

Pflegefall – was nun?  
Seite 6

Seniorenbeirat startet in  
die zweite Wahlperiode  
Seite 12/13

Saunaweltrekord  
im Maximare  
Seite 15

Weihnachten –  
gibt's das noch?  
Seite 16/17

Jedem Kind ein Instrument  
Seite 19

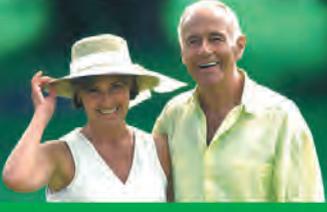


# Das Fenster

Zeitschrift für ältere  
Bürgerinnen und Bürger

Ausgabe 01/2011

**Fit für Neues**



**Spezielle Sprach- und Computerkurse für Senioren**

- Englisch, Spanisch, Französisch u.a.
- Windows, Office, Internet, E-Mail
- Kleingruppen und Einzelunterricht
- Kurseinstieg jederzeit möglich

**lernstudio barbarossa**

59065 Hamm • Weststr. 9 • ☎ 0 23 81 / 92 73 09

[www.lernstudio-barbarossa.de](http://www.lernstudio-barbarossa.de)



**Mit Lebensfreude und Gemeinsinn inmitten der Gesellschaft**

**Unser Angebot für Sie, das fit hält und neue Kontakte schafft:**

- Vorträge und Gespräche
- Wanderungen
- Besichtigungen
- Theaterbesuche
- Reisen und Tagesfahrten
- Radtouren

Das Veranstaltungsprogramm der Senioren Union erhalten Sie im CDU-Bürgerbüro  
Oststraße 49, 59065 Hamm  
Tel.: 02381-92 19 20

[www.cduhamm.de](http://www.cduhamm.de)



**Senioren Union** CDU

*hellwach!*



*Wir geben uns erst zufrieden, wenn Sie es sind.*

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

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

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

Curanum Seniorenzentrum Haus Mozart Westuffler Weg 13, 59457 Werl, Tel. 02922/ 804-02 Fax 02922/ 804 323, [mozart@curanum.de](mailto:mozart@curanum.de)



# Grußwort des Oberbürgermeisters

Sehr geehrte Mitbürgerinnen und Mitbürger!

Wenn Sie in diesen Tagen Rückschau auf das vergangene Jahr halten, dann hoffe ich, dass sich viele der Wünsche und Erwartungen, die Sie mit dem Jahr 2010 verbunden haben, zu Ihrer Freude und Zufriedenheit entwickelt haben.

Auch in unserer Stadt Hamm konnten im Jahr 2010 trotz angespannter Haushaltsslage wieder viele Maßnahmen und Projekte, gerade auch für ältere Menschen, erfolgreich umgesetzt oder weiterentwickelt werden. So ist zum Beispiel der Ausbau von „sozialen Nachbarschaftsnetzwerken“ im Rahmen des Projektes „Neues Altern in der Stadt“ (NAIS) gut vorangekommen.

In Hamm-Mitte engagieren sich derzeit über 20 ehrenamtliche Helferinnen und Helfer. Sie unterstützen bei kleineren Reparaturen, bieten Dienstleistungen in und um den Haushalt an oder stehen einfach für Besuche und Gespräche zur Verfügung. Mitmachen können alle, die Freude am Kontakt mit anderen Menschen haben, die eine sinnvolle Aufgabe suchen und sich für andere Menschen gerne einsetzen möchten.

Ebenso zum Mitmachen eingeladen sind Menschen aus

dem Stadtbezirk Bockum-Hövel, die einen Teil ihrer Zeit für ältere Menschen investieren möchten. Denn hier hat sich ein Kreis gebildet, der es sich zum Ziel gemacht hat, der Vereinsamung von älteren Menschen entgegenzuwirken. In enger Kooperation mit den ortsansässigen Kirchengemeinden organisiert das Amt für Soziale Integration – Altenhilfe einen Besuchs- und Begleitdienst.

All dies könnte natürlich nicht ohne ehrenamtliches Engagement durchgeführt werden und somit unterstützt die Stadt Hamm ganz ausdrücklich das „Europäische Jahr der Freiwilligentätigkeit“ 2011.

Gemeinsam mit der Freiwilligenzentrale Hamm und Organisationen / Vereinen, in denen Ehrenamtliche tätig sind, wird sich die Stadt Hamm intensiv am „Europäischen Jahr der Freiwilligentätigkeit“ beteiligen. Ziel ist es, die breite Öffentlichkeit für den Wert und die Bedeutung von Freiwilligentätigkeiten zu sensibilisieren und so zu weiteren Verbesserungen in der Ehrenamtstätigkeit in Hamm zu kommen.

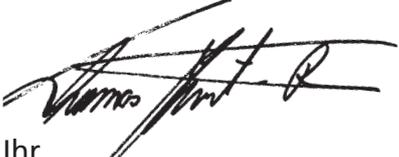
Sehr viele von den in der Stadt Hamm lebenden Seniorinnen und Senioren engagieren sich ehrenamtlich für

ihre Mitmenschen - teilweise bis in hohe Alter.

Ich bin froh, dass wir in der Stadt Hamm ein so großes Potenzial an aktiven und engagierten Seniorinnen und Senioren haben. Ich sichere Ihnen zu, dass sich die Stadtverwaltung Hamm – auch in enger Zusammenarbeit mit dem Seniorenbeirat in der Stadt Hamm - in den kommenden Jahren weiterhin um die Belange und Bedürfnisse ihrer älteren Mitbürgerinnen und Mitbürger kümmern wird.

Lassen Sie uns auch im Jahre 2011 gemeinsam über alle Altersgrenzen hinweg und mit allen in unserer Stadt lebenden Kulturen und Nationalitäten daran arbeiten, dass Hamm sich weiter entwickelt und lebens- und lebenswert bleibt.

Ich wünsche Ihnen, liebe Mitbürgerinnen und Mitbürger und Ihren Familien eine schöne Adventszeit, ein frohes und gesegnetes Weihnachtsfest sowie ein glückliches und gesundes Jahr 2011.



Ihr  
Thomas  
Hunsteger-Petermann

# Inhalt



Pflegefall - Was nun?	6
Der Bundesverband Selbsthilfe Körperbehinderter e.V. informiert: Urlaub ohne Hindernisse	7
Helfende Hände nicht nur zur Weihnachtszeit	8
Zwei „Stützpfeiler“ des Kulturprogramms: spritziges Musiktheater und beste komödiantische Unterhaltung	10/11
Mit Volldampf weiter: Seniorenbeirat startet in die zweite Wahlperiode	12/13
Der Wendler ist zurück in Hamm! Zweite Hammer Schlagernacht in der Sparkassen- Arena	14
Maximare schlägt Finnland im Saunaweltrekord	15
Weihnachten – gibt’s das noch?	16/17
Von draußen vom Walde...	18
Für jeden etwas	19
Verflixte Technik oder: Engel in höchster Not	20/21
Lesen leicht gemacht!	22
„Sparkassen-Seniorenkino in Hamm	23
Der Seniorenbeirat informiert: Gebt Ganoven keine Chance	24
Sprechstunde des Seniorenbeirates jetzt auch in Heessen	24
Weihnachten	27
Termine/Veranstaltungshinweise	ab 29



# Liebe Leserinnen, liebe Leser,

während wir uns beim Schreiben dieser Zeilen noch Mitten im Advent befinden, hat der bevorstehende Winter 2010 / 2011 bereits kräftig Einzug bei uns gehalten. Schnee bedeckt Bäume, Straßen und Häuser, nur in Nachbars Garten hängt einsam ein dicker gelber Apfel am Baum, der einfach nicht loslassen will. Der Hammer Weihnachtsmarkt hat längst seine Pforten geöffnet und an dem täglich größer werdenden Umfang an Werbebeilagen in der Tageszeitung ist unschwer zu erkennen, dass wir uns im Endspurt auf das Weihnachtsfest befinden.

