

Drittes Ehrenamtsfest
„Ehrenamt hat Herz“
Seite 6/7

„Anders sein
ist ganz normal“
Seite 12/13

„Traumhafte“
Premiere
Seite 17

Literatur um 10
Seite 26

So schützen Sie sich
gegen Kriminalität
Seite 32



Das Fenster

Zeitschrift für ältere
Bürgerinnen und Bürger

Ausgabe 04/2014



SILESIA

Pflege- und Betreuungsdienste GmbH

Die bezahlbare
Alternative zum
Pflegeheim.



IHRE VORTEILE:

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

Im eigenen Zuhause sicher und rund um die Uhr durch fürsorgliche 24-Stunden-Betreuungskräfte versorgt zu werden, als attraktive Alternative zum Pflegeheim - das ist seit über acht Jahren die Aufgabe der Mitarbeiter der SILESIA Pflege- und Betreuungsdienste GmbH in Hamm-Berge. Durch die Betreuung im eigenen Heim bleiben die Kunden von SILESIA in ihrem gewohnten Umfeld und können die nötige Sicherheit und Selbstbestimmtheit behalten. Angehörige werden auf diese Weise erheblich entlastet, sodass die gemeinsame Zeit in der Familie an enormer Qualität gewinnt und frei nach Wünschen gestaltet werden kann. Viele glückliche und zufriedene Senioren in ganz Deutschland haben diesen Dienst bereits in Anspruch genommen. Das Team um Herrn Kaminski kümmert sich sorgfältig und individuell um jeden Kunden und die freundlichen Betreuungskräfte.

In diesem Jahr hat die Firma SILESIA ihr Angebot um einen ambulanten Pflegedienst im Großraum Hamm erweitert, damit eine vollständige Rundumversorgung gewährleistet werden kann.

Die Pflegedienstleitungen Frau Thomas und Frau Fiedler dienen als kompetente Ansprechpartner und Organisatoren rund um das Thema ambulante Pflege im eigenen Zuhause. Durch ihre langjährigen Erfahrungen und die Freude am Pflegen sind hilfebedürftige Senioren beim Pflege- und Betreuungsdienst SILESIA in den besten Händen.



von links nach rechts: hinten: Klaudia Machnik, Andreas Kaminski; vorne: Sarah Pasternak, Nicole Thomas, Patricia Fiedler, Dagmar Griebenow, Beata Sarabura



von links nach rechts: hinten: Dagmar Griebenow, Klaudia Machnik, Nicole Thomas, Andreas Kaminski, Patricia Fiedler; vorne: Sarah Pasternak, Beata Sarabura

Für alle Neukunden der ambulanten Pflege in Hamm hat SILESIA ab sofort ein einzigartiges Angebot: Jeder Neukunde, der durch den ambulanten Pflegedienst gepflegt wird, kann einmalig für 12 Stunden eine kostenlose Betreuung im eigenen Heim in Anspruch nehmen, um die Angehörigen zu entlasten und ihnen die Möglichkeit eines freien Tages oder Abends zu ermöglichen.

Der Pflege- und Betreuungsdienst SILESIA hat sich zur Aufgabe gemacht, Senioren und hilfebedürftigen Menschen das Leben weiterhin lebenswert und glücklich zu gestalten und auf die persönlichen gesundheitlichen Bedürfnisse jedes einzelnen einzugehen und durch kompetente Pflege zu helfen.

Für eine kostenlose und unverbindliche Beratung sowie detaillierte Informationen stehen die Pflegedienstleitungen Frau Thomas und Frau Fiedler sowie die Geschäftsführer Frau Pasternak und Herr Kaminski gerne jederzeit zur Verfügung.

KOSTENLOSE BERATUNG:

SILESIA Pflege- und
Betreuungsdienste GmbH

Werler Straße 333

59069 Hamm

Tel. 02381- 87730-10

info@silesia-pflege.de

www.silesia-pflege-betreuung.de

Liebe Leserinnen, liebe Leser,

dreiviertel des Jahres 2014 sind schon wieder vergangen, der Herbst hält Einzug und buntes Laub säumt die Wege, Plätze und Straßen unserer Stadt. Ferienzeit ist wieder angesagt, viele Menschen fahren in den Urlaub und hoffen noch einmal auf ein paar sonnige Tage.

Kräftige Regenfälle gab es ja reichlich in der letzten Zeit – so kräftig, dass auch bei uns viele Keller mit Wasser vollgelaufen sind und die Menschen in große Sorgen versetzt wurden! Das wiederholt sich hoffentlich nicht wieder!

Bunt und facettenreich wie der Herbst präsentiert sich auch wieder einmal unsere Zeitschrift, in der wir viele Themen, die für unsere Leserinnen und Leser interessant sind, aufgegriffen haben. So berichten wir natürlich über das große Ehrenamtsfest im

wunderschönen Ambiente des Kurgartens, das nach 2012 und 2013 bereits zum dritten Mal in eindrucksvoller und gelöster Atmosphäre stattgefunden hat. Aber auch der diesjährige „Tag der Begegnung“ auf dem Willy-Brandt-Platz, dem gemeinsamen Fest von Menschen mit und ohne Behinderungen, hat einen umfassenden Bericht verdient!

Herbstzeit ist leider auch die Zeit, in der die Polizei ganz besonders vor Trickdieben, neuen Betrugsmaschen und weiteren Straftaten eindringlich warnen muss. Einige der vermeintlich längst bekannten Maschen tauchen immer wieder in etwas neuen und veränderten Gewändern auf, so dass leider gerade älter werdende Menschen ganz gezielt zu Opfern von Straftaten werden. Die Polizei in Hamm beschreibt in dieser Ausgabe einige der

Tricks und zeigt, wie Sie sich davor schützen und Rat und Hilfe holen können. Der zweite Teil zu diesem wichtigen Thema erscheint in der kommenden Ausgabe unserer Seniorenzeitschrift.

Das Älterwerden in Hamm ist voller Bewegung – dies zeigen die vielen unterschiedlichen Angebote, die es in unserer Stadt gibt. Unsere Berichte und auch der lange Veranstaltungskalender zeigen nur ansatzweise ein umfassendes Bild davon. Wenn Sie also einmal etwas zu einem besonderen Thema wissen oder vielleicht selbst schreiben möchten, dann sprechen Sie uns gerne an. Wir haben stets ein offenes Ohr für die Anregungen unserer Leser.

Viel Spaß bei Lektüre und Terminauswahl!

■ Die Redaktion

Impressum

Herausgeber:

Stadt Hamm,
Der Oberbürgermeister
Amt für Soziale Integration
B&B Druck, Hamm

Auflage: 6.500
Im Oktober 2014
Ausgabe 4/2014

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
Herr Andreas Pieper
Frau Petra Rasche

Tel.: 02381/17-6761

02381/17-6731

Fax: 02381/17-2956

E-Mail:

pieper@stadt.hamm.de

raschep@stadt.hamm.de

Weitere Infos: www.hamm.de

Inhalt

Offene Kaffeetafel im Haus Sundern	5
Drittes Ehrenamtsfest „Ehrenamt hat Herz“	6/7
dasmarkt in Heessen: Nie mehr Einkäufe schleppen	8
Unbeschwert mit dem Deutschen Roten Kreuz die Feiertage erleben	10
20 Jahre Gesprächskreis „Pflegerische Angehörige“ in Bockum-Hövel	11
„Anders sein ist ganz normal“	12/13
Hamsterkäufe	14/15
Herbst – mit allen Sinnen genießen	16
„Traumhafte“ Premiere	17
Der Welt-Alzheimer-Tag	18/19
Neues aus dem Hamms Mehrgenerationenhaus	20
Sparkassen-Seniorenkino in Hamm	21
Mitten im Leben: die Theater- und Konzertsaison 2014/15 hat begonnen	22/23
Vortragsreihe Campus Live	24/25
Literatur um 10	26
20 Jahre AWO-Tanzkreis Birkenfeld	29
Gesund essen im Café Mare – mit Produkten aus der Umgebung	31
So schützen Sie sich gegen Kriminalität / Teil 1	32
Rollatortraining im Maximilianpark	33
Termine / Veranstaltungshinweise	ab 35



Offene Kaffeetafel im Haus Sundern



Im Herbst 2008 wurde die „Offene Kaffeetafel“ in Kooperation mit der AG Seniorenarbeit in Pelkum ins Leben gerufen und im Seniorenheim „Lebenspunkt“ eröffnet.

Jeder Gast sollte sich in der Gemeinschaft willkommen fühlen. Dieses Ziel, das sich

Nachdem die Altentagesstätte nun ihre Pforten für immer geschlossen hat, wird das Angebot der „Offenen Kaffeetafel“ durch die neue Kooperation zwischen dem Amt für Soziale Integration/Altenhilfe, der AWO und dem Haus Sundern erweitert.

Neben der Geselligkeit wird auch zukünftig viel Wert auf ein abwechslungsreiches Programm gelegt, das sich an den Interessen und Wünschen der Senioren orientiert

Die Offene Kaffeetafel findet jeden 1. Dienstag im Monat im Haus Sundern, Kamener Straße 142 und jeden 3. Dienstag im Lebenspunkt Pelkum, Heinrichstr. 10 von 15.00- 17.00 Uhr statt.

Am 2. September wurde die Premiere der neuen „Offenen Kaffeetafel“ gefeiert.

Wohlgestimmt und interessiert kamen etwa 70 Senioren am 2. September zur Premiere der „neuen Kaffeetafel“ ins Haus Sundern.

Der Leiter des Seniorenzentrums Haus Sundern, Björn Wischhues, begrüßte zur Eröffnung alle Gäste. Hildegard Baum bedankte sich bei den Kooperationspartnern. Erst durch die Kooperation

sei es möglich, den Treffpunkt für Senioren nach der Schließung der Altentagesstätte weiter zu führen. Auch Bezirksvorsteher Udo Schulte und Amtsleiter Wolfgang Müller würdigten in ihren Grußworten die neue Kooperation.

Nach den herzlichen Worten konnten den Gästen zunächst nur Kaffee und Tee geboten werden. Eine Premiere mit kleinem Stolperstein - der Bäcker hatte nicht pünktlich geliefert. Das tat jedoch der guten Stimmung keinen Abbruch.

Erhard Link sorgte unterdessen am Keyboard für musikalische Abwechslung und an manchen Tischen wurden Geschichten über „Pleiten, Pech und Pannen“ bei Feiern erzählt.

Fast fiel es mir zunächst schwer, die angeregten Gespräche zu unterbrechen, um den Nachmittag mit gemeinsamem Singen abzurunden.

So ging ein schöner Nachmittag, in geselliger, froher Runde zu Ende und die Gäste gingen mit guter Laune nach Hause.

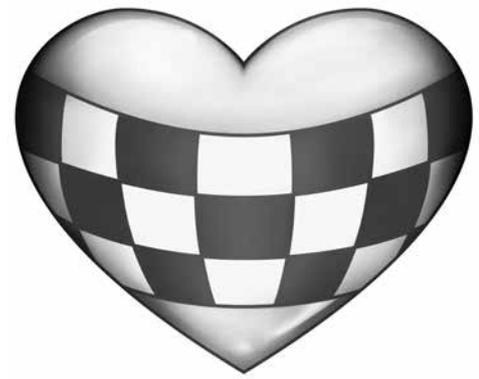
■ Martina Foschepoth
Amt für Soziale Integration



die Gründerinnen gesetzt hatten, ist zu ihrer Freude längst erreicht.

Auch im Seniorentreff in der Altentagesstätte der AWO Pelkum stand 40 Jahre lang unter Leitung von Hildegard Baum die Geselligkeit in großer Runde im Mittelpunkt und „war immer eine angenehme Abwechslung vom Alltag“.

Drittes Ehrenamtsfest „Ehrenamt hat Herz“



Es war ein beeindruckendes Bild im Kurhausgarten: Festlich geschmückte Tische, goldener Sonnenschein und mehr als 500 Ehrenamtliche – einen besseren Rahmen hätte das dritte Ehrenamtsfest der Stadt Hamm am Samstag nicht haben können. Neben der stimmungsvollen Kaffeehaus-Atmosphäre und kleinen Geschenken freuten sich die Protagonisten über ein schwungvolles Programm.

Bereits eine knappe Stunde vor dem offiziellen Beginn warteten die ersten Gäste im Kurhausgarten, die im Vorfeld für ihr soziales Engagement vorgeschlagen wurden. „Am heutigen Tag wollten wir alle Facetten des Engagements zeigen und jedem Einzelnen herzlich danken. Ehrenamtliches Engagement ist nicht immer lustig und schön, manchmal sogar richtig stressig und anstrengend. Umso wichtiger ist es, dass Sie sich engagieren – und wir Sie haben. Sie stehen stellvertretend für tausende gute Seelen in unserer Stadt – und dafür danke ich Ihnen herzlich“, betonte Oberbürgermeister Thomas Hunsteger-Petermann bei der Begrüßung. Eine besondere Ehrung gab es für Victoria Jaenicke (15) und Edeltraud Bergmann (91), die als jüngste beziehungsweise älteste Ehrenamtliche ausgezeichnet wurden. Jaenicke, die sich seit knapp drei

Jahren als Gruppenhelferin der Schwimmabteilung des HSC 08 engagiert, hat Spaß dabei, Kindern die ersten Schwimmzüge beizubringen und möchte ihr Hobby trotz schulischer Belastungen nicht aufgeben. „Natürlich ist Zeitmanagement gefragt, aber ich bekomme alles unter einen Hut – und es macht richtig Spaß“, erklärt die 15-Jährige auf der Bühne.

Zeitmanagement ist für Edeltraud Bergmann kein Problem. Termine macht die 91-Jährige nicht, sondern besucht ihre Mitmenschen, wenn sie in der Nähe ist oder „ich mir denke, dass derjenige mal wieder





ein paar freundliche Worte gebrauchen kann.“ Bergmann ist seit mehr als 55 Jahren ehrenamtlich aktiv und kümmert sich um ältere Mitmenschen. Dass sie selbst schon 91 Jahre alt ist, stört die Ehrenamtliche dabei keineswegs. Im Gegenteil: Tag für Tag besucht sie vor allem Mitmenschen,



die ohne Freunde und Verwandte allein zu Hause sind. Mit ihrem kleinen Fahrrad fährt sie vorbei, wechselt ein paar nette Worte oder hört einfach nur zu. „Wenn sich jemand freut, mich zu sehen, ist das für mich ein tolles Dankeschön. So lange ich noch kann, werde ich für ‚meine Alten‘ da sein“, betont Edeltraud Bergmann.

Das bunte Rahmenprogramm sorgte für beste Unterhaltung bei den ehrenamtlichen Protagonisten: Neben den Trommlern und Dudelsackspielern der „Mac Leods Pipes and Drums“ eröffneten die Kindertanzgruppe der Tanzsportgemeinschaft Hamm sowie die Jugendtanzgarde „Grün-Weiß Hamm“ das Fest mit beeindruckenden Tanzeinlagen. Musikalisch war „Die Welt des Musicals“, bei der Jessica Maletzky und Lena Stolze mit Gesang und Schauspiel begeisterten. Abgerundet wurde der Nachmittag durch Auftritte der „Original Harry’s Crazy Show“, von „De Albatrosse“ und des Tanzcorps „Fidele Sandhasen“ aus Oberlar. „Wir haben gesehen, wie vielfältig und beeindruckend das Engagement unserer Ehrenamtlichen ist. Natürlich können eine Urkunde oder ein Nachmittag nicht die ehrenamtliche Arbeit aufwiegen. Sie können aber zeigen, dass wir die Arbeit zu schätzen wissen – und deshalb wird es im kommenden Jahr ganz sicher wieder ein Ehrenamtsfest geben“, versprach Hunsteger-Petermann.

Wie bei den vergangenen beiden Festen stellten sich die Ehrenamtlichen zum Abschluss des Festes auf dem

„Liebeshügel“ im Kurpark zum großen Gruppenfoto auf – und auch diesmal ergab sich ein äußerst imposantes Bild, zumal sich die mehr als 500 Gäste zu einem riesigen Herz formierten.

„Dieses tolle Bild gibt es so nur beim Ehrenamtsfest“, erklärte Oberbürgermeister Hunsteger-Petermann. Er versprach jedem Teilnehmer einen Abzug des Gruppenfotos – und eine Neuauflage des Ehrenamtsfestes im kommenden Jahr.

„Dieser Nachmittag war so toll, dass es ihn im nächsten Jahr einfach wieder geben muss. Hoffentlich haben wir dann auch wieder so viel Glück mit dem Wetter.“

■ Fotos: Thorsten Hübner



Anzeige

dasmarkt in Heessen: Nie mehr Einkäufe schleppen



Als erster Integrationsbetrieb in der Stadt Hamm ist im Dezember 2013 der „dasmarkt“ eröffnet worden. In dem Dasbecker Supermarkt sind behinderte und nicht-behinderte Mitarbeiter tätig. Das Angebot zeichnet sich durch seine große Frischeabteilung aus, der helle und freundliche Markt bietet aber viele weitere Dinge für den täglichen Bedarf.

