

Das Ehrenamt
im Mittelpunkt
Seite 6/7

Das Gesundheitsamt
informiert:
„Arzneistoffe
zum Aufkleben“: das
Pflaster mit Wirkstoff
Seite 14/15

Viele „Schritte“ hin
zu einer gelungenen
Premiere...
Seite 18

Wie wollen wir
im Alter leben?
Seite 22/23



Das Fenster

Zeitschrift für ältere
Bürgerinnen und Bürger

Ausgabe 04/2015



**NOCH FREIE WOHNUNGEN
IM BETREUTEN WOHNEN**

Wir bieten 80 Bewohnern ein gemütliches und liebevolles Zuhause.
80 große Einzelzimmer, verteilt auf 3 familiäre Wohngruppen.

**NOCH FREIE
PFLEGEPLÄTZE IM
STATIONÄREN BEREICH**

Unser Angebot

- > 18 Appartements im Betreuten Wohnen
- > 100% Einzelzimmer
- > Stationäre Dauer- und Kurzzeitpflege
- > Professionelle Pflege für an Demenz erkrankte Menschen
- > Hauseigene Küche

Unsere Oecotrophologin berät Sie gern zu Fragen der Ernährung z. B. bei Diabetes, Osteoporose, Gicht, Herz - Kreislauferkrankungen.

Unsere qualifizierten Mitarbeiter informieren Sie, kurzfristig und unbürokratisch.
24 - Stunden - Aufnahme unter der unten stehenden Telefonnummer.

PHÖNIX HAUS SUNDERN

Ansprechpartnerin: Frau Barbara Rosen
Kamener Str. 142 • 59077 Hamm
Tel. 0177/6 25 19 32 • www.phoenix.nu



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.malerwerkstatthainsch.de

Liebe Leserinnen, liebe Leser,

Menschen aller Altersgruppen engagieren sich in unserer Stadt in allen gesellschaftlichen Bereichen, in unterschiedlicher Form, Zielsetzung, Intensität und jeweils eigenem Selbstverständnis. Sie sorgen dafür, dass Kinder und Jugendliche Sport treiben und Freizeitangebote nutzen können, dass ältere Menschen nicht nur Hilfe und Unterstützung bekommen, sondern aktiv am Leben in der Gemeinschaft teilhaben, dass Brände gelöscht, Spielplätze entstehen oder Treffpunkte mit Leben gefüllt werden.

Sie sind Zeugnis gelebter Solidarität, wenn die vielen Flüchtlinge, die unsere Stadt nach langen und dramatischen Wochen, teils Monaten der Angst und Flucht erreichen, erfahren können, hier willkommen zu sein.

Wir reden von Menschen, die sich freiwillig in ihrer Freizeit engagieren, ohne dafür Geld zu bekommen, die unersetzbar für ein funktionierendes und sozialorientiertes Gemeinwesen sind, deren Taten jedoch meist im Verborgenen bleiben.

Die Gründe, sich ehrenamtlich zu engagieren, sind dabei außerordentlich vielfältig: Ehrenamtliche möchten sich für eine Idee, eine Sache, ein Projekt einsetzen und zugleich Anerkennung, Spaß und Freude haben. Sie wollen etwas Nützliches für das Gemeinwohl tun, ein Stück Verantwortung übernehmen und vielleicht auch gerne mit anderen Menschen ihre Zeit verbringen.

Über 600 ehrenamtlich engagierten Menschen, die im Vorfeld von Einzelpersonen,

Gruppen, Vereinen, Kirchengemeinden und sonstigen Institutionen vorgeschlagen wurden, konnte Oberbürgermeister Thomas Hunsteger-Petermann im August beim vierten Ehrenamtsfest der Stadt Hamm persönlich danken. Wir berichten ausführlich von dieser festlichen Veranstaltung in dieser Ausgabe.

Aber auch bei allen weiteren interessanten Themen, die wir in dieser Ausgabe aufgegriffen haben, wünschen wir wie immer viele Freude bei der Lektüre.

Und bei der Fülle an Angeboten, die wieder im Terminheft zu finden sind, ist sicher für jeden etwas dabei!

■ Die Redaktion

Impressum

Herausgeber:

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

Auflage: 6.000
Im Oktober 2015
Ausgabe 4/2015

Redaktionsmitglieder:

U. Halbe,
J. Halbe,
A. Isenberg-Pfützenreuter

Titelbilder:

Thorsten Hübner

Anzeigen:

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

Bei Rückfragen stehen wir Ihnen gerne zur Verfügung

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

Inhalt



Klausurtagung des Seniorenbeirates auf Schloss Oberwerries	5
Das Ehrenamt im Mittelpunkt	6/7
Stadtranderholung für Senioren der Diakonie Ruhr-Hellweg: Ehrenamtliche für die Leitung gesucht	8
Mit Hausnotruf sicher zu Hause leben	10
Schutz vor Kriminalität im Alltag	11
Altweibersommer und Zeit der Drachen	12
Neue Broschüre „Schuldenfrei im Alter“ erschienen	13
In eigener Sache....	13
Das Gesundheitsamt informiert: „Arzneistoffe zum Aufkleben“: das Pflaster mit Wirkstoff	14/15
Merci Udo... Erinnerungen an einen großen Künstler mit Musik, Literatur und Gesang	16/17
Viele „Schritte“ hin zu einer gelungenen Premiere...	18
Sparkassen-Seniorenkino in Hamm	20
Wie wollen wir im Alter leben?	22/23
Alles nur Theater? Von wegen!	24/25
Bewegt ÄLTER werden in NRW! - ein buntes Sport- und Bewegungsangebot für Ältere	26
Leben retten mit dem „Defi“	28
Termine / Veranstaltungshinweise	ab 31



Klausurtagung des Seniorenbeirates auf Schloss Oberwerries

Zu seiner ersten ganztägigen Klausurtagung kam der neue Seniorenbeirat in der Stadt Hamm Ende August auf Schloss Oberwerries zusammen, um Schwerpunkte, Ziele und Perspektiven für die Arbeit der kommenden zwei Jahre festzulegen. Wie bereits berichtet, soll in dieser zunächst auf zwei



Jahre begrenzten Amtszeit ein neues Modell über die Zusammensetzung, die Aufgaben und die Kompetenzen des Seniorenbeirates entwickelt werden.

Aus der Vielzahl an Ideen und Anregungen, die die Mitgliedern des Seniorenbeirates als wichtige Grundlagen für eine moderne und

zukunftsorientierte Seniorenarbeit formulierten, wurden Arbeitsgruppen zu gleich fünf unterschiedlichen Themenschwerpunkten gebildet. Zukünftig werden sich die Mitglieder des Seniorenbeirates dabei intensiv mit den Themen Pflege, Gesundheit und Prävention, Verkehr und Umwelt, Integration von älter werdenden Menschen mit Zuwanderungsgeschichte, Erfassung und Bündelung vorhandener Angebote und Öffentlichkeitsarbeit befassen.

Diese Arbeitsgruppen werden dabei aktuelle Inhalte und Themen bereits vorbereitend diskutieren und die Ergebnisse in jeder Sitzung des Seniorenbeirates dem gesamten Gremium vorstellen. Die Mitglieder des Seniorenbeirates erhoffen sich dadurch eine effektive und zielorientierte Arbeit, deren Ergebnisse wiederum in das gerade zu entwickelnde Gesamtkonzept einer sozialräumlich gestalteten Seniorenarbeit einfließen werden.

Franzis Schwarz, neue Vorsitzende des Seniorenbeirates, konnte abschließend auf eine sehr offene und lebendige Klausurtagung zurückblicken, die viele gute Ideen hervorbrachte. Sie bedankte sich ausdrücklich für die sehr



konstruktive und produktive Mitarbeit aller Mitglieder des Seniorenbeirates. Der neue Seniorenbeirat hat sich im Rahmen seiner Klausurtagung einen bunten Strauß an Aufgaben auf die Fahnen geschrieben; nun geht es darum, sie auch Schritt für Schritt in den kommenden zwei Jahren anzugehen.

Die Sitzungen des Seniorenbeirates sind stets öffentlich. Wenn Sie also einmal an einer Sitzung teilnehmen möchten, so können Sie das bei der Sitzung des Seniorenbeirates am 09.12.2015, 10.00 Uhr im Seniorenzentrum St. Bonifatius (Cafeteria), Bonifatiusweg 14, 59067 Hamm, tun.

■ Andreas Pieper



Das Ehrenamt im Mittelpunkt



Über 600 Gäste feierten Mitte August das vierte Ehrenamtsfest der Stadt Hamm: „Normalerweise stehen die vielen Ehrenamtlichen in unserer Stadt viel lieber im Hintergrund. Heute soll das ganz bewusst einmal anders sein. Heute ist der Tag, an dem ich jedem Einzelnen ein herzliches Dankeschön für sein Ehrenamt sagen möchte“, betonte Oberbürgermeister Thomas Hunsteger-Petermann.

Mehr als eine Stunde vor dem offiziellen Beginn waren die allermeisten Plätze im festlich geschmückten Kurhausgarten bereits besetzt. Die Ehrenamtlichen waren von Gruppen, Vereinen, Kirchen-

gemeinden und sonstigen Institutionen vorgeschlagen worden. Über 900 Namen sind den Organisatoren im Vorfeld der Veranstaltung genannt worden: das waren so viele Vorschläge wie noch nie. „Das Ehrenamtsfest ist mittlerweile nicht nur eine unserer größten Veranstaltungen, sondern auch eine unserer schönsten. Das tolle Wetter hat an diesem Nachmittag natürlich zum Erfolg beigetragen. Unter diesen Voraussetzungen ist das Ambiente im Kurhausgarten einfach traumhaft“, erklärte Oberbürgermeister Thomas Hunsteger-Petermann.

Das Ehrenamt wird von allen Generationen getragen.

Im Vergleich zu den Vorjahren waren beim vierten Ehrenamtsfest der Stadt Hamm auffällig viele junge Menschen unter den Ehrenamtlichen: „Wir erleben jeden Tag, dass das Ehrenamt von allen Generationen getragen wird: Natürlich schränken Schule, Studium oder Beruf gerade jüngere Menschen ein, sich regelmäßig zu engagieren. Für einzelne Tätigkeiten oder Projekte lassen sie sich aber schnell begeistern – das hat nicht zuletzt das beeindruckende Hilfsangebot rund um die Flüchtlings-Notunterkunft in der Alfred-Fischer-Halle gezeigt. Denn klar ist: Ohne die zahlreichen Ehrenamtlichen hätten wir diese





Aufgabe nicht so reibungslos meistern können.“

Bestes Beispiel für die Bandbreite des ehrenamtlichen Engagements sind Robin Uphoff (13) und Charlotte Kotschote (90), die als jüngster beziehungsweise älteste Ehrenamtliche ausgezeichnet wurden. Robin Uphoff nimmt

schote ist seit mehr als 30 Jahren ehrenamtlich aktiv: sie war unter anderem Lektorin in der St. Victor Kirche und Schriftführerin in der evangelischen Frauenhilfe.

Zwar ist die 90-Jährige nicht mehr in der ersten Reihe aktiv, ganz aufhören möchte sie aber dennoch nicht. Charlotte Kotschote hilft beispielsweise beim Sonntagskaffe des Initiativkreises des Altenzentrums St. Victor mit oder unterhält die Teilnehmer des „Offenen Seniorenfrühstücks“ in Herringen, das der ökumenische Arbeitskreis gemeinsam mit dem Amt für Soziale Integration ausrichtet.

Bei perfekten äußeren Bedingungen sorgte das Ehrenamtsfest mit einem bunten Rahmenprogramm für beste Unterhaltung:

„Eine Urkunde und ein schöner Nachmittag können die ehrenamtliche Arbeit natürlich nicht aufwiegen. Sie können aber zeigen, dass wir das ehrenamtliche Engagement in unserer Stadt zu schätzen wissen – und deshalb wird es im kommenden Jahr ganz sicher wieder ein Ehrenamtsfest geben“, versprach Oberbürgermeister Hunsteger-Petermann.

■ Markus Breuer



an einem generationenübergreifenden Projekt teil, für das die Altenhilfe in Bockum-Hövel und die Sophie-Scholl-Gesamtschule seit mehreren Jahren eng zusammenarbeiten. Der 13-Jährige vermittelt älteren Menschen PC-Kenntnisse – und profitiert gleichzeitig von der Lebenserfahrung der Seniorinnen und Senioren. Charlotte Kot-

Wohn- und Pflegeberatung

Wir informieren und beraten Sie u. a. über

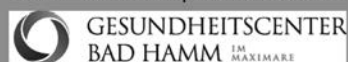
- Seniorenwohnungen
- Wohnraumanpassung
- Leistungen u. Angebote bei Hilfe-/ Pflegebedürftigkeit und Demenz

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



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

Neu!! Ab Mitte April erreichbar im



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

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



Anzeige

Stadtranderholung für Senioren der Diakonie Ruhr-Hellweg: Ehrenamtliche für die Leitung gesucht



Seit über 40 Jahren lädt die Stadtranderholung der Diakonie Ruhr-Hellweg Seniorinnen und Senioren aus Hamm auf den Caldenhof ein. Ohne eine lange Anreise und das lästige Kofferpacken können sie hier erholsame Urlaubstage vor der eigenen Haustür verbringen.

Die als „Urlaub ohne Koffer“ bekannten Freizeiten finden viermal im Jahr für jeweils fünf Tage vor und nach den Sommerferien statt. Für die Planung und Durchführung dieses besonderen Urlaubsangebots sucht die Diakonie für den Sommer 2016 ehrenamtliche Helfer, die den Senioren eine schöne Zeit in der Gemeinschaft vermitteln möchten.

Mit Unterstützung der hauptamtlichen Mitarbeiterin stellen die Ehrenamtlichen ein abwechslungsreiches Programm für die Senioren zusammen. Ob Gymnastik, Kreativangebote oder Gedächtnistraining: Bei der Vorbereitung der Gruppenangebote haben die Ehrenamtlichen einen großen Gestaltungsspielraum.

Abgerundet wird das Programm durch Gastspiele von Musik- und Tanzgruppen. Interessierte können im Team mit anderen sowohl eine einzelne fünf-tägige Erholungsmaßnahme begleiten oder aber sich für mehrere Urlaubswochen engagieren.

Über viele Jahre begleitete das Ehepaar Wieting mit großem Engagement diese Seniorenfreizeiten. Sie unterstützen mit ihrer langjährigen Erfahrung auf Wunsch gern das neue Leitungsteam bei der Organisation.

Wer den Kontakt zu älteren Menschen liebt und auf der Suche nach einer kreativen ehrenamtlichen Aufgabe ist, erhält weitere Informationen bei

Diakonie Ruhr-Hellweg e. V.
Susanne Ernst
Südstr. 29
59065 Hamm
Telefon: 02381/5440040
Telefax: 02381/5440019
www.diakonie-ruhr-hellweg.de



Neueröffnung der Senioreneinrichtung „Haus Maximilian“

Zum 01.10.2015 eröffnen wir unser
neues „Haus Maximilian“ am
Alten Uentroper Weg 173b in 59071 Hamm.



Mitten im Ortszentrum von Werries und doch in der ruhigen zweiten Lage zum Alten Uentroper Weg sind wir unserem Konzept treu geblieben und haben dort eine kleinteilige Pflegeeinrichtung erbaut.

Sie erwarten 36 Einzelzimmer mit eigener Nasszelle und einer Größe von ca. 25m². Neben unserer Grundausstattung bleibt noch viel Raum für Ihre lieb gewordenen eigenen Möbelstücke.

Auf jeder Etage steht eine großzügige Wohnstube mit offener Küche für Ihre Aktivitäten des Alltags in der Kleingruppe zur Verfügung. Hier werden sämtliche Mahlzeiten in Ihrem Beisein täglich frisch zubereitet.

Auf der Terrasse im EG sowie auf den großen Balkonen im OG und DG können Sie die Sonne genießen. Der angrenzende Wald lädt zum Spaziergang ein.

