

Die Theater-
und Konzert-
saison 2021/22
hat begonnen
Seite 14/15

Begegnungen
und ihre Chancen
Seite 12

Einmal um die
Welt radeln
Seite 46

Das Fenster Zeitschrift für ältere Bürgerinnen und Bürger

Ausgabe 04/2021

- Gesprächskreis für pflegende Angehörige
Jeden 3. Mittwoch im Monat ab 18:30 Uhr
Ludgeri-Tagespflege
Schultenstraße 12
Vorgespräch erforderlich.

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

- Ludgeri-Forum e. V.
Ihr Ansprechpartner für Fragen zur Demenz sowie Entlastung pflegender Angehöriger.

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



... unterstützt durch



 **Ludgeri**

LebensWert im Alter

Ludgeri „Haus der Pflege“ – Das zentrale Beratungszentrum

Der Pflegestützpunkt mit Wohn- und Pflegeberatung bildet das Herzstück im „Haus der Pflege“. Hier erhalten Sie alle Informationen und Hilfen rund um die häusliche Alten- und Krankenpflege sowie zu unseren weiteren Diensten.

Das Ludgeri Netzwerk begleitet Sie immer passend zu ihrer persönlichen Lebenssituation.

**Wir informieren
schulen
helfen ...**

Wir wünschen Ihnen ein frohes Weihnachtsfest und ein gutes neues Jahr. Bleiben Sie gesund.

Familie Metz und das Ludgeri-Team



Wir bieten Ihnen Stationäre Pflege und Kurzzeitpflege.



Seniorenzentren

**SICHER,
GEBORGEN
UND
ZU HAUSE.**

Wolfgang-Glaubitz-Seniorenzentrum

Westberger Weg 44
59065 Hamm

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



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

Liebe Leserinnen, liebe Leser,

ist Ihnen eigentlich schon aufgefallen, dass die Corona Pandemie in den allabendlichen Nachrichten nicht mehr an erster Stelle steht? Das ist natürlich zum einen den vielen tragischen Ereignissen der letzten Monate, wie der Flutkatastrophe, den dramatischen politischen Ereignissen in Afghanistan und natürlich auch der Bundestagswahl geschuldet.

Es bedeutet aber sicherlich auch, dass das Thema für uns inzwischen ein Stück Alltag und Normalität geworden ist. Längst tragen wir auch alle unseren gelben oder auch digitalen Impfnachweis so selbstverständlich wie unsere anderen Ausweispapiere ständig mit uns herum.

Diese neue, andere „Normalität“ bedeutet aber vielleicht eine Chance, auch auf positive Veränderung. Vielleicht bietet sich gerade jetzt auch die Gelegenheit innezuhalten und drüber nachzudenken, ob wir unsere gewohnte Normalität, unseren gewohnten Alltag wirklich zu hundert Prozent so wiederhaben wollen.

Vielleicht horchen wir einmal in uns hinein, ob im Laufe der Zeit in einem gewissen „Alltagstrott“ Wünsche und Bedarfe untergegangen sind, die wir jetzt neu entdecken und einbinden können oder ob wir einfach gar keine Lust mehr auf Dinge haben, die wir einfach weglassen oder verändern möchten.

Auch wir in der Seniorenarbeit versuchen zum einen, eine gewisse „Normalität“ wiederherzustellen, indem wir begonnen haben, bewährte und beliebte Angebote unter den aktuellen Bedingungen in modifizierter Form wieder zu starten. Wir machen uns aber auch Gedanken über Dinge, die langfristig geändert bzw. ihren Wünschen und Bedarfen entsprechend ergänzt werden können. Deshalb freuen wir uns sehr darüber, dass wir wieder in einem größeren Rahmen mit Ihnen in Kontakt treten und so auch im Austausch mit Ihnen gemeinsam neue Ideen entwickeln können.

■ Die Redaktion

Impressum

Ausgabe 04/2021

Herausgebende Instanz:

Stadt Hamm
Der Oberbürgermeister
Amt für Soziales, Wohnen und Pflege
Druckerei: Kern GmbH
Auflage: 5.000 Stück
Im September 2021

Redaktion:

Andreas Pieper, Lisa Müller
Ursula Halbe, Lieselotte Bergenthal

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

Bei Rückfragen stehen wir Ihnen gerne zur Verfügung

Stadt Hamm
Amt für Soziales, Wohnen und Pflege
Herr Andreas Pieper
Frau Lisa Müller
Tel.: 02381/17-6761
02381/17-6739
Fax: 02381/17-2956

E-Mail: pieper@stadt.hamm.de
lisa.mueller@stadt.hamm.de
Weitere Infos: www.hamm.de

Titelbild: ©Thorsten Hübner
Rückseite: ©Bianca Schütte_pixelio



Inhalt

Bäume pflanzen für das Klima!	5
Ein Neuzugang in der städtischen Altenhilfe	6/7
Büchertauschmarkt im Jakobusquartier	8/9
Das BikeLabyrinth erobert den Bockelweg	10
Klönnschnack im Pelikanum	11
Begegnungen und ihre Chancen	12
Einladung zur Generationenmesse	13
Licht aus, Spot an – und Vorhang auf	14/15
Informationen aus der Wohnberatung	16/17
Die Taschengeldbörse!	18/19
Aktion Offene Gartenpforte	20
Grüße aus dem Hammer Westen...	21
Musik im Grünen	22
Mein Held!	25
Aufatmen der Freiwilligenzentrale	26/27
Gottesdienst für Menschen mit beginnender Demenz	28/29
„Literatur um 10“ online Buchbesprechungen	29
Buchvorstellungen	30-33
Neues aus Herringen und aus dem Norden	34/35
Mobil und sicher mit dem Bus...	36
Zweiter Spaziertreff für Ältere	37
Bewegt ÄLTER werden in NRW!	38
Freund♥innen müsste man sein...	39
Vorlesungsverzeichnis „Studium im Alter“	40
Die Polizei informiert	41
Zuhörcafé in Mitte	42
Kurs für Nachbarschaftshelfer und -helferinnen	43
Initiative von BMFSFJ und BAGSO	44/45
Einmal um die Welt radeln	46



Bäume pflanzen für das Klima!

10.000 Bäume in der Region

Das Projekt „Klimabäume“ geht in die zweite Runde: Ende Oktober werden 10.000 Klimabäume in mehr als 40 Städten an freiwillige Baumpatinnen und -paten verteilt – davon mehr als 200 in Hamm.

Unter dem Motto „Du hast das Grundstück, wir haben den Baum!“ haben 43 Kommunen in Kooperation mit dem Regionalverband Ruhr (RVR), der Zukunftsinitiative „Wasser in der Stadt von morgen“ und der Emscher-Genossenschaft das Projekt „Klimabäume“ gestartet.

Im Rahmen des Projekts können private Grundstückseigentümer kostenlos einen Klimabaum erhalten und auf ihrem Grundstück einpflanzen. Insgesamt werden bei der Aktion am 30. Oktober 10.000 Klimabäume in den beteiligten Städten und Gemeinden verteilt.

Die Stadt Hamm beteiligt sich mit vier Verteilerstellen und mehr als 200 Klimabäumen an dem Projekt. Wer eine kostenlose Baumpatenschaft auf seinem Grundstück übernehmen möchten, kann sich ab sofort über die Webseite www.klimabaeume.ruhr mit seinen Kontaktdaten und einem Bild vom Pflanzort bewerben. Abgeholt werden kann der Baum am 30. Oktober 2021 in Hamm oder an einer der 42 weiteren Verteilerstellen in der Region.

Bei den Klimabäumen handelt es sich um Apfel-, Birnen-, Kirsch- und Pflaumenbäume, die neben ihrem positiven Beitrag zum Klima, auch gesunde Früchte liefern. Weitere Infos sind unter: www.klimabaeume.ruhr zu

finden. Klimabäume leisten einen wichtigen Beitrag dazu, nachhaltig das Klima zu verbessern. Sie binden Kohlendioxid, verringern Schadstoffe in der Luft und in heißen Sommern helfen sie, die Temperaturen zu senken und Luftfeuchtigkeit zu erhöhen. Neben den Grünflächen sind sie damit wichtiger Bestandteil der Grünen Infrastruktur einer Stadt.

Das Projekt Klimabäume wird von der Bezirksregierung Münster aus Mitteln des Ministeriums für Umwelt, Landwirtschaft, Natur- und Verbraucherschutz des Landes NRW gefördert.

Es ist Teil der Offensive Grüne Infrastruktur 2030, einem Leitprojekt des RVR für die Metropole Ruhr aus der Ruhr-Konferenz NRW. Im April sind bereits 100 Klimabäume in der Metropolregion Ruhr an freiwillige Baumpatinnen übergeben und von ihnen eingepflanzt worden.

- Stadt Hamm
- Foto: ©Grace Winter/pixelio.de



Ein Grußwort des Neuzugangs aus der städtischen Altenhilfe

Hallo werte Leserinnen und Leser, als neue Mitarbeiterin in der städtischen Altenhilfe, möchte ich mich bei Ihnen in diesem Rahmen kurz vorstellen.

Mein Name ist Lisa Müller und ich bin 25 Jahre alt. Ursprünglich komme ich aus dem sich in Bayern befindenden Oberfranken und damit auch aus der Nähe der fränkischen Schweiz, die für Menschen mit Interesse am Wandern, Klettern und auch der Höhlenforschung ein aufregendes kleines Urlaubsparadies sein kann. Trotz meiner fränkischen Wurzeln bin ich stets recht dialektarm geblieben und daher in der Regel eigentlich ganz gut zu verstehen, was man mir bei jeder sich bietenden Gelegenheit auch schon zahlreich mitgeteilt hat. Manchmal sieht die Wirklichkeit eben dann doch ganz anders aus, als das was man vielleicht erwartet hat. Oder sie hört sich eben anders an.

Ich bin aufgrund persönlicher Kontakte nach NRW gezogen und dabei zunächst nach Harsewinkel, was mich durch die dortige Industrie im

landwirtschaftlichen Bereich sehr an meine Heimat erinnert. Auch Hamm habe ich schon für mich entdecken können. Ich ziehe im September der Arbeit wegen um. Ich mag hier vor allem die Grünflächen, die zum Spazieren oder auch Joggen einladen.

Mein grüner Daumen wächst hier ebenfalls auch zusehens heran. So sind in meinem Büro bei der Stadt schon ganze drei Pflanzen eingezogen. Ich pflege besonders gerne Pflanzen die Wasser speichern und bislang haben auch fast alle überlebt.

Ich schätze an Hamm die Vielseitigkeit der Stadt und die Möglichkeiten etwas zu unternehmen. Da ich gerne viel lese war ich besonders angetan davon, dass es hier ein Lesecafé gibt. Auch backe ich sehr gerne und freue mich, wenn ich Menschen die ich mag damit erfreuen kann. Die Kolleginnen und Kollegen aus der Altenhilfe und des Projektes „Guter Lebensabend NRW“ durften in der Mittagspause inzwischen auch schon einmal kosten.

Im Rahmen meiner Arbeit bei der Stadt Hamm möchte ich mich einer Arbeit zuwenden, die das Ziel verfolgt, dass alle älter werdenden Bürgerinnen und Bürger möglichst so leben können, wie sie es sich für ihr Alter vorstellen und auch die Lebensqualität im hohen Alter noch erhalten bleiben kann.

In diesem Sinne möchte ich eng mit der Quartiersentwicklung zusammenarbeiten, wobei ich hauptsächlich für Hamm-Heessen zuständig bin und mich dann natürlich auch vor allem mit Monika Neuhaus und Beate Lütkenhaus abstimmen werde. Bezüglich der Gestaltung von Freizeitangeboten bin ich vielseitig interessiert und möchte mich und meine Interessen nutzvoll einbringen.

Sie können sich gerne an mich wenden, wenn Sie Beratung bezüglich aller das Älterwerden betreffenden Fragestellungen wünschen, Informationen zu Angeboten aus ihrer Umgebung erhalten möchten, Ideen für Veranstaltung haben, die sie sich wünschen oder sich ehrenamtlich engagieren wollen.

Vielleicht lernen Sie mich ja demnächst auch einmal persönlich kennen. Ich freue mich auf ein persönliches Kennenlernen sowie auch eine gute Zusammenarbeit mit anderen Kollegen und Kolleginnen, Ämtern und Institutionen.

An einem Spielenachmittag in Hammer Norden habe ich mich mit Larissa Reckel auch schon ausprobieren dürfen.

■ Lisa Müller



Ich bin bei der Stadt Hamm im Amt für Soziales, Wohnen und Pflege im Bereich Altenhilfe verortet und am Standort Sachsenweg 6 (59073 Hamm) zu finden.

