige

20.07.2017

Kirchengem. St. Stephanus /
Christus-König/Altenhilfe

9 Uhr, Seniorenfrühstück, Beitrag: 3 €
Pfarrheim Christus-König, Eichstedtstr. 44
Kontakt: Karin Berheide Tel.: 17-6734

31.07.2017

Ludgeristift, Hövel
Ermelinghofstr. 18

15 Uhr, Bunter Nachmittag mit der Tanzgruppe unter Leitung von Frau Becker im Treffpunkt

02.08.2017

Ludgeri-Tagespflege
Schultenstraße 12 a

Ein Tag für mich - Schnuppertage in der Tagespflege, Infos unter Tel.: 4902600 (weiterer Termin: 25.08.)

03.08.2017

Ludgeri-Forum e. V. / Altenhilfe

9 Uhr, Offenes Seniorenfrühstück
Treffpunkt: Ludgeri-Stift Hövel, Beitrag: 3 €

09.08.2017

VdK - OV Bockum-Hövel

15 Uhr, Infonachmittag, Haus der Begegnung, Friedrich-Ebert-Str. 25

14.08.2017

Ludgeri-Haus der Pflege
Marinestr. 42

9 – 18 Uhr, Patienten-Frage-Stunde – Betreuungsangebote für Menschen mit Demenz

16.08.2017

Ludgeri-Tagespflege
Schultenstraße 12 a

18 Uhr Gesprächskreis Demenz , Infos unter Tel.: 484248
Entlastungsangebote für pflegende Angehörige

17.08.2017

Kirchengem. St. Stephanus /
Christus-König/Altenhilfe

9 Uhr, Seniorenfrühstück, Beitrag: 3 €
Pfarrheim St. Stephanus, Stephanusplatz 3
Kontakt: Karin Berheide. Tel.: 17-6734

24.08.2017

Ludgeristift, An der Kreuz-
kirche, Hammer Str. 138

15 Uhr, Sommerfest für Senioren: 10 Jahre LUDGERI-Stift
An der Kreuzkirche – Motto: Lachen ist die beste Medizin

25.08.2017

Ludgeristift, An der Kreuz-
kirche, Hammer Str. 138

15 Uhr, Jubiläumssommerfest (10 Jahre)
Best Of 10 Jahre Ludgeri-Stift An der Kreuzkirche

01.09.2017

Ludgeri-Tagespflege
Schultenstraße 12 a

Ein Tag für mich - Schnuppertage in der Tagespflege, Infos unter
Tel.: 4902600 (weiterer Termin: 26.09.)

04.09.2017

Ludgeristift, An der Kreuz-
kirche, Hammer Str. 138

10 Uhr, Modeverkauf
15 Uhr, Modenschau mit Kaffee und Kuchen im Café

07.09.2017

Ludgeri-Forum e. V. / Altenhilfe

9 Uhr, Offenes Seniorenfrühstück
Treffpunkt: Ludgeri-Stift Hövel, Beitrag: 3 €

10.09.2017

Ludgeristift, Hövel
Ermelinghofstr. 18

16 Uhr, Heimatklänge mit dem Volksensemble „Melodie“ unter
der Leitung von Elena Peters im Treffpunkt

11.09.2017

Ludgeri-Haus der Pflege
Marinestr. 42

9 – 18 Uhr, Patienten-Frage-Stunde – Ambulante Pflege –
welche Hilfe kann ich erwarten?

11.09.2017

Ludgeristift Bockum, Südgeist 1a

10 Uhr, Modeverkauf
15 Uhr, Modenschau mit Kaffee und Kuchen im Wintergarten

12.09.2017

Sozialverband Deutschland
OV Bockum-Hövel

8.15 Uhr, Tagesfahrt nach Holland zum Stadtbummel in Enschede,
anschließend nach teerHuurne, Auskunft bei Sasse, Tel.: 02381/76904