Jedes noch so kleine Kaufhaus scheint sich in diesem Jahr gleich bergeweise mit Streusalz eingedeckt zu haben. Auch Nachrichten und Zeitungen erklären immer wieder, dass wir in diesem Winter keinen Engpass an Salz zu befürchten hätten

und die Winterdienste in den Städten und Gemeinden bestens vorbereitet seien. Lassen wir uns überraschen, ob der kommende Winter seinem Vorgänger an Kälte und Schneepacht gerecht werden kann. Zumindest die Kinder würden sich freuen!

Längst haben wir uns übrigens daran gewöhnt, dass Dominosteine, Marzipan und Lebkuchen bereits ab September abgeboten werden und kurz nach dem Jahreswechsel das Sortiment flugs auf Osterhasen und bunte Eier (die es mittlerweile aber auch ganzjährig zu kaufen gibt!) umgestellt wird. Wer hätte schon vor einigen Jahren daran gedacht, bei Temperaturen von mehr als 25 Grad Dominosteine zu verzehren? Dass diese Gewöhnung aber auch zur Entwöhnung unserer Vorfroreude auf das Weihnachtsfest führen kann, beschreibt unsere

Redakteurin in ihrem Beitrag „Weihnachten – gibt’s das noch?“, in dem sie uns an ihren Kindheitserinnerungen teilhaben lässt.

Viele positive Rückmeldungen haben wir auf das neue Erscheinungsbild unserer Zeitschrift von unseren Leserinnen und Lesern erhalten. Darüber haben wir uns sehr gefreut. Ebenso bedanken wir uns aber auch für die konstruktiv kritischen Hinweise und haben uns bemüht, sie schon in dieser Ausgabe umzusetzen. Bitte unterstützen Sie uns auch weiterhin, indem Sie uns Ihre Meinungen und Einschätzungen mitteilen.

Ihnen allen wünschen wir ein frohes, gesegnetes Weihnachtsfest und ein schönes und gesundes Jahr 2011!

■ Die Redaktion

## Impressum

### Herausgeber:

Stadt Hamm,  
Der Oberbürgermeister  
Amt für Soziale Integration  
B&B Druck, Hamm-Rhynern  
Auflage: 6.500

Im Dezember 2010  
Ausgabe 1/2011

### Redaktionsmitglieder:

W. Boesen, B. Deinert,  
U. Halbe, H. Kürpick,  
A. Isenberg-Pfützenreuter,  
U. Schwarz

### Titelbild:

Werner Boesen

### Anzeigen:

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

### Bei Rückfragen stehen wir Ihnen gerne zur Verfügung

Stadt Hamm  
Amt für Soziale Integration  
Herr Andreas Pieper  
Frau Petra Rasche

Tel.: 0 23 81 / 17 - 67 61

0 23 81 / 17 - 67 31

Fax: 0 23 81 / 17 - 67 30

E-Mail:

pieper@stadt.hamm.de

raschep@stadt.hamm.de

Weitere Infos: [www.hamm.de](http://www.hamm.de)

# Pflegefall - Was nun?



Wenn der Ehepartner, die Eltern, Verwandte oder Sie selbst pflegebedürftig werden oder eine Betreuung benötigen, stellen sich viele Fragen. Oft tritt diese Situation überraschend ein und auf die Betroffenen und ihre Angehörigen kommen Probleme zu, mit denen sie sich bis dahin häufig noch nicht auseinandergesetzt haben.

Zur Sicherstellung der Pflege steht ein breites Angebot an Dienstleistungen zur Verfügung. Hier die richtige Wahl zu treffen, erweist sich meistens als sehr schwierig.

Häufige Fragen sind z.B.:

Wie beantrage ich eine Pflegestufe?

Wie erfolgt die Pflegeeinstufung?

Welcher Pflegeumfang ist nötig und möglich?

Welche Betreuungsleistungen könnten zunächst oder begleitend in Frage kommen? Wer pflegt meine Angehörigen, wenn ich in den Urlaub fahre oder krank bin?

Wie kann die Pflege finanziert werden?

Die Mitarbeiter/innen der Pflegeberatung kennen aus langjähriger Erfahrung die Belastungen, Nöte und Bedürfnisse von Betroffenen und Pflegenden und suchen gemeinsam mit allen Betei-

ligten nach individuellen Lösungen und den richtigen Ansprechpartnern. Zu diesem Zweck arbeiten sie eng mit all denen zusammen, die in Hamm mit Pflege und sozialen Hilfeleistungen für ältere Menschen zu tun haben.

Die Pflegeberatungsstelle des Sozialamtes der Stadt Hamm berät trägerunabhängig und kostenlos, auch schon im Vorfeld einer Pflegeeinstufung.

Unter Berücksichtigung der individuellen Wohn- und Pflegesituation berät sie mit dem Ziel, dass die Pflegebedürftigen so lange wie möglich in der gewohnten häuslichen Umgebung verbleiben können.

Wenn die Pflege zu Hause nicht mehr möglich ist, hilft die Pflegeberatung bei der Wahl einer bedarfsgerechten Pflegeeinrichtung.

Sie informiert über wohnortnahe Angebote von unterstützenden Hilfen im Haushalt über ambulante Hilfen, Kurzzeit- und Tagespflege bis hin zur Betreuung von Demenzkranken.

Des Weiteren gibt sie einen Überblick über die Leistungen der Pflegekassen und des

Sozialamtes, die sich durchaus ergänzen können.

Die Pflegeberatung berät trägerunabhängig, neutral und kostenlos. Zusätzlich werden zahlreiche Informationsbroschüren zu einzelnen Themen oder Angeboten bereitgehalten.

Die Pflegeberatungsstelle befindet sich im Rathaus Heessen, Amtsstr. 19, Anbau 2. Obergeschoss, Zi. 76 59073 Hamm

Ansprechpartner/-in:

Herr Stefan, Tel. 17-6616  
Frau VertgeWall, Tel. 17-6617  
Frau Krohne

Besuchen Sie auch unsere Internetinformation unter:  
[www.hamm.de/pflege.html](http://www.hamm.de/pflege.html)

Sprechzeiten:

montags bis freitags:  
08:30 – 12:00 Uhr  
und mittwochs:  
14:00 – 15:30 Uhr

Aufgrund der vielfach etwas länger dauernden Beratung empfiehlt sich eine vorherige Terminvereinbarung!

Dann ist eine Beratung auch außerhalb der Sprechzeiten und unter Umständen auch zu Hause möglich!

## Der Bundesverband Selbsthilfe Körperbehinderter e.V. informiert: Urlaub ohne Hindernisse



Ich war noch niemals in New York..." - Dank des neuen Kataloges „BSK-Urlaubsziele 2011“ vom Bundesverband Selbsthilfe Körperbehinderter könnte Udo Jürgens' Schlager schon bald nicht mehr zutreffen.

Das Programm 2011 bietet Menschen mit Körperbehinderung eine bunte Auswahl an barrierefreien Reisezielen. Ob Bus-, Flug- oder Städte-

reisen, Urlaubs- und Bade-  
reisen für Gruppen oder Individualreisen in Deutschland und im Ausland, für jeden ist das Richtige dabei. Der aktuelle Katalog kann gegen Zusendung eines adressierten und mit € 1,45 frankierten DIN A4-Rückumschlag angefordert werden beim:  
BSK Service GmbH  
Reiseservice  
Altkrautheimer Straße 20  
74238 Krautheim.

Weitere Infos auch unter:  
[www.reisen-ohne-barrieren.eu](http://www.reisen-ohne-barrieren.eu)

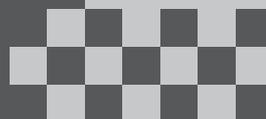
Bundesverband Selbsthilfe  
Körperbehinderter e.V.  
Pressestelle  
Altkrautheimer Straße 20  
74238 Krautheim

Tel.: 0 62 94 42 81 - 25,  
Fax 0 62 94 42 81 - 19

[www.bsk-ev.org](http://www.bsk-ev.org)

## Pflegeberatung des Sozialamtes

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



### Öffnungszeiten:

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

### Ihre Ansprechpartner/in:

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

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

Infos unter: [www.hamm.de/pflege.html](http://www.hamm.de/pflege.html)

elephantastisch!  
**Hamm:**



## Helfende Hände nicht nur zur Weihnachtszeit



Kennen Sie das ?