Das Einkaufsgebiet mit Café und Eisdielen ist in fußläufiger Entfernung zu erreichen. Hier sind ebenfalls Haus- und Fachärzte ansässig.

Noch haben Sie die Möglichkeit, sich ein Zimmer auszusuchen.

Wir laden Sie ein, ein unverbindliches Beratungsgespräch mit unserem Geschäftsführer Herrn Willi Conrad zu führen unter 02381 4981884.

Mit Hausnotruf sicher zu Hause leben

Sicherheit und Service rund um die Uhr an 365 Tagen im Jahr, dafür steht Vitakt Hausnotruf. Im Fall eines Hilfebedarfs genügt ein Druck auf den Funksender und schon erfolgt eine Meldung bei der Vitakt-Notrufleitstelle. Dort nehmen Vitakt- Mitarbeiter die eingehenden Notrufe entgegen.

Bei Hilfebedarf handeln sie unverzüglich nach den Anweisungen, die zuvor mit dem Kunden vereinbart worden sind: Entweder es werden die Angehörigen, Freunde, der Pflegedienst,

etc. verständigt oder es wird der Rettungsdienst angerufen.

Selbstzahler können das Vitakt-System für eine monatliche Miete von 18,36 Euro und für eine einmalige Zahlung von 10,49 Euro bekommen. Außerdem gilt: Das Hausnotrufsystem ist ein anerkanntes Pflegehilfsmittel.

Bei Antragsgenehmigung werden die Kosten für die Einrichtung des Hausnotrufsystems und die monatliche Miete direkt mit der Pflegekasse abgerechnet.

Der Pflegeversicherte erhält das Hausnotrufsystem, ohne selbst etwas dafür zahlen zu müssen.

Vitakt passt an jeden Telefonanschluss und kann auch ohne einen Festnetzanschluss betrieben werden. Außerdem ist es durch viele zusätzliche Ausstattungen erweiterbar, so dass auch Menschen in besonderen Lebenssituationen mit einem Vitakt-Hausnotrufsystem versorgt werden können.

Für weitere Informationen steht das Vitakt-Team rund um die Uhr an 365 Tagen im Jahr unter
Tel.: 0 59 71 - 93 43 56
sehr gerne zur Verfügung!

In der Vitakt-Notrufleitstelle werden die Notrufe entgegengenommen - rund um die Uhr, an 365 Tagen im Jahr!

Vitakt Hausnotruf GmbH
Hörstkamp 32
48431 Rheine

Ansprechpartnerin:
Ute Popko

Direkte Durchwahl:
0 59 71 – 93 43 56

E-Mail:
ute.popko@vitakt.com
www.vitakt.com



Zuhause ist es sicher am schönsten!

- direkte Verbindung zur 24-Stunden-Notrufleitstelle
- funktioniert mit allen Telefonanschlüssen
- individuell erweiterbar (z.B. durch Rauchmelder)
- Hausnotruf für monatlich 18,36 € und einmalig 10,49 €
- zuzahlungsfrei bei Genehmigung durch die Pflegekasse

Vitakt Hausnotruf GmbH
Tel.: 0 59 71 - 93 43 56 • www.vitakt.com

Schutz vor Kriminalität im Alltag



Es ist belegt, dass gerade ältere Menschen aufgrund ihrer Lebenserfahrung Experten für die eigene Sicherheit sind.

Um sie aber vor Kriminalität im Alltag zu schützen, sie für mögliche Gefahren zu sensibilisieren und ihnen nützliche Tipps an die Hand zu geben,



Schutz vor Kriminalität im Alltag

Sicher Leben

Ratgeber für Ältere und Junggebliebene

sind jetzt zwei neue Broschüren erschienen. An deren Inhalt und Aufmachung hat die Landesseniorenvertretung (LSV NRW) gemeinsam mit dem Landeskriminalamt Nordrhein-Westfalen (LKA NRW) in Düsseldorf maßgeblich mitgewirkt.

„Sicher Leben“ und „Sicher zu Hause“ sind die Titel der

beiden Hefte, die als Ratgeber für „Ältere und Junggebliebene“ eine besondere Rolle in der Präventionsarbeit der Polizei, aber auch der Seniorenorganisationen einnehmen sollen.

Die Bandbreite der Themen ist der Lebenslage älterer Menschen angepasst und geht auf die besonderen Delikte ein, die an der Haustür, unterwegs, im Internet, am Telefon oder in der Pflege von Tätern ganz gezielt auf diese Altersgruppe hin entwickelt worden sind.

Deshalb ist Jürgen Jentsch, stellvertretender Vorsitzender der Landesseniorenvertretung und Mitglied im Landespräventionsrat NRW, sehr zufrieden mit dem Ergebnis der Zusammenarbeit zwischen Seniorenvertretern und der Polizei.

„Hier treffen die Lebenswirklichkeit der Betroffenen mit den Konzepten und langjährigen Erfahrungen der Polizei zusammen – herausgekommen sind zwei übersichtliche, informative und lebendig bebilderte Broschüren, die sich als wirklich handliche und nützliche Ratgeber erweisen werden“, freut sich auch Gaby Schnell, die Vorsitzende der LSV NRW, über das Ergebnis der konstruktiven

Zusammenarbeit, an der auch der Weiße Ring als Opferchutzorganisation und die Landesarbeitsgemeinschaft der politischer Seniorenorganisationen NRW (LAGSO) beteiligt waren.

Das Landeskriminalamt NRW betont aus diesem Anlass die Notwendigkeit, ältere Menschen zu erreichen. „Daimmer mehr Menschen immer älter werden, entwickeln sich vermehrt spezifische, auf ältere Opfer ausgerichtete Deliktismuster“, erklärte Wolfgang Hermanns, Dezernatsleiter Prävention im Landeskriminalamt Nordrhein-Westfalen.

Diese Tricks und üblen Maschen bekannt zu machen und durch Verhaltenstipps und Informationen gerade Senioren vor Gefahren zu schützen, ist das Ziel der Broschüren. „Daran gemeinsam mit der Polizei mitgewirkt zu haben, entspricht unserem Auftrag als Interessenvertretung der Älteren und ist für die LSV ein gutes Gefühl“, resümiert Gaby Schnell.

Herausgeber der Broschüren ist das Programm Polizeiliche Kriminalprävention (ProPK) der Länder und des Bundes.

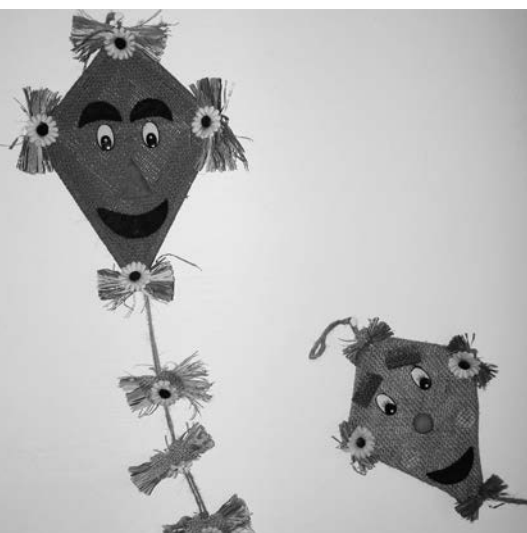
■ Gaby Schnell
Vorsitzende der Landesseniorenvertretung NRW

Altweibersommer und Zeit der Drachen



Stoppelfelder und Drachen steigen lassen, das war doch in unserer Kindheit das, was unsere Kindheit mit so spannend machte. Aus dünnen Leisten wurde ein Kreuz gebunden, mit Zeitungs- oder Packpapier überzogen, geklebt und unten am Schwanzende eine kurze Schnur befestigt. Hieran wurden im Abstand von zehn Zentimetern gefaltetes Papier oder Gras gebunden, um dem Drachen auch Stabilität zu verleihen.

Es wurde nach Mutters Schnurrolle gesucht, um am langen Band den Drachen bei gutem Wetter am höchsten steigen zu lassen! Man muss schon sagen, dass es nicht immer gut klappte und dann war Vaters Rat gefragt, der ein guter Drachenbauer war!



Morgens wurde nach dem Wetter geschaut. Oft lag der Nebel über dem Stoppelfeld und auch bei Sonnenschein lag eine frische Kühle in der Luft. Mein Mann gab bei unseren Enkelkindern mit dem Bauen dieser Drachen an und basteltet einen Drachen mit ihnen zusammen. Das Wetter spielte auch mit und so ging es zum Feld. Die Kinder fanden es toll, was Opa so gebastelt hatte und waren voller Erwartung.

Mein Mann lief los und tatsächlich stieg der Windvogel hoch über unsere Köpfe auf. Unsere Banausen quietschten vor Vergnügen und Opa war der Beste! Mittlerweile hatten sich einige Leute mit ihren Kindern zu uns gesellt und ließen ihre gekauften „Plastikdrachen“ steigen.

Irgendwann machte der Wind nicht mehr mit und das lange Band wurde eingeholt. Der selbstgebastelte Drachen wurde bestaunt und die jungen Väter holten sich Opas Bastelanleitung.

Auch der Altweibersommer hat es also in sich und hat seine besonderen Reize. Genießen wir ihn, das frisch geerntete Obst und Gemüse, die niedlichen Dahlien und Astern in den leuchtenden Farben. Wir können uns auspowern beim

Radfahren oder beim Laufen, ohne einen Hitzschlag zu bekommen. Man sieht, der Altweibersommer ist ein richtiger Frischmacher!

Übrigens, der Name hat nichts mit alten Frauen zu tun, sondern kommt von „weihen“ = weben und bezieht sich auf Spinnen-



netze, die wir jetzt so häufig in der Morgensonne glitzern sehen.

■ Angelika Pikosz

■ Bildquelle:

Bild oben: Thorsten Hübner
Bild rechts:

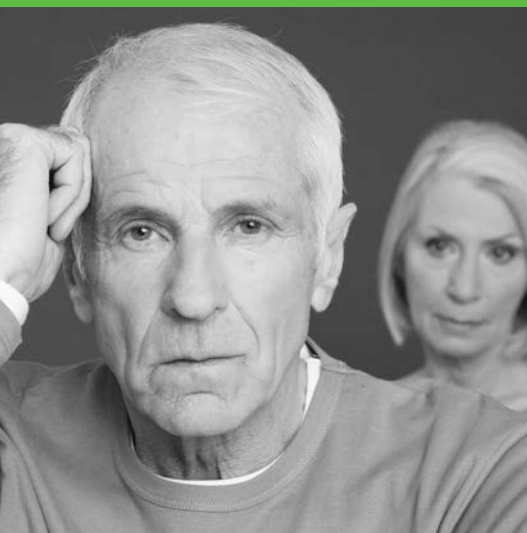
© Romario Ien – Fotolia.com

Bild links:

Dieter Schütz/ pixelio.de

Pressemitteilung 7/2015

Neue Broschüre „Schuldenfrei im Alter“ erschienen



Viele Menschen geraten „unverschuldet“ in finanzielle Not, entweder weil sich ihr Einkommen auf einmal verringert oder weil plötzlich Kosten auf sie zukommen, mit denen sie nicht gerechnet haben. Gerade älteren Menschen fällt es dann häu-

fig schwer, über ihre Geldsorgen zu sprechen und sich möglichst frühzeitig auch professionelle Hilfe, z.B. in einer Schuldnerberatung, zu holen.

Vor diesem Hintergrund ist die neue Broschüre „Schuldenfrei im Alter“ entstanden, die von der Bundesarbeitsgemeinschaft der Senioren-Organisationen (BAGSO) in Zusammenarbeit mit der Diakonie Deutschland und mit Unterstützung des Bundesministeriums für Familie, Senioren, Frauen und Jugend herausgegeben wird.

Die Broschüre enthält auf 92 Seiten zahlreiche Hinweise, wie man sich auf mögliche

finanzielle Veränderungen, z.B. beim Eintritt ins Rentenalter, vorbereiten kann. Außerdem gibt sie Informationen zur Besteuerung der Rente, zu möglichem Zuverdienst sowie zu staatlichen Hilfen, wenn die Rente nicht reicht.

Erarbeitet wurde der Ratgeber von Maike Cohrs und Claudia Lautner, beide erfahrene Schuldnerberaterinnen im Diakonischen Werk Köln und Region.

Er kann kostenfrei bestellt werden bei:
BAGSO e.V.
Bonngasse 10,
53111 Bonn
Fax: 02 28/24 99 93 20
wittig@bagso.de

In eigener Sache....

Die Redaktion trauert um Herrn Werner Boesen, der am 3. August im Alter von 88 Jahren verstorben ist. Werner Boesen war über mehr als zwei Jahrzehnte bis zuletzt engagiertes Mitglied unseres Teams und hat mit unzähligen Fotos und Berichten maßgeblich zu dem lebendigen und bunten Erscheinungsbild unserer Seniorenzeitschrift beigetragen.

Für sein großartiges ehrenamtliches Engagement im Dienst unserer Leserinnen und Leser und sein stets kollegiales Wirken in unserem Kreis sind wir sehr dankbar.

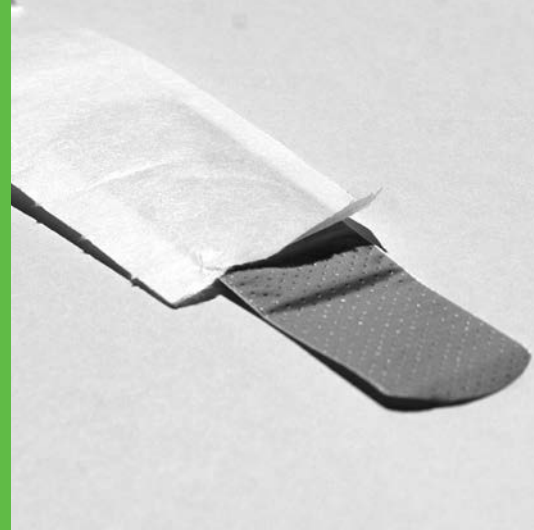
Wir werden Werner Boesen immer in freundschaftlicher Erinnerung behalten.

■ Die Redaktion

Lobby der Älteren

Die
BAGSO

Das Gesundheitsamt informiert: „Arzneistoffe zum Aufkleben“: das Pflaster mit Wirkstoff



Ob gegen Reisekrankheit, zur Schmerztherapie, zur hormonellen Behandlung oder auch unterstützend bei der Raucherentwöhnung: heute werden moderne Wirkstoffpflaster eingesetzt.

In der Fachsprache werden sie TTS Pflaster genannt, dies steht für „transdermale therapeutische Systeme“ und bedeutet, dass die Wirkstoffe kontinuierlich über die Haut aufgenommen werden.

Mit der Verwendung dieser Pflaster gelangen die wirksamen Substanzen in den Blutkreislauf, ohne den Magen-Darm-Trakt zu passieren. So lassen sich nahezu konstante Wirkstoffspiegel im Blut erreichen, bei relativ geringer Nebenwirkungsrate.



Man unterscheidet zwei Pflastersysteme (Depot- und Matrixpflaster), die den Wirkstoff jeweils über einen längeren Zeitraum, teilweise bis zu drei Tage, kontinuierlich freisetzen. Diese Pflaster dürfen nicht zerschnitten werden, da dies zu einer ungenauen Dosierung führen kann.

Je nach Pflasterzubereitung kann es dabei entweder zu einer raschen Arzneifreisetzung kommen (Depotpflaster) oder flüchtiger Wirkstoff kann an den Schnittstellen verdunsten (Matrixpflaster).

TTS Pflaster sind nicht für die Akutbehandlung geeignet, denn in den oberen Hautschichten muss sich erst ein Sättigungsdepot (Hautdepot) aufbauen, bis der Arzneistoff ins Blut gelangt. Dies bedeutet, die Wirkung tritt verzögert ein - bei einigen Schmerzplastern kann dies 12 bis 24 Stunden dauern - bis nach dem erstmaligen Aufkleben die maximale schmerzlindernde Wirkung eintritt.