Mit zwei ganz besonderen Serviceangeboten wendet sich der „dasmarkt“ nun vor allem an Menschen, die in ihrem Alltag nicht mehr so mobil sind. So ermöglicht der von Wolfgang Strohmeier geleitete Markt durch einen Hol- und Bring-

service älteren oder behinderten Menschen den eigenen Einkauf im Markt. „Wir holen unsere Kunden von zu Hause ab, begleiten sie auf Wunsch auch im Markt bei Ihrem Einkauf und bringen sie wieder nach Hause. Gerne tragen wir Ihnen die Einkäufe auch noch ins Haus“, setzte Strohmeier zusammen mit seinen Mitarbeitern voll auf den Servicegedanken. Möglich ist dies jeweils dienstags ab 10 Uhr. Erforderlich ist lediglich eine telefonische Anmeldung (Telefon 02381/87 10 13-0), die Beförderungsgebühr beträgt 3 Euro.

Als Alternative zum Hol- und Bringservice bietet der

„dasmarkt“ darüber hinaus auch einen Lieferdienst an. Jeweils freitags werden die von den Kunden bestellten Waren zwischen 12 und 14 Uhr ausgeliefert. Bestellt werden kann während der Öffnungszeiten telefonisch direkt im Markt (Telefon 02381/87 10 13-0).

Auch Tiefkühlware kann dabei ausgeliefert werden. Für den Lieferservice fällt eine Gebühr von drei Euro ab 20 Euro Einkaufswert an. Liegt der Einkaufswert unter 20 Euro werden 5 Euro Gebühr fällig.

Weitere Informationen im Internet unter www.dasmarkt.de



Wahlen zum Seniorenbeirat 2014

Werden Sie Kandidat!!!

36.000 Menschen in Hamm sind älter als 65 Jahre.

Engagieren Sie sich und

- Bringen Sie die Interessen älter werdender Menschen zur Sprache
- Entwickeln Sie Ideen zur Verbesserung ihrer Lebensverhältnisse
- Setzen Sie sich als Ansprechpartner für die Belange älterer Menschen ein.

Wahlberechtigt sind alle Personen, die am Wahltag das 65. Lebensjahr vollendet haben und seit mindestens drei Monaten in der Stadt Hamm leben.

Werden Sie Kandidat für den Seniorenbeirat!!!

Hierzu brauchen Sie nur die vollständig ausgefüllten Wahlunterlagen und 15 Unterschriften von Seniorinnen und Senioren, die Ihre Bewerbung unterstützen, bis zum **16.10.2014, 15.00 Uhr** dem Ordnungs- und Wahlamt der Stadt Hamm zuzuleiten.

Hier bekommen Sie alle notwendigen Wahlunterlagen ebenso wie weitere Informationen Tel.: 02381 - 173170 oder 173174



Bei Rückfragen stehen wir Ihnen
gerne zur Verfügung
Stadt Hamm
Amt für Soziale Integration
Andreas Pieper
Telefon: 02381 - 176761
E-Mail: pieper@stadt.hamm.de
Weitere Infos: www.hamm.de
Foto: Tim Reckmann/pixelio.de

Herausgeber:
Stadt Hamm, Der Oberbürgermeister
Amt für Soziale Integration

Anzeige

Unbeschwert mit dem Deutschen Roten Kreuz die Feiertage erleben



Deutsches
Rotes
Kreuz

Das Deutsche Rote Kreuz Kreisverband Hamm e.V. bietet für alle, die Weihnachten nicht einsam und allein sein wollen, „Begleitete Reisen für Senioren und Gäste mit leichtem Handicap“ an.

Nach Bad Kissingen geht es vom 14. Dezember bis zum 28. Dezember. Das Bayrische Staatsbad in der Rhön ist eines der schönsten Heilbäder Deutschlands. Vor Weihnachten über den Weihnachtsmarkt in der mittelalterlichen Altstadt zu bummeln, in der Wandelhalle den Konzerten zu lauschen, das alles gehört in Kissingen zum Tagesablauf. Das First-Class-Hotel Frankenland bietet Wohlbefinden pur. Die großen komfortablen Zim-

mer, die Eleganz der Aufenthaltsräume und natürlich der Aqua-Wellnessbereich lassen keine Wünsche offen.

Aber auch die Reise nach Bad Pyrmont vom 20. Dezember bis zum 03. Januar, also über Weihnachten und Sylvester, könnte für viele Gäste die optimale Alternative sein. Das 3 Sterne Hotel Villa Königin Luise liegt gegenüber vom Schloss und Kurpark, ca. 5 Minuten von der Wandelhalle und vom Zentrum entfernt.

Die Gästezimmer sind komfortabel eingerichtet. Heiligabend erleben die Gäste gemeinsam bei einer stimmungsvollen Weihnachtsfeier im stilvollen Restaurant und zum Jahreswechsel ver-

wöhnt die Küche alle Gäste mit einem großem Sylvester Buffet.

Für die angebotenen Reisen gilt:

Gute Beratung zur einzelnen Reise, Informationsveranstaltung zum Kennenlernen und nach der Reise ein Nachtreffen. Abholung von zu Hause und auf der Rückreise wieder nach Hause, Begleitung durch DRK-Personal während der Reise, Versicherungen.

Möchten Sie mehr wissen?
Information und Anmeldung unter
Telefon: 02381/9737029

■ Bildquelle:
Cornerstone / pixelio.de



20 Jahre Gesprächskreis „Pfle- gende Angehörige“ in Bockum-Hövel



Selbsthilfegruppen für pflegende Angehörige haben es sich zur Aufgabe gemacht, den pflegenden Angehörigen und ihren Familien mit Rat und Tat zur Seite zu stehen. Der Gesprächskreis „Pfle-
gende Angehörige“ in Hamm-Bockum-Hövel wurde bereits im Jahr 1994 gegründet und konnte im April 2014 das 20jährige Bestehen feiern.

Es begann mit einem Vortrags- und Diskussionsabend am 25. April 1994 im damaligen Gustav-Adolf-Haus zum Thema „Verwirrtheit im Alter“.

Etwa fünfzig Besucher hörten den Vortrag zu einem Thema, das zur dieser Zeit nur sehr zaghaft und höchst selten angesprochen wurde. Der Vortrag löste bei den Teilnehmern große Betroffenheit aus. Viele fanden sich in der geschilderten Rolle als Pflegende wieder und berichteten, was sie täglich bei der Pflege ihrer Angehörigen erleben und welchen dramatischen Situationen sie daheim ausgesetzt seien.

So wurde der Vortrag gleichsam zur Gründungsstunde des Bockum-Höveler Gesprächskreises „Pfle-
gende Angehörige“. Aufgrund der in kurzer Zeit gesammelten Erfahrungen auch

bei Familienbesuchen bat die Evangelische Kirchengemeinde Bockum-Hövel, vertreten durch Pastorin Richter, das Ehepaar Volkenborn, sich der wichtigen Aufgabe anzunehmen und einen Gesprächskreis „Pfle-
gende Angehörige“ zu entwickeln. Neben der Vermittlung von Fachwissen sollte der Gesprächskreis Möglichkeiten zu einem ständigen Erfahrungsaustausch geben.

Seit seiner Gründung kann der Gesprächskreis heute auf 281 Veranstaltungen mit mehr als 8.500 Teilnehmenden zurückblicken. Über ihre wegweisende Arbeit gaben Hannelore und Friedrich Volkenborn in einem kurzen

Statement Auskunft:

„Sicherlich war es eine kritische Reflexion unserer eigenen Lebenssituation nach mehreren Jahrzehnten einer intensiven und umfangreichen Pflege und Betreuung in der eigenen Familie, ein solches Projekt wie den „Gesprächskreis Pflegende Angehörige“ zu initiieren und 20 Jahre hindurch zu führen.

Wir verstehen es als Dienst an der Familie und für die Familie, dem „größten Pflegedienst der Nation“. Es soll ein positives Signal für alle Familien sein.“

■ Gesprächskreis Pflegende Angehörige



Hamm:

Pflegeberatung des Sozialamtes

trägerunabhängige Informationen,
Unterstützung, Förderung, Ange-
bote, 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

„Anders sein ist ganz normal“



Unter diesem Motto fand am 30. August der „Tag der Begegnung“ für Menschen mit und ohne Behinderung auf dem Willy-Brandt-Platz statt. 29 Informationsstände von Behindertenorganisationen, Vereinen und Selbst-

hilfegruppen präsentierten gemeinsam mit dem Amt für Soziale Integration in vielfältiger Weise ihre Arbeit für und mit Menschen mit Behinderungen und zeigten, wie aktiv Menschen trotz Handicap am gesellschaftlichen Leben teilnehmen.

Neben vielfältigen Infos rund um dieses umfassende Thema luden die mit viel Liebe dekorierten Stände zum Austausch von Ideen und Anregungen, zu lebhaften Diskussionen und zum aktiven Mitmachen ein. Echte „Renner“ waren u.a. das Kinderschminken, Blutdruckmessen, ein Hörtest, Sinnesübungen und das traditionelle Glücksrad am Niederflerbus der Verkehrsbe-

triebe. Besondere Beachtung erregte die Vorstellung eines vierbeinigen, tiergestützten Therapieangebotes.

Regelrecht umlagert war der Stand des Amtes für Soziale Integration, an dem für die WA-Aktion „Menschen in Not“ Lebkuchenherzen verkauft wurden. Mit dem Erwerb des Lebkuchenherzes erhielt man ein Los und konnte viele wertvolle Preise gewinnen. Über 1000 Euro kamen hier für den guten Zweck zusammen!

Ein wirklicher tierischer Star an diesem Tag war sicherlich Eseldame „Limi“ von der „Eseltherapie Terhürne“ in Hamm, die sich ganz gedul-





dig unzählige Male streicheln und fotografieren ließ. Die „Eseltherapie Terhürne“ wird seit 2011 von Bianca Terhürne und ihrem Mann Alois betrieben. Bianca Terhürne ist eine international anerkannte Fachkraft für Tiergestützte Interventionen (Therapie, Pädagogik und Aktivität) sowie Fachkran-

zepte für die jeweilige Einrichtung. Alle tiergestützte Therapieangebote werden aber auch auf dem eigenen Hof in Hamm-Sandbochum angeboten.

Kontakt:
 eseltherapieterhuerne@t-online.de
 Tel.: (02389) 539801

„Es war ein toller Tag! Der Tag der Begegnung wirbt auf angenehme informative und in allen belangen anschauliche Weise für den Abbau von Barrieren und die gleichberechtigte Teilhabe von Menschen mit Behinderung in allen Lebensbereichen“, betont nach der erfolgreichen Veranstaltung der Ham-

Durch das kurzweilige und bunte Bühnenprogramm führte auf lockere Art Radio-Lippe Welle Moderator Jochen Heimann. Neben den „Funny Dancers“ der Lebenshilfe fand der Gebärdenchor des Vereins der Freunde und Förderer der Alfred-Delp-Schule nicht nur viel Beachtung, sondern erntete auch großen Beifall.

Beachtenswert ist, dass das Bühnenprogramm zum größten Teil von Menschen mit Behinderungen bestritten wurde.

Besonderen Spaß hatten die kleinen Tänzer der Kinderanzuggruppe der Tanzsportgemeinschaft Hamm und die Sing- und Tanzgruppe der DRK Kindertageseinrichtungen, die mit viel Applaus für ihren tollen Auftritt auf der großen Bühne belohnt wurden. Die Hammer Band „Members only“ rundete ein rundum gelungenes Bühnenprogramm ab.



mer Behindertenkoordinator Rainer Berges. „Hier verbindet sich Information mit Spaß und Unterhaltung“!

2016 findet der nächste „Tag der Begegnung“ in Hamm statt. Darauf kann man wirklich jetzt schon gespannt sein!

■ Andreas Pieper



kenschwester für Psychiatrie. Diese Kombination ergänzt sich prächtig in der Arbeit mit ihren Tieren.

Bianca Terhürne fährt mit einem Teil der Tiere in verschiedene Einrichtungen wie Psychiatrien, Schulen, Seniorenheime oder Kliniken des Maßregelvollzugs und erarbeitet Schwerpunktkon-

Hamsterkäufe



Meinen Liebsten plagt wohl des Öfteren die Angst verhungern zu müssen. Das wird wohl noch von der Urzeit herrühren, als die Männer auf die Jagd gingen, um das Mammut zu erlegen. Anders kann ich es mir nicht erklären, denn er hat noch keinen Krieg miterlebt und auch keine Hungersnot. Im Gegenteil, er wurde von all seinen Großeltern verwöhnt, da er in seiner Familie das einzige Kind war. So brachte ihm eine seiner Omas sogar Kuchen zur großen Pause in die Schule.

Sicher wollen sie wissen, wie ich darauf komme, ich meine das mit der Urangst verhungern zu müssen.

Mein Mann geht liebend gern mit mir einkaufen und besonders gerne in einem ganz bestimmten Supermarkt, weil davor eine Würstchenbude steht. Die übt auf ihn eine magische Anziehungskraft aus. Wir treffen uns gleich am Obststand, ist dann regelmäßig seine Aussage.

Natürlich halte ich mich beim Obst und Gemüse länger auf, da ich je nach Angebot überlege, was ich davon Leckeres kochen oder backen könnte und meistens treffen wir uns da auch wieder.

Doch das hat alles noch nichts mit seinen Urängsten zu tun. Die offenbaren sich erst bei

unserem weiteren Einkauf. Da landen dann mehrere Fischkonserven im Einkaufswagen, von deren Vorräten könnte ich zu Hause ganze Kompanien versorgen. Das gleiche gilt für Wurst und Käse. Auch sind wir stolze Besitzer von mindestens 20 verschiedenen Grill- und Ketchup Saucen und bei jedem weiteren Einkauf kommen noch einige dazu. Dabei muss ich höllisch aufpassen, damit mir vorhandene Lebensmittel nicht verderben.

Immer wieder kommt es vor, dass mein Mann auf einmal unauffindbar ist und mit ihm auch der Einkaufswagen. Vor dem Einkauf habe ich aufgeschrieben, was wir alles





benötigen, deshalb gehe ich eben systematisch nach dem Einkaufszettel vor. So laufe ich dann in solchen Situationen vollgepackt mit den Artikeln durch den Markt, um irgendwo meinen Mann aufzuspüren – und wo finde ich bei Beiden? Häufig bei Soßen oder Suppen und natürlich hat er schon mal



wieder etwas Neues oder aus seiner Sicht Einzigartiges entdeckt und überlegt, was man alles damit kochen oder sonst bewerkstelligen könnte. – Eines Tages werde ich ihn schocken, wenn er wieder einmal unauffindbar ist, und ihn ausrufen lassen.

Zu Hause überrascht mich mein Liebster manchmal mit Brötchen zum Frühstück. Sosehr ich mich darüber

freue, so ist diese Freude nicht gänzlich ungetrübt, da ich als Hausfrau schon Brot oder Bötchen im Hause habe. Ansonsten würde ich meinen Mann bitten, dergleichen Sachen mitzubringen. So wird mein Talent der Vorratshaltung des Öfteren auf eine harte Probe gestellt. Meistens kann ich ja noch etwas einfrieren, doch was mache ich, wenn der Gefrierschrank voll ist?

Besonders deutlich werden mir die Urängste meines Mannes, wenn wir Gäste erwarten und mir noch ganz bestimmte Sachen fehlen. Obwohl ich alles genau aufgeschrieben habe, kann es sein, dass er mir was vollkommen anderes mitbringt. So bringt er mir 10 Kohlrabi mit und verkündet freudestrahlend, die waren im Sonderangebot. Auf meine Frage nach den Bohnen antwortet er verdutzt: „Bohnen, nein, Bohnen hatten sie nicht!“ So muss ich mein Gericht zwar umändern, aber verhungern müssen wir nicht.

Neulich kamen wir mit schweren Taschen vom Einkaufen nach Hause und mein Mann schleppte alles in unsere Wohnung. Zufrieden stellte er die Sachen ab und als er nach einem Seufzer meinte, jetzt habe er wie-

der das gute Gefühl, Beute gemacht zu haben, um seine Familie versorgen zu können, da erschien vor meinem geistigen Auge der Jäger aus der Urzeit, der voller Stolz seinen Fang präsentiert. Seitdem sehe ich die Hamsterkäufe meines Mannes mit ganz anderen Augen und drücke ab und zu beim Einkaufen auch schon mal eins von beiden zu.

