

Älterwerden im
Marktplatzquartier
Bockum-Hövel
Seite 6/7

Seniorenflugtag in Hamm
für ältere Bürgerinnen
und Bürger über 75 Jahre
Seite 13

„Gut Älterwerden im
Hammer Osten – wie
kann das gelingen?“
Große Beteiligung beim
1. Quartiersforum
Seite 14/15

In Herringen ist was los!
Seite 20/21



Das Fenster

Zeitschrift für ältere
Bürgerinnen und Bürger

Ausgabe 03/2018



SILESIA
Pflege- und Betreuungsdienste GmbH



IHRE VORTEILE:

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

LUDGERI
LEBENS RÄU M E I M A L T E R

■ **Gesprächskreis für pflegende Angehörige**

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

■ **Patienten-Fragestunde**

Jeden 2. Montag im Monat, 8:00-17:00 Uhr
Haus der Pflege
Keine Anmeldung erforderlich.

■ **LUDGERI-Forum e. V.**

Ihr Ansprechpartner für Fragen zur Demenz sowie Entlastung pflegender Angehöriger.

Alle Informationen im
Haus der Pflege

Marinestr. 42 | 59075 Hamm
☎ 99547-0

pflegestuetzpunkt@ludgeri.com
www.ludgeri.com



- Wir informieren
- schulen
- helfen ...

Wohnberatung
Pflegeberatung
Seniorenberatung
Schulung

LUDGERI „Haus der Pflege“ – Das zentrale Beratungszentrum

Der **Pflegestützpunkt** mit Wohn- und Pflegeberatung bildet das Herzstück im „Haus der Pflege“.

Hier erhalten Sie alle Informationen und Hilfen rund um die häusliche und stationäre Alten- und Krankenpflege sowie zu unseren weiteren Diensten.

Senioren profitieren von unserer langjährigen Erfahrung und persönlichen Beratung.

Die **LUDGERI-Pflegekette** gibt Ihnen Sicherheit im Alter und begleitet Sie immer passend zu Ihrer persönlichen Lebenssituation:

- **Betreutes Wohnen**
- **Senioren-Wohngemeinschaft**
- **Ambulante Pflege**
- **Kurzzeitpflege**
- **Tagespflege**
- **Vollstationäre Pflege**

Ein Stück von Bockum-Hövel.

Als inhabergeführtes Unternehmen 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,

kurz vor Drucklegung unserer Seniorenzeitschrift hieß es wieder einmal „Anpfiff!“. Die 21. Endrunde einer Fußballweltmeisterschaft ist eröffnet, der Ball rollt und König Fußball regiert in den nächsten vier Wochen das Fernsehprogramm. Wir dürfen alle gespannt sein, ob es der deutschen Mannschaft gelingt, ihren Titel zu verteidigen. Durch die Zeitverschiebung zu den Spielorten in Russland werden etliche Spiele bei uns schon in den frühen Nachmittagsstunden zu sehen sein, was insbesondere fußballbegeisterte Kinder erfreuen wird! Bis zu den diesjährigen Sommerferien dauert es ja noch ein bisschen!

Apropos Sommer: den konnten wir ja schon ausgiebig im April und vor allem Mai genießen. Extrem warm, sonnig und trocken: der April und der Mai präsentier-

ten sich jeweils als wärmste Frühjahrsmonate seit Beginn der Wetteraufzeichnungen 1889, wie Messungen der Hochschule Hamm – Lippstadt ergaben. „Mallorca – Wetter pur in Hamm“ lautete daher auch eine der Schlagzeilen im Westfälischen Anzeiger. Die kalte Dusche folgte in Form schwerer Unwetter auf dem Fuße und sorgte in vielen Teilen unseres Landes für überflutete Straßen und Keller. Unsere Stadt Hamm ist dabei glücklicherweise weitgehend verschont geblieben.

Anfang Juli interessiert uns als Redaktion wie jedes Jahr natürlich auch die Frage, wie unsere Leserinnen und Leser den Sommer verbringen. Die Prognosen sagen jedenfalls voraus, dass die Reiselust der deutschen Bevölkerung ungebrochen ist und die Flughäfen sich auf den sommerlichen Massenansturm

vorbereiten. Zieht es Sie auch in die Ferne oder bleiben Sie in heimischen Gefilden und erfreuen sich dabei an Balkon oder Garten, wie es der freundliche dreinschauende Frosch auf unserem Titelbild andeutet? Über Ihre Berichte und Erlebnisse freuen wir uns sehr!

Falls Sie gerne schreiben oder vielleicht sogar Spaß und Freude an der Mitarbeit in unserem Redaktionsteam haben, so sind Sie jederzeit herzlich willkommen! Redaktionsarbeit macht Spaß, lädt zum Nachdenken ein, eröffnet neue Themenfelder und fördert den Meinungsaustausch. Rufen Sie doch einfach einmal ganz unverbindlich an, wir freuen uns über Ihre Verstärkung!

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 2018
Ausgabe 3/2018

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

Würde bis zuletzt!	5
Älterwerden im Marktplatzquartier Bockum-Hövel	6/7
Bewegende Alteneinrichtungen und Pflegedienste: Der SSB Hamm bringt den Sport in die Senioreneinrichtungen	8
Ein Projekt macht Furore	9
Boule-Spaß im Marktplatzquartier Bockum-Hövel	10
Tag der offenen Tür bei der Polizei Hamm	11
Sonntagsessen im Haus der Begegnung in Bockum-Hövel	11
Ferienstpaß für Ältere und mehr!	12
Seniorenflugtag in Hamm für ältere Bürgerinnen und Bürger über 75 Jahre	13
Der Bockelweg is(s)t zusammen	13
„Gut Älterwerden im Hammer Osten – wie kann das gelingen?“	14/15
Kulturzeit im Kurpark: Wortjongleure und Klangdompteure	16/17
Sparkassen-Seniorenkino in Hamm	18
Was tun, wenn ein Familienangehöriger pflegebedürftig wird?	19
In Herringen ist was los!	20/21
Schulung Gesunde Ernährung der Freiwilligen vom FeidikForum	22
Sparkasse und Stadt Hamm besiegeln Zielvereinbarung zu barrierefreien Finanzdienstleistungen	24
In eigener Sache	26
Freiwillige Führerscheinrückgabe Ein Angebot für alle ab 60	26
Demenz ... das geht uns alle an!	31
Café Amalie	32
Termine / Veranstaltungshinweise	ab 33



Würde bis zuletzt!

Verbände formulieren Anregungen und Forderungen an Politik, Medizin und Gesellschaft zur Gestaltung der letzten Lebensphase

Die Bundesarbeitsgemeinschaft der Senioren-Organisationen (BAGSO) ruft Menschen dazu auf, die Endlichkeit ihres Lebens nicht zu verdrängen und durch das

„Sterben und Tod“ als Teil ihres verbandlichen Bildungsauftrags ansehen.

Die BAGSO begrüßt den bereits 2015 beschlossenen Ausbau der Palliativ- und Hospizversorgung, mahnt aber, dies nun auch umzusetzen und zwar flächendeckend. „Sterben ist ein Teil des Lebens, das letzte Stück. Und es hängt viel davon ab, unter welchen Umständen es geschieht“, so der Vorsitzende des Dachverbands und ehemalige Bundessozialminister Franz Müntefering.

Vor allem auch in Pflegeheimen brauche es qualifizierte Palliativ- und Hospizkräfte über das bisherige Maß hinaus. In dem Papier wird aber auch klargestellt, dass nur ein

Teil der Sterbenden – nach Schätzungen 10 % bis 15 % – auf eine solche spezialisierte Versorgung angewiesen ist. Schließlich: Die Diskussion über die Zulässigkeit der Hilfe zur Selbsttötung darf keinen sozialen Druck entstehen lassen, der alte und hilfebedürftige Menschen in ihrer Entscheidungsfreiheit beeinflusst. „Helfen und sich helfen lassen ist ein menschliches Prinzip“, heißt es in dem Papier. Die BAGSO setzt daher auf eine professionelle Palliativversorgung und menschliche Zuwendung. Das Positionspapier finden Sie unter www.bagso.de.

■ Bildquelle:
BAGSO e.V./Rieger



Aufsetzen einer Patientenverfügung und einer Vorsorgevollmacht die Angehörigen nicht mit schwierigen Entscheidungen alleine zu lassen. In dem Grundsatzpapier „Würde bis zuletzt!“ erinnert sie auch an die Bedeutung von Ritualen wie Trauerfeier und Bestattung für die Hinterbliebenen. Vereine und Verbände sollten das Thema



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

Hammm:
elephantastisch!

Stadt Hamm
Amt für Soziales, Wohnen und Pflege
Abteilung Wohnen und Pflege
Jürgen-Graef-Allee 2
59065 Hamm

**GESUNDHEITSCENTER
BAD HAMM** IM MAXIMARE

Wohnberatung:
Frau Lassonczyk
Tel.: 0 2381 17 8102

Pflegeberatung:
Frau Hennenberg
Tel.: 0 2381 17 8119

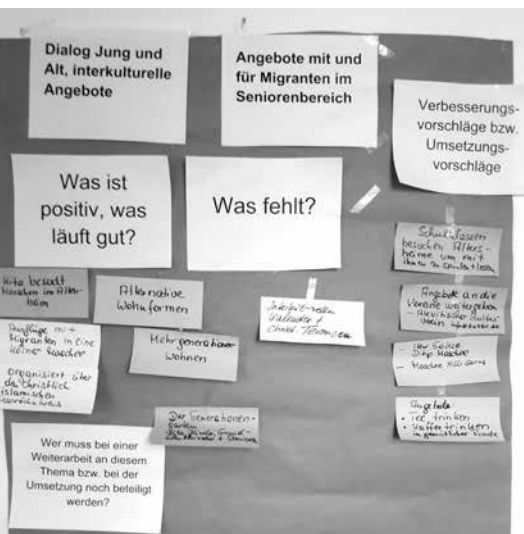
Älterwerden im Marktplatzquartier Bockum-Hövel

Wie lebt es sich als alter Mensch im Marktplatzquartier? Wo gibt es Treffpunkte, wie klappt es mit dem Zusammenleben mit den Nachbarn, wie zufrieden sind die Bewohner mit Beratungsangeboten und der Infrastruktur? Diese und andere Fragen stellten im Frühjahr die Quartiersent-

Anbieter vor Ort.

Was kam dabei heraus? Rund 50 Personen interessierten sich dafür und nahmen sich die Zeit, im Quartiersforum am 26. April mehr darüber zu erfahren. In einer Präsentation, die nicht nur aus Statistiken und Zahlen bestand, sondern auch mit zahlreichen Zitaten untermauert wurde, berichteten Petra Schleicher-Marschner und Ulrike John über folgende Ergebnisse:

von einer großen Hilfsbereitschaft und Zusammenhalt berichtet. Mit ausschlaggebend für die Verbundenheit und Zufriedenheit der Bewohner ist auch sicherlich die große Anzahl an vielfältigen Vereinen und Gruppierungen, die den Senioren oft schon seit Jahrzehnten Zugehörigkeit bieten und vielfältige Angebote, angefangen von Seniorenfrühstücken bis hin zu Reha-Sport-Kursen, bereitstellen.



„Ich finde Bockum-Hövel besser als Hamm!“

Eines der deutlichsten Ergebnisse war, dass die Bewohner sehr mit ihrem Wohnort verbunden sind und zwar ungeachtet dessen, ob sie bereits dort geboren wurden (so wie ein Großteil der Befragten) oder Zugezogene mit Migrationshintergrund sind. Für die Bewohner des Marktplatzquartiers ergab sich zudem eine hohe Zufriedenheit mit der Infrastruktur – was auch nicht verwundert angesichts der Tatsache, dass sich die meisten Geschäfte, Ämter und Ärzte in diesem Gebiet von Bockum-Hövel befinden. Auch bei der Frage der Zufriedenheit mit den Nachbarn gab der Großteil der Befragten an, gut mit ihren Nachbarn auszukommen. Darüber hinaus wurde

Alles gut und nichts zu tun für die Quartiersentwicklerinnen?

Auch wenn in vielen Bereichen sehr viel gut läuft, ist der Blick in die Zukunft zum Teil nicht ganz so rosig:

- Die Zukunft von vielen Vereinen und Gruppierungen ist kritisch. Viele sterben langsam aus und werden darüber hinaus zum Teil als geschlossene Gruppe ohne Zugangswege für Außenstehende gesehen; ein großer Teil der Bevölkerung, nämlich Senioren mit Migrationshintergrund, wird durch viele Gruppierungen bzw. deren Angebote nicht erreicht.
- Die Einkaufssituation wird sich mittelfristig verschlechtern. Mit dem prognostizierten Weggang der Fachgeschäfte verschwinden ortsnahe Einkaufsmöglich-

wicklerinnen Petra Schleicher-Marschner und Ulrike John im Rahmen von persönlichen Interviews 76 Bewohnerinnen und 18 Experten. Die jüngste Befragte war 58 Jahre alt, die älteste 96 Jahre. Die Experten waren Vertreter aus Politik, ZWAR-Gruppen, der türkischen Gemeinde, der Kirchen, Ehrenamtliche und andere



keiten, die den oft gerade für Senioren nötigen Service anbieten. Sie werden durch Internet-gestützte Einkaufsmöglichkeiten ersetzt werden. Senioren, die keinen Zugang zu diesen Möglichkeiten haben, werden abgehängt.

Bei den Befragten wurde auch konkreter Bedarf an einem intensiveren Austausch über Nationalitäten genannt, da es zwar ein friedliches, jedoch weitgehend voneinander abgekoppeltes Leben der verschiedenen Nationalitäten gibt:

- Es gibt den Wunsch nach einem zusätzlichem (neutralem) Treffpunkt und gegenseitigem Austausch über Nationalitäten hinweg.

Da die demografische Entwicklung auch am Marktplatzquartier nicht Halt macht, wird folgendes klar:

- Es wird weiterhin einen Zuwachs an (hochaltrigen) Senioren geben, die allein leben und vermehrt Unterstützungsbedarf haben werden. Vieles wird von noch funktionierenden guten Nachbarschaftsstrukturen aufgefangen – dennoch herrscht wenig Kenntnis von unterstützenden Dienstleistungen. Es besteht ein Informati-

onsbedarf in Sachen Vorsorge, Wohnraumanpassung oder ergänzende haushaltsnahe Dienstleistungen.

Nach der Präsentation hatten die Teilnehmerinnen und Teilnehmer Gelegenheit, sich an Thementischen über Bereiche wie „Freizeit und Treffpunkte“, „Ehrenamt“, „Vorsorge, Information und Wohnen“ sowie „Zusammenleben verschiedener Kulturen“ auszutauschen. Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer nahmen regen Anteil und bildeten eine zukünftige Arbeitsgruppe zum Zusammenleben verschiedener Kulturen. Außerdem wurden konkrete Vorschläge wie z.B. mehr Sitzgelegenheiten oder eine Bolzplatz-Aktion mit Senioren und Jugendlichen gemacht, damit sich das Marktplatzquartier für Senioren in Zukunft noch besser aufstellen kann. Für die Quartiersentwicklung bestehen folgende Haupthandlungsfelder für die nächsten Jahre:

- Abbau von Zugangsbarrieren zu bestehenden Angeboten für Senioren mit und ohne Migrationshintergrund,
- Schaffung von Begegnungsmöglichkeiten auf interkultureller Ebene,

- Bearbeitung des Themas Digitalisierung bzw. Unterstützung bestehender Angebote beim Ausbau der Angebote, wie z.B. Internetkurs für Senioren,
- Erhöhung der Kenntnis von bestehenden Informations- und Beratungsangeboten im Bereich Vorsorge, Wohnen und haushaltsnahen Dienstleistungen
- sowie die Etablierung eines zentralen Anlaufpunktes für Senioren, möglicherweise im Haus der Begegnung.