Sie erreichen mich unter der Nummer: 02381 17-6739 oder auch per Mail über: Lisa.Mueller@Stadt.Hamm.de

Büchertauschmarkt im Jakobusquartier

Am 2. Juli wurde eine Idee des Lese-Café-Teams verwirklicht. Gemeinsam mit Thordis Ohnrich, altengerechte Quartiersentwicklung Pelkum, eröffneten wir am Nachmittag die Büchertauschbörse.

Die Idee ist ganz einfach! Besucherinnen und Besucher konnten aus dem eigenen Fundus gut erhaltene Exemplare mitbringen und gegen anderen Lesestoff eintauschen.

Von kundigen Händen wurden die mitgebrachten Bücher nach Themen geordnet und auf den entsprechenden Büchertischen angeboten.

Insgesamt gab es sechs Themenbereiche: Romane, Krimis, Biographien, Reiselektüre, Kinder- und Jugendbücher sowie historische Romane, die zuvor schon mit Hilfe des vorhandenen Inhalts des Bücherschranks im Pelikanum und seitens vieler Spender und Spenderinnen bestückt wurden.

Wer keine eigenen Bücher dabei hatte konnte selbstverständlich auch

Bücher (gegen einen kleinen Obolus) mitnehmen.

Nach gründlicher Besichtigung der literarischen Sammlung konnte man an den bereitgestellten Bänken, Stühlen und Stehtischen bei Kaffee und Gebäck Gespräche führen, was nach langer Zeit des Entbehrens besonders schön war.

„Ich selber genoss das Gespräch mit Gleichgesinnten. Der Kaffee duftete wunderbar und schmeckte auch so. Schon als Kind hatte ich eher ein Buch als eine Puppe unterm Arm. Daran musste ich jetzt denken. Ich fühlte mich sehr wohl und hatte wieder mal ein Buch unter'm Arm.“

Die Veranstaltung war wie ein Urlaub für die Seele und die Sonne strahlte mit den Gästen und den Mitmacherrinnen um die Wette. Und wir alle waren letztendlich einer Meinung. Es war ein sehr gelungener Nachmittag! Übrigens ist eine Neuauflage des Büchertauschmarktes für Samstag,

den 29. Oktober von 15 bis 18 Uhr im Pelikanum geplant.

Herzlich willkommen!!!

Vielleicht sollten wir diesen dann „Naschmarkt für den Bücherwurm“ nennen?

■ Jutta Spandöck

Sie interessieren sich für Literatur und kommen gerne mit anderen ins Gespräch? Dann sind Sie beim Lese-café genau richtig. An jedem zweiten Freitag im Monat um 10 Uhr im Gemeindehaus Pelikanum sind Sie dazu herzlich Willkommen. Wir bieten ein kleines französisches Frühstück (Croissant, Marmelade und Milchkaffee), Beitrag: 1,- Euro.

Das nächste Lesecafé findet am 10. September statt.

Kontakt: 40 13 00.

Die jeweiligen Corona-Schutzbestimmungen sind einzuhalten.

■ Martina Foschepoth,
Doris Riffelmann und Jutta Spandöck



Das BikeLabyrinth erobert den Bockelweg

Seit Juli steht im Gemeinschaftsraum der Caritas Wohnen-Plus Anlage ein sogenanntes BikeLabyrinth (gefördert von der PostcodeLOTterie). Seniorinnen und Senioren können hier radelnder Weise die ganze Welt via interaktiven Bildschirm entdecken. Das Gerät ist nicht nur für die „fitten“ unter den Nutzerinnen und Nutzern da, sondern – und das ist die Besonderheit – auch eingeschränkte Personen können spielerisch ihre geistige und körperliche Kondition trainieren.

Dass das Gerät Spaß macht, haben auch die Besuchenden des Fitness-testes vom StadtSportbund entdeckt, denn das Bike wurde im Stadtteilzentrum aufgebaut und auch gleich von begeisterten jüngeren und älteren Besuchern ausprobiert.

„Ich dachte nicht, dass mir das so viel Spaß macht! Morgen habe ich bestimmt einen Muskelkater“ meint eine hochaltrige Seniorin, die das Gerät nun regelmäßig mit ihren Nachbarinnen nutzt und in ihr persönliches Fitnessstraining mit aufgenommen hat.

Monika Neuhaus und Beate Lütkenhaus freuen sich, das Bike in Zukunft weiteren interessierten Privatpersonen, Vereinen und Verbänden zur Verfügung zu stellen. Zunächst soll es noch ein paar Wochen am Bockelweg genutzt werden können und dann auf „Reisen“ in die anderen Quartiere, z.B. nach Bockum-Hövel gehen.

■ Monika Neuhaus und Beate Lütkenhaus

Wer Lust hat, sich selbst radelnd auf Reisen zu begeben, kann sich gerne an die Quartiersentwicklung wenden.

Kontakt:
Caritasverband Hamm e.V.
02381 944006

Klönnschnack im Pelikanum

Immer, wenn abends ab 18:00 Uhr unser Lokalsender Radio Lippewelle Hamm seinen Betrieb einstellt, übernimmt die Radio Runde Hamm an gleicher Stelle die Information und Unterhaltung.

Eine von ihnen ist Christiane Petersen, die mit ihrer Sendung „GEG“ - Gedanken, Ereignisse, Geschichten - immer wieder Alltagsthemen aufgreift und in Interviews Beteiligte einlädt, aus ihren Perspektiven und Erfahrungsschätzen zu berichten.

Nachdem bereits im Vorfeld eine Sendung dem Thema „Älterwerden in Hamm“ und der Altengerechten Quartiersentwicklung gewidmet war, ergab sich der Gedanke, wie eigentlich ältere Menschen rückblickend Ereignisse ihrer Jugend erlebt haben.

Am 29. Juli verabredeten sich die Moderatorin und drei Seniorinnen im evangelischen Gemeindehaus Pelikanum, als Sitz der Altengerechten Quartiersentwicklung im Jakobus-

Quartier in Pelkum, um gemeinsam Erinnerungen auszutauschen wie früher gefeiert wurde und wie man damals seine späteren Ehepartner kennengelernt hatte.

In gemütlicher Runde war schnell klar, dass Anneliese Mazzoli u. Magdalena Schulze aus Pelkum, Ursula Halbe aus dem Quartier Mitte und Christiane Petersen als Interviewerin auf einer Wellenlänge lagen.

Alle Beteiligten wussten Amüsantes und Wissenswertes zu berichten, sodass alle auf ihre Kosten kamen!

Da die angedachte Interviewzeit bei diesem lebendigen Austausch nicht annähernd ausreichte, stand schnell fest, dass man sich zu Folgeterminen verabreden möchte.

Dann womöglich als Interviewreihe unter dem Titel „Klönnschnack im Pelikanum“ mit der Möglichkeit für weitere Interessierte, sich zu beteiligen.

■ Christiane Mitlewski



Informationen bei
Thordis Ohnrich, Altengerechte Quartiersentwicklung
Jakobus-Quartier Pelkum
Tel.: 01 57 76 29 60 14, Thordis.Ohnrich@kirchenkreis-hamm.de
oder
Christiane Mitlewski, Altengerechte Quartiersentwicklung
Tel.: 01 51 53 86 84 24, Christiane.Mitlewski@outlaw-ggmbh.de

Begegnungen und ihre Chancen

Viele bekannte Persönlichkeiten berichten oft ausschweifend in Büchern und Geschichten, Liedern oder Filmen ihre ganz persönlichen Geschichten. Sie berichten von Erlebnissen, Gedanken und Gefühlen, die sie auf ihrem Lebensweg begleitet und bewegt haben.

Dies ist ein Teil eines jeden Lebens, der uns im Herbst bei der Veränderung der Natur, wie auch im Winter in der besinnlichen Zeit und auch am Anfang des neuen Jahres besonders bewusst gemacht wird. Unser Leben gehört zu uns und unserer Person - mit all seinen bunten Seiten oder manchmal auch weniger farbenfrohen Seiten. Der Lauf des Lebens, in dem wir uns befinden, kommt einem manchmal vor wie Schlafen, Träumen und Erwachen.

Begegnungen mit anderen Menschen, lassen mich erwachen, mich lebendig fühlen und mich meinen Vorhaben widmen. In aktuellen Zeiten mehr denn je, jetzt wo Begegnung endlich wieder persönlich von Angesicht zu Angesicht ermöglicht wird! Begeg-

nungen und ein Austausch mit anderen Menschen zu ihren Erlebnissen, Gedanken, Gefühlen und Vorhaben gibt mir ein Bild meines Gegenübers, dass ich nur vom Sehen her nie erreichen könnte. Verschiedene Schicksale und Geschichten zu lesen oder auch zu hören lässt mich andere besser verstehen und so manche Eigenheiten anderer in einem ganz neuen Licht sehen. All das was bislang geschehen ist die Menschen zu dem was sie heute sind. All ihre Errungenschaften und auch die Herausforderungen, an denen sie allmählich wachsen konnten.

Ich gehe oft in die Seniorengruppen, um mit anderen zu sprechen und Freunde wie auch Freundinnen und Bekannte zu sehen. Ich nutze die Chance von mir zu erzählen, anderen mit ihren Geschichten zuzuhören, etwas zu spielen und manchmal auch zu singen. Es scheint Freude zu bereiten über sich erzählen zu können und von anderen zu erfahren, sodass bei einigen dabei die Augen förmlich leuchten. Es ist fast, als würde jedes Mal ein kleiner Zauber mitschwingen.

Auch die Dinge, die man so besitzt, verraten oft viel über Menschen und regen zu Gesprächen an - vor allem Lieblingsdinge. Genauso sehr, wie die Musik, die man vielleicht gerne hört. Viele erzählen mir oft von ihrem Beruf und den Erfahrungen damit oder von ihrer Familie. Ich staune immer wieder, wie viel Ähnlichkeit die Wege im Leben manchmal haben können und wie nah man oft beieinander wohnt oder sich früher schon einmal begegnet ist.

■ A. Pikosz
Foto: ©Lupo/pixelio.de

Einladung zur Generationenmesse

Aktive im Stadtbezirk Bockum-Hövel haben die Möglichkeit, ihre Aktivitäten vorzustellen und neue Mitwirkende für ihre gute Sache zu gewinnen.

Hereinspaziert, wir haben Zeit für Sie!

Sofern die Corona-Regeln es zulassen, planen wir am Samstag, den 20. November von 11-18 Uhr im „Anno 03“, (ehemaliger Saalbau), Overbergstr. 14 eine Generationenmesse durchzuführen.

Wir erwarten die Teilnahme vieler Bockum-Höveler Gruppen und Institutionen, die uns ihre Aktivitäten vorstellen und ggfls. ihre Produkte verkaufen.

Wir freuen uns, Ihnen somit Neues

und Aktuelles aus dem Stadtbezirk präsentieren zu können.

Für das leibliche Wohl wird gesorgt, so dass alle entspannt teilnehmen und eine schöne gemeinsame Zeit miteinander verbringen können. Freuen Sie sich also auf die kommende Veranstaltung! Das Veranstaltungsteam freut sich auf zahlreiche Besucher.

Der Eintritt beträgt für Erwachsene 1 Euro (Kinder sind frei).

Das Planungsteam hofft auf zahlreiche Aussteller und Besucher.

■ Lieselotte Bergenthal
■ Frank Hoffmann
■ Karin Berheide

Foto: ©lev dolgachov-adobe.stock.com



Licht aus, Spot an – und Vorhang auf:

die Theater- und Konzertsaison 2021/22 hat begonnen

„Fokus auf das Schöne, Wahre, Gute.“ ist nicht umsonst das Motto der neuen Spielzeit geworden. Gerade in den vergangenen Monaten wurde deutlich, welche große Rolle Kultur in unserem Leben spielt. Endlich darf sich der Vorhang wieder öffnen und das Team des Kulturbüros lädt zu abwechslungsreichen, spannenden, nachdenklichen und witzigen Ausflügen in die Welt des Schönen ein: Live, vor Ort, gemeinsam mit anderen Kulturbegeisterten und mit direktem Blickkontakt zur Bühne.

Es wird witzig, laut, schrill, aber auch melancholisch, leise und nachdenklich – also schlichtweg atemberaubend! Menschen träumen von besseren Zeiten und versuchen doch, sich in diesen zurechtzufinden, streiten, verlieben und hadern mit sich.