■ Ursula Halbe

■ Bildquellen:

Oben: Jörg Brinckheger / pixelio.de

Unten: ad / pixelio.de

Mitte: Tim Reckmann / pixelio.de

rechts oben:

Tim Reckmann / pixelio.de

rechts unten:

S. Hofschlaeger / pixelio.de



Herbst – mit allen Sinnen genießen



Die Sonne spiegelt sich in den gelbroten Blättern der Laubbäume, eine Farbenpracht, die von vielen oft auch als „goldener Oktober“ bezeichnet wird. Die heißen Sommertage verabschieden sich, nach morgendlichen Nebenschwaden strahlt die Sonne und manchmal ist es noch angenehm warm.

Der Herbst, eine wunderschöne farbenfrohe Zeit, um während ausgedehnter Spaziergänge und kleiner Wanderungen die Schönheiten der Natur mit allen Sinnen zu genießen: sehen und riechen, fühlen, hören und genießen, bewusst die Natur erleben und achtsam mit den Sinnen erkunden.

Sehen: Die Farbvielfalt des Herbstlaubes, die Braunschattierungen der Rosskastanien, das leichtende Rot der Hagebutten. An Herbstmorgen schimmern die Spinnweben im Tau, von kleinen Wassertröpfchen in glitzernde Netze verwandelt. Mit Kastanien und buntem Laub werden die Häuser herbstlich geschmückt.

Riechen: Das Aroma frischer Pilze, die nebelfeuchte Erde am Morgen in Wald und Wiese riecht feuchtnass und manchmal auch modrig.

Hören: Den Gesang der Vögel, das Rascheln und sanfte Knistern des Herbstlaubes wahrnehmen.

Spüren: Die letzten Sonnenstrahlen erwärmen das Gesicht, gleichzeitig braust der Wind oft schon frisch durch die Waldlichtung.

Schmecken: Essbare Herbstfrüchte, Esskastanien und frische essbare Pilze verfeinern eine schöne Herbstmahlzeit und dazu ein Glas frischen Wein oder Traubenmost. Genießen Sie die Natur, atmen Sie die frische, leicht kühle Luft und erfreuen Sie sich am Spiel der herbstlichen Lichter.

■ Dr. Ute Stapel
Amtsapothekerin

■ Bildquelle oben:
Annamartha / pixelio.de
unten:

Angelika Wolter / pixelio.de



“Traumhafte” Premiere



Viel Beifall, glückliche und erleichterte Darstellerinnen sowie vollends zufriedene Mitglieder der Nordener Kultur AG gab es Anfang September nach der gelungenen Theater- und Tanzpremiere in der ausverkauften Aula des Nordener Stadtteilzentrums.

nes Zusammenspiel aus Szenen und Sequenzen in künstlerisch nachdenklicher wie auch komödiantischer Weise auf die Bühne.

Die Darstellerinnen des Theaterprojektes „LebensTRÄUME leben!“, einer Kooperation zwischen dem Amt für Soziale Integration und dem Bildungswerk für Theater und Kultur, haben in mehreren Workshops ihre Szenen unter der Leitung von Irmgard Schlierkamp selber erarbeitet.

Auch die Tänzerinnen des Seniorentanztheaters „Sixty-Plus“ unter Leitung von Anke Lux haben sich gemeinsam variantenreiche Darbietungen mit viel Wiedererkennungswert beim Publikum einfallen lassen.

Zur Motivation, Spielfreude und dem Gelingen dieser Premiere trug in beiden Gruppen sicherlich auch das gute Verständnis der Frauen untereinander bei.

Einen kleinen Lebenstraum hat sich die eine oder andere Teilnehmerin bereits allein durch die Teilnahme an dem Projekt und dem Mut zum öffentlichen Auftritt erfüllt. Am Ende waren sich auf jeden Fall alle einig „Wir wollen auf jeden Fall weiter machen.“

Im Anschluss an die Veranstaltung haben sich gleich zwei Frauen aus dem Publikum zur Teilnahme an weiteren Projekten angemeldet. Bleibt bei diesem erfreulichen Nebeneffekt die Hoffnung, dass sich in Zukunft auch noch der ein oder andere Mann traut.

Auch die Teilnehmerinnen des regelmäßig stattfindenden Tanztheaters (freitags 10-11.30 Uhr in der Musikschule der Stadt Hamm, Anke Lux:

01 72/2342239

würden sich über Zuwachs von beiden Geschlechtern freuen.

■ Ulrike Tornscheidt
Amt für Soziale Integration

■ Fotos: Heinz Feußner



Gelebte und ungelebte Träume, Alpträume und Tagträume, unter anderem auch die Fragen: Hat man im Alter noch Träume? Was erträume ich mir als „junger Mensch“ für mein Alter?

Zu diesen und vielen anderen Aspekten dieses Themas brachten erstmalig gleich zwei Gruppen ein gelunge-



Der Welt-Alzheimer-Tag

Seit 1994 finden jeweils am 21. September in aller Welt vielfältige Aktivitäten statt, um die Öffentlichkeit auf die Situation der Alzheimer-Kranken und ihrer Angehörigen aufmerksam zu machen.

Weltweit sind inzwischen etwa 34 Millionen Menschen und in Deutschland



ca. 1,4 Millionen Menschen von Demenzerkrankungen betroffen. Dies bedeutet vorsichtig geschätzt, dass auch in der Stadt Hamm sich fast 3000 Menschen mit diesem Krankheitsbild konfrontiert sehen.

Deshalb ist Demenz ein Thema, das früher oder später jeden berührt: Ob jemand

aus der Familie erkrankt, man im Sportverein oder im Supermarkt Menschen mit Demenz begegnet oder ob man im Gesundheitswesen beruflich mit Demenzkranken zu tun hat. Wir können alle etwas tun, um das Leben für Menschen mit Demenz und ihre Familien lebenswerter zu machen. Das beginnt im Alltag damit, sich und andere zu informieren und Verständnis zu entwickeln. Und damit, mit Menschen mit Demenz zu sprechen und ihnen Teilhabe in allen Lebensbereichen zu ermöglichen. Es geht weiter mit der Gestaltung von Wohnen und Leben zu Hause, in Heimen und Wohngemeinschaften und der Ausrichtung von Betreuung, Pflege und Therapie auf Menschen mit Demenz.

Dass jede und jeder etwas dazu beitragen kann, um die Lebensqualität von Menschen mit Demenz und ihren Angehörigen zu verbessern, darauf weist das Motto dieses **Welt-Alzheimer-Tags** hin:

**„Demenz – jeder kann was tun“
Hammer Alzheimer-Tage**

Um viele dieser Möglichkeiten aufzuzeigen ist es in der Vergangenheit schon gute Tradition geworden, dass auch das Netzwerk Demenz



in der Stadt Hamm um diesen Termin herum bislang jährlich einen Alzheimer-tag für alle am Thema interessierten Bürgerinnen und Bürger angeboten hat.

Nach den nunmehr insgesamt 6 Alzheimer-tagen in den vergangenen Jahren ist es dann in diesem Jahr 2014 den Akteuren des Netzwerkes gelungen, im Zeitraum vom 23. August bis zum 02. September mehr als eine Woche mit ca. 24 unterschiedlichen Veranstaltungen wie z.B. Informationsnachmittage, Behandlungs- und Unterstützungsmöglichkeiten und den Umgang mit Betroffenen, kulturelle Veranstaltungen oder gesellige Treffen für Menschen mit Demenz zusammenzustellen.

Auch wenn die Einzelveranstaltungen der Träger des



Netzwerkes durchweg mehr Publikum verdient gehabt hätten, verfolgten aber allein bei der Auftaktveranstaltung auf dem Wochenmarkt an der Pauluskirche durchgängig mehr als 50 Personen das sehr abwechslungsreiche und von Herrn Heistermann erfrischend moderierte Programm.

Als absoluten Höhepunkt konnte Rüdiger „Purple“ Schulz für die Abschlussveranstaltung am Dienstag in der Mitgliederoase der Volksbank Hamm begrüßt werden. Neben dem Life-Vortrag seines Liedes „Fragezeichen“ gab er der Radio-Moderatorin Simone Niewerth bereitwillig Auskünfte über den Krankheitsverlauf seines Vaters und die damit zunächst verbundenen Irritationen in seiner gesamten Familie.

Er machte dabei insoweit Mut, dass manchmal erst diese Krankheit eine Rückbesinnung auf die wahren Werte des Lebens ermöglicht und die doch mitunter verloren gegangene Gefühlswelt dadurch neu belebt wird.

Die vielen facettenreichen Veranstaltungen konnten natürlich nur durch die tatkräftige Unterstützung aus dem Netzwerk gestemmt werden. Hervorzuheben ist

allerdings der unermüdliche Einsatz von Frau Neuroth bei der Verteilung der Flyer. Dafür sei an dieser Stelle noch mal sehr herzlich gedankt!

■ Jürgen Stefan

Amt für Soziales,
Wohnen und Pflege
Wohn- und Pflegeberatung
Gustav-Heinemann-Straße 10,
59065 Hamm

Tel.: 02381/17-8107



DEMENZ GEHT UNS ALLE AN!

Träger verschiedener Organisationen wollen gemeinsam die Lebensqualität Demenzkranker und die ihrer Angehörigen in der Stadt Hamm verbessern. Dieses Netzwerk Demenz hat deshalb mehr als eine Woche mit zahlreichen Info-Veranstaltungen und ein buntes, unterhaltsames Rahmenprogramm vorbereitet (siehe ausliegende Programm-Flyer). Eingeladen sind Angehörige, Haupt- und Ehrenamtliche und alle interessierte Bürgerinnen und Bürger. Die Teilnahme an den Veranstaltungen ist kostenlos, eine Anmeldung ist nicht erforderlich. Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

AUFTAKTVERANSTALTUNG AM 23.08.:
Wochenmarkt Mitte, südlich der Pauluskirche:
10 Uhr: Vorstellung des Netzwerkes Demenz Hamm
11 Uhr: Grußworte Oberbürgermeister T. Hunsteger-Petermann
bis 12 Uhr: Aktionen u. Informationen rund um das Thema Demenz

ABSCHLUSSVERANSTALTUNG AM 02.09.:
Mitgliederoase der Volksbank Hamm:
17 Uhr: Theater für Menschen mit & ohne Demenz - Clownsvisite
18 Uhr: Vortrag über Menschen mit Demenz im Krankenhaus
bis 19 Uhr: Auftritt und Interview von und mit Purple Schulz

VERANSTALTER:

Hammer: Ein unterhaltsames Rahmenprogramm mit prominenter Besetzung z. B. am 02.09. Auftritt und Interview von und mit Purple Schulz.



Neues aus dem Hamms Mehrgenerationenhaus Feidikstraße 27, 59065 Hamm



Mehr
Generationen
Haus

Kochen mit SeniorInnen im Hamms Mehrgenerationen- haus

Am Sonntag, dem 6. September, startete mit großem Erfolg eine Kochwerkstatt im Hamms Mehrgenerationenhaus. In Begleitung von Ulla Wilms haben 5 SeniorInnen ein Mittagessen in geselliger Runde zusammen vorbereitet und eingenommen. Beim Kartoffeln schälen, Salat putzen und der Zubereitung von Königsberger Kloppen wurden angeregt Rezepte von früher ausgetauscht.

Für das nächste Treffen steht die Einkaufsliste schon bereit. Wer Interesse hat, mitzukochen, kann sich im Hamms Mehrgenerationenhaus unter der Telefonnummer (02381) 91585101 anmelden.



Tanztee für Senioren jeden 4. Donnerstag von 14.30 bis 16.30 Uhr Start: 23.10.14

Eingeladen sind Senioren und Seniorinnen, egal wie mobil und agil sie sich fühlen, die Freude an Musik, Bewegung und Gemeinschaft haben.

Auch wenn die Beweglichkeit eingeschränkt ist und das Gedächtnis einen manchmal im Stich läßt, werden alte Melodien erkannt und durch die Bewegung zur Musik wird die Lebensfreude geweckt.

Nach der Begrüßung und einem gemeinsamen Tee- oder Kaffeetrinken können die Gäste den vertrauten Melodien von früher lauschen und im Stehen oder Sitzen tanzen.

Begleitet wird dieser Nachmittag von einer Tanztherapeutin, freiwilligen Mitarbeiterinnen und Demenzbegleitern. Angehörige und Begleitpersonen sind herzlich Willkommen.

Die Kosten für Tee/Kaffee und Kuchen betragen 3,- €.

Ein Fahrdienst wird eingerichtet, hierzu müssen Sie sich bitte telefonisch anmelden unter folgender Rufnummer: (02381) 91585101.

Online Computerkurs – Grundkurs Start 5. November 2014

Das Hamms Mehrgenerationenhaus bietet in Kooperation mit dem LernHaus Konzept – Nie zu alt zum lernen- der Universität Erlangen-Nürnberg, SeniorInnen die Möglichkeit, Computerkompetenzen zu erwerben.

Wo immer die SeniorInnen wohnen, LernHaus macht SeniorInnen in ihrer häuslichen Umgebung mit dem Internet und dem eigenen Computer vertraut.

Das Lernen erfolgt über das Internet, am eigenen Computer, zur selbstgewählten Zeit, in den eigenen vier Wänden. Über eine einfach aufgebaute Lernplattform (virtuelles Klassenzimmer) wird der Kurs angeboten.

Dabei werden die SeniorInnen von unseren Lernbegleitern betreut. Neben der individuellen Betreuung sind Gruppentreffen zum Erfahrungsaustausch im Mehrgenerationenhaus geplant.

Um an dem Kurs teilzunehmen, ist ein Computer mit Internetzugang erforderlich. Kosten 60,- € pro Kurs und Person. Anmeldung unter (02381) 91585101.

Sparkassen-Seniorenkino in Hamm

 Sparkasse.
Gut für Hamm.



Sonntag, 12. Oktober Das Schicksal ist ein mieser Verräter

Hazel und Gus sind zwei „normale“ junge Menschen, die den gleichen Humor besitzen, die Abneigung gegen bürgerliche Konventionen teilen und sich unsterblich ineinander verlieben. Doch sie sind beide todkrank. Trotzdem beschließen sie, sich furchtlos gegen ihr Schicksal zu stemmen.

Gemeinsam fliegen sie nach Amsterdam, um dort Peter Van Houten zu treffen, den Autor von Hazels Lieblingsbuch. Das Treffen mit dem berühmten Literaten verläuft anders als erwartet und die Reise verändert das Leben der beiden nachhaltig.

**Beginn aller Filme im Seniorenkino ist um 14.30 Uhr,
Einlass ab 13.00 Uhr.**

Sonntag, 09. November Madame Mallory und der Duft von Curry

Nach einer Tragödie versucht die indische Kadam-Familie um den Patriarchen Papa in Europa einen Neuanfang. Der Zufall führt den Familienverbund in eine südfranzösische Gemeinde, wo es sich Papa in den Kopf setzt, ein indisches Restaurant auf der gegenüberliegenden Straßenseite des pikfeinen, mit einem Michelin-Stern ausgezeichneten Edelrestaurants „La Saule Pleureur“ zu eröffnen.

Sonntag, 14. Dezember Die geliebten Schwestern

Sturm und Drang ist 1788 in Rudolstadt angesagt. Friedrich Schiller und zwei mittellose Schwestern leben in einer Ménage-à-trois. Die unglücklich verheiratete Caroline von Beulwitz und deren schüchterne Schwester Charlotte von Lengefeld folgen ihrem Schwur, alles miteinander zu teilen, auch den berühmten Autor.

Charlotte ehelicht ihn, damit ihre Dreiecksbeziehung unter dem Deckmantel der Konvention fortgesetzt werden kann. Als sie schwanger wird, zerbricht das fragile Gleichgewicht des Liebesdreiecks.

Kaffee-Klatsch Film um 11.00 Uhr

29. Oktober: Hectors Reise oder Die Suche nach dem Glück

Der Londoner Psychiater Hector ist frustriert, weil seine Patienten nicht glücklich werden und auch er nichts daran ändern kann. Kurz entschlossen packt er seine Koffer und begibt sich auf eine Weltreise. Dabei trifft er gestresste Investmentbanker und verführerische Damen, weise Mönche, Drogendealer mit Herz und finstere Gestalten und neben alten Freunden auch seine erste große Liebe. Eifrig kritzelt er seine Beobachtungen in ein Notizbuch und kommt zu überraschenden Ergebnissen.



Mitten im Leben: die Theater- und Konzertsaison 2014/15 hat begonnen



harmonische Raffinesse und zu guter Letzt auch noch sprechende Tiere: willkommen in der neuen Theater- und Konzertsaison des städtischen Kulturbüros!

Über 60 Veranstaltungen sorgen mit Worten und vielfarbiger Musik für Sinneserlebnisse der besonderen Art, laden zum Schauen, Hören, Fühlen, Lachen und Nachdenken ein.