Gestartet sind die Quartiersentwicklerinnen bereits mit laufenden Angeboten wie einer Quartierssprechstunde jeden Donnerstag, einem Spaziertreff, Vorträgen über Sicherheit und Vorsorge sowie Sonntagsessen- und Mittwochseintopf-Angeboten.

Der Halloh-Park wird mit Boule-Spielangeboten sowie einem Picknick für alle die perfekte Örtlichkeit bilden, um sich mit anderen auszutauschen und neue Leute kennenzulernen. Umgesetzt wird alles mit zahlreichen Kooperationspartnern aus dem Marktplatzquartier.

- Ulrike John
- Petra Schleicher-Marschner Quartiersentwicklerinnen

Bewegende Alteneinrichtungen und Pflegedienste: Der SSB Hamm bringt den Sport in die Senioreneinrichtungen



StadtSportBund
Hamm e.V.

Der Anteil älterer Menschen, die Pflege und Unterstützung benötigen, hat im Zuge des demografischen Wandels deutlich zugenommen.

Bewegung ist beim Älterwerden ein entscheidender Faktor für den Erhalt der Alltagskompetenz und der sozialen Teilhabe. Vor diesem Hintergrund hat der LSB NRW in Zusammenarbeit mit den Stadt- und Kreissportbünden das Modellprojekt „Bewegende Alteneinrichtungen und Pflegedienste“ (BAP) ins Leben gerufen.

Wenn ältere Menschen nicht mehr zum Sport kommen können, muss der Sport eben zu ihnen kommen. In Kooperation mit dem Hammer Sportclub 08 und dem

TuS 1859 Hamm bietet der StadtSportbund Hamm in drei verschiedenen Einrichtungen Bewegungsangebote für diese Menschen an. Sowohl im MalTa Tagestreff als auch beim DRK Seniorenstift Mark und dem Seniorenzentrum St. Josef können dann Bewohner der Einrichtungen und auch Gäste aus dem Quartier im Rahmen eines Pilotprojektes an einem kostenlosen Bewegungsangebot teilnehmen.

Das Angebot reicht über Kräftigungsübungen und der Schulung von Koordination und Gleichgewicht bis hin zur Sturzprävention. Durch eine verpflichtende Schulung der Mitarbeiter der Einrichtungen soll

dann auch eine dauerhafte Fortführung der Angebote gewährleistet werden. Die Einrichtungen bekommen so die Möglichkeit, das Gütesiegel als anerkannter Projektpartner „Bewegende Alteneinrichtung“ des LSB NRW zu erhalten.

Anmeldungen sind beim StadtSportbund Hamm e.V., Stadthausstraße 3, 59065 Hamm, Telefon: 15155 möglich.

Hier bekommen Sie auch weitere Informationen zu den einzelnen Angeboten.

■ Bildquelle:
© Robert Kneschke –
Fotolia.com



Ein Projekt macht Furore



Lübecker Modell begeistert Senioren

Mit großem Erfolg haben die Bewegungswelten des Lübecker Modells Einzug ins Seniorenheim St. Stephanus gehalten. Das Pilotprojekt, 2015 in Lübecker Einrichtungen gestartet, ist ein Element des Präventionsprogrammes



„Älter werden in Balance“ der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung. Dabei handelt es sich um ein multimodales Konzept, das körperliche Aktivität in Alltagshandlungen einbettet.

Bei der Umsetzung der trainingsmethodischen Verbesserung der körperlichen und geistigen Fähigkeiten

kooperiert das Seniorenheim St. Stephanus mit dem Sportverein Rehasport e.V.. Seit Januar dieses Jahres ist das Pflegeheim neben dem Kölner Seniorenheim die zweite Einrichtung in NRW, die das mittlerweile bundesweit angebotene standardisierte Programm durchführt.

Die zweimal wöchentlich von Hannelore Vanscheidt geleiteten Trainingsstunden fanden so großen Zuspruch, dass eine zweite Gruppe aufgemacht werden musste. Das wissenschaftlich evaluierte Lübecker Modell richtet sich auch an ältere Personen außerhalb des Seniorenheims mit vergleichbaren körperlichen und kognitiven Voraussetzungen.

Neben der speziell ausgebildeten Übungsleiterin arbeiten Betreuungskräfte des Hauses täglich mit selbständig gehfähigen Bewohnern an dem Ziel, die Alltagskompetenz zu erhalten bzw. zu verbessern. Diesem Zweck dienen auch Hausaufgaben unter dem Titel „Mein tägliches Bewegungsprogramm“. Die einzelnen Trainingseinheiten beziehen sich thematisch auf Bewegungswelten, die einen Alltagsbezug aufweisen. Während sich die Teilnehmer gedanklich mit einem Strand-, Wald- oder

Wanderausflug, der Erntearbeit oder dem Hausbau beschäftigen, führen sie gleichzeitig Übungen aus, die zu den Handlungsfeldern passen.

Diese typischen Bewegungen sind den Teilnehmern langjährig bekannt, häufig teilautomatisiert und können daher leichter und präziser abgerufen werden.

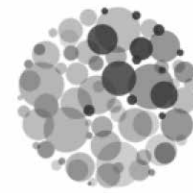
So werden beispielsweise in der Bewegungswelt „Apfelernte“ Übungen vermittelt, die körperliche Aktivitäten wie „Auf eine Leiter steigen“, „Äpfel pflücken“ und „Einen Korb Äpfel nach Hause tragen“ nachahmen. Diese Übungen reaktivieren Gedächtnisinhalte und regen Phantasie und Kreativität an.

Studien belegen, dass bewegungsfördernde Interventionen für gesundheitlich fragile Personen Muskelzuwachs, Verbesserung der Beweglichkeit, des Gleichgewichts, der Gehfähigkeit und der kognitiven Fähigkeiten sowie eine Verringerung der Sturzrate bewirken können. Motivierende Aspekte wie Alltagsnähe, Spaß an der Bewegung und Gemeinschaftserleben wirken sich ebenfalls positiv aus.

■ Hannelore Vanscheidt

Boule-Spaß im Marktplatzquartier Bockum-Hövel

Caritas
Hamm



Altengerechte
Quartiere.NRW



an der in Frankreich weit verbreiteten Sportart. In zwei Gruppen versuchte man, die Metallkugel möglichst nah an das „Schweinchen“ zu werfen und die gegnerische Mannschaft auszustechen.

Fortgeschrittene schaffen es, strategisch vorzugehen und die gegnerischen Kugeln wegzuschießen. Welche Kugel besser liegt, wird oft erst entschieden, nachdem mit einem Maßband nachgemessen wurde.

Diese Sportart macht nicht nur viel Spaß, sondern ist auch spannend und unterhaltsam, was nicht zuletzt an der Schnur mit einem Magneten liegt, mit der man die

Kugeln ohne Bücken wieder aufsammeln kann. Zum Auftakt wurde für ein stilvolles Ambiente gesorgt, bei dem sich die Teilnehmer zwischendurch mit Käse, Baguette, Trauben und einem Schluck (rotem) Saft stärken konnten.

Wer Lust hat, kann jeden Dienstag von 10 Uhr bis 11 Uhr bis Ende Juli unter Anleitung Boule spielen. Der Boule-Platz befindet sich an der Eichstedtstraße (Halloh-Park gegenüber der Christus-König-Kirche)

Eine Anmeldung ist nicht erforderlich, die Teilnahme ist kostenfrei.

■ Ulrike John
Quartiersentwicklerin

Am 8. Mai startete die Quartiersentwicklung in Kooperation mit dem StadtSportBund Hamm e.V. ein Bewegungsangebot.

Schon zum Auftakt zeigten die ersten Teilnehmer aus dem Quartier reges Interesse



Tag der offenen Tür bei der Polizei Hamm

Am 8. September 2018 ist es soweit: Die Polizei Hamm lädt Sie ganz herzlich zum Tag der offenen Tür ein. An diesem Tag haben Sie die Möglichkeit, einen Blick hinter die Kulissen zu werfen. Es werden Führungen durch das Polizeipräsidium angeboten, die polizeihistorische Sammlung ist geöffnet, Kolleginnen und

Kollegen stehen bereit, um Ihre Fragen zu beantworten und Ihnen Einblicke in die verschiedenen Aufgabenfelder zu gewähren. Auf mehreren Aktionsflächen finden Vorführungen, unter anderem von unseren Diensthunden und der Landesturnriege, statt. Auch für die Kleinsten wird

einiges geboten: Hüpfburg, Kinderschminken, Rallye, Radio-Blaulicht, Polizei-Puppenbühne und vieles mehr. Für das leibliche Wohl ist an diesem Tag natürlich gesorgt. Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

■ Ihre Polizei Hamm



Sonntagsessen im Haus der Begegnung in Bockum-Hövel

Schon zweimal konnten Senioren in Bockum-Hövel ein gemeinsames Mittagessen am Sonntag im Haus der Begegnung genießen.

Die sehr begehrte und daher früh ausgebuchte Veranstaltung bietet Senioren und Seniorinnen die Gelegenheit, auch am Wochenende mit Gleichgesinnten gemeinsam zu essen, sich

schick zu machen, die Nachbarin mitzunehmen und in einer fröhlichen Runde an schön gedeckten Tischen zu speisen. In Zukunft soll die „Männerquote“ durch vermehrte Werbung bei Männern erhöht werden.

Das Sonntagsessen wird in diesem Jahr noch öfter angeboten. Unterstützung haben dabei schon Besucherinnen

des Sonntagsessens angeboten, die sich bei der Vorbereitung und Organisation beteiligen wollen.

Dank der guten Kooperation mit dem Ludgeri-Forum konnte das Essen von einem Caterer zu einem günstigen Preis bezogen werden.

■ Ulrike John
■ Petra Schleicher-Marschner



Ferienspaß für Ältere und mehr!



StadtSportBund
Hamm e.V.

Auch in diesem Jahr bietet der StadtSportBund Hamm unter dem Slogan „Ferienspaß für Ältere“ wieder ein abwechslungsreiches Sportangebot für die Generation 60+ an. In der Zeit vom 16. bis 23. Juli haben sportbegeisterte Ältere dann die Möglichkeit, in Gemeinschaft und unter fachkun-



diger Anleitung etwas für ihre körperliche und geistige Fitness zu tun. Von Aerobic über Wassergymnastik bis hin zum Drachenboot-Fahren – für jeden ist etwas dabei. Alle Übungsstunden beginnen um 17.00 Uhr, um auch Berufstätigen die Möglichkeit zur Teilnahme zu geben.

Zum Auftakt steht am

Montag (16.7.) eine Aerobic-Stunde in der kleinen Turnhalle am Hammonense-Gymnasium auf dem Programm. Am Dienstag geht es dann im Wasser 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 Turnhalle am Hammonense-Gymnasium. Dieses Bewegungsangebot widmet sich sowohl dem Gehirn als auch der Koordination und der Ausdauer, denn nur gut trainiert bleibt beides bis ins hohe Alter leistungsfähig. Am Donnerstag geht es dann im Südbad mit Aquajogging weiter. 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.

Am Freitag dürfen dann die Wander- oder Laufschuhe geschnürt werden. Vom Jahnstadion aus startet eine Walking-Stunde durch die schönen Grünanlagen im

Hammer Osten. Beim sportlichen Gehen werden Muskeln, Sprunggelenke und Waden auf schonende Art und Weise trainiert. Nach einer Verschnaufpause am Wochenende geht es am Montag, den 23.7. auf das Wasser. Eine gemeinsame Drachenbootfahrt auf dem Kanal macht nicht nur viel Spaß, sondern stärkt auch die Muskulatur und fördert Ausdauer und Gleichgewicht. Treffpunkt ist dann der Kanu-Verein Hamm hinter dem Gymnasium Hammonense.

Alle Ferienspaß-Angebote finden auch in diesem Jahr wieder unter der bewährten Leitung von Hannelore Vanscheidt statt und richten sich sowohl an Einsteiger als auch an sportlich 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

Hier bekommen Sie auch weitere Informationen zu den einzelnen Angeboten.

■ Bildquelle: © LSB –
Andrea Bowinkelmann

Seniorenflugtag in Hamm für ältere Bürgerinnen und Bürger über 75 Jahre



Einmal in die Luft gehen und Hamm von oben sehen: Unter diesem Motto laden das Amt für Soziale Integration/ Altenhilfe – und der Luftsportclub Hamm bereits zum 41. Mal interessierte Bürgerinnen und Bürger über 75 Jahre zu einem kleinen Rundflug über Hamm ein.

Wenn Sie am Samstag, den 29. September 2018 Zeit und Lust haben, Hamm einmal aus der Vogelperspektive zu entdecken und zu bestaunen, dann melden Sie sich bitte montags bis freitags in der Zeit von 8.30 Uhr bis 12.00 Uhr telefonisch unter folgenden Telefonnummern der Stadt Hamm, Amt für

Soziale Integration/ Altenhilfe:

Telefon: 17-67 32

Martina Foschepoth

Telefon: 17-67 33

Ulrike Tornscheidt

Da die Plätze begrenzt sind, entscheidet die Reihenfolge der eingehenden Anmeldungen.

Der Bockelweg is(s)t zusammen



Unter dem Motto „Der Bockelweg is(s)t zusammen sind alle Anwohner des Bockelweges in Heessen sowie der angrenzenden Straßen am Sonntag, den 8. Juli 2018 ab 10.00 Uhr zu einem Sonntagsbrunch eingeladen. Um den Zusammenhalt in der Nachbarschaft zu fördern, möchte das Stadtteilbüro in Kooperation mit dem Amt für Soziale Integ-

ration eine lange Tafel in der Straße aufbauen (vom Bockelweg 13 an bis zur Wilbrede/ Am Hämschen wird dazu die Straße gesperrt). Ein Tisch bietet Platz für sechs Personen und kann gegen eine Kostenbeteiligung von 3,00 Euro reserviert werden. Die Teilnehmenden bringen ihren eigenen Frühstückskorb mit, decken und dekorieren ihren

Tisch, wodurch eine lange und festlich geschmückte Tafel am Bockelweg entstehen soll.

Bei Live Musik durch die Hammer Band „Liederlich“ kann man gemütlich frühstücken und Nachbarn treffen.

Tischreservierung und weitere Informationen: Caritas Stadtteilbüro, Petra Schleicher-Marschner Tel.: 94 40 06

„Gut Älterwerden im Hammer Osten – wie kann das gelingen?“ Große Beteiligung beim 1. Quartiersforum



**Altengerechte
Quartiersentwicklung
Hammer Osten**

Beim 1. Quartiersforum im April im DRK-Senioren-Stift herrschte reges Treiben. An vier Thementischen konnten die ca. 80 Teilnehmerinnen und Teilnehmer ihre Wünsche, Kritik und Anregungen zum „Älterwerden“ im Hammer Osten einbringen. Neben dem Bereich „Wohnen und Pflege“ ging es auch um Begegnungs- und Freizeitangebote, generationsübergreifende Projekte sowie ehrenamtliches Engagement. Es wurde ausgiebig diskutiert und festgestellt, dass es im Hammer Osten bereits viele Angebote für Senioren gibt, in einigen Bereichen aber „nachgebessert“ werden muss.

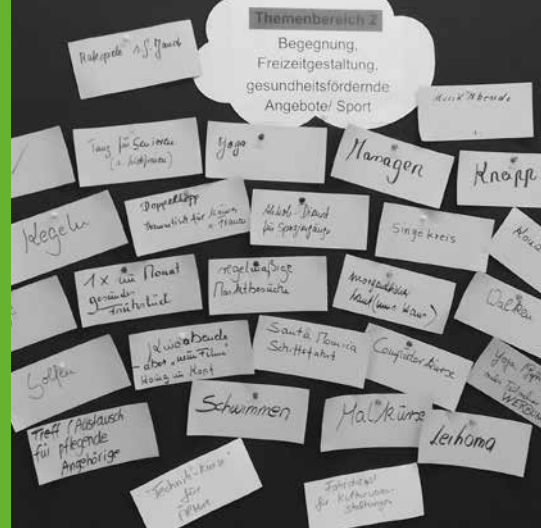
So wurde angeregt, Computerkurse für Ältere anzubieten sowie eine Handy/Laptop-Sprechstunde, gerne auch in Kooperation mit der jüngeren Generation. Der Bedarf an zusätzlichen Freizeitangeboten wie Singkreise, Mal- und Tanzkurse, Musikabenden und Spielesammtischen wurde deutlich. Die Einrichtung eines Fahr- und Begleitdienstes zum Einkaufen oder auch zu Veranstaltungen wurde als Wunsch formuliert.