Ein quirliges Damenquartett trifft in der Privatabteilung eines Krankenhauses aufeinander und hadert

mittels jeder Menge Musik und böse-artig-umgedichteten Hits der Pop- und Schlagerliteratur mit dem Ticken der inneren Uhr (08.10.21), im Berlin der 1920er-Jahre wird auf dem Vulkan getanzt, gesungen und gelacht (08.12.21) und Hollywood trifft auf den Broadway (07.05.22).

Luise wächst im Mikrokosmos eines Dorfes auf, wo jeder jeden kennt und unterstützt (13.11.21), während die Menschen an Bord der St. Louis verzweifelt darauf hoffen, eine neue Heimat zu finden (21.01.22) und Eitan und Wahida einfach nur die Zwänge ihrer Herkunft durchbrechen und gemeinsam glücklich werden wollen (06.04.22).

Oberkommissar Gereon Rath bekommt es mit einem alten Bekannten zu tun (04.11.21), der junge Dichter Will muss dringend sein nächstes Auftragswerk fertigstellen (15.12.21) und der Tennisclub streitet darüber, ob er einen eigenen Grill für sein einziges türkisches Mitglied anschaffen muss (13.04.22).

Ingo Borchers fragt sich „Wie könnte es besser sein?“ (12.11.21), Uli Masuth setzt sich mit Lügen und anderen Wahrheiten auseinander (14.01.22), Shakespeare-Könner Bernd Lafrenz ist in „Was ihr wollt“ einmal mehr „Herr der Rollen“ (11.02.22) und Lokalmatador Tillman Schnieders lädt zu einem ganz besonderen „chanSong“-Abend ein (22.04.22).

Das Folkwang Kammerorchester nimmt das Publikum mit auf eine Reise durch Europa (30.10.21), Dorothee Oberlinger spannt den Bogen von den ältesten Zeugnissen menschlicher Musikalität bis in die Gegenwart (13.02.22) und am Saisonende warten stürmische Küsten, ländliches Idyll und rätselhafte Porträts (01.05.22). Die beiden Silvesterkonzerte laden zum schwungvollen Tanz in ein hoffentlich entspannteres Jahr 2022 (16 und 19:30 Uhr).

Cembaless nehmen die verschiedenen Aspekte des Lebenskreislaufts musikalisch unter die Lupe (06.10.21), das Aurn-Quartett schaut auf seiner Abschiedstournee in Hamm vorbei (01.12.21) und leichtfüßig wird Schuberts Winterreise nicht nur gesungen, sondern auch tänzerisch interpretiert (09.03.22).

Ausnahmekünstlerin Cécile Verny singt von Monden und Träumen (07.10.21), Tineke Postma widmet sich

starken Frauen (18.11.21) und Altmeister Ketil Bjørnstad zieht ein vorläufiges musikalisches Resümee seiner bis dato 50 Bühnenjahre (01.04.22).

Let's Jazz – endlich: vom 24. bis 27. Februar geben sich zudem Altmeister und Newcomer beim 9. Internationalen Jazzfest Hamm die Klinke in die Hand.

Juri Tetzlaff und das Folkwang Kammerorchester laden Familien zu einer spannenden „Nacht ins Museum“ ein (30.10.21), Yasemin bestellt einen Weihnachtsroboter, der das perfekte Fest planen soll (08.12.21) und das Theater Marabu begibt sich auf eine Reise durch Welt der Märchen auf der Suche nach dem „Bösen“ (31.05.22).

Genuss ohne Angst: wir behalten alle aktuellen Vorschriften stets im Blick und passen unser Sicherheits- und Hygienekonzept entsprechend an. Bitte behalten Sie die Tagespresse und unsere Internetseite www.hamm.de/kultur für etwaige Änderungen im Blick.

Gesehen und mitgenommen: Das Kulturjahresprogramm liegt an vielen öffentlichen Stellen aus, steht unter www.hamm.de/kultur zum Download bereit und kann auch direkt im Kulturbüro angefordert werden.

■ Meike Richter
Kulturbüro



Informationen aus der Wohnberatung

Der Wunsch möglichst barrierefrei zu wohnen!

Die meisten Menschen wollen so lange wie möglich in ihrer vertrauten Umgebung selbstständig leben. Dort können jedoch Treppen, Duschtassen, Schwellen uvm. eine große Belastung sein oder sogar eine Gefahr darstellen. Die Wohn- und Pflegeberatung der Stadt Hamm unterstützt die Bürgerinnen und Bürger kostenlos und neutral, ihr jeweiliges Wohnumfeld auf den individuellen Bedarf anzupassen.

In einem persönlichen Termin erfolgt zuerst eine individuelle Bestandsaufnahme. Hier werden im gemeinsamen Gespräch mit den Ratsuchenden und/oder den Angehörigen die Schwerpunkte für Anpassungen festgelegt und mögliche Maßnahmen vorgestellt.

Häufig ist eine kurzfristige Ausstattung mit Hilfsmitteln erforderlich oder ausreichend. Diese Hilfsmittel können durch den Arzt verordnet werden. Die Krankenkassen können Hilfsmittel nach Prüfung der Verordnung zur Verfügung stellen. Typische

Hilfsmittel sind z.B. WC-Sitzerhöhungen, Badewannenlifte, Duschhocker oder mobile Rampen.

Oftmals reichen die verordneten Hilfsmittel jedoch nicht aus, um Barrieren ausreichend abzubauen. Dann können schon kleine bauliche Ergänzungen eine Verbesserung bringen. Hierzu zählen z.B. die Ergänzungen von Handläufen an Stufen, oder Haltegriffe an kritischen Punkten. Größere bauliche Maßnahmen können z.B. der Einbau eines Plattformlifts, Hublifts oder Sessellifts sein, um eine selbstständige Nutzung mit Rollator oder Rollstuhl zu ermöglichen.

Meistens ist innerhalb der Wohnung die Nutzung des Badezimmers nur noch mit großen körperlichen Anstrengungen möglich und mit einer Unfallgefahr verbunden. Deswegen wird in erster Linie geprüft, wie hier Bewegungsflächen geschaffen, Barrieren abgebaut und das Unfallrisiko minimiert werden können. Z.B. kann durch den Ausbau einer vorhandenen Badewanne oder Duschtasse

und einem Einbau einer möglichst bodengleichen oder barrierearmen Duschfläche auch in kleinen Bädern die Nutzung vereinfacht und sicherer gestaltet werden. Die Wohnberatung unterstützt Sie bei baulichen Anpassungen auch in Gesprächen mit den vermietenden Personen.

Für bauliche Anpassungen kann es sinnvoll sein, bei verschiedenen Anbietenden um kostenlose Angebote zu bitten. Auf diese Weise können Preise und Leistungen verglichen werden. Gerne unterstützt Sie die Wohnberatung, das passende Angebot für Ihre Bedürfnisse auszuwählen.

Bei baulichen Anpassungen ist vor Baubeginn bzw. Auftragsvergabe die Finanzierung sicherzustellen. Die Wohnberatung stellt Ihnen im persönlichen Gespräch verschiedene Finanzierungsmöglichkeiten vor, wie Ihr Vorhaben umgesetzt werden kann und unterstützt gerne bei nötigen Gesprächen mit Kostenträgern oder bei der Antragstellung.

Je nach Aufwand kann ein Umbau mehrere Wochen dauern. Sollten Sie Informationen zur Überbrückung der Bauphase benötigen, kann Ihnen die Wohnberatung in Zusammenarbeit mit der Pflegeberatung der Stadt Hamm mögliche Lösungen vorstellen. Auch für Fragen während des

Umbaus ist die Wohnberatung Ihr Ansprechpartner.

Nach Fertigstellung Ihrer Wohnumfeld verbessernden Maßnahmen kann auf Wunsch auch eine Nachschau durch die Wohnberatung erfolgen. Bei Fragen zur Abrechnung mit den Kostenträgern kann die Wohnberatung zudem unterstützend tätig werden.

Durch eine enge Zusammenarbeit mit der Wohn- und Pflegeberatung der Stadt Hamm können nachhaltige Lösungen für Ihr individuelles Wohnumfeld geschaffen werden, damit Sie so lange wie möglich in Ihrer vertrauten Umgebung selbstständig leben können.

Wenn Sie diesbezüglich also Beratungs- und Unterstützungsbedarf haben oder sich auch einfach des Interesses halber erstmal näher erkundigen möchten, können Sie sich gerne jederzeit an die Mitarbeitenden der Wohn- und Pflegeberatung wenden.

Diese freuen sich sehr, damit einen Beitrag dazu zu leisten, dass Sie sich in Ihrem Wohnumfeld gegebenenfalls wieder richtig wohlfühlen und ihr Leben damit vielleicht auch wieder einfacher genießen können.

■ Wohnberatung der Stadt Hamm



Sessellift



Plattformlift



Metallrampe





Die Taschengeldbörse!

Eine Möglichkeit Engagement zu zeigen und zu empfangen – die Taschengeldbörse!

Bereits seit einigen Jahren ist die Taschengeldbörse dauerhaft in der breiten Angebotspalette des Stadtteilzentrums FeidikForum in Hamm-Mitte verankert und sorgt für nachhaltige Begegnung von Jung und Alt.

Bei dem intergenerativen Angebot profitieren alle Beteiligten: Die älteren Menschen haben die Möglichkeit maßgeschneiderte Unterstützung im Alltag zu bekommen und die Jugendlichen zwischen 14 und 17 Jahren erhalten ein kleines Taschengeld für ihre Tätigkeiten.

Luis Wnuk, der erst seit kurzer Zeit in der Taschengeldbörse aktiv ist, sieht diese nach eigener Aussage als große Bereicherung an: „Die Dame, die ich im Alltag unterstützen durfte, erinnert mich sehr an meine verstorbene Oma und ich genieße die Zeit mit ihr sehr!“

Renate Otto, für die Luis die viel zu groß gewordenen Kiwi Sträucher gekürzt hatte, ist ebenfalls restlos begeistert und ist sich sicher: „Wir werden uns sicher noch häufiger verabreden! Mir wird durch Luis' Hilfe sehr geholfen. Was für ihn eine Kleinigkeit ist, ist für mich mit meiner Körpergröße nicht machbar und gleichzeitig haben wir beide eine tolle Zeit!“

Jung und Alt erleben durch die sich ergebenden Kontakte also in vielen Fällen ganz neue Zugänge zur anderen Generation. Vermittelt werden die Tandems nach einem Kennenlernen aller Beteiligten - um eine maxi-

male Sicherheit gewährleisten zu können - durch die verantwortliche Koordination im Stadtteilzentrum, die im Hintergrund auch als absprechbare Instanz für Fragen bereitsteht.

Da sich das Angebot mittlerweile sehr bewährt hat und insbesondere älteren Menschen den Alltag deutlich erleichtern kann, wird die Taschengeldbörse ab sofort stadtweit in allen Altengerechten Quartieren organisiert.

Das Amt für Soziales, Wohnen und Pflege ermöglicht zudem eine erleichterte digitale Anmeldung über die Internet-Plattform „das nez“. Eine telefonische Anmeldung ist aber selbstverständlich auch weiterhin möglich! Die jeweils zuständige Koordination wird dann den Kontakt aufnehmen und alles Weitere absprechen.

Denkbare Aufgaben der Jugendlichen sind:

1. Hilfe bei der Gartenarbeit (Rasenmähen, Unkrautzupfen, Laub haken)
2. Hilfe im Haushalt (Staubsaugen, Gardinen aufhängen, Keller aufräumen, etc.)
3. Begleitung / Übernahme der Einkäufe, Erledigungen
4. Begleitung bei Arztterminen, Behördengängen, Spaziergängen
5. Versorgung von Haustieren
6. Vorlesen
7. Unterstützung bei der Nutzung von digitalen Medien

Interessierte könne sich über die Registrierung auf der Internetplattform „das nez“ <https://www.dasnez.de> anmelden oder telefonisch bei den jeweiligen Altengerechten Quartiersentwicklern

und -entwicklerinnen vor Ort, wie im Flyer dazu hinterlegt. Weitere Informationen können auch über Christiane Mitlewski Stabsstelle Soziale Planung Tel.: 02381 176335 abgefragt werden.

■ Christiane Mitlewski

■ Fotos:
links: ©S.Kobold - stock.adobe.com
rechts oben: shutterstock.com - Speed-Kingz



Aktion Offene Gartenpforte – Eine Möglichkeit für Begegnungen und Naturerleben in der Stadt

Am 05. September fand wie in jedem Jahr die Aktion Offene Gartenpforte statt, bei der Privatgärten für Interessierte geöffnet wurden.

