

Erstes Ehrenamtsfest der
Stadt Hamm
Seite 6/7

Stadtteilkonferenz zum
Thema Demenz
Seite 11

Neue Theatersaison
2012/2013
Seite 14/15

Der Kreisel - Ein
Theaterstück zum
Thema Demenz
Seite 19

Einladung zum
„Treffpunkt Bibliothek“
Seite 24



Das Fenster

Zeitschrift für ältere
Bürgerinnen und Bürger

Ausgabe 04/2012



Pflegezentrum Hamm-Pelkum

Die renditestarke Kapitalanlage



- „Sorglos-Immobilie“ mit 20-jährigem indexierten Betreiber-Mietvertrag
- Eigenes Grundbuchblatt auf Ihren Namen
- Mietertrag p.A. 5.482,60 € = 5,4% Verzinsung (anfängliche Miete bezogen auf den Kaufpreis)
- Mietertrag auch bei vorübergehendem Leerstand des Appartements
- Idealer Baustein Ihrer Altersvorsorge mit zusätzlichem Vorbelegungsrecht für Sie und Angehörige in diesem oder anderen Häusern des Betreibers
- Provisionsfreier Erwerb für Käufer von Einzelappartements zum Preis von 101.530,- €

Informieren Sie sich bei uns über diese interessante Geldanlage!

Volksbank Hamm eG – Haus der Immobilie
Bismarckstr. 7-15 · 59065 Hamm · Tel. 02381 106 -321



Liebe Leserinnen, liebe Leser,

das war ein wirklich tolles Bild, das sich den Gästen des 1. Hammer Ehrenamtsfestes im Kurpark bot! Umrahmt von herrlichem Sommerwetter waren über 350 Ehrenamtliche, die sich in allen gesellschaftlichen Bereichen in unserer Stadt engagieren, der Einladung gefolgt. Stellvertretend für die unzähligen Kinder, Jugendlichen, Frauen und Männer, die sich unentgeltlich und unermüdlich für andere einsetzen, bedankte sich unser Oberbürgermeister Thomas Hunsteger - Petermann persönlich bei jedem Einzelnen für dieses so wichtige Engagement. Ehrenamtlich, freiwillig etwas für andere zu tun, sich für eine bestimmte Aufgabe oder ein Projekt zu engagieren, ist Ausdruck gelebter Solidarität, ohne die unser Gemeinwesen an keiner Stelle funktionieren würde. Schön, dass dieses Fest, das das ehrenamtliche Engagement in den Mittelpunkt stellt, auch in den kommenden Jahren stattfinden soll.

Seit vielen, vielen Jahren engagieren sich auch Menschen ehrenamtlich im Redaktions- und Versandteam unserer Seniorenzeitschrift, schreiben Berichte, stellen die Terminübersicht zusammen, fotografieren und sorgen dafür, dass „Das Fenster“ viermal pro Jahr kostenlos zu Ihnen nach Hause kommt. Allen gilt heute unser herzlicher Dank!

Die Mitarbeit und Mithilfe in unserem Team bringt Spaß und Freude, ist mitunter durchaus auch anstrengend, aber das Ergebnis und die vielen positiven Rückmeldungen zu unserer Zeitschrift belohnen für manche Mühen. Wenn auch Sie Lust und Zeit haben, in unserem Redaktionsteam mitzumachen, dann melden Sie sich ganz unverbindlich bei uns. Wir freuen uns stets über „Nachwuchs“!

Wie bunt und facettenreich das Älterwerden ist, zeigen die vielen unterschiedlichen Themen, die wir in dieser

Ausgabe wieder aufgegriffen haben. So feierte gleich in drei Stadtteilen das „Offene Seniorenfrühstück“ einen besonderen „Geburtstag“, das Kulturbüro gibt einen Ausblick auf die neue Theatersaison und nach zweijähriger Pause konnte auch der traditionelle Flugtag für Seniorinnen und Senioren über 75 wieder stattfinden.

Verstärkung hat das Team der Altenhilfe bekommen. Herzlich Willkommen Martina Foschepoth, die seit Juli in diesem Aufgabenbereich tätig ist und sich von Anfang an sehr engagiert in das Team eingebracht hat. Frau Foschepoth stellt sich Ihnen, liebe Leserinnen und Leser, in dieser Ausgabe kurz vor.

Ihnen allen wünschen wir einen schönen und bunten Herbst.

Viel Spaß bei Lektüre und Terminauswahl.

■ Die Redaktion

Impressum

Herausgeber:

Stadt Hamm,
Der Oberbürgermeister
Amt für Soziale Integration
ELA-Druck GmbH,
59067 Hamm
Auflage: 6.500

Im Oktober 2012
Ausgabe 4/2012

Redaktionsmitglieder:

W. Boesen, U. Halbe,
J. Halbe, A. Isenberg-
Pfütztenreuter

Titelbild

Thorsten Hübner

Anzeigen:

Verkehrsverein Hamm e. V.
N. Pake, Tel.: 02381/37722
pake@hamm-magazin.de

Bei Rückfragen stehen wir Ihnen gerne zur Verfügung

Stadt Hamm
Amt für Soziale Integration
Sachsenweg 6, 59073 Hamm

Herr Andreas Pieper

Frau Petra Rasche

Tel.: 0 23 81 / 17 - 67 61

0 23 81 / 17 - 67 31

Fax: 0 23 81 / 17 - 67 30

E-Mail:

pieper@stadt.hamm.de

raschep@stadt.hamm.de

Weitere Infos: www.hamm.de

Inhalt

Zehnter Kalender der Erinnerung	5
Erstes Ehrenamtsfest der Stadt Hamm	6-7
Vorlesungsverzeichnis „Studium im Alter“	8
Sparkassen-Seniorenkino	9
Deutsch / türkische Seniorengruppe auf Fahrt zum Möhnesee	10
Stadtteilkonferenz zum Thema Demenz	11
Jubiläen und Feste	12
„Mur is Doll“	13
Der ADAC bietet FahrFitnessCheck für ältere Autofahrer an	13
Neue Theatersaison 2012/2013	14/15
Ginkgo - Kraftstoff für die grauen Zellen	16/17
„Entartete Kunst“	18
Der Kreisel - Ein Theaterstück zum Thema Demenz	19
Diskussion mit Dr. Precht: „Das Soziale Pflichtjahr für Jung und Alt“	20
Hamm aus einer anderen Perspektive erleben	21
Weihnachten und Silvester stressfrei in den Urlaub mit der Caritas	22
Das Team der Altenhilfe hat Verstärkung	23
Mitglieder des Seniorenbeirates	23
Einladung zum „Treffpunkt Bibliothek“	24
Logopädisches Angebot für Menschen im frühen Stadium einer demenziellen Erkrankung	25
KABELLOS, die Musikgruppe, die keinen Strom braucht !	25
Alles fest unter Verschluss!	26/27
BAGSO Presse-Mitteilung 13/2012	28/29
Termine / Veranstaltungshinweise	ab 31



Zehnter Kalender der Erinnerung

Seit vielen Jahren besteht die „Nordener Schaufel“, der Geschichtskreis der Arbeitsgemeinschaft „Offene Altenarbeit in Hamm Norden“.

Manche interessante Ereignisse konnten in dieser Zeit in den Kalendern aus der Vergangenheit zusammengetragen werden.

So waren die Mitglieder der „Schaufel“ schon den „Alten Nordener Gewerben auf der Spur“ und „schaufelten“ unter anderem nach den „Straßen der Nordenfeldmark“, dem „Brauchtum in der Nordenfeldmark“, dem „Haushalt Anno Dazumal“ und der „Jugend der Nordenfeldmark zwischen 1939 und 1949“.

Im zehnten und letzten Kalender geht es für das Jahr 2013 um das Thema „Kunsthandwerk und Freizeitbeschäftigung in der Nordenfeldmark“. Anschaulich wird über das Malen, das Nähen, das Batiken, das Färben, den Scherenschnitt, das Sticken, das Einmachen, das Vogelkäfigbauen, das Insektenhotel, das Stricken und den Holzschnitt berichtet. Wie immer ging es beim Zusammenstellen des Kalenders während der monatlichen Treffen sehr lebhaft zu. Mit Bedauern war man sich darüber einig, dass die meisten

Freizeitbeschäftigungen in früheren Zeiten, als es noch keinen Fernseher gab, mehr gepflegt wurden, als heute.

Erhältlich ist der Kalender für 5,50 € bei der Volksbank e.G. am Bockumer Weg, beim Amt für Soziale Integration Tel.: 02381/17-6733 und bei Elisabeth Hülsmann, Telefon 02381/81341.

Viele haben sämtliche Kalender aus den verschiedenen Jahren gesammelt. Mit jedem Exemplar wurde auch ein guter Zweck erfüllt. Denn der jeweilige Erlös ging an die Elisabeth-Hülsmann Stiftung, die sich dadurch zur Zeit mit ca. 20,000,00 € im Jahr um bedürftige Menschen in Hamm und Umgebung kümmern kann.

Elisabeth Hülsmann dankt allen, die bei der Erstellung des Kalenders mitgewirkt haben, vor allem der Ham-



mer Gemeinnützige Baugesellschaft (HGB), die auch diesen Kalender sponserte.

Wer außerdem in Not geratenen Menschen helfen möchte, kann auf das neu eingerichtete Stiftungskonto bei der Sparkasse Hamm, Konto Nr. 4073680, BLZ 410 500 95 eine kleine Zustiftung überweisen.

- Elisabeth Hülsmann
- Ulrike Tornscheidt

Der-Treppenlift
GMBH

Markenqualität ab 3.100 €

Größte Auswahl gebrauchter Treppenlifte in Deutschland!

02383-936 98 93
Poststr. 24 B, 59199 Bönen
www.der-treppenlift.de

Erstes Ehrenamtsfest der Stadt Hamm: „Erwartungen wurden übertroffen“



Das erste Ehrenamtsfest der Stadt Hamm am 08. September war ein voller Erfolg: Mehr als 350 Ehrenamtliche verwandelten den Garten des Kurhauses in eine riesige Kaffee-Tafel.

„An diesem Nachmittag haben wir dem Ehrenamt sprichwörtlich den roten



Teppich ausgerollt. Wir wollten die ganzen Facetten des Engagements zeigen und jedem Einzelnen ein herzliches Dankeschön sagen“, betonte Oberbürgermeister Thomas Hunsteger-Petermann.

Im Vorfeld des Ehrenamtsfestes waren alle Bürgerinnen und Bürger der Stadt Hamm aufgerufen, Menschen vorzuschlagen, denen für ihr soziales Engagement ein besonderer Dank gebührt.

Weit mehr als 500 Vorschläge sind bei der Stadt eingegangen – rund 350 Ehrenamtliche sind der Einladung in den Garten des Kurhauses gefolgt.

Sehr zur Freude des Oberbürgermeisters: „Dieses Fest ist der Versuch, das Ehrenamt in einer angemessenen Form zu würdigen. Uns ist bewusst, dass ein Nachmittag bei weitem nicht das aufwiegen kann, was die Ehrenamtlichen für uns und die Menschen in unserer Stadt leisten: Vielmehr geht es uns bei dieser Veranstaltung darum, das Ehrenamt in den Mittelpunkt zu stellen - und damit natürlich auch die Menschen, die sich für unsere Gemeinschaft in ganz unterschiedlicher Form engagieren“, unterstrich der

Oberbürgermeister: „Deswegen war es mir wichtig, jedem Gast des heutigen Festes persönlich zu danken.“

Bei sommerlichen Temperaturen sorgte das bunte Rahmenprogramm für beste Unterhaltung bei den ehrenamtlichen Protagonisten: Das Streichquartett „Blue



Velvet“, Doris und Hans Adler mit Loriots Sketch „Szenen einer Ehe“ sowie der Projektchor Hamm-Kalisz gestalteten die rund vierstündige Veranstaltung äußerst kurzweilig.

Stellvertretend für alle „Engel der Nachbarschaft“ wurden Luise Erdelkamp und Mose Thetika geehrt - sie standen



auch stellvertretend für die unterschiedlichen Generationen von Ehrenamt.

Luise Erdelkamp ist mit ihren

95 Jahren auch im hohen Lebensalter äußerst aktiv: Sie hat nicht nur ein Ehrenamt inne, sondern gleich mehrere - unter anderen ist sie Bezirksfrau der Evangelischen Frauenhilfe in Pelkum und eine wichtige Stütze beim Offenen Seniorenfrühstück.

Mose Thetika engagiert sich mit 13 Jahren in einem für sein Alter ungewöhnlichen Bereich: im Bereich der demenziellen Erkrankungen.

Er ist nicht nur eine wichtige Hilfe für den Verein „Alzheimer Ethik e.V.“ sondern auch für die neu gegründete

Selbsthilfegruppe „trotz-demez“.

„Es war eine rundum gelungene Premiere. Ich denke, dass wir mit dieser Form der Würdigung absolut auf dem richtigen Weg sind“, erklärte der Oberbürgermeister in seinem Fazit.

„Ich freue mich schon auf die Neuauflage im kommenden Jahr: Schließlich haben es in unserer Stadt noch etliche tausend Ehrenamtliche verdient, dass wir ihnen den roten Teppich ausrollen.“

■ Fotos: Thorsten Hübner



Vorlesungsverzeichnis „Studium im Alter“ auch in Hamm erhältlich

Neue Studiengruppe „Bürgerschaftliches Engagement“



Das neue Vorlesungsverzeichnis des „Studium im Alter“ für das Wintersemester 2012/13 an der Uni Münster ist erschienen. Ab sofort ist das über 150 Seiten starke Verzeichnis, das alle wichtigen Informationen über ein „Studium im Alter“ enthält, kostenfrei in der Buchhandlung Akzente erhältlich.

„Mit diesem Angebot reagieren wir darauf, dass über die Hälfte unserer 2000 Studierenden nicht aus Münster selbst, sondern aus den umliegenden Regionen kommt.“, so die Geschäftsführerin der Kontaktstelle Studium im Alter, Dr. Mechthild Kaiser. Unabhängig von ihrem Schulabschluss steht dieses Weiterbildungsangebot der Uni Münster allen Interessierten offen. Erforderlich ist lediglich eine Einschreibung als Gasthörer an der Universität Münster und

die Zahlung der Gasthörergebühren von 100 Euro im Semester.

Eine weitere Vernetzung von Uni und Region stellt das Zertifikatsstudium „Bürgerschaftliches Engagement in Wissenschaft und Praxis“ dar, für das man sich ab sofort anmelden kann. Das besondere dieses Angebots, das zum Wintersemester beginnt: Als Teil ihres Studiums engagieren sich die Teilnehmer in den verschiedensten Bereichen ehrenamtlich bei sich zu Hause in Hamm, während sie an der Uni in Münster Wissen und Fähigkeiten für ihr bürgerschaftliches Engagement vertiefen und über ihre

Arbeit gemeinsam in einer Studiengruppe reflektieren können. Das Studium dauert vier Semester und richtet sich sowohl an Personen, die bereits bürgerschaftlich engagiert sind, als auch an solche, die noch nach einem Ehrenamt suchen.

Informationen und Anmeldemöglichkeiten für das (Zertifikats)studium gibt es ab sofort bei der Kontaktstelle Studium im Alter,
Bispinghof 9-14,
Münster
mail: studia@uni-muenster.de
Tel: 02 51 - 832 13 09.

■ Bildquelle:
Lupo/pixelio.de



Hamm:

Pflegeberatung des Sozialamtes

trägerunabhängige Informationen,
Unterstützung, Förderung, Angebote,
Kosten und rechtliche Fragen

Öffnungszeiten:
Mo - Fr 08.30 – 12.00 Uhr
und Mi 14.00 – 15.30 Uhr

Ihre Ansprechpartner/in:
Herr Stefan, Frau VertgeWall
Tel.: 0 23 81 / 17- 66 16 oder / 17- 66 17

Stadt Hamm – Sozialamt
Pflegeberatung
Rathaus Heessen
Amtsstr. 19
59073 Hamm

Infos unter: www.hamm.de/pflege.html

Sparkassen-Seniorenkino in Hamm

 Sparkasse.
Gut für Hamm.



Sonntag, 14. Oktober: UND WENN WIR ALLE ZUSAMMENZIEHEN?

Fünf Oldies, zwei Paare und ein leidenschaftlicher Frauenfreund, ziehen zusammen, um gemeinsam Krankheit und Alter die Stirn zu bieten. Die lebenslustigen Senioren müssen sich zusammenraufen und werden nicht nur mit aktuellen Problemen wie Pünktlichkeit und Kochdienst konfrontiert, sondern auch mit Affären aus der Vergangenheit, die in der Gegenwart noch für Frustration und Eifersucht sorgen. Bald stellen kleinere Dramen und größere Katastrophen die Freundschaft auf die Nagelprobe.

Länge: 96 Minuten /
Ende der Veranstaltung
ca. 16.10 Uhr

Sonntag, 11. November: WIE BEIM ERSTEN MAL

Nach über 30 Ehejahren knistert es nicht mehr zwischen Kay und Arnold Soames. Um die Beziehung zu retten, bucht sie eine Paarberatung weit weg von zu Hause, er kommt nur unter Protest mit. Auf der Therapeutencouch



sitzen die beiden anfänglich weit auseinander. Während er mauert und sich weigert, Fragen zu beantworten, ist sie offen für Ratschläge und versucht sogar, Schwung ins sexuelle Leben zu bringen.

Länge: 100 Minuten /
Ende der Veranstaltung
ca. 16.15 Uhr

Sonntag, 09. Dezember: BIS ZUM HORIZONT, DANN LINKS!

Die meisten Bewohner des Seniorenruhesitzes „Abendstern“ haben sich mit dem drögen Alltag zwischen Gymnastikstunde und Lesenachmittag längst abgefunden. Doch der mürrische Tiedgen will noch was erleben. Die Gelegenheit dazu ergibt sich, als die Senioren eine Rundreise mit einer alten Propellermaschine antreten. Kurzerhand entführt Tiedgen das Flugzeug und zwingt den Piloten mit vorgehaltener Pistole zu einer Änderung der Route. Eine abenteuerliche Reise in ferne Gefilde.

Länge: 93 Minuten /
Ende der Veranstaltung
ca. 16.08 Uhr



Deutsch / türkische Senioren- gruppe auf Fahrt zum Möhnensee

Am 18. Juli fand bei schönem ein gemeinsamer Ausflug einer Deutsch/Türkischen Seniorengruppe aus Hamm-Heessen zum Möhnensee statt. Veranstalter dieser Interkulturellen Fahrt waren das Amt für Soziale Integration und das Familienzentrum St. Theresia.