Einen wichtigen Stellenwert nahm auch das Thema „Ehrenamt“ ein: hier gab es Wünsche nach ehrenamtlicher Begleitung beim Spaziergang, bei der Entlastung

pfleger Angehöriger bis hin zum Engagement für „gelebte Nachbarschaft“, die der Isolation älterer Menschen vorbeugen kann.

Die Quartiersentwicklerin Jutta Jeretzky bedankte sich zum Schluss der Veranstaltung für die aktive Mitwirkung der Anwesenden. Sie kündigte an, als nächsten Schritt gemeinsam mit dem Amt für Soziale Integration der Stadt Hamm einen Arbeitskreis „Älterwerden im Hammer Osten“ mit Verantwortlichen der Senioreneinrichtungen vor Ort sowie interessierten Bürgerinnen und Bürgern aus dem Quartier zu initiieren. Gemeinsam soll überlegt werden wie die





Anregungen aus dem Forum umgesetzt werden können.

Als erste Maßnahme hat am 30. April bereits ein „Quartiersgang“ stattgefunden. Eine Gruppe von älteren Menschen aus dem DRK-Senioren-Stift und dem Quartier haben sich in Begleitung von Vertretern der Stadt,

Das Protokoll wurde anschließend an die Bezirksvertretung und die Stadtverwaltung weitergegeben, mit dem Wunsch, die größten Barrieren nochmal genauer in den Blick zu nehmen und zu beseitigen, um älteren Menschen mit Rollator oder im Rollstuhl die Mobilität zu erleichtern.

Eine weitere Anregung aus dem Quartiersforum soll ab Juli umgesetzt werden: jeden 2. Mittwoch im Monat gibt es dann ab 9.00 Uhr im DRK-Senioren-Stift das Angebot eines „gesunden Frühstücks im Quartier“.

Informationen dazu erteilt die Quartiersentwicklerin Jutta Jeretzky, DRK-Senioren-Stift, Marker Allee 88, Telefon: 02381 98281-76

Sie nimmt auch gerne weitere Anregungen und Ideen zur Quartiersgestaltung entgegen.

■ Jutta Jeretzky
Quartiersentwicklerin



des Bezirks und des Seniorenbeirates gemeinsam mit der Quartiersentwicklerin Jutta Jeretzky auf den Weg gemacht. Auf der Strecke vom DRK-Senioren-Stift entlang der Marker Allee über die Ludwig-Teleky-Str. bis zum Amalie-Sieveking-Haus am Alten Uentropen Weg wurde so manche Stolperkante entdeckt und notiert.

Eine erste Begegnung von „Jung und Alt“ mit Teilnehmern von 11 bis 90 Jahre, hat im Quartier inzwischen auch stattgefunden: im Rahmen der Projektwoche der Realschule Mark Anfang Juni, hat sich eine Gruppe von Schülern und Älteren an allen Schultagen abwechselnd im DRK-Senioren-Stift und in der Schule getroffen. Es fand ein reger Austausch über das Thema „Schule – und Kindheit früher und heute“ statt. Dazu passte der gemeinsame Besuch in der Abteilung Stadtgeschichte des Gustav-Lübke-Museums. Der Vormittag mit Gesellschaftsspielen machte Jung und Alt sichtlich Freude und es wurde viel gelacht. Krönender Abschluss der Woche war der Auftritt des „generationsübergreifenden Chores“ am Freitag in der Aula der Realschule. Schüler, Senioren und Lehrerinnen waren sich einig, dass der Kontakt ausgebaut werden soll.



Kulturzeit im Kurpark: Wortjongleure und Klangdompteure



Nach Klassik, Country, Chorgesang und irisch-schottischen Weisen stellen im Juli gleich zwei junge Formationen unter Beweis, dass die deutsche Liedermacher-Zunft getrost in die Zukunft blicken kann. Außerdem stehen Mandolinenklänge und eine Stippvisite in die Bretagne auf dem Programm:

Die Konzerte im Überblick:

Sonntag, 01. Juli, 15 Uhr: Synapsenilvester mit den Bardemeistern

Worum geht's? Um nichts weniger als gut geplante, allgemeine Welterrettung! Die Liedermacher, Geschichten-erzähler, Sänger, Quatschmacher, Musiker und Träumer verknüpfen die gute alte Liedermacherzunft mit respektlosem Humor und zarter Poesie.

Melvin Haack (Gesang, Gitarre) und Peter Wolter (Gesang, Gitarre) alias „Schnaps im Silbersee“ pflegen nicht nur den versierten Gitarren-Fingerstil, sondern leben auch die Freuden des anarchistischen Liedermachings. Die beiden entstammen einem Musiversum gefüllt mit tiefem Blödsinn und entblößendem Tiefsinn. Sie geben bilderstarke wie klangvolle Lieder über das Leben, die Liebe und die

Menschheit im Allgemeinen zum Besten. Ihre Texte sind gespickt voll schräger Metaphern und Wortwitz. Neben den lustigen und wilden Tönen beherrschen sie auch die leise und nachdenklichen. Im Musikpavillon präsentieren sie ihr brandneues Album.

Sonntag, 08. Juli, 15 Uhr: Mehr als nur Tremolo

In Hamm gibt es gleich zwei Orchester, die sich der Mandoline verschrieben haben: das Mandolinen- und Gitarrenorchester Bockum-Hövel und das Mandolinen-Orchester Herringen. Beide Formationen können auf eine langlebige Vereinstradition zurückblicken und sind zuhause wie in der Region beliebte musikalische Gäste. Im Musikpavillon ist erneut die Orchestergemeinschaft mit rund 40 Musikerinnen und Musikern unter der Leitung von Siegfried Eberth zu hören. Aus ihrem reichhaltigen Repertoire haben sie ein kurzweiliges Programm mit Märschen, Walzern und bekannten Potpourris zusammengestellt. Mit „Glück Auf“ wird zudem an den Auslauf des deutschen Steinkohlenbergbaus in 2018 erinnert. Charmant und unterhaltsam führt Frau Prof. Sabine Zech das Publikum durch den Konzernachmittag.

Sonntag, 15. Juli, 14.30 Uhr: Feederleicht – Fee Badenius und Band

Liedermacherin Fee Badenius ist ganz und gar unangestregt, liebenswert-natürlich, so dass man sie sofort mag und sich in ihren Songs bereitwillig gespiegelt findet. Aber Achtung: nachdem sie mit ein paar subti-



len, sprachlich erstklassigen, aber inhaltlich einigermaßen harmlos-heiteren Liedern das volle Einverständnis des Publikums gewonnen hat, zwingt sie es ebenso milde, aber bestimmt, sich selbst zu betrachten. Sie sieht mit dem Herzen, ohne kitschig oder belanglos zu werden, erhebt sich, wo sie kritisch wird, nicht über ihre Zuhö-



rer und grenzt sich doch bestimmt ab, wo es nötig ist – ob von Freunden, Militanten oder allen ideologisch Verbohrten.

Bei ihr, und das ist heutzutage selten, klappt beides, Wort und Musik: Ihr fallen originelle, durchaus außergewöhnliche Texte ein, die sie mit Tonfolgen versieht, deren Abfolge man nicht schon ahnt, bevor sie tatsächlich erklingen. Wunder schön begleitet werden ihre Lieder von Johannes Still an Piano und Akkordeon, Jochen Reichert am Kontrabass und Christoph Helm an Schlagzeug und Perkussion. Ein Ohrenschmaus, der lange nachhallt.

**Sonntag, 12. August, 15 Uhr:
Besuch in der Bretagne**

Berichte von außergewöhnlichen Ereignissen und Personen waren schon in früheren Zeiten willkommene Abwechslungen im oft harten und eintönigen Leben der Menschen auf dem Lande und in der Stadt. Lange bevor es Zeitungen und andere Medien gab, wurden Nachrichten, die über Skurriles, Erheiterndes oder Trauriges berichteten, von fahrenden Sängern und Musikanten von Ort zu Ort getragen. Diese Art der Informationsverbreitung war auch früher in der Bretagne üblich. Das aktuelle Programm des Quartetts „An Erminig“ greift diese Tradition auf und erzählt in (Tanz-)

Liedern und Balladen heitere, bewegende, aber auch traurige Begebenheiten aus dem täglichen Leben der bretonischen Landbevölkerung: ein abwechslungsreicher Einblick in das Leben früherer Zeiten, wobei auch gelegentlich auf das Hier und Jetzt Bezug genommen wird.


Schon seit über 40 Jahren begeistert die saarländisch-lothringische Folkformation ihr Publikum. Im Musikpavillon ist noch Musikerkollege Thomas Doll mit von der Partie.

Eintritt frei!

■ Meike Richter
Kulturnbüro



Sparkassen-Seniorenkino in Hamm

 Sparkasse.
Gut für Hamm.



08. Juli 2018 Das Leuchten der Erinnerung Länge: 113 Minuten

Seit vielen Jahren sind Ella (Helen Mirren) und John (Donald Sutherland) glücklich verheiratet, doch mittlerweile macht sich das Alter bemerkbar. Die beiden haben das Gefühl, dass ihnen nicht mehr viel Zeit bleibt, zumal ein Großteil ihrer Freizeit von Arztbesuchen verschlungen wird und so begeben sich die beiden in einem Oldtimer-Wohnmobil auf einen Road-Trip entlang der amerikanischen Ostküste, um das Haus von Ernest Hemingway in Key West zu besuchen. Ihre Ärzte und ihre Kinder halten den Trip von Boston bis nach Florida für keine gute Idee, aber Ella und John brechen dennoch auf zu ihrer Reise ins Ungewisse, bei der sie allerlei skurrile und amüsante Situationen erleben.

12. August 2018 Tanz ins Leben Länge: 111 Minuten

Lady Sandra Abbott fällt aus allen Wolken, als sie entdeckt, dass ihr Mann Mike, mit dem sie schon seit 35 Jahren scheinbar glücklich verheiratet ist, sie schon seit Jahren mit der besten Freundin betrügt. Sie quartiert



sich bei ihrer Schwester Bif in London ein, mit der sie kaum Kontakt hatte. Die beiden Geschwister könnten nicht unterschiedlicher sein.

Bif überredet ihre versnobte Schwester bei einer Tanzgruppe rüstiger Senioren mitzumachen. Unter ihnen ist Charlie, den Sandra bald mehr als sympathisch findet.

09. September 2018 Mamma Mia 2 Länge: 120 Minuten

Sophie (Amanda Seyfried), die in „Mamma Mia“ geheiratet und zu diesem Anlass ihre Familie um Mutter Donna (Meryl Streep) und das Männer-Trio Sam (Pierce Brosnan), Harry (Colin Firth) und Bill (Stellan Skarsgard), die allesamt als ihr leiblicher Vater in Frage kamen, auf eine griechische Insel eingeladen hatte, ist schwanger! Bevor es zum großen musikreichen Finale kommt, das sich auch Sophies Großmutter (Popstar Cher) nicht entgehen lässt, werden noch Geschichten aus den wilden 1970er Jahren erzählt.

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



Was tun, wenn ein Familienangehöriger pflegebedürftig wird?



Oftmals tritt diese Situation völlig überraschend ein und lässt die Betroffenen und ihre Angehörigen vor zahlreichen Fragen stehen.

Die Wohn- und Pflegeberatung der Stadt Hamm berät Sie trägerunabhängig über das verfügbare Angebot an Diensten und Einrichtungen



sowie über die gesetzlichen Rahmenbedingungen, um die Pflege sicherzustellen.

Rund um das Thema Pflege beraten Frau Kroll und Frau Gottenströter auch gerne in den eigenen vier Wänden. Ambulante / stationäre Versorgungsstrukturen und die vielfältigen Angebote zur Unterstützung im Alltag der

Betroffenen und der Angehörigen sind ein Schwerpunkt der Beratung.

Ein weiterer wichtiger Aspekt der Wohn- und Pflegeberatung ist die Beratung Demenzkranker und ihrer Angehörigen, um ein gelingendes Zusammenleben zu ermöglichen.

Frau Liesegang begleitet Sie bei allen Fragen zu wohnumfeldverbessernden Maßnahmen, um eine individuelle Optimierung Ihrer Wohnsituation erreichen zu können.

Die Beratung erfolgt in dem Zuhause der Ratsuchenden. Hier wird gemeinsam mit den Betroffenen die vorhandene Wohnsituation analysiert, werden Lösungen erarbeitet und Finanzierungsmöglichkeiten vorgestellt. Frau Liesegang steht Ihnen von der Antragstellung bis zur Fertigstellung der baulichen Maßnahme beratend und unterstützend zur Seite.

Sollte eine Anpassung der Wohnung nicht möglich oder gewünscht sein, kann ein Umzug in eine barrierefreie Wohnung die geeignete Lösung sein, um weiterhin eigenständig leben zu können. In dem Bereich der Wohnungsbelegung informieren

und beraten Sie Frau Bentin und Frau Tirgil über bestehende Wohnungsangebote, öffentlich geförderte, barrierefreie Wohnungen, sowie die Voraussetzungen zum Bezug derer.

Bei Bedarf wird der Betroffene durch die Wohn- und Pflegeberatung von Antragstellung bis Ende einer Maßnahme engmaschig begleitet.

Unsere Räumlichkeiten befinden sich im Gesundheitscenter des Maximare, in der 2. Etage, Jürgen-Graef-Allee 2, 59065 Hamm

Die Sprechzeiten sind Montag, Mittwoch, Freitag 8.30 Uhr bis 12.30 Uhr, sowie mittwochs zusätzlich von 14.00 Uhr bis 15.30 Uhr. Nach vorheriger Terminabsprache sind Termine außerhalb der Sprechzeiten und im häuslichen Umfeld möglich.

Frau Liesegang:

02381 178103

Frau Kroll:

02381 178107

Frau Gottenströter:

02381 178108

Frau Bentin:

02381 178104

Frau Tirgil:

02381 178182

Bild links: © Ingo Bartussek – Fotolia.com

In Herringen ist was los!



Für Senioren hat Herringen viel zu bieten. Ganz gleich, ob jemand auf der Suche nach etwas Gemütlichkeit, Genuss, Geselligkeit, Kultur, Aktivität oder Kreativität ist, in dem bunten Programmangebot der Altenhilfe kann jeder fündig werden.

Bereits seit 15 Jahren findet in Herringen das offene ökumenische Seniorenfrühstück statt. Dies wurde am 07.05.2018 gebührend gefeiert.

Die Ehrengäste Pfarrer Ludgerus Poggel, Bürgermeisterin Ulrike Wäsche, Bezirksvorsteher Klaus Alewelt sowie Wolfgang Müller, Leiter des Amtes für Soziale Integra-

tion, sprachen den ehrenamtlichen Helferinnen und Helfern sowie den Mitarbeitern der stationären Alteneinrichtungen St. Joseph, vertreten durch die Hauswirtschaftsleitung Frau Uta Jüsken und St. Viktor, vertreten durch den Küchenchef Herr Lomzik, ihren herzlichen Dank aus. Ohne deren Herzblut und Engagement wäre es nicht möglich gewesen, ein solch tolles Frühstück auf die Beine zu stellen.