Die Tür klappert, der Wasserhahn topft, ein Bild muss aufgehängt werden, ein Rauchmelder müsste angebracht werden, der Einkauf ist alleine zu beschwerlich. Lang ist die Liste der Hilfebedarfe, die vor allem bei alleinstehenden Seniorinnen und Senioren im Alltag anfallen.

Die inzwischen auf 25 ehrenamtliche Helferinnen und Helfer angewachsene Gruppe der NAIS (Neues Altern in der Stadt)-Initiativrunde Hamm -Mitte möchten mit kleinen Reparaturen, haushaltsnahen

Dienstleistungen und/oder persönlichen Hilfen ältere Menschen bei der Bewältigung ihres täglichen Lebens in der eigenen Wohnung unterstützen. Auch für Besuche, Gespräche und Begleitung stehen sie gerne zur Verfügung.

Dass aus diesen Hilfeangeboten langfristig auch kleinräumig funktionierende Nachbarschaftshilfen entstehen, wünschen sich die Mitglieder der Initiativrunde, die sich aus Vertretern der Stadt, Verbänden, verschiedenen Institutionen, des Seniorenbeirates und Bürgern zusammensetzt.

Zunächst sollen aber Seniorinnen und Senioren, die in Hamm -Mitte wohnen, auch auf diesem Wege ermutigt werden, ihre Hilfebedarfe anzumelden und sich in einem persönlichen Gespräch näher zu informieren.

Ansprechpartner für das Amt für Soziale Integration der Stadt Hamm ist Ulrike Tornscheidt, Tel.: 0 23 81 / 17- 67 33,

für das „Hamms Mehrgenerationenhaus“ Christine Lenz, Tel.: 0 23 81/ 49 58 47.

■ Ulrike Tornscheidt



Harmonie ist auch, wenn der Einsatz für Kunst und Kultur stimmt.



Kulturelle Vielfalt macht das Leben noch lebenswerter. Wir engagieren uns dafür, geben Denkanstöße, fördern talentierten Nachwuchs und interessante Projekte, wie auch Initiativen für den Sport, für Bildung und Umwelt. Darin sehen wir eine Verpflichtung, die über unsere Aufgaben als großes, bürgernahes Geldinstitut hinausgehen, aber für die Entwicklung unserer Region ebenso wichtig sind. Zum Nutzen aller.  
**Wenn's um Geld geht – Sparkasse.**

## Zwei „Stützpfeiler“ des Kulturprogramms: spritziges Musiktheater und beste komödiantische Unterhaltung



Seit der Saison 2007/2008 konzentriert sich die Reihe Musiktheater sehr erfolgreich auf das Genre Musical. Beste Zutaten garantieren höchsten Genuss: Eine inhaltlich breit gefächerte Auswahl – von deutschen Klassikern bis hin zu Broadwayern – dazu Livemusik, deutsche Texte und exzellente Inszenierungen.

In der aktuellen Saison stehen noch zwei weitere Produktionen auf dem Spielplan, beide jeweils um 19 Uhr im Kurhaus Bad Hamm:

Am 14. Januar 2011 kann man den Broadwayerfolg „Jekyll und Hyde“ erleben. Der angesehene Arzt Dr. Jekyll versucht, dem Rätsel von Gut und Böse auf die Spur zu kommen. Er wähnt sich am Ziel, als er ein Mittel findet,

das es ihm ermöglicht, eben diese beiden „Pole“ voneinander zu trennen. Doch der Versuch an einem Patienten wird ihm vom Krankenhaus untersagt und die Gesellschaft verspottet ihn ob seiner verrückten Idee. Nur sein Freund und seine Verlobte halten zu ihm. Jekyll wagt schließlich den Selbstversuch – mit fatalen Folgen: er spaltet sich in zwei Existenzen auf. Jetzt gibt es sowohl den freundlichen und treuen Dr. Jekyll als auch den unheimlichen Mr. Hyde, der alles Böse in sich vereint. Die Musicalstars Yngve Gasoy-Romdal und Leah Delos Santos sind in den Hauptrollen zu sehen.

Zum Abschluss gibt es am 11. März 2011 dann einen deutschen Klassiker: „Das Wirtshaus im Spessart“. Franz Grothe selbst, der für die Musik bei der bekannten Verfilmung mit Lieselotte Pulver und Carlos Thompson verantwortlich zeichnete, schuf 1977 die Musicalversion des Stücks. „Ach, das könnte schön sein“ heißt es dann auch in Hamm, wenn die Komtess Franziska von (und zu) Sandau als Mann verkleidet Teil einer „wilden“ Räuberbande wird und sich dabei in den freiheitsliebenden Räuberhauptmann verliebt.

Die Unterhaltungs-Reihe des Kultbüros sorgt auch 2011 immer um 20 Uhr im Kurhaus dafür, dass man den grauen Alltag hinter sich lassen und herzlich lachen kann:

In „Männerhort“ am 06. Februar 2011 flüchten drei Männer vor ihren kaufwütigen Ehefrauen in einen stillgelegten Heizungskeller des Einkaufszentrums. Hier haben sie sich eine „Enklave der Männlichkeit“ eingerichtet und können bei Bundesligafußball, Dosenbier und Pizza ihre Seele baumeln lassen. Diese Idylle droht aufzufliegen, als der Sicherheitsbeauftragte des Centers den Zufluchtsort entdeckt.

Weiter geht es am Samstag, 05. März, mit dem „Feuerwerk der Operette“: Die Junge Kammeroper Köln widmet sich einen unterhaltsamen Abend lang verschiedensten Werken der „kleinen Oper“ (so die wörtliche Übersetzung von Operette).

Ob „Fledermaus“ oder „Zigeunerbaron“, „Die lustige Witwe“ oder „Orpheus in der Unterwelt“: spielfreudig, fröhlich, jugendlich frisch – aber höchst professionell – verstehen es die jungen Sängerinnen und Sänger, das Publikum gekonnt zu unterhalten. Eine galante,



charmante Moderation führt durch die beschwingte Gala.

Eine Programmänderung gibt es zum Saisonende: statt der Boulevard-Komödie 0900... Special Services steht am Freitag, 08. April, ein Klassiker von Oscar Wilde auf dem Spielplan. „Ein idealer Gatte“ ist eine intelligente Komödie über Gesellschaft, Machtpolitik und Liebe mit brillanten Dialogen und viel Ironie.

Für seine Ehefrau ist Sir Robert Chiltern der ideale Gatte: ein erfolgreicher Abgeordneter, moralisch absolut integer und prinzipien-

fest. Gemeinsam sind sie das Vorzeigepaar der Londoner High Society – doch leider ist Chilterns Vergangenheit nicht ganz so blütenrein, wie seine Frau glaubt. Den Grundstein für sein Vermögen und seine politische Karriere legte er mit einem verbotenen Insidergeschäft. Darüber weiß Mrs. Cheveley Bescheid und versucht, Chiltern damit zu erpressen – seine Stimme ist nämlich das entscheidende Zünglein an der Waage für ein Kanalprojekt, in das die Lady viel Geld investiert hat...

■ Meike Richter  
Kulturbüro der Stadt Hamm





## Mit Volldampf weiter: Seniorenbeirat startet in die zweite Wahlperiode

Als der Rat der Stadt Hamm den Entschluss zur Einrichtung eines Seniorenbeirates fasste, ahnte sicherlich noch niemand, welch ein wichtiges Sprachrohr für die älteren (und nicht nur für die älteren!) Menschen in der Stadt sich da in den kommenden Jahren nachhaltig etablieren würde!