Mehr als 7.200 Minuten atemlose Spannung, scharfzüngige Pointen, witzige Wortgefechte, leidenschaftlicher Gesang, virtuose Klänge, berechnendes Kalkül, druckvolle Energie, Dramatik pur, exotische Töne,

Nationale wie internationale Künstler geben sich die Klinke in die Hand und zeigen die ganze Bandbreite ihres Könnens - und wenn sich dann am 16. Mai 2015 zum letzten Mal in der Spielzeit im Kurhaus der Vorhang

hebt und Frank N. Furter zum Tanz bittet, kann niemand mehr behaupten, hier wäre nichts los!

Man kann eine Nacht mit den „Stones“ verbringen („Let's spend the night together





– die Rolling Stones Show“ am 26.10.14) und feststellen, dass Tenöre mehr können als „nur“ klassisch singen (The 12 Tenors – 12 Tenöre, 22 Welthits, eine Show am 25.02.15). Oder einen Einblick in die komplexe Gedankenwelt der Banker gewinnen („Das Himbeerreich“ am 30.10.14), König George VI.



bei seiner wichtigsten Rede erleben („The King's speech“ am 22.01.15) und die Folgen der totalen Überwachung beobachten („1984“ am 25.03.15).

Aber auch der Humor kommt nicht zu kurz: Ilja Richter trifft auf Hilde Kneps Schwester („Du kannst nicht immer 60 sein“ am 16.11.14), Alex-

ander wird für eine Filmrolle zur Frau („Rubbeldiekatze“ am 19.12.14) und der mürri-sche „Mozart“ muss von der liebenswerten „Möwe“ von den Freuden des Lebens überzeugt werden („Möwe und Mozart“ am 29.04.15). Comedian Luke Mockridge behauptet: „I' m lucky, I' m Luke“ (18.11.14), während Arnulf Rating „ganz im Glück“ schwelgt (27.02.15) und Thomas Lienenlücke zur „Revanche?“ einlädt (11.04.15).

Mozarts und Rutters Requien bieten höchsten Hörgenuss (15.11.14), Gábor Boldoczki und das Franz Liszt Kammerorchester widmen sich mit „Tromba Veneziana“ Werken von Vivaldi, Corelli und Torelli (06.12.14) und Julia Lezhneva begeistert mit ihrer außergewöhnlichen Stimme (22.02.15). Ralph Manno und sein Trio beleuchten die Zeitenwende 1914 musikalisch (22.10.14), die „flauti virtuosi“ durchstreifen barocke Lustgärten (03.12.14) und „german hornsound“ reist von Händel bis in die Moderne (28.01.15).

Die International Škoda Allstar Band – feat. Norma Winstone – sorgt für ein multi-kulturelles Live-Erlebnis, das Adam Baldych & Luciano Biondini Quartett schlägt

ein ganz neues musikalisches Kapitel auf (30.01.15) und Wolfgang Haffner schaut mit seiner Band vorbei (13.03.15).

Außerdem werden noch „Geschichten aus dem Hut“ gezaubert (28.10.14), will ein Schmied „die Schöne“ erobern (11.02.15) und Fiete Anders erkennt, dass „Anderssein“ gar nicht schlimm ist (17.03.15).

Pariser Flair an der Lippe: „Vive la France“ lautet das Motto der diesjährigen Silvesterkonzerte, die ebenso zu besonderen Höhepunkten zählen wie das jährliche Weihnachtsmusical der städtischen MusicalCompany, in dem dieses Mal Niklas Julebukk das Weihnachtsfest retten muss (28.11. – 05.12.14). Ein „besonderes Bonbon“ gibt es auch: für ein Sonderkonzert gibt sich Startrompeter Till Brönner die Ehre (31.10.14).

Das Programmheft liegt an vielen öffentlichen Stellen zur Mitnahme aus, steht unter www.hamm.de/kultur zum Download bereit und kann auch direkt im Kulturbüro angefordert werden (Tel.: 02381/17-55 01).

■ Meike Richter
Kulturbüro der Stadt Hamm

Vortragsreihe Campus Live



Hochaktuelle Themen werden in den Campus Live-Vorträgen von renommierten Wissenschaftlern interessant und verständlich aufbereitet. Bei der vierten Ausgabe

stehen zum Beispiel die Energiewende, Computer Revolutions“ und die ewige „Sinnfrage“ zwischen Be- und Entschleunigung des Lebens auf dem Programm.

„Wir haben wieder Themen zusammengestellt, die hochaktuell sind. Die Referenten werden sie aus wissenschaftlicher Sicht – und gleichzeitig leicht verständlich und interessant – behandeln“, wirbt Volkshochschul-Leiter Bernd Lammers stellvertretend für die verschiedenen Kooperationspartner für die neue Vorträge, bei denen es im Anschluss immer Gelegenheit zum Austausch mit den Dozenten und zur Diskussion gibt.

Zum Thema „Energiewende“ – nicht nur durch die Medien, sondern auch durch die Stromrechnung bekannt – stehen gleich zwei Vorträge auf dem Programm. „Die Energiewende – Chance und Risiko für Deutschland“ heißt es am 11. November (HSHL-Dozent Prof. Dr. Olaf Goebel), während SRH-Dozent Prof. Dr. Carsten Lau unter dem Titel „Energie 2025 – Eine Branche erfindet sich neu“ referiert.

Nicht so häufig wie die Stromrechnung, aber doch so einige Male im Leben bezahlen die meisten Verbraucher die Rechnung für einen neuen PKW. Wie ihr Wunsch nach kurzen Lieferzeiten bei individueller Ausstattung und günstigen Anschaffungspreisen Automobilhersteller,

Programm 2014 /15

Dienstag, 30.09.2014 // 19.00 Uhr
Die Deutschen und ihr Diktator
 Hitler in Biografien und Populärkultur
Dozent: Prof. Dr. Thomas Großbölting, Universität Münster
Ort: Heinrich-von-Kleist-Forum, Gerd-Bucerius-Saal, Platz der Deutschen Einheit 1

Dienstag, 11.11.2014 // 19.00 Uhr
Die Energiewende
 Chance und Risiko für Deutschland
Dozent: Prof. Dr. Olaf Goebel (HSHL)
Ort: Hochschule Hamm-Lippstadt, Campus Hamm, Marker Allee 76-78

Dienstag, 02.12.2014 // 19.00 Uhr
Ultra-Personalisierbar
 Wie das Streben nach Individualität Automobilhersteller vor Herausforderungen stellt
Dozent: Prof. Dr. Jens Schaffer (SRH)
Ort: Heinrich-von-Kleist-Forum, Gerd-Bucerius-Saal, Platz der Deutschen Einheit 1

Dienstag, 13.01.2015 // 19.00 Uhr
Computer Revolutions
Dozent: Prof. Dr. René Krenz-Baath (HSHL)
Ort: Hochschule Hamm-Lippstadt, Campus Hamm, Marker Allee 76-78

Dienstag, 03.02.2015 // 19.00 Uhr
Energie 2025
 Eine Branche erfindet sich neu
Dozent: Prof. Dr. Carsten Lau (SRH)
Ort: Heinrich-von-Kleist-Forum, Gerd-Bucerius-Saal, Platz der Deutschen Einheit 1

Dienstag, 10.03.2015 // 19.00 Uhr
Was für ein Leben, was für ein Sinn?
Dozent: Prof. Dr. Ludwig Siep, Universität Münster
Ort: Mitgliedercafé der Volksbank Bismarckstraße 7-15, 59065 Hamm




Durchblick behalten!

Campus Live ist eine Veranstaltungsreihe, die aktuelle wissenschaftliche Themen nachvollziehbar, anspruchsvoll und unterhaltsam präsentiert. Komplexe Inhalte werden verständlich dargestellt und die Möglichkeit zum Austausch mit den Wissenschaftlern ist ausdrücklich erwünscht. Eingeladen sind interessierte Bürgerinnen und Bürger, Studierende sowie Schülerinnen und Schüler.

Änderungen des Veranstaltungsverlaufs vorbehalten.

Veranstaltungsmoderation:
 Prof. Dr. Jutta Lommatsch (Akademische Gesellschaft Hamm) und Robert Vornholt (Westfälischer-Anzeiger) im Wechsel

Einzelveranstaltung 5 Euro, Abo 25 Euro

Die Einzelkarte ist grundsätzlich an der Abendkasse erhältlich. Reservierungen und Vorbestellungen unter 02381 / 17 56 06

Eintritt für Schülerinnen und Schüler, Studentinnen und Studenten frei

Bezug der Abos in der Geschäftsstelle der VHS Hamm, gegen Rechnung oder im Internet unter

www.hamm.de/Campus-live
 Information unter Tel.: 02381 / 17 56 30






deren Zulieferer sowie die beteiligten Logistikdienstleister vor erhebliche Herausforderungen stellt, wird Prof. Dr. Jens Schaffer (SRH) in seinem Vortrag „Ultra-Personalisierbar“ erläutern.

Der Vortrag „Computer Revolutions“ von Prof. Dr. René Krenz-Baath gibt eine Übersicht über die Entwicklung der Computer: von den ersten Rechenhilfsmitteln wie dem Abakus über die ersten Rechenmaschinen bis hin zu neuen modernen Prozessoren.

Den Abschluss der insgesamt aus sechs Vorträgen bestehenden Reihe bildet in der Volksbank-Oase (Sponsor der Reihe) der Vortrag „Was für ein Leben, was für ein Sinn?“. Dem philosophischem Thema widmete auch das Leitmedium „Der Spiegel“ unter der Überschrift „Die hektische Suche nach einem entschleunigten Leben“ kürzlich seinen Titel: ein weiterer Beweis für das gute Themen-Gespür der „Campus Live“-Organisatoren.

Die Termine im Überblick:

Dienstag, 11.11.2014 //
19.00 Uhr
Die Energiewende
Chance und Risiko für Deutschland

Dozent:
Prof. Dr. Olaf Goebel (HSHL)
Ort:
Hochschule Hamm-Lippstadt,
Campus Hamm,
Marker Allee 76-78

Dienstag, 02.12.2014 //
19.00 Uhr
Ultra-Personalisierbar
Wie das Streben nach Individualität Automobilhersteller vor Herausforderungen stellt
Dozent:
Prof. Dr. Jens Schaffer (SRH)
Ort:
Heinrich-von-Kleist-Forum,
Gerd-Bucerius-Saal,
Platz der Deutschen Einheit 1

Dienstag, 13.01.2015 //
19.00 Uhr
Computer Revolutions
Dozent:
Prof. Dr. René Krenz-Baath (HSHL)
Ort:
Hochschule Hamm-Lippstadt,
Campus Hamm,
Marker Allee 76-78

Dienstag, 03.02.2015 //
19.00 Uhr
**Energie 2025
Eine Branche erfindet sich neu**
Dozent:
Prof. Dr. Carsten Lau (SRH)
Ort:
Heinrich-von-Kleist-Forum,
Gerd-Bucerius-Saal,
Platz der Deutschen Einheit 1

Dienstag, 10.03.2015 //
19.00 Uhr
Was für ein Leben, was für ein Sinn?
Dozent:
Prof. Dr. Ludwig Siep,
Universität Münster
Ort:
Mitgliederoase der Volksbank
Bismarckstraße 7-15,
59065 Hamm

Kooperationspartner von Campus Live sind die Stadt Hamm, die Volkshochschule, das Landeskompetenzenzentrum für Individuelle Förderung, die Akademische Gesellschaft Hamm, die Hochschule Hamm-Lippstadt, die SRH-Hochschule für Logistik und Wirtschaft Hamm, die Wirtschaftsförderung und der Westfälische Anzeiger.

Finanziell gefördert wird Campus live von der Volksbank Hamm.

Der Eintritt kostet bei jeder Einzelveranstaltung fünf Euro, das Abo für alle Veranstaltungen kostet 25 Euro.

Für Schülerinnen und Schüler sowie für Studentinnen und Studenten ist der Eintritt frei. Alle Infos gibt es auch unter

www.hamm.de/campus-live.

Literatur um 10



Eine Tasse Kaffee in geselliger Runde und im Focus ein gutes Buch!

Unter der Leitung von Lieselotte Bergenthal und Karin Berheide trafen sich im September zum ersten Mal im Haus der Begegnung Menschen, die Freude an Literatur haben.



Die Idee, in lockerer Atmosphäre gemeinsam in der Bücherkiste zu stöbern und die Gedanken zu einem Buch mit anderen auszutauschen, wurde zur Freude der Verantwortlichen gut angenommen.

Lieselotte Bergenthal hatte zwei Buchbesprechungen vorbereitet. Unter anderem las sie eine kurze aus-

gewählte Passage aus dem Buch „Das große Los“ von Meike Winnemuth vor. Die Autorin gewann bei Günther Jauch eine halbe Million. Sie will mit dem Geld ein außergewöhnliches Jahr erleben.

Somit begibt sie sich auf eine außergewöhnliche Reise, um jeden Monat in einer anderen Stadt zu leben, wie in Sydney, Mumbai, Tel Aviv.

Sie listet nach jeder Station zehn Dinge auf, die sie in der jeweiligen Stadt gelernt hat. Diese Tipps führten zu einer angeregten Diskussion.

Im weiteren Gespräch stellte sich heraus, dass die Bücherfreunde sich einen Austausch über Biographien, historische und mittelalterliche Romane sowie über aktuelle Literatur und neue Leseideen wünschen.

Ebenso wurde der Vorschlag der Organisatoren, Referenten zu bestimmten Themen einzuladen, positiv aufgenommen.

Jedes Jahr erscheint eine Vielzahl an neuer Literatur auf dem Büchermarkt. Die Einladung einer ortsansässigen Buchhändlerin könnte beispielsweise den Teilnehmerinnen und Teilnehmern einen Überblick über die Neu-

erscheinungen verschaffen.

Sofern es möglich ist, könnten zudem Buchautoren aus Hamm und Umgebung eingeladen werden.

Vorgesehen sind des Weiteren gemeinsame Aktionen wie z.B. eine Fahrt zu Dichterlesungen in der Region. Viele bekannte Romane sind verfilmt worden. Ein gemeinsamer Kinobesuch könnte von der Gruppe organisiert werden oder auch eine Theaterfahrt.

In den Pausen kann zudem die Gelegenheit genutzt werden, in den von den Teilnehmern mitgebrachten Büchern zu stöbern beziehungsweise diese zu tauschen.

Auch darüber hinaus gibt es zahlreiche Möglichkeiten, die Montagstreffen mit viel Austausch über Gedanken, Erfahrungen und Wünsche interessant zu gestalten.

Die Gruppe freut sich jederzeit über neue Buchinteressierte und ist offen für neue Ideen und Anregungen.

Wir laden herzlich ein zu:

Literatur um 10
Jeden 2. Montag im Monat
im „Haus der Begegnung“,
Friedrich-Ebert-Str. 23-25

Ihr AWO-Seniorenzentrum in Hamm



Sicher, geborgen und zu Hause



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

Kurzzeitpflege



proSanitate

Häusliche Alten-, Kranken-
und Kinderkrankenpflege

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

Probewohnen ist möglich!

Gesundheitsdienst Hamm | Tel.: 2381/30 80 90 | www.pro-sanitate.de

Seniorenresidenz „Am Schillerplatz“



Senioren- und Pflegezentrum „Am Museum“

Kurzzeitpflege • Langzeitpflege • alle Pflegestufen
Demenzwohngruppe • Tagesgruppe für demenzerkrankte Bewohner des Hauses

Kurzzeitpflege • Langzeitpflege • alle Pflegestufen
Junge Pflege (bis 67 Jahre) • Reha Phase F

www.senterra.de



Mitten in Hamm

Mitten im Leben

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

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

»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 (Rhynern)

**Zulassung bei
allen Krankenkassen**

Mario Lishek
Malerbetrieb



- Senioren-Renovierservice
- Maler-, Lackier- und
- Tapezierarbeiten
- Bodenbeläge
- Fassadenanstrich

Östingstraße 32
59063 Hamm

Telefon 0 23 81 / 78 05 60
Telefax 0 23 81 / 9 73 39 40
Mobil 0174 / 8927772

**Genießen Sie
Ihren
Lebensabend**



- **Qualität: MDK-Note: Sehr gut (1,0)**
- **Kompetenz seit 1995**
- **Modernes Haus, Fertigstellung 2012**
- **Toplage direkt am See**
- **Umfangreiches Beschäftigungsangebot**
- **Küche im Haus**



Senioren Wohn- und Pflegeheim
Seeufer Residenz
Möhnesee-Warnel GmbH & Co OHG
Bahnhofstr. 8 - 10 · 59519 Möhnesee
Tel. 02924/802-0 · Fax 02924/802-888

www.seeufer-residenz.de

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

EW – Evangelisches Perthes Werk e.V. – **Kompetenz in Sachen Pflege**



Ev. Altenhilfezentrum St. Victor

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

Perthes-Haus

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

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

www.pertheswerk.de

20 Jahre AWO- Tanzkreis Birkenfeld

Der AWO-Tanzkreis Birkenfeld konnte gleich auf ein ganz besonderes Jubiläum blicken: 20 Jahre schon lautet das Motto: FREU(N)DE DURCH TANZEN. Und dieses Motto hat sich durchweg bewährt!