Um die 180-mal, haben diese fleißigen Helfer tatkräftig mit angepackt. Hierbei wurden nicht nur Tische gerückt und Stühle aufgestellt, sondern auch die kleinen Details bedacht. Hierzu gehört

einerseits natürlich das Eindecken der Tische mit Tellern, Kaffeetassen, Löffeln, Milchkännchen, Zuckerstreuern, Servietten und passender Dekoration. Andererseits erfreut auch der Genuss von genügend heißem Kaffee bzw. Tee die Gemüter.

Für einen guten Start in den Tag wird ein reichhaltiges Frühstücksbuffet serviert: angefangen bei verschiedenen Brot- und Brötchensorten, über bunte Käse- und Wurstplatten, Honig, selbstgemachten Marmeladen, Schokocrème bis hin zu leckerem Quark. So manch einen mag diese große Vielfalt vor Entscheidungsschwierigkeiten stellen und die Antwort





auf die Frage: „Worauf habe ich denn gerade Hunger?“, erschweren. Doch bei einem gut gefüllten Bauch sollte die Geselligkeit nicht zu kurz kommen. So wurden beispielsweise beim Jubiläum gemeinsam – mit musikalischer Begleitung durch Herrn Kickhäfer – flotte Lieder gesungen. Ebenso

singer Höhe. Rund 30 Senioren nahmen dieses Angebot wahr, das aus einem geselligen Grillnachmittag in Cottmanns Hütte und einem spannenden Vortrag der ehemaligen Bergleute Herrn Nasse und Herrn Pohl, über den Bergbau in der Region bestand. Außerdem wurde den Senioren die Möglichkeit geboten, das neue Haldenzeichen zu besichtigen und eine besonders schöne Aussicht über die Stadt Hamm und das Umland zu genießen.

Anlässlich der 14. Hammer Kulturnacht am 27.04.2018 engagierte sich die Kreativgruppe in Form eines Häkel-Workshops auch in der Zentralbibliothek Hamm.

Stolz stellten dort einige Mitglieder der Kreativgruppe einen Teil ihrer eigenen, zuvor selbst gehäkelten oder gestrickten Mützen, Hausschuhe, Pullover, Tiere etc. aus. Gleichzeitig konnte jeder Workshop-Teilnehmer am Ende der Veranstaltung eine selbstgehäkelte Erinnerung, hier z. B. Micky- oder Minnie-Maus-Figuren, mit nach Hause nehmen.



Auch die Kreativität wird in Herringen groß geschrieben! Seit drei Jahren treffen sich Jung und Alt zum Häkeln und Stricken in der Bezirksbücherei Herringen. Hierbei stehen das gemeinsame, kulturelle und generationsübergreifende Lernen und der Spaß im Vordergrund. Bei diesem öffentlichen Kreativangebot ist jeder – unabhängig von seinen Vorerfahrungen bzw. Fähigkeiten - herzlich willkommen. Getragen wird dieses Angebot vor allem durch die ehrenamtlichen und erfahrenen Handarbeitsfeen, die mit ihrem Können und ihrer Geduld vielen Einsteigerinnen und Einsteigern dabei auf die Sprünge halfen, dem Wollfaden mit Häkel- und Stricknadel eine Gestalt zu geben.

Wie gesagt, in Herringen ist was los!

■ Anna-Maria Himmeröder

bewegten Gedichte, Witze und Geschichten das Herz und die Lachmuskeln. Bei so vielen Möglichkeiten, in den Tag zu starten, kommt man gerne wieder. Viele halten schon seit 15 Jahren dem Frühstücksteam die Treue.

Ein Erlebnis der besonderen Art bot am 28. Mai der Ausflug auf die Halde Kis-



Schulung Gesunde Ernährung der Freiwilligen vom FeidikForum



Wertschätzung für freiwilliges Engagement – Lionsclub Hamm spendet

Am 3. Mai nahmen 35 Freiwillige des Stadtteilzentrums FeidikForum und des Mehrgenerationenhauses der Outlaw gGmbH mit Begeisterung an einer Tages-Schulung über gesunde Ernährung teil.

Gestartet wurde mit einem Vortrag über gesunde Ernährung mit dem Schwerpunkt „versteckte Zuckerarten“, gehalten von der Ökotrophologin Dorothea Zurek-Dudek. Mit Staunen und vielen Rückfragen wurde das Thema „Zucker in Lebensmitteln“ erarbeitet. Anschließend - nach einem kurzen Fototermin - erhielt jeder Freiwillige ein gesundes Lunchpaket mit Vollkornbrot und Gemüse für die Busfahrt nach Sundern zur Erlebnisküche „Die Fabrik“. Dieses Lunchpaket wurde teilweise bereits im Bus mit Appetit verspeist.

Auch war es keineswegs still im Bus, da während der Busfahrt ein reger Austausch der Teilnehmer stattfand, denn aufgrund der verschiedenen Tätigkeiten im FeidikForum (Seniorenfrühstück, Tanztee, mobiler Einkaufswagen, Offenes Café, Nachhilfe usw.) ist ein intensiver Austausch der Freiwilligen unterein-

ander nur bei den Freiwilligentreffen im FeidikForum möglich, die 3 – 4 mal im Jahr stattfinden.

Bei der Ankunft in Sundern wurden alle Teilnehmer herzlich von Jeroen Tepas (Manager „Die Fabrik“) begrüßt. Nachdem die Gruppe in die Erlebnisküche geführt wurde und ein allgemeines Staunen über die moderne Küchenausstattung sowie die technische Ausrüstung zu vernehmen war, wurde ein gekühltes, wohlschmeckendes Begrüßungsgetränk gereicht und das „Eis“ war gebrochen. Nach Bekanntgabe, welche Speise zubereitet werden, wurden die Herdplatten und Maschinen gestürmt.

Wer von den Teilnehmern nicht den Kochlöffel bzw. die Pfanne schwenkte oder eines der hochmodernen Geräte bediente, konnte zusehen und alles genauestens verfolgen. Nach einer kurzen Zubereitungszeit konnten die Speisen probiert werden: Zucchini-Spaghetti in Bärlauchbutter geschwenkt, dazu Rührei-Spinat-Muffins und würzige Kartoffelspalten. Die Begeisterung und auch die Nachfrage nach den Rezepten war groß. Nach dieser Stärkung hatten die Teilnehmer die Möglichkeit, den

Werksverkauf der Fabrik zu besuchen. Auch hier war das Interesse an der einen oder anderen Kleinigkeit oder auch an den gerade benutzten Geräten sehr groß.

Nach Schluss erhielt jeder Teilnehmer noch ein Geschenk und die Busfahrt zum nächsten Ziel – die Anlegestelle am Möhnesee - wurde angetreten. Dort konnte die Gruppe auch sofort die Rundfahrt auf dem Möhnesee starten. Dank des sonnigen Wetters waren die Außenplätze bei den Teilnehmern sehr beliebt und die Gespräche über die neuen Eindrücke hörten nicht auf. Bei Kaffee und Kuchen wurde dann doch der eine oder andere aufmerksam und erinnerte sich an den Vortrag am Morgen, dass diese Speisen nicht ganz zur gesunden Ernährung passen würden. Aber – wie sagt man so schön: Ausnahmen bestätigen die Regel! Nur ein „zu viel“ ist ungesund!

Jeder Teilnehmer bedankte sich noch einmal ausdrücklich für die Organisation und - vor allen Dingen - für die Spende des Lionsclub Hamm, ohne die diese Veranstaltung nicht möglich gewesen wäre.

■ Ernestine Graf
Quartiersentwicklerin

Ehrenamt ist Heimat

Ehrenamtsfest am 1. Sept. / 14 Uhr / Kurhausgarten

elephantastisch
Hamm:



Ehrenamt ist Heimat. Ehrenamt schafft Heimat: Unsere Vereine, Gruppen und ehrenamtlichen Initiativen tragen in erheblicher Weise dazu bei, dass Hamm eine bunte, attraktive und lebenswerte Stadt für alle Generationen ist. Hamm lebt davon, dass es Menschen gibt, die sich einbringen, mitgestalten und Verantwortung für andere übernehmen. Dafür wollen wir ein herzliches Dankeschön sagen: beim siebten Ehrenamtsfest der Stadt Hamm.

Kontakt: Rainer Berges // Telefon: 02381 17-67 62 // E-Mail: Berges@stadt.hamm.de

Sparkasse und Stadt Hamm besiegeln Zielvereinbarung zu barrierefreien Finanzdienstleistungen

Der uneingeschränkte Zugang zu allen Finanzdienstleistungen ist eine wichtige Grundlage für die Bürgerinnen und Bürger unserer Stadt.

Die Sparkasse und die Stadt Hamm haben deshalb hierfür eine enge Kooperation vereinbart. Eine entsprechende Zielvereinbarung unterzeichneten am 4. Juni Oberbürgermeister Thomas Hunsteger-Petermann, Torsten Cremer und Rudolf Eisermann als Vorstand der Sparkasse Hamm und die Vorsitzende des Behindertenbeirates Renate Ackermann.

Die in der Kooperation vereinbarten Punkte sollen den Zugang und die Nutzung von Finanzdienstleistungen

für Menschen mit Behinderung noch weiter verbessern.

Dazu gehören unter anderem die barrierefreie Erreichbarkeit der Geschäftsstellen, die Bereitstellung von unterfahrbaren Selbstbedienungsterminals oder das Verfassen von Informationsbroschüren in einfacher Sprache. Ebenso soll mit Piktogrammen zukünftig im Eingangsbereich der Sparkassen-Geschäftsstellen auf die barrierefreien Angebote hingewiesen werden. Bei zukünftigen Baumaßnahmen wird die Sparkasse die Kriterien für Barrierefreiheit fortführen.

Bereits jetzt bietet die Sparkasse Hamm viele Zugangsmöglichkeiten für Menschen

mit Behinderung. So wurde die Homepage der Sparkasse Hamm im BITV-Test (Barrierefreie Informationstechnik-Verordnung) als „gut zugänglich“ bewertet. Zudem befinden sich in zahlreichen Geschäftsstellen gleichermaßen unterfahrbare Selbstbedienungsgeräte mit Kopfhöreranschluss. Darüber hinaus besteht bei allen Geschäftsstellen der Sparkasse Hamm ein barrierefreier Zugang.

Die Vereinbarung ist zunächst auf fünf Jahre ausgelegt. Stadt und Sparkassen planen hierbei einen engen Austausch – eine Arbeitsgruppe trifft sich jährlich, um Ziele auszuwerten oder umzusetzen.





Online regeln ist einfach.



sparkasse-hamm.de

Wenn alles klar und deutlich ist. Mit dem barrierefreien Online-Banking Ihrer Sparkasse Hamm gelingt das auch bei Sehschwäche. Zuverlässig von zu Hause aus.

Wir zeigen Ihnen gerne, wie es geht.

 Sparkasse
Hamm

In eigener Sache



Seit April verstärkt Frau Jill Wiesinger das Team der Altenhilfe im Amt für Soziale Integration.

Nach ihrem Abschluss im Studiengang der Sozialen Arbeit (B.A.) an der Fachhochschule Dortmund, entschied sie sich im Oktober 2016 für den Masterstudiengang „Alternde

Gesellschaften“ an der TU Dortmund, um sich verstärkt mit den Aspekten des demografischen Wandels und der Lebenssituation älterer Menschen in unserer Gesellschaft auseinanderzusetzen. Nun freut sie sich auf die neue praktische Tätigkeit und die Zusammenarbeit mit den Kolleginnen der Alten-

hilfe und den Ehrenamtlichen in der Seniorenarbeit.

Frau Wiesinger ist wie folgt zu erreichen:
Stadt Hamm
Amt für Soziale Integration
Sachsenweg 6, 59073 Hamm
Telefon: 023 81 17-67 39
E-Mail:
Jill.Wiesinger@stadt.hamm.de

Pressemitteilung

Freiwillige Führerscheinrückgabe Ein Angebot für alle ab 60

Sie fahren kaum noch Auto oder fühlen sich dabei unsicher? Sie müssen Ihre Mobilität nicht verlieren.

Wenn Sie Ihren Führerschein bei der Führerscheinstelle abgeben, erhalten Sie mit der dort ausgestellten Bescheinigung beim Verkehrsbetrieb Hamm ein kostenloses 60plusAbo für ganz Hamm, mit einer Gültigkeit von 12 Monaten.

Nach den kostenlosen 12 Monaten geht das Ticket in ein reguläres Abo über.

Bei der Stadtvariante können Sie für Fahrten, die über Ihr Abogebiet hinausgehen, das günstige Anschluss Ticket kaufen.

Auch Ihr Partner hat die Möglichkeit, die 60plusAbo – Partnerkarte zu beantragen.



Diese gibt es ausschließlich für die Stadt Hamm, kostet nur die Hälfte des regulären 60plusAbos und ist deshalb besonders attraktiv.

Der Abo – Partner kann frei gewählt werden. Es ist keine Wohn- oder Lebensgemeinschaft erforderlich. Lediglich die Abbuchungen müssen vom selben Konto erfolgen.

Testen Sie uns doch mal eine Woche gratis *



» ESSEN AUF RÄDERN «

Wir liefern – Sie genießen. Täglich frisch in Hamm und Umgebung
(auch Sonder- und Diätkost)

Telefon (0 23 81) 56 21

6,80€
(Sonn- u. feiertags 1,00€ Aufschlag)

* für Neukunden bei einer Mindestlaufzeit von 1 Monat

valeo-KLINIKEN Evangelische Krankenhäuser
WIVO Wirtschafts- und Versorgungsdienst GmbH
 Werler Str. 110 | 59063 Hamm
www.wivo-hamm.de

FENSTERPUTZER?
www.gds-hamm.de
 Telefon: 02385/4744772

GRAWE
Reinigungsmittel

Ihr Lieferant und Partner für Hygiene und Sauberkeit

Reinigungsmittel
Hygienepapiere
Reinigungsgeräte
Pflegemittel
Desinfektionsmittel

Gräwe GmbH & Co KG
 Reinigungsmittelgroßhandel
 Rudolf-Diesel-Straße 7
 58730 Fröndenberg
 Telefon (0 23 73) 6 46 99
 Telefax (0 23 73) 60 08 88

Seniorenresidenz „Am Schillerplatz“

„Kurzzeitpflege und Langzeitpflege für alle Pflegegrade“
 • Demenzwohngruppe



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



Lichtblick

Ambulante Pflege

Inh. Monika Beiske

Ostenallee 27, 59063 Hamm

Wir suchen: examinierte Mitarbeiter/Innen

Stellenumfang: 450,00 € | Teilzeit | Vollzeit

Telefonische Bewerbung unter:

www.lichtblick-ambulante-pflege.de Tel. 0 23 81 / 5 44 43 10

Marsha's Hauswichtel Service



für Ihre fachkundige Hilfe im Haushalt, privat & gewerblich.

Tel. 0 23 85/ 47 447 52

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



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

Rufen Sie einfach an!