Vor dem Hintergrund eines sich rasch vollziehenden demographischen Wandels (etwa 43.000 Menschen in unserer Stadt haben das 60. Lebensjahr bereits überschritten, das entspricht einem Anteil von gut 24% an der Gesamtbevölkerung

Hamm) wollen ältere Menschen an Planungen und vor allem Entscheidungsprozessen, die sie selbst betreffen, aktiv und umfassend beteiligt werden. Der Seniorenbeirat nahm diese Herausforderung an und entwickelte sich so zu einem kompetenten Ansprechpartner und Ratgeber in vielen seniorenrelevanten Fragestellungen.

Dass der neue Seniorenbeirat sich für die kommenden Jahre wieder viel vorgenommen hat, zeigen die auf der Klausurtagung im Oktober 2010 mit den Bereichen „Verkehr“ sowie „Pflege, Gesundheit und Wohnen“

festgelegten Schwerpunktthemen. Eine zentrale Bedeutung kommt dabei der Entwicklung von Strategien für eine noch wirksamere Öffentlichkeitsarbeit zu.

„Tue Gutes und rede darüber“: diesem Motto will sich der Seniorenbeirat noch stärker als in der vergangenen Wahlperiode widmen und öffentliche Präsenz zeigen. Mit Herrn Frank Mattern verfügt der Seniorenbeirat nunmehr über einen sehr versierten und medienerfahrenen Pressewart aus den eigenen Reihen, um schnell und umfassend seniorenrelevante Themen in das öffentliche

Bewusstsein transportieren zu können.

Auch zukünftig entsendet der Seniorenbeirat je ein stimmberechtigtes Mitglied in den Behindertenbeirat, die Gesundheitskonferenz und die Pflegekonferenz. Zusätzlich ist der Seniorenbeirat ab dieser Wahlperiode mit einem Sitz als beratendes Mitglied im Ausschuss für Soziales, Gesundheit und Integration vertreten. Um zukünftig den vielfältigen Anliegen und Interessen der älteren Bürgerinnen und Bürger nachdrücklicher als bislang Rechnung zu tragen, strebt der Seniorenarbeit weitere Teilhabe- und Mitwirkungsrechte (insbesondere

ein Rede- und Antragsrecht in den Bezirksvertretungen) sowie die Aufnahme in die städtische Hauptsatzung an.

Alle Sitzungen des Seniorenbeirates sind selbstverständlich öffentlich.

Daneben bietet der Seniorenbeirat regelmäßig Sprechstunden im Seniorenbüro in der Freiwilligenzentrale an.

Seniorenbüro in der Freiwilligenzentrale Hamm  
Südstraße 29  
(Erdgeschoß Universa - Haus)  
Eingang Ostenwall/  
Ecke Südstraße, 59065 Hamm  
Sprechzeiten:  
dienstags  
14.30 – 16.30 Uhr

donnerstags  
10.00 – 12.00 Uhr

Telefon: 02381 / 87 600 48  
Email:  
seniorenbeirat-  
hamm@hamcom.biz

Ansprechpartner:  
Karl-Ernst Weiland  
Vorsitzender des Seniorenbeirates in der Stadt Hamm  
(0 23 81 / 5 05 31)

Rosemarie Marx  
stellv. Vorsitzende  
(0 23 81 / 40 13 55)

Frank Mattern  
PR und Presse  
(0 23 81 / 5 02 91)

■ Andreas Pieper

## Mitglieder des Seniorenbeirates

Stadtbezirk	Name	Telefon
Hamm-Mitte	Marie Luise Streit Karl Ernst Weiland	0 23 81 / 2 33 73 0 23 81 / 5 05 31
Rhynern	Lydia Grote Hans-Ulrich Schwanitz Elfriede Küpper	0 23 85 / 52 18 0 23 81 / 5 36 95 0 23 85 / 84 62
Uentrop	Frank Mattern Franzis Schwarz	0 23 81 / 5 02 91 0 23 85 / 23 80
Heessen Bockum-Hövel	Karl Bielemeier Hermann Marks Eckerhart Teßmer	0 23 81 / 3 83 58 0 23 81 / 7 49 98 0 23 81 / 6 48 39
Herringen	Heide Klaus Paul Bönig	01 75 / 3 43 61 38 0 23 81 / 46 43 94
Pelkum	Magdalene Schulze Rosemarie Marx Hermann Bastert	0 23 81 / 40 17 21 0 23 81 / 40 13 55 0 23 81 / 3 04 93 49
Kath. Kirchengemeinde Ev. Kirchengemeinde AG Wohlfahrtsverbände	Heinz Kuhlmann Pfarrerin Ulrike Kreutz Bernward Kesting Kurt Sperling	0 23 81 / 5 08 17 0 25 91 / 7 89 23 0 23 81 / 4 49 03 0 23 81 / 92 05 00
Integrationsrat Behindertenbeirat	Sinan Karaagac Udo Schwarz	0 23 81 / 3 72 58 57 0 23 81 / 44 28 05

# Der Wendler ist zurück in Hamm!

Zweite Hammer Schlagernacht in der Sparkassen- Arena lockt mit fünf- stündigem Programm



Am 29.01.2011 startet die Hammer Schlagernacht der Zentralhallen in die zweite Runde. Namhafte Künstler wie Libero 5, Jörg Bausch, Willi Herren, Vollker Racho und ‚Der Wendler‘ werden dem Publikum in der Sparkassen- Arena einheizen.

Eröffnet wird das Programm von Libero 5 alias Thorsten, bekannt durch seinen deutschlandweiten Hit ‚Lu-Lu-Lukas Podolski‘ und seine EM-Hymne ‚Deutschland ist der geilste Club der Welt‘. Im Anschluss wird Jörg Bausch die Bühne rocken. Mit seinem aktuellen Album ‚Ich fliege‘ landete er direkt unter den Top 50 der deutschen Schlagercharts. Auftritte beim ‚Frühlingsfest der Volksmusik‘ oder dem ‚ZDF-Fernsehgarten‘ gehören für Jörg Bausch zum festen Tourprogramm. Für unterhaltssame Partystimmung sorgt bei der Hammer Schlagernacht auch Vollker Racho mit seinen Sommerhits ‚Das Rote Pferd‘ und ‚Eine Insel mit zwei Bergen‘. Er hat es geschafft, altbekannte Kinderlieder zu beleben und partyfähig zu machen. Vollker Racho ist seit Jahren im Showgeschäft und weiß als Entertainment- Urgestein die Menschenmassen in Wallung zu bringen. Ebenso wie Willi Herren. Dieser über-

zeugte bereits bei der letzten Hammer Schlagernacht mit guter Stimmung, gebündelter Energie und reihenweise tanzbaren Hits wie ‚Ich glaub‘, es geht schon wieder los‘ oder ‚1.000 mal berührt‘.

Der Höhepunkt des fünfständigen Programms ist schließlich der Auftritt von Michael Wendler. ‚Der Wendler‘ veröffentlicht am 29.10.2010 sein neues Album ‚Jackpot‘ mit 14 neuen Hits wie ‚Sommerregen‘ oder ‚Piloten wie wir‘.

Im Rahmen der Hammer Schlagernacht wird ‚Der Wendler‘ schließlich sowohl neue als auch alt bekannte Hits wie ‚Sie liebt den DJ‘ und ‚Nina‘ präsentieren. Während der kurzen Umbaupausen und insbesondere bei der großen After Show Party wird das bekannte Hammer DJ Team ‚DJ M und Mr. Light‘ für charmante Unterhaltung sorgen.

Die Tickets für die Hammer Schlagernacht sind ab dem 22.09.2010 an allen bekannten Vorverkaufsstellen für 19,50 € zu erwerben. Der Einlass zur Veranstaltung ist um 19:00 Uhr, Beginn ist um 20:00 Uhr. Weitere Informationen gibt's auch unter [www.zentralhallen.de](http://www.zentralhallen.de).