Schon während der Fahrt entstanden im Bus die ersten Kontakte durch ein gemeinsames kleines Picknick von mitgebrachten türkischen Spezialitäten. In der Nähe von Delecke wurde die Drüggelter Kapelle besichtigt. Diese alte Kapelle hat durch ihre besondere Bauweise eine sehr gute Akustik, welche durch ein Lied auch gleich ausprobiert wurde.

Anschließend ging die Fahrt zum Ausfluglokal „Torhaus“ am Südufer des Möhnesees weiter. Im „Torhaus“ mit seiner besonderen Atmosphäre haben die Senioren sich mit Kuchen und Kaffee verwöhnen lassen.

Bei einem anschließenden gemeinsamen Rundgang durch den schönen Garten mit seinen Volieren, Skulpturen und verborgenen Sitzecken oder zum Ufer des Möhnesees fand bereits ein reger Austausch untereinander statt. Nach dieser schönen Fahrt war allen Beteiligten klar, dass es einen weiteren gemeinsamen Ausflug geben soll.

Auch ein leckeres türkisch-



deutsches Frühstück ist in Heessen in Planung, um auch weiterhin den Dialog unter den türkischen und deutschen Senioren zu fördern.

■ Christine Oltmanns-Brüseke



Stadtteilkonferenz zum Thema Demenz



Auf dem Weg zu einer demenzfreundlichen Kommune sozialräumlich - strukturbildend - beteiligungsoffen

In Nordrhein Westfalen leben derzeit ca. 300.000 Demenzerkrankte, die errechnete Zahl für die Stadt Hamm liegt bei ca. 2090 Erkrankten mit steigender Tendenz jährlicher Neuerkrankungen. Die weitaus meisten Erkrankten werden zu Hause von Angehörigen betreut und gepflegt (ca. 70 %).

Die Betreuung eines Demenzerkrankten stellt sehr hohe Anforderungen an die Angehörigen. Im Verlauf der Erkrankung übernehmen sie zunehmend die Verantwortung für den betroffenen Angehörigen und sind dadurch psychisch, körperlich und zeitlich belastet. Das führt dazu, dass sich Angehörige ebenso wie die Betroffenen oft selbst aus dem sozialen Leben zurückziehen bis hin zur Isolation. So geht Angehörigen genau das verloren, was sie dringend zur Bewältigung ihrer Lebenssituation brauchen: der soziale Austausch durch gesellschaftliche Teilhabe. Die Gründe dafür sind vielfältig, eine der Hauptursachen ist, dass Demenz nach wie vor ein Thema ist, bei

dem in der breiten Bevölkerung immer noch Unwissen und Unsicherheiten bestehen.

Das Demenz-Servicezentrum Münsterland möchte daher auf „Orts- bzw. Stadtteilkonferenzen“ auf örtlicher Ebene mit Vereinen, Initiativen, Ärzten, Therapeuten, Pflegediensten und weiteren Multiplikatoren (Kirchengemeinden, Geschäftsleuten, Schulen, Kindergärten, KfD etc.) ins Gespräch kommen und gemeinsam individuelle Lösungen für die jeweiligen Regionen entwickeln.

Ziele:

- Sensibilisierung der Bevölkerung für das Thema Demenz
- Gemeinsame Öffentlichkeitsarbeit zur weiteren Enttabuisierung
- Schaffung demenzfreundlicher Bedingungen im Lebens- und Wohnumfeld zum Erhalt bzw. zur Förderung der Lebensqualität für die Demenzerkrankten und deren Angehörige.
- gesellschaftliche Teilhabe: Integration statt Isolation.

Angst vorm Renovieren?!

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

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

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



Telefon 0 23 81 - 46 25 18

Jubiläen und Feste

Seit der letzten Ausgabe unserer Seniorenzeitschrift gab es eine ganze Reihe von Festen und besonderen Jubiläen zu feiern. Über einige davon berichten wir kurz an dieser Stelle:

Zehn Jahre Seniorenfrühstück in Hamm- Mitte

feierten Ende August im AWO Bürgerkeller die Organisatoren, die Arbeiterwohlfahrt, das Amt für Soziale Integration und die ehrenamtlichen Helferinnen mit den Frühstücksgästen und geladenen Ehrengästen, allen voran Oberbürgermeister Thomas Hunsteger-Petermann.

Ein besonderer Dank galt

Frau Rosemarie Schorlau, die nach dem Ausscheiden von Brunhilde Claus im Jahr 2005 die Leitung des Teams der Ehrenamtlichen übernommen hat.

10-jähriges Seniorenfrühstück in Rhyern und Westtünnen

Ausgiebig gefeiert wurden auch die Jubiläumsfrühstücke in Rhyern und Westtünnen. Ein besonderer Dank galt auch hier den vielen ehrenamtlichen Helferinnen und Helfer, ohne die diese Angebote gar nicht durchführbar wären.

Sommerfest für Senioren im Ludgeri-Stift

Im Festzelt des LUDGERI-Stiftes Bockum fand erstmalig



ein Sommerfest für Senioren als Gemeinschaftsveranstaltung mit der Altenhilfe der Stadt Hamm statt. Für gute Stimmung der etwa 200 Senioren sorgte u.a. der Shanty-Chor „Die Knurrhähne“. Als Erfrischung wurde selbst gepresster Apfelsaft serviert.



„Mur is Doll“



Der Hammer Jazzchor „Mur is Doll“ lädt zum diesjährigen Konzert unter dem Motto „Genuss für Leib und Seele-Märchen und mmhm(ehr)...“ ein.

Die Veranstaltung beginnt am Samstag, den 17. November um 19:00. Einlass und

Catering (Fingerfood Buffet) ab 18:00 Uhr im Bodelschwingh Haus, Alter Uentrop Weg 28 in Hamm Werries. „Mur is Doll“ bestreitet unter der Leitung von Christoph Senftleben den musikalischen Part. Auf dem Programm stehen jazzige und poppige

Stücke. Auf der Bühne steht ebenfalls Dagmar Calenius Meuß, die Märchen für Erwachsene vorträgt. Der Eintritt zu dieser Veranstaltung beträgt an der Abendkasse 10,- € und im Vorverkauf z.B. beim Geschenkeladen Annetarie Kohl Stadtmitte 8,- €.

Pressemeldung des ADAC

Der ADAC bietet FahrFitness Check für ältere Autofahrer an



Nach Ansicht des Clubs ist es für Senioren empfehlenswert, die eigene Fahrfähigkeit zu überprüfen. Deshalb bietet der Club seit kurzem den FahrFitnessCheck an.

Der ADAC FahrFitnessCheck vermittelt durch geschulte Fahrlehrer ein objektives Bild über das eigene Fahrvermögen. Die Teilnahme ist immer freiwillig und der Check dauert 90 Minuten.

Vorrangig geht es um eine begleitete Fahrprobe im eigenen Auto. Im Vorgespräch werden in Ruhe die Bedürfnisse des Fahrers geklärt und entsprechend die Strecke gemeinsam ausgewählt. Abschließend wird die Fahrt zusammen ausgewertet.

Der FahrFitnessCheck bietet älteren Menschen eine objektive „Momentaufnahme“ ihrer Fahrleistung.

Der ADAC sieht für regelmäßige, verpflichtende Gesundheitschecks bei Senioren keine Notwendigkeit. Autofahrer über 65 Jahre verursachen bei einem Bevölkerungsanteil von 20 Prozent mit 13 Prozent deutlich weniger häufig Unfälle mit Personenschaden als andere Altersgruppen. Unter www.adac.de/FahrFitnessCheck sind weitere Informationen nachzulesen.

Auf große Fahrt mitten in die neue Theatersaison 2012/2013



Wenn unsichtbare Freunde auf fanatische Kapitäne treffen, eine uralte Echse über das Leben sinniert, Teenager mit dem Erwachsenwerden kämpfen, sich faszinierende Klangwelten auf tun und ein alter Mann gerade noch rechtzeitig seine Lektion fürs Leben lernt - dann ist man mitten drin in der



Theater- und Konzertsaison 2012/2013 des Kulturbüros der Stadt Hamm.

Ob rein musikalisch, im Dialog oder auch ganz allein: mehr als 50 ganz unterschiedliche Veranstaltungen warten darauf, entdeckt zu werden! Klassiker und hochaktuelle Stücke stehen auf dem Programm, aus Film- und Fernsehen bekannte Gesichter kann man ebenso wie neue Talente erleben und natürlich fehlen auch außergewöhnliche Musikerlebnisse nicht.

Im Musiktheater erwartet das Publikum ein Stück über die letzten Monate im Leben von Judy Garland – „End of the rainbow“ (11.11.), dazu noch Klassiker wie „La Traviata“ (02.03.2013) oder „Irma la Douce“ (18.12.).

In der Reihe Schauspiel stehen bekannte Werke wie Hemingways „Der alte Mann und das Meer“ mit Horst Janson in der Hauptrolle (25.11.), Melvilles „Moby Dick“ (13.12.) in einer Inszenierung vom Theater des Ostens und ein „Treffen“ von Carl Friedrich Gauß und Alexander von Humboldt – im Rahmen der Bühnenadaptation von „Die Vermessung der Welt“ (03.03.2013) – auf dem Programm.

In „Theo Lingen – Komiker aus Versehen“, schlüpft der bekannte Schauspieler, Regisseur und Moderator Ilja Richter in die Titelrolle (20.01.2013) - eine gelungene Mischung aus Spiel, Filmcollagen, Gesang und Parodie. Daneben kann man unter der Rubrik „Unterhaltung“ Elwood P. Dowd und



seinen besten Freund „Harvey“ (10.11.12) sowie die Streithähne „Don Camillo und Peppone“ (12.12.) treffen und außerdem eine echte italienische Küche – inklusive live gekochtem Essen – auf der Bühne erleben: Pasta e basta (15.03.2013).

Humoristisches und Kurzweiliges gibt es darüber hin-



aus natürlich auch wieder in der Reihe Esprit, wo sich der „Sex in der Krise“ befindet (17.11.) und „der Jubel rollt“ (19.01.2013). Zum Saisonabschluss wird erstmalig ein „piratiger Kultursnack“ (05.05.2013) gereicht – man darf sich überraschen lassen!

Die Sinfoniekonzerte bieten Chorwerke wie „Elias“ (02.11) und große Namen wie Gautier Capuçon (19.04.2013), dazu eine „Armada“ von vier Steinway-Flügeln gepaart mit vier Star-Pianisten: Kit Armstrong, Matthias Kirschner, Markus Groh und Andrea Lucchesini (22.11.).

Die Kammerkonzerte im Schloss Heessen sorgen für außergewöhnliche Musikerlebnisse mit „Sax at the Opera“ (24.10.) und „Musik des europäischen Barock“

(28.11.), werfen einen Blick auf die „Musikstadt Leipzig“ (23.01.2013) und bieten A-cappella-Gesang in intimer Atmosphäre mit vier jungen Sängern aus dem hohen Norden (20.02.2013).

Auf die Jazzfans warten Künstler aus Europa und Übersee, darunter Nils Peter Molvær (26.10.), Rigor Gustafsson (18.01.2013) und die unverwüsthlichen Mitglieder von „Oregon“ (10.03.2013).

In dunkler Jahreszeit gibt der Nordstern Hoffnung: die Silvesterkonzerte stehen unter dem Motto „Sterne des Nordens“ (16 und 19.30 Uhr) und bieten Werke von Komponisten, die ihre Fantasie durch das mythische Nordlicht beflügeln ließen – von Wagner über Grieg, Meyerbeer, Donizetti und Mendelssohn bis hin zum „dänischen Johann Strauß“, Hans Christian Lumbye.

Im Kindertheater gibt es liebevolle und modern interpretierte Märchen für die Jüngeren, wie „Der Fischer und seine Frau“ (23.10.) und „Das tapfere Schneiderlein“ (27.02.2013). Außerdem spannende Abenteuergeschichten wie „Jonas und der Engel“ (16.01.2013), gleich zwei Kinderkonzerte – „Fido-

lino - Alle Mann an Bord“ (08.02|2013) und „Pulcinella“ (06.03.2013) und noch dazu das beliebte Familien-Weihnachtsmusical der städtischen Musical- und KidsCompany unter der Leitung von Anke Lux, die in diesem Jahr den Dickens-Klassiker „Eine Weihnachtsgeschichte“ spielen werden (30.11.-04.12.).



Das Programmheft liegt an vielen öffentlichen Stellen zur kostenlosen Mitnahme aus oder steht unter www.hamm.de/kultur zum Download bereit.

Tickets gibt's beim Kulturbüro (0 23 81/17-55 55) und bei allen CTS-Eventim-Vorverkaufsstellen.

Ginkgo - Kraftstoff für die grauen Zellen

Bereits 50 Jährige klagen heute über Konzentrationschwäche und Vergesslichkeit.

Was ist der Grund?

Schuld ist oftmals Stress, Überforderung oder auch eine schlechte Durchblutung. Kann z. B. eine zu eng gebundene Krawatte die Leistungsfähigkeit beeinträchtigen?

Ja, ohne Frage, denn die Leistungsfähigkeit der sogenannten „grauen Zellen“ hängt maßgeblich von der Durchblutung ab.

Das Volumen des Gehirnes nimmt im Alter leicht ab, die Menge des aufgenommenen Wissens und der Informati-

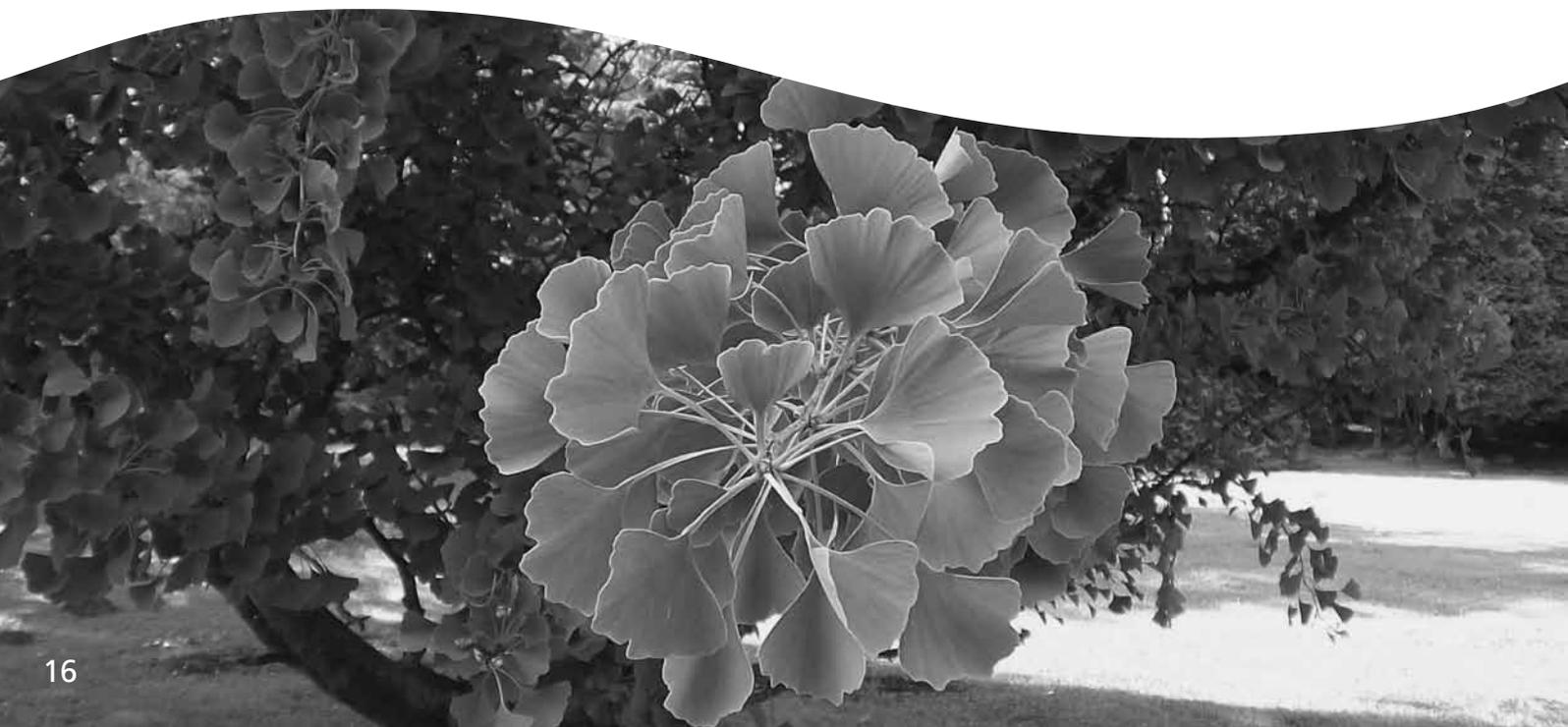
onen steigt jedoch. Grundsätzlich arbeitet das Gehirn im Alter langsamer, seine Lernfähigkeit bleibt jedoch erhalten. Dennoch können Stress, Müdigkeit, Schlafmangel, übermäßiger Alkoholgenuss, Schmerzen oder auch Stoffwechselerkrankungen die Konzentrationsfähigkeit beeinträchtigen.

Jede Nervenzelle lebt nur einmal und es gibt keinen Ersatz dafür im Körper. Um die geistige Leistungskraft zu erhalten, benötigen die grauen Zellen ständig ausreichend Sauerstoff und Energie. Doch von nichts kommt nichts, vergleichbar dem körperlichen Training der Muskeln lassen sich auch Gehirn und Gedächtnis trainieren.

Wichtig ist auch der Austausch mit anderen Menschen. Geistige Anregung, zum Beispiel in Form eines anspruchsvollen Hobbys und tägliches Gehirntraining (Sudoku oder Kreuzworträtsel) können die geistigen Fähigkeiten steigern.

Auch mit einem Lebensstil mit gesunder Ernährung und körperlicher Bewegung kann man Gedächtnisstörungen vorbeugen.

Durch tägliches Gehirntraining können die geistigen Fähigkeiten gesteigert werden. Durch Entspannungs- oder auch Konzentrationsübungen können die beiden Gehirnhälften in Bewegung gehalten werden.