Tel. 02385 706-200



Alten- und Krankenpflege Mobil GmbH

Oberster Kamp 9a | 59069 Hamm

www.akmgmbh.de

Körperbezogene Pflege

Behandlungspflege

Hilfen bei der

Haushaltsführung

Zulassung bei allen Kranken- und Pflegekassen seit 1995

maxipark
Erholen und Genießen



Wechselnde Bepflanzungen lassen den Park immer wieder neu erblühen 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 02381/982 10 - 0

www.maxipark.de



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



MIT LEBENSFREUDE UND GEMEINSINN INMITTEN DER GESELLSCHAFT

- VORTRÄGE UND GESPRÄCHE • WANDERUNGEN
- BESICHTIGUNGEN • THEATERBESUCHE
- REISEN UND TAGESFAHRTEN • RADTOUREN

DAS VERANSTALTUNGSPROGRAMM ERHALTEN SIE:
CDU-BÜRGERBÜRO, OSTSTRASSE 49, 59065 HAMM
TEL.: 02381-92 19 20, WWW.CDUHAMM.DE



**Senjoren
Union** CDU

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

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 22 d | Tel.: 02381 9025-0

Elektro-Mobile

- versch. Modelle
- 6 oder 15 km/h
- bis 60 km Reichweite
- Reparatur aller Fabrikate
- Service vor Ort

LECSO
Modell HS-928



Rollatoren

- größte Auswahl in Hamm
- z. B. aus Carbon – nur 4,9 kg (ohne Zubehör)
- Wohnungsrollator – nur 48 cm breit

Pantoffeln

- Warm und bequem
- Klettverschluss
- z. T. diabetikergeeignet

Senio Amenda seit 2005

Widumstraße/Ecke Antonstraße
59065 Hamm
Tel.: 0 23 81/3 05 99 09
Fax: 0 23 81/3 05 87 08
Montags geschlossen

„Parkplatz am Geschäft – Zufahrt Antonstr.“



— 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

„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



LVM
VERSICHERUNG

Ihr Partner für
Versicherungen,
Vorsorge und
Vermögensplanung

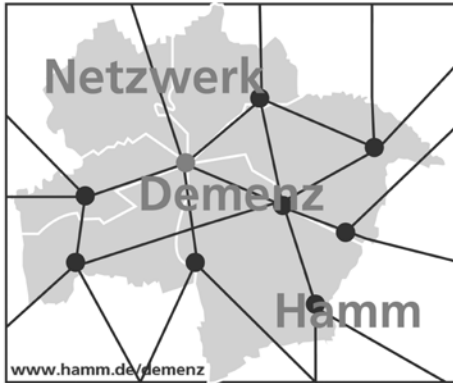


LVM-Versicherungsagentur

Michael Kollas

Soester Straße 19
59071 Hamm
Telefon (02381) 88 00 88
info@kollas.lvm.de

Demenz ... das geht uns alle an!



Am 21. September ist Welt-Alzheimerstag.

Der Vater, der den Schlüssel nicht mehr findet, die Mutter, die nachts durch das Haus wandert, unruhig ist. Das Gefühl, etwas zu vergessen, das Hier und Jetzt nicht mehr im Blick zu haben. Oft können Menschen mit

Demenz in der Anfangsphase der Erkrankung die Einschränkungen gut kaschieren. Aber irgendwann ist der Alltag kaum noch zu bewältigen, die Angehörigen werden stärker und stärker in Anspruch genommen und manchmal auch überfordert. Am Ende steht die Diagnose – Demenz!

Das Netzwerk Demenz Hamm sieht diese Diagnose nicht als Ende! Mit einer Vielzahl von Partnern im Netzwerk Demenz Hamm bieten wir Informationen, Begleitung, Hilfe und Unterstützung für Menschen mit Demenz und deren Angehörigen.

Das Netzwerk Demenz Hamm ist ein freiwilliger Zusammenschluss von Menschen, die sich beruflich oder ehrenamtlich in unserer Stadt für Betroffene und deren Angehörige engagieren.

WIR STELLEN UNS VOR:

Am 22. September 2018 findet in der Zeit von 10.00 Uhr bis 13.00 Uhr an der Pauluskirche am Marktplatz in Hamm der Auftakt zur Demenzwoche statt. Nach der Eröffnung unserer Veranstaltung durch die Bürgermeisterin Frau Monika Simshäuser haben Sie die Gelegenheit, sich über Entlastungs-Unterstützungs-

und Beratungsangebote zu informieren. Wir freuen uns über viele interessierte Besucher!

Am 23. September 2018, 15:00 Uhr, veranstalten wir ein Konzert für Menschen mit und ohne Demenz in der Kapelle des St. Marien-Hospitals, Nassauer-Straße 13-19. Das Klarinettenquartett TetraPack aus Münster präsentiert unter dem Motto „Musik berührt die Seele“ Melodien aus der Musikgeschichte von Bach bis Gershwin. Der Eintritt ist barriere- und kostenfrei.

Wir würden uns freuen, wenn Sie mit Ihrer Teilnahme die Aktion für Menschen mit Demenz unterstützen würden.

... denn Demenz geht uns alle an!



Café Amalie



Um kurz vor 9:00 Uhr klingelt es an der Tür des Café Amalie. Ulrike Rabe (exam. Altenpflegerin) und ihre ehrenamtlich tätigen Kolleginnen empfangen die Tagesgäste, die von Herrn K., ebenfalls ein ehrenamtlicher Helfer, gebracht werden.

„Bist du auch wieder hier!“ ruft Frau M. begeistert und umarmt die ehrenamtliche Frau K. Jeder Gast wird einzeln per Handschlag oder Umarmung von den Mitarbeitern begrüßt. Es ist ein sehr herzlicher und doch respektvoller Umgang miteinander.

.... „und die Klara hast du auch dabei“, freut sich die 92 jährige Dame und streichelt den Münsterländer, der sich das gerne gefallen lässt.

Freundschaftlich werden die Tagesgäste von den Helferinnen empfangen und zu ihren Plätzen am großzügig gedeckten Tisch begleitet. Gemeinsam wird ein Tischgebet gesprochen, die Geburtstagskinder bekommen ein Ständchen, dann startet der Tag mit einem Frühstück, das keine Wünsche offen lässt. Nach dem Frühstück werden eine besinnliche Tagesgeschichte vorgelesen und die Nachrichten in der Zeitungsrunde besprochen, anschlie-

Bend wird gesungen, es folgen Bewegungslieder oder ein Spaziergang im Park nebenan.

Jeder Tag ist so strukturiert, dies gibt den an Demenz erkrankten Gästen Sicherheit. Heute zaubern Frau W. und Frau K., zwei der ehrenamtlichen Damen, ein leckeres Mittagessen, das alle gemeinsam am Tisch einnehmen. Nach der Mittagsruhe, die die Gäste im gemütlichen Ruheraum oder auf dem bequemen Sofa verbringen, startet der Nachmittag eher ruhiger bei Kaffee und Kuchen, Gesellschaftsspielen, Bingo oder Gedächtnistraining.

Die Café Amalie Tagesbetreuung und häuslicher Besuchsdienst sind anerkannte Betreuungsangebote der Unterstützung im Alltag für Menschen mit Demenz. Pflegende Angehörige können ihren Partner oder Elternteil für ein paar Stunden ins Café Amalie bringen und wissen die Betroffenen gut versorgt.

Das Café Amalie bietet ebenfalls einen häuslichen Besuchsdienst an. Hier fahren die freiwilligen Damen und Herren zu den Menschen mit Demenz nach Hause und verbringen ein paar gemein-

same Stunden, in denen die Angehörigen Zeit für sich finden können.

Die ehrenamtlichen Helferinnen und Helfer besitzen alle eine mind. 40 stündige Weiterbildung zum Senioren- und Demenzbetreuer. Es werden regelmäßig Schulungen und Supervisionen angeboten, außerdem stehen Ihnen erfahrene Pflegefachkräfte zur Seite. Die Leistungen können mit der Pflegekasse abgerechnet werden.

Seit dem 1. Mai 2018 unterstützt Tanja Probst das Team, das aus zwei festangestellten Mitarbeiterinnen und 23 ehrenamtlichen Helferinnen und Helfern besteht, als Ehrenamtskoordinatorin. Ihre Stelle ist zum Teil von der Stadt Hamm gefördert, um die ehrenamtliche Arbeit weiter auszubauen und im Quartier zu festigen.

Das Café Amalie ist montags, mittwochs und freitags von 9:00 Uhr bis 16:00 Uhr und dienstags von 15:30 Uhr bis 17:30 Uhr geöffnet. Es sind wieder Plätze frei.

Interessierte Ehrenamtliche aber auch Gäste oder Angehörige können sich gerne telefonisch unter 02381/8767840 melden.

Veranstaltungen

Bezirksübergreifende Veranstaltungen

01.07.2018

Kulturrevier Radbod /Altenhilfe

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

08.07.2018

Stadt Hamm / Altenhilfe

14.30 Uhr, Kino für Senioren, Kaffee/ Kuchen 13.30 - 14.15 Uhr,
Einlass: 13 Uhr, VV ab 28.06.18 beim WA, Hauptgeschäftsstelle,
Widumstr., Gebühr: 6,75 €

18.07.2018

Stadt Hamm / Altenhilfe

9 Uhr, Wassergymnastik für Senioren im Maximare, VV ab 06.07.18
beim Verkehrsverein, Insel, Gebühr: 4,50 €

12.08.2018

Stadt Hamm / Altenhilfe

14.30 Uhr, Kino für Senioren, Kaffee/ Kuchen 13.30 - 14.15 Uhr,
Einlass: 13 Uhr, VV ab 02.08.18 beim WA, Hauptgeschäftsstelle,
Widumstr., Gebühr: 6,75 €

15.08.2018

Stadt Hamm / Altenhilfe

9 Uhr, Wassergymnastik für Senioren im Maximare, VV ab 03.08.18
beim Verkehrsverein, Insel, Gebühr: 4,50 €

09.09.2018

Stadt Hamm / Altenhilfe

14.30 Uhr, Kino für Senioren, Kaffee/ Kuchen 13.30 - 14.15 Uhr,
Einlass: 13 Uhr, VV ab 30.08.18 beim WA, Hauptgeschäftsstelle,
Widumstr., Gebühr: 6,75 €

19.09.2018

Stadt Hamm / Altenhilfe

9 Uhr, Wassergymnastik für Senioren im Maximare, VV ab 07.09.18
beim Verkehrsverein, Insel, Gebühr: 4,50 €

22.09.2018

Netzwerk Demenz

10 – 13 Uhr, Auftakt zur Demenzwoche 2018,
Marktplatz an der Pauluskirche

23.09.2018

Netzwerk Demenz

15 Uhr, Konzert für Menschen mit und ohne Demenz mit dem
Klarinettenquartett „TetraPack“, Kapelle des St. Marien-Hospitals,
Nassauer Straße 13 – 19, Gebührenfrei

23.09.2018

Kulturrevier Radbod /Altenhilfe

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

Hamm-Mitte

01.07.2018

Senioren- und Pflegezentrum
„Am Museum“,
Friedrichstr. 25-27

Ab 8 Uhr, Frühstück, Beitrag: 2,50 €, Tägliche Angebote - vorheriger
Anmeldung unter 02381/9736-571, Herr Barmführer

01.07.2018

Senioren- und Pflegezentrum
„Am Museum“,
Friedrichstr. 25-27

12 Uhr, Mittagstisch, Beitrag: 3,90 €, Tägliche Angebote - vorheriger
Anmeldung unter 02381/9736-571, Herr Barmführer

01.07.2018

Seniorenresidenz
„Am Schillerplatz“

12.30 – 13.30 Uhr, Mittagstisch – täglich, Angebot für Senioren in
der Nachbarschaft laut Speiseplan, Beitrag: 4,80 €

01.07.2018

Seniorenresidenz
„Am Schillerplatz“

ab 15 Uhr, Kaffeetrinken (immer an Sonn- und Feiertagen)
EG Bistro, 1 Tasse Kaffee + 1 Stück Torte 2,50 €

02.07.2018

Stadtteilzentrum FeidikForum
Feidikstr. 27

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

02.07.2018

Stadtteilzentrum FeidikForum
Feidikstr. 27

14.30 Uhr, Offener Stricktreff, Café (weiterhin jeden Montag)

02.07.2018

Tanzkreis der kfd Liebfrauen
Gemeindezentrum Liebfrauen

15 Uhr, Senioren-Tanzkreis, Frau Agnes Bergmann
(weiterhin: 16.07, 30.07, Sommerpause bis 03.09)

02.07.2018

Stadtteilzentrum FeidikForum
Feidikstr. 27

Ab 15 Uhr, Mobiler Einkaufswagen, Einkaufsfahrdienst,
Anmeldung: 02381/91585101 (weiterhin jeden Montag)

02.07.2018

AWO

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

02.07.2018

Alzheimer Gesellsch. Hamm e. V.
und Kontaktbüro-Pflegeselbst-
hilfe, Alter Uentropfer Weg 24

17 – 19 Uhr, Gesprächskreis für Hochschulangehörige: Menschen
mit Demenz, Treffpunkt Marker Allee 76-78, Ansprechpartner:
Prof. Dr. Gregor Hohenberg, Tel.: 02381/8768859

03.07.2018

Hansa Pflegezentr. im Medicum,
Tagespflege, Südstraße 18

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

03.07.2018

Stadtteilzentrum FeidikForum
Feidikstr. 27

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

03.07.2018

Stadtteilzentrum FeidikForum
Feidikstr. 27

14.30 Uhr, Handy-/Laptopsprechstunde, um Anmeldung wird ge-
beten, Tel.: 02381/9158510 (weiterhin jeden 1. und 3. Dienstag i. M.)

03.07.2018

Stadtteilzentrum FeidikForum
Feidikstr. 27

15 – 17 Uhr, Offene Sprechstunde für Senioren, Gesprächspartnerin:
Frau Tornscheidt (weiterhin jeweils dienstags)

03.07.2018

Seniorenres. „Am Schillerplatz“

16 Uhr, Liederrunde im WBE (weiterhin jeden Dienstag)

04.07.2018

Senioren- und Pflegezentrum
„Am Museum“,
Friedrichstr. 25-27

14.30 Uhr, Offenes Angebot für Jung und Alt, gemeinsam aktiv sein im Strickcafé, bitte eigene Wolle, Strick- u. Häkelnadeln mitbringen (weiterhin jeden 1., 2. und 4. Mittwoch im Monat)
Ansprechpartnerin: Frau Igbede, Tel.: 02381-9736-374

06.07.2018

Stadtteilzentrum FeidikForum
Feidikstr. 27

12.30 Uhr, Mittagstisch, Beitrag: 3,50 €, um Anmeldung wird gebeten, Tel.: 02381/9158510 (weiterhin jeden 1. Freitag i.M.)

06.07.2018

Seniorenres. „Am Schillerplatz“

16 Uhr, Musiktherapie, Bistro (weiterhin jeden Freitag)

11.07.2018

Senioren- und Pflegezentrum
„Am Museum“,
Friedrichstr. 25-27

15 Uhr, Sommerfest - Schützenfest

12.07.2018

Stadtteilzentrum FeidikForum
Feidikstr. 27

14.30 Uhr, Offenes Singen – jeder, der Lust am Singen hat ist willkommen, ohne Anmeldung (weiterhin jeden 2. Donnerstag)

12.07.2018

Stadtteilzentrum FeidikForum
Feidikstr. 27

19 – 21 Uhr, Beratung für Menschen mit Sehbehinderung, Gesprächspartner J. Grikschat, Tel.: 02381/91585101 ab 18 Uhr (weiterhin jeden 2. und 4. Donnerstag im Monat)

15.07.2018

Stadtteilzentrum FeidikForum
Feidikstr. 27

19 Uhr, Tauschring – Knöpfe statt Knete (weiterhin immer am 15. eines jeden Monats)

17.07.2018

VdK - OV Süden / Mitte

15 Uhr, Sommerfest mit Grillen, Zunftstuben, Oststraße 53
Anmeldung erforderlich – Beitrag 6 €

19.07.2018

Stadt Hamm/Altenhilfe /
Stadtteilzentrum FeidikForum
Feidikstr. 27

9 Uhr, Offenes Seniorenfrühstück, Beitrag 3 € (weiterhin jeden 3. Donnerstag im Monat)

26.07.2018

Stadtteilzentrum FeidikForum
Feidikstr. 27

14.30 Uhr, Tanztee, Anmeldung für den Fahrdienst unter: 02381/91585101, Beitrag: 3 € (weiterhin jeden 4. Donnerstag i.M.)