Auch der Generationengarten am Stadtteilzentrum FeidikForum beteiligte sich zum zweiten Mal daran. Den ganzen Sonntag über war der Garten gut besucht und die Gäste zeigten sich begeistert vom Gemeinschaftsgedanken dieses Projektes.

Im interkulturellen Generationengarten haben Jung und Alt aus allen Kulturkreisen die Möglichkeit zusammen etwas anzupflanzen, zu ernten und hierbei voneinander zu lernen. Der Anbau wird streng ökologisch betrieben und bewährte Sorten werden für das Folgejahr aus selbstgewonnenen Samen nachgezogen.

Die hierfür ausgewählten Früchte werden jeweils mit roten Bändern deutlich sichtbar gekennzeichnet, damit das Gartenteam sie nicht versehentlich zu früh aberntet. Umso ärgerlicher ist es, dass gerade diese

Exemplare derzeit häufig von Unbefugten entfernt wurden. Eine Nachzucht ist dann bei diesen teils sehr seltenen Sorten nicht mehr möglich!

Nebenbei werden hier in Kooperation mit dem Umweltamt der Stadt Hamm zusätzlich Schwarzpappelstecklinge gehegt, bis sie nach zwei Jahren, dann schon die zweite Generation, in den renaturierten Lippeauen ausgesetzt werden.

Besonders erfreulich ist es, dass sich im Rahmen der Veranstaltung unter den zahlreichen Besuchern und Besucherinnen ein Anwohner fand, der sich fortan selbst dem Gartenteam anschließen will, da er selbst in einer Dachgeschosswohnung lebt und ihm dort der Zugang zur Natur fehlt.

Das entspricht genau dem Grundgedanken des Gartenprojektes: Menschen in der Nachbarschaft die Möglichkeit zu geben, zusammen zu gärtnern und Natur erleben zu können.

■ Christiane Mitlewski

Grüße aus dem Hammer Westen...

Daisy Klotz (Altengerechte Quartiersentwicklung Hamm-Westen, KSD e.V.) freut sich über das wachsende Interesse und die Offenheit der Hammer Westener und Westenerinnen ab 60 +.

Die **Digitale Sprechstunde**, bei der alle Fragen zum Handy, Tablet und Laptop gestellt werden können, wird äußerst gut angenommen. Unter dem Motto: „Es ist noch kein Meister bzw. keine Meisterin vom Himmel gefallen!“, wird jedem Westener und jeder Westenerin mit ihrer Frage geholfen, egal wie oft bestimmte Schritte einzuüben sind. Am Ende zählt jeder kleine oder eben auch große Erfolg für einen sicheren Umgang mit dem Handy und auch anderen Endgeräten. Das ehrenamtliche Team der Digitalen Sprechstunde freut sich darauf Sie persönlich kennenzulernen und Sie im Umgang mit Ihrer Technik unterstützen zu dürfen.

Wann: Dienstags alle 2 Wochen,
10 - 11 Uhr
Donnerstags alle 2 Wochen,
15 - 16 Uhr

Wo: Stadtteilbüro Hamm-Westen
(Wilhelmstr. 31)

Anmeldungen können Sie bei Daisy Klotz unter der Nummer: 0157 851 292 28 vornehmen.

■ Daisy Klotz

Aber nicht nur das Angebot der Digitalen Sprechstunde wird sehr gut angenommen. Auch die Teilnehmenden des Spazierangebotes **„Bewegt durch den Hammer Westen ab 60 +“** sind motiviert dabei gewesen. Von Mitte Juli bis Mitte September, trafen

sich Frauen und Männer regelmäßig, um sich an der frischen Luft gemeinsam zu bewegen und neue Übungen unter Anleitung kennenzulernen. Je nach Interesse und Möglichkeit, kann dieses Angebot dauerhaft angelegt werden, weswegen Sie nicht zögern sollten Ihr Interesse zu bekunden und sich über die zukünftige Gestaltung des Angebotes zu informieren.

Haben Sie Interesse an oder neue Ideen für Sport- und Bewegungsangebote (z.B. Gymnastik, Tanz, etc.) im Hammer Westen? Dann teilen Sie Ihre Vorschläge sehr gerne mit Daisy Klotz unter der Nummer: 01 57 851 292 28.

Nach Möglichkeit können dann auch neue Angebote realisiert werden. Daisy Klotz, Übungsleiter Herr Vormann (TVG 1877 Hamm e.V.) und der StadtSportBund Hamm e.V. als Veranstaltende, freuen sich über die rege bisherige Teilnahme und auf Ihre Rückmeldungen

■ Daisy Klotz



Musik im Grünen



Am Sonntag, den 15.07.2021, war es soweit, Thordis Ohnrich, Altengerechte Quartiersentwicklung Pelkum, lud bei strahlendem Sonnenschein Bürgerinnen und Bürger zu einem gemütlichen Beisammensein unter freiem Himmel in den weitläufigen Grünanlagen des Gemeindehauses Pelikanum ein. Marco Zwetschler, ein Musiker und Entertainer aus Arnsberg, begleitete den Nachmittag mit seinem vielfältigen Programm.

Gemeinsam mit ehrenamtlichen Gemeindemitgliedern konnte dieser abwechslungsreiche Tag bei Kaffee, Tee und Gebäck für alle Interessierten ermöglicht werden. Mit Schwung und Elan folgte man den Bewegungsangeboten sowie einem Ratespiel rund um bekannte Filmmusik. Es wurde viel gelacht. Gespräche unter

den Beteiligten ergaben sich schnell und man war sich einig, dass Musik immer wieder die Seele berührt.

Die gesammelten Eindrücke sowie die zahlreichen Rückmeldungen der Teilnehmenden lassen darauf schließen, dass im Rahmen der Weiterentwicklung des Quartiers ein nun angedachtes „Tanzcafé“ die logische Schlussfolgerung ist.

Informationen zu diesem und weiteren Angeboten erhalten Sie bei Frau Thordis Ohnrich, Altengerechte Quartiersentwicklung Jakobus-Quartier Pelkum, unter der Telefonnummer 0157 76926014 sowie im Internet unter der E-Mailadresse: thordis.ohnrich@kirchekreis-hamm.de

■ Thordis Ohnrich



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



Rufen Sie einfach an!
Tel. 02385 706-200

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

Körperbezogene
Pflege

Behandlungspflege

Hilfen bei der
Haushaltsführung

Zulassung bei allen
Kranken- und Pflege-
kassen seit 1995



Alten- und Krankenpflege Mobil GmbH
Oberster Kamp 9a | 59069 Hamm
www.akmgmbh.de



Ev. Altenhilfezentrum St. Victor

An den Kirchen 2
59077 Hamm-Herringen
Tel. (02381) 30311-0
Fax (02381) 30311-118
azsv-hamm@perthes-stiftung.de



Perthes-Haus

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



– Kompetenz in Sachen Pflege –

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

**DRK-Senioren-Stift
Mark GmbH**



– ein Zuhause für das Alter –

Besser leben in Hamm:

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

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



Zuhause am Burghügel Mark

LVM
VERSICHERUNG

Ihr Partner für
Versicherungen,
Vorsorge und
Vermögensplanung



LVM-Versicherungsagentur
Michael Kollas
Soester Straße 70
59071 Hamm
Telefon (02381) 88 00 88
info@kollas.lvm.de

Maxipark
Erholen und Genießen



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

Unser Service für Sie:

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



Alter Grenzweg 2 • 59071 Hamm
Telefon 0 23 81 / 9 82 10 - 0

www.maxipark.de

AWO Unterbezirk Ruhr-Lippe-Ems

SELBSTBESTIMMT UND SICHER

Ihre Alltagshilfen
Alles was Sie brauchen -
alles aus einer Hand

www.ihre-alltagshilfen.de

RUPPRECHT
Service rund um die Uhr

WACHDIENST NOTRUFZENTRALE HAUSNOTRUF

Rupprecht Alarmruf-Wachzentrale GmbH
Philipp-Reis-Str. 6 • 59065 Hamm • Tel.: 02381 – 67 50 55 • Fax: 02381 – 48 03 82
info@awz-rupprecht.de • www.rupprecht-wachdienst.de

Kompetenz in Sachen Pflege

Amalie-Sievecking-Haus Hamm

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

Amalie-Sievecking-Haus
Seniorenheim
Alter Uentropfer Weg 26
59071 Hamm
Tel. 02381 9852-0
amalie-hamm@perthes-stiftung.de

Tagesbetreuung und häuslicher Besuchsdienst

Café Amalie

- An mehreren Tagen in der Woche bieten wir Ihnen ein liebevoll gestaltetes Programm
- Individuelle Betreuung durch qualifizierte Ehrenamtliche und Fachkräfte
- Wir beraten Sie gerne unter Tel. 02381 929074-0

Café Amalie
Alter Uentropfer Weg 24
59071 Hamm
Café Amalie
@perthes-stiftung.de

Noch Plätze frei!

EVANGELISCHE PERTHES-STIFTUNG

menschennah.

Mein Held!

Mein Held, was soll ich sagen, ist die Zeit!

Die Zeit, sie vergeht und gedeiht. Mit Pandemie und Krankheit, die ungewollt sich immer weiter rankten - sie waren nie verlangt, die Verdammten - machte die Zeit einst traurig, gar einsam und verletzt, doch nun scheint sie fast heilend und immer wieder nett.

Sie brauchte Kraft und Demut, fraß mich zu Haus` fasst auf, doch langsam schreitet sie voran - und man kommt endlich wieder raus. Die Zeit, sie geht vorüber.

Und die Einsicht, die setzt ein, dass nun das Leben schneller wird, dem alten Wahnsinn ganz anheim. Vielleicht war sie dann doch nicht schlecht, die Zeit, die man so hatte, denn immerhin war sie mal da - die Zeit, die immer fehlte.

■ A. Pikosz

Hammer Heinzel helfen

Wenn ich keine Zeit oder Lust habe oder nicht da bin.

- im Haushalt
- im Garten
- bei der Tierversorgung
- beim Einkaufen
- u. v. m.



Telefon: 02381 / 3040371

wivo
Wirtschafts- u. Versorgungsdienst

»ESSEN AUF RÄDERN«

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

Telefon (0 23 81) 589 - 39 36

6,90€
(Sonn- u. feiertags 1,00 € Aufschlag)

valeo-KLINIKEN
Evangelische Krankenhäuser

WIVO Wirtschafts- und Versorgungsdienst GmbH

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



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

proSanitate
Gesundheitsdienste

Probewohnen ist möglich!

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

Aufatmen der Freiwilligenzentrale nach der Corona-Pause

Eine Wiedereröffnung mit Präsent und eine Neuvorstellung

Die seit 18 Jahren bestehende Freiwilligenzentrale der Stadt Hamm hat nach ihrer Corona-Zwangspause seit Montag, dem 16.08.2021 endlich wiedereröffnen dürfen. Nun können sich sowohl Interessierte an ehrenamtlicher Arbeit, wie auch Mitbürger und Mitbürgerinnen die Unterstützung und Hilfe benötigen, unter der Telefonnummer 02381 8760045 wieder an die Beratenden in der Freiwilligenzentrale wenden.

Computerkurse und Beratungsgespräche zu Internet- und/oder Handyfragen werden ebenfalls wieder angeboten. Der Computerraum darf ebenso wie alle anderen Einrichtungs-

räume, unter Einhaltung des corona-bedingten Hygienekonzeptes, wieder genutzt werden.

Mit Stolz berichtete die Leiterin der Einrichtung für die Vermittlung von freiwilligen Helferinnen und Helfern, Roswitha Schürmann, dass just zur Wiedereröffnung bereits erste Einsätze von Ehrenamtlichen organisiert werden konnten und die ebenfalls ehrenamtlich tätigen Beratenden alle weiterhin dabei sind. Alle Beteiligten haben sich außerordentlich über die Wiedereröffnung gefreut.

Zusätzlich zur Freude über die Wiedereröffnung der Freiwilligenzentrale war die Veranstaltung auch von der Neuvorstellung des Amtsleiters des umstrukturierten Amtes für

Soziales, Wohnen und Pflege, Frank Schulte, gekennzeichnet. Diesem Amt ist nun das Sachgebiet Senioren- und Behindertenangelegenheiten untergliedert worden und somit auch der Bereich der Altenhilfe.

Herr Schulte ist also nun als Vertreter der Stadt, die zusammen mit der Arbeitsgemeinschaft Hammer Frauenverbände Trägerin der Freiwilligenzentrale ist, Ansprechpartner für die Leitung der Einrichtung sowie für die Beratenden und den Verein zur Förderung der Freiwilligenzentrale unter Vorsitz von Sylvia Jörrißen.