Die rechte Gehirnhälfte ist für die emotionalen und die linke Gehirnhälfte für die logischen Aspekte zuständig. Das Blut versorgt das Gehirn mit Nährstoffen, Vitaminen und Spurenelementen.

Aber auch spezielle Pflanzenwirkstoffe können die Durchblutung fördern und



die grauen Zellen auf Trab bringen, beispielsweise Ginkgo (Ginkgo biloba).

Der Ginkgo Baum wächst bis zu 30, 40 Meter hoch und trägt langstielige, fächerförmige, in 2 „Lappen“ geteilte Blätter. Daher auch der Name biloba = zweilappig. Die Blätter fühlen sich wie derbes Leder an.

Aus den Blättern des Ginkgo Baumes werden in einem besonderen Verfahren die Wirkstoffe gewonnen, die die Fließeigenschaft des Blutes verbessern und die Sauerstoffversorgung des Gehirns steigern.

Ginkgo ist ursprünglich in Ostasien beheimatet, wo er jedoch als Arzneipflanze nicht die Bedeutung hatte, seine Heilkräfte wurden jedoch in Europa erkannt.

Die Pflanze, erstmals 1712 von Engelbert Kaempfer beschrieben, gelangte 1730 nach Europa in die Niederlande.

Erst 20 Jahre später wurde sie in botanischen Gärten und Parks, nicht zuletzt wegen des merkwürdigen Blattes, angepflanzt.

Die Ginkgo Forschung in Deutschland wurde durch die Forschung der Firma Schabe in Karlsruhe vorangetrieben und bereits in den 60iger Jahren kamen die ersten Arzneiprodukte auf den Markt.

In klinischen Forschungen wurde die Wirksamkeit dieser Pflanzenextrakte belegt und heute wird der Bedarf europäischer Hersteller von großen Ginkgo Plantagen in Bordeaux gedeckt.

Die rein pflanzlichen Wirkstoffe werden erfolgreich bei durchblutungsbedingten Hirnleistungsstörungen eingesetzt.

Bei krankheitsbedingten Ursachen für Gedächtnis- oder Konzentrationsstörungen sollte die Einnahme mit Ginkgo zuvor immer mit dem Arzt oder Apotheker besprochen werden, da auch im Vorfeld die Verträglichkeit mit anderen eingenommenen Arzneimitteln geklärt werden muss.

Doch Vorsicht, nicht jedes ginkgohaltige Präparat hat eine arzneiliche Wirkung. Teilweise wird dieser Stoff Lebensmitteln zugesetzt oder Ginkgo Tee wird mit entsprechenden Hinweisen verkauft.

Nicht selten werden auch Produkte in den Handel gebracht, deren Dosierung für eine arzneiliche Wirkung nicht ausreicht.

Deshalb sollte man grundsätzlich vor dem Kauf den Fachmann fragen.

■ Dr. Ute Stapel,
Amtsapothekerin

■ Bildquellen:
NiRo/pixelio.de
Bettine/pixelio.de (links)
Grace Winter/pixelio.de

„Entartete Kunst“

Als ich in der Zeitung einen Artikel las, der an die Ausstellung „Entartete Kunst“ erinnerte, die am 19.07.1937 in München eröffnet wurde, erinnerte ich mich – obwohl damals noch im Kindesalter – recht gut an diese Ausstellung. Ich war schon in frühen Jahren kunstinteressiert und meiner Tante, einer Lehrerin,



mit der ich viel reisen durfte, sehr verbunden, wenn sie mich in Ausstellungen und Museen mitnahm.

Besonders beeindruckt hatten mich schon immer die expressionistischen Maler, obwohl ich sie damals noch nicht richtig einordnen konnte. Aber als ich sie dann im Studium näher kennen-

lernte, erinnerte ich mich immer an diese einmalige Ausstellung, bei der ich schon als Kind nicht verstehen konnte, warum diese Maler „entartet“ sein sollten.

Mich überzeugten ihr Stil und ihre Ausdrucksstärke. Heckel, Kirchner, Dix, Beckmann u.a. ließen mich eine Realität sehen, die mich beeindruckte. Gemälde von Dix zeigten mir erstmals realistisch, was Krieg bedeutete.

Ich weiß noch gut, dass man mich von den bildübersäten Wänden kaum wegbekam. Ich verstand nicht, warum ein Künstler, der Realität wiedergab, „entartet“ sein sollte. Aber das durfte man ja nicht laut sagen in dieser Zeit! Natürlich war ich noch zu jung, um alles zu interpretieren, aber meine Liebe zur Kunstgeschichte, einem späteren Studienfach, wurde, so glaube ich, damals schon geweckt.

Es war für mich einfach beeindruckend, und das war genau das, was die Nationalsozialisten nicht erreichen wollten. Es waren ja genug negative und herabsetzende Kommentare angebracht.

Heute geht es mir manchmal so, dass ich das, was als „Kunst“ angeboten wird,



nicht als solche betrachten kann. Ich kann z.B. wenig mit nur blau oder rot bemalter Leinwand oder ein paar Strichen auf weißem Papier anfangen. Aber wieso ist das Kunst?

Ich weiß noch gut, dass ich mich diebisch gefreut habe, als Putzfrauen die „Fettecke“ (oder war es die „Fettwanne“?) von Beuys gesäubert haben. Pardon, ich wollte Andersdenkende nicht verletzen, aber schon meine Kinder konnten mit drei Jahren Striche oder Kleckse zaubern oder Fett verschmieren! Kunst??

- Annette Isenberg-Pfützenreuter
- Bildquellen:
Rainer Sturm/pixelio.de (links)
bobby metzger/pixelio.de

Der Kreisel

Ein Theaterstück zum Thema Demenz



Das LUDGERI-Forum e.V. hatte Anfang September auf Anregung des Demenz-Servicezentrums Münsterland und mit Unterstützung des Aktionskreises Bockum-Hövel Plus sowie der Altenhilfe der Stadt Hamm zu einer besonderen Art der Begegnung mit dem Thema Demenz in den Bürgersaal „Anno 03“ eingeladen:

In Form eines Theaterstückes wurden den Zuschauern sowohl die Erlebniswelt eines Betroffenen, als auch die Situation der Angehörigen näher gebracht.

Der deutsch-niederländische Schauspieler und Theologe Thomas Borggrefe führte die rund 200 Zuschauer in einem „Ein-Mann-Stück“ auf einfühlsame Weise in die Welt eines Mannes, der demenziell erkrankt und immer mehr in seiner eigenen Wirklichkeit lebt.

Gleichzeitig gelang es ihm auch, die Gefühle seines Sohnes authentisch darzustellen. Dieser kämpft darum, den Kontakt zu seinem Vater nicht zu verlieren, obwohl er ihm immer fremder wird.

Viele Besucher waren von der mit einfachen Mitteln eindrucksvoll und schonungslos gespielten Vater-

Sohn-Geschichte zum Teil tief berührt. Bei einem Großteil wurden auch eigene Erlebnisse und Erfahrungen mit demenziell veränderten Menschen hervorgerufen.

Auch deshalb stieß sicherlich die Möglichkeit, im Anschluss mit dem Darsteller über die Eindrücke und Empfindungen während der Auf-führung zu diskutieren, auf große Resonanz.

Am Ende freuten sich die Organisatoren über eine gelungene Veranstaltung,

die auch vom Publikum mit lang anhaltendem Applaus „belohnt“ wurde.

Die bunte Mischung des Publikums bestehend aus Jung und Alt, Männern und Frauen, machte wieder einmal deutlich, dass Demenz bereits ein gesamtgesellschaftlich wichtiges Thema ist, das auch zunehmend auf allen Ebenen an Bedeutung gewinnt.

- Karin Berheide
- Foto: Werner Boesen



Lohnsteuer-Beratungs-Verein e.V.
Lohnsteuerhilfverein

Neue Rentenbesteuerung ab 2005

Wir geben Ihnen als Rentner/in und Pensionär/in die Antworten auf Ihre Fragen zur neuen Rentenbesteuerung und beraten Sie bei Ihrer Einkommensteuererklärung im Rahmen einer Mitgliedschaft und der Beratungsbefugnis gem. § 4 Nr. 11 StBerG.

Rufen Sie uns an. Wir beraten Sie gerne!

Bahnhofstr. 16 a
59065 Hamm

Telefon: 02381 / 92427-0
Telefax: 02381 / 92427-27
Internet: www.lbv-hamm.de

Diskussion mit Dr. Precht: „Das Soziale Pflichtjahr für Jung und Alt“

Genossenschaftliche Allgemeine – Ausgabe April/ Mai 2012

Aufmerksam wurde ich auf Herrn Precht erstmals durch den originellen Titel seines Buches „Wer bin ich – und wenn ja, wie viele?“

Grammatikalisch nicht ganz korrekt, aber durchaus die Neugier anregend.

Doch nun zu den o.a. Darlegungen:

1. Gegen ein soziales Pflichtjahr für Jugendliche ist meines Erachtens nichts einzuwenden, zumal viele von Ihnen ohne Möglichkeit der gewünschten Lehre oder des gewünschten Studienganges erst einmal in der Luft hängen.

2. Aber das Gleiche für Seniorinnen und Senioren?

Diese haben ein volles Arbeitsleben hinter sich, sind oft ausgelaugt und krank. Sie wissen, was tägliche Pflicht bedeutet, müssen es nicht erst lernen. Natürlich sollten sie in dieses gehaltlose Hilfeprojekt, aber immer auf freiwilliger Basis, einbezogen werden.

Anderes würde ich als Ungerechtigkeit empfinden. Wer

45 oder mehr Jahre gearbeitet hat, vielleicht noch geholfen hat, das zerstörte Deutschland wieder aufzubauen, muss nicht zwangsweise wieder in die „Pflicht“ genommen werden.

Er soll sich frei für das, was er tut, entscheiden können.

3. Ich selbst habe als Rentnerin 22 Jahre ehrenamtlich (freiwillig) gearbeitet, in einer Zeit, in der Selbsthilfegruppen absolut noch nicht so selbstverständlich waren wie heute.

Ich habe eine solche über alle Hindernisse hinweg (Räume, Geld, entsprechend ausgebildete Kräfte für eine Gymnastikgruppe) aufgebaut.

Ich habe Vorträge, auch öffentliche organisiert und versucht, durch eigene Weiterbildung beim monatlichen Treff mit meinen Mitgliedern eine Möglichkeit zu schaffen, sich selbst, neben den ärztlichen Behandlungen, zu helfen. Sie sollten dadurch auf den neuesten medizinischen Stand kommen und An- und Aussprache haben.

Auch der Arbeitskreis für Behinderte und für diesen die Vertretung im Behindertenbeirat kamen hinzu.

Ich glaube, ich habe einiges bewirken können, aber wie gesagt, freiwillig.

Gezwungen hätte ich wahrscheinlich, die Ungerechtigkeit spürend, erst einmal „nein“ gesagt.



Ein freiwilliges Hilfsjahr also?

Gerne, mit aller noch vorhandenen Kraft.

Aber eben freiwillig!

■ Annette Isenberg-Pfützenreuter

■ Bildquelle:
S. Hofschlaeger/
pixelio.de

Hamm aus einer anderen Perspektive erleben



Dieses Vergnügen hatten Anfang September 170 Hammer Seniorinnen und Senioren beim 38. Flugtag.

Dank des Sponsoring der Stadtwerke konnte nach 2 Jahren „Zwangspause“ die traditionelle Kooperation zwischen dem Hammer Luftsportclub und dem Amt für Soziale Integration wieder aufleben.

Zu einem kostenlosen Rundflug waren alle Bürgerinnen und Bürger eingeladen, die das 75. Lebensjahr bereits vollendet haben.

Oberbürgermeister Thomas Hunsteger-Petermann ließ es sich auch in diesem Jahr nicht

nehmen, nach der offiziellen Begrüßung persönlich die Ehrung der ältesten Teilnehmerin und des ältesten Teilnehmers vorzunehmen.

Hedwig Burkert, 93 Jahre und Heinz Hoppe, 92 Jahre starteten bei strahlendem Sonnenschein anschließend auch als Erste zu einem „wunderbaren“ Rundflug über Hamm.

Besonders aufregend war der Flugtag für die „Erstflieger“. Nach der Freude über dieses einmalige Erlebnis brachten viele ihr Erstaunen darüber zum Ausdruck „wie viel sich doch verändert hat“.

Auch die alten „Flughasen“

waren wieder einmal fasziniert und wären nach der Landung „am liebsten sofort wieder durchgestartet“.

Bei dem ebenfalls kostenfreien Kaffee und Kuchen hatten sich viele Teilnehmerinnen und Teilnehmer anschließend auf der Sonnenterrasse noch viel über ihre Erlebnisse zu berichten.

Bleibt noch der herzliche Dank an die immer hilfsbereiten Piloten, die offensichtlich auch viel Freude an den besonderen Fluggästen hatten.

■ Ulrike Tornscheidt

■ Fotos: Werner Boesen



Weihnachten und Silvester stressfrei in den Urlaub mit der Caritas



Zu Weihnachten und Silvester bietet der Caritasverband Hamm verschiedene Seniorenfreizeiten an. Genießen Sie weihnachtliche Atmosphäre in froher Gemeinschaft.

Lassen Sie sich auf Weihnachten einstimmen und von der Küche mit Festtagsmenüs verwöhnen. Freuen Sie sich auf einen unterhaltsamen Jahreswechsel.

In Bad Meinberg entfaltet die Natur wahrhaft ihre ganze Schönheit. Auch im Winter lädt der Kurpark mit verschiedenen Kuranlagen zum Verweilen ein. Im Haus am Kurpark werden Sie sich wie Zuhause fühlen.

Vor den Toren Hannovers können Sie sich in Bad Nenndorf verwöhnen lassen. Besinnliche Weihnachtstage und einen festlichen Jahreswechsel garantiert das Parkhotel Bad Nenndorf.

Das Haus St. Elisabeth in Bad Rothenfelde bietet eine angenehme Atmosphäre und traditionelle Weihnacht mit Herbergssuche und Christmette an. Selbstverständlich steht auch eine Silvesterfeier auf dem Programm.

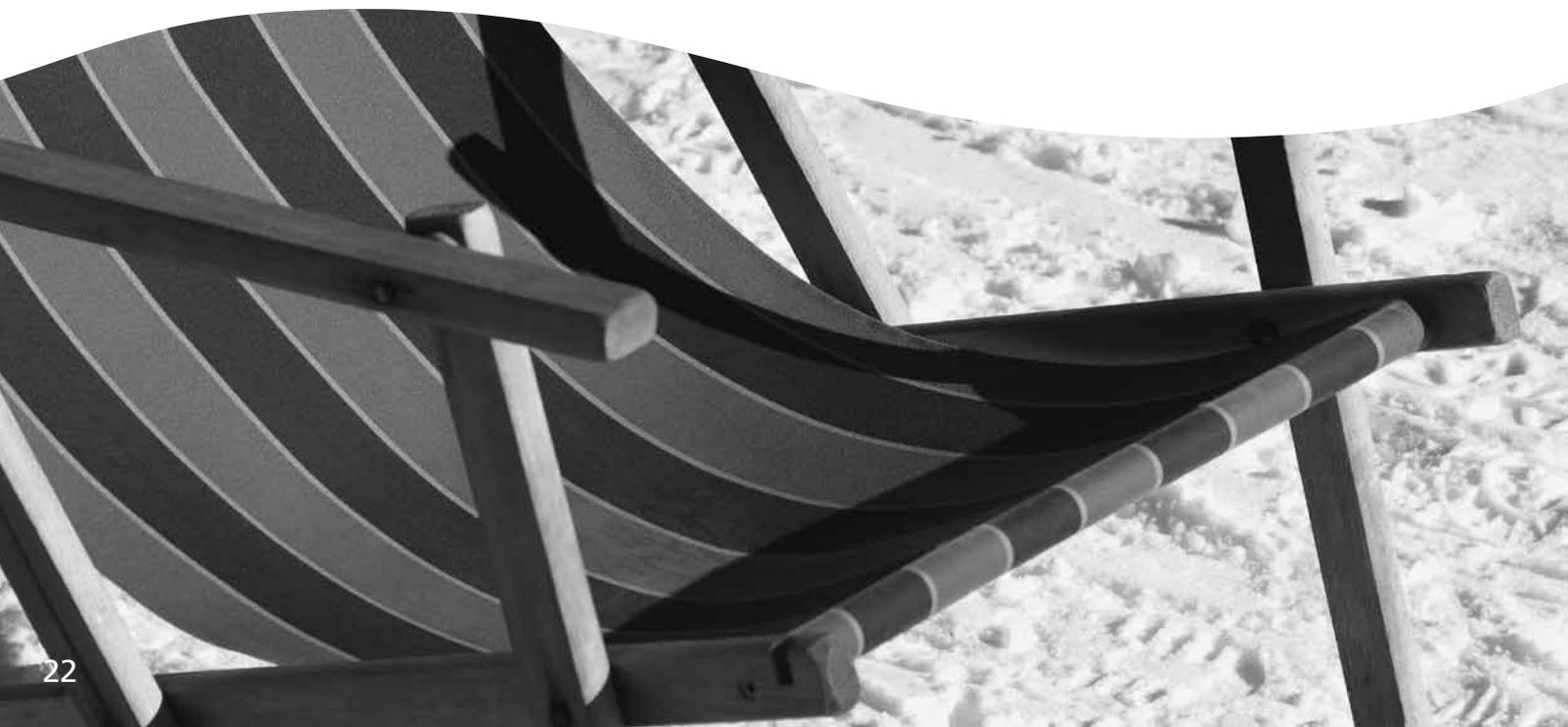
In den genannten Kurorten sind z. Zt. noch Einzel- und Doppelzimmer frei. Auch in der Herbstzeit sind vereinzelt noch Reisebuchungen möglich.

Alle Reisen werden begleitet von erfahrenen und geschulten Caritas-Reisebegleitungen. Die Damen und Herren stehen Ihnen bei auftretenden Fragen und Problemen hilfreich zur Seite und gestalten mit Ihnen das Freizeitprogramm.

Bleiben Sie an den Festtagen nicht allein, kommen Sie doch einfach mit!

Auskünfte und Anmeldungen bei Frau Heute, mittwochs und donnerstags in der Zeit von 9 – 12 Uhr,
Tel. 02381/144-123.
Wir freuen uns auf Sie!