Auch wenn die Pflaster einfach zu handhaben scheinen, so sind dennoch bei der Verwendung wichtige Hinweise zu beachten. Die sichere Lagerung - für Kinder unzugänglich - ist für den sach-

gerechten Umgang extrem wichtig, da die Pflaster hochwirksame Stoffe enthalten.

Der richtige Ort zum Aufkleben

Die menschliche Haut ist an verschiedenen Körperregionen unterschiedlich dick. Dies beeinflusst, wie schnell der Wirkstoff aufgenommen wird. Es gilt die folgende Faustregel: Je dünner die Haut, desto schneller; je dicker die Hornschicht der Haut, umso langsamer gelangt der Wirkstoff in den Körper.

Für schmerzstillende oder hormonhaltige Pflaster eignen sich in der Regel Oberarm, Oberschenkel, Rücken oder auch Bauch. Für hormonhaltige Pflaster sind Brust und brustnahe Bereiche als Auftragungsort tabu.

Die Hautpartie soll zudem glatt, möglichst unbehaart und unverletzt sein, keine Narben oder auch Tätowierungen aufweisen und wenig Schweiß produzieren.

Haare können mit einer Schere entfernt werden, allerdings sollten keine Rasur oder starke Reinigungsprozesse durchgeführt werden, da so die obere Hautpartie verletzt werden kann.



Stark beanspruchte Körperbereiche, bedingt durch Bewegung oder auch Hautfalten sind zu meiden. Für eine optimale Haftung muss die Haut sauber, trocken und fettfrei (z.B. keine Verwendung von Creme oder Öl) sein.

Die Pflaster dürfen erst unmit-

Händen fest und ausreichend lang (je nach Produkt 5 bis 30 Sekunden) ange-drückt werden, um den Haftkleber ausreichend zu aktivieren. Nach dem Auftragen stets die Hände waschen. Mit jedem neuen Pflaster muss der Ort, auf den das Pflaster aufgeklebt wird, gewechselt werden.

Der tägliche Umgang

Duschen, Baden, Schwimmen wie auch sportliche Betätigung sind generell möglich. Löst sich das Pflaster vorzeitig von der Haut, so ist je nach Produkt zu entscheiden, ob dasselbe Pflaster erneut aufgeklebt (z.B. bei einigen Nikotin-pflastern) oder durch ein frisches Pflaster ersetzt werden soll (z.B. bei Schmerz-pflastern). Ein zusätzliches Fixieren mit Pflasterstreifen am Rand ist nicht zu empfehlen, um Wärme- und Feuchtigkeits-stau zu vermeiden.

Doch Achtung: Sonneneinstrahlung, Fieber, Saunagänge, Infrarotlampen oder Heizkissen können die Temperaturen in den Hautarealen stark ansteigen lassen, wodurch der Arzneistoff verstärkt freigesetzt werden kann. Dies kann zu bedenklichen bis gefährlichen Wirkstoffkonzentrationen

im Blut führen, deshalb ist starke Hitze auf jeden Fall zu meiden.

Nach dem Gebrauch enthalten die Wirkstoffpflaster noch relativ hohe Wirkstoffmengen. Dies bedeutet ein erhebliches Gefahrenpotenzial, insbesondere für Kinder. So kann ein 8 Monate alter Säugling daran sterben, wenn er ein gebrauchtes Schmerz-pflaster in den Mund nimmt.

Gebrauchte Pflaster sollten sofort nach dem Entfernen mit der Klebeseite nach innen zugeklappt werden und sicher für Kinder unzugänglich entsorgt werden. Arzneimittel dürfen über den Hausmüll entsorgt werden, jedoch ist der Zugriff durch Unbefugte sicherzustellen. Die Entsorgung über die Apotheke stellt somit die sichere Variante dar.

■ Gesundheitsamt Hamm
Amtsapothekerin
Dr. Ute Stapel

■ Bildquellen:
Bild oben links:
Stephanie Hofschlaeger/
pixelio.de
Bild oben:
Monkey Business –
Fotolia.com
Bild links:
Lupo / pixelio.de

telbar vor der Anwendung aus der Packung genommen werden. Nach dem Entfernen der Schutzfolie darf die Klebefläche nicht mit den Fingern berührt werden, da so die Klebekraft abnimmt oder auch Wirkstoffe an die Finger gelangen können.

Nach dem Aufkleben muss das Pflaster mit warmen



Merci Udo... Erinnerungen an einen großen Künstler mit Musik, Literatur und Gesang



Wer von sich behauptet, keine Schlager zu hören bzw. zu mögen, der kennt mindestens von drei Liedern aus der Feder von Udo Jürgens den Refrain. Sie werden von Jung und Alt bei diversen Festivitäten mitgesungen. Er

selbst hat in einem Interview gesagt: „Tot ist der Mensch erst dann, wenn der letzte Mensch stirbt, der sich seiner erinnert.“

Wir haben uns an ihn erinnert, denn „Glaubhaftigkeit und ein tiefes Verständnis vom Leben, dazu ein Kunstkönnen: das ist es, was Udo Jürgens ausmacht.“ Davon konnten sich die ca. 600 Besucher überzeugen, die am letzten Sonntag im August in die Kreuz-Kirche in Bockum-Hövel kamen. Das gebotene Programm war vielseitig. Das Publikum freute sich am meisten über die musikalischen Einlagen von Harald Sumik und Freddy Pieper. Es wurde nach Herzenslust mitgesun-

gen. Der Chor Crescendo hatte aus diesem Anlass die beiden Lieder „Mit 66 Jahren“ und „Ich war noch niemals in New York“ eingeübt und wurden vom Publikum kräftig unterstützt. Natürlich durften auch Informationen aus dem langen, intensiven und ereignisreichen Leben des Künstlers nicht fehlen.

Zwei Anekdoten hierzu: 1968 kam Udo Jürgens ziemlich müde von einem Auftritt in London und wollte nur noch nach Hause. Der Taxifahrer ließ ihm aber keine Ruhe, denn er glaubte, er kenne ihn irgendwoher. Er wäre doch der Mann mit der „17“. Udo antwortete freundlich aber sprachfaul. Schließlich fiel es dem Taxi-





fahrer ein: „Jetzt weiß ich es! Sie sind doch Peter Kraus!“

Die zweite Anekdote handelt davon, dass ein Bockelmann (Udo Jürgen Bockelmann) nicht klagt: Kurz vor seinem 70. Geburtstag gibt der Künstler ein Interview. Er hat schreckliche Rückenschmerzen. Zwei Kissen wer-

Frank Hoffmann projizierte Bilder des Stars, LP-Covern und Konzertfotos auf die Kirchenwand. Somit wurde der biographische Teil visuell unterstützt. Aufgelockert wurde die Veranstaltung zudem durch die Interviews.

Begeistert berichteten einige Verehrerinnen von ihren persönlichen Erlebnissen und Begegnungen, auch von dem letzten Konzert in Münster. Gabi Marschner erzählte beispielsweise, dass ihre Liebe zu den Liedern und Texten von Udo Jürgens im Alter von 17 Jahren begann, damals war sie blond – welch ein Zufall. Die unterschiedlichen Themen der lebensnahen Liedtexte begleiteten sie die ganzen Jahre über und somit wurde sie immer wieder auf einen anderen Text besonders aufmerksam. In Kürze wird sie 66 Jahre alt. Raten Sie mal, welches Lied ihr in dieser Lebensphase besonders am Herzen hängt?

Dieser Nachmittag sprach auch Fans aus der Umgebung von Hamm an, insbesondere die Gruppe „Die Udo´s“. Eine Verehrerin aus dem Publikum trug nicht nur ein Udo Jürgens T-Shirt, sondern hat ihr Idol als Tattoo auf ihrem Rücken verewigt. Einige Fans stellten ihre Erin-

nerungsstücke in einer Ecke gut dekoriert aus und erzählten den Interessierten ihre Geschichten dazu. Die wunderbare Stimmung wurde in der Pause mit griechischem Wein und „einem Tässchen Kaffee mit Baiser“ verstärkt.

Wir haben uns an ihn erinnert, er bleibt in unserem Gedächtnis und in vielen Herzen. Seine Musik ist ein Vermächtnis eines der erfolgreichsten Solokünstler. Möglich wurde die Veranstaltung erst durch die Evangelische Kirchengemeinde und den Aktionskreis Bockum-Hövel Plus als Kooperationspartner sowie den engagierten ehrenamtlichen Helfern.

Merci, Danke

■ Karin Berheide



den in dem Sessel gestopft. Dann gibt er dem Interviewer Paul Sahner eine tadellose Diagnose:

„Die Leber? Hat sich von früheren Sauftouren erholt. Das Herz? Schlägt vorbildlich. Die Lunge? Geradezu jungfräulich, da wieder Nichtraucher. Die Libido? Fabelhaft!“



Viele „Schritte“ hin zu einer gelungenen Premiere...



machten in diesem Jahr die Mitglieder der Seniorentanztheater - Gruppe unter der Leitung von Anke Lux und die Theatergruppe 50+ unter der Leitung von Irmgard Schlierkamp.

Ende August präsentierten sie erstmals die Theater- und Tanz-Theater-Collage „Schritt für Schritt für Schritt“.

In einem lustigen, bisweilen auch ein bisschen nachdenklich stimmenden Mix aus Theater und Tanz wurden in kleinen Szenen die unterschiedlichsten Beispiele für die vielen „Schritte“ im Leben auf der Bühne gezeigt. So etwa der kleine Schritt aufeinander zu, bei einem Nachbarschaftsstreit oder der große Schritt einer Hochzeit trotz vieler Bedenkensträger.

Viel Applaus ernteten in der ausverkauften Nordener Aula auch die farbenfrohen tänzerischen Darstellungen und Untermalungen zum Thema.

Am Ende stand für die Aktiven nicht nur die Freude über eine gelungene Vorführung, sondern auch die Freude, den für die eine oder andere sogar großen Schritt in dieses Projekt und auf die Bühne gemacht zu haben.

Bleibt der gemeinsame Wunsch, weiterzumachen. Besonderer Dank gilt den beiden Theater- und Tanzpädagoginnen, die maßgeblich dazu beigetragen haben, dass für alle Beteiligten durch den gemeinsamen Spaß bei den Proben auch der Weg das Ziel war.

■ Ulrike Tornscheidt

■ Fotos: Heinz Feußner





HERZLICH WILLKOMMEN IM NEUEN GESUNDHEITSCENTER BAD HAMM IN DER OBEREN ETAGE DES MAXIMARE!

UNSERE THEMEN SIND „GESUNDES LEBEN“ UND „WOHNEN IM ALTER“

FÜR EIN GESUNDES LEBEN BIETEN WIR WIRKSAME METHODEN ZU:

- GESUNDE ERNÄHRUNG
- KÖRPERGEWICHT
- RAUCHERENTWÖHNUNG
- STRESSBEWÄLTIGUNG
- ALTERNATIVEN HEILMETHODEN
- ERHALT DER BEWEGLICHKEIT
- GUTEM AUSSEHEN (SICH WOHL IN SEINER HAUT FÜHLEN)

WOHNEN IM ALTER mit und ohne persönliche Einschränkungen. Gesund älter werden – vor allem in der eigenen, gewohnten Umgebung. Ein Bedürfnis vieler Menschen. Wir bieten dafür die richtigen Lösungen!

Ganzheitliche, individuell abgestimmte Gesundheits- und Präventionsangebote wie Bewegung im und außerhalb des Wassers, Ernährung und Stressbewältigung sind Werkzeuge für ein persönliches „Lebenswert älter werden-Projekt“.

DIE STADT HAMM (AMT FÜR SOZIALES UND PFLEGE) WIRD MIT IHRER WOHN- UND PFLEGEBERATUNG direkt im Gesundheitscenter Hilfe bei der Umgestaltung von Wohnungen und bei der Beantragung von Zuschussmitteln geben.

LEBEN – PLANEN – WOHNEN (ZUHAUSE MIT ZUKUNFT)

Auf 150 qm zeigen wir beispielhaft Einrichtungen der Bereiche Wohnen, Kochen, Schlafen und Baden. Diese Modellwohnung unterstützt ab jetzt die Arbeit der Wohnberatung. Namhafte deutsche Hersteller präsentieren hier Angebote für angenehmes Wohnen mit und ohne Einschränkungen. Technische Möglichkeiten der Hausvernetzung aber auch die neuesten Entwicklungen im Bereich Tele-Medizin werden dargestellt. Im technischen Bereich werden die Zukunftsentwicklungen in Zusammenarbeit mit der Hochschule Hamm-Lippstadt und dem Fraunhofer Institut dargestellt.



GESUNDHEITSCENTER
BAD HAMM IM
MAXIMARE

Jürgen-Graef-Allee 2
59065 Hamm
Tel. 02381 8783803

info@gesundheitscenter-badhamm.de
www.gesundheitscenter-badhamm.de

Sparkassen-Seniorenkino in Hamm



11. Oktober 2015 Für immer Adaline

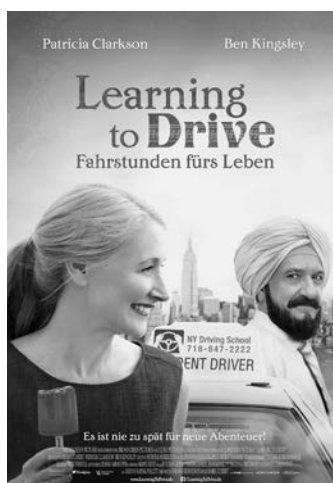
Nach ihrem Unfall im Jahr 1935, bei dem Adaline Bowman gerade erst 29 Jahre alt ist, altert die junge Frau nicht mehr. Seit acht Jahrzehnten besitzt sie nun bereits die ewige Jugend, die ihr zunehmend wie ein Fluch erscheint.

Eine feste Beziehung einzugehen, wagt sie schon gar nicht mehr - aus Angst, ihren Partner doch wieder zu verlieren und ebenso auch, um ihr Geheimnis zu schützen. Als Adaline allerdings Ellis Jones begegnet, lässt sie alle Bedenken über Bord fallen und verliebt sich Hals über Kopf in den charismatischen Mann. Doch als er sie seinen Eltern vorstellt, erkennt Ellis' Vater William Adaline...

Länge: 113 Minuten

8. November 2015 Learning to Drive – Fahrstunden fürs Leben

Als die New Yorker Schriftstellerin Wendy (Patricia Clarkson) nach 21 Jahren Ehe von ihrem Mann verlassen wird, fällt es ihr anfangs schwer, das Leben plötzlich alleine zu bestreiten. Um ihre Tochter



Tasha (Grace Gummer) in Vermont besuchen zu können, beschließt sie Fahrstunden bei Darwan (Ben Kingsley) zu nehmen. Regisseurin Isabel Coixet erzählt eine bewegende Geschichte über Neuanfang, Culture Clash und eine außergewöhnliche Freundschaft.