Besonderer Dank der Verantwortlichen der Freiwilligenzentrale im Rahmen der Wiedereröffnung gilt auch dem Volksbank-Direktor Burkhardt Reher in seiner Rolle Vorstandsmitglied des Vereins zur Förderung der Freiwilligenzentrale sowie dessen Vertreter während der Veranstaltung, Herrn Hanke, als VB-Filialleiter Stadt-Mitte.

Zur Wiedereröffnung wurden der Freiwilligenzentrale innerhalb der Volksbank nicht mehr benötigte Büromöbel sowie 1000 E gespendet, wovon die finanziellen Mittel unter anderem in einen Fortbildungskurs für die Beratenden investiert werden.

Bei der Veranstaltung waren Frau Schürmann (Leiterin der Freiwilligenzentrale), Ingrid Wolf (stv. Leiterin der Freiwilligenzentrale), Anne Böse (Vorsitzende der AG Hammer Frauenverbände), Christoph Hanke (VB-Filialleiter Stadt-Mitte) für Burkhardt Reher (VB-Direktor und Vorstandsmitglied des Vereins zur Förderung der Freiwil-

ligenzentrale), Frank Schulte (Leiter des Amtes für Soziales, Wohnen und Pflege), Andreas Pieper (Sachgebietsleitung für Senioren- und Behindertenangelegenheiten) und Frau Lisa Müller (neue Mitarbeiterin im Bereich Altenhilfe) anwesend

■ Lisa Müller

Foto unten rechts: Margot Kessler/
pixelio.de



Gottesdienst für Menschen mit beginnender Demenz

Seit einigen Jahren lädt die Tagesbetreuung „Café Amalie“ der Ev. Perthes Stiftung Menschen mit beginnender Demenz und deren Angehörige zu einem besonderen Gottesdienst ein.

Gottesdienste sind im Langzeitgedächtnis der Menschen stark verankert und rufen durch vertraute Abläufe und gewohnte Rituale tief sitzende, positive Erinnerungen wieder wach. Einige unserer Sinne werden durch das Kreuz und auch bekannte Lieder so angesprochen, dass man sich davon beflügeln lassen kann und das Beisammensein wie einst als besinnlich schöne Zeit wahrnimmt.

Die offene Einladung lädt insbesondere auch Angehörige und Bekannte zur Teilnahme an der gemeinsamen

Veranstaltung ein. Alle anderen Gäste der Tagesbetreuung sind natürlich auch gern gesehene Teilnehmer und Teilnehmerinnen beim Gottesdienst.

In den vergangenen Jahren fand der Gottesdienst in der Pankratius Kirche in Hamm statt. Aufgrund der Corona Pandemie wurde der Gottesdienst dieses Jahr an die frische Luft verlegt und im Garten des Amalie Sieveking Hauses gefeiert.

Die sich rarmachende Sonne kam pünktlich aus den Wolken heraus und bescherte allen Teilnehmenden letztlich einen wunderbaren, harmonisch-freudigen Nachmittag im Garten.

Ein Spruch von Richard Brinsley Sheridan „Komm doch in den Garten! Ich

hätte gerne, dass meine Rosen dich sehen!“ stand Pate für den Nachmittag und war Gestaltungselement für den Gottesdienst und für die Vorbereitung des restlichen Nachmittages.

Ehrenamtliche Mitarbeiterinnen haben die Vorbereitungen getroffen und für einen geselligen Nachmittag gesorgt.

Für weitere Informationen zu dem Angebot steht Ihnen Birgit Heydemann i Alter Uentroper Weg 24 59071 Hamm zur Verfügung.

Ebenfalls erreichbar ist sie unter der Nummer: 02381 9290740.

■ Birgit Heydemann



„Literatur um 10“ online Buchbesprechungen

Ab Juli findet nach langer Zeit „Literatur um 10“ wieder live mit echtem Publikum statt. Wegen der Abstandsmöglichkeiten wurde diese Veranstaltung in die ev. Kreuzkirche verlegt und auch weiterhin dort angeboten. Ein herzliches Dankeschön an Pfarrerin Rebekka Klein für diese Möglichkeit.

Die Online-Version wird trotzdem beibehalten, da darüber auch andere Interessierte erreicht werden. Videoaufzeichnungen zu den Buch-

besprechungen können jederzeit im Internet unter

www.bockum-hoevel.de und www.iHAMM.de

Seite 500 sowohl auf dem PC/Notebook als auch auf dem Smartphone angeschaut werden.

Freuen Sie sich auf vielfältige spannende Buchvorstellungen, die Sie in Zukunft erwarten.



Delia Owens – „Der Gesang der Flusskrebse“



Delia Owens, geboren 1949 in Georgia, lebt auf einer Ranch in Idaho. Über 20 Jahre erforschte die Zoologin in verschiedenen afrikanischen Ländern Elefanten, Löwen und Hyänen.

Die Sommerurlaube verbrachte sie mit ihren Eltern in North Carolina, dort spielt auch ihr Roman, im Marschland. Als Zoologin versteht die Autorin fesselnd von den Tieren und Pflanzen in dieser sumpfigen Gegend zu erzählen.

Zum Inhalt:

Als Kya sechs Jahre alt ist, beobachtet sie, wie ihre Mutter mit hochhackigen Schuhen aus Krokodilleleder und einen blauen Koffer, die armselige Hütte verlässt. Ohne Abschied bleibt sie fort und kommt nicht wieder. Wenig später verlassen auch ihre Geschwister die Hütte im Marschland. Vertrieben hat alle der cholerische und alkoholabhängige Vater, mit dem Kya nun alleine ist. Obwohl er viel unterwegs ist, können sie sich etwas arrangieren. Als auch er nach einer Zeit ganz verschwindet, ist Kya ganz alleine in dem sumpfigen, urwaldhaften, feuchten Marschland. Kya beginnt Fische und Krebse zu fangen, schafft es nach einigen Fehlversuchen den Bootsmotor anzuwerfen und da sie es oft bei ihrer Mutter gesehen hat, auch Maisbrot zu backen.

Plötzlich kommen Vertreter der Schulbehörde zu ihr ins Marschland und nehmen sie mit zur Schule. Jedoch bleibt sie nicht dort, weil sie von ihren Mitschülern sofort wegen ihrer Erscheinung gemobbt wird. Alle, auch die Dorfbewohner, nennen sie nur „das Marschmädchen“. Keiner kümmert sich um sie. Sie findet aber

in dem schwarzen Ehepaar Jumpin und Mabel Personen, die versuchen ihr zu helfen.

Nach ein paar Jahren trifft sie im Marschland auf den jungen Tate, der ebenso wie Kya eine große Liebe zur Natur hat. Er kann das Vertrauen von Kya erwecken, sodass er ihr sogar das Lesen und Schreiben beibringen kann. Als Kya sich zu einem hübschen und begehrenswerten Mädchen entwickelt hat, schließen die jungen Männer im Dorf eine Wette ab, wer „das Marschmädchen“ als erster entjungfert.

Der coolste Junge aus dem Dorf, der aus einer reichen und angesehenen Familie stammt, wirft ein Auge auf sie. Es entwickelt sich eine Beziehung zu Chase Andrews, der am Ende tot unter dem Feuerwehrturm liegt. Was war geschehen? War es ein Unfall, Selbstmord oder gar Mord?

Kya gerät unter Verdacht, wird ins Untersuchungsgefängnis gesteckt und ihr wird der Prozess gemacht. Ihre Position als verwahrlostes Kind eines Alkoholikers ist schlecht, die Vorurteile der Geschworenen sind groß.

Es entsteht eine Spannung, weil man nicht abchecken kann, wie das Urteil ausfallen wird. Ganz zum Schluss gibt es eine unerwartete Pointe, mit der man sicher nicht gerechnet hat.

Es ist ein gelungener Roman, besonders das Aufwachen der jungen Kya bleibt im Gedächtnis haften.

■ Lieselotte Bergenthal

Helena Marten – „Der Zitronengarten“

Bei diesem Buch handelt es sich um einen historischen Roman, der im Jahr 1764 spielt. Helena Marten ist ein Pseudonym. Zwei in Frankfurt lebende Autorinnen verbergen sich dahinter. Beide sind in der Verlagsbranche tätig.

„Der Zitronengarten“ ist der dritte Roman nach „Die Porzellanmalerin“ und „Die Kaffeemeisterin“.

Zum Inhalt:

Frankfurt 1764: Die 25-jährige Luisa Montanari erfährt nach dem Tode ihres Vaters, den Kaufmann Domenico Montanari, dass sie nicht nur den Bruder Roberto hat, sondern auch eine Halbschwester Francesca, die in Italien lebt. Ihr Bruder ist seit zwei Jahren verschollen.

Im Testament verfügt Domenico, dass Roberto die Firma nach seinem Tod leiten soll, da Sigrid, seine Frau, und seine Tochter Luisa die Geschicke der Firma als Frauen nicht alleine bewältigen können. Die Mühle im Urselbach, wo Luisa mit viel Liebe einen Zitronengarten angelegt hat, soll Luisa mit ihrer noch unbekanntem Schwester teilen.

Im Mittelpunkt der verschiedenen Handlungsstränge stehen die ungleichen Schwestern Luisa und Francesca. Luisa ist ruhig und schüchtern, Francesca dagegen ist ein italienischer Vulkan, temperamentvoll und aufbrausend.

Zusammen mit ihrem Mann Rinaldo, einem Rebellenführer, lebt sie und ihre vierjährige Tochter Graziella seit Jahren im sardinischen Untergrund.

Da Niemand in Frankfurt glaubt, dass Roberto noch lebt, außer Sigrid, Domenico's Witwe, schickt der Bruder von Domenico seinen Sohn Pier-Luigi nach Frankfurt, um die Geschäfte der Firma Montanari/Figli als Mann zu führen. Sofort drängt der Cousin Pier-Luigi Luisa aus der Firma heraus und geht sehr großzügig mit dem Vermögen der Familie Montanari um. Luisa bemerkt es sofort, kann sich aber gegen ihren Cousin nicht durchsetzen.

Francesca in Sardinien muss mit Graziella fliehen, ihren Mann verlassen und schlägt sich in ihrer Flucht bis Frankfurt durch, um Unterschlupf bei ihrem Vater zu finden. Sie weiß nicht, dass er verstorben ist. Pier-Luigi kümmert sich sofort um sie und um ihre Tochter und beeinflusst sie stark.

Plötzlich wird Graziella von Banditen entführt. Luisa sieht die finanzielle Not ihrer Firma und macht sich auf eine gefährliche Reise über die Alpen, um sich bei ihren italienischen Verwandten Hilfe zu holen. Im fernen Italien wird sich endlich das Schicksal der Familie Montanari, aber auch ihr eigenes Glück entscheiden.

„Der Zitronengarten“ ist sowohl ein historischer Roman als auch eine wundervolle und spannende Familiengeschichte mit vielen unterschiedlichen Schauplätzen. Das Cover des Buches fällt auf. Beim Betrachten hat man das Gefühl, den Duft von Zitronen in der Nase zu haben. 510 Seiten umfasst der Roman, es lohnt sich, diese zu lesen.

■ Lieselotte Bergenthal



Julie Clark – Der Tausch

Zwei Frauen. Zwei Tickets. Und nur ein Ausweg.



Julie Clark, geboren am 27.06.1948, wuchs in Santa Monica (USA) auf. Nach ihrem Studium arbeitete sie in Berkley an der Universität von California. Sie kehrte nach Santa Monica zurück, ist als Lehrerin tätig, lebt dort mit ihren beiden Söhnen und einem Hund. „Der Tausch“ ist ihr erster Roman.

Zum Inhalt:

Claire Cook ist mit Rory Cook, einem Millionärssohn, verheiratet. Seine Mutter war eine bekannte Senatorin. Auch Rory Cook will für den Senat kandidieren. Natürlich erwartet er, dass seine Frau Claire ihn beim Wahlkampf unterstützt. Bei öffentlichen Auftritten hat Claire gelernt, ihre blauen Flecken an ihrem Körper geschickt zu verbergen. Schon seit langem denkt Claire darüber nach, ihren brutalen und gewaltbereiten Ehemann zu verlassen. Sie will und kann einfach nicht mehr länger mit ihm leben. Daher schmiedet sie mit ihrer Freundin einen Plan. Sobald Claire in das Flugzeug nach Puerto Rico steigen würde, wäre sie entlarvt und ihr Mann würde von ihrem Plan erfahren und das würde ihr Ende bedeuten.