■ Bildquelle:
Peter Smola/pixelio.de



Das Team der Altenhilfe hat Verstärkung



Seit dem 9. Juli verstärkt Frau Martina Foschepoth (Diplom-Sozialarbeiterin) als Halbtagsbeschäftigte das Team der Altenhilfe im Amt für Soziale Integration.

Bis zu den Sommerferien war sie 15 Jahre als sozialpädagogische Fachkraft am Elisabeth- Lüders- Berufskolleg in der Jugendberufshilfe tätig und freut sich nun auf

die neue Tätigkeit in der Seniorenarbeit.

Sie ist zuständig für die Gemeinwesenarbeit und die Einzelfallhilfe in den Stadtbezirken Pelkum und Wiescherhöfen.

Sie können Frau Foschepoth von Montag - Donnerstag wie folgt erreichen:

Stadt Hamm
Amt für Soziale Integration
Altenhilfe
Sachsenweg 6, 59073 Hamm
Telefon: 023 81/17 67-32
E-Mail:
Martina.Foschepoth@stadt.hamm.de

Am Montag bietet sie von 10.00 Uhr - 12.00 Uhr eine Sprechstunde im Bürgeramt Pelkum, Zimmer 026 an.

Mitglieder des Seniorenbeirates

Stadtbezirk	Name	Telefon
Hamm-Mitte	Marie Luise Streit	0 23 81 / 2 33 73
	Karl Ernst Weiland	0 23 81 / 5 05 31
Rhynern	Lydia Grote	0 23 85 / 52 18
	Hans-Ulrich Schwanitz	0 23 81 / 5 36 95
	Elfriede Küpper	0 23 85 / 84 62
Uentrop	Frank Mattern	0 23 81 / 5 02 91
	Franzis Schwarz	0 23 85 / 23 80
Heessen	Karl Bielemeier	0 23 81 / 3 83 58
Bockum-Hövel	Hermann Marks	0 23 81 / 7 49 98
	Eckerhart Teßmer	0 23 81 / 6 48 39
Herringen	Heide Klaus	01 75 / 3 43 61 38
	Paul Bönig	0 23 81 / 46 43 94
Pelkum	Magdalene Schulze	0 23 81 / 40 17 21
	Hermann Bastert	0 23 81 / 3 04 93 49
Kath. Kirchengemeinde	Heinz Kuhlmann	0 23 81 / 5 08 17
Ev. Kirchengemeinde	Pfarrerin Ulrike Kreutz	0 25 91 / 7 89 23
AG Wohlfahrtsverbände	Bernward Kesting	0 23 81 / 4 49 03
	Kurt Sperling	0 23 81 / 92 05 00
Integrationsrat	Magdi Adib	01 73 / 8 41 29 11
Behindertenbeirat	Udo Schwarz	0 23 81 / 44 28 05

Einladung zum „Treffpunkt Bibliothek“



„Man kann das Leben nicht neu beginnen, wenn es vorüber ist, aber wenn man ein Buch in der Hand hält, ganz gleich, wie schwierig es zu verstehen ist, kann man am Schluss zum Anfang zurückkehren, von vorn beginnen, um das Schwierige und damit das ganze Leben zu verstehen“.



Mit diesem tröstlichen Spruch von Orhan Pamuk, dem großen türkischen Schriftsteller, möchten wir Sie einladen, - einladen zum Lesen, zum Austauschen über Bücher, zum besseren Verstehen neuer Bücher, zur eigenen Vorstellung des Lieblingsromans, zur Information über neue Romane in dem Dschungel von Neu-

erscheinungen, die kaum jemand noch überblickt.

„Treffpunkt Bibliothek“ ist ein Gemeinschaftsangebot des Amtes für Soziale Integration, der Stadtbüchereien sowie des kommunalen Job-Centers der Stadt Hamm. Hilfreich zur Seite stehen uns dabei die kundigen Damen Holota und Farenholz von der Buchhandlung „Akzente“ in Hamm.

Eröffnet wurde die erste Sitzung im Mai 2012 mit Lesetipps und Buchvorstellungen des Leiters der Zentralbibliothek, Dr. Pirsich und der Teilnehmerinnen und Teilnehmer.

In den folgenden Sitzungen ergab sich das gemeinsam ausgewählte Thema „Historische Romane“, zu denen uns Frau Farenholz aktuelle Buchtipps lieferte. Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer stellten ihre historischen Romane vor, zu denen sich Nachfragen und Diskussionen entwickelten. Zu jeder neuen Sitzung legen wir gemeinsam das Buchgenre fest, laden eventuell wieder eine Buchhändlerin ein, stellen eigene Beispiele vor, diskutieren darüber und regen zu neuen Themen und Büchern an.

Das wichtigste Ziel ist es, die

Lust am Lesen zu wecken, zu erhalten und eventuell zu steigern. Dabei ist es hilfreich, auch einmal zu erfahren, wann ist ein Buch ein „gutes Buch“. Ist das eine ausschließlich subjektive Beurteilung oder gibt es vielleicht Kriterien, die mir bei der Beurteilung eines Romans helfen? Darüber hinaus möchte ich als Moderatorin von ihnen erfahren, warum sie lesen, ob und wie sich ihr Leseverhalten und ihr Leseschmack im Alter verändern, warum Frauen mehr lesen als Männer.

Vielleicht haben Sie ja auch Lust, den selbst gewählten Roman vorzustellen oder sich von den vorgestellten Romanen der anderen zum Lesen inspirieren zu lassen!

Gelegenheit hierzu finden Sie jeweils am ersten Donnerstag im Monat in der Zentralbibliothek in der Zeit von 10.30 – 12.00 Uhr.

Wenn Sie nicht mobil sind und/oder Probleme haben, den öffentlichen Nahverkehr zu nutzen, besteht die Möglichkeit, einen Transfer auch aus den Stadtteilen/-bezirken zu organisieren. Das gesamte Angebot ist kostenfrei!

- Dörte de Greiff
- Fotos: Thorsten Hübner

Logopädisches Angebot für Menschen im frühen Stadium einer demenziellen Erkrankung

Die Diagnose „Demenz“ ist für Sie und Ihre Familien mit vielen Unsicherheiten, Ängsten und Fragen verbunden. Eine ärztliche Diagnose ist aber auch eine wichtige Hilfe für Sie, denn Ihre Probleme lassen sich nun erklären und Sie können ganz gezielte Hilfen in Anspruch nehmen.

Eine logopädische Gruppentherapie für Menschen im frühen Stadium einer Demenz kann die Krankheit nicht heilen oder zum Stillstand bringen. Sie kann aber durch gezieltes Training dazu beitragen, die Kommunikation als starken Partner des Gedächtnisses und der Orientierung auf höchstmöglichem Niveau zu halten.

Was bietet Ihnen die Gruppe?

- Ermöglichung eines Maximums an Kommunikation mit dem sozialen Umfeld
- Training von Kommunikationsstrategien
- Erhalten und Stabilisieren des Wortabrufs
- Ressourcenorientiertes Kommunikationsverhalten
- Kontakt und Austausch mit anderen von der Erkrankung Betroffenen

Wann und wo?

Jeden Freitag
10.00 – 11.00 Uhr
Logopädische Praxis,
Hans-Sachs-Straße 2a,
59077 Hamm



Kosten: 15,00 €/Std.
(Refinanziert über den § 45 SGB XI)

Information und Anmeldung:
Logopädische Praxis
Silke Schneider – Lingstädt
Tel.: (02381) 65606

Anzeige

**KABELLOS,
die Musik-
gruppe, die
keinen Strom
braucht !**

Für Ihre Seniorenaktionen, Sommerfeste und Weihnachtsfeiern sind wir die richtige Wahl.

Mit einem eigens für Senioren erprobten Repertoire begeistern wir unser Publikum.

Wir bieten Hits, Walzer & Evergreens aus den 20, 30, 50, 60´er Jahren.

Fragen Sie uns an unter:
Oliver Frerichmann
kabellos@email.de
01 72-60 47 822



Alles fest unter Verschluss!

Es geschah auf einer Fortbildungsreise meines Mannes, auf der ich ihn begleiten konnte. Da wir morgens schon vor 7 Uhr starten mussten, nahm ich mir vor, am Zielort in aller Ruhe zu frühstücken. Heutzutage findet man ja in größeren Supermärkten auch eine separate Bäckerei, in der ein ordentliches Frühstück angeboten wird und so kann ich danach gleich einen Einkaufsbummel machen.

Das mache ich für mein Leben gerne: in fremden Städten durch Geschäfte bummeln, nichts kaufen müssen, sich exotische Waren genauer ansehen oder die Besonderheiten aus der Region zeigen lassen. Ab und zu bekommt man noch das ein- oder andere Probierhäppchen, so auch in diesem Fall. Hier bekam ich ein Scheibchen Schinken oder Käse, dort wurde mir eine neue Brotsorte wärmstens empfohlen.

Von all den Proben durstig geworden, kaufte ich reichlich Wasser und noch allerlei andere Getränke. Im Hotel angekommen, wollte ich sofort eine Flasche öffnen. Doch meinen sie, ich hätte das verflixte Ding aufgekriegt. Mitnichten! Ich probierte eine Flasche nach der anderen zu öffnen, doch

ohne Erfolg. Was könnte ich jetzt machen? Mein Gehirn arbeitet auf Hochtouren, soweit es dazu überhaupt noch in der Lage ist. Nachdem meine Handgelenke schon schmerzen, versuche ich es mit einem feuchten Tuch. Wieder Fehlanzeige. Zu Hause würde ich einen Nussknacker zur Hilfe nehmen. Doch hier im Hotel?

Ich könnte warten, bis mein Mann kommt. Bis dahin bin ich bestimmt verdurstet. Ich könnte zur Rezeption gehen und fragen, ob sie mir einen Nussknacker leihen würden. Dann müsste ich aber damit rechnen, dass sie mich von oben bis unten kritisch mustern und ich könnte froh sein, wenn sie nicht gleich zum Telefon greifen, um eine bestimmte Nummer zu wählen.

Dann kommt mir die rettende Idee und ich bestelle mir beim Zimmerservice eine Flasche Wasser, die der Kellner mir sofort öffnen soll, wenn er kommt.

Jetzt muss ich noch schnell die Getränke verschwinden lassen, bis er kommt. Ich überlege gerade, was der wohl für ein Gesicht machen würde, wenn ich ihn bitte, mir meine Getränkebatterie zu öffnen. Er wird mir mit

undurchdringlichem Gesicht die reiche Getränkeauswahl des Hotels anbieten und dann verschwinden. Vielleicht empfiehlt er mir auch einen Champagner, frei nach dem Motto: Ich bin es nicht gewohnt, mich mit solchen Hotelgästen wie ihnen abzugeben.

Jetzt taucht mein Mann auf. Sofort soll auch er seine Kräfte erproben. Doch als auch er entkräftet aufgeben muss, bin ich stocksauer, schnappe mir alle Flaschen und ab damit zum Supermarkt. Sollen die sich was einfallen lassen.

Mir fällt der Spruch ein: „Zum Mond fliegen können sie!“ Dabei haben wir doch hier auf der Erde noch genug ungelöste Probleme. Was wäre das für ein Fortschritt, wenn jemand einen Verschluss erfinden würde, der sich leicht öffnen lässt und trotzdem dicht ist. Und diesem Erfinder sollte man den Friedensnobelpreis verleihen.

Vermutlich würden Aggressionen verhindert oder erst gar nicht entstehen. Vielleicht könnte man sogar Kriege verhindern, denn wenn ich mir vorstelle, dass der Kriegsmminister großen Durst hat... und wie wütend der werden



könnte, wenn der seine Flasche nicht aufkriegt.

Gefährlich! Gefährlich! Aber ich will ja nicht die ganze Welt befrieden, sondern nur meine erworbenen Getränke problemlos genießen können und stürme schon ein wenig erregt auf eine der Supermarktkassen zu. Irritiert sieht mich die Kassiererin an, als ich ihr die Flaschen hinstelle mit der Bemerkung: „Ich werde das Geschäft nicht eher wieder verlassen, bis sie mir die Flaschen geöffnet haben und zwar alle.“ Nachdem ihre Versuche auch gescheitert sind, ruft sie ihre Kolleginnen. Doch wie vorauszu-sehen, scheitern auch sie. Die Lösung des Problems schafft ein Bodybuilder, so eine Art Superman. Spontan bekommt er von allen Seiten Applaus.

Die Supermarktbetreiber können schon mal an ihren Kassen Nussknacker verteilen oder einige Bodybuilder platzieren. Denn solange es keine bessere Lösung gibt, werde ich mir jede Getränkeflasche an der Kasse im Markt öffnen lassen, da kann die Schlange hinter mir noch so lang sein.

- Ursula Halbe
- *Bildquelle:*
u.w./pixelio.de

Profimed

Reha-/Medizintechnik & Homecare



Auszug aus unserem Hilfsmittellangebot:

- Absauggeräte
- Blutdruckmessgeräte
- Dekubitus-Prophylaxe und Versorgung
- Rollatoren
- Rollstühle
- Pflegebetten
- Badewannenlifter
- Patientenlifter
- Sauerstoffkonzentratoren
- Inkontinenz-Produkte



24 Stunden-Notdienst
0 25 81 / 7 89 30 0

Splietterstraße 61
48231 Warendorf
Tel 0 25 81 / 789 30-0
Fax 0 25 81 / 789 30-20

Öffnungszeiten:
Mo - Fr 8:30 - 17:00 Uhr
oder nach Vereinbarung
info@profimed-waf.de

www.profimed-waf.de



Lichtblick

Ambulante Pflege

Inh. Monika Beiske

Ostenallee 27, 59063 Hamm

Tel. 0 23 81 / 5 44 43 10

www.lichtblick-ambulante-pflege.de



W1VO – die No. 1 in Hamm!



Die WIVO bringt's – täglich frisch auf den Tisch

- Mittagstisch
- preiswert und einfach lecker
- ausgewogen kombiniert
- auch Sonder- und Diätkost

Komplettes Menü: 5,90 €

(Sonn- u. Feiertags 1,00 € Aufschlag)



WIVO Wirtschafts- und Versorgungsdienst GmbH

Werler Str. 110 | 59063 Hamm
wivo@evkhamm.de
www.wivo-hamm.de

Tel. (0 23 81) 56 21

**„Essen auf Rädern“
für Hamm & Umgebung**

**Auch
Partyservice!**

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



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

Wir unterstützen und beraten Sie gern
in allen Belangen der Krankenpflege.
Rufen Sie einfach an! Tel. 02385 / 706 200, Fax 706 201



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

**Zulassung bei
allen Krankenkassen**



Versorgungssicherheit & Lebensqualität

Wir sind für Sie da. 24 Stunden rund um die Uhr.
Rufen Sie uns an. Gemeinsam finden wir Lösungen.



Bockumer Weg 43a
59065 Hamm
Tel.: 02381/ 30 80 90
www.pro-sanitate.de

DAS 1. SENIORENFACHGESCHÄFT



Senio Amenda

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

Bleiben/Werden Sie mobil

vom Stadtmobil

- 6 km/h
- Reichweite ca. 15 km
- Zerlegbar ohne Werkzeug
- Batterien außerhalb ladbar
- Pannensichere Bereifung



bis zum Überlandmobil

- 15 km/h
- Reichweite bis 60 km
- Federung einstellbar
- Auch mit Kabine



außerdem: • Vermietung • kostenlose Probefahrt
• Service vor Ort • Sinnvolles Zubehör

„Parkplatz direkt vorm Geschäft“

BAGSO Presse- mitteilung 13/2012

Immer mehr ältere Menschen nutzen das Internet

Ein neuer Ratgeber gibt Tipps zum sicheren Surfen

Immer mehr ältere Menschen nutzen das Internet: Wie die Initiative D21 in ihrem aktuellen „(N)ONLINER Atlas 2012“ feststellt, nutzen in der Altersgruppe der 60- bis 69-Jährigen bereits mehr als 60 Prozent das Internet. Bei den über 70-Jährigen sind mittlerweile 28 Prozent regelmäßig online, wobei diese Altersgruppe den größten Zuwachs aufweist. Immer mehr ältere Verbraucher gehen mit Smartphones und Tablet-PCs ins Netz, außerdem erfreuen sich Soziale Netzwerke großer Beliebtheit auch bei Senioren – Trends, die sich in den nächsten Jahren fortsetzen werden.

Der von der Bundesarbeitsgemeinschaft der Senioren-Organisationen (BAGSO) herausgegebene „Wegweiser durch die digitale Welt“ gibt älteren Menschen wertvolle Ratschläge zum sicheren Surfen im Internet. Mit Unterstützung des Bundesverbraucherministeriums konnte die Broschüre seit 2008 bereits über 140.000 Mal kostenlos verteilt werden. Die rasante Entwicklung auf dem Gebiet der Technik

Lobby der Älteren



und der Internetmärkte hat eine Überarbeitung des Ratgebers notwendig gemacht. Die aktualisierte und erweiterte Neuauflage informiert nun auch über neue Wege ins Internet durch Smartphones und Tablet-PCs. Der neue Ratgeber zeigt auch, wie die eigenen Daten beim Online-Einkauf durch die Wahl eines sicheren Passwortes geschützt werden können, und gibt Tipps, die Persönlichkeitsrechte in sozialen Netzwerken zu wahren.

Die kostenlose Broschüre „Wegweiser durch die digitale Welt für ältere Bürgerinnen und Bürger“ kann über den Publikationsversand der Bundesregierung, Postfach 48 1009, 18132 Rostock, E-Mail: publikationen@bundesregierung.de, oder telefonisch unter der Rufnummer 0 1805-77 80 90 0,14 €/Min (abweichende Preise aus den Mobilfunknetzen möglich) bestellt werden. Sie ist außerdem auf den Internet-Seiten der BAGSO, www.bagso.de, und des Bundesverbraucherschutzministeriums, www.bmelv.de, eingestellt.

Weitere Informationen im Internet unter www.bmelv.de www.bagso.de

PH HAMM

Seniorenpflege Krankenpflege Kinderkrankenpflege Familienpflege
Haushaltshilfen Hausnotruf Alle Leistungen des SGB V und SGB XI
(Kranken- und Pflegeversicherung)

jetzt NEU bei uns! Ambulante Wundversorgung

Ambulante Behindertenpflege Mobile Fußpflege

Pflegezentrum Hamm
Ostenallee 132
59071 Hamm
Tel: 02381 - 98 38 43
Fax: 02381 - 48 57 33
info@pflegezentrum-hamm.de

**Neu: Zentrale Ahornstr. 6
48317 Drensteinfurt**

UNSERE STÄRKE IST IHRE NAHE • WWW.PFLEGE-HAMM.DE

Menschlichkeit verbindet!