Unser Tanzkreis trifft sich immer noch jeden Dienstag und genießt die frohe Gemeinschaft. Viele schöne Stunden haben wir zusammen verbracht, viel gelernt und viel gelacht.

Das gemeinsame Tanzen tut uns allen rundum gut und hält uns fit, deshalb mache ich weiter und die ganze Tanzgruppe macht hoffentlich noch lange mit!
Ein herzliches Dankeschön an den Tanzkreis!

■ Hilde Querbach





Ambulante Pflege

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



LEBENSRAÜME IM ALTER

- Wir informieren
- schulen
- helfen...

Wohnberatung
Pflegeberatung
Seniorenberatung
Fortbildung

Das finden Sie bei uns:

- Ambulante Dienste
- Krankenhausnachsorge
- Tagesbetreuung
- Kurzzeitpflege
- Vollzeitpflege
- Seniorenwohnungen
- Wohngemeinschaften
- LUDGERI-Forum e. V.

Haus der Pflege
Marinestr. 42 | 59075 Hamm
☎ 99547-30
Zentralverwaltung
☎ 99547-0
www.ludgeri.com




LUDGERI – Das kompetente Netzwerk für häusliche und stationäre Betreuung

Der Pflegestützpunkt mit Wohn- und Pflegeberatung bildet das Herzstück im „Haus der Pflege“, unserem Beratungszentrum in Bockum-Hövel. Hier erhalten Sie sämtliche Informationen und Hilfen rund um die häusliche und stationäre Alten- und Krankenpflege sowie zu unseren weiteren Diensten.

Unser vernetztes Betreuungs- und Pflegeangebot unterstützt pflegende Angehörige und schafft Sicherheit auch in Krisensituationen. **Fragen Sie nach!**

LUDGERI – Die Wohngemeinschaften

Hier leben entweder pflegebedürftige oder an Demenz erkrankte ältere Menschen zusammen, deren Tagesablauf sich an persönlichen Gewohnheiten orientiert. Lassen Sie sich beraten!







WIVO – 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!**



- allgemeine Alten- und Krankenpflege
 - spezielle medizinische Pflege / Behandlungspflege
 - Palliativpflege ◦ Hauswirtschaftliche Hilfen
 - Beratung in sozialen Fragen
 - Beratungseinsätze bei Pflegegeldbezug
 - Entlastungsangebote für pflegende Angehörige
 - Vermittlung verschiedener Serviceleistungen:
- Hausnotrufdienst, Überleitungspflege, Essen auf Rädern

ZUHAUSE Pflegen – Helfen – Beraten
Kompetent und zuverlässig!



Brüderstraße 33, 59065 Hamm, Telefon: 02381 92 66 80
 info@caritas-pflegedienste-hamm.de, www.caritas-hamm.de

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?

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

BERUFSBEGLEITENDE WEITERBILDUNG
 IM SOZIALWESEN **BAK**

MANAGEMENTWEITERBILDUNGEN mit ZERTIFIKAT

- Management sozialer Einrichtungen / Einrichtungslleitung
- Pflegemanagement / Pflegedienstleitung in der Seniorenhilfe
- Wohnbereichsleitung in Senioreneinrichtungen
- Qualitätsmanager/-in
- Qualitätsbeauftragte/r
- Case Manager/-in im Sozialwesen



Kostenfreie Infoline:
 0800-2 31 23 12
www.b-akademie.de

Studienort:
 Lippstadt
...seit 1992 für Sie da!

Aachen, Dortmund, Frankfurt/M., Kaiserslautern, Kassel
 Karlsruhe, Koblenz, Köln, Lippstadt, Minden, Nürsbrach,
 Saarbrücken, Siegen



Wohnen und leben im Park – Seniorenresidenz Am Kurpark

Das Leben genießen: selbstbestimmt, mit Wohlbefinden, Spaß und in der bestmöglichen körperlichen Verfassung.

Unsere Einrichtung bietet 73 Servicewohnungen für das Leben in der eigenen Häuslichkeit sowie 72 Pflegeplätze für Senioren, die auf Hilfe und Unterstützung angewiesen sind.

Unser besonderer Service:

- Garten und Park
- Großes Restaurant-Café mit Terrasse
- Friseur und Fußpflege
- Kleingliedrige, familiäre Wohnbereiche
- Vielfältige kulturelle und therapeutische Angebote



Seniorenresidenz Am Kurpark
 Ostentallee 84
 59071 Hamm
 Fon 02381 / 90 55-0

Info@seniorenresidenz-amkurpark.de
www.seniorenresidenz-amkurpark.de



Gesund essen im Café Mare – mit Produkten aus der Umgebung



„Frisches, Gesundes und am Liebsten aus der Umgebung“ – so lautet das neue Motto für den Mittagstisch. Dafür suchte Maximare-Küchenchef Ralf Roppelt nach einem regional nahen Anbieter und fand diesen bei Welper, beim Bioland-Hof Holtschulte.

Von hier bezieht das Maximare nun Kartoffeln, Obst und Gemüse. Lediglich ein Anfang, denn noch längst wird nicht alles in der Maximare-Küche vom Bio-Hof eingekauft. Doch klar ist: leckere, vollwertige Gerichte sind der Weg, den sich die Maximare-Küche auf die Fahnen geschrieben hat.

Qualität statt Quantität. Die höhere Qualität des Essens hat seinen Preis. Natürlich sind Bioprodukte im Einkauf zunächst einmal teurer als handelsübliche Produkte.

Auf Dauer soll sich die neue Nachhaltigkeit in der Küche aber herumsprechen und so für einen positiven Imageeffekt sorgen.

Für die jungen Köche bringt der Philosophie-Wandel viel Positives mit. Die Gerichte dürfen kreativer als zu Patientenzeiten sein. Und das frische Kräuter nicht nur gekauft, sondern aus dem eigenen Kräutergarten im Sauna Resort geschnitten

werden können, hat auch eine besondere Note.

„Bislang“, so Maximare-Küchenchef Ralf Roppelt, „wurde das Maximare oft als Gesundheitsbad bezeichnet. In der Küche möchten wir diesen Gedanken weiter *peu à peu* leben“.

Den Café Mare-Mittagstisch gibt es täglich von montags – freitags in der Zeit von 11-14 Uhr.

Alle Gerichte kosten 5,90 €.

Infos zu den Mittagstischen im Café Mare findet man auf der Homepage www.maximare.com oder montags im Westfälischen Anzeiger.



So schützen Sie sich gegen Kriminalität / Teil 1



Die Polizei Hamm führt zurzeit eine Offensive gegen Straftaten zum Nachteil älterer Menschen durch.

Die dafür typischen Taten teilen sich in Trickdiebstahlsdelikte und Betrugsdelikte wie den Enkeltrick, Gewinnversprechungen oder Schockanrufe auf.

All diese Maschen haben nur eins zum Ziel: Die Täter wollen an das Geld oder an Wertgegenstände der Senioren gelangen!

Bei den Trickdiebstahlsdelikten geben die Täter zum Beispiel vor, alte Bekannte zu sein oder dringende Reparaturen oder Überprüfungen in der Wohnung durchführen zu müssen.

In diesen Fällen rät die Polizei:

Lassen Sie keine unbekannte Person in ihre Wohnung. Lassen Sie sich den Dienstausweis zeigen und schauen Sie sich ihn in Ruhe an. Holen Sie sich einen Nachbarn oder Verwandten zur Hilfe, ehe Sie jemanden in die Wohnung lassen. Schließen Sie selbst hinter sich die Tür.

Bei den genannten Betrugsdelikten suchen die Täter über das Telefon Kontakt zu ihren Opfern. Beim Enkeltrick versuchen sie dem Opfer zu simulieren, dass sie ein Enkel oder naher Verwandter sind, der sich in einer kurzfristigen finanziellen Notlage befindet. Der angebliche Enkel kann aber nicht selbst kommen und schickt deshalb eine andere Person zum Abholen des Geldes.

Die Polizei rät:

Geben Sie am Telefon niemandem Auskunft über Ihre Vermögensverhältnisse. Sagen Sie am Telefon niemandem Geldbeträge zu.

Rufen Sie Ihren Enkel/Verwandten auf der Ihnen bekannten Telefonnummer an. Sollte der Anrufer Ihnen eine andere Rufnummer gegeben haben, verwenden Sie diese nicht.

Sollten Sie Ihren Enkel/Verwandten nicht erreichen, ziehen Sie einen anderen Verwandten zu Rate. Geben Sie keine Namen Ihrer Enkel/Verwandten preis. Meistens wollen die Anrufer, dass sie den Namen raten. Beenden Sie in solchen Fällen sofort das Telefonat.

Sollten Sie Opfer einer derartigen Straftat oder versuchten Straftat werden, informieren Sie umgehend die Polizei über den Notruf 110!

Die Hammer Polizei führt insbesondere zum Enkeltrick eine Plakataktion in örtlichen Geldinstituten und den Bussen der Verkehrsbetriebe Hamm durch. Die Kriminalbeamten der Polizei halten auf Wunsch auch kostenlose Vorträge zu Präventionsthemen vor Ort.

Termine können unter Telefon 02381 916-3500 vereinbart werden.

Klaus Pichler
Polizeipräsidium Hamm
Kriminalprävention

Dieter Biermann
Polizeipräsidium Hamm
Vermögensdelikte

■ Bildquelle: Sommaruga
Fabio / pixelio.de



Rollatortraining im Maximilianpark



Am 24. Juli 2014 veranstaltete der Stadtsportbund Hamm e.V. ein Rollatortraining am Maximilianpark. Etwa 25 Senioren/innen nutzten das Angebot, den richtigen Umgang mit ihrer Gehhilfe zu erlernen. Neben Techniken, um auf Kopfsteinpflaster zu laufen und über Gleise zu gehen, war es eine besondere Aufgabe, richtig in einen Linienbus ein- und auszusteigen.

Diese wichtigen Übungen zur Erhaltung der mobilen Selbstständigkeit waren aber auch gleichzeitig eine Auftaktveranstaltung zu einem weiteren Angebot: „Rollatorwalking- der Rollator wird zum Sportgerät“.

Vom 03. September bis zum 15. Oktober gibt es im Maximilianpark wöchentlich die Gelegenheit, sich mit dem Rollator auch sportlich zu betätigen. Es wird gezeigt, dass der Rollator auch zur körperlichen Ertüchtigung genutzt werden kann.

In diesem Fall wird der Rollator zum Sportgerät. Teile des Parks werden abgelaufen und kleine Gymnastikübungen durchgeführt. Spaß an gemeinsamer Bewegung verbessert die Alltagsmobilität und damit die Lebensqualität. Diese Veranstaltung wird gemeinsam vom Stadtsportbund und dem Turnverein „Deutsche Treue“ gestaltet.

Besonders freut es auch die Uentropen Senioren/innen, dass diese Veranstaltungen im Maximilianpark stattfinden. Bereits bei dem von der Stadt Hamm, Amt für Soziale Integration veranstalteten Bürgerforum in Uentrop im April dieses Jahres standen ganz oben auf der Wunschliste Bewegungs- und Mobilitätsangebote für ältere Mitbürger vor Ort.

Das Amt für Soziale Integration und der Stadtsportbund standen seit dieser Zeit im gemeinsamen Gespräch über den Standort der Rollatorveranstaltungen.

■ Christine Oltmanns-Brüseke





Vielleicht gehen Sie mit uns auch mal neue Wege.

 Sparkasse
Hamm

Wer rastet, der rostet. Das gilt für alle, besonders auch für Menschen, denen Bewegung gute Chancen bietet, auch in späteren Jahren fit und gesund zu bleiben. Geht es dann auch um die finanzielle Fitness, kommen Sie am besten schnurstracks zu uns. Wir begleiten Sie bei allen Ihren Wünschen und Vorhaben rund ums Geld und setzen uns für zukunftsweisende Lösungen ein. Sprechen Sie einfach mit uns. **Wenn's um Geld geht – Sparkasse.**

Veranstaltungen

Bezirksübergreifende Veranstaltungen

05.10.2014

Kulturrevier Radbod /Altenhilfe

15.00 Uhr, Seniorentanz im Kulturrevier Radbod

12.10.2014

Stadt Hamm / Altenhilfe

14.30 Uhr, Kino für Senioren, Kaffee/Kuchen 13.30 - 14.15 Uhr,
Einlass : 13.00 Uhr, VV ab 02.10.14 beim WA, Gebühr: 5,25 €

15.10.2014

Stadt Hamm / Altenhilfe

9.00 Uhr, Wassergymnastik für Senioren im Maximare
Vorverkauf ab 02.10.14 beim Verkehrsverein, Gebühr: 4,50 €

19.10.2014

Kulturrevier Radbod /Altenhilfe

15.00 Uhr, Seniorentanz im Kulturrevier Radbod

02.11.2014

Kulturrevier Radbod /Altenhilfe

15.00 Uhr, Seniorentanz im Kulturrevier Radbod

09.11.2014

Stadt Hamm / Altenhilfe

14.30 Uhr, Kino für Senioren, Kaffee/Kuchen 13.30 - 14.15 Uhr,
Einlass: 13.00 Uhr, VV ab 30.10.14 beim WA, Gebühr: 5,25 €

19.11.2014

Stadt Hamm / Altenhilfe

9.00 Uhr, Wassergymnastik für Senioren im Maximare
Vorverkauf ab 07.11.14 beim Verkehrsverein, Gebühr: 4,50 €

07.12.2014

Kulturrevier Radbod /Altenhilfe

15.00 Uhr, Seniorentanz im Kulturrevier Radbod

14.12.2014

Stadt Hamm / Altenhilfe

14.30 Uhr, Kino für Senioren, Kaffee/Kuchen 13.30 - 14.15 Uhr,
Einlass: 13.00 Uhr, VV ab 04.12.14 beim WA, Gebühr: 5,25 €

17.12.2014

Stadt Hamm / Altenhilfe

9.00 Uhr, Wassergymnastik für Senioren im Maximare
Vorverkauf ab 05.12.14 beim Verkehrsverein, Gebühr: 4,50 €

Hamm-Mitte

01.10.2014

Hamms Mehrgenerationenhaus,
Feidikstr. 27

Öffnungszeiten Feidikforum - Mehrgenerationenhaus:
Mo, Di 8 – 17 Uhr, Mi, Fr 8– 13 Uhr, Do interne Veranstaltungen,
Sa Sonderveranstaltungen, So Sonderveranstaltungen und
Sonntagstreff

01.10.2014

Seniorenresidenz
„Am Schillerplatz“

14.30 Uhr, Kneipp Folklore-Tanzen
(weiterhin jeden Mittwoch)

01.10.2014

Hamms Mehrgenerationenhaus

15 Uhr, Handarbeiten mit Nadel und Faden (weiterhin mittwochs)

01.10.2014 Hamms Mehrgenerationenhaus	15.00 Uhr, Seniorenrunde (14tägig mittwochs - immer in einer geraden Kalenderwoche)
05.10.2014 Mehrgenerationenhaus, FeidikForum, Feidikstr. 27	10 Uhr, Kochwerkstatt für Senioren und Seniorinnen, Anmeldung unter: 02381/91585101 (weiterh. jeden 1. So. im Monat)
06.10.2013 Tanzkreis der kfd Liebfrauen Gemeindezentrum Liebfrauen	15.00 Uhr, Senioren-Tanzkreis Frau Agnes Bergmann (weiterhin 14tägig)
06.10.2014 AWO	15 Uhr, AWO-Altenclub, Kaffeetrinken, AWO - Bürgerkeller, Ostenwall 40 (weiterhin jeden Montag)
07.10.2014 Hamms Mehrgenerationenhaus, Feidikstr. 27	9.30 – 11.30 Uhr, Seniorenberatung, Gesprächspartnerin: Frau Tornscheidt (weiterhin jeweils dienstags)
07.10.2014 Hamms Mehrgenerationenhaus, Feidikstr. 27	14.00 – 15.30 Uhr, „Sprach-Sprechstunde für Kinder, Jugendliche, Eltern, Senioren“, Terminvereinbarung: Lindenschule, Frau Frontzek, Tel.: 02381/3054597 (weiterhin: dienstags)
10.10.2014 Seniorenres. „Am Schillerplatz“	14.30 Uhr, Kneipp Folklore-Tanzen (weiterhin mittwochs)
10.10.2014 Seniorenres. „Am Schillerplatz“	16.00 Uhr, Musiktherapie (weiterhin jeden Freitag)
13.10.2014 Hamms Mehrgenerationenhaus	19.00 Uhr, Doppelkopf (weiterhin jeden 2. Mo im Monat)
14.10.2014 Seniorenres. „Am Schillerplatz“	14.30 Uhr, Kneipp Handarbeitskreis (weiterhin 14tägig)
14.10.2014 Senioren- und Pflegezentrum „Am Museum“	16.00 Uhr, Gesellschafts-, Karten- und Brettspiele (weiterhin jeden 2. Dienstag im Monat)
15.10.2014 Hamms Mehrgenerationenhaus	16.30 Uhr, Handy-/Laptop (weiterhin jeden 3. Mittwoch im Monat)
15.10.2014 Hamms Mehrgenerationenhaus, Feidikstr. 27	19.00 Uhr, Tauschring – Knöpfe statt Knete (weiterhin immer am 15. eines jeden Monats)
20.10.2014 Stadt Hamm / Altenhilfe / Hamms Mehrgenerationenhaus	9.00 Uhr, Offenes Seniorenfrühstück in Hamms Mehrgenerationen- haus, Beitrag 3 € (weiterhin jeden 3. Mo im Monat)
20.10.2014 VdK - OV Süden / Mitte	15.00 Uhr, Info- und Klön-Nachmittag mit Polizeireferat, Zunftstuben, Oststr. 53, weiter 17.11.