27.07.2018

Stadtteilzentrum FeidikForum
Feidikstr. 27

11 – 13 Uhr, Beratung zur Vorsorgevollmacht / Patientenverfügung (weiterhin jeden letzten Freitag im Monat)

27.07.2018

Stadtteilzentrum FeidikForum
Feidikstr. 27

14 Uhr, Stark und Selbstbewusst auch im Alter - ein Nachmittag zur Stärkung der Selbstsicherheit, Anmeldung unter Tel.: 02381/91585101

30.07.2018

Seniorenzentrum An St. Agnes
Nordenwall 22 D

9 Uhr, Offenes Seniorenfrühstück, Beitrag: 3 €

21.08.2018

VdK - OV Süden / Mitte

15 Uhr, Info- und Klön-Nachmittag, Zunftstuben, Oststraße 53

27.08.2018

Seniorenzentrum An St. Agnes
Nordenwall 22 D

9 Uhr, Offenes Seniorenfrühstück, Beitrag: 3 €

28.08.2018

Stadtteilzentrum FeidikForum
Feidikstr. 27

15 Uhr, Gesundheits-Kaffee-Katsch, Thema: Ernährung
(Anmeldung nicht erforderlich)

05.09.2018

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

17 – 20 Uhr, Kursstart, Fortbildung Senioren- und Demenzbegleiter/ in:
§45c SGB XI, 12 Termine, vom 05.09. – 28.11. jeden Mittwoch, Feidik
Forum, Feidikstr. 27, Ansprechpartner: Wera Witkowski, Henrik
Schüngel, Tel.: 02381/8768859

14.09.2018

Stadtteilzentrum FeidikForum
Feidikstr. 27

13 Uhr, Eine Wanderung durch die Lippewiesen zum Schloss
Oberwerries, Treffpunkt: Stadtteilzentrum, Anmeldung unter
Tel.: 02381/91585101

18.09.2018

VdK - OV Süden / Mitte

15 Uhr, Info- und Klön-Nachmittag, Zunftstuben, Oststraße 53

24.09.2018

Seniorenzentrum An St. Agnes
Nordenwall 22 D

9 Uhr, Offenes Seniorenfrühstück, Beitrag: 3 €

26.09.2018

Seniorenres. „Am Schillerplatz“

16 Uhr, Kartoffelfest im EG/Garten

Hamm-Rhynern

03.07.2018

Stadt Hamm / Altenhilfe und
Kirchengemeinden Westtünnen

9 Uhr, Offenes Seniorenfrühstück, Kath. Pfarrheim, Delpstr. 1,
Beitrag: 3 €, Kontakt: Martina Foschepoth, 02381/176732

03.07.2018

AWO-Westtünnen,
Von-Thünen-Halle,
Schützenhalle, Clubraum

15 Uhr, Spielnachmittag (weiterhin jeden Dienstag)

04.07.2018

SV Deutschland OV Rhynern

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

04.07.2018

SK Hamm-Westtünnen
Stephanus-Gemeindehaus

15 Uhr, Kaffeerrunde und Bingo

04.07.2018

AWO-Westtünnen,
Von-Thünen-Halle,
Schützenhalle, Clubraum

16 Uhr, Skatnachmittag (weiterhin jeden Mittwoch)

04.07.2018

MAYDAY Rhyern e. V.
Unnaer Str. 14

Gesprächskreis für pflegende Angehörige
(weiterhin jeden 1. Mittwoch im Monat in der Geschäftsstelle)

05.07.2018

AWO-Westtünen,
Von-Thünen-Halle,
Schützenhalle, Clubraum

15 Bingo (weiterhin jeden Donnerstag)

09.07.2018

Sozialverband Deutschland
OV Berge-Westtünen

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

10.07.2018

ARG Westtünen, Pfarrheim

16 Uhr, Grillen am Pfarrheim

15.07.2018

MAYDAY Rhyern e. V./
Ev. Emmaus-Kirchen-
gemeinde Hamm

15 Uhr, „Rhyern tanzt“, Emmaushaus, Alte Salzstr. 6, Eintritt:
5 € (Kaffee/ Kuchen, Likörchen inkl., Kaltgetränke gegen Gebühr),
Kontakt: Mayday Rhyern e. V, Tel.: 02385-4375928

15.07.2018

SK Hamm-Westtünen

15 Uhr, Grillen, Stephanus-Gemeindehaus

17.07.2018

SV Deutschland OV Rhyern

Tagesfahrt zum Eierlikör-Paradies in Herzebrock-Clarholz,
anschl. nach Bad Sassendorf, Auskunft bei Gellenbeck,
Tel: 02381/82583

17.07.2018

AG Seniorenarbeit
Hamm-Rhyern

9 Uhr Offenes Seniorenfrühstück, Kath. Pfarrheim, Auf der Helle 1,
Gebühr: 3,50 €, Kontakt: M. Foschepoth, 02381/176732

31.07.2018

Caritas-Konferenz
St. Elisabeth Berge

9 Uhr Frühstückstreffen, Pfarrheim St. Elisabeth, Werler Str. 322
(weiterhin: 28.08., 25.09.)

01.08.2018

SV Deutschland OV Rhyern

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

28.08.2018

SV Deutschland OV Osterflierich

Halbtagsfahrt (Ziel offen), Auskunft bei Geßler, Tel. 02922/5157

04.09.2018

Stadt Hamm / Altenhilfe und
Kirchengemeinden Westtünen

9 Uhr, Offenes Seniorenfrühstück, Kath. Pfarrheim, Delpstr. 1,
Beitrag: 3 €, Kontakt: Martina Foschepoth, 02381/176732

05.09.2018

SK Hamm-Westtünen
Stephanus-Gemeindehaus

15 Uhr, Kaffeerunde

05.09.2018

SV Deutschland OV Rhyern

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

11.09.2018

ARG Westtünnen, Pfarrheim

14.30 Uhr, Das Ehrenamt in der Gemeinde – Möglichkeiten und Einfluss, Referentin: Renate Mürkötter

18.09.2018

AG Seniorenarbeit
Hamm-Rhynern

9 Uhr Offenes Seniorenfrühstück, Kath. Pfarrheim, Auf der Helle 1, Gebühr: 3,50 €, Kontakt: M. Foschepoth, 02381/176732

18.09.2018

SV Deutschland OV Rhynern

Halbtagesfahrt zum Kurpark in Brilon, Kaffeetrinken im Panorama-Café, Auskunft bei Gellenbeck, Tel: 02381/82583

19.09.2018

SK Hamm-Westtünnen

15 Uhr, Kaffeerunde und Bingo, Stephanus-Gemeindehaus

Hamm-Uentrop

01.07.2018

Freies Seniorenschwimmen

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

02.07.2018

Kontaktbüro KoNAP Kompetenz
Netz Angehörigenunterstützung
und Pflegeberatung,
Alter Uentrop Weg 24

10 – 13 Uhr oder nach Vereinbarung, Tel.: 02381/8768859,
Ansprechpartner: Henrik Schüngel (weiterhin: montags und
mittwochs)

03.07.2018

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

10 – 13 Uhr Demenzberatung (weiterhin dienstags und donnerstags
oder nach Absprache), Tel.: 02381/8768859, Ansprechpartner:
Wera Witkowski

04.07.2018

Alzheimer Gesellsch. Hamm e. V.,
und Kontaktbüro-Pflegeselbst-
hilfe Alter Uentrop Weg 24

11.00 – 12.30 Uhr, Alzheimer & You, Miteinander sprechen hilft!
Treffpunkt auch für Jugendliche (Gesprächsgruppe mit dem Krank-
heitsbild Demenz), Café Amalie, Alter Uentrop Weg 24,
Tel.: 02381/8768859, Ansprechpartner: J. Cornelissen, H. Schüngel
(weiterhin: jeden 1. Samstag im Monat)

05.07.2018

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

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

05.07.2018

DRK-Senioren-Stift Mark

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

09.07.2018

SV Deutschland OV Werries

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

10.07.2018

Alzheimer Gesellsch. Hamm e. V.
und Kontaktbüro-Pflegeselbst-
hilfe, Alter Uentrop Weg 24

10 – 12 Uhr, Gruppenangebot für Menschen mit einer
beginnenden eingeschränkten Alltagskompetenz – „Nicht allein
sein“ Tel.: 02381/8768859, Kontakt: J. Cornelissen
(weiterhin jeden 2. Dienstag im Monat)

10.07.2018

Alzheimer Gesellsch. Hamm e. V.
und Kontaktbüro-Pflegeselbst-
hilfe, Alter Uentropener Weg 24

ab 14.30 Uhr, Gesprächskreis pflegende Angehörige, Betreuung der
an Demenz erkrankten Angehörigen möglich, Café Amalie,
Anmeldung erforderlich, Tel.: 02381/8768859, Ansprechpartner:
J. Cornelissen (weiterhin jeden 2. Dienstag im Monat)

11.07.2018

DRK-Senioren-Stift Mark
Marker Allee 88

9 Uhr, Gesundes Frühstück, Quartiersbüro, Anmeldung bis 06.07.,
DRK-Senioren-Stift Mark, Marker Allee 88, Tel.: 92810, Beitrag: 4,50 €

11.07.2018

ARG St. Antonius Geithe
Pfarrheim, In der Geithe 6

13 Uhr, Fahrt nach Schmalleberg, Betriebsbesichtigung der
Strumpffabrik Falke mit Führung

11.07.2018

SV Deutschland OV Uentrop

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

16.07.2018

SK der Caritaskonferenz
St. Bonifatius Hamm-Werries

15 Uhr, Andacht in der St. Bonifatiuskirche, anschließend
gemütliches Beisammensein

16.07.2018

DRK-Senioren-Stift Mark
Marker Allee 88

16 Uhr, Offenes Singen, Kontakt: Quartiersbüro, Frau Jeretzky,
Tel.: 02381/9828176

19.07.2018

DRK-Senioren-Stift Mark
Marker Allee 88

15 Uhr, Offener Spielertreff im Café Henry, Kontakt: Quartiersbüro,
Frau Jeretzky, Tel.: 02381/9828176

23.07.2018

SV Deutschland OV Werries

18.30 Uhr, Spielabend, AWO-Begegnungsstätte

25.07.2018

Spielertreff St. Georg,
Pfarrzentrum

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

26.07.2018

AK „Offene Seniorenarbeit im
Stadtbezirk Hamm-Uentrop“

9 Uhr, Offenes Seniorenfrühstück, Gemeindehaus Erlöserkirche,
Kontakt: M. Foschepoth, Tel.: 17-6732, Gebühr: 4 €

26.07.2018

Pfarrcaritas St. Georg /
St. Agnes

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

26.07.2018

SV Deutschland OV Uentrop

15 Uhr, Spielenachmittag, Gaststätte Schulte-Geithe

30.07.2018

DRK-Senioren-Stift Mark

16 Uhr, Vorlesenachmittag mit A. Böse von der Lesewelt Hamm

02.08.2018

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

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

04.08.2018

SV Deutschland OV
Ostwennemar

15 Uhr, Sommerfest, Bodelschwingh-Haus

04.08.2018

SV Deutschland OV Uentrop

15 Uhr, Sommerfest, ehemalige Tennishalle am Giesendahl

06.08.2018

Ev. Kirchengemeinde Braam-
Ostwennemar – „Herbstblüte“

15 Uhr, Seniorenvesper, Grillen

08.08.2018

DRK-Senioren-Stift Mark
Marker Allee 88

9 Uhr, Gesundes Frühstück, Quartiersbüro, Anmeldung bis 03.08.,
DRK-Senioren-Stift Mark, Tel.: 9 28 10, Beitrag: 4,50 €

08.08.2018

ARG St. Antonius Geithe
Pfarrheim, In der Geithe 6

15 Uhr, China – eine Reise ins Land der Mitte (Reisebericht),
Referentin: Julia Stahl

13.08.2018

DRK-Senioren-Stift Mark
Marker Allee 88

16 Uhr, Offenes Singen, Kontakt: Quartiersbüro, Frau Jeretzky,
Tel.: 0 23 81/9 82 81 76

16.08.2018

DRK-Senioren-Stift Mark
Marker Allee 88

15 Uhr, Offener Spieletreff im Café Henry, Kontakt: Quartiersbüro,
Frau Jeretzky, Tel.: 0 23 81/9 82 81 76

27.08.2018

DRK-Senioren-Stift Mark

16 Uhr, Vorlesenachmittag mit A. Böse von der Lesewelt Hamm

27.08.2018

SV Deutschland OV Werries

18.30 Uhr, Spielabend, AWO-Begegnungsstätte

30.08.2018

SV Deutschland OV Uentrop

15 Uhr, Spielenachmittag, Gaststätte Schulte-Geithe

03.09.2018

Ev. Kirchengemeinde Braam-
Ostwennemar – „Herbstblüte“

15 Uhr, Seniorenvesper

05.09.2018

SV Deutschland
OV Ostwennemar

Tagesfahrt (Ziel noch offen)
Auskunft bei Surmann, Tel. 0 23 81/6 44 49

05.09.2018

DRK-Senioren-Stift Mark
Marker Allee 88

18.30 Uhr, Vortragsreihe im Stift: Die Wohn- und Pflegeberatung der
Stadt Hamm stellt sich vor, Referentin: J. Gottenströter

06.09.2018

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

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

09.09.2018

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

18 – 20 Uhr, Kurs pflegende Angehörige, 8 Module jeweils montags
und donnerstags, Anmeldung, Tel.: 0 23 81/8 76 88 59

10.09.2018

Alzheimer Gesellsch. Hamm e. V./
Kontaktbüro Pflegeselbsthilfe

18 – 20 Uhr, Kurs pflegende Angehörige, 8 Module jeweils montags
und donnerstags, Anmeldung, Tel.: 02381/8768859

10.09.2018

DRK-Senioren-Stift Mark
Marker Allee 88

16 Uhr, Offenes Singen, Kontakt: Quartiersbüro, Frau Jeretzky,
Tel.: 02381/9828176

12.09.2018

DRK-Senioren-Stift Mark
Marker Allee 88

9 Uhr, Gesundes Frühstück, Quartiersbüro, Anmeldung bis 07.08.,
DRK-Senioren-Stift Mark, Tel.: 92810, Beitrag: 4,50 €

12.09.2018

ARG St. Antonius Geithe
Pfarrheim, In der Geithe 6

15 Uhr, -Kein- Name ist wie Schall und Rauch
Referentin: Ingrid Bittner

13.09.2018

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

10.00 – 12.30 Uhr, Kursreihe für Frühbetroffene Menschen mit
Demenz, 8 Termine, Anmeldung erforderlich, Tel.: 02381/8768859
(weiterhin donnerstags)

17.09.2018

SK der Caritaskonferenz
St. Bonifatius Hamm-Werries

15 Uhr, Andacht in der St. Bonifatiuskirche, anschließend
gemütliches Beisammensein

20.09.2018

DRK-Senioren-Stift Mark
Marker Allee 88

15 Uhr, Offener Spieletreff, Kontakt: Quartiersbüro, Frau Jeretzky,
Tel.: 02381/9828176

24.09.2018

SV Deutschland OV Werries

18.30 Uhr, Spielabend, AWO-Begegnungsstätte

27.09.2018

AK „Offene Seniorenarbeit im
Stadtbezirk Hamm-Uentrop“

9 Uhr, Offenes Seniorenfrühstück, Gemeindehaus Erlöserkirche,
Kontakt: M. Foschepoth, Tel.: 17-6732, Gebühr: 4 €

27.09.2018

Pfarrcaritas St. Georg /
St. Agnes

15 Uhr, Gottesdienst, zum Herbstanfang gibt es Zwiebelkuchen und
Federweißen

27.09.2018

SV Deutschland OV Uentrop

15 Uhr, Spielenachmittag, Gaststätte Schulte-Geithe

Hamm-Pelkum

02.07.2018

Stadt Hamm/ Altenhilfe

8.30 – 10.00 Uhr, Senioren-Sprechstunde des Amtes für Soziale Inte-
gration/ Altenhilfe, Bürgeramt Pelkum, Kamener Str. 177, Zi. 026,
Gesprächspartnerin: Martina Foschepoth
(weiterhin jeden 1. Montag im Monat)