Länge: 89 Minuten

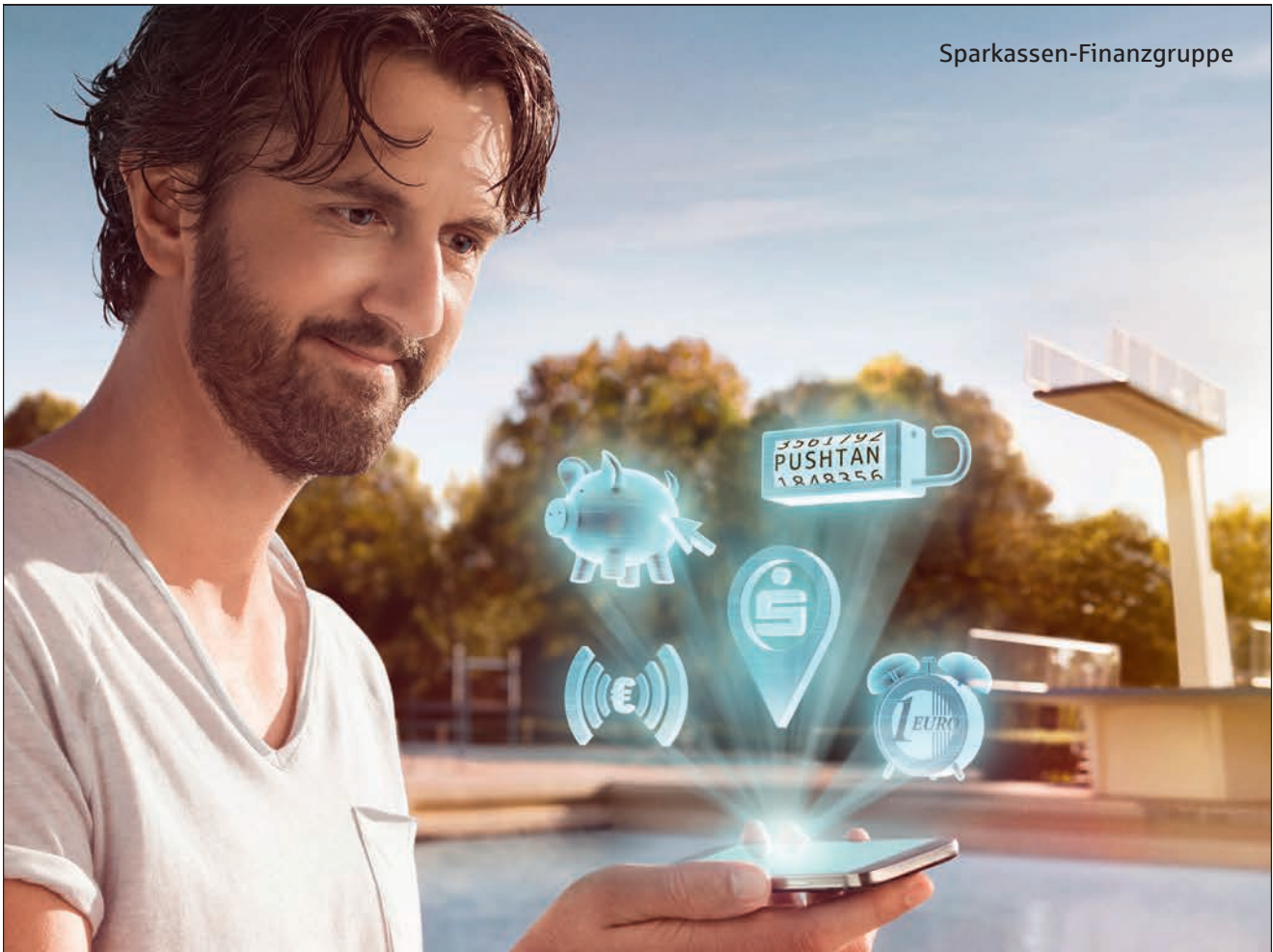
13. Dezember 2015 Die Gärtnerin von Versailles

Für die junge Witwe Sabine De Barra stellt das Angebot von André Le Nôtre, dem obersten Gartenarchitekt Ludwigs XIV., einen Barockgarten für die neue Residenz des Sonnenkönigs zu gestalten, eine einmalige Chance dar. Doch gleichzeitig steht sie damit vor der härtesten Herausforderung ihres Lebens, denn den Eifersüchteleien und Intrigen bei Hofe hat die unkonventionelle, selbstbewusste Frau nicht viel entgegenzusetzen.

Länge: 117 Minuten

Beginn aller Filme ist um 14.30 Uhr, Einlass ab 13.30 Uhr
Weitere Informationen im Terminteil





Das Konto, das mehr drauf hat als Geld. Das Sparkassen-Girokonto.

Jetzt Deutschlands meistgenutzte Finanz-App und viele weitere Zusatzfunktionen entdecken.

Das Sparkassen-Girokonto bietet viele Vorteile* wie das mobile Überweisen mit pushTAN, das praktische Klicksparen per Knopfdruck oder den intelligenten Kontowecker, der Sie aktiv über Umsätze informiert. Noch mehr Vorteile und Infos erfahren Sie in Ihrer Geschäftsstelle oder unter www.sparkasse-hamm.de



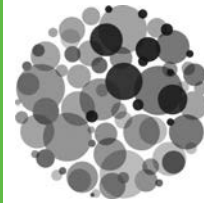
Holen Sie sich jetzt
Deutschlands beliebteste
Finanz-App Sparkasse+.

 Sparkasse
Hamm

175 JAHRE
GUT.

* Funktionsumfang je nach Sparkasse unterschiedlich.

Wie wollen wir im Alter leben?



Altengerechte Quartiere.NRW

Hamms Mehrgenerationenhaus von Outlaw startet Quartiersprojekt zum altengerechten Leben in südlicher Innenstadt

Das „Hamms Mehrgenerationenhaus“ der gemeinnützigen Outlaw Kinder- und Jugendhilfe etabliert zusammen mit der Stadt Hamm die



Christine Lenz, Leiterin Hamms Mehrgenerationenhaus und Quartiersentwicklerin

Quartiersentwicklung „Südliche Innenstadt Hamm“.

Ziel des Projektes ist, Seniorinnen und Senioren die Möglichkeit zu erhalten, im Alter und bei Pflegebedarf möglichst lange im gewohnten Lebensumfeld, ihrem Quartier in der „Südlichen Innenstadt Hamm“ zu leben. „Der demographische Wandel und die Tatsache, dass

Menschen in jedem Alter so lange wie möglich selbst über ihr Leben bestimmen und entscheiden wollen, heißt, dass das Quartier als Lebensmittelpunkt immer wichtiger wird“, unterstreicht Christine Lenz, Leiterin des Mehrgenerationenhauses Hamms und Quartiersentwicklerin und ergänzt: „Ältere Menschen wollen in ihrem gewohnten Lebensumfeld weiter wohnen und um dieses Ziel zu erreichen, müssen wir die entsprechenden Rahmenbedingungen schaffen.“

Im September fand dazu bereits das 1. Quartiersforum unter dem Motto „Die Quartiersentwickler stellen sich vor“ im Hamms Mehrgenerationenhaus statt.

Die Quartiersentwicklerinnen Christine Lenz und ihre Kollegin Karen Paterson vom Hamms Mehrgenerationenhaus stellten dabei sich und das Projekt vor und sammelten bereits erste Wünsche und Anregungen der Gäste.

Zusätzlich starten die Quartiersentwicklerinnen im Oktober die Tour „Wir im Quartier“. So stellen sich Christine Lenz und Karen Paterson an bekannten Plätzen im Stadtteil vor und möchten mit den Seniorinnen und Senioren sowie

Nachbarn vor Ort direkt ins Gespräch kommen.

Das sind die geplanten Termine und Orte

(jeweils 9:00 bis 11:00 Uhr):
12.10.15 Kreuzung Sedanstraße/Schillerstraße Fleischerei Ummelmann
26.10.15 Schillerplatz vor der Seniorenresidenz
Nutzen Sie die Gelegenheit, um die beiden Quartiersentwicklerinnen und das Projekt kennenzulernen. Beide freuen sich sehr, im Gespräch ihre Meinung, Wünsche und Bedarfe zu hören.

Das nächste Quartiersforum folgt am 22.02.16, ebenfalls ab 17 Uhr, zum Thema „Die Akteure im Quartier stellen sich vor“. Die Quartiersforen werden ein regelmäßiger Bestandteil in der Quartiersentwicklung sein, um die Anwohner und Anwohnerinnen zu informieren und ihnen die Möglichkeit zur aktiven Beteiligung zu geben.

Das sind die Handlungsfelder des Projekts „Altengerechte Quartiersentwicklung.NRW“:

1. Sich versorgen – Versorgungssicherheit schaffen

Sich selbst und andere versorgen zu können ist für jede und jeden von uns ein elementares Grundbedürfnis. Ein wesentlicher Aspekt dafür



Karen Paterson, Pädagogische Mitarbeiterin
Hamms Mehrgenerationenhaus und
Quartiersentwicklerin

ist die Bestandsaufnahme und Angebotsentwicklung von Dienstleistungen.

2. Wohnen – altengerechte Wohnangebote bedarfsgerecht ausbauen

Das eigene Zuhause bietet Lebensqualität und Sicherheit. Dies gilt umso mehr für ältere Menschen, die fast vier Fünftel des Tages in ihrer Wohnung verbringen. Ziel einer altengerechten Quartiersentwicklung ist es daher, älteren Menschen durch bauliche Maßnahmen den Verbleib in ihrer eigenen Wohnung zu ermöglichen. Quartiersbegehungen und Umsetzungen von notwendigen altengerechten Anpassungen im Quartier helfen, das Wohnumfeld zu verbessern.

3. Gemeinschaft erleben: solidarisches und intergeneratives Miteinander fördern

Gesellschaftliche Wandel heißt, dass Familienstrukturen wegbrechen oder sich verändern. Aufgrund der gestiegenen Arbeitsplatzmobilität der Menschen wohnen mehr Menschen allein. Diese Entwicklung wird weiterhin zunehmen. Persönliche Netzwerke, Nachbarschaften und Freundeskreise nehmen eine immer bedeutendere Rolle ein, da Familienangehörige nicht mehr in der Nähe sind. Das Miteinander ergibt sich nicht mehr „einfach so“. Nachbarschaften müssen oft erst gestiftet oder wiederbelebt werden. Das Quartier bietet Räume der Begegnung und fördert Aktivitäten zur Freizeitgestaltung, unterstützt die Gemeinschaftsbildung und fördert die gegenseitige Hilfeleistung.

4. Sich einbringen – Partizipation ermöglichen

Immer mehr Menschen suchen in der nachberuflichen Phase sinnvolle und gemeinwesenorientierte Aufgaben. Sie wollen die Gemeinschaft erleben und sich in die Gesellschaft mit ihren Erfahrungen und ihrem Tun einbringen. Zu einer partizipativen Quartiersent-

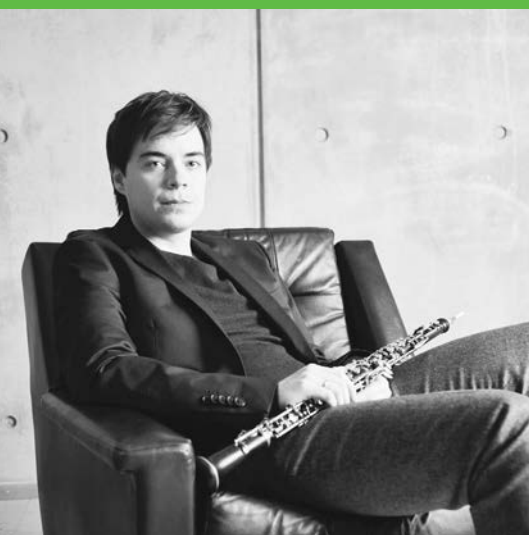
wicklung gehört, dass die Bürgerinnen und Bürger bei der Erarbeitung ihrer Quartierskonzepte selbst aktiv werden. Damit übernehmen sie Verantwortung bei der Entwicklung ihres Quartiers und sorgen somit für eine nachhaltige Entwicklung des Stadtteils.

Das Hamms Mehrgenerationenhaus liegt zentral im Quartier. Schon lange hat es sich als Anlaufstelle für Senioren und Seniorinnen etabliert. Zahlreiche Angebote, wie das z.B. Seniorenfrühstück, der Tanztee, die Taschengeldbörse und verschiedenen Beratungsangebote bieten bereits jetzt den Senioren und Seniorinnen Unterstützung in vielen Lebensbereichen. So können die Quartiersentwicklerinnen, Christine Lenz und Karen Paterson, von diesem Standort aus besonders gut das Quartier mit all seinen Akteuren und Bürgern und Bürgerinnen in den Blick nehmen.

- Christine Lenz
- Karen Peterson

Mehrgenerationenhaus
Feidikforum
Feidikstraße 27
59065 Hamm
Tel.: 91 58 51 03

Alles nur Theater? Von wegen!



Die neue Theater- und Konzertsaison hat begonnen - und es gibt viel zu entdecken! Einmal mehr haben die Programmgestalter des städtischen Kulturbüros einen spannenden, emotionalen, unterhaltsamen wie hochkarätigen Spielplan

für die neue Theater- und Konzertsaison zusammengestellt. Und das Beste: alles live und in 3 D. Brandneue Stücke stehen ebenso auf dem Plan wie Klassiker, Musik lädt zum Träumen und Mitwippen ein.

Bis Ende April 2016 muss man sich um seine Abendgestaltung keine Sorgen machen!

Da schillern „Liebesperlen“ in buntesten musikalischen Farben (25.10.15) und das Odyssey Dance Theatre versetzt „Romeo und Julia“ mit Hip-Hop, lateinamerikanischen Rhythmen, Modern Dance und klassischen Elementen in unsere Zeit (03.04.16). Klassiker wie Günter Grass' „Blech-



trommel“ (21.11.15) kann man ebenso auf der Bühne erleben wie das brandneue Schauspiel „Der Hundertjährige, der aus dem Fenster stieg und verschwand“, nach Jonas Jonassons Bestseller (20.03.16).





Außerdem sticht Hardy Krüger jr. als „der Alte“ mit dem „Boot“ in den See (16.11.15), ist Max Tidof „auf und davon“ (28.01.16) und überhaupt – war früher mehr Lametta („Loriots gesammelte Werke“, 23.04.15). Volker Weininger berichtet von „Euer Senf in meinem Leben“ (24.10.15), dazu



wird Alko-Pop, 100 Vol. % gereicht („Suchtpotential“, 19.02.16) und Gayle Tufts vertritt die These „Some like it Heiß!“ (12.03.16).

Der Konzertchor des Städtischen Musikvereins bringt gemeinsam mit der Philharmonie Südwestfalen die Konzertversion von „Porgy und Bess“ auf die Kurhausbühne

(20.11.15), Kolja Blacher und die Württembergische Kammerphilharmonie bezeugen Hadyn-Humor („Play & Lead“, 10.01.16) und Ramon Ortega Quero sorgt mit der Prague Philharmonie für barocke Töne (16.04.16). Harfe und Streichquartett kommen bei „Conte fantastique“ im Schloss Heessen zusammen (21.10.11), wo auch höfische Oboen-Musik des Barock („Concert Royal“, 17.02.16) und magische Klarinettenklänge zu hören sind (Patrick Messina Trio, 13.04.16).

Im Jazzforum überzeugen Routiniers wie junge Wilde, geht Marilyn Mazur auf musikalische Abenteuerreise und feiert zugleich ihren 60. Geburtstag (18.10.15), schreibt Thorsten Zwingenberger Berlin ganz groß („Capital Letters“, 12.11.15) und beweist Schlagzeugerin Eva Klesse mit ihrem Quartett, dass der Jazznachwuchs „rockt“ (22.01.16).

„Hänsel und Gretel“ bestehen zahlreiche Abenteuer – von der Kleinen Oper Bad Homburg zusammen mit Orchester der Städtischen Musikschule modern im Musicaloutfit präsentiert (13.12.15, „Daumesdick“ beweist, dass auch ein Winzling für die Aufgaben und Abenteuer des

Lebens bestens gewappnet ist (20.01.16) und die „Geschichtenfinder“ stellen sich spontan auf die Wünsche & Vorgaben des kleinen Publikums ein (16.04.16).

„Melodien und Millionen“ heißt es zum Jahresende bei den traditionellen Silvesterkonzerten – mit Bassist Ulrich



Schneider und locker-unterhaltsamer Moderation von Dirigent Johannes Klumpp.

Das Programmheft liegt an vielen öffentlichen Stellen zur Mitnahme aus und kann auch direkt im Kulturbüro angefordert werden.

■ Meike Richter
Kulturbüro

Bewegt ÄLTER werden in NRW! - ein buntes Sport- und Bewegungsangebot für Ältere



StadtSportBund
Hamm e.V.