■ Jessica Schulze





## Maximare schlägt Finnland im Saunaweltrekord

Die Erlebnistherme Maximare in Bad Hamm hat Weltrekordgeschichte geschrieben: Saunafans aus 91 Nationen schwitzten am Donnerstag, 18.11.2010, um kurz nach 11 Uhr für fünf Minuten gemeinsam und haben damit den bisherigen Weltrekord der Saunanation Finnland gebrochen.

Warum am Donnerstag Morgen? Es war der Internationale Guinness-Weltrekordtag. Auf der Ganzen Welt sollten an diesem Tag neue Rekorde aufgestellt werden.

Bei uns in Hamm klappte das!

In der Multimediasauna ArenaMare versammelten

sich unter anderem Nationalitäten aus Aserbaidschan, Chile, Sri Lanka, Syrien, Ruanda, und sogar von den Fidschi-Inseln, um den Titel nach Hamm zu holen.

Bereits um 9 Uhr war das Sauna Resort im Maximare voll und bunt angesichts der früh eingetrudelten verschiedenen Nationen. Nach einem ausgiebigen Frühstück hieß es: T-Shirt mit entsprechender Landesflagge überziehen und erst ab zum Gruppenfoto und dann in die Sauna – beim Weltrekordversuch war Saunabekleidung Pflicht.

Die Nationenvielfalt konnte sich sehen lassen. „Wir sind

überwältigt, dass uns so viele Teilnehmer darin unterstützt haben, den Saunaweltrekord nach Deutschland zu holen. Denn obwohl uns weit über 90 Anmeldungen vorlagen, haben wir bis zuletzt mitgefiebert, ob wir uns den Titel sichern können“, verkündete Maximare-Marketing-Leiter Christian Fecke erleichtert.

Nicht nur Europa war mit fast allen Staatsangehörigkeiten vertreten. Auch afrikanische, südamerikanische und asiatische Vertreter nahmen an dem Weltrekord teil. Sogar Finnen haben Hamm zum Titel verholpen und den bisherigen finnischen Saunaweltrekord von 76 Personen weit geschlagen.



## Weihnachten – gibt's das noch?

Ich erinnere mich: Weihnachten war früher für mich immer ein schönes, feierliches Familienfest.

Die Vorbereitungen begannen allerdings nicht vor dem 1. Advent. Dann konnte man das erste Weihnachtsgebäck im Schaufenster sehen, die Wohnung wurde adventlich geschmückt, es wurde gebacken und es roch nach Weihnachten.

Kein Mensch dachte Ende der Sommerferien an Christstollen oder Spekulatius. Außerdem warteten wir auf das Christkind und nicht auf den „Weihnachtsmann“, der heutzutage in zigfacher Ausfertigung in den Städten herumläuft.

Dafür kam am 6.12. der Nikolaus (mit oder ohne Knecht Ruprecht), entweder im Kostüm des heutigen Weihnachtsmannes – wohl eher in den evangelischen Gegenden – oder – wie bei uns – in stattlicher Bischofskluft, in den Händen ein „goldenes“ (das gute) oder (und) ein „schwarzes“ Buch. Letzteres enthielt unsere kleinen Sünden und Verfehlungen, ersteres unsere guten Taten. Zwar waren das nur kleine Kindersünden, die verlesen wurden, aber es war beeindruckend.

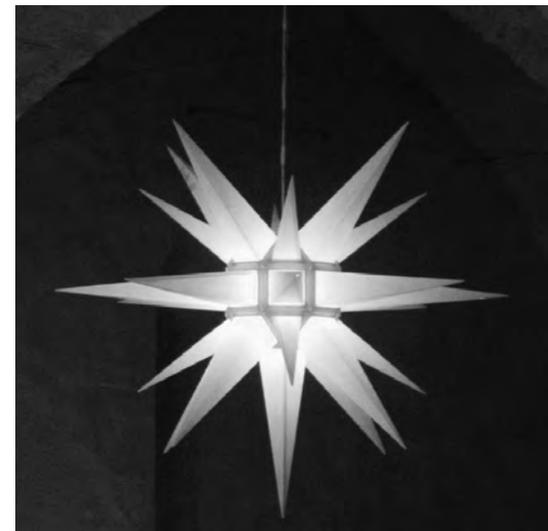
Hinterher gab es, trotz aller „Sünden“, stets etwas Süßes oder ein kleines Geschenk.

Kein Mensch bedrohte uns übrigens mit der neu aus Amerika übernommenen Halloween-Forderung „Süßes oder Saures“, die mir immer noch frech und fordernd erscheint und eigentlich nicht in die Kindererziehung passt!

Zurück zum Christkind. Ca. 8 Tage vor Weihnachten wurde das große Esszimmer abgeschlossen. Das Christkind musste vorarbeiten. Ich wusste immer, dass es so weit war, wenn unsere Palme, die dort ihren Platz hatte, plötzlich woanders stand, weil der Übertopf mit Ständer für den Weihnachtsbaum gebraucht wurde. Darunter stand dann die Krippe. Durchs Schlüsselloch luchschen nützte nichts, das war klugerweise von innen verstopft.

Die Bescherung war bei uns immer am 1. Weihnachtstag morgens nach der Christmette, die um 5 Uhr stattfand, verbunden mit einem großen Frühstück. Ich fand das sehr schön, weil ich dann einen ganzen Tag Zeit hatte, mit dem neuen Spielzeug zu spielen oder die neuen Bücher zu lesen. (Ich war damals schon eine „Leseratte“!)

Aber vor dieser ganzen Freude stand noch die „Arbeit“! Nach dem Läuten der Weihnachtsglocke stürmte man zwar das Zimmer und versuchte, nach den Geschenken zu linsen, aber erst kam das mühsam gelernte Weihnachtsgedicht vor der Krippe und dann, als ich Klavier spielen konnte,



eine extra eingeübte Weihnachtsmusik und ein Weihnachtslied, das mein Vater noch mit der Geige begleitete. Erst danach durften wir uns auf die Geschenke stürzen.

Waren alle „Ahs“ und „Ohs“ verklungen, den Eltern und der anwesenden Tante (Lehrerin und alleinstehend) die

selbstgebastelten Geschenke überreicht, ging's ans leckere und ausgiebige Frühstück, wobei die Kerzen am Baum und auf dem Tisch hell leuchteten. Es waren meist duftende Honigkerzen, elektrische Kerzen gab es damals im Haus noch nicht. Es war um diese Zeit ja noch etwas dämmerig, was alles besonders feierlich erscheinen ließ.

Wenn ich heute den schon im September beginnenden Weihnachtsrummel sehe, brauche ich nicht darüber nachzudenken, warum ich Weihnachten heute gar nicht mehr schön finde und die Innigkeit des Festes vermisste.

Ist der 24.12. erst da, bin ich es meistens schon leid und froh, wenn die Tage vorbei sind.

Weihnachten hat viel von seiner einst christlichen Bedeutung verloren.

Fragen Sie mal die heutige Jugend. Ich denke, die wird antworten: „Weihnachten, ja, viele Geschenke, gutes Essen und abends vielleicht Party!“

Ob sie überhaupt noch weiß, dass es einmal das Fest der Geburt Christi war??

■ Annette  
Isenberg-Pfützenreuter



# LBV

Lohnsteuer-Beratungs-Verein e.V.  
Lohnsteuerhilfverein

## Neue Rentenbesteuerung ab 2005

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

### Rufen Sie uns an. Wir beraten Sie gerne!

Bahnhofstr. 16 a  
59065 Hamm

Telefon: 02381 / 92427-0  
Telefax: 02381 / 92427-27  
Internet: [www.lbv-hamm.de](http://www.lbv-hamm.de)

## Angst vorm Renovieren?!

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

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

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



Telefon 0 23 81 - 46 25 18



# Der-Treppenlift<sup>®</sup>

GMBH

Markenqualität ab 3.100 €

Größte Auswahl gebrauchter  
Treppenlifte in Deutschland!