03.07.2018

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

14.30 – 17.30 Uhr, Demenzcafé Frühling, Heinrichstraße 20 (ehem.
Fünf Wände), Anmeldung erforderlich, Ansprechpartner: M. Rose,
W. Witkowski Tel: 02381/8768859 (weiterhin dienstags)

03.07.2018 AWO OV Pelkum, Haus Sundern / Altenhilfe	15 Uhr, Offene Kaffeetafel, Haus Sundern, Kamener Str. 142, Gebühr: 3 €, Bingo
04.07.2018 AWO OV Pelkum, Haus Sundern / Altenhilfe	10 – 12 Uhr, Boule für Jung und Alt, Boulebahn, Tennisplatz Selbach- park (TC 69 Pelkum) (weiterhin jeweils jeden 1. Mittwoch im Monat)
04.07.2018 Stadt Hamm / Altenhilfe	11 Uhr, Offener Spaziertreff ab 55 Jahren (ca. 1 Stunde), Treffpunkt: Parkplatz Waldorfschule, Kontakt: M. Foschepoth, Tel. 17-6732 (weiterhin jeden Mittwoch)
05.07.2018 SV Deutschland OV Pelkum	15 Uhr, Frauengruppe, Casino, Wielandstr.
11.07.2018 SK St. Marien, Hamm- Wiescherhöfen	14.30 Uhr, Heilige Messe, anschließend Treff bei Kaffee und Kuchen im Marienheim, Thema: Sommerträume
13.07.2018 Ev. Kirchengemeinde Pelkum / Altenhilfe	10 Uhr, Offenes Lesefrühstück für lesefreudige Menschen mit Croissant und Milchkaffee, Gemeindehaus Pelikanum, Kamener Str. 181, Kontakt: J. Spandöck, Tel. 40 13 00, Beitrag: 1 € (für Milchkaffee und Croissant), Sommerpause im August (weiterhin jeden 2. Freitag i. M.)
15.07.2018 Seniorenarbeit Friedenskirche, Weetfelder Str., Gemeindehaus	15 Uhr, Gemeinde-Café, Weetfelder Str. (weiterhin jeden 3. Sonntag im Monat)
18.07.2018 SV Deutschland OV Pelkum	9 Uhr, Frühstück, Casino Wielandstraße
19.07.2018 AWO OV Pelkum / Ev. Kirchen- gemeinde Pelkum / Altenhilfe	14 – 16 Uhr, Kreative Hände – Strick- und Häkelgruppe für Anfänger, Fortgeschrittene oder Profis, Gemeindehaus Pelikanum, Kamener Str. 181, Sommerpause im August (weiterhin jeden 3. Donnerstag i. M.)
02.08.2018 SV Deutschland OV Pelkum	15 Uhr, Frauengruppe, Casino, Wielandstr.
07.08.2018 AWO OV Pelkum / Haus Sundern / Altenhilfe	15 Uhr, Offene Kaffeetafel, Haus Sundern, Kamener Str. 142, Gebühr: 3 €, „Sprichwort-Geschichten rund um Haus und Hof“
08.08.2018 SK St. Marien, Hamm- Wiescherhöfen	14.30 Uhr, Messe, anschließend Treff bei Kaffee und Kuchen im Marienheim; Thema: Standgeschichten und Traumreisen
08.08.2018 Seniorenarbeit Friedenskirche	14.30 Uhr, „Witziger“ Nachmittag in den Ferien
15.08.2018 SV Deutschland OV Pelkum	9 Uhr, Frühstück, Casino Wielandstraße

04.09.2018

AWO OV Pelkum /
Haus Sundern / Altenhilfe

15 Uhr, Offene Kaffeetafel, Haus Sundern, Kamener Str. 142,
Gebühr: 3 €

06.09.2018

Ev. Kirchengemeinde
Pelkum / Altenhilfe

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

06.09.2018

SV Deutschland OV Pelkum

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

12.09.2018

Seniorenarbeit Friedenskirche

14.30 Uhr, Gedächtnistraining

12.09.2018

SK St. Marien, Hamm-
Wiescherhöfen, Marienheim

14.30 Uhr, Messe, anschließend Treff bei Kaffee und Kuchen im
Marienheim; Thema: Erntedankfest

12.09.2018

Spätlese Pelkum, Pelikanum

15 Uhr, Frau Pfarrerin Kalweit kommt zu uns

15.09.2018

SV Deutschland OV Pelkum

9 Uhr, Frühstück, Casino Wielandstraße

20.09.2018

Seniorenarbeit Friedenskirche,
Weetfelder Str., Gemeindehaus

10 Uhr, Erzählwerkstatt

26.09.2018

Seniorenarbeit Friedenskirche

9 Uhr, Frühstück

28.09.2018

Ev. Kirchengemeinde Pelkum /
Altenhilfe

9 Uhr, Frühstück für Jung und Alt, Gemeindehaus Pelikanum,
Kamener Str. 181

Hamm-Herringen

01.07.2018

Caritas Altenheim St. Josef

15.30 Uhr, Kultur am Sonntag: Frauenchor „de Wendel“

02.07.2018

AK „Ökumenisches Senioren-
frühstück Herringen“ / Altenhilfe

9 Uhr, Seniorenfrühstück, Cafeteria Altenheim St. Josef,
Buschkampstr. 4, Gebühr: 3 €

02.07.2018

Sozialverband Deutschland
OV Herringen

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

03.07.2018

AWO – OV Herringen

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

04.07.2018

Bezirksbücherei Herringen
Holzstraße 1 / Altenhilfe

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

04.07.2018

Bezirksbücherei Herringen
Holzstraße 1 / Altenhilfe

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

04.07.2018

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)

05.07.2018

Bezirksbücherei Herringen
Holzstraße 1 / Altenhilfe

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

05.07.2018

AWO – OV Herringen

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

11.07.2018

Caritas Altenheim St. Josef

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

19.07.2018

AWO / SV Deutschland –
OV Herringen / Altenhilfe

9 Uhr, Seniorenfrühstück, AWO-Tagessstätte Herringen,
Gebühr: 3 €

25.07.2018

Caritas Altenheim St. Josef

14.30 Uhr, Offenes Café, Cafeteria

28.07.2018

Caritas Altenheim St. Josef

14.30 Uhr, Klöncafé, Cafeteria
(weiterhin jeden letzten Samstag im Monat)

03.08.2018

Ev. Altenzentrum St. Victor

10 – 12 Uhr, Verkauf: „Schuhresedenz“ in der Begegnungsstätte vor
der Cafeteria

04.08.2018

Knappenverein „Einigkeit“
Herringen

15 Uhr, Sommerfest, Haus der Begegnung, Am Wiesenteich 1

06.08.2018

AK „Ökumenisches Senioren-
frühstück Herringen“ / Altenhilfe

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

12.08.2018

Caritas Altenheim St. Josef

15.30 Uhr, Kultur am Sonntag: Chor des Zentralverbandes der Sozial-
versicherten

16.08.2018

AWO / SV Deutschland –
OV Herringen / Altenhilfe

9 Uhr, Seniorenfrühstück, AWO-Tagessstätte Herringen,
Gebühr: 3 €

29.08.2018

Caritas Altenheim St. Josef

14.30 Uhr, Offenes Café, Cafeteria

03.09.2018

AK „Ökumenisches Seniorenfrühstück Herringen“ / Altenhilfe

9 Uhr, Seniorenfrühstück, Cafeteria Altenheim St. Josef, Buschkampstr. 4, Gebühr: 3 €

09.09.2018

Caritas Altenheim St. Josef

15.30 Uhr, Kultur am Sonntag: Mandolinenorchester Herringen

10.09.2018

Ev. Altenzentrum St. Victor

10 Uhr, Modemobil, 15 Uhr, Modenschau

12.09.2018

Caritaskonferenz Heilig Kreuz Herringen

15 Uhr, Wortgottesdienst zum Erntedank – Brotnachmittag im Altenheim St. Josef, Buschkampstr. 3-5

20.09.2018

AWO / SV Deutschland – OV Herringen / Altenhilfe

9 Uhr, Seniorenfrühstück, AWO-Tagesstätte Herringen, Gebühr: 3 €

30.09.2018

Caritas Altenheim St. Josef

14.30 Uhr, Erntedankgottesdienst (Hauskapelle), anschließend Kaffee trinken

Hamm-Westen

01.07.2018

Kirchengemeinde St. Laurentius

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

02.07.2018

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)

02.07.2018

Kirchengemeinde St. Laurentius

15 Uhr, Spielenachmittag, Josefshaus, Josefstr. 9 a (weiterhin jeden 1. Montag im Monat)

02.07.2018

Stadt Hamm / Altenhilfe

Ab 16 Uhr, Boule-Spiel für Jedermann, Durchgang an der Christuskirche, Lange Str. 74, Kontakt: Karin Berheide, Tel. 17-6734 (weiterhin jeweils montags)

04.07.2018

Kirchengemeinde St. Laurentius

Treffen des Seniorenkreises Lohausenholz (Einzelheiten werden im Pfarrblatt bekannt gegeben)

11.07.2018

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

17 Uhr, Strickpunkt /gemeinsames Handarbeiten in den Räumen von St. Vinzens-Vorsterhausen; Anmeldung nicht erforderlich

14.07.2018

Altenwohn- und Pflegeheim
St. Vinzenz-Vorsterhausen
Im Josefswinkel 2

15 Uhr, Fest im Vorsterhauser Sommer „Alte Liebe rostet nicht“ als
Gast: Freddy Pieper; im Garten des Hauses

15.07.2018

Freundeskreis Pro Apostel-
zentr. e. V., Dortmunder Str. 63

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

20.07.2018

Männertreff Hamm-Westen

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

08.08.2018

Kirchengemeinde St. Laurentius

Treffen des Seniorenkreises Lohausenholz
(Einzelheiten werden im Pfarrblatt bekannt gegeben)

17.08.2018

Männertreff Hamm-Westen

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

22.08.2018

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

9 Uhr, Ü 60-Frühstück, Kosten: 4,50 €, Ansprechpartnerin: Frau
Spielhoff (mit Anmeldung unter Tel.: 02381/942440)

02.09.2018

Kirchengemeinde St. Laurentius

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

05.09.2018

Kirchengemeinde St. Laurentius

Treffen des Seniorenkreises Lohausenholz
(Einzelheiten werden im Pfarrblatt bekannt gegeben)

12.09.2018

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

17 Uhr, Strickpunkt /gemeinsames Handarbeiten in den Räumen von
St. Vinzens-Vorsterhausen; Anmeldung nicht erforderlich

13.09.2018

Stadt Hamm / Alzheimer
Gesellschaft Hamm e. V.
Alter Uentroper Weg 24

15 – 18 Uhr, Kurs pflegende Angehörige und Interessierte für
Türkische Angehörige, 5 Nachmittage jeweils donnerstags,
Anmeldung: Tel.: 02381/8768859

21.09.2018

Männertreff Hamm-Westen

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

26.09.2018

Altenwohn- und Pflegeheim
St. Vinzenz-Vorsterhausen
Im Josefswinkel 2

15 Uhr, Seniorencafé, Kosten für Kaffee und Kuchen 2,50 €

Hamm-Norden

03.07.2018

AG „Seniorenarbeit im Hammer Norden“

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

04.07.2018

AG „Seniorenarbeit im Hammer Norden“

9.30 Uhr, Tanz für Senioren, Pfarrheim Herz-Jesu, Leitung: Ingrid Becker, Tel.: 3 70 86 44 (weiterhin jeden Mittwoch)

04.07.2018

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-)

06.07.2018

Wolfgang-Glaubitz-Seniorenzentrum, Westberger Weg 44

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

09.07.2018

Wolfgang-Glaubitz-Seniorenzentrum, Westberger Weg 44

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

10.07.2018

VdK OV Hamm Norden

14.30 Uhr, Grillen, Pfarrheim Herz-Jesu, Karlsplatz

12.07.2018

AG „Seniorenarbeit im Hammer Norden“

9 Uhr, Seniorenfrühstück, Pfarrheim Herz-Jesu, Karlsplatz,
Kontakt: U. Tornscheidt, Stadt Hamm, Tel.: 17-67 33, Beitrag: 3 €

12.07.2018

AG „Seniorenarbeit im Hammer Norden“ - Junge Senioren -

16 Uhr, Radwanderung, Treffpunkt: Tondernplatz,
Kontakt: Josefa Schrader, Tel.: 6 55 38

16.07.2018

Wolfgang-Glaubitz-Seniorenzentrum, Westberger Weg 44

15.30 Uhr, Wir spielen Bingo, Café

18.07.2018

VdK OV Hamm Norden

14-30 – 17.30 Uhr, Santa Monika, Pfarrheim Herz-Jesu, Karlsplatz

29.07.2018

Wolfgang-Glaubitz-Seniorenzentrum, Westberger Weg 44

9.30 Uhr, Offenes Seniorenfrühstück im Café
Information und Anmeldung unter 0 23 81/39 30

06.08.2018

Wolfgang-Glaubitz-Seniorenzentrum, Westberger Weg 44

15.30 Uhr, Wir spielen Bingo, Café
(weiterer Termin: 20.08.)

09.08.2018

AG „Seniorenarbeit im Hammer Norden“

13.30 Uhr, Fahrt ins Blaue (Frühstücksrunde) ab Hüttenweg
Kontakt.: U. Tornscheidt, Stadt Hamm, Tel.: 17-67 33

09.08.2018

AG „Seniorenarbeit im Hammer Norden“ - Junge Senioren -

16 Uhr, Radwanderung, Treffpunkt: Tondernplatz,
Kontakt: Josefa Schrader, Tel.: 6 55 38

22.08.2018

ARG Maria-Königin

15 Uhr, Wir tauschen Urlaubserlebnisse aus,
Mehr-Generationen-Haus, Culmer Weg

26.08.2018

Wolfgang-Glaubitz-Senioren-
zentrum, Westberger Weg 44

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

01.09.2018

Wolfgang-Glaubitz-Senioren-
zentrum, Westberger Weg 44

15 Uhr, Sommerfest – Spiel, Spaß, Kulinarisches und viel Musik,
Aula uns Schulhof der Karlschule, Westberger Weg, gegenüber
dem Seniorenzentrum

11.09.2018

VdK OV Hamm Norden
Pfarrheim Herz-Jesu, Karlsplatz

14.30 Uhr, Info /Klönen

12.09.2018

ARG Maria-Königin

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

13.09.2018

AG „Seniorenarbeit im Hammer
Norden“ - Junge Senioren -

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

13.09.2018

AG „Seniorenarbeit im
Hammer Norden“

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

17.09.2018

W.-Glaubitz-Seniorenzentrum

15.30 Uhr, Wir spielen Bingo, Café

19.09.2018

W.-Glaubitz-Seniorenzentrum

14 – 17 Uhr, Präsentation der aktuellen Herbstmode, Café

26.09.2018

ARG Maria-Königin

15 Uhr, Lieder und Gedichte zum Herbst
Mehr-Generationen-Haus, Culmer Weg

26.09.2018

W.-Glaubitz-Seniorenzentrum

15 Uhr, Herbstfest mi Musik im Café

30.09.2018

Wolfgang-Glaubitz-Senioren-
zentrum, Westberger Weg 44

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

Hamm-Bockum-Hövel

03.07.2018

AG Älterwerden in
Bockum-Hövel

10 Uhr, Boulen am Hallohpark

04.07.2018

Stadt Hamm / Altenhilfe

10.00 – 11.30 Uhr, Seniorenberatung, Gesprächspartnerin:
Karin Berheide, Haus der Begegnung, Friedrich-Ebert-Str. 23-25
(weiterhin jeden Mittwoch)

04.07.2018

Begegnungsstätte Haus der
Begegnung, Friedrich-Ebert-Str.