23.10.2014

Mehrgenerationenhaus
FeidikForum, Feidikstr. 27

14.30 Uhr, Tanztee, Anmeldung unter: 02381/91 58 51 01
(weiterhin jeden 4. Donnerstag im Monat)

27.10.2014

Stadt Hamm / Altenhilfe / AWO

9 Uhr, Seniorenfrühstück, AWO, Bürgerkeller, Beitrag: 3 €

31.10.2014

Hamm's Mehrgenerationenhaus,
Feidikstr. 27

11.00 – 13.00 Uhr, Beratung zur Vorsorgevollmacht und Patienten-
verfügung (weiterhin jeden letzten Freitag i.M.)

11.11.2014

Senioren- und Pflegezentrum
„Am Museum“

15.00 Uhr, Laternenumzug im Haus mit den Kindern
vom Martin-Luther-Kindergarten

23.11.2014

Seniorenresidenz
„Am Schillerplatz“

14.30 Uhr, Weihnachtsbasar

24.11.2014

Stadt Hamm / Altenhilfe / AWO

9 Uhr, Seniorenfrühstück, AWO, Bürgerkeller, Beitrag: 3 €

06.12.2014

Senioren- und Pflegezentrum
„Am Museum“

15.00 Uhr, Nikolaus- & Adventsbasar und Weihnachtsfeier
mit dem Gesangverein Melody im Haus

13.12.2014

VdK - OV Süden / Mitte

17.00 Uhr, Jahresabschluss, Zunftstuben (Für das leibliche Wohl ist
gesorgt), Anmeldung erforderlich, Beitrag: 5,00 €

15.12.2014

Stadt Hamm / Altenhilfe / AWO

9 Uhr, Seniorenfrühstück, AWO, Bürgerkeller, Beitrag: 3 €

Hamm-Rhynern

01.10.2014

SK Hamm-Westtünnen

15.00 Uhr, Herbstfest, Dietrich-Bonhoeffer-Haus

01.10.2014

AWO-Westtünnen,
Schützenhalle

15.00 Uhr, Skatnachmittag
(weiterhin jeden Mittwoch)

01.10.2014

MAYDAY Rhynern e. V.

17.00 Uhr, Gesprächskreis pflegender Angehörige, Reginenhaus,
Anmeldung nicht erforderlich (weiterhin jeden 1. Mittw. im Monat)

02.10.2014

AWO-Westtünnen,
Schützenhalle, Clubraum

15.00 Uhr, Kaffeetrinken mit unterschiedlichem Programm
(weiterhin jeden Donnerstag)

02.10.2014

SV Deutschland OV Rhynern

15 Uhr, Frauennachmittag, Ev. Gemeindehaus
(weiterhin: 06.11., 04.12.)

07.10.2014 Stadt Hamm / Altenhilfe und Kirchengemeinden Westtünen	9.00 Uhr, Offenes Seniorenfrühstück, Ev. Gemeindehaus, Dietrich-Bonhoeffer-Str. 5, Beitrag: 3,00 €
07.10.2014 AWO-Westtünen	15.00 Uhr, Spielnachmittag (weiterhin jeden Dienstag)
11.10.2014 Ev. Kirchengemeinde Westtünen	15.30 Uhr, Senioren-Tanz-Café, Ev. Gemeindehaus, Kontakt: Eheleute Fromm, Tel.: 02385/8386 (weiterhin jeden 2. Sa. i.M.)
13.10.2014 SV Deutschland OV Berge - Westtünen	15.00 Uhr, Oktoberfest, Ev. Gemeindehaus
14.10.2014 KAB / ARG. Westtünen Pfarrheim	14.00 Uhr, Messe, anschl. Die Essensvernichter – frisch auf den Müll, Referent: B. Schlottmann
14.10.2014 SV Deutschland OV Osterfliech	15.00 Uhr, 2. Offener Seniorentreff / Kaffeetrinken Gaststätte Lindenschänke, Werl-Hilbeck
15.10.2014 SK Hamm-Westtünen Dietrich-Bonhoeffer-Haus	15.00 Uhr, „Unbekanntes Deutschland“ Referent: Pfarrer Born
21.10.2014 AG Seniorenarbeit Hamm-Rhynern	9.00 Uhr Offenes Seniorenfrühstück, Kath. Pfarrheim, Auf der Helle 1, Gebühr: 3,50 €
04.11.2014 Stadt Hamm / Altenhilfe und Kirchengemeinden Westtünen	9.00 Uhr, Offenes Seniorenfrühstück, Kath. Pfarrheim, Delpstr. 1, Beitrag: 3,00 €
05.11.2014 SK Hamm-Westtünen	15 Uhr, Sprichwörter & Redensarten, D.-Bonhoeffer-Haus
06.11.2014 SV Deutschland OV Rhynern	15.00 Uhr, Frauennachmittag, Ev. Gemeindehaus
10.11.2014 Sozialverband Deutschland OV Berge-Westtünen	15.00 Uhr, Kaffeetrinken, Ev. Gemeindehaus (weiterhin jeden 2. Montag im Monat)
11.11.2014 KAB / ARG. Westtünen	12 Uhr, Versammlung mit Pfefferpotthastessen, Pfarrheim
18.11.2014 AG Seniorenarbeit Hamm-Rhynern	9.00 Uhr Offenes Seniorenfrühstück, Kath. Pfarrheim, Auf der Helle 1, Gebühr: 3,50 €
19.11.2014 SK Hamm-Westtünen	15 Uhr, Kaffeetrinken für Alle, Dietrich-Bonhoeffer-Haus

29.11.2014 SV OV Berge-Westtünen	15.00 Uhr, Weihnachtsfeier, Ev. Gemeindehaus
02.12.2014 Stadt Hamm / Altenhilfe und Kirchengemeinden Westtünen	9.00 Uhr, Offenes Seniorenfrühstück, Ev. Gemeindehaus, Dietrich-Bonhoeffer-Str. 5, Beitrag: 3,00 €
03.12.2014 SK Hamm-Westtünen	15.00 Uhr, Bingo, Leitung: Frau Löscher
04.12.2014 SV Deutschland OV Rhynern	15.00 Uhr, Weihnachtsfeier, Ev. Gemeindehaus
09.12.1014 KAB / ARG. Westtünen	14.00 Uhr, Messe zum Advent – Advent in der Konsumgesellschaft, Referentin: E. Kranz, Pfarrheim
09.12.2014 SV Deutschland OV Osterflierich	15.00 Uhr, Vorweihn. Treffen, Gaststätte Lindenschänke
16.12.2014 SV Deutschland OV Rhynern	Tagesfahrt nach Ascheberg zu Clemens August mit Mittagessen, Kaffeetrinken, Weihnachtsfeier und Nikolausbescherung Auskunft bei Gellenbeck, Tel.: 023 81/825 83
17.12.2014 SK Hamm-Westtünen	15.00 Uhr, Weihnachtsfeier, Leitung: Frau Löscher
18.12.2014 AWO-Westtünen	15.00 Uhr, Weihnachts- / Abschlussfeier, Schützenhalle
Hamm-Uentrop	
0.10.2014 SV Deutschland OV Uentrop	13.30 Uhr, Gymnastikgruppe, Turnhalle der Grundschule (weitere Termine: 22.10., 29.10.)
02.10.2014 AK „Ökumenisches Seniorenfrühstück“ Hamm-Osten/Mark	9.00 Uhr, Offenes Seniorenfrühstück; Pfarrheim St. Georg, Kontakt: G. Munz, Tel.: 8 16 71 (weiterhin: 06.11., 04.12.)
02.10.2014 DRK-Treffpunkt Lindenstraße	10.00 Uhr, Frauengruppe (weiterhin jeden Donnerstag)
05.10.2014 Freies Seniorenschwimmen	8.00 – 9.00 Uhr, Seniorenschwimmen, Erlenbachschule (weiterhin sonntags – außer Schulferien -)
06.10.2014 Amb. Besuchsdienst der Ev. Pflegedienste im KK Hamm e.V. – Grüne Damen und Herren	14.30 – 17.30 Uhr, Entlastungsangebot für Pflegenden Angehörige von Menschen mit Demenz, Café Amalie, Alter Uentrop Weg 26 a (weiterhin jeden Montag)

06.10.2014 Ambulanter Besuchsdienst der Ev. Pflegedienste im Kirchkreis Hamm e.V. – Grüne Damen und Herren	14.30 – 17.30 Uhr, Gesprächskreis Pflegende Angehörige, Diakoniestation Ost, Menschen mit Demenz können während dieser Zeit nach vorheriger Anmeldung betreut werden, Tel.: 02381/8767840 (weiterhin montags)
06.10.2014 Ev. Kirchengemeinde Braam- Ostwennemar – „Herbstblüte“	14.30 Uhr, Die Kindergartenkinder (Senfkorn) sind zum Waffelessen eingeladen
07.10.2014 AWO Ostwennemar	15.00 Uhr, Treffen mit Karten – und Brettspielen, Schützenhalle Mennenkamp (weiterhin dienstags)
08.10.2014 ARG St. Antonius Geithe Pfarrheim, In der Geithe 6	15.00 Uhr, Messe, anschl. „Wie kaufe ich klug u. richtig ein, um mich auch im Alter gut zu ernähren 2, Referent: U. Sobbe
08.10.2014 SV Deutschland OV Uentrop	15.00 Uhr, Frauengruppe, Gaststätte Schulte-Geithe (weiterhin jeden 2. Mittwoch im Monat)
09.10.2014 DRK-Senioren-Stift Mark	15.00 Uhr, Erntedankfest mit Herrn Tetzner
09.10.2014 SV Deutschland OV Ostwennemar	15.30 Uhr, Frauengruppe, Gaststätte Prünfte (weiterhin jeden 2. Donnerstag im Monat)
13.10.2014 SV Deutschland OV Werries	14.45 Uhr, Frauengruppe, Begegnungsstätte Werries (weiterhin: 10.11.)
14.10.2014 AWO Ostwennemar	9 Uhr, Frühstück für Mitglieder und Gäste (weiterhin: 11.11., 09.12.)
14.10.2014 VdK OV Hamm-Osten	15.00 Uhr, Dienstagstreffen, Sicherheit für Senioren: Taschendiebstahl & Co., Begegnungsstätte Werries
15.10.2014 DRK-Treffpunkt Lindenstraße	10 Uhr, Kreatives Treffen (weiterhin jeden 3. Mittwoch im Monat)
15.10.2014 Caritaskonf. St. Bonifatius Hamm-Werries – Jungsenioren	Besuch des Planetariums in Münster, Treffpunkt: 11.20 Uhr, Bushaltestelle „Maxi-Center“
20.10.2014 DRK-Treffpunkt Lindenstraße	8.30 Uhr, Computerkurs (Anfänger) 5 x, Beitrag 30,00 €
20.10.2014 DRK-Treffpunkt Lindenstraße	19 – 21 Uhr, Nähkurs für Erwachsene (10 x) Betrag: 40 €
20.10.2014 SK der Caritaskonferenz St. Bonifatius Hamm-Werries	15.00 Uhr, Andacht in der St. Bonifatiuskirche, anschließend gemütliches Beisammensein (weiterhin: 17.11., 05.12.)

21.10.2014 DRK-Treffpunkt Lindenstraße	9 – 11 Uhr, Nähkurs für Erwachsene (10 x) Betrag: 40 €
21.10.2014 AWO Ostwennemar Sportzentrum Birkenfeld	13.30 Uhr, Gymnastikgruppe, Schwerpunkt: Wirbelsäule, Auskunft: H. Querbach, Tel.: 02381/23694 (weiterh.: 28.10., 04.11., 18.11., 25.11.)
21.10.2014 AWO Ostwennemar Sportzentrum Birkenfeld	14.45 Uhr, Tanzgruppe, Folklore und Mitmachtänze, Auskunft: H. Querbach, Tel.: 02381/23694 (weiterh.: 28.10., 04.11., 18.11., 25.11.)
23.10.2014 AK „Offene Altenarbeit im Stadtbezirk Hamm-Uentrop“	9.00 Uhr, Offenes Seniorenfrühstück, Gemeindehaus Erlöserkirche, Kontakt: I. Luczka, Tel.: 8 10 13, Gebühr: 4,00 €
23.10.2014 DRK-Treffpunkt Lindenstraße	10 Uhr, Kreatives Treffen (weiterhin jeden 4. Do i.M.)
23.10.2014 Caritas-Konferenz St. Georg / St. Agnes, Pfarrheim St. Georg	15 Uhr, Messe, anschl. Kaffeetrinken mit Thema: Die Stadt Hamm in den 50er Jahren, Referentin: Frau Dunkel-Giese
24.10.2014 DRK-Treffpunkt Lindenstraße	9 – 11 Uhr, Englisch für Anfänger, 11 – 12.30 Uhr, Englisch für Fort- geschrittene, 15 – 16.30 Uhr, Englisch für Anfänger; Die Kurse finden jeweils 10 x statt, Beitrag: 40 €
25.10.2014 VdK OV Hamm-Osten	12.30 Uhr, Oktoberveranstaltung, Begegnungsstätte Werries, Anmeldung: M. Biermann 02381/486139
27.10.2014 SV Deutschland OV Werries	18.30 Uhr, Spielabend, Begegnungsstätte (weiterhin: 24.11., 08.12.)
30.10.2014 SV Deutschland OV Uentrop	15.00 Uhr, Spielenachmittag, Gaststätte Schulte-Geithe weiterhin 27.11.
03.11.2014 Ev. Kirchengemeinde Braam- Ostwennemar – „Herbstblüte“	14.30 Uhr, Kaffeenachmittag
05.11.2014 SV Deutschland OV Uentrop	13.30 Uhr, Gymnastikgruppe, Turnhalle der Grundschule (weitere Termine: 19.11., 26.11.)
11.11.2014 VdK OV Hamm-Osten	15.00 Uhr, Dienstagstreff, Lieder aus der Küche mit I. und H. Thomas, Begegnungsstätte Werries
12.11.2014 ARG St. Antonius Geithe Pfarrheim, In der Geithe 6	15.00 Uhr, Messe, anschl. Robert Schumann – der Vater Europas, Referent: Burkhard Schlottmann

17.11.2014

Ev. Kirchengemeinde
Mark-Westtünen

9.00 Uhr, Ökumenisches Frühstück, Paul-Gerhardt-Haus,
Lisenkamp 14

19.11.2014

Caritaskonf. St. Bonifatius
Hamm-Werries – Jungsenioren /
innen

Fahrt nach Bestwig, Besichtigung des Erzbergwerkes Ramsbeck und
Besuch des Klosters in Bestwig, Treffpunkt: 12.30 Uhr, Kirchplatz
Bonifatiuskirche, Abfahrt: 12.45 Uhr, Gebühr: Eintritt Bergwerk: 8,00 €,
Schnittchen / Tee im Kloster 2,20 €

27.11.2014

AK „Offene Altenarbeit im
Stadtbezirk Hamm-Uentrop“

9.00 Uhr, Offenes Seniorenfrühstück, Gemeindehaus Erlöserkirche,
Kontakt: I. Luczka, Tel.: 8 10 13, Gebühr: 4,00 €

27.11.2014

Caritas-Konferenz St. Georg /
St. Agnes, Pfarrheim St. Georg

15.00 Uhr, Messe, anschl. Kaffeetrinken. Herr Pieper vom Amt für
Soziale Integration berichtet über seine Arbeit

29.11.2014

SV Deutschland OV Uentrop

15.00 Uhr, Jahresabschlussfeier, Gaststätte Schulte-Geithe

01.12.2014

Ev. Kirchengemeinde Braam-
Ostwhenemar – „Herbstblüte“

14.30 Uhr, Adventsfeier mit Pfarrer Gumprich

03.12.2014

SV Deutschland OV
Ostwhenemar

Tagesfahrt zum Weihnachtsmarkt (Ziel noch offen)
Auskunft bei Surmann, Tel. 023 81/64449