02383-936 98 93

Poststr. 24 B, 59199 Bönen  
[www.der-treppenlift.de](http://www.der-treppenlift.de)



## Von draußen vom Walde...

Von draußen, vom Walde  
komm ich her;  
ich muß euch sagen, es  
weihnachtet sehr!  
Überall auf den  
Tannenspitzen  
sah ich goldene Lichtlein  
blitzen,  
und droben aus dem  
Himmelstor  
sah mit großen Augen das  
Christkind hervor.

Und wie ich stolch' durch  
des finstern Tann,  
da rief's mich mit heller  
Stimme an:  
„Knecht Ruprecht“, rief es,  
„alter Gesell“,  
heb deine Beine und spute  
dich schnell!  
Die Kerzen fangen zu  
brennen an,

das Himmelstor ist aufgetan,  
alt und jung sollen nun  
von der Jagd des Lebens  
einmal ruhn,  
und morgen flieg ich hinab  
zur Erden;  
denn es soll wieder  
Weihnachten werden!“

Ich sprach: „Oh lieber  
Herre Christ,  
meine Reise fast zu Ende ist;  
ich soll nur noch in  
diese Stadt,  
wo's eitel gute Kinder hat.“

„Hast denn das Säcklein  
auch bei dir?“  
Ich sprach: „Das Säcklein,  
das ist hier;  
denn Äpfel, Nuß und  
Mandeln  
essen fromme Kinder gern.“

„Hast denn die Rute auch  
bei dir?“  
Ich sprach: „Die Rute,  
die ist hier;  
doch für die Kinder nur, die  
schlechten,  
die trifft sie auf den Teil den  
rechten!“

Christkindlein sprach: „So  
ist es recht;  
so geh mit Gott, mein treuer  
Knecht!“  
Von draußen, vom Walde  
komm ich her;  
ich muß euch sagen, es  
weihnachtet sehr!  
Nun sprecht, wie ich's hier  
innen find!  
sind's gute Kind, sind's böse  
Kind?

Theodor Storm

# Für jeden etwas



Was haben die Grundschulkinder im Ruhrgebiet gemeinsam? Sie fiebern für denselben Fußballclub? Falsch: Bei so vielen Lokalrivalen geht das nicht. Sie begeistern sich für Musik? Richtige Antwort!

Derzeit nehmen ruhrgebietsweit rund 55.000 Kinder am Programm „Jedem Kind ein Instrument“ teil. An 641 Grundschulen der Region streichen, blasen und zupfen sie gemeinsam fleißig auf ihren Musikinstrumenten.

Das Programm ergänzt den regulären Musikunterricht und führt die Kinder spielerisch an die aufregende Welt der Rhythmen und Melodien heran.

Im ersten Jahr probieren die Schüler verschiedene Instrumente aus: Sie lernen, wie man Akkordeon, Bratsche, Cello und Co. Töne entlocken kann. Nachdem die Kleinen herausgefunden haben, welches „ihr“ Instrument ist, geht im zweiten Jahr der Instrumentalunterricht in Kleingruppen los.

In der dritten und vierten Klasse kommt das Musizieren im Orchester hinzu. Die Kinder spielen nun zusammen im „Ensemble Kunterbunt“ ihrer Grundschule und

sammeln damit auch schon erste Bühnenerfahrungen.

Die Kinder erhalten die Instrumente kostenlos geliehen und können somit in der Schule und auch zu Hause regelmäßig üben. Das erste Unterrichtsjahr ist ebenfalls gebührenfrei.

Ab dem zweiten Jahr beteiligen sich die Eltern an den Kosten für den Unterricht, im zweiten Jahr mit 20 €, im dritten und vierten Jahr mit 35 € pro Monat. Doch nicht alle Familien können diese Beträge ohne Weiteres aufbringen. Hier greift der Stipendienfonds der Stiftung „Jedem Kind ein Instrument“:

Eltern, die die Teilnahmegebühr aus eigener Kraft nicht finanzieren können, haben die Möglichkeit, ein Stipendium für ihr Kind zu beantragen – und das ohne bürokratischen Aufwand. Für die Finanzierung dieses Fonds ist die Unterstützung engagierter Bürgerinnen und Bürger gefragt. Aus diesem Grund hat die Stiftung „Jedem Kind ein Instrument“ eine Spendenkampagne initiiert.

Warum der JeKi-Unterricht so wichtig ist, erklärt Manfred Grunenberg, Direktor der Stiftung: „Die Grundschüler

erlernen ja nicht nur ein Instrument. Das Musizieren hat eine umfassende Wirkung auf die Kinder, es weckt ihre Neugier und regt die Vorstellungskraft an. Außerdem lernen sie durch das Spielen im Ensemble, aufeinander zu hören und entwickeln so einen Gemeinschaftssinn. All diese Bestandteile des JeKi-Unterrichts wirken sich positiv auf die Entwicklung der Kinder aus und das wiederum kommt unserer gesamten Gesellschaft zugute.“

Musikalische Bildung darf kein Privileg sein, sondern muss allen Kindern offen stehen. Die Stiftung „Jedem Kind ein Instrument“ bittet um Ihre Unterstützung.

Spenden Sie Freude, spenden Sie Zukunft!

STIPENDIENFONDS JEDEM  
KIND EIN INSTRUMENT  
GLS Gemeinschaftsbank  
■ BLZ 430 609 67  
■ Konto-Nr. 13 022 722

STIFTUNG JEDEM KIND EIN  
INSTRUMENT  
Willy-Brandt-Platz 1-3  
44787 Bochum

TELEFON 02 34 . 54 17 47-13  
TELEFAX 02 34 . 54 17 47-99

E-MAIL [info@jedemkind.de](mailto:info@jedemkind.de)  
URL [www.jedemkind.de](http://www.jedemkind.de)

# Verflixte Technik oder: Engel in höchster Not



Frohgelaut sitzen wir im Auto und sind auf dem Weg zu meinen Großeltern: Oma Katrinchen und Opa Jupp.

Es ist Heilig Abend und Mama meint: „Wir können ja schon mal ein Weihnachtslied singen, damit wir den ganzen Stress der letzten Zeit vergessen. Dadurch wird unsere Stimmung vielleicht ein bisschen feierlich“ und sie stimmt das Lied „Oh du fröhliche“ an.

Meine Schwester Kosima ist noch nicht so textsicher, doch die Melodie hat sie schon ganz gut drauf. Kosima heißt sie. Komischer Name, aber sie ist stolz darauf und sagt immer: „Lisa und Lena, Anna und Marie heißen fast alle Mädchen in der Grundschule“. Sie ist gerade mal acht Jahre alt. Ich heiße Martin und werde im Januar schon 10, bin also schon fast erwachsen.

Es beginnt schon zu dämmern, da grummelt Papa etwas von: „Ich glaube, ich bin falsch abgebogen.“ Alle Achtung, so etwas hat er ja sonst noch nie zugegeben. Abrupt verstummt unser Gesang, da kommt von Papa: „Was ist das denn?“

Überrascht sehe ich nach vorne. Da blinkt es in rot,

gelb und orange. „Sieht fast so aus wie eine Weihnachtsbeleuchtung“ ist mein Kommentar. In diesem Moment fährt Papa auch schon auf den Grünstreifen am Straßenrand, wo das Auto von selbst stehen bleibt.

Draußen ist es völlig dunkel geworden. Da auch im Auto nichts mehr funktioniert, sitzen wir völlig im Dunkeln. Papa flucht: „Was für ein Mist!“ Mama seufzt leise: „Muss uns das ausgerechnet heute passieren?“ Da fängt auch noch meine Schwester an zu wimmern.