„Wir setzen uns kleiner!“

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 Werteschätzung bis zum Notartermin ... und darüber hinaus!

Vertrauensvoll – Seriös – Professionell

Lassen Sie sich unverbindlich beraten!

Wir freuen uns auf Ihren Anruf unter **02381 106-321** oder schreiben Sie uns eine E-Mail: immobilien.service@vb-hamm.de

Haus der Immobilie
Soester Str. 41, 59071 Hamm
www.vb-hamm.de





Dibowsky

• SANITÄR • HEIZUNG
• SOLAR • BRENNWERT

Wir bauen Seniorengerechte und barrierefreie Bäder

☎ 940 120 Küferstraße 14 • 59067 Hamm



Praxis für Zahnmedizin

Ahlener Straße 72
59073 Hamm
Tel.: 02381/32025
Mo - Fr 8:00 - 20:00

www.praxisfuerzahnmedizin.de



Unser Service für Sie:

Putzen, Kochen, Waschen,
Gartenpflege, Einkaufen,
auch Haushaltsauflösungen,
und seniorengerechte Umzüge

Ludwig-Teleky-Straße 8
59071 Hamm
Tel. 02381 98012121
Perthes-Service@pertheswerk.de



Evangelisches Perthes-Werk e.V.

www.pertheswerk.de



GESUNDHEITS- UND KRANKENPFLEGE

Ab 5.11.2012 - 28.4.2014 bieten wir eine

Weiterbildung zur Pflegedienstleitung

in der ambulanten, stationären und
teilstationären Alten-/Krankenpflege

Zugangsvoraussetzung:

- abgeschlossene Ausbildung in der
Alten-, Kinder- und Krankenpflege
- einjährige Berufserfahrung

Förderung Bildungsschein mögl.

Rufen Sie uns an - wir beraten Sie gern

Haus der Pflege

Zeche Westfalen 1, 59229 Ahlen

0 23 82/96 98-130

www.hausderpflege.de

Hausnotrufservice

mit dem Funkfinger sind Sie **rund um die Uhr**
an 365 Tagen im Jahr in sicherer Begleitung,
24 Stunden besetzte VdS-Notrufzentrale. Für
Selbstzahler schon ab **18,36 €** im Monat incl.
MwSt.



RUPPRECHT

Vertragspartner aller Pflegekassen zertifiziert nach DIN ISO 9001:2000

Philipp-Reis-Straße 6 • 59065 Hamm • Telefon (0 23 81) 67 50 55

Ihr AWO-Seniorenzentrum in Hamm



Sicher, geborgen und zu Hause sein



Sie suchen einen Platz in der Stationären Pflege?

Wolfgang-Glaubitz-Seniorenzentrum
Westberger Weg 44 • 59065 Hamm
Fon 0 23 81 - 39 30 • sz-hamm@awo-ww.de

...oder besuchen Sie uns im Internet: www.awo-ww.de

Veranstaltungen

Bezirksübergreifende Veranstaltungen

07.10.2012

Kulturrevier Radbod /Altenhilfe

15.00 Uhr, Seniorentanz im Kulturrevier Radbod

14.10.2012

Stadt Hamm / Altenhilfe

14.30 Uhr, Kino für Senioren, Kaffee/ Kuchen 13.30 - 14.15 Uhr,
Einlass: 13.00 Uhr, VV ab 04.10.12 beim WA, Gebühr: 5,25 €

17.10.2012

Stadt Hamm / Altenhilfe

9.00 Uhr, Wassergymnastik für Senioren im Maximare
Vorverkauf ab 05.10.12 beim Verkehrsverein, Gebühr: 4,50 €

21.10.2012

Kulturrevier Radbod /Altenhilfe

15.00 Uhr, Seniorentanz im Kulturrevier Radbod

11.11.2012

Stadt Hamm / Altenhilfe

14.30 Uhr, Kino für Senioren, Kaffee/ Kuchen 13.30 - 14.15 Uhr,
Einlass: 13.00 Uhr, VV ab 31.10.12 beim WA, Gebühr: 5,25 €

21.11.2012

Stadt Hamm / Altenhilfe

9.00 Uhr, Wassergymnastik für Senioren im Maximare
Vorverkauf ab 09.11.12 beim Verkehrsverein, Gebühr: 4,50 €

09.12.2012

Stadt Hamm / Altenhilfe

14.30 Uhr, Kino für Senioren, Kaffee/ Kuchen 13.30 - 14.15 Uhr,
Einlass: 13.00 Uhr, VV ab 07.12.12 beim WA, Gebühr: 5,25 €

19.12.2012

Stadt Hamm / Altenhilfe

9.00 Uhr, Wassergymnastik für Senioren im Maximare

Hamm-Mitte

01.10.2012

Hamms Mehrgenerationenhaus,
Ludwig-Erhard-Str. 8

Café, Öffnungszeiten: Mo, Di 9.00 – 17 Uhr, Mi, Fr. 9.00 – 13.00 Uhr,
jeden 1. Sa im Monat 9.00 – 14.00 Uhr, jeden 3. So im Monat
10.00 – 14.00 Uhr, jeden letzten So im Monat: 14.00 – 17.00 Uhr

01.10.2012

Seniorenres. „Am Schillerplatz“

10.00 Uhr, Liederrunde - Musik und Tanz, Aufenthaltsraum EG
(weiterhin jeden Montag)

01.10.2012

Seniorenresidenz
„Am Schillerplatz“

12.30 – 13.30 Uhr, Mittagstisch – täglich
Angebot laut Speiseplan, Kosten: 2,50 €

01.10.2012

AWO
Ostenwall 40

15.00 Uhr, AWO-Altenclub, Kaffeetrinken, AWO-Bürgerkeller,
(weiterhin jeden Montag)

01.10.2012

Hamms Mehrgenerationenhaus,
Ludwig-Erhard-Str. 8

15.00 – 17.00 Uhr, Migrantenberatung
(weiterhin jeden 1. und 3. Montag im Monat)

<u>02.10.2012</u> Hamms Mehrgenerationenhaus, Ludwig-Erhard-Str. 8	9.30 – 11.30 Uhr, Seniorenberatung, Gesprächspartnerin: Frau Tornscheid (weiterhin jeweils dienstags)
<u>02.10.2012</u> Hamms Mehrgenerationenhaus, Ludwig-Erhard-Str. 8	14.00 – 15.20 Uhr, „Sprach-Sprechstunde für Kinder, Jugendliche, Eltern, Senioren“, Terminvereinbarung: Lindenschule, Frau Frontzek, Tel.: 023 81/3 05 45 97 (weiterhin dienstags)
<u>03.10.2012</u> Seniorenres. „Am Schillerplatz“	15.00 Uhr, Kaffeetrinken (immer an Sonn- und Feiertagen)
<u>04.10.2012</u> Seniorenres. „Am Schillerplatz“	16.00 Uhr, Musiktherapie (weiterhin jeden Donnerstag)
<u>07.10.2012</u> Hamms Mehrgenerationenhaus	9.00 Uhr – 17.00 Uhr, Offener Sonntag (weiterhin jeden So)
<u>07.10.2012</u> Hamms Mehrgenerationenhaus, Ludwig-Erhard-Str. 8	15.00 Uhr, Canastarunde (weiterhin jeden 1. So. i.M.)
<u>08.10.2012</u> Hamms Mehrgenerationenhaus	10.00 Uhr, Handy-/Laptop (weiterhin jeden 2. Montag)
<u>08.10.2012</u> Tanzkreis der kfd Liebfrauen Gemeindezentrum Liebfrauen	15.00 Uhr, Senioren-Tanzkreis Frau Agnes Bergmann (weiterhin 14tägig)
<u>08.10.2012</u> Hamms Mehrgenerationenhaus, Ludwig-Erhard-Str. 8	19.00 Uhr, Doppelkopf (weiterhin jeden 2. Mo. im Monat)
<u>10.10.2012</u> Hamms Mehrgenerationenhaus, Ludwig-Erhard-Str. 8	15.00 Uhr, Handarbeiten mit Nadel und Faden (weiterhin mittwochs)
<u>15.10.2012</u> VdK - OV Süden / Mitte	15.00 Uhr, Herbst-Veranstaltung, Zunftstuben, Oststr. 53 (Für das leibliche Wohl ist gesorgt.)
<u>15.10.2012</u> Hamms Mehrgenerationenhaus, Ludwig-Erhard-Str. 8	19.00 Uhr, Tauschring – Knöpfe statt Knete (weiterhin immer am 15. eines jeden Monats)
<u>17.10.2012</u> Hamms Mehrgenerationenhaus	15.00 Uhr, Seniorenrunde (weiterhin 14-tägig mittwochs)
<u>17.10.2012</u> Seniorenres. „Am Schillerplatz“	15.00 Uhr, Oktoberfest im EG
<u>24.10.2012</u> Seniorenres. „Am Schillerplatz“	16.00 Uhr, Hauptstädte (Vortrag) Referent: Herr Maler

27.10.2012

Hamms Mehrgenerationenhaus,
Ludwig-Erhard-Str. 8

9.00 Uhr – 13.00 Uhr, Classic Frühstückbuffet
Kosten: Erw. 8,50 €, Kinder bis einschl. 12 Jahre 4,00 €

29.10.2012

Stadt Hamm / Altenhilfe / AWO

9.00 Uhr, Offenes Seniorenfrühstück, AWO, Bürgerkeller,
Beitrag: 3,00 €

06.11.2012

Hamms Mehrgenerationenhaus,
Ludwig-Erhard-Str. 8

19.30 Uhr Bücherabend in Hamms - Die Buchhandlung Peters
stellt seine Favoriten 2012 vor

19.11.2012

VdK - OV Süden / Mitte

15.00 Uhr, Info- und Klönnachmittag, Zunftstuben, Oststr. 53

26.11.2012

Stadt Hamm / Altenhilfe / AWO

9.00 Uhr, Offenes Seniorenfrühstück, AWO, Bürgerkeller,
Beitrag: 3,00 €

02.12.2012

Hamms Mehrgenerationenhaus

11.00 – 15,00 Uhr, Hamms Kreativ

02.12.2012

Seniorenres. „Am Schillerplatz“

15.00 Uhr, Weihnachtsbasar im EG

03.12.2012

Hamms Mehrgenerationenhaus,
Ludwig-Erhard-Str. 8

20.00 Uhr, Themenabend: Vorsorgevollmacht, Patienten- und
Betreuungsverfügung, Kosten 2,00 € (Anmeldeschluss bis eine
Woche vor dem Termin)

05.12.2012

Hamms Mehrgenerationenhaus

18.00 Uhr, Treffen der Freiwilligen Mitarbeiter

08.12.2012

VdK - OV Süden / Mitte
Zunftstuben, Oststr. 53

15.00 Uhr, Jahresabschluss-Veranstaltung mit Jubilarehrung,
(Für das leibliche Wohl ist gesorgt.)

17.12.2012

Stadt Hamm / Altenhilfe / AWO

9.00 Uhr, Offenes Seniorenfrühstück, AWO, Bürgerkeller,

Hamm-Rhynern

01.-

07.10.2012

Sozialverband Deutschland
OV Berge-Westtünen

Mehrtagefahrt nach Schönbrunn/Schwanheim bei Heidelberg
Auskunft bei Pöpping, Tel. 02381/80745

02.10.2012

Stadt Hamm / Altenhilfe und
Kirchengemeinden Westtünen

9.00 Uhr, Offenes Seniorenfrühstück, Ev. Gemeindehaus,
Dietrich-Bonhoeffer-Str. 5, Beitrag: 3,00 €

02.10.2012

Pfarrcaritas St. Regina, Rhynern

14.30 Uhr, Messe; anschl. im Pfarrheim: Brot, von dem wir leben,
Referentin: Irmhild Born

04.10.2012 SV Deutschland OV Rhynern	15.00 Uhr, Frauennachmittag, Ev. Gemeindehaus
08.10.2012 Sozialverband Deutschland OV Berge-Westtünen	15.00 Uhr, Kaffeetrinken, Ev. Gemeindehaus (weiterhin jeden 2. Montag im Monat)
09.10.2012 KAB / ARG. Westtünen	14.00 Uhr, Messe, Erntedank: Es ist genug für alle da - wenn wir es wollen, Referent: Franz-Jose Nordhoff
09.10.2012 Sozialverband Deutschland OV Osterflierich	15.00 Uhr, 2. Offenes Seniorentreffen / Kaffeetrinken, Gaststätte Lindenschänke, Werl-Hilbeck
13.10.2012 Ev. Kirchengemeinde Westtünen	15.00 Uhr, Senioren-Tanz-Café, Ev. Gemeindehaus, Kontakt: Eheleute Fromm, Tel.: 023 85/83 86, (weiterhin jeden 2. Samstag im Monat)
16.10.2012 AG Seniorenarbeit Hamm-Rhynern	9.00 Uhr, Offenes Seniorenfrühstück, Cafeteria des Reginenhauses, St.-Reginen-Platz 9, Gebühr: 3,50 €
17.10.2012 SK Hamm-Westtünen Dietrich-Bonhoeffer-Haus	15.00 Uhr, Herbstfest Leitung: Frau Decker / Cornelia Löscher
02.11.2012 SV Deutschland OV Rhynern	15.00 Uhr, Frauennachmittag, Ev. Gemeindehaus
06.11.2012 Stadt Hamm / Altenhilfe und Kirchengemeinden Westtünen	9.00 Uhr, Offenes Seniorenfrühstück Kath. Pfarrheim Delpstr. 1, Beitrag: 3,00 €
06.11.2012 Pfarrcaritas St. Regina, Rhynern	14.30 Uhr, Messe; anschl. im Pfarrheim: Alternative Medizin und Behandlungsmethoden, Referentin Christiane Mitlewski
07.10.2012 SK Hamm-Westtünen	15.00 Uhr, Bingo, Leitung: Frau Decker
10.11.2012 KAB / ARG. Westtünen	12.00 Uhr, Monatsversammlung mit Grünkohlessen
20.11.2012 AG Seniorenarbeit Hamm-Rhynern	9.00 Uhr, Offenes Seniorenfrühstück, Cafeteria des Reginenhauses, St.-Reginen-Platz 9, Gebühr: 3,50 €
21.11.2012 SK Hamm-Westtünen	16.00 Uhr, Buß- und Betttag, Kaffee für die gesamte Gemeinde, Dietrich-Bonhoeffer-Haus 17.00 Uhr Gottesdienst
01.12.2012 Sozialverband Deutschland OV Berge-Westtünen	15.00 Uhr, Weihnachtsfeier, EV. Gemeindehaus

04.12.2012

Stadt Hamm / Altenhilfe und Kirchengemeinden Westtünen

9.00 Uhr, Offenes Seniorenfrühstück, Ev. Gemeindehaus, Dietrich-Bonhoeffer-Str. 5, Beitrag: 3,00 €

04.12.2012

Pfarrcaritas St. Regina, Rhynern

14.30 Uhr, Messe; anschl. im Pfarrheim: Adventsfeier

04.12.2012

Sozialverband Deutschland
OV Osterflirich Werl-Hilbeck

15.00 Uhr, Vorweihnachtliches Treffen, Gaststätte Lindenschänke,

05.12.2012

SK Hamm-Westtünen

15.00 Uhr, Hokus Pokus Verzaubert, Leitung: Frau Löscher

06.12.2012

SV Deutschland OV Rhynern

15.00 Uhr, Weihnachtsfeier, Ev. Gemeindehaus

12.12.2012

KAB / ARG. Westtünen

14.00 Uhr, Messe zum Advent, anschl. Sterne ohne Grenzen, Referent: Hermann Aßhoff

13.12.2012

SV Deutschland OV Rhynern

Halbtagsfahrt, Auskunft bei Gellenbeck, Tel: 02381/82583

19.12.2012

SK Hamm-Westtünen

15.00 Uhr, Weihnachtsfeier, Leitung: Decker / Löscher

Hamm-Uentrop

02.10.2012

AWO Ostwennemar
Sportzentrum Birkenfeld

13.30 Uhr, Gymnastikgruppe, Schwerpunkt: Wirbelsäule, Auskunft: Hilde Querbach, Telefon: 02381/23694

02.10.2012

AWO Ostwennemar
Sportzentrum Birkenfeld

14.45 Uhr, Tanzgruppe, Folklore und Mitmachtänze, Auskunft: Hilde Querbach, Telefon 02381/23694

02.10.2012

AWO Ostwennemar

15.00 Uhr, Treffen mit Karten – und Brettspielen
Schützenhalle Mennenkamp (weiterhin dienstags)

04.10.2012

AK „Ökumenisches Seniorenfrühstück“ Hamm-Osten/Mark

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

08.10.2012

Ev. Kirchengemeinde Braam-Ostwennemar – „Herbstblüte“

9.00 Uhr, Frühstück im Gemeindehaus

08.10.2012

SV Deutschland OV Werries

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

09.10.2012

AWO Ostwennemar
Schützenhalle Mennenkamp

9.00 Uhr, Frühstück für Mitglieder und Gäste
(weiterhin jeden 2. Dienstag im Monat)

09.10.2012

VdK OV Hamm -Osten

15 – 17 Uhr, Dienstagsgruppe „Kartoffeln hier - Kartoffeln da,
AWO-Werries, Alter Uentropener Weg 174

10.10.2012

ARG St. Antonius Geithe
Pfarrheim, In der Geithe 6

15.00 Uhr, Mit einem Apfel fing alles an – Informationen rund um
die Frucht des Paradieses

10.10.2012

SV Deutschland OV Uentrop

15.00 Uhr, Frauengruppe, Café Thelen
(weiterhin jeden 2. Mittwoch im Monat)

11.10.2012

SV Deutschland OV Werries

15.00 Uhr, Spielnachmittag SoVD / AWO, Begegnungsstätte Werries
(weitere Termine 15.11. und 13.12.)

11.10.2012

DRK-Senioren-Stift Mark

15.00 Uhr, Erntedankfest für Bewohner des Hauses

11.10.2012

SV Deutschland OV
Ostwennemar

15.30 Uhr, Frauengruppe, Gaststätte Prünfte
(weiterhin jeden 2. Donnerstag im Monat)

13.10.2012

VdK OV Hamm-Osten

15 - 18 Uhr, Oktoberveranstaltung

15.10.2012

SK der Caritaskonferenz
St. Bonifatius Hamm-Werries

15.00 Uhr, Messe in der St. Bonifatiuskirche, anschl. gemütliches
Beisammensein

17.10.2012

Perthes-Haus

14.00 Uhr, Mittwochscafé (weiterhin 14tägig)

21. –

26.10.2012

CKD St. Bonifatius,
Hamm-Werries

Herbstfreizeit auf der Insel Wangerooe

22.10.2012

SV Deutschland OV Werries

18.30 Uhr, Spielabend, Begegnungsstätte Werries

23.10.2012

AWO Ostwennemar
Sportzentrum Birkenfeld

13.30 Uhr, Gymnastikgruppe, Schwerpunkt: Wirbelsäule,
Auskunft: Hilde Querbach, Telefon: 02381/23694
(weiterhin wöchentlich bis 27.11.)