13.09.2017

VdK - OV Bockum-Hövel

15 Uhr, Infonachmittag, Haus der Begegnung, Friedrich-Ebert-Str. 25

14.09.2017

Ludgeri-Tagespflege
Schultenstraße 12 a

14 Uhr, Wellness- und Verwöhntag

16.09.2017

Alzheimer Gesellschaft Hamm
e.V., Alter Uentrop Weg 24

10 – 12 Uhr, Gesprächskreis für Menschen mit Migrations-
hintergrund, Haus der Begegnung, Friedrich-Ebert-Str.23-25,
(weiterhin 1 x monatlich – Termin telefonisch erfragen),
Tel.: 8767859, Ansprechpartner: Aynur Aslan)

18.09.2017

Ludgeristift, Hövel
Ermelinghofstr. 18

10 Uhr, Modeverkauf
15 Uhr, Modenschau mit Kaffee und Kuchen im Treffpunkt

20.09.2017

Ludgeri-Tagespflege
Schultenstraße 12 a

18 Uhr Gesprächskreis Demenz , Infos unter Tel.: 484248
Entlastungsangebote für pflegende Angehörige

21.09.2017

Kirchengem. St. Stephanus /
Christus-König/Altenhilfe

9 Uhr, Seniorenfrühstück, Beitrag: 3 €
Pfarrheim Christus-König, Eichstedtstr. 44
Kontakt: Karin Berheide. Tel.: 17-6734

25.–29.09.2017

Ludgeristift, An der Kreuzkirche,
Hammer Str. 138

Märchenhafte Puppen,
Kleine Puppenausstellung im Café

25. – 29.09.2017

Ludgeristift Bockum,
Südgeist 1a

Alte Uhren ticken anders,
historische Uhrenausstellung im Café

29.09.2017

Ludgeristift, Hövel
Ermelinghofstr. 18

15 Uhr, Herbstfest mit Volksliedern und Schlagern mit Hr. Cier im
Treffpunkt

Hamm-Heessen

01.07.2017

Seniorenheim St. Stephanus

14 Uhr, Schützenfest

03.07.2017

Junge Senioren St. Josef

8.45 Uhr, Besuch des Maximare
(weiterhin jeden 1. und 3. Montag im Monat)

03.07.2017

Stadt Hamm/Altenhilfe

11 Uhr, Spaziertreffen, „Am Roten Läppchen“, Dolberger Str. 53,
Kontakt: Frau Balzer, Tel. 02385-68331 (weiterhin jeden Montag)

04.07.2017

Caritas St. Josef

9 Uhr, Seniorenfrühstück, Pfarrheim St. Marien

04.07.2017

Stadt Hamm/Altenhilfe und
Caritas

9.30 Uhr, Spaziertreff, Caritas Tagespflege St. Rochus, Bockelweg 13,
Kontakt: P. Schleicher-Marschner, Tel. 02381-944006
(weiterhin jeden Dienstag)

04.07.2017

Stadt Hamm/Altenhilfe und
Caritas

11.00 – 12.30 Uhr, Seniorensprechstunde, Jugendzentrum Bockelweg 15,
Kontakt: P. Schleicher-Marschner, Tel. 02381-944006
(weiterhin jeden Dienstag)

05.07.2017

ARG St. Marien

14.30 Uhr, Gottesdienst, anschließend im Pfarrheim: Kaffeetrinken
und Programm (Anmeldung erbeten bei Claudia Kramer, Tel. 60864)