Ängstlich fragt sie: „Müssen wir hier die ganze Nacht stehen bleiben?“ Ich sage genervt: „Quatsch, Papa ruft über Handy den ADAC an und dann kommt jemand und hilft uns oder schleppt uns ab.“

„Gut mein Junge“ lobt mich Papa und fragt Mama nach den Fahrzeugpapieren. „So einfach ist das nicht“, klagt sie: „Wie soll ich bei der Dunkelheit überhaupt etwas finden?“

Papa schaltet sein Handy ein. Das leuchtet so hell und schnell hat er die Unterlagen gefunden. Nach mehrfachem Wählen stöhnt er auf: „Ich bekomme keine Verbindung,

wir befinden uns hier wohl in einem Funkloch. „Karina, bitte gib mir mal dein Handy, vielleicht habe ich damit mehr Glück.“

Mama sucht in ihrer Handtasche. Doch dann fällt ihr ein: „Das liegt ja zu Hause, da es aufgeladen werden musste und in der Hektik habe ich es vergessen.“

Vorwurfsvoll sagt sie zu Papa: „Du hättest ja auch mal dran denken können. Ich habe das Essen gekocht und im Auto verstaut, alle Geschenke eingepackt, zu Hause nachgesehen, ob alles in Ordnung ist und alle Türen abgeschlossen.“ Mamas letzte Worte hören sich schon fast weinerlich, ja zumindest dramatisch an.

Papa antwortet genervt: „Wenn ich jetzt auch noch aufzähle, was ich in der Firma alles tun musste, um endlich nach Hause zu kommen, dann können wir Weihnachten und den Sinn dieses Festes sofort vergessen. Außerdem bringt uns das hier überhaupt nicht weiter in dieser gottverlassenen Gegend.“

Gerade denke ich: „Donnerwetter, mein Vater übertrifft sich heute selbst,“ da sehe ich ein Licht. Langsam kommt es

näher. Aufgeregt rufe ich: „Da kommt jemand.“ Und richtig, es ist ein Radfahrer.

Papa steigt aus und geht ihm entgegen. Als er ihn anspricht, tritt er wie verrückt in die Pedalen und fährt davon. So schnell ich kann, steige ich aus dem Auto und rufe hinter ihm her: „Helfen sie uns doch, wir haben eine Autopanne.“ Endlich hält er an und kommt zurück.

Da erkennen wir, dass es eine Frau ist. Mittlerweile ist auch Mama ausgestiegen. Als die Frau uns alle wahrgenommen hat, sagt sie entschuldigend: „Wenn ich in dieser Einsamkeit einem Mann begegne, bin ich sehr vorsichtig und im Dunkeln konnte ich sie nicht erkennen“, damit deutet sie auf Mama und mich.

Papa schildert ihr unsere Situation. Mit einem Handy kann sie uns auch nicht weiterhelfen, doch sie lädt uns ein, mit zu ihr nach Hause zu kommen. Von dort können wir telefonieren.

Papa erreicht den ADAC und die versprechen, bald mit einem Abschleppwagen zu kommen. Doch wie sollen wir ohne Auto zu den Großeltern kommen? Da mischt sich die Frau ein, die Ludmilla heißt. Sie will uns ihr Auto leihen und kennt sogar Oma und Opa, die gar nicht so weit wegwohnen. Mama ruft die beiden an, die schon auf uns warten und erklärt ihnen, warum wir später kommen.

Papa und der Mann vom Abschleppdienst sind unterwegs zu unserem Auto, da stößt Mama einen Schrei aus: „Unser Essen und die Geschenke sind noch im

Auto!“ Ludmilla kann sie sofort beruhigen: „Wir können in drei Minuten mit meinem Auto starten. So schnell werden sie das Auto nicht verladen haben.“

Kosima fragt Ludmilla, ob sie ganz alleine ist heute, am Heiligen Abend. Sie nickt nur und ich sehe, wie ihr die Tränen kommen. Mama meint, dann wäre es doch schön, wenn sie mit uns bei Oma und Opa Weihnachten feiern würde. Kosima und ich rufen begeistert, oh ja, das wäre super! Ludmilla strahlt vor Freude und nimmt das Angebot gerne an. Schnell steigen wir in ihr Auto und fahren los.

Wir kommen noch gerade rechtzeitig, um die Sachen aus dem Fahrzeug zu holen. Dann wünschen wir dem Mann vom Abschleppdienst einen ruhigen Heiligen Abend.

Endlich geht es jetzt zu Oma und Opa. Da es schon spät ist, beginnen wir sofort mit der Bescherung. Als wir vor der Krippe stehen und singen, riskiere ich einen Blick, ob ich irgendwo etwas blitzen sehe. Verflixt, ich kann rein gar nichts erkennen. Als alle ihre Geschenke auspacken, sagt Opa: „Schau mal da“ und zeigt auf eine Decke.

Mit Opas Hilfe nehme ich die Decke weg und ein orangefarbenes Fahrrad kommt zum Vorschein. Vor Freude möchte ich die ganze Welt umarmen, fange aber erst einmal bei meinem Opa an. Kosima zeigt mir übergücklich ein Puppenhaus mit Badezimmer, Balkon und allen möglichen Schikanen. Na ja- Mädchen flippen bei

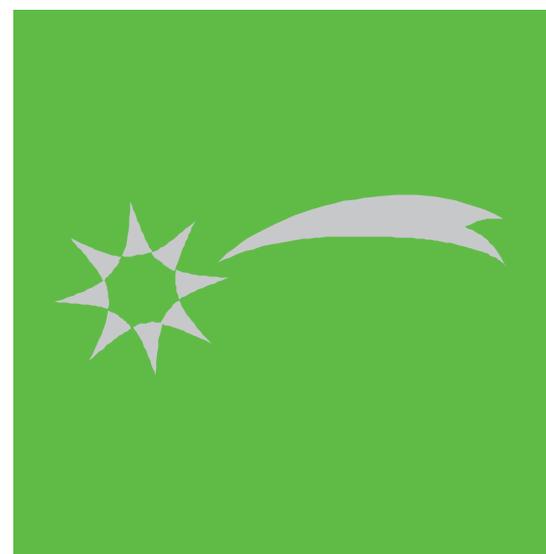
so etwas total aus.

Nun fällt uns ein, dass wir für Ludmilla gar kein Geschenk haben. Sie wehrt lachend ab und sagt: „Ein größeres Geschenk, als mit euch zusammen Weihnachten zu feiern, konntet ihr mir gar nicht machen.“

Beim Abendessen erzählen wir noch ausführlich über die Autopanne und Papa meint, mit seinem ersten Auto wäre ihm so etwas nicht passiert. Da hätte er an einer bestimmten Stelle dagegen getreten und es wäre wieder angesprungen. Na ja, sagte er schließlich, so eine alte Klapperkiste, bei der die Heizung nicht richtig funktioniert und die Scheiben beschlagen, die möchte ich heute auch nicht mehr haben und mehr Technik bedeutet ja auch mehr Sicherheit.

Nach dem aufregenden Tag und dem guten Essen wird es immer ruhiger im Wohnzimmer und Kosima möchte ins Bett. „Wie?“, frage ich sie: „Von ganz alleine gehst du ins Bett?“ Ich bin fest davon überzeugt, sie muss krank sein.

■ Ursula Halbe



# Lesen leicht gemacht!



## Pressemitteilung

Zeitschriften stellen sich auf ihre älteren Leser ein.

Viele Seniorinnen und Senioren sind begeisterte Leser. Doch immer wieder erschweren eine zu kleine Schrift und zu schwache Kontraste das Lesen oder machen es gar unmöglich.

„Die Tageszeitung, ein gutes Buch, eine Zeitschrift – das alles hält einen auf dem Laufenden. Nicht mehr lesen zu können, nicht mehr die Buchstaben, die Texte erfassen zu können, verärgert und reduziert den Lebensraum.

Schon kleine Veränderungen haben oft große Wirkung und die Schrift ist für alle bequem zu lesen“, betont Prof. Dr. Ursula Lehr, die Vorsitzende der Bundesarbeitsgemeinschaft der Senioren-Organisationen (BAGSO).

Um auf dieses Problem aufmerksam zu machen und Tipps für Änderungen zu geben, hat die BAGSO die Checkliste „Nutzerfreundliche Printmedien“ erarbeitet.