23.10.2012

AWO Ostwennemar
Sportzentrum Birkenfeld

14.45 Uhr, Tanzgruppe, Folklore und Mitmachtänze,
Auskunft: Hilde Querbach, Telefon 02381/23694
(weiterhin wöchentlich bis 27.11.)

<u>24.10.2012</u> SV Deutschland OV Uentrop	13.30 Uhr, Gymnastikgruppe, Turnhalle der Grundschule (weitere Termine: 31.10., 07.11.)
<u>25.10.2012</u> AK „Offene Altenarbeit im Stadtbezirk Hamm-Uentrop“	9.00 Uhr, Offenes Seniorenfrühstück, Gemeindehaus Erlöserkirche, Kontakt: Luczka, Tel.: 8 10 13, Gebühr: 3,00 €
<u>25.10.2012</u> Pfarrcaritas St. Georg	15.00 Uhr, Gottesdienst, anschl. Kaffeetrinken: Erntedank
<u>25.10.2012</u> SV Deutschland OV Werries	15.00 Uhr, Spiele-Nachmittag, Café Thelen
<u>05.11.2012</u> Ev. Kirchengemeinde Braam- Ostwennemar – „Herbstblüte“	9.00 Uhr, Frühstück im Gemeindehaus, Thema: Mit Rucksack und Zelt durch Korsika, Diavortrag: Gero Kasischke
<u>08.11.2012</u> AK „Ökumenisches Senioren- frühstück“ Hamm-Osten/Mark	9.00 Uhr, Offenes Seniorenfrühstück; Pfarrheim St. Georg Kontakt: Munz, Tel.: 8 16 71
<u>08.11.2012</u> DRK-Senioren-Stift Mark	15.00 Uhr, Weinfest, Musik: Herr Dazert
<u>10.11.2012</u> ARG St. Antonius Geithe	15.00 Uhr, Diözesantag, Stadthalle Kamen
<u>13.11.2012</u> VdK OV Hamm-Osten	15-17 Uhr, Dienstagsgruppe – Herbstleuchten im Maxi Park, AWO-Werries, Alter Uentrop Weg 174
<u>14.11.2012</u> ARG St. Antonius Geithe Pfarrheim, In der Geithe 6	15.00 Uhr, Wohnen im Alter – Altenwohnungen und Pflegeheime, Referent: Herr Niemann, Stadt Hamm
<u>19.11.2012</u> SK der Caritaskonferenz St. Bonifatius Hamm-Werries	15.00 Uhr, Messe in der St. Bonifatiuskirche anschl. gemütliches Beisammensein
<u>21.11.2012</u> SV Deutschland OV Uentrop	13.30 Uhr, Gymnastikgruppe, Turnhalle der Grundschule (weitere Termine: 28.11., 05.12.)
<u>21.11.2012</u> CKD St. Bonifatius, Hamm-Werries 14.00 Uhr	Besichtigung des Claas Parts Logistica Centers, Treffpunkt: 13.15 Uhr, Kirchpl. St. Bonifatius, Abfahrt: 13.30 Uhr, Beginn der Führung;
<u>22.11.2012</u> AK „Offene Altenarbeit im Stadtbezirk Hamm-Uentrop“	9.00 Uhr, Offenes Seniorenfrühstück, Gemeindehaus Erlöserkirche, Kontakt: Luczka, Tel.: 81013, Gebühr: 3,00 €
<u>22.11.2012</u> Pfarrcaritas St. Georg	15.00 Uhr, Messe, anschl. Kaffeetrinken: Frau Hülsmann zeigt Dias von alten Hammer Krippen

<u>26.11.2012</u> SV Deutschland OV Werries	18.30 Uhr, Spielabend, Begegnungsstätte Werries
<u>01.12.2012</u> SV Deutschland OV Werries	15.30 Uhr, Jahresabschlussfeier mit Jubilarehrungen, Gemeindehaus Erlöserkirche
<u>02.12.2012</u> SV Deutschland OV Uentrop	15.00 Uhr, Jahresabschlussfeier . Gastst. Schulte-Geithe
<u>03.12.2012</u> Ev. Kirchengemeinde Braam- Ostwennemar – „Herbstblüte“	9.00 Uhr, Advent-Frühstück mit Pfr. Gumprich im Gemeindehaus
<u>06.12.2012</u> AK „Ökumenisches Senioren- frühstück“ Hamm-Osten/Mark	9.00 Uhr, Offenes Seniorenfrühstück; Pfarrheim St. Georg Kontakt: Munz, Tel.: 8 16 71
<u>06.12.2012</u> DRK-Senioren-Stift Mark	15.00 Uhr, Adventskaffee
<u>07.12.2012</u> SV Deutschland OV Ostwennemar	Tagesfahrt zum Weihnachtsmarkt / Ziel noch offen Auskunft bei Surmann, Tel. 02381/64449
<u>08.12.2012</u> VdK OV Hamm-Osten	15 – 18 Uhr Jahresabschlussveranstaltung
<u>11.12.2012</u> VdK OV Hamm-Osten	Dienstagsgruppe, Adventl. Nachmittag
<u>12.12.2012</u> CKD St. Bonifatius, Hamm-Werries	Fahrt mit öffentlichen Verkehrsmitteln zum Weihnachtsmarkt in Bielefeld, Treffpunkt: 10.10 Uhr, Maxi-Center
<u>12.12.2012</u> Perthes-Haus	14.00 Uhr, Weihnachtscafé
<u>12.12.2012</u> ARG St. Antonius Geithe Pfarrheim, In der Geithe 6	15.00 Uhr, Da hilft nur noch beten – Sprechen mit Gott Referentin: Angelika Tollkamp
<u>13.12.2012</u> AK „Offene Altenarbeit im Stadtbezirk Hamm-Uentrop“	9.00 Uhr, Offenes Seniorenfrühstück, Gemeindehaus Erlöserkirche, Kontakt: Luczka, Tel.: 8 10 13, Gebühr: 3,00 €
<u>16.12.2012</u> SV Deutschland OV Ostwennemar	15.00 Uhr, Jahresabschlussfeier, Gaststätte Prünfte
<u>17.10.2012</u> Ev. Kirchengemeinde Braam- Ostwennemar – „Herbstblüte“	14.30 Uhr, Seniorenadventsfeier der Kirchengemeinde
<u>18.12.2012</u> AWO Ostwennemar	15.30 Uhr, Weihnachtsfeier, Schützenhalle Mennenkamp

19.12.2012

SV Deutschland OV Werries

15.30 Uhr, Spiele-Nachmittag, Café Thelen

20.12.2012

Pfarrcaritas St. Georg

15.00 Uhr, Messe, anschl. Kaffeetrinken: Adventl. Stunde

Hamm-Pelkum

01.10.2012

Seniorenarbeit Friedenskirche,
Weetfelder Str., Gemeindehaus

14.30 Uhr. Spielnachmittag (weiterhin jeden Montag)

01.10.2012

AWO-Tagesstätte

15.00 Uhr, Chor (weiterhin jeden Montag)

02.10.2012

AWO-Tagesstätte

15.00 Uhr, Gemütliches Beisammensein mit Bingo
(weiterhin jeden Dienstag)

04.10.2012

Sozialverband Deutschland
OV Pelkum

15.00 Uhr, Frauengruppe, Casino, Wielandstr.
(weiterhin jeden 1. Donnerstag im Monat)

10.10.2012

Seniorenarbeit Friedenskirche

14.30 Uhr, Geburtstagsfeier

10.10.2012

Spätlese Pelkum, Pelikanum

15.00 Uhr, Im Wein liegt Wahrheit

10.10.2012

SK St. Marien, Hamm-
Wiescherhöfen

15.00 Uhr, Messe, anschließend Kaffeetrinken im Marienheim
und Herbstfest

10.10.2012

AWO-Tagesstätte

15.00 Uhr, Skatspielen (weiterhin jeden Mittwoch)

12.10.2012

AG Seniorenarbeit
Hamm-Pelkum

15.00 Uhr, Kaffeetafel im Lebenspunkt, Heinrichstr. 10
Gebühr: 3,00 €

13.10.2012

AWO-Tagesstätte

15.00 Uhr, Jubilarehrung

17.10.2012

Sozialverband Deutschland
OV Pelkum

9.00 Uhr, Frühstück, Casino, Wielandstr.
(weiterhin jeden 3. Mittwoch im Monat)

18.10.2012

Seniorenarbeit Friedenskirche,
Weetfelder Str., Gemeindehaus

10.00 Uhr, Erzählwerkstatt
(weiterhin jeden 3. Donnerstag im Monat)

21.10.2012

Seniorenarbeit Friedenskirche,
Weetfelder Str., Gemeindehaus

15.00 Uhr, Gemeinde-Café. Weetfelder Str.
(weiterhin jeden 3. Sonntag im Monat)

24.10.2012

Seniorenarbeit Friedenskirche,
Weetfelder Str., Gemeindehaus

14.30 Uhr, Dicker Hals und kalte Füße – Was Redensarten über
Körper und Seele verraten, Referent Herr Ellinger

23.10.2012

AWO-Tagesstätte

15.00 Uhr, Geburtstagsfeier

07.11.2012

Spätlese Pelkum, Pelikanum

15.00 Uhr, Wie gestalte ich meine Freizeit?

09.11.2012

AG Seniorenarbeit
Hamm-Pelkum

15.00 Uhr, Kaffeetafel im Lebenspunkt, Heinrichstr. 10
Gebühr: 3,00 €

14.11.2012

Seniorenarbeit Friedenskirche

12.00 Uhr, Gemeinsames Essen und Trinken

17.11.2012

SV Deutschland OV Werries

15.00 Uhr, Jahresfeier mit Ehrungen, Bürgerhalle Pelkum

21.11.2012

SK St. Marien, Hamm-
Wiescherhöfen

15.00 Uhr, Messe, anschließend Kaffeetrinken im Marienheim
und Thema: Christliche Feste

27.11.2012

AWO-Tagesstätte

15.00 Uhr, Geburtstagsfeier

28.11.2012

Seniorenarbeit Friedenskirche

14.30 Uhr, Kirche für Neugierige

30.11.2012

AG Seniorenarbeit
Hamm-Pelkum

„Frühstück für Jedermann“ im Marienheim, Gebühr: 3,00 €

01.12.2012

AWO-Tagesstätte

15.00 Uhr, Nikolausfeier

05.12.2012

Seniorenarbeit Friedenskirche

14.30 Uhr, Weihnachtsfeier des Seniorenkreises

05.12.2012

Spätlese Pelkum, Pelikanum

15.00 Uhr, Adventsfeier für die Senior(inn)en der Gemeinde

07.12.2012

AG Seniorenarbeit
Hamm-Pelkum

15.00 Uhr, Kaffeetafel im Lebenspunkt, Heinrichstr. 10
Gebühr: 3,00 €

08.12.2012

SV Deutschland OV Werries

2-Tagefahrt zum Weihnachtsmarkt nach Erfurt,
Auskunft bei Flockermann, Tel. 02381/404263

11.12.2012

AWO-Tagesstätte

15.00 Uhr, Weihnachtsfeier

12.12.2012

SK St. Marien, Hamm-
Wiescherhöfen, Marienheim

15.00 Uhr, Messe, anschließend Kaffeetrinken im Marienheim und
Thema: Friede auf Erden (Hirten und Engel)

19.12.2012

Seniorenarbeit Friedenskirche,
Weetfelder Str., Gemeindehaus

14.30 Uhr, Weihnachtsfeier der über 70jährigen
Gemeindemitglieder

Hamm-Herringen

01.10.2012

AK „Ökumenisches Senioren-
frühstück Herringen / Altenhilfe

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

02.10.2012

AWO – OV Herringen
Am Jugendheim 3

13.30 Uhr Offener Spielnachmittag, Altentagesstätte,
(weiterhin jeden Dienstag)

03.10.2012

Theaterverein Edelweis
Studienbühne „Alter Bauhof“

15.00 Uhr, „Ich-AG“ – Ein Schwank in 3 Akten
(weitere Termine: 06.10., 19.00 Uhr und 07.10., 15.00 Uhr)

04.10.2012

AWO – OV Herringen

14.00 Uhr Handarbeitsgruppe, Altentagesstätte
(weiterhin jeden Donnerstag)

07.10.2012

Altenheim St. Josef

15.30 Uhr Kultur am Sonntag mit dem „Fröhlichen Tanzkreis“,
Cafeteria

10.10.2012

Caritaskonferenz Heilig Kreuz,
Michaelsheim

15.00 Uhr, Seniorennachmittag, Wir feiern Erntedank mit Stuten
und Schmalzbrotten bei Akkordeonmusik

14.10.2012

Evangelisches Altenzentrum
St. Victor

15.15 Uhr, Unterhaltung am Sonntag
Haushalt früher – Bildervortrag mit Quiz, Cafeteria

17.10.2012

Altenheim St. Josef

10 – 17 Uhr, 2 für Sie, Betreuungsangebot für Pflegebedürftige
Menschen zur Entlast./Unterstützung der Angeh.
(weiterh. 21.11., 19.12.)

19.10.2012

Trägerverein Bauhof Herringen
Torksfield 2 Alter Bauhof

19.00 Uhr, Doppelkopfabend für Frauen und Männer
(weiterhin jeden 3. Freitag im Monat)

20.10.2012

AWO / SV Deutschland –
OV Herringen / Altenhilfe

9.00 Uhr, Seniorenfrühstück, Altentagesstätte Herringen,
Gebühr: 3,00 €

24.10.2012

Altenheim St. Josef

14.30 Uhr, Offenes Cafe mit Tanzmusik (weiterh. 19.12.12)

27.10.2012

Altenheim St. Josef

14.30 Uhr, Klöncafe (weiterh. 24.11.11, 29.12.11)

28.10.2012

Trägerverein Bauhof Herringen

15.00 Uhr, Tanzcafé (Einlass: 14.30 Uhr), Alter Bauhof

29.10.2012

Evangelisches
Altenzentrum St. Victor

19.00 Uhr, Bekleidungsverkauf der Fa. Modemobil
15.00 Uhr, Modenschau, Fa. Modemobil

04.11.2012

Altenheim St. Josef

15.30 Uhr, Kultur am Sonntag mit Frauenchor Lohuserholz

05.11.2012

AK „Ökumenisches Senioren-
frühstück / Altenhilfe

9.00 Uhr, Seniorenfrühstück, Cafeteria -Altenheimes St. Josef,
Buschkampstr. 4, Gebühr: 3,00 €

05.11.2012

Ev. Altenzentrum St. Victor

15.00 Uhr, Offenes Singen, Cafeteria

07.11.2012

Altenheim St. Josef

14.30 Uhr, Bingo (weiterhin: 05.12.12)

11.11.2012

Evangelisches Altenzentrum
St. Victor

15.15 Uhr, Unterhaltung am Sonntag
Bilderausstellung Engel, Cafeteria

14.11.2012

Caritaskonferenz Heilig Kreuz

15.00 Uhr, Seniorennachmittag, Besuch Kiga St. Josef

18.11.2012

AWO / SV Deutschland –
OV Herringen / Altenhilfe

9.00 Uhr, Seniorenfrühstück, Altentagesstätte Herringen,
Gebühr: 3,00 €

24.11.2012

Trägerverein Bauhof Herringen

12.00 Uhr, Weihnachtlicher Markt, Alter Bauhof

28.11.2012

Altenheim St. Josef

14.30 Uhr, Modenschau mit Möglichkeit zum Einkauf,
Fa. Dekumoden, Cafeteria

09.12.2012

Altenheim St. Josef

14.30 - 18.00 Uhr, Adventsbasar

09.12.2012

Evangelisches Altenzentrum
St. Victor

15.15 Uhr, Unterhaltung am Sonntag
Adventssingen mit Bratapfelessen, Cafeteria

10.12.2012

AK „Ökumenisches Senioren-
frühstück Herringen / Altenhilfe

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

20.12.2012

AWO / SV Deutschland –
OV Herringen / Altenhilfe

9.00 Uhr, Seniorenfrühstück, Altentagesstätte Herringen,
Gebühr: 3,00 €

Hamm-Westen

01.10.2012

Pfarrcaritas St. Josef, Josefshaus

15.00 Uhr, Gesellschaftsspiele für „Jung und Alt
(weiterhin jeden 1. Montag im Monat)

01.10.2012

KAB St. Bonifatius
Lange Str. 193

15.30 Uhr, Bingo, Bewegung und Tanz bringen Freude
(Tanzkreis) mit Ellen Evers (weiterhin jeden Montag)

02.10.2012

Stadt Hamm - Amt für Soziale
Integration / Altenhilfe

13.30 Uhr, Senioren-Internet-Café, Anne-Frank-Schule
(weiterhin wöchentlich außer 09.10.)

07.10.2012

Café St. Jupp

14.30 Uhr, Café-Treff, Pfarrheim St. Josef
(weiterhin jeden 1. Sonntag im Monat)

08.10.2012

Pfarrcaritas St. Josef, Josefshaus

15.00 Uhr, Bunter Nachmittag mit anschließender Rosenkranzandacht,
Wohn- und Pflegeheim St. Vinzenz-Vorsterhausen

18.10.2012

VdK - OV Westen

14.30 Uhr, Frauennachmittag, AWO-Bürgerkeller,
Kontakt: Edith Hörstmann; Tel. 0 23 81/44 36 40

19.10.2012

VdK - OV Westen

17.00 Uhr, Männertreff (Kegeln), Seniorenzentrum St. Bonifatius,
Bonifatiusweg 14 (aktuelle Informationen siehe Tagespresse)
Kontakt: Reinhard Quednau, Tel.: 0 23 81/2 83 90