<u>05.07.2017</u> VdK - OV Heessen	15 Uhr, VDK-Treff im Brokhof
<u>05.07.2017</u> ZwAR-Holzgruppe, Werkraum der Karlschule, Westberger Weg	15 Uhr, Werken mit Holz - Eingeladen sind alle, die sich für das Arbeiten mit dem Werkstoff Holz interessieren, Anmeldung nicht erforderlich (weiterhin jeden Mittwoch – außer den Schulferien)
<u>09.07.2017</u> Seniorenheim St. Stephanus	14 Uhr, Sonntagscafé (weiterhin 14tägig)
<u>10.07.2017</u> Ev. und kath. Kirchengemeinde / Altenhilfe	9 Uhr, Offenes Seniorenfrühstück, Vereinshaus Kleingartenverein Heessen-Gartenstadt, Veistr., Beitrag: 2,50 €
<u>10.07.2017</u> Senioren- und Demenz-Tagesbetreuung FREIRAUM, Hülseistr. 37, Hamm Heessen	18 Uhr, Schlaue Stunde – Vortrag zum Thema: Betreuungsvollmacht/Patientenverfügung Anmeldung und Info: E. Bieker, Tel.: 02381/36497
<u>11.07.2017</u> ZwAR-Basisgruppe 2	15 Uhr, Treffen, Brokhof (weiterhin jeden 2. Dienstag im Monat)
<u>12.07.2017</u> Seniorenheim St. Stephanus	9 Uhr, Offenes Seniorenfrühstück der Papst-Johannes-Gemeinde im großen Gruppenraum
<u>12.07.2017</u> VdK - OV Heessen	14 Uhr, Fit mit dem Rad
<u>12.07.2017</u> Seniorenheim St. Stephanus	15 Uhr, Bunter Nachmittag mit der Musikschule Hamm
<u>19.07.2017</u> Familienzentrum St. Theresia/ Altenhilfe	9 Uhr, Offenes Seniorenfrühstück, Beitrag: 2,50 € Pfarrheim St. Theresia, An der Theresienkirche 6
<u>25.07.2017</u> Seniorenheim St. Stephanus	15 Uhr, Bunter sportlicher Nachmittag zur Vorbereitung der Bewohner-Olympiade
<u>25.07.2017</u> Junge Senioren St. Josef	Wandern (weiterhin jeden letzten Dienstag im Monat)
<u>29.07.2017</u> Seniorenheim St. Stephanus	15 Uhr, Bunter Nachmittag mit dem Schützenverein
<u>31.07.2017</u> Seniorenheim St. Stephanus	16 Uhr, Grillnachmittag
<u>01.08.2017</u> Caritas St. Josef	9 Uhr, Seniorenfrühstück, Pfarrheim St. Marien
<u>05.08.2017</u> Seniorenheim St. Stephanus	10 Uhr, Bewohner-Olympiade

<u>09.08.2017</u> VdK - OV Heessen	14 Uhr, Fit mit dem Rad
<u>10.08.2017</u> Seniorenheim St. Stephanus	9 Uhr, Offenes Seniorenfrühstück der Papst-Johannes-Gemeinde im großen Gruppenraum
<u>14.08.2017</u> Senioren- und Demenz-Tagesbetreuung FREIRAUM, Hülseistr. 37, Hamm Heessen	18 Uhr, TrAPeDz > Treffen für Angehörige von Personen mit Demenz – Anmeldung nicht erforderlich, Ansprechpartnerin: V. Georg, Tel.: 02381/889257 (weiterhin 04.09.)
<u>05.09.2017</u> Caritas St. Josef	9 Uhr, Seniorenfrühstück, Pfarrheim St. Marien
<u>06.09.2017</u> ARG St. Marien	14.30 Uhr, Gottesdienst, anschließend im Pfarrheim: Kaffeetrinken und Programm (Anmeldung erbeten bei Claudia Kramer, Tel. 60864)
<u>06.09.2017</u> VdK - OV Heessen	15 Uhr, VDK-Treff im Brokhof
<u>10.09.2017</u> SV Deutschland OV Heessen	Tagesfahrt nach Aachen und Maastricht (Auskunft bei Preuk, Tel.: 02381/64906)
<u>11.09.2017</u> Ev. und kath. Kirchengemeinde/Altenhilfe	9 Uhr, Offenes Seniorenfrühstück, Vereinshaus Kleingartenverein Heessen-Gartenstadt, Veistr., Beitrag: 2,50 €
<u>13.09.2017</u> Seniorenheim St. Stephanus	9 Uhr, Offenes Seniorenfrühstück der Papst-Johannes-Gemeinde im großen Gruppenraum
<u>13.09.2017</u> VdK - OV Heessen	14.00 Uhr, Fit mit dem Rad
<u>16.09.2017</u> VdK - OV Heessen	15 Uhr, Grillen im Brokhof
<u>20.09.2017</u> Familienzentrum St. Theresia/Altenhilfe	9 Uhr, Offenes Seniorenfrühstück, Beitrag: 2,50 € Pfarrheim St. Theresia, An der Theresienkirche 6
<u>28.09.2017</u> Seniorenheim St. Stephanus	15 Uhr, Kartoffelfest mit den Pfadfindern

Angst vorm Renovieren?!