In voller Not trifft sie am JFK-Flughafen auf Eva, die ihr beichtet, dass sie ihrem schwerkranken Mann Sterbehilfe geleistet hat und nun von der Polizei in Kalifornien erwartet wird. Innerhalb weniger Sekunden beschließen Claire und Eva die Rollen zu tauschen, mit den jeweils anderen Bordkarten, persönlichen Dingen und Tickets wollen sie sich ein neues Leben schenken.

Als Claire in Evas Haus in Berkley ankommt, findet sie schnell heraus,

dass Eva ihr nicht die Wahrheit gesagt hat. Weder im Schlafzimmer noch im Badezimmer findet sie Spuren, die auf einen kranken Mann hindeuten würden. Dennoch versucht Claire, Evas Identität anzunehmen. Sie färbt sich die Haare, um möglichst wie Eva auszusehen. Hinter einem Spiegel versteckt findet sie einen Zettel, den sie erst einmal glattstreichen muss.

„Alles, was du dir schon immer gewünscht hast, findest du jenseits der Angst.“

Der Roman von Julie Clark beschreibt, wie zwei Frauen sich absetzen und möglichst spurlos verschwinden wollen. Menschen verschwinden jeden Tag, aber nur wenige Menschen schaffen es spurlos zu verschwinden.

Bei dem Tausch von Claire und Eva muss man wissen, dass Claire herausfindet, dass Eva im Keller ihres Hauses Drogen gekocht und diese mit einem Dealer unter die Leute gebracht hat. Eine ertragreiche aber gefährliche Abhängigkeit.

Kann Claire sich in Evas Umfeld behaupten? Kommt ihr Ehemann ihr auf die Schliche? Kann Eva sich erfolgreich in eine neue Welt begeben?

Der Tausch entpuppt sich nach und nach als Albtraum.

Ein spannender Roman, voller falscher Fährten und überraschenden Wendungen. Man möchte am liebsten sofort das Ende lesen, um zu wissen, ob beide es geschafft haben.

■ Lieselotte Bergenthal

Jodi Picoult – 19 Minuten

Jodi Picoult wurde 1967 in Long Island, New York, geboren. Sie studierte in Princeton Kreatives Schreiben und machte später in Harvard an der Universität einen Masterabschluss in Pädagogik. Bevor sie sich ganz dem Schreiben widmete, arbeitete sie als Texterin und Lehrerin.

Zum Inhalt:

19 Minuten verrinnen im Alltag oft ganz schnell, meist unbemerkt. In 19 Minuten kann etwas Bedeutungsvolles aber auch etwas Schreckliches geschehen.

In nur 19 Minuten hat der 17-jährige Peter Houghton neun Schüler und einen Lehrer getötet und weitere 20 verletzt. Viele Zeugen und Zeuginnen mussten die Bluttat in der Schule mit ansehen und sind traumatisiert. Peters Eltern, Lacy und Lewis Houghton, können die Bluttat nicht fassen und fragen sich, ob sie bei der Erziehung ihres Sohnes etwas falsch gemacht haben und warum sie im Vorfeld keine Anzeichen entdeckt hatten. Hätten sie es dann verhindern können?

Josie Cormier, Peters Freundin aus Kindertagen, hat bei dem Amoklauf ihren Freund Matt verloren. Sie lag leicht verletzt und bewusstlos neben seiner Leiche. Auch viele Freunde von Josie wurden verletzt oder getötet.

Alex Cormier, die Mutter von Josie, versucht vergeblich an ihre Tochter heranzukommen, die seelischen Folgen scheinen tief zu sitzen. Als Richterin müsste sie den Vorsitz bei dem Prozess führen. Sie ist hin- und hergerissen, ob sie den Prozess wegen Befangenheit abgeben soll.

Die einzelnen Kapitel in diesem Buch sind in „davor“ und „danach“ eingeteilt. So erfahren wir, dass Peter schon von Kindertagen an täglich gequält und gemobbt wurde, verlacht und verspottet. Und die Erwachsenen sehen nicht richtig hin und schreiten nicht ein.

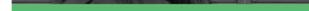
Wir erfahren viel von Peter, seinen Eltern, von Matt, Josie und Alex Cormier, von den Polizisten, Mitschülern und Freunden. Wie ein Puzzle fügen sich die Teile zusammen und man erhält so ein Gesamtbild der Situation.

Leider haben wir in den Medien wiederholt gehört, dass ein Amoklauf irgendwo in der Welt stattgefunden hat. Ich war mit meiner Schulklasse kurz nach der schrecklichen Bluttat in Erfurt und habe die vielen Blumen und Kränze gesehen. Wie oft habe ich mich gefragt, wie konnte es dazu kommen?

Dieses Buch von Jodi Picoult hat mir deswegen so gut gefallen, weil es versucht zu erklären, warum Menschen zu solchen Taten fähig sind. Die Autorin lotet die Hintergründe von großer Schuld und der verzweifelten Suche nach Gerechtigkeit aus.

Auch die Eltern sind Opfer, weil sie in Zweifel geraten, was sie alles falsch gemacht haben und welchen Anfeindungen sie plötzlich ausgesetzt werden. Es ist wirklich nicht leicht, ein Elternteil eines zehnfachen Mörders zu sein. 19 Minuten in denen alles vorbei sein kann. Ein fesselndes Buch mit einem brandneuen Thema.

■ Lieselotte Bergenthal



Neues aus Herringen und aus dem Norden

Ein XXL-Schachfeld für Herringen

Schach ist nur etwas für Ältere? Aber nicht doch! Mit einem Schachfeld im XXL-Format auf dem Hof des Hauses der Jugend und der AWO Tagesstätte Herringen wollen die Quartiersentwicklerin Larissa Reckels und die Jugend- und Stadtteilarbeiterin Alina Kroll künftig gemeinsam mit Jung & Alt schachspielen und zeigen, wie spannend eine Partie Schach sein kann.

Unterstützt werden sie dabei von echten Profis: Dem herringener Schachverein Königsspringer, dessen Mitglieder wöchentlich in der AWO-Tagesstätte zum Schachspielen zusammenkommen und sich schon auf neue Mitspieler und Mitspielerinnen aus allen Altersgruppen freuen. Sie haben Lust, mal eine Partie Schach in einer außergewöhnlichen Dimension im Freien zu spielen? Oder Sie möchten gerne das Schachspielen erlernen?

Dann melden Sie sich bei Larissa Reckels, Altengerechte Quartiersentwicklung Herringen,

Tel. 01 73 2 57 97 70 oder bei Alina Kroll, Jugend- und Stadtteilarbeit Herringen, Tel. 01 62 6 99 27 90.

■ Larissa Reckels

Herringer Kunst- und Spielenachmittag

Mitten in Herringen an der Dortmunder Straße befindet sich das bunt gestaltete „West. Kunst-Büdchen“. Hier hat Benigna Grüneberg mit Gleichgesinnten einen Förderverein gegründet, der sich der Kunst in Herringen widmet. Schnell entstand zwischen Larissa Reckels - zuständig für die Altengerechte Quartiersentwicklung Herringen - und Frau Grüneberg die Idee, Kunst- und Spielenachmittage für Senioren und Seniorinnen anzubieten. Dieses Angebot startete mit dem Künstlerpaar Mechthild & Wolfgang Pötter, die ihre Skulpturen im West. Kunst-Büdchen präsentieren. Auch wurden die Boulekugeln ausgepackt und im Friedenspark gleich mehrere spannende Partien ausgespielt. Am Ende des ersten Nach-

mittags wurde direkt der Wunsch nach einem Folgetermin laut, sodass es gleich einen Monat später einen zweiten Kunst- und Spielenachmittag gab. Diesmal stellte Tanja Prill ihre expressionistischen Werke aus und stand den kunstinteressierten Senioren und Seniorinnen Rede und Antwort. Indes war die Boulebahn wieder gut besucht und die Boule-Spieler und -Spielerinnen trotzten sogar dem plötzlich eintretenden Platzregen. Denn: Eine Boulepartie wird zu Ende gespielt! Komme, was wolle!

■ Larissa Reckels

Radeln im Norden

Nachdem die von der Quartiersentwicklerin Larissa Reckels geplante Radtour durch den Hammer Norden verschoben wurde, haben sich bei dem Nachholtermin bei strahlendblauem Himmel und angenehmen Temperaturen acht Radfahrer und Radfahrerinnen zusammengefunden, um am Kanal entlang bis zum Naturschutzgebiet Tibaum und zurück zu radeln. Das Tempo wurde dabei entsprechend der Teilnehmenden angepasst, sodass sowohl die Elektro-Radler als auch die Teilnehmenden mit den klassischen „Bio-Bikes“ gemütlich mitradeln konnten. Aus der ursprünglich einstündig geplanten Radtour wurden dann schnell zwei Stunden; denn wenn man schon einmal am Tibaum

ist, dann muss man auch die Haubentaucher und die Störche beobachten! Ganz nach dem Motto „Fit bleiben im Alter“ ist bereits eine weitere Radtour in Planung. Bei Interesse wenden Sie sich an Larissa Reckels, Altengerechte Quartiersentwicklung Hammer Norden, Tel. 01 73 2 57 97 70.

■ Larissa Reckels

Kaffee & Spiele im Hammer Norden

Wenn eine große Spielwiese zur Verfügung steht, dann muss sie auch genutzt werden! Das dachte sich Larissa Reckels, zuständig für die Altengerechte Quartiersentwicklung im Hammer Norden, als sie den Außenbereich des Stadtteilzentrums im Hammer Norden betrachtete. Um das Spielkind in den älteren Nordenern und Nordenerinnen zu wecken, wurde der frisch gemähte Rasen an einem schönen Sommertag zu einem großen Spielfeld für Wikingerschach, Kegeln und Boccia umgewidmet. Gemeinsam mit der neuen Kollegin Lisa Müller (Altenhilfe der Stadt Hamm) servierte Larissa Reckels leckeres Gebäck, Kaffee und, bei den warmen Temperaturen, auch ganz viel Wasser. Gut gestärkt ging es dann auf das Spielfeld und es wurde eine spannende Partie Wikingerschach ausgespielt.

■ Larissa Reckels



ULÉPHONE SHOT ON NOTE 9P



Mobil und sicher mit dem Bus...

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

Das war das Ziel des Ende August durchgeführten Mobilitätstrainings in der Stadtmitte. Bei dem Angebot handelte es sich um eine Kooperationsveranstaltung des Amtes für Soziales, Wohnen und Pflege bzw. des dort angesiedelten Bereichs der Altenhilfe, der Altengerechten Quartiersentwicklung Mitte sowie der Stadtwerke-Hamm im Stadtteilzentrum FeidikForum.

In gemütlicher Atmosphäre bei Kaffee und Kuchen informierte zunächst Herr Lenz als erfahrener Mitarbeiter des städtischen Unternehmens über generelle Fragen zur Nutzung der modernen Busse im öffentlichen Nahverkehr und stand für konkrete Nachfragen zur Beförderung bei körperlichen Beeinträchtigungen zur Verfügung. Einige der Anwesenden berichteten von per-

sönlichen Erlebnissen, bei denen sie sich im öffentlichen Nahverkehr unsicher gefühlt hatten.

Die neuen Informationen und konkreten Tipps zur sicheren Nutzung der Busse konnten die fünfzehn Teilnehmenden dann im Anschluss direkt vor dem FeidikForum in die Praxis umsetzen. Mit einem eigens für die Veranstaltung dort abgestellten Bus der Stadtwerke wurde unter Anleitung das Ein- und Aussteigen sowie das sichere Verhalten im Fahrzeug trainiert. Am Ende der Veranstaltung lud Herr Lenz alle Beteiligten zu einer Rundfahrt in der südlichen Innenstadt ein, bei der er unter anderem bei einer simulierten Vollbremsung noch einmal auf mögliche Auswirkungen und Sicherungen hinwies. Ein Zwischenstopp an einer regulären Haltestelle bot allen Teilnehmenden noch einmal die Gelegenheit, das Gelernte, rückwärtige und damit sicherste Aussteigen zu üben.

■ Christiane Mitlewski und Ulrike Tornscheidt

Zweiter Spaziertreff für Ältere im Hammer Osten im Kurpark

Seit drei Jahren gibt es den „Spaziertreff“ am DRK-Senioren-Stift. Jeden Montag warten sogenannte „Spazierpaten und -patinnen“ am Stift um mit älteren Menschen aus der Umgebung spazieren zu gehen.

Um weitere Seniorinnen und Senioren aus dem Hammer Osten zu erreichen, wird jetzt der zweite Treff am Kurpark eingerichtet. Ab sofort stehen jeden Dienstag um 15.00 Uhr „Paten und Patinnen“ an der „Seniorenresidenz Am Kurpark“ (Ostenallee 84) bereit.