21. –

26.10.2012

VdK - OV Westen

Mehrtagesfahrt zum Eurostrand nach Leiwien, Kontakt und Info:
Libor Baar, Tel.: 0 23 85/4 29 51 55 (Auch Nichtmitglieder sind herzlich
willkommen), Abfahrt; ab Westenschützenhof

25.10.2012

AK „Seniorenarbeit im
Hammer-Westen“

9.00 Uhr, Offenes Frühstück, Pfarrheim St. Josef, Josefstr. 4,
Gebühr: 3,00 €

29.10.2012

VdK - OV Westen

15.00 Uhr, Herbsttreffen, Lippmann am Boll,
Kontakt: Quednau, Tel.: 0 23 81/2 83 90

07.11.2012

Seniorenzentrum St. Bonifatius

10.00 – 17.00 Uhr, „2 für Sie“ Betreuungsangebot für Pflegebedürftige
Menschen zur Entlastung und Unterstützung der Angehörigen,
Anmeldung und Informationen über Ambulante Caritas-
Pflegedienste, Soz. Station Süd, Tel.: 0 23 81 - 92 66 80
(weiterhin jeden 1. Mittwoch im Monat)

07.11.2012

VdK - OV Westen

14.30 Uhr, Frauennachmittag, AWO-Bürgerkeller,
Kontakt: Edith Hörstmann; Tel. 0 23 81/44 36 40

16.11.2012

VdK - OV Westen

17.00 Uhr, Männertreff (Kegeln), Seniorenzentrum St. Bonifatius, Bonifatiusweg 14 (aktuelle Informationen siehe Tagespresse)
Kontakt: Reinhard Quednau, Tel.: 02381/28390

26.11.2012

VdK - OV Westen

19.00 Uhr Treffen der Berufstätigen (Weihnachtsessen), Lippmann am Boll, Kontakt und Info: Libor Baar, Tel.: 02385/4295155

29.11.2012

AK „Seniorenarbeit im Hammer-Westen“

9.00 Uhr, Offenes Frühstück, St. Paulus, Gebühr: 3,00 €

19.11.2012

Pfarrcaritas St. Josef, Josefshaus

14.30 Uhr, Elisabethfeier mit hl. Messe und Krankensalbung

08.12.2012

VdK - OV Westen

10.00 Uhr, Jahresabschluss-Treffen im Gasthof Clemens-August, Kontakt: Baar, Tel.: 02385/4295155, Abfahrt: Westenschützenhof

13.12.2012

VdK - OV Westen

14.30 Uhr, Frauennachmittag, AWO-Bürgerkeller, Kontakt: Edith Hörstmann; Tel. 02381/443640

Hamm-Norden

01.10.2012

AG „Seniorenarbeit im

9.30 Uhr, Theatergruppe, Pfarrheim Maria Königin Hammer Norden“ Kontakt: V. Rückert, Telefon: 63007.

01.10.2012

AG „Seniorenarbeit im Hammer Norden“

14.00 Uhr, Internet-Café für Senioren, Stadtteilzentrum Sorauer Str., Aula, Kontakt: U. Tornscheidt, Stadt Hamm, Tel.: 17-6733 (weiterhin wöchentlich außer 08.10.)

01.10.2012

Wolfgang-Glaubitz-Seniorenzentrum, Westberger Weg 44

15.30 Uhr, Singen mit Frau Platte, Wohnbereich 2, Ecke Asien (weiterhin jeden 1. Montag im Monat)

02.10.2012

Wolfgang-Glaubitz-Seniorenzentrum, Westberger Weg 44

14.30 Uhr, Café Norden, Betreuungs- und Entlastungsangebot für Angehörige von Menschen mit eingeschränkter Alltagskompetenz, Gruppenraum 1 (weitere Termine: 16.10., 06.11., 22.11., 04.12.)

02.10.2012

AG „Seniorenarbeit im Hammer Norden“

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

08.10.2012

Wolfgang-Glaubitz-Seniorenzentrum / Karlschule

16.00 Uhr, Volkslieder und Gedichte – Herr John spielt Akkordeon und liest, Gruppenraum 2, Erdgeschoss

09.10.2012

VdK OV Hamm Norden

14.30 Uhr, Möhnensee, Pfarrheim Herz-Jesu

09.10.2012 Wolfgang-Glaubitz-Seniorenzentrum, Westberger Weg 44	15.30 Uhr, Wir spielen Bingo, Café International (weitere Termine: 30.10., 13.11., 27.11., 18.12.)
10.10.2012 AG „Seniorenarbeit im Hammer Norden“	9.30 Uhr, Tanz für Senioren, Ev. Gemeindehaus M. Berthold Leitung: Ingrid Becker, Tel.: 3 70 86 44 (weiterhin 14tägig)
10.11.2012 ARG Maria Königin, Sorauer Str.	15.00 Uhr, Urlaubserinnerungen
10.10.2012 ZwAR-Holzgruppe Werkraum der Karlschule	15.00 Uhr, Werken mit Holz - Eingeladen sind alle, die sich für das Arbeiten mit dem Werkstoff Holz interessieren Westberger Weg Anmeldung nicht erforderlich (weiterhin jeden Mittwoch)
10.10.2012 Wolfgang-Glaubitz-Seniorenzentrum, Westberger Weg 44	15.30 Uhr, Ein Strauß voll Melodien, musikal. Nachmittag mit Herrn Cier (weitere Termine: 07.11., 12.12.)
11.10.2012 AG „Seniorenarbeit im Hammer Norden“	9.00 Uhr, Seniorenfrühstück, Pfarrheim Herz-Jesu, Karlsplatz Kontakt.: U. Tornscheidt, Stadt Hamm, Tel.: 17-67 33
11.10.2012 AG „Seniorenarbeit im Hammer Norden“ - Junge Senioren -	11.00 Uhr, Radwanderung, Treffpunkt: Tondernplatz. Kontakt: Schrader, Tel.: 6 55 38 (weiterhin jeden 2. Do. i.M.)
12.10.2012 AG „Seniorenarbeit im Hammer Norden“	15.00 Uhr, Rad- u. Wandergruppe Karlsplatz, Treffpunkt: Karlsplatz (Bei Regen fällt die Radtour aus.) Kontakt: Bellinghoff, Tel.: 6 21 90 (weiterh. 14tägig freitags)
17.10.2012 AG „Seniorenarbeit im Hammer Norden“	9.30 Uhr, Tanz für Senioren, Pfarrheim Herz-Jesu Leitung: Ingrid Becker, Tel.: 3 70 86 44 (weiterhin 14tägig)
17.10.2012 AG „Seniorenarbeit im Hammer Norden“	16.00 Uhr, Kegeln, Pfarrheim Maria-Königin, Kontakt: Fr. L. Wieland, Tel.: 6 37 17 (weitere Termine: 14.11., 12.12.)
22.10.2012 Wolfgang-Glaubitz-Seniorenzentrum, Westberger Weg 44	15.00 Uhr, Herbstwoche: Herbstfest mit Kaffee, Kuchen und Musik, Café International, Frau Böbersen
23.10.2012 Wolfgang-Glaubitz-Seniorenzentrum, Westberger Weg 44	16.00 Uhr, Herbstwoche: Sängerkreis SGV Hamm-Bockum-Hövel, Café International
24.10.2012 ARG Maria Königin, Sorauer Str.	15.00 Uhr, Spiel- und Klönnachmittag
24.10.2012 W.-Glaubitz-Seniorenzentrum	15.30 Uhr, Herbstwoche: Film aus der Heimat

25.10.2012

AG „Seniorenarbeit im Hammer Norden“

10.00 Uhr, „Nordener Schaufel“ Geschichtskreis, W.-Glaubitz-Zentrum, Kontakt: U. Tornscheidt, Tel.: 17-6733, (weitere Termine: 22.11., 20.12.)

25.10.2012

Wolfgang-Glaubitz-Seniorenzentrum, Westberger Weg 44

16.00 Uhr, Herbstwoche: Musikalischer Nachmittag mit dem Duo Silverstone, Café International

26.10.2012

Wolfgang-Glaubitz-Seniorenzentrum, Westberger Weg 44

17.00 Uhr, Herbstwoche: Abendbüfett „Deftiges von gestern und heute“, Café International, Musik: Herr Cier

08.11.2012

AG „Seniorenarbeit im Hammer Norden“

9.00 Uhr, Seniorenfrühstück, Pfarrheim Herz-Jesu, Karlsplatz Kontakt.: U. Tornscheidt, Stadt Hamm, Tel.: 17-6733

**10.10.2012-
13.11.2012**

VdK OV Hamm Norden

14.30 Uhr, Info/Bingo, Pfarrheim Herz-Jesu

14.11.2012

ARG Maria Königin, Sorauer Str.

15.00 Uhr, Quiz mit Dorothea Lammert

19.11.2012

Wolfgang-Glaubitz-Seniorenzentrum / Karlschule

16.00 Uhr, Volkslieder und Gedichte – Herr John spielt Akkordeon und liest, Gruppenraum 2, Erdgeschoss

28.11.2012

ARG Maria Königin, Sorauer Str.

15.00 Uhr, Gemütliche Beisammensein im Pfarrheim

11.12.2012

VdK OV Hamm Norden

14.30 Uhr, Weihnachtsfeier, Pfarrheim Herz-Jesu

11.12.2012

Wolfgang-Glaubitz-Seniorenzentrum / Karlschule

16.00 Uhr, Volkslieder und Gedichte – Herr John spielt Akkordeon und liest, Gruppenraum 2, Erdgeschoss

12.12.2012

ARG Maria Königin, Sorauer Str.

15.00 Uhr, Adventsfeier

13.12.2012

AG „Seniorenarbeit im Hammer Norden“

9.00 Uhr, Seniorenfrühstück, Pfarrheim Herz-Jesu, Karlsplatz Kontakt.: U. Tornscheidt, Stadt Hamm, Tel.: 17-6733

27.12.2012

Wolfgang-Glaubitz-Seniorenzentrum, Westberger Weg 44

15.30 Uhr, Jahresrückblick 2012, Gruppenraum 2, EG

Hamm-Bockum-Hövel

03.10.2012

Senioren-gemeinschaft St. Pankratius

8.45 Uhr, Wallfahrt nach Werl

<p>04.10.2012 Ludgeri-Forum / Altenhilfe</p>	<p>9.00 Uhr, Offenes Seniorenfrühstück Beitrag: 3,00 € Treffpunkt des Ludgeristiftes Hövel</p>
<p>05.10.12 Ludgeristift, An der Kreuzkirche, Hammer Str. 138</p>	<p>15.30 Uhr, Musikrunde mit Herrn Cier in einer Hausgemeinschaft (siehe Aushang)</p>
<p>06.10.2012 Ludgeristift Hövel/ Ambulante Pflege</p>	<p>10.00 – 16.30 Uhr, "Ein Tag für mich" Betreuung von an Demenz erkrankten Menschen, Infos unter Tel.: 484248 (weitere Termine: 11.10., 16.10., 20.10., 25.10, 30.10.)</p>
<p>09.10.2012 Ludgeristift Bockum Südgeist 1 a</p>	<p>Ab 10.00 Uhr, Modeverkauf, ab 15.00 Uhr, Modenschau mit Kaffee und Kuchen in der Cafeteria</p>
<p>10.10.2012 Begegnungsstätte Haus der Be- gegnung, Friedrich-Ebert-Str.</p>	<p>9.30. – 11.30 Uhr, Sprechstunde des Amtes für Soziale Integration/ Altenhilfe), Gesprächspartnerin: Karin Berheide (weiterhin jeweils mittwochs)</p>
<p>10.10.2012 Begegnungsstätte Haus der Be- gegnung, Friedrich-Ebert-Str.</p>	<p>15.00 – 18.00 Uhr, „Café-Lese“ weiterhin jeweils mittwochs bis freitags</p>
<p>10.10,2012 Begegnungsstätte Haus der Be- gegnung, Friedrich-Ebert-Str.</p>	<p>15.00 – 18.00 Uhr, Spiele-Nachmittag (Brett- und Kartenspiele), Kontakt: K. Berheide, Tel.: 17-6734 (weiterh. jeweils mi.)</p>
<p>10.10.2012 Ludgeristift Bockum Südgeist 1 a</p>	<p>15.30 Uhr, Offenes Singen im Wintergarten (weiterhin jeden 1., 2. und 3. Mittwoch im Monat)</p>
<p>10.10.2012 Sozialverband Deutschland OV Bockum-Hövel</p>	<p>16.00 Uhr, Frauennachmittag, Gaststätte Haus Döbbe (weiterhin jeden 2. Mittwoch im Monat)</p>
<p>11.10.2012 VdK OV Bockum-Hövel</p>	<p>15.00 Uhr, Info- und Klönnachmittag, Gaststätte Gorschlüter</p>
<p>14.10.2012 Ludgeri-Pflegestützpunkt, Marinestr. 42</p>	<p>11.00 – 17.00 Uhr, Tag der offenen Tür mit Informationsver- anstaltungen, Therapieangebote bei Menschen mit Demenz (Für Speisen und Getränke ist gesorgt,) 17.00 Uhr, Lesung: K. Hummel „Gute Nacht Liebster“, Schilderung einer Betroffenen zum Thema Pflege eines Demenz erkrankten Angehörigen</p>
<p>15.10.2012 Ludgeristift, An der Kreuzkirche, Hammer Str. 138</p>	<p>15.00 Uhr, Altenrunde der ev. Kirchengemeinde im Ludgeri-Stift zu Gast, Cafeteria (weiterhin jeden 3. Montag im Monat)</p>
<p>17.10.2012 Senioren-gemeinschaft St. Pankratius</p>	<p>15.00 Uhr, Messe, anschließend Kaffeetrinken mit- Rollstuhlfahrern aus Ludgeri</p>

17.10.2012

Ludgeristift Hövel/
Ambulante Pflege

18.00 Uhr, Gesprächskreis Demenz, Ermelinghofstr. 18,
Infos: 484248 (weiterhin jeden 3. Mittwoch im Monat)

18.10.2012

Kirchengem. St. Stephanus/
Christus-König u. Stadt Hamm,
Amt für Soziale / Altenhilfe

9.00 Uhr, Seniorenfrühstück, Beitrag: 3,00 €
Pfarrheim Christus-König, Eichstedtstr. 44
Kontakt: Karin Berheide. Tel.: 17-6734

19.10.2012

Ludgeri-Forum / Altenhilfe
Treffpunkt Ludgeristift Hövel

16.00 Uhr, Bilderpräsentation des Generationsgartens der
Kleingartenanlage Ontario, Am Böcken, unter der Leitung
von Herrn Leder

22.10.2012

Gesprächskreis „Pflegerische Angehörige“- Ev. Kirchengemeinde

19.00 Uhr, Schwindel und Gleichgewichtsstörungen im fortgeschrittenen Alter, Referent: Prof. Dr. Wichmann, Haus der Begegnung

24.10.2012

Senioren-gemeinschaft
St. Pankratius

9.00 Uhr, Messe, anschließend Frühstück im Pfarrheim,
Thema: Singen im Herbst mit Hanna Kansy

25.10.2012

Ludgeristift, Hövel
Ermelinghofstr. 18

15.30 Uhr, Musikkunde mit Herrn Cier im Treffpunkt

30.10.2012

Ludgeristift, Hövel
Ermelinghofstr. 18

15.00 Uhr, Herbstfest mit der Tanzgruppe der Auferstehungskirche

31.10.2012

Senioren-gemeinschaft
St. Pankratius

9.00 Uhr, hl. Messe, anschließend Frühstück im Pfarrheim
Thema: Neues aus Bockum-Hövel mit Udo Helm

31.10.2012

Ludgeristift Bockum
Südgeist 1 a

15.30 Uhr, Wunschkonzert im Wintergarten
(weiterhin jeden letzten Mittwoch im Monat)

02.11.2012

Ludgeristift, An der Kreuzkirche,
Hammer Str. 138

15.30 Uhr, Musikkunde mit Herrn Cier in einer Hausgemeinschaft
(siehe Aushang)

03.11.2012

Ludgeristift Hövel/
Ambulante Pflege

10.00 – 16.30 Uhr, "Ein Tag für mich" Betreuung von an Demenz erkrankten Menschen, Infos unter Tel.: 484248
(weitere Termine: 08.11., 13.11., 17.11., 22.11., 27.11.)

07.11.2012

Senioren-gemeinschaft
St. Pankratius

9.00 Uhr, hl. Messe, anschließend Frühstück im Pfarrheim,
Wir erwarten einen Gast

08.11.2012

VdK OV Bockum-Hövel

15.00 Uhr, Info- und Klönnachmittag, Gaststätte Gorschlüter

12.11.2012

Gesprächskreis „Pflegerische Angehörige“- Ev. Kirchengemeinde

19.00 Uhr, Die Bedeutung der ätherischen Öle in der Darmpflege, Referentin: Eva-Maria Anslinger, Dipl. Päd, Examinierte Krankenschwester, Fachtherapeutin für kognitives Lernen und Gedächtnistraining (GfG), Drensteinfurt, Haus der Begegnung

15.11.2012

Kirchengem. St. Stephanus/ Christus-König u. Stadt Hamm, Amt für Soziale / Altenhilfe

9.00 Uhr, Seniorenfrühstück, Beitrag: 3,00 €, Pfarrheim St. Stephanus, St. Stephanusplatz 3, Kontakt: K. Berheide. Tel.: 17-6734

21.11.2012

Senioren-gemeinschaft St. Pankratius

15.00 Uhr, Messe, anschließend Kaffeetrinken mit Rollstuhlfahrern aus Ludgeri (Buß- und Bettag)

22.11.2012

Ludgeristift, Hövel Ermelinghofstr. 18

15.30 Uhr, Musikkunde mit Herrn Cier im Treffpunkt

28.11.2012

Senioren-gemeinschaft St. Pankratius

9.00 Uhr, Messe, anschließend Frühstück im Pfarrheim, Thema: Singen im Advent mit Hanna Kansy

30.11.2012

Ludgeristift Hövel, Kreuzkirche, Hammer Str. 138

15.00 Uhr, Adventsbasar im Eingangsbereich

01.12.2012

Ludgeristift Hövel/ Ambulante Pflege

10.00 – 16.30 Uhr, "Ein Tag für mich" Betreuung von an Demenz erkrankten Menschen, Infos unter Tel.: 484248 (weitere Termine: 06.12., 11.12., 15.12., 20.12.)