03.12.2014

SV Deutschland OV Uentrop

13.30 Uhr, Gymnastikgruppe, Turnhalle der Grundschule
(weiterhin: 17.12.)

06.12.2014

SV Deutschland OV
Ostwhenemar

14.30 Uhr, Jahresabschlussfeier, Bodelschwingh-Haus

06.12.2014

VdK OV Hamm-Osten

12.30 Uhr, Jahresabschlussveranstaltung, Begegnungsstätte Werries

10.12.2014

ARG St. Antonius Geithe
Pfarrheim, In der Geithe 6

15 Uhr, Messe, anschl. Adventszeit – Vorbereitung auf den Hl. Abend
und Weihnachten, Referentin: A. Tollkamp

11.12.2014

AK „Offene Altenarbeit im
Stadtbezirk Hamm-Uentrop“

9.00 Uhr, Offenes Seniorenfrühstück, Gemeindehaus Erlöserkirche,
Kontakt: I. Luczka, Tel.: 8 10 13, Gebühr: 4,00 €

11. – 12.12.2014

Caritaskonf. St. Bonifatius Hamm
Werries – Jungsenioren/Innen

10.00 Uhr, Busfahrt zu den Weihnachtsmärkten nach Bückeburg
und Hameln, Abfahrt ab Kirchplatz St. Bonifatius

13.12.2014

SV Deutschland OV Werries

15 Uhr, Jahresabschlussfeier mit Ehrungen, Gemeindesaal Erlöserkirche

15.12.2014

Ev. Kirchengemeinde Braam-Ostwennemar – „Herbstblüte“

14.30 Uhr, Senioren-Adventsfeier der ev. Kirchengemeinde in der Martin-Luther-Kirche

16.12.2014

AWO Ostwennemar

15.30 Uhr, Weihnachtsfeier, Schützenhalle Mennenkamp

18.12.2014

Caritas-Konferenz St. Georg / St. Agnes, Pfarrheim St. Georg

15.00 Uhr, Messe, anschl. Kaffeetrinken/ adventliche Stunde

Hamm-Pelkum

02.10.2014

SV Deutschland OV Pelkum

15.00 Uhr, Frauengruppe, Casino, Wielandstr

06.10.2014

Bürgeramt Pelkum,
Kamener Str. 177, Zi. 026

10 – 12 Uhr, Sprechstunde des Amtes für Soziale Integration/ Altenhilfe, Gesprächspartnerin: M. Foschepoth (weiterhin jeweils montags)

06.10.2014

Seniorenarbeit Friedenskirche

14.30 Uhr, Spielnachmittag, (weiterhin jeden Montag)
Weetfelder Str., Gemeindehaus

07.10.2014

AWO/Altenhilfe

15.00 Uhr, Offene Kaffeetafel, Haus Sundern, Kamener Str. 142,
Gebühr: 3,00 €, Bingo

08.10.2014

Seniorenarbeit Friedenskirche

9.00 Uhr, Frühstück für Jung und Alt, Gemeindehaus

08.10.2014

Spätlese Pelkum, Pelikanum

15.00 Uhr, Erntedankfest

15.10.2014

SV Deutschland OV Pelkum

9.00 Uhr, Frühstück, Casino, Wielandstr.
weiterhin 19.11., 19.12.

16.10.2014

Seniorenarbeit Friedenskirche

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

16.10.2014

AWO Pelkum / Fatih Moschee /
Altenhilfe

14 - 16 Uhr, Kreative Hände, Strick und Häkelgruppe für Anfänger,
Fortgeschrittene oder Profis im Lebenspunkt Pelkum, Gruppenraum
Erdgeschoss (weiterhin jeden 3. Donnerstag)

19.10.2014

Seniorenarbeit Friedenskirche

15 Uhr, Gemeinde-Café, Weetfelder Str. (weiterhin jeden 3. So i. M.)

21.10.2014

AWO/Altenhilfe

15.00 Uhr, Offene Kaffeetafel im Lebenspunkt Pelkum,
Gebühr: 3,00 €, Weinfest

22.10.2014 Seniorenarbeit Friedenskirche	14.30 Uhr, Geburtstagsfeier, Weetfelder Str., Gemeindehaus
04.11.2014 AWO / Altenhilfe	15.00 Uhr, Offene Kaffeetafel, Haus Sundern, Kamener Str. 142, Gebühr: 3,00 €
05.11.2014 Spätlese Pelkum, Pelikanum	15.00 Uhr, Fröhlichkeit trotz Novemberstimmung
06.11.2014 SV Deutschland OV Pelkum	15.00 Uhr, Frauengruppe, Casino, Wielandstr.
12.11.2014 Seniorenarbeit Friedenskirche	14.30 Uhr, Nahrung für unseren Geist
18.11.2014 AWO / Altenhilfe	15 Uhr, Offene Kaffeetafel im Lebenspunkt Pelkum, Gebühr: 3,00 €, Anmeldung bei M. Foschepoth, Tel. 02381/1767-32
22.11.2014 SV Deutschland OV Pelkum	15 Uhr, Jahresabschlussfeier mit Ehrungen, Bürgerhalle Pelkum
26.11.2014 Seniorenarbeit Friedenskirche	12.00 Uhr, Gemeinsames Grünkohlessen
28.11.2014 AG Seniorenarbeit Hamm-Pelkum	9.00 Uhr, Frühstück für Jung und Alt, Kath. Gemeindehaus Marienheim, Kamener Str. 79-81
29.11.2014 SV Deutschland OV Pelkum	9.00 Uhr, 2-Tagefahrt zum Weihnachtsmarkt nach Hamburg + Bremen, Auskunft bei Flockermann, Tel. 02381/404263
02.12.2014 AWO / Altenhilfe	15.00 Uhr, Offene Kaffeetafel, Haus Sundern, Kamener Str. 142, Gebühr: 3,00 €, Adventsfeier
03.12.2014 Spätlese Pelkum, Pelikanum	15 Uhr, Adventsfeier für Senioren der Gemeinde (ab 70 Jahre)
06.12.2014 SV Deutschland OV Pelkum	15 Uhr, Frauengruppe und Bingo für alle, Casino, Wielandstr.
10.12.2014 Seniorenarbeit Friedenskirche	14.30 Uhr, Weihnachtsfeier des Seniorenkreises
10.12.2014 Spätlese Pelkum, Pelikanum	15.00 Uhr, Adventsfeier (Spätlese und Frauenhilfe)
16.12.2014 AWO/Altenhilfe	15.00 Uhr, Offene Kaffeetafel im Lebenspunkt Pelkum, Heinrichstr. 10, Gebühr: 3,00 €

Hamm-Herringen

01.10.2014

Caritas Altenheim St. Josef

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

01.10.2014

Knappenverein
„Einigkeit“ Herringen

15.00 Uhr, Berichte, Bingo und Kartenspiele, Haus der Begegnung
(weiterhin jeden 1. Mittwoch im Monat)

02.10.2014

AWO – OV Herringen

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

06.10.2014

AK „Ökumenisches Senioren-
frühstück Herringen / Altenhilfe

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

06.10.2014

SV Deutschland OV Herringen

15.30 Uhr, Gymnastikgruppe, „Alter Bauhof - Kleiner Saal -“
(weiterhin jeden 1. Montag im Monat)

07.10.2014

AWO – OV Herringen

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

07.10.2014

SV Deutschland OV Herringen

15.00 Uhr, Frauengruppe, Altentagesstätte Herringen,
Am Jugendheim 3 (weiterhin jeden 1. Dienstag im Monat)

08.10.2014

Caritaskonferenz Heilig Kreuz

15.00 Uhr, Seniorennachmittag, Wir feiern Erntedank mit Schmalz-
brot bei Akkordeonmusik, Michaelsheim

11.10.2014

Knappenverein
„Einigkeit“ Herringen

18.00 Uhr, Oktoberfest, Haus der Begegnung, Am Wiesenteich 1
(Freunde und Bekannte sind herzlich eingeladen)

16.10.2014

AWO / SV Deutschland – OV
Herringen / Altenhilfe

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

17.10.2014

Trägerverein Bauhof Herringen
Torksfeld 2

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

19.10.2014

Caritas Altenheim St. Josef

15.30 Uhr, Kultur am Sonntag, Singekreis Pelkum

22.10.2014

Caritas Altenheim St. Josef

14.30 Uhr, Offenes Café mit Tanzmusik, Cafeteria, weiter 17.12.

25.10.2014

Caritas Altenheim St. Josef

14.30 Uhr, Klöncafé, Cafeteria, weiter 29.11.

26.10.2014

Trägerverein Bauhof Herringen

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

03.11.2014

AK „Ökumenisches Seniorenfrühstück / Altenhilfe

9.00 Uhr, Offenes Seniorenfrühstück, Cafeteria, Altenheim St. Josef, Buschkampstr. 4, Gebühr: 3,00 €

09.11.2014

Caritas Altenheim St. Josef

15.30 Uhr, Kultur am Sonntag, „Der fröhlich Tanzkreis“

12.11.2014

Caritaskonferenz Heilig Kreuz

15.00 Uhr, Seniorennachmittag, Besuch der Kita Don Bosco

20.11.2014

AWO / SV Deutschland –
OV Herringen / Altenhilfe

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

22.11.2014

Trägerverein Bauhof Herringen

14.00 Uhr, Weihnachtlicher Markt, Alter Bauhof

01.12.2014

AK „Ökumenisches Seniorenfrühstück Herringen / Altenhilfe

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

06.12.2014

Knappenverein
„Einigkeit“ Herringen,

15.00 Uhr, Barbarafeier, Haus der Begegnung,
Am Wiesenteich 1

06. + 07.12.2014

Caritas Altenheim St. Josef

Großes Weihnachtsdorf im Park des Altenheims
Samstag: 14.30 – 18.00 Uhr, Sonntag: 10.30 – 17.00 Uhr

17.12.2014

Knappenverein
„Einigkeit“ Herringen

15.00 Uhr, Weihnachtsfeier, Haus der Begegnung, Am Wiesenteich 1

18.12.2014

AWO / SV Deutschland –
OV Herringen / Altenhilfe

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

31.12.2014

Knappenverein
„Einigkeit“ Herringen

15.00 Uhr, Silvesterfeier, Haus der Begegnung, Am Wiesenteich 1

Hamm-Westen

01.10.2014

Kirchengemeinde St. Laurentius,
Seniorenkreis St. Paulus

14.30 Uhr, Erntedank mit verschiedenen Brotsorten,
Abbé-Stock-Haus

06.10.2014

Kirchengemeinde St. Laurentius,
Josefshaus, Josefstr. 9 a

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

06.10.2014

VdK - OV Westen

15.00 Uhr, Herbstfest, Alter Bauhof Herringen, Zum Torksfeld 2,
Kontakt: R. Quednau, Tel.: 02381/3054745

06.10.2014

KAB St. Bonifatius
Lange Str. 193

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

09.10.2014

VdK - OV Westen

14.30 Uhr, Frauennachmittag, AWO-Bürgerkeller, Kontakt: H. Wille-
brandt, Tel.: 02381/8766081 (weiterhin jeden 2. Do. im Monat)

17.10.2014

VdK - OV Westen

17 Uhr, Männertreff (Kegeln), Seniorenzentrum St. Bonifatius,
Kontakt: R. Quednau, Tel.: 3054745 (weiterhin: 21.11.)

19.10.2014

Freundeskreis Pro Apostel-
zentrum e. V., Dortmunder Str. 6

15.00 Uhr, Apostel-Café (weiterhin jeden 3. So im Monat)

30.10.2014

AK „Seniorenarbeit im
Hammer-Westen“

9.00 Uhr, Offenes Frühstück, ev. Gemeindehaus, Thomaskirche,
Lohuserholzstr. 18, Gebühr: 3,00 €

02.11.2014

Kirchengemeinde St. Laurentius

14.30 Uhr, Café-Jupp, Pfarrheim St. Josef, Josefstr. 9 a

27.11.2014

AK „Seniorenarbeit im
Hammer-Westen“

9.00 Uhr, Offenes Frühstück, Abbé-Stock-Haus, Güntherstr- 26,
Gebühr: 3,00 €

03.12.2014

Kirchengemeinde St. Laurentius
Seniorenkreis St. Paulus

14.30 Uhr, Es wird Advent gefeiert
Abbé-Stock-Haus

05.12.2014

Kirchengemeinde St. Laurentius

14.30 Uhr, Einladung an alle Senioren von St. Liborius zu einem
adventlichen Nachmittag ins Abbé-Stock-Haus

06.12.2014

VdK - OV Westen

11.00 Uhr, Jahresabschlusstreffen im Kaffee Hof Mawick, Werl-Holtum,
Infos: L. Baar, Tel.: 02385/4295155 (Anmeldeschluss 17.11.14)

07.12.2014

Kirchengemeinde St. Laurentius

14.30 Uhr, Café-Jupp, Pfarrheim St. Josef, Josefstr. 9 a

Hamm-Norden

01.10.2014

ZwAR-Holzgruppe
Werkraum der Karlschule

15 Uhr, Werken mit Holz - Eingeladen sind alle, die sich für das
Arbeiten mit Holz interessieren (weiterhin jeden Mi)

01.10.2014

AG „Seniorenarbeit im
Hammer Norden“

16.00 Uhr, Kegeln, Pfarrheim Maria-Königin, Kontakt: Fr. L. Wieland,
Tel.: 63717 (weitere Termine: 05.11, 03.12.)

06.10.2014 Wolfgang-Glaubitz-Seniorenzentrum, Westberger Weg 44	15.30 Uhr, Singen mit Frau Platte, Wohnbereich 2, Ecke Asien (weiterhin jeden 1. Montag im Monat)
07.10.2014 AG „Seniorenarbeit im Hammer Norden“	15.00 Uhr, Senioren-Schach-Treff, Wolfgang-Glaubitz-Zentrum, Westberger Weg 40 (weiterhin jeden Dienstag)
08.10.2014 ARG Maria Königin, Sorauer Str.	15.00 Uhr, Quiz mit Dorothea Lammert
08.10.2014 Wolfgang-Glaubitz-Seniorenzentrum, Westberger Weg 44	15.30 Uhr, Ein bunter Strauß voll Melodien – musik. Nachmittag mit Herrn Cier (weiterhin: 12.11., 10.12.)
09.10.2014 AG „Seniorenarbeit im Hammer Norden“	9.00 Uhr, Seniorenfrühstück, Pfarrheim Herz-Jesu, Karlsplatz, Kontakt.: U. Tornscheidt, Stadt Hamm, Tel.: 17-67 33
09.10.2014 AG „Seniorenarbeit im Hammer Norden“ - Junge Senioren -	11.00 Uhr, Radwanderung, Treffpunkt: Tondernplatz, Kontakt: J. Schrader, Tel.: 6 55 38 (weiterhin jeden 2. Do i.M.)
13.10.2014 W.- Glaubitz-Seniorenzentrum	10.30 Uhr, Gemeinsames Kochen mit der AWO-Kindertagesstätte
14.10.2014 VdK OV Hamm Norden	14.30 Uhr, Info/Bingo, Pfarrheim Herz-Jesu (weiterhin: 11.11.)
20.10.2014 AG „Seniorenarbeit im Hammer Norden“	14.30 Uhr, Internet-Café für Senioren, Stadtteilzentrum Sorauer Str., Aula, Kontakt: U. Tornscheidt, Stadt Hamm, Tel.: 17-67 33 (weiterhin jeweils montags)
20.10.2014 Wolfgang-Glaubitz-Seniorenzentrum, Westberger Weg 44	16 Uhr, Wir spielen Bingo, Café International (weiterhin: 27.10., 10.11., 24.11., 08.12., 22.12.)
22.10.2014 ARG Maria Königin, Sorauer Str.	15.00 Uhr, Bunter Nachmittag, weiter 12.11.
22.10.2014 W.- Glaubitz-Seniorenzentrum	15.30 Uhr, Dart-Turnier im Eingangsbereich
23.10.2014 AG „Seniorenarbeit im Hammer Norden“	10.00 Uhr, „Nordener Schaufel“ Geschichtskreis, Wolfgang-Glaubitz-Zentrum, Kontakt: U. Tornscheidt, Tel.: 17-67 33
29.10.2014 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 und im Wechsel mit dem Pfarrheim Maria-Königin)

05.11.2014

AG „Seniorenarbeit im Hammer Norden“

9.30 Uhr, Tanz für Senioren, Pfarrheim Herz-Jesu, Leitung: Ingrid Becker, Tel.: 3 70 86 44 (weiterhin 14tägig und im Wechsel mit dem Ev. Gemeindehaus M. Berthold)

05.11.2014

Wolfgang-Glaubitz-Seniorenzentrum, Westberger Weg 44

10.30 Uhr, Gemeinsames Kochen mit der AWO-Kindertagesstätte. KITA Bänklerweg

13.11.2014

AG „Seniorenarbeit im Hammer Norden“

9.00 Uhr, Seniorenfrühstück, Pfarrheim Herz-Jesu, Karlsplatz, Kontakt.: U. Tornscheidt, Stadt Hamm, Tel.: 17-67 33

22.11.2014

Wolfgang-Glaubitz-Seniorenzentrum, Westberger Weg 44

15.00 Uhr, Winterbasar, Café International

25.11.2014

Wolfgang-Glaubitz-Seniorenzentrum, Westberger Weg 44

16.00 Uhr, Der Chor des Sauerländischen Gebirgsvereines singt zum Advent, Café International

26.11.2014

AG „Seniorenarbeit im Hammer Norden“

9.30 Uhr, Tanz für Senioren, Mehrgenerationen-Haus, Culmer Weg, Leitung: Ingrid Becker, Tel.: 3 70 86 44

26.11.2014

ARG Maria Königin, Sorauer Str.