Im September startete der StadtSportBund Hamm e.V. im FeidikForum, ein neues Sport und Bewegungsangebot für Ältere.

Im Rahmen des Projektes „Bewegt ÄLTER werden in NRW!“ und in Zusammenarbeit mit der NAIS-Initiativrunde wurde ein buntes und vielfältiges Bewegungsangebot zusammengestellt.

Ob mit Hockergymnastik, Tanz, leichter Gymnastik oder auch Yoga - in Gemeinschaft und unter fachkundiger Anleitung ausgebildeter Übungsleiter möchten wir Ihnen wieder den Spaß an der Bewegung vermitteln.

Durch altersgerechte Ange-

bote können alle Interessierten etwas für ihre körperliche und geistige Fitness tun und so Alltagsmobilität und Wohlbefinden verbessern.

Durch das wöchentlich wechselnde Angebot besteht außerdem die Möglichkeit, auch mal in neue Sportangebote reinzuschmecken.

Es können neue Kontakte geknüpft und so auch die Lebensqualität gesteigert werden. Bei allem steht der Spaß natürlich an erster Stelle.

Das Projekt findet noch bis 17. November immer dienstags in der Zeit von 10.00 bis 11.00 Uhr statt.

Treffpunkt ist am Eingang des

FeidikForums,
Feidikstraße 27,
59065 Hamm.

Die Teilnahme ist kostenlos.

Informationen zu dem Angebot erhalten Sie beim

StadtSportBund Hamm e.V.
Stadthausstraße 3
59065 Hamm

Telefon: 151 55

Hier bekommen Sie auch weitere Informationen zu den einzelnen Angeboten.

■ Sabine Matzka
StadtSportBund Hamm e.V.



Hausnotrufservice

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



Vertragspartner aller Pflegekassen zertifiziert nach DIN ISO 9001:2000

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

DRK-Senioren-Stift
Mark GmbH



So erreichen Sie uns:
Tel.: 02381 9828-0

www.drk-senioren-stift-mark.de

Zuhause
am Burghügel Mark

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



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



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

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

Zulassung bei
allen Krankenkassen

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

Testen Sie uns doch mal eine Woche gratis *



wivo
Wirtschafts- u. Versorgungsdienst

» **ESSEN AUF RÄDERN** «

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

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

Telefon (0 23 81) 56 21

* für Neukunden bei einer Mindestlaufzeit von 1 Monat.

valeo-KLINIKEN
Evangelische Krankenhäuser

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



PR-Bericht

Leben retten mit dem „Defi“

Herzstillstand, Kammerflimmern jetzt zählt jede Sekunde. Kaum jemand weiß, was in einer solchen Situation zu tun ist. Wie kann man auch als Laie helfen und womöglich Leben retten?

In der Heinrichstraße 10 in Hamm-Pelkum gibt es jetzt erstmals einen sogenannten Laiendefibrillator. Das Pflegebüro Bahrenberg stellt das medizinische Gerät zur Verfügung. „Ein Defibrillator vor Ort ist wichtig, weil jetzt jeder sofort helfen kann“, sagt Markus Schmettkordt, Pflegedienstleiter und Pflegekoordinator des Pflegebüros Bahrenberg. Interessierte können sich ab sofort beim Pflegebüro Bahrenberg in der Heinrichstraße melden. „Bei uns gibt es dann eine Einweisung“, sagt Markus Schmettkordt. Wer mehr wissen will, kann sich in der Heinrichstraße 10 oder unter der Rufnummer 02381/4380341 melden.



„Wir setzen uns kleiner!“

Jeder Mensch hat etwas, das ihn antreibt.

Wir machen den Weg frei.

Das eigene Haus..? **Zu groß!**
Die Stufen..? **Zu beschwerlich!**
Der Garten..? **Zu pflegeintensiv!**

Wir helfen Ihnen gern beim Verkauf Ihres Hauses und begleiten Sie von der Werteneinschätzung bis zum Notartermin und darüber hinaus!

Lassen Sie sich unverbindlich beraten, unter 02381.106-321 oder schreiben Sie uns: immo-hamm@dovoba.de

Volksbank Hamm
Bismarckstr. 7-15
59065 Hamm
www.vb-hamm.de



BERATEN VERMITTELN FINANZIEREN
VOLKSBANK
IMMOBILIEN





caritas

WIR HABEN
NOCH PLÄTZE FREI!

NEU IN HAMM

seit 1. August 2015

Tagespflege & Wohngemeinschaft St. Vinzenz

Pestalozzistraße 4, Hamm

Informationen & Anmeldung

Wohngemeinschaft
02381/306210

Tagespflege
02381/942440



www.caritas-hamm.de

Ambulante Pflege in Hamm

Ihr Partner in Pelkum
sicher · zuverlässig · schnell



Pflegebüro
BAHRENBERG

Hamm Pelkum
Heinrichstraße 10

Tel.: 02381/43 80 341
hamm@pflegebuero.com

KMT-Seniorenzentrum gGmbH an der Panhoff Stiftung



Getragen, gehalten, gestützt, gezielt gefördert

Unser Seniorenzentrum bietet an:

Vollstationäre Pflege, Kurzzeit- und Tagespflege.

Feste Buchungen für die Kurzzeitpflege in der Herbst- und Adventszeit sind bei uns möglich.



Ihre Wohlfühl-Oase
in Stockum



Kontakt: Pflegedienstleitung Frau Doreen Biniasch
Tel.: 0 23 89 - 40 208 212
Panhoffweg 2, 59368 Werne-Stockum
Fax: 0 23 89 - 40 208 222
Internet: www.kmt-sps.de
E-Mail: doreen.biniasch@kmt-sps.de

Träger: Klinik für Manuelle Therapie e.V.
Vorstand: GGV Klinikvorstands GmbH
Geschäftsführer: Dipl.-Betriebswirt Harald Wohlfarth
Ostenallee 83, 59071 Hamm, Telefon 0 23 81-986-0

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



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

Probewohnen ist möglich!

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

Seniorenresidenz „Am Schillerplatz“



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

www.senterra.de

Senioren- und Pflegezentrum „Am Museum“

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



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

Veranstaltungen

Bezirksübergreifende Veranstaltungen

04.10.2015

Kulturrevier Radbod /Altenhilfe

15.00 Uhr, Seniorentanz im Kulturrevier Radbod

11.10.2015

Stadt Hamm / Altenhilfe

14.30 Uhr, Kino für Senioren, Kaffee/ Kuchen 13.30 - 14.15 Uhr,
Einlass: 13 Uhr, VV 01.10.15 beim WA, Gebühr: 6 €

18.10.2015

Kulturrevier Radbod /Altenhilfe

15.00 Uhr, Seniorentanz im Kulturrevier Radbod

21.10.2015

Stadt Hamm / Altenhilfe

9.00 Uhr, Wassergymnastik für Senioren im Maximare
Vorverkauf ab 09.10.15 beim Verkehrsverein, Gebühr: 4,50 €

08.11.2015

Stadt Hamm / Altenhilfe

14.30 Uhr, Kino für Senioren, Kaffee/ Kuchen 13.30 - 14.15 Uhr,
Einlass: 13 Uhr, VV ab 29.10.15 beim WA, Gebühr: 6 €

18.11.2015

Stadt Hamm / Altenhilfe

9.00 Uhr, Wassergymnastik für Senioren im Maximare
Vorverkauf ab 06.11.15 beim Verkehrsverein, Gebühr: 4,50 €

06.12.2015

Kulturrevier Radbod /Altenhilfe

15.00 Uhr, Seniorentanz im Kulturrevier Radbod

13.12.1015

Stadt Hamm / Altenhilfe

14.30 Uhr, Kino für Senioren, Kaffee/ Kuchen 13.30 - 14.15 Uhr,
Einlass: 13 Uhr, VV ab 03.12.15 beim WA, Gebühr: 6 €

16.12.2015

Stadt Hamm / Altenhilfe

9.00 Uhr, Wassergymnastik für Senioren im Maximare
Vorverkauf ab 04.12.15 beim Verkehrsverein, Gebühr: 4,50 €

Hamm-Mitte

01.10.2015

Seniorenresidenz
„Am Schillerplatz“

12.00 – 13.00 Uhr, Mittagstisch – täglich
Angebot laut Speiseplan, Kosten: 3 €

01.10.2015

Senioren- und Pflegezentrum
„Am Museum“

12.00 Uhr, Mittagstisch, Kosten: 3 €, Tägliche Angebote -
vorheriger Anmeldung unter 02381/9736-570

02.10.2015

Hamms Mehrgenerationenhaus,
Feidikstr. 27

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

02.10.2015

Seniorenresidenz
„Am Schillerplatz“

16.00 Uhr, Musiktherapie, Bistro (weiterhin jeden Freitag)

03.10.2015

Seniorenresidenz
„Am Schillerplatz“

15.00 Uhr, Kaffeetrinken (immer an Sonn- und Feiertagen)
EG Bistro, 1 Tasse Kaffee + 1 Stück Torte 2,00 €

04.10.2015

Mehrgenerationenhaus,
FeidikForum, Feidikstr. 27

10 Uhr, Kochwerkstatt für Senioren und Seniorinnen Gemeinsames
Kochen und Essen, Lebensmittelanteil pro Teilnehmer 4 €,
Anmeldung unter: 02381/91 585101(weiterhin jeden 1. So i. Monat)

04.10.2015

Senioren- und Pflegezentrum
„Am Museum“

15 Uhr, Musik-Café – Tanznachmittag für Senioren und Interessierte,
Livemusik: Dirk Oberley (weiterhin jeden 1. Sonntag im Monat)

05.10.2015

Tanzkreis der kfd Liebfrauen
Gemeindezentrum Liebfrauen

15.00 Uhr, Senioren-Tanzkreis, Frau Agnes Bergmann
(weiterhin 14tägig)

05.10.2015

AWO

15.00 Uhr, AWO-Altclub, Kaffeetrinken, AWO-Bürgerkeller,
Ostenwall 40 (weiterhin jeden Montag)

06.10.2015

Mehrgenerationenhaus,
FeidikForum, Feidikstr. 27

10.00 Uhr, Bewegungsangebote für Ältere – Schnupperkurs
kostenfrei (weiterhin dienstags)

06.10.2015

Senioren- und Pflegezentrum
„Am Museum“

14.30 Uhr, Zeitspenden, Jung und Alt gemeinsam Stricken & Häkeln –
Sticken (Bitte eigene Wolle, Strick- u. Häkelnadeln, Stickrahmen etc.
mitbringen (weiterhin jeden 1. und 3. Dienstag im Monat)

07.10.2015

Seniorenresidenz
„Am Schillerplatz“

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

07.10.2015

Hamms Mehrgenerationenhaus,
Feidikstr. 27

18 – 20 Uhr, Beratung für Flüchtlinge und Asylsuchende,
Flüchtlingshilfe Hamm e. V., Kontakt: 02381/22089
(weiterhin mittwochs)

12.10.2015

Hamms Mehrgenerationenhaus

14.30 Uhr, Offener Stricktreff, Café (weiterhin mo. und mi.)

13.10.2015

Hamms Mehrgenerationenhaus,
Feidikstr. 27

15.00 – 17.00 Uhr, Seniorenberatung, Gesprächspartnerin:
Frau Tornscheidt (weiterhin jeweils dienstags)

13.10.2015

Seniorenresidenz
„Am Schillerplatz“

14.30 Uhr, Kneipp Handarbeitskreis (jeden 2. Dienstag)

15.10.2015

Stadt Hamm/Altenhilfe/
Hamms Mehrgenerationenhaus

9 Uhr, Offenes Seniorenfrühstück in Hamms Mehrgenerationen
haus, Beitrag 3 € (weiterhin jeden 3. Montag i.M.)

15.10.2015

Hamms Mehrgenerationenhaus,
Feidikstr. 27

19 – 21 Uhr, Beratung bei Blindheit und Sehbehinderung,
Gesprächspartner Jens Grikschat, Tel.: 02381/9999699 ab 18 Uhr
(weiterhin jeden 2. und 4. Donnerstag im Monat)

15.10.2015

Hamms Mehrgenerationenhaus,
Feidikstr. 27

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

19.10.2015

Hamms Mehrgenerationenhaus,
Feidikstr. 27

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

21.10.2015

Hamms Mehrgenerationenhaus,
Feidikstr. 27

16.30 Uhr, Handy-/Laptopsprechstunde
(weiterhin jeden 3. Mittwoch im Monat)

22.10.2015

Mehrgenerationenhaus
FeidikForum, Feidikstr. 27

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

26.10.2015

Stadt Hamm / Altenhilfe / AWO

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

27.10.2015

Mehrgenerationenhaus
FeidikForum, Feidikstr. 27

17 Uhr, Infoabend: Bestattungskultur: Von der Antike bis zur Be-
stattungsvorsorge, Beitrag: 2 €, Anmeldung unter 02381/91585101

28.10.2015

Mehrgenerationenhaus
FeidikForum, Feidikstr. 27

17.00 Uhr, Ehrenamtsveranstaltung zum Thema:
Effekte des Ehrenamts auf Ehrenamtliche

30.10.2015

Hamms Mehrgenerationenhaus,
Feidikstr. 27

11 – 13 Uhr, Beratung zur Vorsorgevollmacht und Patienten-
verfügung (weiterhin jeden letzten Freitag im Monat)

04.11.2015

Seniorenresidenz
„Am Schillerplatz“

15.00 Uhr, Bergbaufest, EG

05.11.2015

Mehrgenerationenhaus
FeidikForum, Feidikstr. 27

10 – 16 Uhr, Aktionstag „Bewegt Älter werden in NRW“ –
Sportliche Mitmach-Angebote für Ältere, Kostenfrei

15.11.2015

Mehrgenerationenhaus
FeidikForum, Feidikstr. 27

11 – 16 Uhr, Handgemacht-Basar – Als Hobbyhandwerker können Sie
Ihr Selbstgemachtes verkaufen, als Gast können Sie bei Kaffee/
Kuchen Unikate erwerben. Anmeldung für einen Verkaufstisch
unter 02381/91585101

22.11.2015

Seniorenresidenz
„Am Schillerplatz“

14.30 Uhr, Weihnachtsbasar, EG

30.11.2015

Stadt Hamm / Altenhilfe / AWO

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

06.12.2015

Sen.- u. Pflegezentrum
„Am Museum“

15.00 – 17.00 Uhr, Weihnachtsbasar - Nikolausfeier

06.12.2015

Seniorenresidenz
„Am Schillerplatz“

15.00 Uhr, Nikolausbesuch

14.12.2015

Stadt Hamm / Altenhilfe / AWO

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

Hamm-Rhynern

06.10.2015

Stadt Hamm / Altenhilfe und
Kirchengemeinden Westtünnen

9.00 Uhr, Offenes Seniorenfrühstück
Kath. Pfarrheim, Delpstr. 1, Beitrag: 3,00 €

06.10.2015

AWO-Westtünnen,
Von-Thünen-Halle, Clubraum

15.00 Uhr, Kaffeetrinken, Spielnachmittag
(weiterhin jeden Dienstag und Donnerstag – Bingo im Wechsel)

07.10.2015

SK Hamm-Westtünnen

15 Uhr, Bingo, Leitung: F. Decker, Dietr.-Bonhoeffer-Haus

07.10.2015

AWO-Westtünnen,
Von-Thünen-Halle, Clubraum

15.00 Uhr, Skatnachmittag (weiterhin jeden Mittwoch)

07.10.2015

MAYDAY Rhynern e. V.