Sie begleiten ältere Menschen aus der Umgebung, die nicht alleine spazieren gehen möchten oder unsicher sind, weil sie sich mit einem Rollator fortbewegen und gerne für den „Notfall“ jemanden dabei haben möchten.

Die „Paten und Patinnen“ freuen sich darauf mit den Älteren eine gemeinsame Runde durch den Kurpark zu drehen, ins Gespräch zu kommen und miteinander zu plaudern. Rollstuhlfahrer und -fahrerinnen, mit eigener

Begleitung sind auch eingeladen teilzunehmen.

Wenn Sie sich also etwas Bewegung an der frischen Luft wünschen, zögern Sie nicht die Gruppe mit Ihrer Anwesenheit zu bereichern und gemeinsam eine gute Zeit zu verbringen.

■ Jutta Jeretzky
Fotos: ©Rainer Sturm /pixelio.de

Eine Anmeldung zum Spaziertreff ist nicht erforderlich. Weitere Informationen gibt es bei der Quartiersentwicklerin Jutta Jeretzky im DRK-Senioren-Stift sowie unter der dazugehörigen Telefonnummer: 02381 98281-76



Für interessierte ältere Bürgerinnen und Bürger gibt es am 18. Oktober im Hammer Westen (nähere Informationen bei K. Berheide, Tel.: 02381 17-6734) und am 11. Oktober in Pelkum (nähere Informationen bei M. Foschepoth Tel.: 02381 17-6732) ebenfalls die Gelegenheit an einem Mobilitätstraining teilzunehmen.



Bewegt ÄLTER werden in NRW!

Die Lockerungen der Corona-Schutzmaßnahmen haben im letzten Quartal auch endlich wieder den Sport im Freien ermöglicht. So konnten zwei der vom SSB Hamm vorgesehenen Angebotseinführungen im Rahmen des LSB-Projekts „Bewegt ÄLTER werden“ wie geplant durchgeführt werden.

Die bewegten Spaziergänge durch den Hammer Westen waren sehr gut besucht. In Kooperation mit dem Sportverein TVG 1877 Hamm soll das Angebot auch nach Projektende weiter fortgeführt werden. Beim 1. FC Pelkum wurde im August mit einem Walking Football-Projekt gestartet. Hier war die Resonanz leider nicht besonders gut. Trotz Werbung über die verschiedenen Netzwerkpartner konnten wir für dieses interessante Angebot, das sich in erster Linie an die Zielgruppe Männer Ü50 richtet, nur wenige Teilnehmer gewinnen. Eine Fortführung ist daher sehr fraglich.

Sehr gut angenommen wurden aber

die in unterschiedlichen Quartieren durchgeführten „Alltags-Fitness-Tests“. Mit sechs einfachen Übungen wurden unter anderem Arm- und Beinkraft, Ausdauer und Hüftbeweglichkeit getestet. Fragen zur allgemeinen Fitness und zur Perspektive auf ein selbstbestimmtes Leben im hohen Alter konnten so beantwortet werden.

Nicht durchgeführt werden kann das ursprüngliche geplante „AFT Praxis-Programm“. Dieses Projekt muss auf das nächste Jahr verschoben werden. Ein Netzwerktreffen für interessierte Akteure der Seniorenarbeit findet am 6. Oktober in der AWO-Tagesstätte in Herringen statt. Weitere Infos dazu gibt es in der Geschäftsstelle des SSB Hamm (Tel. 02381 15155)

Zögern Sie nicht, bei allem was Sie interessiert auch einmal hineinzuschnuppern. Vielleicht können Sie dabei alte Leidenschaften wieder aufnehmen oder sich gar neue erschließen.

■ Sabine Matzka
StadtSportbund Hamm

Freund♥innen müsste man sein...

„Wem der große Wurf gelungen, eines Freundes Freund zu sein...“ - schon Schiller hat sie beschrieben, diese große, glücklich machende Kraft, die in der Freundschaft liegt. Aber was ist das eigentlich, Freundschaft? Was ist es, was Menschen über Jahrzehnte zusammenschweißt, auch wenn sie sich gar nicht so häufig sehen? Braucht Mann oder eben auch Frau neben der Familie überhaupt noch Freunde oder Freundinnen?

Mit diesen Fragen hat sich die Theatergruppe FiftyFifty unter der Leitung von Irmgard Schlierkamp in den vergangenen Monaten intensiv beschäftigt. Corona ist's geschuldet, auch monatelang nur digital über Zoom. Die 12 Theaterfrauen haben dann Verwandte, Freunde und Freundinnen, Bekannte und Nachbarn wie auch Nachbarinnen interviewt. Sie haben Gedichte und Texte herausgesucht und gelesen, haben ihre eigenen „Freundschaftsgeschichten“ erzählt und die Ergebnisse auf die Probenbühne gebracht.

Entstanden ist so ein Programm mit Theaterszenen, Texten und Liedern rund um das Thema Freundschaft, oft komisch, manchmal nachdenklich und immer mit einem Augenzwinkern.

Gezeigt wird die Premiere dieser bunten Mischung am Sonntag, 24. Oktober um 19.00 Uhr in der Kreuzkirche in Bockum-Hövel. Der Eintritt ist frei, eine Hutspende wird jedoch gerne entgegengenommen. Um Anmeldungen bei B. Janicki im evangelischen Gemeindebüro wird gebeten.

Erreichbar ist B. Janicki unter der Telefonnummer: 02381 71383 sowie der E-Mail: Buero@ev-Bockum-Hoevel.de.

Ebenso ist eine Anmeldung über U. Tornscheidt aus dem Bereich Altenhilfe im Amt für Soziales, Wohnen und Pflege unter der Telefonnummer: 02381 17-6733 bzw. über die Mailadresse tornscheidt@stadt.hamm.de möglich.

■ Irmgard Schlierkamp
Foto: ©Reiner Mroß



Vorlesungsverzeichnis „Studium im Alter“

Münster. Das neue Vorlesungsverzeichnis „Studium im Alter“ für das Wintersemester 2021/22 ist an der Uni Münster erschienen. Ab sofort ist das gut 200 Seiten starke Verzeichnis, das alle wichtigen Informationen über ein „Studium im Alter“ enthält, kostenfrei in der Buchhandlung „Akzente!“ erhältlich.

Unabhängig von Ihrem Schulabschluss steht das „Studium im Alter“ als Weiterbildungsangebot der Uni Münster allen Interessierten offen. Erforderlich ist lediglich eine Anmeldung als Gasthörer oder Gasthörerin an der Universität Münster und die Zahlung der Gasthörer- bzw. Gasthörerinnengebühr von 125 Euro im Semester.

Die WWU Münster hofft, im Wintersemester 2021/22 auch im Bereich des Studiums im Alter wieder möglichst viele Veranstaltungen in Präsenz durchführen zu können, wobei auch einige bewährte Elemente der digitalen Lehre beibehalten werden. In welcher Form genau die angebotenen Veranstaltungen durchgeführt werden können, entscheidet sich abhängig von der Corona-Lage jedoch erst Ende September.

Eröffnet wird das Wintersemester am 28. September von 10:00 Uhr bis 13:00 Uhr. Auf dem Programm steht eine Informationsveranstaltung für Studienanfänger und Studienanfängerinnen

sowie Interessierte, aber auch der Festvortrag von Prof. Dr. Kai Müller vom Institut für Evolution und Biodiversität über den botanischen Garten.

Beide Veranstaltungen werden über Zoom angeboten und können zur angegebenen Zeit unter diesem Link abgerufen werden:

<https://www.zoom.us/j/68348039343>
Meeting-ID: 683 4803 9343

Die Semester-Eröffnung ist öffentlich und daher allen Interessierten zugänglich. Eine vorherige Anmeldung zu dieser Veranstaltung ist nicht erforderlich.

■ Angelika van Dillen
Foto: ©Rainer Sturm/pixelio.de



Weitere Informationen und Anmelde-möglichkeiten für das Studium gibt es bei der Kontaktstelle Studium im Alter, Mail: studia@uni-muenster.de

„Mobile Betrüger und Betrügerinnen“

Corona hat offensichtlich die reisenden und überregionalen Täter und Täterinnen mit der eingeschränkten Mobilität in ihrer Tatausführung gehemmt. Taten an der „Haustür“ oder durch Betrüger und Betrügerinnen in der Wohnung sind in Corona-Zeiten stark zurück gegangen.

Nun, mit der wiedergewonnenen Freiheit und der ansteigenden Mobilität, scheinen diese Täter und Täterinnen sich wieder auf den Weg zu machen und entsprechende Opfer zu suchen.

Hier sind insbesondere ältere Menschen gefährdet.

Da sind zunächst die sog. „**Wasserwerker und -werkerinnen**“ bzw. die **sogenannten falschen Stadtwerkemitarbeitenden**. Unter Vorgabe einer Störung in der Wasserversorgung versuchen sie in die Wohnung zu gelangen, lenken die Bewohner und Bewohnerinnen ab und suchen dann nach Schmuck oder Bargeld.

Auf ähnliche Art versuchen die Kabel- und Telefonkontrolleure wie auch -kontrolleurinnen in die Wohnung ihrer Opfer zu kommen. Sie geben vor, den Telefonanschluss kontrollieren zu müssen und erhalten so Zugang zur Wohnung. Vielfach versuchen sie auch unsicheren Personen neue und teure Telefonverträge anzudrehen.

Sodann gibt es auch noch die Gruppe der **Frauen, die sich ein Glas Wasser erbitten, einen Blumenstrauß oder eine Nachricht für die nicht anwesende Nachbarin bzw. den nicht anwesenden Nachbar haben**. Auch sie versuchen in die Wohnung der

Opfer zu gelangen. Hier arbeiten meist mehrere Personen zusammen. Klassisch ist der sog. Tuchtrick, bei dem sich die Mittäter und Mittäterinnen hinter einem ausgebreiteten Tuch unerkannt in die Wohnung schleichen und nach Wertgegenständen suchen.

Zuletzt werden auch die **reisenden Handwerker und Handwerkerinnen / Dachdecker sowie Dachdeckerinnen und steinereinigende Personen** zurückerwartet. Diese bieten zunächst günstige Dienstleistungen im Bereich von Reinigungsarbeiten oder Reparaturen an. Manchmal geben sie vor, einen kleinen Schaden am Dach des Hauses beim Vorbeifahren gesichtet zu haben. Die folgenden Arbeiten werden dann meist nur unzureichend, nicht fachgerecht oder stark überteuert durchgeführt.

Lange war es dahingehend ruhig – doch dürften diese reisenden Betrüger und Betrügerinnen ihre Arbeit bald wieder aufnehmen.

Insofern: Machen Sie es diesen Betrügern und Betrügerinnen schwer und lassen Sie sich nicht auf derartige „Besuche“ ein. Lassen Sie auch insbesondere keine unbekanntenen Personen in Ihre Wohnung! Suchen Sie sich für Arbeiten am Haus eine Firma Ihres Vertrauens vor Ort! Melden Sie derartige, verdächtige Vorfälle der Polizei!

■ Dirk Püttner
Kriminalhauptkommissar
Tel.: 02381 9163353
E-Mail: dirk.puettner@polizei.nrw.de

Foto: Kreispolizeibehörde Mettmann - Polizeipressestelle -



Zuhörcafé in Mitte

Am 16. Juni lud Klaus Harkenbusch erstmalig gemeinsam mit der Altengerechten Quartiersentwicklung Mitte ein zum Zuhörcafé am Stadtteilzentrum FeidikForum. Gedacht war das offene Angebot zunächst als Möglichkeit, auch über Sorgen und Gedanken miteinander ins Gespräch zu kommen.

Die Bedenken der Initiatoren, es würden vielleicht keine Interessenten kommen, erwiesen sich schnell als haltlos. Bereits am ersten Termin suchten rund zwanzig Teilnehmerinnen und Teilnehmer den Austausch im Quartier Mitte.

Neben dem gegenseitigen Kennenlernen stand schnell ein angeregtes Gespräch über ganz aktuelle Themen im Mittelpunkt, wobei immer noch Raum blieb für ganz persönliche Beiträge der Anwesenden.

Aufgrund der großen Teilnehmerzahl einigte man sich in der Gruppe darauf, beim nächsten Treffen zwei Themen gemeinsam festzulegen und dann in zwei Gruppen ins Gespräch zu kommen, bevor abschließend alle erneut

zusammenkommen und das Gesagte zusammenfassen sollten.