15.00 Uhr, Seniorennachmittag

27.11.2014

AG „Seniorenarbeit im Hammer Norden“

10.00 Uhr, „Nordener Schaufel“ Geschichtskreis, Besuch des Stadtarchivs, Kontakt: U. Tornscheidt, Tel.: 17-67 33

09.12.2014

VdK OV Hamm Norden

14.30 Uhr, Weihnachtsfeier

10.12.2014

ARG Maria Königin, Sorauer Str.

15.00 Uhr, Adventsfeier und Jahresausklang

11.12.2014

AG „Seniorenarbeit im Hammer Norden“

9.00 Uhr, Seniorenfrühstück, Pfarrheim Herz-Jesu, Karlsplatz, Kontakt.: U. Tornscheidt, Stadt Hamm, Tel.: 17-67 33

29.12.2014

W.-Glaubitz-Seniorenzentrum

15.30 Uhr, Jahresrückblick 2014, Gruppenraum 2, Erdgeschoss

Hamm Bockum-Hövel

01.10.2014

Senioren-gemeinschaft St. Pankratius

8.30 Uhr, Busfahrt, Wallfahrt nach Werl

01.10.2014

Begegnungsstätte Haus der Begegnung, Friedrich-Ebert-Str.

9.30 – 11.30 Uhr, Sprechstunde des Amtes für Soziale Integration/Altenhilfe, Gesprächspartnerin: K. Berheide (weiterh. jeweils mittw.)

01.10.2014 Begegnungsstätte Haus der Begegnung, Friedrich-Ebert-Str.	15 – 18 Uhr, Spiele-Nachmittag (Brett- und Kartenspiele), Kontakt: K. Berheide, Tel.: 17-6734 (weiterhin jeweils mittwochs)
01.10.2014 Begegnungsstätte Haus der Begegnung, Friedrich-Ebert-Str.	15.00 – 18.00 Uhr, „Café-Lese“ (weiterhin jeweils mittwochs bis freitags)
02.10.2014 Ludgeri-Forum e. V. / Altenhilfe	9.00 Uhr, Offenes Seniorenfrühstück Treffpunkt: Ludgeri-Stift Hövel, Beitrag: 3,00 €
07.10.2014 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: 11.10., 16.10., 21.10., 25.10., 30.10., 03.11., 13.11., 18.11., 22.11., 27.11., 06.12., 11.12., 16.12., 20.12.)
07.10.2014 Ludgeristift, An der Kreuz- kirche, Hammer Str. 138	15.00 Uhr, Herzlich willkommen zum Kaffeeklatsch für Jedermann, Cafeteria (weiterhin dienstags)
08.10.2014 Seniorengein. St. Pankratius	9.00 Uhr, Großer Seniorennachmittag in St. Stephanus
10.10.2014 Begegnungsstätte Haus der Begegnung, Friedrich-Ebert-Str.	10.00 – 11.30 Uhr, Kostenlose Laptop- und Internet-Sprechstunde des Amtes für Soziale Integration/Altenhilfe, Kontakt: K. Berheide (weiterhin wöchentlich freitags)
15.10.2014 Seniorengeinenschaft St. Pankratius	15.00 Uhr, Messe, anschließend Kaffeetrinken mit Rollstuhlfahrern aus Ludgeri (weiterhin: 19.11., 17.12.)
16.10.2014 Kirchengem. Christus-König / St. Stephanus / Altenhilfe	9.00 Uhr, Seniorenfrühstück, Beitrag: 3,00 €, Pfarrheim St. Stephanus, Kontakt: K. Berheide, Tel.: 17-6734
16.10.2014 Ludgeristift, Hövel Ermelinghofstr. 18	15.00 Uhr, Herbstfest mit der Münsterländer Trachtengruppe Davert-Schlunz im Treffpunkt
17.10.2014 Begegnungsstätte Haus der Begegnung, Friedrich-Ebert-Str.	15.00 Uhr, Kreativgruppe (weiterhin 14täglich freitags)
20.10.2014 Ludgeristift, An der Kreuz- kirche, Hammer Str. 138	15.00 Uhr, Offene Altenrunde der ev. Kirchengemeinde im Ludgeri-Stift, Cafeteria (weiterhin jeden 3. Montag)
20.10.2014 Gesprächskreis „Pflegerische Angehörige“- Ev. Kirchengemeinde	19.00 Uhr, Im Quartier bleiben; Nachbarschaft leben, Referentin: S. Tyll, Dipl.-Pädagogin, Haus der Begegnung

22.10.2014 Senioren-gemeinschaft St. Pankratius	9.00 Uhr, Messe, anschließend Sprichworte – Lebensweisheiten (Wahrheiten oder Weisheiten) mit Frühstück
22.10.2014 Ludgeristift Bockum	15.00 Uhr, Herbstfest mit dem Tanzkreis der Auferstehungskirche
29.10.2014 Senioren-gemein. St. Pankratius	9.00 Uhr, Wir beten den Rosenkranz im Pfarrheim mit Frühstück
05.11.2014 Senioren-gemeinschaft St. Pankratius	9.00 Uhr, Messe, anschließend Frühstück und Thema: Alles über Pflegestufen / Kosten u. a. mit Jürgen Stefan
06.11.2014 Ludgeri-Forum e. V. / Altenhilfe	9.00 Uhr, Offenes Seniorenfrühstück Treffpunkt: Ludgeri-Stift Hövel, Beitrag: 3,00 €
10.11.2014 Gesprächskreis „Pfle-gende Angehörige“- Ev. Kirchengemeinde	19.00 Uhr, Rechtsicherheit im Pflegefall, Referentin: Dr. Marlies Brinkmann, Haus der Begegnung
17.11.2014 Gesprächskreis „Pfle-gende Angehörige“- Ev. Kirchengemeinde Bockum-Hövel	19.00 Uhr, Betreuungsrechtliche Einschränkungen und Genehmigungen bei Vollmachten, Referent: U. Blümel, Haus der Begegnung
20.11.2014 Kirchengem. St. Stephanus / Christus-König / Altenhilfe	9.00 Uhr, Seniorenfrühstück, Beitrag: 3,00 €, Pfarrheim Christus-König, Kontakt: K. Berheide. Tel.: 17-6734
26.11.2014 Senioren-gemein. St. Pankratius	9 Uhr, Messe, anschl. Frühstück/ Einkehrtag mit Kaplan Martinas (bis 15.00 Uhr)
28.11.2014 Ludgeristift, An der Kreuzkirche	15.00 Uhr, Adventbasar im Eingangsbereich
30.11.2014 SV Deutschland OV B.-Hövel	15.00 Uhr, Jahresabschlussfeier, Gaststätte Jägerhof
03.12.2014 Senioren-gemein. St. Pankratius	9 Uhr, Messe, anschließend Jahresabschluss mit westf. Buffet
04.12.2014 Ludgeri-Forum e. V. / Altenhilfe	9.00 Uhr, Offenes Seniorenfrühstück Treffpunkt: Ludgeri-Stift Hövel, Beitrag: 3,00 €
17.12.1014 St.-Josef-Krankenhaus, Kapelle	15.00 Uhr, Offenes Adventssingen für Jung und Alt
18.12.2014 Kirchengem. St. Stephanus / Christus-König / Altenhilfe	9.00 Uhr, Seniorenfrühstück, Beitrag: 3,00 €, Pfarrheim St. Stephanus Kontakt: K. Berheide. Tel.: 17-6734

Hamm-Heessen

01.10.2014

ARG St. Marien

15 Uhr, Erntedankfest mit Kaffee/ Kuchen/ bunten Programm/
Abendessen, Kleingartenverein Heessen Gartenstadt,
Anmeldung bei C. Kramer, Tel. 6 08 64 o. M. Trockel, Tel. 48 19 92

01.10.2014

ZwAR-Holzgruppe, Werkraum
der Karlschule, Westberger Weg

15.00 Uhr, Werken mit Holz - Eingeladen sind alle, die sich für das
Arbeiten mit dem Werkstoff Holz interessieren (weiterhin mittwochs)

01.10.2014

Junge Senioren –St. Josef

17.00 Uhr, Wassergymnastik, Erich-Kästner-Schule
(weiterhin jeden Mittwoch)

05.10.2014

Seniorenheim St. Stephanus

ab 14 Uhr, Sonntagscafé mit Frau Hennigfeld (weiterhin 14täglich)

06.10.2014

Junge Senioren St. Josef

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

07.10.2014

Caritas St. Josef

9.00 Uhr, Seniorenfrühstück; Pfarrheim St. Marien

08.10.2014

Seniorenheim St. Stephanus

9.00 Uhr, Offenes Seniorenfrühstück der Papst-Johannes-Gemeinde
im großen Gruppenraum

08.10.2014

Seniorenheim St. Stephanus

15.30 Uhr, Gesprächskreis mit Frau Sieberg (weiterhin: 19.11., 17.12.)

11.10.2014

Seniorenheim St. Stephanus

10.00 Uhr, Frühschoppen (weiterhin: 22.11.)

13.10.2014

Stadt Hamm / Altenhilfe / ev.
und kath. Kirchengemeinde

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

13.10.2014

Sozialverband Deutschland
OV Heessen

15.00 Uhr Frauengruppe, Gaststätte „Am Kappenbusch“
(weiterhin alle 4 Wochen montags)

13.10.2014

Senioren- und Demenz-Tages-
betreuung, Hülseistr. 37

18.00 Uhr, Treffen für Angehörige von Personen mit Demenz -
TrAPeDz

14.10.2014

VdK - OV Heessen

14.00 Uhr, Fit mit dem Rad

14.10.2014

ZwAR-Basisgruppe 2

15.00 Uhr, Treffen, Brokhof (weiterhin jeden 2. Di i.M.)

14.10.2014

Seniorenheim St. Stephanus

15.30 Uhr, Märchenstunde mit ehrenamtlichen Erzählerinnen

15.10.2014 Familienzentrum St. Theresia / Altenhilfe	9.00 Uhr, Offenes Seniorenfrühstück, Beitrag: 2,50 € Pfarrheim St. Theresia, An der Theresienkirche 6
15.10.2014 Senioren- und Demenz-Tages- betreuung	10 – 18 Uhr, Erfahren, Erfühlen und Erleben wie sich Demenz anfühlt – Für Menschen, die nicht an Demenz erkrankt sind, Barbaraklinik Hamm-Heessen, Demenz-Parcours
21.10.2014 Seniorenheim St. Stephanus	16.00 Uhr, Ehrenamtliches Dankeschön
23.10.2014 Seniorenheim St. Stephanus	15.30 Uhr, Meditation mit Frau Preising, weiter 27.11., 28.12
25.10.2014 Seniorenheim St. Stephanus	15.30 Uhr, Tanzgruppe „Wohl um’s Herz“, Leitung: E. Lockert
28.10.2014 Junge Senioren St. Josef	Wandern (weiterhin: 25.11.)
28.10.2014 Seniorenheim St. Stephanus	15.30 Uhr, Musikalisch-literarischer Nachmittag mit G. John (weiterhin: 18.11., 16.12.)
29.10.2014 Seniorenheim St. Stephanus	15.30 Uhr, Geschichtskreis mit Frau Szymanek, weiter 25.11.
04.11.2014 Caritas St. Josef	9.00 Uhr, Seniorenfrühstück; Pfarrheim St. Marien
04.11.2014 Seniorenheim St. Stephanus	15.00 Uhr, Bunter Nachmittag mit dem ev. Männerdienst Heessen
04.11.2014 VdK - OV Heessen	15.00 Uhr, VdK-Treff im Brokhof (weiterhin: 02.12.)
05.11.2014 ARG St. Marien	14.30 Uhr, Messe, anschl. Programm mit dem Jugendzentrum Bockelweg (Anmeldung bei C. Kramer, Tel. 6 08 64 o. M. Trockel, Tel. 48 1992)
10.11.2014 Stadt Hamm / Altenhilfe / ev. und kath. Kirchengemeinde	9.00 Uhr, Offenes Seniorenfrühstück, Vereinshaus Kleingartenverein Heessen-Gartenstadt, Veistr., Beitrag: 2,50 €
10.11.2014 Senioren- und Demenz-Tages- betreuung, Hülseistr. 37	18 Uhr, Vorsorge im Pflegefall – Elternunterhalt, Erbschaft, Schenkungssteuer, Patientenverfügung, anschl. Treffen für Angehörige von Personen mit Demenz - TrAPeDz
12.11.2014 Seniorenheim St. Stephanus	9.00 Uhr, Offenes Seniorenfrühstück der Papst-Johannes-Gemeinde im großen Gruppenraum

<u>15.11.2014</u> Seniorenheim St. Stephanus	15.30 Uhr, Tanztee
<u>19.11.2014</u> Familienzentrum St. Theresia / Altenhilfe	9.00 Uhr, Offenes Seniorenfrühstück, Beitrag: 2,50 € Pfarrheim St. Theresia, An der Theresienkirche 6
<u>29.11.2014</u> Seniorenheim St. Stephanus	15.30 Uhr, Adventskonzert Swingin Voices
<u>02.12.2014</u> Caritas St. Josef	9.00 Uhr, Seniorenfrühstück; Pfarrheim St. Marien
<u>02.10.2014</u> Seniorenheim St. Stephanus	15.30 Uhr, Adventskonzert mit dem Mandolinenorchester unter der Leitung von Herrn Feldbusch
<u>03.12.2014</u> ARG St. Marien	14.30 Uhr, Messe, anschl. Adventsfeier mit buntem Programm (Anmeldung bei C. Kramer, Tel. 60864 o. M. Trockel, Tel. 48 1992)
<u>06.12.2014</u> VdK - OV Heessen	15.00 Uhr, Jahresabschlusstreffen in der Sachsenhalle
<u>06.12.2014</u> Sozialverband Deutschland OV Heessen	15.30 Uhr, Jahresabschlussfeier, Gaststätte Kötter
<u>08.12.2014</u> Stadt Hamm / Altenhilfe / ev. und kath. Kirchengemeinde	9.00 Uhr, Offenes Seniorenfrühstück, Vereinshaus Kleingartenverein Heessen-Gartenstadt, Veistr., Beitrag: 2,50 €
<u>08.12.2014</u> Seniorenheim St. Stephanus	15.00 Uhr, Adventsfeier mit den Stadtvertretern
<u>10.12.2014</u> Seniorenheim St. Stephanus	9.00 Uhr, Offenes Seniorenfrühstück der Papst-Johannes-Gemeinde im großen Gruppenraum
<u>10.12.2014</u> Familienzentrum St. Theresia / Altenhilfe	9.00 Uhr, Offenes Seniorenfrühstück, Beitrag: 2,50 € Pfarrheim St. Theresia, An der Theresienkirche 6
<u>15.12.2014</u> Junge Senioren St. Josef	Weihnachtsfeier
<u>18.12.2014</u> Seniorenheim St. Stephanus	15.00 Uhr, Konzert mit der Musikschule Hamm
<u>22.12.2014</u> Seniorenheim St. Stephanus	15.30 Uhr, Konzert mit dem Südeiner Bläserorchester
<u>31.12.2014</u> Seniorenheim St. Stephanus	14.30 Uhr, Festhochamt, anschl. Silvesterfeier, Wintergarten

Der Malteser Hausnotruf



» Schnelle Hilfe auf Knopfdruck «



Mit dem Malteser Hausnotruf
sind Sie auf der sicheren Seite.
Informieren Sie sich jetzt:
Tel. 02381 - 871 30 333

www.malteser-hausnotruf.de



Malteser
...weil Nähe zählt.

Mitten in Hamm!

Tagespflege | Kurzzeitpflege | Vollzeitpflege

**Füreinander da sein –
Miteinander wohlfühlen.**

Hansa

Leben wie ich will.

www.hansa-gruppe.info

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

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



Hamms gute Geister:

60plus Abo:

Bus&Bahn für alle ab 60

Mobilität zum kleinen Preis –
jetzt auch mit Partnerkarte



Infos gibt es in der „insel“ und unter 02381 274-2499