17.00 Uhr, Gesprächskreis pflegender Angehörige, Reginenhaus,
Schulungsraum 4, Anmeldung nicht erforderlich
(weiterhin jeden 1. Mittwoch im Monat)

10.10.2015

Ev. Kirchengemeinde
Westtünnen

15 Uhr, Senioren-Tanz-Café, Ev. Gemeindehaus,
Kontakt: Eheleute Fromm, Tel.: 02385/8386

12.10.2015

Sozialverband Deutschland
OV Berge-Westtünnen

15.00 Uhr, Oktoberfest, Ev. Gemeindehaus

15.10.2015

AWO-Westtünnen

15 Uhr, Herbstfest, Von-Thünen-Halle, Clubraum

20.10.2015

KAB / ARG. Westtünnen
Pfarrheim

14 Uhr, Messe, anschl.: Dem Leben einen Sinn geben –
Perspektiven in jedem Alter, Referent: Pfr. Ludgerus Poggel

20.10.2015

AG Seniorenarbeit
Hamm-Rhynern

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

20.10.2015 SV Deutschland OV Osterflierich	15.00 Uhr, 2. Offenes Seniorentreffen / Kaffeetrinken Strangbachhalle, Werl-Hilbeck
21.10.2015 SK Hamm-Westtünen Dietrich-Bonhoeffer-Haus	15 Uhr, Pisa-Test für Senioren, Leitung: C. Löscher
03.11.2015 Stadt Hamm / Altenhilfe und Kirchengemeinden Westtünen	9.00 Uhr, Offenes Seniorenfrühstück, Ev. Gemeindehaus, Dietrich-Bonhoeffer-Str. 5, Beitrag: 3,00 €
04.11.2015 SK Hamm-Westtünen Dietrich-Bonhoeffer-Haus	15.00 Uhr, Besinnliche Lieder, Leitung: Lydia Grote
05.11.2015 SV Deutschland OV Rhynern	15.00 Uhr, Frauennachmittag, Ev. Gemeindehaus
09.11.2015 Sozialverband Deutschland OV Berge-Westtünen	15.00 Uhr, Kaffeetrinken, Ev. Gemeindehaus
10.11.2015 KAB / ARG. Westtünen	12.00 Uhr, Pfefferpotthastessen, Pfarrheim
14.11.2015 Ev. Kirchengemeinde Westtünen	15 Uhr, Senioren-Tanz-Café, Ev. Gemeindehaus, Kontakt: Eheleute Fromm, Tel.: 02385/8386
17.11.2015 AG Seniorenarbeit Hamm-Rhynern	9.00 Uhr Offenes Seniorenfrühstück, Kath. Pfarrheim, Auf der Helle 1, Gebühr: 3,50 €
18.11.2015 SK Hamm-Westtünen	15 Uhr, Buß- und Betttag, Referentin: Cornelia Löscher
28.11.2015 Sozialverband Deutschland OV Berge-Westtünen	15.00 Uhr, Jahresabschlussfeier, Ev. Gemeindehaus
01.12.2015 Stadt Hamm / Altenhilfe und Kirchengemeinden Westtünen	9.00 Uhr, Offenes Seniorenfrühstück Kath. Pfarrheim, Delpstr. 1, Beitrag: 3,00 €
02.12.2015 SK Hamm-Westtünen Dietrich-Bonhoeffer-Haus	15.00 Uhr, Weihnachtsfeier für die Senioren der Gemeinde mit Pfarrer Rudolph und Cornelia Löscher
03.12.2015 SV Deutschland OV Rhynern	15.00 Uhr, Weihnachtsfeier, Ev. Gemeindehaus
07.12.2015 KAB / ARG. Westtünen Pfarrheim	14.00 Uhr, Messe, Advent – wo ist eigentlich Bethlehem? Referent: Hermann Aßhoff

08.12.2015

SV Deutschland OV Osterflierich

Vorweihnachtliches Treffen, Strangbachhalle, Werl-Hilbeck

10.12.2015

AWO-Westtünnen

15.00 Uhr, Weihnachtsfeier, von-Thünen-Halle, Clubraum

12.12.2015

Ev. Kirchengemeinde
Westtünnen

15.00 Uhr, Senioren-Tanz-Café, Ev. Gemeindehaus,
Kontakt: Eheleute Fromm, Tel.: 023 85/83 86

14.12.2015

Sozialverband Deutschland
OV Berge-Westtünnen

15.00 Uhr, Kaffeetrinken, Ev. Gemeindehaus

15.12.2015

AG Seniorenarbeit
Hamm-Rhynern

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

15.12.2015

SV Deutschland OV Rhynern

Tagesfahrt zum Weihnachtsmarkt Centro Oberhausen
Auskunft bei Gellenbeck, Tel.: 023 81/8 25 83

16.12.2015

SK Hamm-Westtünnen

15.00 Uhr, Weihnachtsfeier, Leitung: Cornelia Lööscher

Hamm-Uentrop

01.10.2015

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

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

01.10.2015

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

9.30 – 11.30 Uhr, Sprechstunde zum Thema Demenz
(weiterhin jeden Di. und Do. oder nach Absprache)

02.10.2015

Grüne Damen und Herren -
Ambulanter Besuchsdienst

9 – 16 Uhr, Tagesbetreuung im Café Amalie
(weiterhin mittwochs und freitags)

05.10.2015

Ev. Kirchengemeinde Braam-
Ostwennemar – „Herbstblüte“

14.30 Uhr, Die Kindergartenkinder Senfkorn sind eingeladen

05.10.2015

Grüne Damen und Herren -
Ambulanter Besuchsdienst

14.30 – 17.30 Uhr, Café Amalie, Alter Uentrop Weg 26a
(weiterhin jeden Montag)

09.10.2015

DRK-Senioren-Stift Mark
Marker Allee 88

15.00 Uhr, Weinfest

12.10.2015

Grüne Damen und Herren -
Ambulanter Besuchsdienst

14.30 Uhr, Gesprächskreis für pflegende Angehörige,
Café Amalie (weiterhin jeden 2. Montag im Monat)

12.10.2015

SV Deutschland OV Werries

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

13.10.2015

VdK OV Hamm-Osten

15.00 Uhr, Gespräch mit Bezirksvorsteher Pförsch
Begegnungsstätte Werries, Alter Uentropener Weg 174

14.10.2015

ARG St. Antonius Geithe
Pfarrheim, In der Geithe 6

15 Uhr, Messe, anschl. Thema: Altkleider – so wertvoll wie Gold!
Was passiert mit dem Sammelgut?

14.10.2015

SV Deutschland OV Uentrop

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

14.10.2015

DRK-Senioren-Stift Mark
Marker Allee 88

18.30 Uhr, Vortragsabend: Wegweiser Demenz,
Referentin: Claudia Drastig-Schäfer

17.10.2015

VdK OV Hamm-Osten

15 Uhr, Oktoberveranstaltung mit buntem Programm
Begegnungsstätte Werries, Alter Uentropener Weg 174
Anmeldung: Margarethe Biermann, Tel.: 02381-486139

19.10.2015

SK der Caritaskonferenz
St. Bonifatius Hamm-Werries

15 Uhr, Andacht in der St. Bonifatiuskirche, anschl. gemütliches
Beisammensein (weiterhin jeden 3. Montag im Monat)

20.10.2015

AWO Ostwennemar
Sportzentrum Birkenfeld

13.30 Uhr, Gymnastikgruppe, Schwerpunkt: Wirbelsäule, Auskunft:
Hilde Querbach, Telefon: 02381/23694 (weiterer Termin: 27.10.)

20.10.2015

AWO Ostwennemar
Sportzentrum Birkenfeld

14.45 Uhr, Tanzgruppe, Folklore und Mitmachtänze, Auskunft:
Hilde Querbach, Telefon 02381/23694 (weiterer Termin: 27.10.)

21.10.2015

SV Deutschland OV Uentrop

13.30 Uhr, Gymnastikgruppe, Turnhalle der Grundschule
(weiterer Termin: 28.10.15)

22.10.2015

Pfarrcaritas St. Georg /
St. Agnes, Pfarrheim St. Georg

15 Uhr, Gottesdienst, anschl. Kaffeetrinken, „Aktiv alt werden“
mit Frau Hentrey

25.10.2015

Freies Seniorenschwimmen

8.00 – 9.00 Uhr, Seniorenschwimmen, Erlenbachschule
(weiterhin sonntags – außer Schulferien -)

26.10.2015

SV Deutschland OV Werries

18.30 Uhr, Spielabend, AWO-Begegnungsstätte

28.10.2015

KFD St. Georg

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

29.10.2015

AK „Offene Altenarbeit im
Stadtbezirk Hamm-Uentrop“

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

29.10.2015

SV Deutschland OV Uentrop

15.00 Uhr, Spielenachmittag, Gaststätte Schulte-Geithe

29.10.2015

DRK-Senioren-Stift Mark

15.30 Uhr, Tanzcafé

02.11.2015

Ev. Kirchengemeinde Braam-
Ostwennemar – „Herbstblüte“

9.00 Uhr, Frühstück, anschließend Brett- und Kartenspiele

03.11.2015

AWO Ostwennemar
Sportzentrum Birkenfeld

13.30 Uhr, Gymnastikgruppe, Schwerpunkt: Wirbelsäule,
Auskunft: Hilde Querbach, Telefon: 023 81/2 36 94
(weitere Termine: 10.11., 17.11., 24.11.)

03.11.2015

AWO Ostwennemar
Sportzentrum Birkenfeld

14.45 Uhr, Tanzgruppe, Folklore und Mitmachtänze,
Auskunft: Hilde Querbach, Telefon 023 81/2 36 94
(weitere Termine: 10.11., 17.11., 24.11.)

04.11.2015

SV Deutschland OV Uentrop

13.30 Uhr, Gymnastikgruppe, Turnhalle der Grundschule
(weiterer Termine: 18.11. und 25.11.)

05.11.2015

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

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

10.11.2015

VdK OV Hamm-Osten

15.00 Uhr, Geselliger Nachmittag, Alter Uentroper Weg 174

11.11.2015

ARG St. Antonius Geithe
Pfarrheim, In der Geithe 6

15 Uhr, Messe, anschl. Thema: Kirche im Wandel – wie wird bzw.
kann sich Kirche in der Zukunft entwickeln

19.11.2015

DRK-Senioren-Stift Mark

15.30 Uhr, Tanzcafé

23.11.2015

DRK-Senioren-Stift Mark

16.30 Uhr, Kammerkonzert

23.11.2015

SV Deutschland OV Werries

18.30 Uhr, Spielabend, AWO-Begegnungsstätte

25.11.2015

SV Deutschland
OV Ostwennemar

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

26.11.2015

AK „Offene Altenarbeit im
Stadtbezirk Hamm-Uentrop“

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

26.11.2015

Pfarrcaritas St. Georg /
St. Agnes, Pfarrheim St. Georg

15.00 Uhr, Gottesdienst, anschl. Kaffeetrinken, Der Sicherheitsbeauftragte Herr Turwitt spricht über Trickbetrug

26.11.2015

SV Deutschland OV Uentrop

15.00 Uhr, Spielenachmittag, Gaststätte Schulte-Geithe

28.11.2015

DRK-Senioren-Stift Mark

14.30 Uhr, Adventsmarkt

28.11.2015

SV Deutschland OV Uentrop

15.00 Uhr, Jahresabschlussfeier, Gaststätte Schulte-Geithe

30.11.2015

Ev. Kirchengemeinde Braam-
Ostwennemar – „Herbstblüte“

9.00 Uhr, Adventsfrühstück mit Pfr. Gumprich

02.12.2015

SV Deutschland OV Uentrop

13.30 Uhr, Gymnastikgruppe, Turnhalle der Grundschule
(weiterer Termin: 16.12.15)

03.12.2015

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

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

05.12.2015

SV Deutschland
OV Ostwennemar

15 Uhr, Jahresabschlussfeier, Bodelschwingh-Haus

05.12.2015

VdK OV Hamm-Osten

15 Uhr, Jahresabschlussveranstaltung, Begegnungsstätte Werries,
Anmeldung: M. Biermann, Tel.: 0 23 81 - 48 61 39

08.12.2015

VdK OV Hamm-Osten

15.00 Uhr, Adventlicher Nachmittag
Begegnungsstätte Werries, Alter Uentrop Weg 174

09.12.2015

ARG St. Antonius Geithe
Pfarrheim, In der Geithe 6

15.00 Uhr, Hl. Messe, anschließend Thema: Advent in der
Konsumgesellschaft, Referentin: Angelika Tollkamp

09.12.2015

SK der Caritaskonferenz
St. Bonifatius Hamm-Werries

15.00 Uhr, Andacht in der St. Bonifatiuskirche,
anschließend Adventsfeier

10.12.2015

AK „Offene Altenarbeit im
Stadtbezirk Hamm-Uentrop“

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

12.12.2015

SV Deutschland OV Werries

15 Uhr, Jahresabschlussfeier mit Jubilarehrungen
Gemeindesaal der Erlöserkirche

14.12.2015

Ev. Kirchengemeinde Braam-
Ostwennemar – „Herbstblüte“

14.30 Uhr, Seniorenadventsfeier in der Martin-Luther-Kirche

17.12.2015

Pfarrcaritas St. Georg /
St. Agnes, Pfarrheim St. Georg

15.00 Uhr, Gottesdienst, anschl. Kaffeetrinken und
adventliche Stunde

Hamm-Pelkum

05.10.2015

Bürgeramt Pelkum,
Kamener Str. 177, Zi. 026

10 – 12 Uhr, Sprechstunde des Amtes für Soziale Integration/
Altenhilfe, Gesprächspartnerin: Martina Foschepoth
(weiterhin jeden 1. Montag im Monat)

05.10.2015

Seniorenarbeit Friedenskirche

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

06.10.2015

AWO/Altenhilfe

15 Uhr, Offene Kaffeetafel, Haus Sundern, Kamener Str. 142,
Gebühr: 3 € (am 20.10.2015 fällt die Kaffeetafel aus)

07.10.2015

Spätlese Pelkum

15.00 Uhr, Auch der Herbst hat seine schönen Tage,
Treffen im Selbachpark bei Kaffee und Kuchen

09.10.2015

St. Peter u. Paul/ Ev. Kirchen-
gemeinde/Altenhilfe

9.00 Uhr, Frühstück für Jung und Alt, Gemeindehaus Pelikanum,
Kamener Str. 181, Gebühr: 3,00 €

14.10.2015

SK St. Marien, Hamm-
Wiescherhöfen, Marienheim

14.30 Uhr, Messe, anschließend Kaffeetrinken im Marienheim und
Thema: Warum feiern wir heute noch Erntedank? (Kastanienfest)

14.10.2015

Seniorenarbeit Friedenskirche

14.30 Uhr, Wir feiern Geburtstag, Gemeindehaus

15.10.2015

Seniorenarbeit Friedenskirche,
Weetfelder Str., Gemeindehaus

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

15.10.2015

AWO/Altenhilfe/
Ev. Kirchengemeinde

14.00 Uhr, Kreative Hände – Strick und Häkelgruppe für Anfänger,
Fortgeschrittene oder Profis, Gemeindehaus Pelikanum,
Kamener Str. 181 (weiterhin jeden 3. Donnerstag)

18.10.2015

Seniorenarbeit Friedenskirche,
Weetfelder Str., Gemeindehaus

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

19.10.2015

Kita Abraham,
Wiescherhöfener Str. 37

10 – 12 Uhr, Sprechstunde des Amtes für Soziale Integration/
Altenhilfe, Gesprächspartnerin: Martina Foschepoth
(weiterhin jeden 3. Montag im Monat)