Bei warmen und kalten Getränken entstand so ein munterer Austausch, bei dem durchaus auch mal leidenschaftlich argumentiert und ebenso häufig herzlich gelacht wurde.

Das Zuhörcafé bietet somit das Potential kurzfristig an die Bedürfnisse und Wünsche der Teilnehmerinnen und Teilnehmer angepasst zu werden. Denkbar ist zudem auch bei besonderen Anlässen eine Verlagerung des Angebotes an besondere Orte, wie einen schönen Hinterhof oder in eine Grünanlage.

Das Zuhörcafé ist ein offenes Angebot für Menschen jeden Alters und jeder Nationalität und findet 14täglich immer mittwochs von 15:00 bis 16:30 am Stadtteilzentrum FeidikForum, Feidikstr. 27 statt.

Eine Anmeldung ist nicht erforderlich! Informationen unter: 01 51 53 86 84 24 oder Christiane.Mitlewski@outlaw-ggmbh.de

■ Christiane Mitlewski

Kurs für Nachbarschaftshelfer und -helferinnen

Kurs für Nachbarschaftshelfer und -helferinnen gem. §45 SGB XI am 15. und 16. Oktober 2021 in Rhynern

Viele pflegebedürftige Menschen erhalten im Alltag bereits Unterstützung von Haushaltshilfen, Betreuungskräften aus der Nachbarschaft oder von Bekannten und stellen so sicher, dass sie trotz wachsender Unterstützungsbedarfe so gut wie möglich versorgt sind. Gerade auch dann, wenn Notfälle eintreten oder wichtig ist, dass jemand nach einem sieht.

Diese Hilfestellungen konnten allerdings bisher nicht mit den Pflegekassen über den Entlastungsbetrag (€ 125.-/ Monat) abgerechnet oder als Aufwandsentschädigung genutzt werden.

Seit dem 01.01.2019 hat der Gesetzgeber in Nordrhein-Westfalen mit der AnFöVO (Anerkennungs- und Förderungsverordnung) jedoch eine Möglichkeit geschaffen, dass diese Hilfen mit den Pflegekassen abgerechnet

werden können, wenn sie von anerkannten „Nachbarschaftshelfern und -helferinnen“ oder auch „Einzelkräften“ erbracht werden.

Der kostenlose Kurs - ein Gemeinschaftsprojekt der Altengerechten Quartiersentwicklung Rhynern, Mitte und dem Regionalbüro Alter, Pflege und Demenz Münsterland - ist offen für alle Bürgerinnen und Bürger der Stadt Hamm.

Anmeldungen nimmt Frau Schmidt unter der Telefonnummer 023 85 437 5928 oder auch per Mail entgegen.

Ihre Mailadresse lautet: conny.schmidt@mayday-rhynern.de.

Der Kurs richtet sich an Personen, die auf der Basis von Nachbarschaftshilfe tätig werden möchten oder bereits tätig sind.

■ Conny Schmidt

Bild unten: ©Rosel Eckstein/pixelio.de
Bild oben: ©Rainer Sturm/pixelio.de



Voraussetzungen für Anerkennung und Abrechnung der Leistungen:

- Absolvierung eines Kurses gem. §45 SGB XI
- Inanspruchnahme eines Beratungsgesprächs mit dem Regionalbüro Alter, Pflege und Demenz (gilt nur für Einzelkräfte)
- mindestens Pflegegrad 1
- kein bestehendes Verwandtschaftsverhältnis 1. oder 2. Grades mit der
- kein Zusammenleben in einer häuslichen Gemeinschaft mit der pflegebedürftigen Person

elephantastisch! Hamm:

Wohn- und Pflegeberatung

Wir informieren und beraten Sie u. a. über

- Seniorenwohnungen
- Wohnraumanpassung
- Leistungen und 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
Jürgen-Graef-Allee 2
59065 Hamm

Wohnberatung:
Frau Liesegang, Tel.: 023 81 17-8103

Pflegeberatung:
Frau Kroll, Tel.: 023 81 17-8107

GESUNDHEITSCENTER
BAD HAMM

Initiative von BMFSFJ und BAGSO zur Stärkung digitaler Teilhabe und Souveränität von älteren Menschen

Älteren Menschen fehlt es häufig an spezifischem Wissen, an ratgebender Unterstützung und an Geld für Geräte, um auch digital am Leben teilzunehmen. Deshalb starten das Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend (BMFSFJ) und die BAGSO - Bundesarbeitsgemeinschaft der Seniorenorganisationen gemeinsam mit den Partnern Bitkom und der Bundesvereinigung kommunaler Spitzenverbände die Initiative DigitalPakt Alter.

Ältere Menschen sollen beim Einstieg und im Umgang mit digitalen Medien unterstützt werden und geeignete Lernangebote erhalten. Die vielen bestehenden Ansätze zur Stärkung der digitalen Teilhabe Älterer sollen gesammelt und es soll aufgezeigt werden, wo genau Handlungsbedarf besteht.

Die Initiative versteht sich als Bündnis, dem sich bereits jetzt schon zehn Partnerorganisationen aus Bund, Ländern,

Kommunen, Wirtschaft, Wissenschaft und Zivilgesellschaft angeschlossen haben.

Bundesfamilienministerin Christine Lambrecht: „Die Digitalisierung bietet für alle Generationen große Chancen. Gerade für ältere Menschen kann das Internet das Leben leichter machen, zum Beispiel beim Einkaufen oder um mit anderen in Kontakt zu bleiben. Mit dem DigitalPakt Alter [...] wollen wir dafür sorgen, dass ältere Menschen an den Vorteilen der Digitalisierung teilhaben können.“

Erste Maßnahme der Initiative ist die Förderung von 100 sogenannten Erfahrungsorten, die älteren Menschen die „digitale Welt“ erlebbar machen. Der persönliche Nutzen digitaler Dienste im eigenen Lebensumfeld steht im Fokus. [...]

BAGSO-Vorsitzender Franz Müntefering verweist auf die vielfältigen Initiativen und betont: „Die 100 Erfahrungsorte zeigen, wie Digitalisierung vor Ort gelingen kann. [...] Langfris-

tig soll in jeder Kommune ein Angebot zum digitalen Kompetenzerwerb für Ältere vorhanden sein“.

Achim Berg, Präsident des Bitkom - Bundesverband Informationswirtschaft, Telekommunikation und neue Medien e.V.: „[...] Wir arbeiten nicht nur an der digitalen Transformation von Wirtschaft und Verwaltung, sondern auch daran, wie wir eine breite Beteiligung der Gesellschaft am digitalen Fortschritt erreichen können. [...] Wir müssen digitale Teilhabe allen ermöglichen – unabhängig von Alter, Wohnort, Kontostand oder Bildungsabschluss. Wir unterstützen den ‚Digitalpakt Alter‘ deshalb sehr gerne als Partner.“

„Mit dem DigitalPakt Alter wird die Beteiligung Älterer an der Digitalisierung vorangetrieben. Die Städte, Kreise und Gemeinden unterstützen dies ausdrücklich“, so der **Präsident des Deutschen Städte- und Gemeindebundes, Bürgermeister Ralph Spiegler** für die Bundesvereinigung der kommunalen Spitzenverbände. [...]

Die Partner des DigitalPakt Alter sind:

- Bitkom - Bundesverband Informationswirtschaft, Telekommunikation und neue Medien e.V.
- Bundesarbeitsgemeinschaft der Freien Wohlfahrtspflege e. V.
- Bundesnetzwerk Bürgerschaftliches Engagement
- Bundesvereinigung der kommunalen Spitzenverbände (vertreten durch Deutscher Städte- und Gemeindebund)
- Deutsche Gesellschaft für Gerontologie und Geriatrie e. V.
- Deutscher Gewerkschaftsbund
- Deutscher Volkshochschul-Verband e.V.
- Deutschland sicher im Netz e.V.
- Stiftung Digitale Chancen
- Verbraucherzentrale Bundesverband e.V.

Link zum DigitalPakt Alter:
www.digitalpakt-alter.de

Foto links:Timo Klostermeier/
pixelio.de

Foto rechts: Petra Bork/pixelio.de



Einmal um die Welt radeln – interaktives Radfahren im Hammer Osten

Eine Radtour durch Paris, Sydney, New York oder durch Tulpenfelder in Holland und Reisfelder auf Java - das würden Sie auch gerne mal machen?

Im DRK-Senioren-Stift an der Marker Allee 88 ist das möglich. Das „Bike Labyrinth“ ist ein System, mit dem 500 interaktive Fahrradtouren auf der ganzen Welt gemacht werden können. Das funktioniert mit einem Bewegungstrainer, der über einen PC mit einem großen Bildschirm verbunden ist. Während man gemütlich strampelt, bewegt man sich durch Städte und Landschaften, kann ganz nach Belieben unterwegs anhalten oder an bestimmten Punkten die Richtung der Weiterfahrt selbst bestimmen.

Die Bürgerinnen und Bürger aus dem Hammer Osten hatten jetzt zum ersten Mal die Möglichkeit das „interaktive Fahrrad“ zu testen. Im Rahmen des Aktionstags „Einmal um die Welt radeln“ haben viele vorwiegend Ältere die Gelegenheit genutzt und alte Urlaubsorte aufgesucht oder

unbekannte Städte kennengelernt. In einer halben Stunde hat eine Seniorin Paris, Sydney und New York „erradelt“. Zwei Freundinnen wollten dagegen lieber in der Nähe bleiben und sich Dortmund anschauen, da dort die nächste gemeinsame, echte Radtour hingehen soll.

Zwei Herren, die vor mehr als 40 Jahren mit ihrer „Männerrunde“ viele Reisen unternommen haben, konnten sich einen langgehegten Wunsch erfüllen und gemeinsam erneut „virtuell“ den Grand Canyon erkunden. „Mit den digitalen Sachen kann ich nicht so viel anfangen, aber diese Technik (das Bike Labyrinth) macht mir sehr viel Spaß“, war eine Aussage des Seniors aus der damaligen „Männerrunde“.

Der Aktionstag soll in Abständen wiederholt werden, so dass weitere Bürgerinnen und Bürger aus dem Quartier auf diese Weise „digital“ mit dem Rad um die Welt fahren können.

■ Jutta Jeretzky



**Private Banking
der Sparkasse.**

Mehr als Vermögensberatung.

Bei der Vermögensoptimierung handeln wir verantwortungsbewusst und nachhaltig.

Denn wir wissen, dass es in Ihrem Leben um mehr geht.

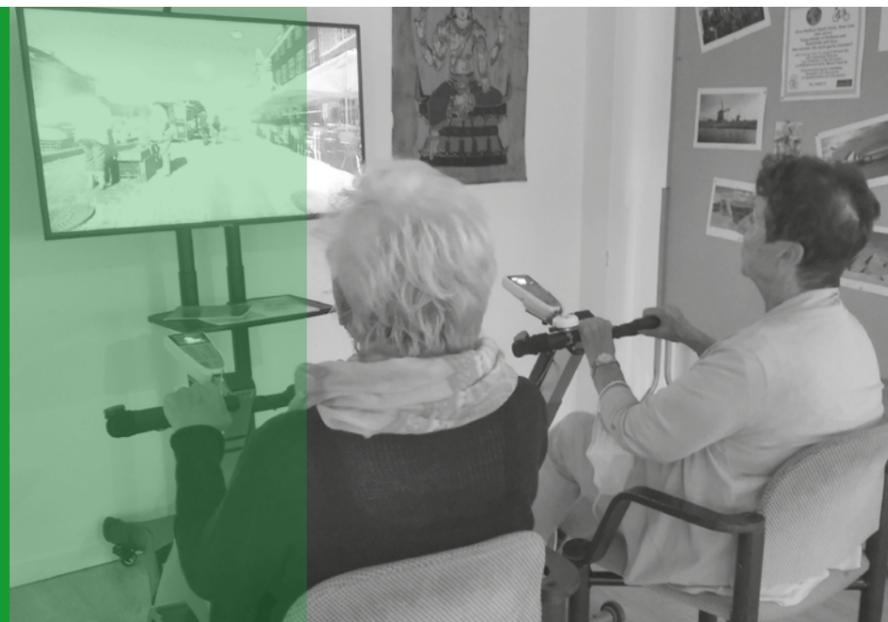
Überzeugen Sie sich selbst und vereinbaren Sie jetzt einen Beratungstermin unter 02381 - 103 611.



**Sparkasse
Hamm**

sparkasse-hamm.de

Weitere Informationen gibt es im Quartiersbüro bei Jutta Jeretzky, DRK-Senioren-Stift, Marker Allee 88 und unter der dazugehörigen Telefonnummer: 02381 9828176.



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