Lust auf Farbe

**MALERWERKSTATT
FRANK HAINSCH**

Tel: 0 23 81 / 46 25 18 www.malerwerkstatthainsch.de

Sauber und akkurat verschönern wir Ihr Zuhause und leisten viel mehr als Sie von einem Maler erwarten. Auf Wunsch

- räumen wir Ihre Möbel um
- putzen wir Ihre renovierten Räume blitzblank
- waschen wir Ihre Gardinen und hängen sie auf

Unsere fachkundige Beratung erfolgt in Ihren Räumen. Tapeten, Teppichböden und Farben suchen Sie bequem vor Ort aus. Unser konkretes Angebot bietet Ihnen Sicherheit. Wir halten Termine ein, haben kompetente Mitarbeiter und strengen uns jeden Tag erneut an, unsere Kunden zufrieden zu stellen - versprochen! Können wir etwas für Sie tun?



— Evangelisches Perthes Werk e.V. —

— Kompetenz in Sachen Pflege —



Ev. Altenhilfezentrum St. Victor

An den Kirchen 2
59077 Hamm-Herringen
Tel. (02381) 30311-0
Fax (02381) 30311-118
st.victor.hamm@pertheswerk.de

Perthes-Haus

Ludwig-Teleky-Straße 8
59071 Hamm
Tel. (02381) 98012-0
Fax (02381) 98012-233
pertheshaus.hamm@pertheswerk.de

In der angenehmen und großzügigen Atmosphäre unserer Häuser fühlen sich die Mitbewohnerinnen und Mitbewohner wohl. Wir bieten individuelles Wohnen sowie professionelle Pflege und Betreuung.

www.pertheswerk.de

Endlich gut sitzende Prothesen!

Budde & Mattsson
ZAHNARZTPRAXIS



Sehr schonendes neues Zahnimplantat-System bei schmalen Kieferknochen.



Kostengünstig. Kann oftmals in die bereits vorhandenen Prothesen eingearbeitet werden.



Extra für ältere Patienten.
Kein Knochenaufbau nötig.



Barrierefrei und eigenes Meisterlabor
- alles aus einer Hand.



Zahnarztpraxis
Budde & Mattsson



Allee-Center Hamm, 3. OG
Richard-Matthaei-Platz 1
59065 Hamm



Tel. 02381 / 92 40 20

IHRE SPEZIALISTEN FÜR IMPLANTATE

www.zahnarzt-budde-mattsson.de



Stadt Hamm, Postfach 2449 59061 Hamm
PVST, DPAG, Entgelt bezahlt, 64166



SILESIA

Pflege- und Betreuungsdienste GmbH



IHRE VORTEILE:

- 24-Std.-Betreuung durch unser liebevolles Personal bei Ihnen zu Hause in gewohnter Umgebung
- Hauswirtschaftliche und medizinische Versorgung
- Ambulante Pflege
- Individuelle Rundumpakete

KOSTENLOSE BERATUNG:

Werler Straße 333 | 59069 Hamm | Telefon: 0 23 81 / 877 30 20 | E-Mail: info@silesia-pflege.de
www.silesia-pflege-betreuung.de

Herzlich willkommen im PHÖNIX Haus Sundern!



Sie können sicher sein:

Hier hat Lebensfreude auch im Alter ihren Platz!

So individuell wie Ihre Bedürfnisse ist auch unsere Beratung. In einem persönlichen Gespräch finden wir genau das Wohn- bzw. Pflegemodell, das zu Ihnen passt. Nicht nur für heute, sondern auch für die Zukunft.

UNSERE LEISTUNGEN IM ÜBERBLICK:



Betreutes Wohnen



Stationäre Pflege



Kurzzeitpflege



Verhinderungspflege



Demenzpflege



Hauseigene Küche



W-LAN



Öffentl. Café/
Restaurant



Vielfältige
Veranstaltungen



Pflegebad

PHÖNIX Haus Sundern

Kamener Straße 142
59077 Hamm
Telefon: 02381 97213-0
E-Mail: sundern@korian.de
www.korian.de

PHÖNIX
BEI UNS SIND SIE ZUHAUSE

Ein Unternehmen der **KORIAN** Gruppe