02.12.2012

Sozialverband Deutschland OV Bockum-Hövel

15.00 Uhr, Weihnachtsfeier, Mensa Sophie-Scholl-Schule

05.12.2012

Senioren-gemeinschaft St. Pankratius

9.00 Uhr, hl. Messe, anschließend Frühstück im Pfarrheim, Thema: Spiele

06.12.2012

Ludgeri-Forum / Altenhilfe

9.00 Uhr, Offenes Seniorenfrühstück Beitrag: 3,00 € Treffpunkt des Ludgeristiftes Hövel

07.12.2012

Ludgeristift, An der Kreuzkirche, Hammer Str. 138

15.30 Uhr, Musikkunde mit Herrn Cier in einer Hausgemeinschaft (siehe Aushang)

12.12.2012

Senioren-gemeinschaft St. Pankratius

9.00 Uhr, Messe, anschließend Frühstück im Pfarrheim, Thema: Jahresabschluss – Was brachte uns 2012

19.12.2012

Senioren-gemeinschaft St. Pankratius

15.00 Uhr, Messe, anschließend Kaffeetrinken mit Rollstuhlfahrern aus Ludgeri

19.12.2012

VdK OV Bockum-Hövel

Jahresabschluss und Weihnachtsfeier bei Clemens August

20.12.2012

Kirchengem. St. Stephanus /
Christus-König u. Stadt Hamm,
Amt für Soziale / Altenhilfe

9.00 Uhr, Seniorenfrühstück, Beitrag: 3,00 €, Pfarrheim Christus-
König, Eichstedtstr. 44, Kontakt: K. Berheide. Tel.: 17-6734

???.???.2012

Kulturrevier Radbod und
Stadt Hamm/Altenhilfe

15.00 Uhr, Seniorentanz im Kulturrevier Radbod, Musik mit Hans,
Eintritt frei

Hamm-Heessen

01.10.2012

Junge Senioren St. Josef

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

01.10.2012

Seniorenheim St. Stephanus,

14.15 Uhr, Stadtrundfahrt mit Herrn Keil

01.10.2012

ARG St. Josef
Mansfelder Str. 70

15.00 Uhr, Treffen der Kartenspieler, Schwesternhaus,
(weiterhin jeweils montags)

01.10.2012

SV Deutschland OV Heessen

17.00 Uhr, Kegelgruppe, Westfalenschänke

01.10.2012

Senioren- und Demenz-
Tagesbetreuung, Hülseistr. 37

18.30 Uhr, Sprach- und Schluckstörungen bei Demenz
Referentin: Silke Schneider-Lingstädt, Logopädin

02.10.2012

Caritas St. Josef

9.00 Uhr, Seniorenfrühstück; Pfarrheim St. Marien
(weiterhin jeden 1. Dienstag im Monat)

02.10.2012

VdK - OV Heessen

15.00 Uhr, VdK-Treff im Brokhof
(weiterhin jeden 1. Dienstag im Monat)

02.10.2012

Seniorenheim St. Stephanus

16.30 Uhr Dankeschön-Grillen für Ehrenamtliche

04.10.2012

Seniorenheim St. Stephanus

14.30 Uhr, Hl. Messe zum Erntedankfest mit anschließendem
Kaffeetrinken

06.10.2012

Seniorenheim St. Stephanus,
Sundern 14

10.00 – 17.00 Uhr, „2 für Sie“ – Betreuungsangebot für Pflege
bedürftige Menschen zur Entlastung und Unterstützung der Ange-
hörigen, Kontakt: Amb. Caritaspflegedienste, Soz. Station Nord,
Tel.: 306210 (weiter jeden 1. Sa. i.M.)

07.10.2012

Seniorenheim St. Stephanus,
Sundern 14

ab 14.00 Uhr, Sonntagscafé mit Frau Hennigfeld
(weiterhin 14tägig)

08.10.2012 Stadt Hamm / Altenhilfe / ev. u. kath. Kirchengemeinde	9.00 Uhr, Offenes Seniorenfrühstück, Vereinshaus Kleingartenverein Heessen-Gartenstadt, Veistr., Beitrag: 2,50 €
09.10.2012 VdK - OV Heessen	14.00 Uhr, Fit mit dem Rad mit Jankowski
09.10.2012 ZwAR-Basisgruppe 2	15.00 Uhr, Treffen, Brokhof (weiterhin jeden 2. Dienstag im Monat)
??.??.2012 Seniorenheim St. Stephanus	9.00 Uhr, Offenes Seniorenfrühstück der Papst-Johannes-Gemeinde im großen Gruppenraum
10.10.2012 Seniorenheim St. Stephanus	14.30 Uhr, Weinfest auf Wohnbereich 4
10.10.2012 ARG St. Marien	15.00 Uhr, Erntedank – Landwirtschaft früher, Referent: Theo Linnemann, Vereinsheim des Kleingartenvereins Dasbeck, Veistr.
10.10.2012 ZwAR-Holzgruppe, Werkraum der Karlschule, Westberger Weg	15.00 Uhr, Werken mit Holz, Anmeldung nicht erforderlich (weiterhin jeden Mittwoch)
10.10.2012 Junge Senioren –St. Josef	17.45 Uhr, Wassergymnastik, Erich-Kästner-Schule (weiterhin jeden Mittwoch)
13.10.2012 Seniorenheim St. Stephanus	10.00 Uhr, Frühschoppen mit Frau Nillies
15.10.2012 Sozialverband Deutschland OV Heessen	15.00 Uhr Frauengruppe, Gaststätte am Kappenbusch“ (weiterhin alle 4 Wochen montags)
15.10.2012 Tauschring in Verbindung mit dem Amt für Soziale Integration	19.00 Uhr, „Geben und Nehmen“ - Treffen für Mitglieder und Interessierte, Nebengebäude des Seniorenheimes St. Stephanus (weiterhin jeden 15. des Monats)
16.10.2012 ARG St. Stephanus, Pfarrheim	15.30 Uhr, Die Arbeit der Heilpraktiker-Schule Westfalen
17.10.2012 Familienzentrum St. Theresia/ Altenhilfe	9.00 Uhr, Offenes Seniorenfrühstück, Beitrag: 2,50 € Pfarrheim St. Theresia, An der Theresienkirche 6
17.10.2012 Seniorenheim St. Stephanus	13.00 Uhr, Wallfahrt nach St. Anna, Haltern
20.10.2012 Seniorenheim St. Stephanus	15.00 Uhr, Musikalischer Nachmittag mit dem Chor Gaudete der Papst-Johannes-Gemeinde

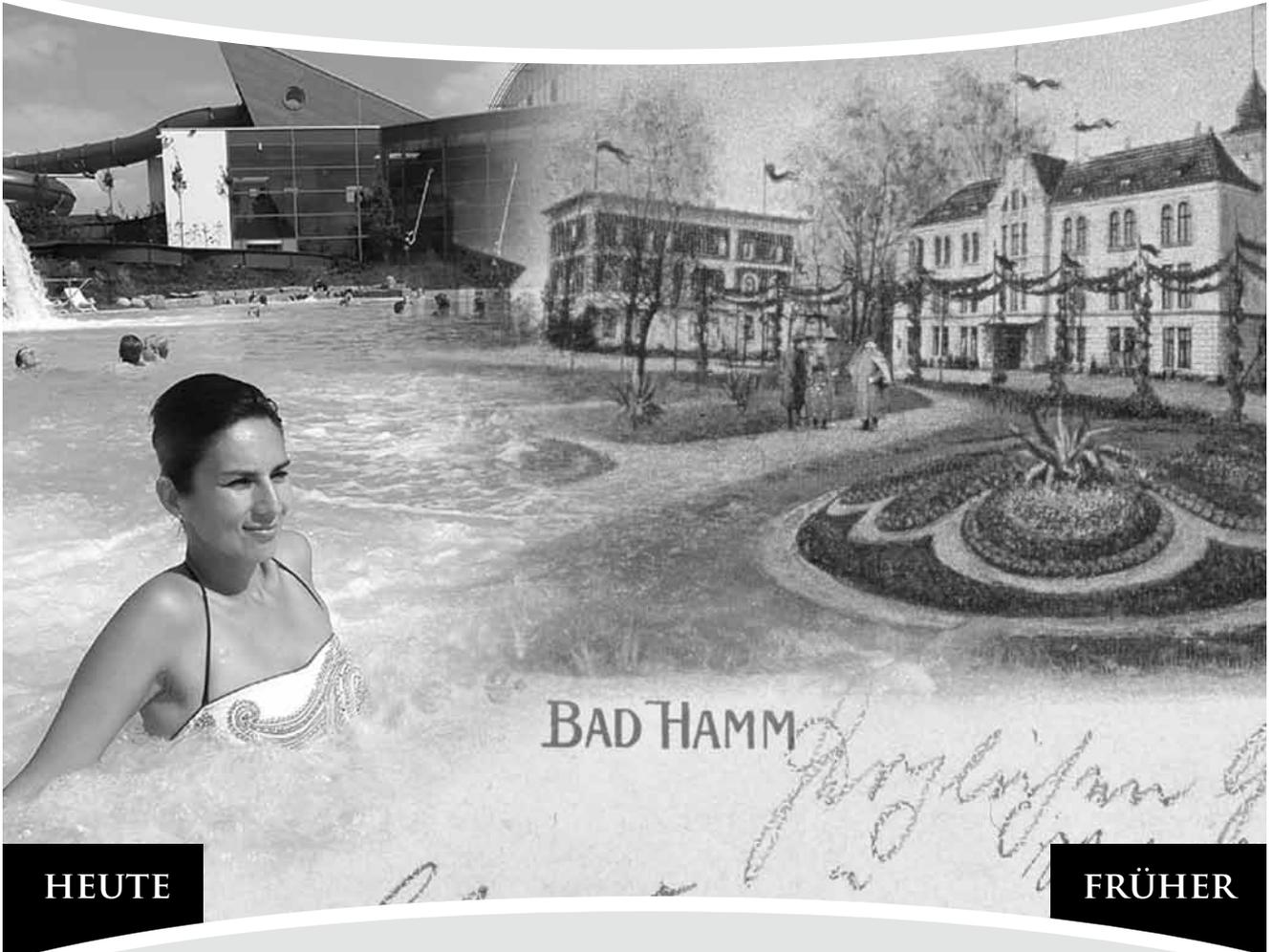
<u>24.10.2012</u> Seniorenheim St. Stephanus	15.30 Uhr, Gesprächskreis mit Frau Sieberg weiterhin 21.11. und 19.12.
<u>27.10.2012</u> Seniorenheim St. Stephanus	15.30 Uhr, Tanztee
<u>29.10.2012</u> SV Deutschland OV Heessen	17.00 Uhr, Kegelgruppe, Westfalenschänke
<u>30.10.2012</u> Junge Senioren St. Josef	Wandern
<u>01.11.2012</u> Seniorenheim St. Stephanus	11.00 – 17.00 Uhr Gulaschsuppenessen
<u>06.11.2012</u> Seniorenheim St. Stephanus	15.00 Uhr, Bunter Nachmittag mit ev. Männerkreis Heessen
<u>07.11.2011</u> ARG St. Marien	14.30 Uhr, Messe, anschl. im Pfarrheim: Aufgaben eines Krankenhausseelsorgers, Referent: Pfarrer Müller
<u>08.11.2012</u> Seniorenheim St. Stephanus	15.30 Uhr, Basteln mit den Pfadfindern
<u>12.11.2012</u> Stadt Hamm / Altenhilfe / ev. u. kath. Kirchengemeinde	9.00 Uhr, Offenes Seniorenfrühstück, Vereinshaus Kleingartenverein Heessen-Gartenstadt, Veistr., Beitrag: 2,50 €
<u>14.11.2012</u> Seniorenheim St. Stephanus	9.00 Uhr, Offenes Seniorenfrühstück der Papst-Johannes-Gemeinde im großen Gruppenraum
<u>17.11.2012</u> Seniorenheim St. Stephanus	10.00 Uhr, Frühschoppen mit Frau Nillies
<u>20.11.2012</u> Seniorenheim St. Stephanus	15.00 Uhr, Musikalischer Nachmittag
<u>21.11.2012</u> Familienzentrum St. Theresia/ Altenhilfe	9.00 Uhr, Offenes Seniorenfrühstück, Beitrag: 2,50 € Pfarrheim St. Theresia, An der Theresienkirche 6
<u>23.11.2012</u> Seniorenheim St. Stephanus	10.00 – 13.00 Uhr, Modeverkauf Remo-Moden
<u>24.11.2012</u> Seniorenheim St. Stephanus	15.30 Uhr, Tanztee
<u>26.11.2012</u> SV Deutschland OV Heessen	17.00 Uhr, Kegelgruppe, Westfalenschänke

<u>26.11.2012</u> Senioren- und Demenz-Tages- betreuung, Hülseistr. 37	18.30 Uhr, Grundzüge des Nachlassrechts, Referent: Ulrich Blümer, Rechtspfleger am Amtsgericht Hamm
<u>27.11.2012</u> Junge Senioren St. Josef	Wandern
<u>01.12.2012</u> VdK - OV Heessen	15.00 Uhr, Jahresabschlusstreffen mit Jubilar- und Altenehrung, Sachsenhalle
<u>01.12.2012</u> Seniorenheim St. Stephanus	15.30 Uhr, Vorweihnachtliches Konzert
<u>05.12.2012</u> ARG St. Marien	14.30 Uhr, Messe, anschl. im Pfarrheim: Adventsfeier
<u>06.12.2012</u> Seniorenheim St. Stephanus	15.00 Uhr, Nikolausfeier mit dem Südener Blasorchester
<u>08.12.2012</u> SV Deutschland OV Heessen	15.30 Uhr, Weihnachtsfeier, Gaststätte Kötter
<u>08.12.2012</u> Seniorenheim St. Stephanus	15.30 Uhr, Adventliches Singen
<u>10.12.2012</u> Stadt Hamm / Altenhilfe / ev. u. kath. Kirchengemeinde	9.00 Uhr, Offenes Seniorenfrühstück, Vereinshaus Kleingartenverein Heessen-Gartenstadt, Veistr., Beitrag: 2,50 €
<u>10.12.2012</u> Seniorenheim St. Stephanus,	15.00 Uhr, Adventsfeier mit den Stadtvertretern
<u>12.12.2012</u> Familienzentrum St. Theresia / Altenhilfe	9.00 Uhr, Offenes Seniorenfrühstück, Beitrag: 2,50 € Pfarrheim St. Theresia, An der Theresienkirche 6
<u>12.12.2012</u> Seniorenheim St. Stephanus	9.00 Uhr, Offenes Seniorenfrühstück der Papst-Johannes-Gemeinde im großen Gruppenraum
<u>12.12.2012</u> Seniorenheim St. Stephanus	15.00 Uhr, Theateraufführung der St. Josef-Schule
<u>13.12.2012</u> ARG St. Stephanus, Pfarrheim	15.00 Uhr, Jesus kommt in unsere Welt – das Wunder der Weihnacht. Referent: Franz Mehringskötter
<u>18.12.2012</u> Seniorenheim St. Stephanus	15.00 Uhr, Advent. Nachmittag mit ev. Männerkreis
<u>18.12.2012</u> Junge Senioren St. Josef	Weihnachtsfeier
<u>31.12.2012</u> Seniorenheim St. Stephanus	14.30 Uhr, Jahreshochamt, anschließend Silvesterparty

MAXIMARE
ERLEBNISTHERME BAD HAMM

SOLE-WOCHEN

22.10. – 4.11.2012



HEUTE

FRÜHER

NUR IN DEN SOLEWOCHE

BONUS BEI EINER 10ER SOLEKARTE:
2 FÜR 1 BEIM BRUNCH IM CAFÉ MARE (SA. & SO.)

BONUS BEI EINER 20ER SOLEKARTE:
1 X FAMILY-FLATRATE AQUAWELT ODER 1 X SAUNA-TAGESKARTE

Mitten in Hamm!

Pflegezentrum im Medicum

~ 35 Pflegeplätze
(Vollstationäre - & Kurzzeitpflege)

~ Tagespflege
2 Gruppen mit je 12 Plätzen

Die Tagespflege ist
Montags bis Samstags
von 07.30 bis 17.30 Uhr
geöffnet.

Wir beraten Sie gern auch
bei Ihnen zu Hause.

Rufen Sie uns an!

Bereits seit 2007 in Hamm
das Seniorenzentrum „An St. Agnes“
Wohnen mit Service und individuelle
Pflege in besten Händen.

Hansa

Leben wie ich will.

**Wir sind für
Sie da!**

HANSA Pflegezentrum im Medicum

Südstraße 16 | 59065 Hamm | Tel.: 02381 97222-0

Mobil: 0152 22559699 | www.hansa-gruppe.info

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



Wir geben uns erst zufrieden, wenn Sie es sind.

Die Seniorenzentren Haus Amadeus und Haus Mozart verfügen, verteilt auf drei Häuser, über 301 Pflegeplätze. Die Einzel- und Doppelzimmer sind größtenteils mit Balkon ausgestattet. Besonders beliebt ist die gepflegte Gartenanlage, die mit Ihren vielen Sitzmöglichkeiten zum Verweilen einlädt. Darüber hinaus bieten die freundlich und hell konzipierten Häuser schöne und gemütliche Empfangshallen, sowie jeweils ein Restaurant und eine Cafeteria. Ein bunter Veranstaltungs- und Beschäftigungsplan verspricht Abwechslung, Anregung und Gemeinschaft. Genießen Sie den Tag mit musischer und kultureller Unterhaltung oder nehmen Sie im Haus Amadeus die Angebote wie beispielsweise Ergotherapie, Musiktherapie und Sturzprophylaxe wahr.

Überzeugen Sie sich selbst und besuchen Sie uns. Gerne zeigen wir Ihnen unsere Häuser und beantworten Ihre Fragen.

Curanum Seniorenzentrum Haus Amadeus Westuffler Weg 9, 59457 Werl, Tel. 02922/ 804-01
Fax 02922/ 49 93, amadeus@curanum.de

Curanum Seniorenzentrum Haus Mozart Westuffler Weg 13, 59457 Werl, Tel. 02922/ 804-02
Fax 02922/ 804 323, mozart@curanum.de