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

04.07.2018

Stadt Hamm / Altenhilfe

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

05.07.2018

Ludgeri-Forum e. V. / Altenhilfe

9 Uhr, Offenes Seniorenfrühstück, Treffpunkt: Ludgeri-Stift Hövel,
Beitrag: 3,50 €

05.07.2018

AG Älterwerden in
Bockum-Hövel

9.30 – 11.30 Uhr, Quartierssprechstunde, Haus der Begegnung

05.07.2018

Ludgeri-Tagespflege
Schultenstraße 12 a

Kostenlose Schnuppertage: Ein Tag für mich,
Kontakt: Maike Hirschberg, Tel. 490-2600
(weiterhin: 26.07., 02.08., 30.08., 06.09., 27.09.)

05.07.2018

Spaziertreff

15 Uhr, Spaziertreff, K+K-Markt, Oswaldstr. 32,
Kontakt: P. Schleicher-Marschner, Tel. 023 81 -944006
(weiterhin jeden Donnerstag)

06.07.2018

Stadt Hamm / Altenhilfe

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

06.07.2018

Stadt Hamm / Altenhilfe

10 Uhr, Kostenlose Notebook-Internet-Sprechstunde des Amtes für
Soziale Integration/Altenhilfe, Haus der Begegnung, Kontakt: K.
Berheide (weiterhin wöchentlich freitags, nicht in den Sommerferien)

06.07.2018

Ludgeristift Bockum,
Südgeist 1 a

15 Uhr, Sommerfest unter dem Motto: Wiener Melange im Garten,
„Im weißen Röß'l am Wolfgangsee“, eine musikalische Reise nach
Österreich

07.07.2018

Tagespflege St. Elisabeth
Hohenhöveler Straße 11

9 Uhr, Seniorenfrühstück, Voranmeldung bis jeweils Freitag 12 Uhr
vor dem Termin in der Tagespflege, Tel.: 8760932

09.07.2018

Ludgeri-Haus der Pflege
Marinestr. 42

9 – 18 Uhr, Patienten-Frage-Stunde: Mehr Geld für Pflegebedürftige,
Kontakt: Tanja Schatz, Tel. 484348

09.07.2018

Stadt Hamm / Altenhilfe

10 Uhr, „Literatur um 10“, Haus der Begegnung, Kontakt:
K. Berheide, Tel.: 17-6734 (weiterhin jeden 2. Montag im Monat)

11.07.2018

VdK - OV Bockum-Hövel

15 Uhr, Infonachmittag, Haus der Begegnung, Friedrich-Ebert-Str. 25
(weiterhin jeden 2. Mittwoch im Monat)

15.07.2018

AG Älterwerden in
Bockum-Hövel

12 – 14 Uhr, Sonntagessen, Haus der Begegnung, Beitrag: 5 € +
Getränke, Anmeldung unter Tel. 02381-944006

16.07.2018

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

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

19.07.2018

Kirchengem. St. Stephanus /
Christus-König / Altenhilfe

9 Uhr, Seniorenfrühstück (Jubiläumsfeier), Beitrag: 3,50 €, Pfarrheim
St. Stephanus, Stephanusplatz 3, Kontakt: K. Berheide. Tel.: 17-6734

22.07.2018

Ludgeristift, Hövel
Ermelinghofstr. 18

16 Uhr, Sommerkonzert mit dem Chor „Melodie“ im Garten oder im
Treffpunkt

02.08.2018

Ludgeri-Forum e. V. / Altenhilfe

9 Uhr, Offenes Seniorenfrühstück, Treffpunkt: Ludgeri-Stift Hövel,
Beitrag: 3,50 €

04.08.2018

Tagespflege St. Elisabeth
Hohenhöveler Straße 11

9 Uhr, Seniorenfrühstück, Voranmeldung bis jeweils Freitag 12 Uhr
vor dem Termin in der Tagespflege, Tel.: 8760932

16.08.2018

Kirchengem. St. Stephanus /
Christus-König / Altenhilfe

9 Uhr, Seniorenfrühstück, Beitrag: 3,50 €, Pfarrheim Christus-König,
Eichstedtstr. 44, Kontakt: Karin Berheide. Tel.: 17-6734

31.08.2018

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

15 Uhr, Sommerfest unter dem Motto: Wiener Melange im Garten,
„Im weißen Röß'l am Wolfgangsee“, eine musikalische Reise nach
Österreich

06.09.2018

Ludgeri-Forum e. V. /
Altenhilfe

9 Uhr, Offenes Seniorenfrühstück, Treffpunkt: Ludgeri-Stift Hövel,
Beitrag: 3,50 €

08.09.2018

Tagespflege St. Elisabeth
Hohenhöveler Straße 11

9 Uhr, Seniorenfrühstück, Voranmeldung bis jeweils Freitag 12 Uhr
vor dem Termin in der Tagespflege, Tel.: 8760932

10.09.2018

Ludgeri-Haus der Pflege
Marinestr. 42

9 – 18 Uhr, Patienten-Frage-Stunde: Gibt es Verbesserungen für
pflegende Angehörige, Kontakt: Tanja Schatz, Tel. 484348

10.09.2018

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

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

17.09.2018

Ludgeristift Bockum,
Südgeist 1 a

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

19.09.2018

AG Älterwerden in
Bockum-Hövel

12 Uhr, saisonales Eintopfessen, Haus der Begegnung (Jugendliche
der Caritaswerkstatt kochen für Senioren aus dem Marktquartier),
Beitrag: 5,50 € + Getränke

19.09.2018

Ludgeri-Forum e. V. Tagespflege
Ludgeri, Schultenstraße 12 a

18.30 Uhr, Gesprächskreis für pflegende Angehörige, Kontakt:
Maike Hirschberg, Tel. 490-2600

20.09.2018

Kirchengem. St. Stephanus /
Christus-König / Altenhilfe

9 Uhr, Seniorenfrühstück, Beitrag: 3,50 €, Pfarrheim St. Stephanus,
Stephanusplatz 3, Kontakt: Karin Berheide. Tel.: 17-6734

24.09.2018

Ludgeristift, Hövel
Ermelinghofstr. 18

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

25.09.2018

Ludgeri-Tagespflege
Schultenstraße 12 a

18 Uhr, Betreuungsrecht und Vorsorgevollmacht, Referentin:
Frau Ripsam, Kontakt: Maike Hirschberg, Tel. 490-2600

Hamm-Heessen

02.07.2018

Junge Senioren St. Josef

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

02.07.2019

AG Stadtteilarbeit

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

03.07.2018

AG Älterwerden in Dasbeck
Stadtteilarbeit

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

03.07.2018

AG Älterwerden in Dasbeck
Stadtteilarbeit

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

03.07.2018

AG Älterwerden in Dasbeck
Stadtteilarbeit

14.30 Uhr, Gesundheitskaffeeklatsch: Vergesslichkeit und was kann
man dagegen tun? – N. Nickel, Caritasverband, gibt Empfehlungen,
Pfarrheim St. Marien, Hircensort, Kontakt: P. Schleicher-Marschner,
Tel. 02381-944006

03.07.2018

Seniorenheim St. Stephanus

15 Uhr, Bunter Nachmittag mit dem ev. Männerverein im Wintergarten

03.07.2018

VdK - OV Heessen

15 Uhr, VDK-Treff im Brokhof

04.07.2018

AG Älterwerden in Dasbeck
Stadtteilarbeit

9.30 Uhr, Sitztanzangebot mit U. Prutz, Pfarrheim St. Marien,
Hircensort 9, Kontakt: P. Schleicher-Marschner, Tel. 02381-944006
(weiterhin jeden Mittwoch)

04.07.2018

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-)

05.07.2018

Seniorenheim St. Stephanus

15.30 Uhr, Meditation mit Frau Preisung im Wohnzimmer

08.07.2018

AG Älterwerden in Dasbeck
Stadtteilarbeit

10 – 13 Uhr, Sonntags-Brunch am Bockelweg mit Livemusik, Motto: Der Bockelweg is(s)t zusammen – Jeder bringt etwas mit, gestaltet seinen Tisch, Nachbarn treffen und kennenlernen, Mit(einander) teilen – Anmeldungen bis 03.07. unter Stadtteilbüro, P. Schleicher-Marschner, Tel. 02381 -944006

08.07.2018

Seniorenheim St. Stephanus

14 Uhr, Sonntagscafé (weiterhin 14täglich)

09.07.2018

Ev. und kath. Kirchengem. /
Altenhilfe

9 Uhr, Offenes Seniorenfrühstück, Vereinshaus Kleingartenverein Heessen-Gartenstadt, Veistr., Beitrag: 2,50 €

09.07.2018

ZwAR-Basisgruppe 2

15 Uhr, Treffen, Brokhof (weiterhin jeden 2. Dienstag im Monat)

09.07.2018

Sen.- und Demenz-Tagesbe-
treuung FREIRAUM, Hülseistr. 37

18 Uhr, TrAPeDz-Treffen für Angehörige von Personen mit Demenz, Anmeldung und Info: E. Bieker, Tel.: 02381/36497

10.07.2018

Caritas St. Josef

9 Uhr, Seniorenfrühstück, Pfarrheim St. Marien

10.07.2018

VdK - OV Heessen

14 Uhr, Fit mit dem Rad

10.07.2018

AG Älterwerden in Dasbeck
Stadtteilarbeit

15.30, Tante Inge strickt, Caritas Tagespflege St. Rochus, Bockelweg 13, Kontakt: P. Schleicher-Marschner, Tel. 02381 -944006 (weiterhin jeden 2. Dienstag)

11.07.2018

Seniorenheim St. Stephanus

9 Uhr, Offenes Seniorenfrühstück der Papst-Johannes-Gemeinde im großen Gruppenraum (weiterhin jeden 2. Mittwoch im Monat)

14.07.2018

Seniorenheim St. Stephanus

10 Uhr, Fröhschoppen am Kamin

18.07.2018

Familienzentrum St. Theresia /
Altenhilfe

9 Uhr, Offenes Seniorenfrühstück, Beitrag: 2,50 €, Pfarrheim St. Theresia, An der Theresienkirche 6

18.07.2018

Seniorenheim St. Stephanus

15.30 Uhr, Musikalisch-literarischer Nachmittag mit Guntram John im Wintergarten

24.07.2018 Seniorenheim St. Stephanus	16 Uhr, Grillen im Sitzrondell hinterm Haus
28.07.2018 Seniorenheim St. Stephanus	15 Uhr, Platzkonzert vor dem Haus mit dem Handwerkerschützenverein 1910 US Hamm-Heessen
31.07.2018 Junge Senioren St. Josef	Wandern (weiterhin jeden letzten Dienstag im Monat)
01.08.2018 ARG St. Marien Pfarrheim St. Marien, Sulkshege	15 Uhr, Seniorennachmittag (weiterhin alle 2 Monate jeweils am 1. Mittwoch im Monat)
02.08.2018 Seniorenheim St. Stephanus	15.30 Uhr, Meditation mit Frau Preising im Wohnzimmer
05. – 12.08.2018 VdK - OV Heessen	Mehrtagefahrt
07.08.2018 Caritas St. Josef	9 Uhr, Seniorenfrühstück, Pfarrheim St. Marien
11.08.2018 Seniorenheim St. Stephanus	10 – 13 Uhr, Bewohnerolympiade rund ums Haus
12.08.2018 SV Deutschland OV Heessen	Tagesfahrt zu Meier's Deele am Dümmer See, Auskunft bei Preuk, Tel.: 02381/64906
13.08.2018 Sen.- und Demenz-Tagesbetreuung FREIRAUM, Hülseistr. 37	18 Uhr, Schlaue Stunde – Vortrag zum Thema: Meine Rechte rund um Krankheit und Pflege – 5 Jahre Patientenrechtegesetz, Anmeldung und Info: E. Bieker, Tel.: 02381/36497
14.08.2018 VdK - OV Heessen	14 Uhr, Fit mit dem Rad
15.08.2018 Seniorenheim St. Stephanus	15.30 Uhr, Musikalisch-literarischer Nachmittag mit Guntram John im Wintergarten
25.08.2018 AG Älterwerden in Dasbeck Stadtteilarbeit	10 Uhr, Stadtteilfrühstück am Samstag für Jung und Alt, Bockelweg 13 (Räumlichkeiten der Tagespflege St. Rochus)
25.08.2018 Seniorenheim St. Stephanus	10 Uhr, Frühschoppen am Kamin (weiterhin: 01.09.)
28.08.2018 Seniorenheim St. Stephanus	16 Uhr, Grillen im Sitzrondell hinterm Haus
04.09.2018 Caritas St. Josef	9 Uhr, Seniorenfrühstück, Pfarrheim St. Marien

04.09.2018 Seniorenheim St. Stephanus	15 Uhr, Bunter Nachmittag mit dem ev. Männerverein im Wintergarten
04.09.2018 VdK - OV Heessen	15 Uhr, VDK-Treff im Brokhof
06.09.2018 Seniorenheim St. Stephanus	15.30 Uhr, Meditation mit Frau Preising im Wohnzimmer
10.09.2018 Ev. und kath. Kirchengemeinde Altenhilfe	9 Uhr, Offenes Seniorenfrühstück, Vereinshaus Kleingartenverein Heessen-Gartenstadt, Veistr., Beitrag: 2,50 €
10.09.2018 Sen.- und Demenz-Tagesbe- treuung FREIRAUM, Hülseistr. 37	18 Uhr, Schlaue Stunde – Vortrag zum Thema: Vergesslichkeit – was kann ich dagegen tun?, Anmeldung und Info: E. Bieker, Tel.: 02381/36497
11.09.2018 VdK - OV Heessen	14 Uhr, Fit mit dem Rad
13.09.2018 Seniorenheim St. Stephanus	15.30 Uhr, Musikalisch-literarischer Nachmittag mit Guntram John im Wintergarten
15.09.2018 Seniorenheim St. Stephanus	10 – 13 Uhr, Herbstfest rund ums Haus
18.09.2018 AG Älterwerden in Dasbeck Stadtteilarbeit	14.30 Uhr, Gesundheitskaffeeklatsch: Gesunde Ernährung im Alter mit Frau Zurek-Dudek, Pfarrheim St. Marien, Hirsensort, Kontakt: P. Schleicher-Marschner, Tel. 02381-944006
18.09.2018 Seniorenheim St. Stephanus	15.30 Uhr, Geschichte und Geschichten mit Frau Szymanek im Wohnzimmer
19.09.2018 Familienzentrum St. Theresia / Altenhilfe	9 Uhr, Offenes Seniorenfrühstück, Beitrag: 2,50 €, Pfarrheim St. Theresia, An der Theresienkirche 6
19.09.2018 Seniorenheim St. Stephanus	16 Uhr, Ehrenamtlichenführung durch Heessen mit anschl. Grillen im Wintergarten
21.09.2018 VdK - OV Heessen	15 Uhr, Grillen im Brokhof
22.09.2018 Seniorenheim St. Stephanus	15.30 Uhr Tanztee im Wintergarten
25.09.2018 Seniorenheim St. Stephanus	16 Uhr, Grillen im Sitzrondell hinterm Haus
27.09.2018 Seniorenheim St. Stephanus	15 Uhr, Kartoffelfest und Ausmessen der Kürbisse im Bewohnergarten



- 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

Angst vorm Renovieren?!

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



Tel: 0 23 81 / 46 25 18

www.malerwerkstatthainisch.de

- räumen wir Ihre Möbel um
- stellen wir Verbindungen zu anderen Handwerkern her
- und vieles mehr. Sprechen Sie uns an!

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?

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

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

60plus Abo - das Ticket für alle ab 60

Bus & Bahn
zum kleinen Preis

nur drei Monate Mindestlaufzeit!

Infos unter www.stadtwerke-hamm.de

Foto: NWL

www.westfalentarif.de



WESTFALENTARIF



**STADTWERKE
HAMM GmbH**