21.10.2015

SV Deutschland OV Pelkum

9.00 Uhr, Frühstück, Casino, Wielandstr.

28.10.2015 Seniorenarbeit Friedenskirche, Weetfelder Str., Gemeindehaus	14.30 Uhr, Wohnen im Alter leicht gemacht, Referent von der Wohnberatungsagentur
03.11.2015 AWO/Altenhilfe	15.00 Uhr, Offene Kaffeetafel, Haus Sundern, Kamener Str. 142, Musikalischer Nachmittag, Gebühr: 3,00 €
04.11.2015 Spätlese Pelkum, Pelikanum	15.00 Uhr, Diesen Monat muss man loben, keiner kann wie dieser toben; Thema: Novemberstimmung
05.11.2015 SV Deutschland OV Pelkum	15.00 Uhr, Frauengruppe, Casino, Wielandstr.
11.11.2015 Seniorenarbeit Friedenskirche, Weetfelder Str., Gemeindehaus	12.00 Uhr, Gemeinsames Essen und trinken (Grünkohl mit Beilage)
11.11.2015 SK St. Marien, Hamm- Wiescherhöfen, Marienheim	14.30 Uhr, Messe, anschl. Kaffeetrinken im Marienheim, Thema: Gesammelte Erinnerungen (Jeder will alt werden)
17.11.2015 AWO/Altenhilfe/ St. Peter u. Paul	15 Uhr, Offene Kaffeetafel im kath. Marienheim, Kamener Str. 81, Gebühr: 3 €, Frau Holtkötter führt uns in die Welt des Tees ein. Eine breite Palette Tee kann gekostet werden.
18.11.2015 SV Deutschland OV Pelkum	9.00 Uhr, Frühstück, Casino, Wielandstr.
21.11.2015 SV Deutschland OV Pelkum	15 Uhr, Jahresabschlussfeier mit Jubilarehrung, Bürgerhalle Pelkum
25.11.2015 Seniorenarbeit Friedenskirche	14.30 Uhr, Spiel und Spaß mit der Kita Zachäus
27.11.2015 St. Peter u. Paul/Jakobus- gemeinde Pelkum/Altenhilfe	9.00 Uhr, Frühstück für Jung und Alt, Kath. Marienheim, Kamener Str. 81, Gebühr: 3,00 €
28.11.2015 SV Deutschland OV Pelkum	2-Tagefahrt, Weihnachtsfahrt ins Erzgebirge Auskunft bei Flockermann, Tel. 023 81/4042 63
01.12.2015 AWO/Altenhilfe	15 Uhr, Offene Kaffeetafel, Haus Sundern, Kamener Str. 142, Adventsbingo, Gebühr: 3,00 €
07.12.2015 SV Deutschland OV Pelkum	15.00 Uhr, Frauengruppe und Bingo-Nachmittag für alle, Casino
09.12.2015 SK St. Marien, Hamm- Wiescherhöfen, Marienheim	14.30 Uhr, Messe, anschl. Kaffeetrinken im Marienheim, Thema: Weihnachten im verschneiten Wald

09.12.2015

Spätlese Pelkum, Pelikanum

15.00 Uhr, Adventfeier der Senioren der Gemeinde

15.12.2015

AWO/Altenhilfe/
St. Peter u. Paul

15.00 Uhr, Offene Kaffeetafel im kath. Marienheim,
Kamener Str. 81, Gebühr: 3,00 €, Adventsfeier

16.12.2015

Seniorenarbeit Friedenskirche,
Weetfelder Str., Gemeindehaus

14.30 Uhr, Weihnachtsfeier des Seniorenkreises

16.12.2015

Spätlese Pelkum, Pelikanum

15.00 Uhr, Adventfeier bei der Frauenhilfe
(gemeinsam Frauenhilfe und Spätlese)

16.12.2015

SK St. Marien, Hamm-
Wiescherhöfen, Marienheim

Ökumenischer Bibelabend, Abschlussandacht in der Marienkirche,
anschließend Adventfeier im Marienheim

20.12.2015

SV Deutschland OV Pelkum

9.00 Uhr, Frühstück, Casino, Wielandstr.

Hamm-Herringen

01.10.2015

AWO – OV Herringen

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

02.10.2015

Caritas Altenheim St. Josef

14.30 Uhr, Erntedankgottesdienst in der Hauskapelle,
anschließend Kaffeetrinken

05.10.2015

AK „Ökumenisches Senioren-
frühstück Herringen / Altenhilfe

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

05.10.2015

Sozialverband Deutschland
OV Herringen

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

06.10.2015

AWO – OV Herringen

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

07.10.2015

Caritas Altenheim St. Josef

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

10.10.2015

Knappenverein
„Einigkeit“ Herringen

18 Uhr, Oktoberfest, Haus der Begegnung, Am Wiesenteich 1

17.10.2015

Knappenverein
„Einigkeit“ Herringen

15 Uhr, Berichte über Neuigkeiten, Bingo und Kartenspiele,
Haus der Begegnung, (weitere Termine: 04.11. und 02.12.)

11.10.2015

Ev. Altenzentrum St. Victor

15.00 Uhr, Unterhaltung am Sonntag: Vortrag Norwegen

14.10.2015

Caritaskonferenz Heilig Kreuz,
Michaelsheim

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

15.10.2015

AWO / SV Deutschland –
OV Herringen / Altenhilfe

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

25.10.2015

Caritas Altenheim St. Josef

15.30 Uhr, Kultur am Sonntag, Singekreis Pelkum

28.10.2015

Caritas Altenheim St. Josef

14.30 Uhr, Modenschau mit der Fa. Modemobil mit anschließender
Möglichkeit zum Einkauf

31.10.2015

Caritas Altenheim St. Josef

14.30 Uhr, Klöncafé, Cafeteria

02.11.2015

AK „Ökumenisches Senioren-
frühstück / Altenhilfe

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

08.11.2015

Ev. Altenzentrum St. Victor

15.00 Uhr, Unterhaltung am Sonntag, Gospelchor

08.11.2015

Caritas Altenheim St. Josef

15.30 Uhr, Kultur am Sonntag, Frauenchor Lohausenholz

11.11.2015

Caritaskonferenz Heilig Kreuz

15 Uhr, Seniorennachmittag, Besuch der Kita Don Bosco

15.11.2015

Knappenverein
„Einigkeit“ Herringen

11.00 Uhr, Ehrung – Volkstrauertag - Kranzniederlegung am
Ehrenmal der verunglückten Bergleute

19.11.2015

AWO / SV Deutschland –
OV Herringen / Altenhilfe

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

25.11.2015

Caritas Altenheim St. Josef

14.30 Uhr, Offenes Café, Cafeteria

28.11.2015

Caritas Altenheim St. Josef

14.30 Uhr, Klöncafé, Cafeteria

05.12.2015

Knappenverein
„Einigkeit“ Herringen

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

06.12.2015

Caritas Altenheim St. Josef

14.30 Uhr, Adventbasar

07.12.2015

AK „Ökumenisches Seniorenfrühstück Herringen / Altenhilfe

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

10.12.2015

Sozialverband Deutschland OV Herringen

15.00 Uhr, Weihnachtsfeier
Alter Bauhof, Zum Torksfeld 2

13.12.2015

Ev. Altenzentrum St. Victor

Unterhaltung am Sonntag: Bratapfelessen mit adventlicher Musik

16.12.2015

Caritas Altenheim St. Josef

14.30 Uhr, Offenes Café, Cafeteria

16.12.2015

Knappenverein „Einigkeit“ Herringen

15.00 Uhr, Weihnachtsfeier gemeinsam mit der IGBCE, Haus der Begegnung, Am Wiesenteich 1

17.12.2015

AWO / SV Deutschland – OV Herringen / Altenhilfe

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

Hamm-Westen

05.10.2015

Kirchengemeinde St. Laurentius, Josefshaus, Josefstr. 9 a

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

05.10.2015

KAB St. Bonifatius Lange Str. 193

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

07. – 11.10.2015

VdK - OV Westen

8.00 Uhr, Mehrtagefahrt nach Harzburg, Abfahrt ab Bahnhof Unionstr., Westausgang, Informationen und Anmeldung: Libor Baar, Tel.: 023 85/429 51 55

07.10.2015

Kirchengemeinde St. Laurentius, Seniorenkreis St. Paulus

15.00 Uhr, Treffen des Seniorenkreises am Abbé-Stock-Haus, Günterstr., zum Besuch der Lebenshilfe Hamm

14.10.2015

Seniorentreff Thomaskirche

15.00 Uhr, Oktoberfest

15.10.2015

VdK - OV Westen

14.30 Uhr, Frauennachmittag, AWO-Bürgerkeller, Kontakt: Hilde Willebrandt, Tel.: 023 81/876 60 81

18.10.2015

Freundeskreis Pro Apostelzentrum e. V., Dortmund Str. 63

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

20.10.2015

Stadt Hamm - Amt für Soziale Integration / Altenhilfe

13.30 – 15.30 Uhr, Senioren-Internet-Café, Anne-Frank-Schule (weiterhin wöchentlich dienstags)

21.10.2015

VdK - OV Westen

15.00 Uhr, Herbsttreffen, Zunftstuben, Oststr. 53,
Kontakt: Libor Baar, Tel.: 023 85/4295155

24.11.2015

Altenwohn- und Pflegeheim
St. Vinzenz-Vorsterhausen

11 – 16 Uhr, Herbstmarkt im Rahmen des Vorsterhauser Sommers

28.10.2015

Seniorentreff Thomaskirche

15.00 Uhr, Südastralien (Diavortrag), Referenten: N. Kaiser / S. Gilles

29.10.2015

AK „Seniorenarbeit im
Hammer-Westen“

9.00 Uhr, Offenes Frühstück, Ev. Gemeindehaus Thomaskirche,
Gebühr: 3,00 €

04.11.2015

Kirchengemeinde St. Laurentius,
Seniorenkreis St. Paulus

15.00 Uhr, Offene Gesprächsrunde mit einem Geistlichen,
anschließend Kaffeetrinken, Abbé-Stock-Haus, Günterstr.

08.11.2015

Kirchengemeinde St. Laurentius

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

11.11.2015

VdK - OV Westen

14.30 Uhr, Frauennachmittag, AWO-Bürgerkeller,
Kontakt: Hilde Willebrandt, Tel.: 023 81/8766081

20.11.2015

VdK - OV Westen

17.00 Uhr, Männertreff (Kegeln), Seniorenzentrum St. Bonifatius,
Kontakt: R. Quednau, Tel.: 023 81/3054745

23.11.2015

Altenwohn- und Pflegeheim
St. Vinzenz-Vorsterhausen

9.00 Uhr, Ü 60 Frühstück – Gesund und lecker

25.11.2015

Seniorentreff Thomaskirche

15.00 Uhr, Sich regen bringt Segen, Referentin: Frau Born

26.11.2015

AK „Seniorenarbeit im
Hammer-Westen“

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

01.12.2015

VdK - OV Westen

10.00 Uhr, Tagesfahrt nach Bückeberg zum Weihnachtsmarkt,
Kontakt: Libor Baar, Tel.: 023 85/4295155

02.12.2015

Kirchengemeinde St. Laurentius,
Seniorenkreis St. Paulus

15.00 Uhr, Adventlicher Nachmittag bei Kaffee und Kuchen
Abbé-Stock-Haus, Günterstr.

06.12.2015

Kirchengemeinde St. Laurentius

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

09.12.2015

Seniorentreff Thomaskirche

9.00 Uhr, Adventfrühstück

10.12.2015

VdK - OV Westen

14.30 Uhr, Frauennachmittag, AWO-Bürgerkeller,
Kontakt: Hilde Willebrandt, Tel.: 02381/8766081

12.12.2015

VdK - OV Westen

11 Uhr, Jahresabschlussstreffen im Café Hof Mawick in Werl-Holtum,
Abfahrt ab Westenschützenhof, Anmeldung: Libor Baar,
Tel.: 02385/4295155

Hamm-Norden

05.10.2015

W.-Glaubitz-Seniorenzentrum

15.30 Uhr, Singen mit Frau Platte, Wohnbereich 2

06.10.2015

AG „Seniorenarbeit
im Hammer Norden“

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

07.10.2015

AG „Seniorenarbeit
im Hammer Norden“

9.30 Uhr, Tanz für Senioren, Pfarrheim Herz-Jesu,
Leitung: Ingrid Becker, Tel.: 3708644 (weiterer Termin: 21.10.)

07.10.2015

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, Anmeldung nicht
erforderlich (weiterhin jeden Mittwoch)

08.10.2015

AG „Seniorenarbeit
im Hammer Norden“

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

08.10.2015

AG „Seniorenarbeit im Hammer
Norden“ - Junge Senioren -

16 Uhr, Radwanderung, Treffpunkt: Tondernplatz,
Kontakt: J. Schrader, Tel.: 65538 (weiterhin: 12.11. und 10.12.)

12.10.2015

AG „Seniorenarbeit
im Hammer Norden“

13.30 Uhr, Internet-Café für Senioren, Stadtteilzentrum Sorauer Str.,
Aula, Kontakt: U. Tornscheidt, Tel.: 17-6733
(weiterhin jeden Montag)

12.10.2015

Wolfgang-Glaubitz-Senioren-
zentrum, Westberger Weg 44

15.30 Uhr, Wir spielen Bingo, Café International
(weiterer Termin: 26.10.15)

13.10.2015

VdK OV Hamm Norden

14.30 Uhr, Info/Bingo, Pfarrheim Herz-Jesu

14.10.2015

AG „Seniorenarbeit im
Hammer Norden“

9.30 Uhr, Tanz für Senioren, Ev. Gemeindehaus M. Berthold,
Leitung: I. Becker, Tel.: 3708644 (weiterhin: 28.10.)

14.10.2015

ARG Maria-Königin

15 Uhr, Zuhause sicher leben, Mehr-Generationen-Haus, Culmer Weg

14.10.2015

Wolfgang-Glaubitz-Seniorenzentrum, Westberger Weg 44

15.30 Uhr, Ein bunter Strauß voll Melodien – musikal. Nachmittag mit Herrn Cier, Café International (weiterhin jeden 2. Mi im Monat)

22.10.2015

AG „Seniorenarbeit im Hammer Norden“

10 Uhr, „Nordener Schaufel“ Geschichtskreis, W.-Glaubitz-Zentrum, Kontakt: U. Tornscheidt, Tel.: 17-67 33 (weiterhin: 26.11. und 17.12.)

28.10.2015

ARG Maria-Königin

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

02.11.2015

Wolfgang-Glaubitz-Seniorenzentrum, Westberger Weg 44

15.30 Uhr, Singen mit Frau Platte, Wohnbereich 2, Ecke Asien

04.11.2015

AG „Seniorenarbeit im Hammer Norden“

9.30 Uhr, Tanz für Senioren, Pfarrheim Herz-Jesu, Leitung: Ingrid Becker, Tel.: 3 70 86 44 (weiterer Termin: 18.11.)

09.11.2015

Wolfgang-Glaubitz-Seniorenzentrum, Westberger Weg 44

15.30 Uhr, Wir spielen Bingo, Café International (weiterer Termin: 23.11.15)

10.11.2015

VdK OV Hamm Norden

14.30 Uhr, Info/Bingo, Pfarrheim Herz-Jesu

11.11.2015

AG „Seniorenarbeit im Hammer Norden“

9.30 Uhr, Tanz für Senioren, Ev. Gemeindehaus M. Berthold, Leitung: I. Becker, Tel.: 3 70 86 44 (weiterhin: 25.11.)

11.11.2015

ARG Maria-Königin

15.00 Uhr, Spiel- und Klönnachmittag, Mehr-Generationen-Haus, Culmer Weg

12.11.2015

AG „Seniorenarbeit im Hammer Norden“

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

21.11.2015

Wolfgang-Glaubitz-Seniorenzentrum, Westberger Weg 44

11 Uhr, Winterbasar – Geschenkideen zur Adventszeit, selbstgemachte Reibekuchen, u.v.m.

25.11.2015

ARG Maria-Königin

Seniorenachmittag, Mehr-Generationen-Haus, Culmer Weg

02.12.2015

AG „Seniorenarbeit im Hammer Norden“

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

03.12.2015

Wolfgang-Glaubitz-Seniorenzentrum, Westberger Weg 44

15.30 Uhr, Wir spielen Bingo, Café International (weiterer Termin: 22.12.15)

09.12.2015

AG „Seniorenarbeit
im Hammer Norden“

9.30 Uhr, Tanz für Senioren, Ev. Gemeindehaus M. Berthold,
Leitung: Ingrid Becker, Tel.: 3708644

09.12.2015

ARG Maria-Königin

Adventsfeier, Mehr-Generationen-Haus, Culmer Weg

10.12.2015

AG „Seniorenarbeit
im Hammer Norden“

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

14.12.2015

W.-Glaubitz-Seniorenzentrum

15.30 Uhr, Singen mit Frau Platte, Wohnbereich 2

15.12.2015

VdK OV Hamm Norden

14.30 Uhr, Jahresabschlussveranstaltung und Weihnachtsfeier,
Pfarrheim Herz-Jesu

Bockum-Hövel

01.10.2015

Ludgeri-Forum e. V. / Altenhilfe

9.00 Uhr, Offenes Seniorenfrühstück
Treffpunkt: Ludgeri-Stift Hövel, Beitrag: 3,00 €

01.10.2015

Begegnungsstätte Haus der
Begegnung, Friedrich-Ebert-Str.

15.00 – 18.00 Uhr, „Café-Lese“
(weiterhin jeweils mittwochs bis freitags)

02.10.2015

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

15.30 Uhr, Rhythmus mit Trommeln, Musikrunde mit Instrumenten
(Weitere Termine: 21.10., 06.11. 18.11., 04.12., 16.12.)

06.10.2015

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: 10.10., 15.10., 20.10. und 24.10.)

07.10.2015

Begegnungsstätte Haus der
Begegnung, Friedrich-Ebert-Str.

9.30 – 11.30 Uhr, Sprechstunde des Amtes für Soziale Integration/
Altenhilfe, Gesprächspartnerin: Karin Berheide
(weiterhin jeweils mittwochs)

07.10.2015

Ludgeristift Bockum,
Südgeist 1 a

15.00 Uhr, Erntedankfest im Wintergarten mit Tanzgruppe

07.10.2015

Begegnungsstätte Haus der
Begegnung, Friedrich-Ebert-Str.

15 – 18 Uhr, Spiele-Nachmittag (Brett- und Kartenspiele),
Kontakt: K. Berheide, Tel.: 17-6734 (weiterhin mittwochs)

09.10.2015

Begegnungsstätte Haus der
Begegnung, Friedrich-Ebert-Str.

9.30 Uhr, Kreativgruppe (weiterhin 14tägig)

09.10.2015

Begegnungsstätte Haus der Begegnung, Friedrich-Ebert-Str.

10.00 – 11.30 Uhr, Kostenlose Laptop- und Internet-Sprechstunde des Amtes für Soziale Integration/Altenhilfe, Kontakt: Karin Berheide (weiterhin wöchentlich freitags)

10.10.2015

Sozialverband Deutschland OV Bockum-Hövel

15.00 Uhr, Herbstliches Kaffeetrinken
Gaststätte Jägerhof

12.10.2015

Begegnungsstätte Haus der Begegnung, Friedrich-Ebert-Str.

10.00 Uhr, „Literatur um 10.00“, Kontakt: Karin Berheide, Tel.: 17-6734 (weiterhin jeden 2. Montag im Monat)

13.10.2015

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

15.30 Uhr, O zapft ist, Oktoberfest im Wintergarten mit Bier, zünftiger Musik und kleinen Schmankerln

14.10.2015

VdK OV Bockum-Hövel

15.00 Uhr, Info und Kaffeetrinken, Haus der Begegnung

15.10.2015

Kirchengemeinden St. Stephanus Christus-König/ Altenhilfe

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

18.10.2015

Begegnungsstätte Haus der Begegnung, Friedrich-Ebert-Str.

ab 13 Uhr, Kaffeeklatsch mit Kreativmarkt
Kontakt: Karin Berheide, Tel. 17-6734

19.10.2015

Ludgeristift, Hövel Ermelinghofstr. 18

15.00 Uhr, Herbstfest im Treffpunkt mit dem Tanzkreis der Auferstehungskirche unter der Leitung von Fr. Schmidt

19.10.2015

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. – 23.10.2015

Ludgeristift, Hövel Ermelinghofstr. 18

14 – 17 Uhr, Historische Uhrenaustellung in der Cafeteria

21.10.2015

Ludgeristift, Marinestraße 42

18.00 Uhr, Gesprächskreis Demenz, Alltag mit Demenz, Infos und Anmeldung unter Tel.: 484248 (Weitere Termine: 18.11. und 16.12.)

26.10.2015

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

15.30 Uhr, Literaturcafé: Heinz Erhard – Noch 'n Gedicht und andere Ungereimtheiten

02.11.2015

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

15.30 Uhr, Lesung im Café mit dem Autorenpaar Jürgen und Ursula Halbe, Geschichten aus „Das Halbe Buch“

03.11.2015

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: 07.11., 12.11., 17.11., 21.11. und 26.11.)

04.11.2025

Ludgeristift, Hövel
Ermelinghofstr. 18

15.30 Uhr, Lesung im Treffpunkt mit dem Autorenpaar Jürgen und Ursula Halbe

05.11.2015

Ludgeri-Forum e. V. / Altenhilfe

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

05.11.2015

Ludgeristift Bockum,
Südgeist 1a

15.30 Uhr, Lesung im Wintergarten mit dem Autorenpaar Jürgen und Ursula Halbe

09.11.2015

Ludgeristift Bockum,
Südgeist 1 a

Herbstleuchten ab 17.00 Uhr im illuminierten Garten des Hauses mit Umtrunk und Reibeplätzchen

10.11.2015

Ludgeristift, Hövel
Ermelinghofstr. 18

Herbstleuchten ab 17.00 Uhr im illuminierten Garten des Hauses mit Umtrunk und Reibeplätzchen

11.11.2015

VdK OV Bockum-Hövel

15.00 Uhr, Info-Nachmittag, Basteln für Weihnachten,
Haus der Begegnung, Friedrich-Ebert-Str.

11.11.2015

Ludgeristift, An der Kreuz
kirche, Hammer Str. 138

Herbstleuchten ab 17.00 Uhr im illuminierten Garten des Hauses mit Umtrunk und Reibeplätzchen

18.11.2015

St. Pankratiuskirche,
Erlenfeldstr.

15 Uhr, Im Rahmen des regelmäßigen Seniorengottesdienstes wird bis Oktober 2015 verstorbenen Bewohner der Ludgeri-Stifte Bockum Hövel und an der Kreuzkirche gedacht

19.11.2015

Kirchengemeinden St. Stephanus
Christus-König/ Altenhilfe

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

27.11.2015

Ludgeristift, An der Kreuzkirche

15.00 Uhr, Adventlicher Basar im Eingangsbereich

29.11.2015

Sozialverband Deutschland
OV Bockum-Hövel

15.00 Uhr, Jahresabschlussfeier
Gaststätte Jägerhof

01.12.2015

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: 05.12., 10.12., 15.12. und 19.12.)

03.12.2015

Ludgeri-Forum e. V. / Altenhilfe

9.00 Uhr, Offenes Seniorenfrühstück
Treffpunkt: Ludgeri-Stift Hövel, Beitrag: 3,00 €

12.12.2015

VdK OV Bockum-Hövel

16.00 Uhr, Jahresabschluss, Haus der Begegnung

16.12.2015

Stadt Hamm/ Altenhilfe

15 Uhr, Offenes Adventssingen für Jung und Alt, Kontakt: K. Berheide,
Tel. 17-6734, Kapelle des St.-Josef-Krankenhauses

17.12.2015

Kirchengemeinden St. Stephanus
Christus-König/ Altenhilfe

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

Hamm-Heessen

01.10.2015

Seniorenheim St. Stephanus

Erntedankfeier, anschließend gemütliches Kaffeetrinken

04.10.2015

Seniorenheim St. Stephanus

ab 14.00 Uhr, Sonntagscafé (weiterhin 14tägig)

05.10.2015

Junge Senioren St. Josef

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

06.10.2015

Caritas St. Josef

9.00 Uhr, Seniorenfrühstück; Pfarrheim St. Marien

06.10.2015

VdK - OV Heessen

15.00 Uhr, VDK-Treff im Brokhof

07.10.2015

ARG St. Marien,
Pfarrheim

14.30 Uhr, Messe, anschl. Erntedankfest (Anmeldung erbeten bei
C. Kramer, Tel. 60864/ M. Trockel, Tel. 481992)

07.10.2015

ZwAR-Holzgruppe, Werkraum
der Karlschule, Westberger Weg

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

08.10.2015

Seniorenheim St. Stephanus

15.30 Uhr, Meditation mit Frau Preising

12.10.2015

Stadt Hamm / Altenhilfe /
ev. und kath. Kirchengemeinde

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

12.10.2015

Sozialverband Deutschland
OV Heessen

15.00 Uhr, Frauengruppe, Gaststätte am Kappenbusch
(weiterhin alle 4 Wochen jeweils montags)

12.10.2015

Senioren- und Demenz-Tages-
betreuung FREIRAUM,
Hülsestr. 37, Hamm Heessen

18.00 Uhr, Schlaue Stunde – Vortrag zum Thema: Tierbegegnung
für Menschen mit Demenz und deren Angehörige
Infos und Anmeldung: E. Bieker, Tel.: 02381/36497

13.10.2015

VdK - OV Heessen

14.00 Uhr, Fit mit dem Rad

13.10.2015

ZwAR-Basisgruppe 2

15 Uhr, Treffen, Brokhof (weiterhin jeden 2. Dienstag i.M.)

14.10.2015

Seniorenheim St. Stephanus

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

17.10.2015

Seniorenheim St. Stephanus

10.00 Uhr, Frühschoppen

19.10.2015

Seniorenheim St. Stephanus

15.30 Uhr, Reibeplätzchenessen

20.10.2015

Seniorenheim St. Stephanus

15.30 Uhr, Musikal.-literarischer Nachmittag mit G. John

21.10.2015

Familienzentrum St. Theresia /
Altenhilfe

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

23.10.2015

Seniorenheim St. Stephanus

10.00 – 12.00 Uhr, Remo-Mode – Verkauf im Wintergarten

24.10.2015

Seniorenheim St. Stephanus

15.30 Uhr, Tanztee

26.11.2015

Seniorenheim St. Stephanus

16.30 Uhr, Ehrenamtliches Dankeschön

27.10.2015

Seniorenheim St. Stephanus

15.00 Uhr, Geschichtskreis mit Frau Szymanek

27.10.2015

Junge Senioren St. Josef

Wandern

29.10.2015

Seniorenheim St. Stephanus

18.30 Uhr, Mondscheinparty

01.11.2015

Seniorenheim St. Stephanus

11.00 – 17.00 Uhr, Gulaschsuppenessen

03.11.2015

Caritas St. Josef

9.00 Uhr, Seniorenfrühstück; Pfarrheim St. Marien

03.11.2015

Seniorenheim St. Stephanus

15 Uhr, Bunter Nachmittag mit dem ev. Männerdienst Heessen

03.11.2015 VdK - OV Heessen	15.00 Uhr, VDK-Treff im Brokhof
04.11.2015 ARG St. Marien, Pfarrheim	14.30 Uhr, Messe, anschl. Taizé- Nachmittag (Anmeldung erbeten bei C. Kramer, Tel. 60864/ M. Trockel, Tel. 481992)
09.11.2015 Stadt Hamm / Altenhilfe / ev. und kath. Kirchengemeinde	9.00 Uhr, Offenes Seniorenfrühstück, Vereinshaus Kleingartenverein Heessen-Gartenstadt, Veistr., Beitrag: 2,50 €
09.11.2015 Senioren- und Demenz-Tages- betreuung FREIRAUM, Hülseistr. 37, Hamm Heessen	18.00 Uhr, Schlaue Stunde – Vortrag zum Thema: Gesund alt werden durch richtige Ernährung, Infos und Anmeldung: E. Bieker, Tel.: 02381/36497
11.11.2015 Seniorenheim St. Stephanus	9.00 Uhr, Offenes Seniorenfrühstück der Papst-Johannes-Gemeinde im großen Gruppenraum
14.11.2015 Seniorenheim St. Stephanus	10.00 Uhr, Frühschoppen
16.11.2015 Seniorenheim St. Stephanus	15.30 Uhr, Reibplätzchenessen
17.11.2015 Seniorenheim St. Stephanus	15.30 Uhr, Musikal.literarischer Nachmittag mit G. John
18.11.2015 Familienzentrum St. Theresia / Altenhilfe	9.00 Uhr, Offenes Seniorenfrühstück, Beitrag: 2,50 € Pfarrheim St. Theresia, An der Theresienkirche 6
19.11.2015 Seniorenheim St. Stephanus	15.30 Uhr, Geschichtskreis mit Frau Szymanek
24.11.2015 Junge Senioren St. Josef	Wandern
26.11.2015 Seniorenheim St. Stephanus	15.30 Uhr, Meditation mit Frau Preising
28.11.2015 Seniorenheim St. Stephanus	15.30 Uhr, Tanztee
01.12.2015 Caritas St. Josef	9.00 Uhr, Seniorenfrühstück; Pfarrheim St. Marien
01.12.2015 VdK - OV Heessen	9.00 Uhr, VDK-Treff im Brokhof
02.12.2015 ARG St. Marien, Pfarrheim	14.30 Uhr, Messe, anschl. Adventsfeier (Anmeldung erbeten bei C. Kramer, Tel. 60864/ M. Trockel, Tel. 481992)

05.12.2015 Seniorenheim St. Stephanus	15.30 Uhr, adventliches Konzert
07.12.2015 Seniorenheim St. Stephanus	15.00 Uhr, Adventsfeier mit den Stadtvertretern
08.12.2015 Seniorenheim St. Stephanus	15.30 Uhr, Musikal.-literarischer Nachmittag mit G. John
09.12.2015 Seniorenheim St. Stephanus	9.00 Uhr, Offenes Seniorenfrühstück der Papst-Johannes-Gemeinde im großen Gruppenraum
12.12.2015 VdK - OV Heessen	15.00 Uhr, Jahresabschlusstreffen in der Sachsenhalle
12.12.2015 SV Deutschland OV Heessen	15.30 Uhr, Jahresabschlussfeier, Gaststätte Kötter
14.12.2015 Stadt Hamm / Altenhilfe / ev. und kath. Kirchengemeinde	9.00 Uhr, Offenes Seniorenfrühstück, Vereinshaus Kleingartenverein Heessen-Gartenstadt, Veistr., Beitrag: 2,50 €
14.12.2015 Senioren- und Demenz-Tagesbetreuung FREIRAUM, Hülseistr. 37, Hamm Heessen	18.00 Uhr, STRAPeDz, Treffen für Angehörige von Personen mit Demenz – Anmeldung nicht erforderlich, Ansprechpartnerin: V. Georg, Tel.: 02381/889257
16.12.2015 Familienzentrum St. Theresia / Altenhilfe	9.00 Uhr, Offenes Seniorenfrühstück, Beitrag: 2,50 € Pfarrheim St. Theresia, An der Theresienkirche 6
16.12.2015 Seniorenheim St. Stephanus	15.30 Uhr, Geschichtskreis mit Frau Szymanek
19.12.2015 Junge Senioren St. Josef	Weihnachtsfeier
21.12.2015 Seniorenheim St. Stephanus	15.30 Uhr, Adventliches Konzert - Südener Blasorchester
24.12.2015 Seniorenheim St. Stephanus	14.00 Uhr, Festhochamt im Wintergarten
30.12.2015 Seniorenheim St. Stephanus	15.30 Uhr, Meditation mit Frau Preising
31.12.2015 Seniorenheim St. Stephanus	14.30 Uhr, Jahreshochamt, anschließend Silvesterfeier

Häusliche Pflege

Häusliche Krankenpflege -
Von allen Kassen zugelassen!

APO CARE
Häusliche Krankenpflege e.V.

24 h -
Wir sind immer für Sie da!

Info -
zum Nulltarif
08 00 / 0 85 61 85

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



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

Senio Amenda
10 Jahre
Senio Amenda
seit 2005

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

„Parkplatz am Geschäft – Zufahrt Antonistr.“

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






Ev. Altenhilfzentrum 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

SILESIA
Pflege- und Betreuungsdienste GmbH



IHRE VORTEILE:

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

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

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



Foto: DB Regio Bus

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