Bei deren Entwicklung bezog sie ältere Leserinnen und Leser als Experten und die Fachkompetenz des Deutschen Blinden- und Sehbe-

hindertenverbandes, der Mitglied der BAGSO ist, mit ein. Mit Hilfe der Checkliste können Zeitschriften, Broschüren und andere Printmedien auf ihre Schriftgröße, auf Abstände, Kontraste, Leseführung und Verständlichkeit hin untersucht werden.

Zwei der meist gelesenen Gesundheitsmagazine – der Senioren Ratgeber und der Diabetes Ratgeber des Wort & Bild Verlages – haben sich als erste Zeitschriften in Deutschland prüfen lassen und mit herausragendem Erfolg bestanden. Dafür zeichnete die BAGSO die beiden Zeitschriften mit der BAGSO-Verbraucherempfehlung „Nutzerfreundliche Printmedien“ aus.

„Wir freuen uns besonders, dass eine Organisation, die weiß, was Älteren gefällt und worauf sie achten, unser Heft ausgezeichnet hat“, so Dr. med. Hartmut Becker, Herausgeber, Geschäftsführer Fachwissenschaft, Internet, Redaktion.

Inhaltlich überzeugen die beiden Zeitschriften im Handtaschenformat durch gute Verständlichkeit und übersichtliche Gestaltung aus.

Die Generationen 50plus

werden durch ein breites Themenspektrum in ihrer Vielfalt angesprochen.

Der Verlag und die Redaktionen zeigten sich bereits im Vorfeld sehr offen für die Anregungen der BAGSO und reagierten schnell: Sie erhöhten die Schriftgröße und den Zeilenabstand, der für die Lesbarkeit ebenso entscheidend ist.

Damit erfüllen der Senioren Ratgeber und der Diabetes Ratgeber die BAGSO-Kriterien für nutzerfreundliche Printmedien zu 100%.

Die Checkliste finden Sie ab dem 1. Oktober, dem Internationalen Tag der älteren Menschen, im Internet unter

[www.bagso.de/verbraucherempfehlung.html](http://www.bagso.de/verbraucherempfehlung.html).

Wir senden sie Ihnen auf Anfrage auch gern per E-Mail zu.

Für weitere Informationen wenden Sie sich bitte an:

BAGSO Service GmbH  
Nicola Röhricht  
Bonngasse 10  
53111 Bonn

Tel.: 02 28 / 55 52 55 54

E-Mail:  
[roehricht@bagso-service.de](mailto:roehricht@bagso-service.de)

# Sparkassen-Seniorenkino in Hamm

Preiserhöhung: ab 01.01.2011 kostet die Kinokarte 5,25 €

 Sparkasse.  
Gut für Hamm.



## Sonntag, 09. Januar: Meine Frau, unsere Kinder und ich

Jack Byrnes ist noch nicht fertig mit seinem bedauernden Schwiegersohn Greg Focker.

Dabei möchte man meinen, dass zwei Enkelsöhne das Misstrauen des ehemaligen CIA-Agenten hätten schwinden lassen.

Als Greg in Finanznöten einen Job bei einer Medikamentenfirma annimmt, ist Jack sofort wieder alarmiert.

Bei einer großen Familienfeier zum Geburtstag der Zwillinge, zu der auch Kevin, der Ex von Gregs Frau Pam erscheint, muss Greg ein für allemal beweisen, dass er das Zeug zum Mann des Hauses hat.

## Sonntag, 13. Februar: Kokowääh

Drehbuchautor Henry (Til Schweiger) hangelt sich von einer glücklosen Liebschaft zur Nächsten und beruflich kommt er auch auf keinen grünen Zweig. Wie aus heiterem Himmel erhält er ein sensationelles Angebot: er soll



als Co-Autor an einer Bestseller-Verfilmung arbeiten - zusammen mit der Autorin, seiner Ex-Freundin und großen Liebe Katharina (Jasmin Gerat). Während Henry auf seine große zweite Chance hofft, taucht plötzlich die 8-jährige Magdalena (Emma Tiger Schweiger) vor seiner Wohnungstür auf und stellt sein Leben auf den Kopf.

## Sonntag, 13. Dezember: Verlobung auf Umwegen

Weil es nur Ohr- statt Verlobungsring für sie gab, übernimmt Anna aus Boston selbst die Initiative. Dauerfreund Jeremy ist zu einem Termin nach Irland geflogen, wo am 29. Februar, also in wenigen Tagen, gemäß einer irischen Tradition Frauen den Männern Heiratsanträge stellen.

Schnell sitzt Anna im Flieger, landet aber nach Umwegen an Irlands Küste. Von dort soll sie Pubbesitzer Declan nach Dublin fahren.

Der Roadtrip entpuppt sich als Disaster, der irische Rüpel allerdings auch als Mann, der den Zauber Annas wirklich wertschätzen kann.



# Der Seniorenbeirat informiert: Gebt Ganoven keine Chance

## Seniorenbeirat unterstützt Sicherheits-Initiative der Polizei

Hamm.- Gebt den Ganoven keine Chance. Unter diesem Motto unterstützt der Seniorenbeirat in der Stadt Hamm eine Aufklärungskampagne von Polizei und Kommune, bei der über 20 ältere ehrenamtlich tätige Frauen und Männer vor Gaunertricks und Verkehrsgefahren warnen.

Vorsitzender Karl-Ernst Weiland ruft im Auftrag des Beirats alle Seniorengruppen in Hamm dazu auf, sich dieses kostenlose Vortragsangebot nicht entgehen zu lassen.

Inhaltlich geht es darum,

Senioren klar zu machen, wann und wo sie gefährdet sind und wie sie sich davor schützen können, Opfer von Straftaten oder Verkehrsunfällen zu werden.

Die Themen sind so vielfältig wie der Gefahren. Es geht um Tricks von Dieben und Betrügern an Haustüren, Geldautomaten oder Telefonen, um Einbruchsschutz für Wohnungen und Fahrzeuge und nicht zuletzt um Verhaltensweisen zum Beispiel im Verkehr, aber auch auf Friedhöfen oder in Schwimmbädern.

Interessenten wenden sich direkt an  
Klaus Pichler von der Polizei  
Tel.: 0 23 81 - 9 16 35 51

oder an Andreas Pieper  
von der Stadt Hamm  
Tel.: 0 23 81 - 17 67 61.

Verantwortlich und für Rückfragen:

Karl-Ernst Weiland  
(Vorsitzender),  
Erlenstr. 10,  
59063 Hamm,  
Tel.: 0 23 81 - 5 05 31

Frank Mattern  
(PR und Presse),  
Beverföderung 90,  
59071 Hamm,  
Tel.: 0 23 81 - 5 02 91

e-mail:  
seniorenbeirat-hamm@ham-  
com.biz

## Sprechstunde des Senioren- beirates jetzt auch in Heessen

Ab Januar 2011 bietet der Seniorenbeirat in der Stadt Hamm auch im Stadtbezirk Heessen eine offene Sprechstunde für alle älteren Bürgerinnen und Bürger an.

Karl Bielemeier, Mitglied des Seniorenbeirates für den Stadtbezirk Heessen, wird dann **jeweils am 2. Mittwoch im Monat in der Zeit von 10.00 – 12.00 Uhr** im Bürgeramt Heessen (Zimmer 7) ein offenes Ohr

für ihre Anliegen und Interessen haben.

Telefonisch ist Herr Bielemeier in dieser Zeit unter der Rufnummer: 17 – 97 06 zu erreichen.

Die Sprechstunden des Seniorenbüros in der Freiwilligenzentrale Hamm sind regelmäßig dienstags von 14.30 Uhr bis 16.30 Uhr und donnerstags von 10.00 Uhr bis 12.00 Uhr.



Arbeiter-Samariter-Bund  
Regionalverband Hamm / Soest e.V.



- Fahrdienst für Menschen mit Behinderungen
- Familienpflege
- Sozialstation
- Mobiler Sozialer Dienst
- Hausnotruf

Arbeiter-Samariter-Bund  
Chemnitzer Str. 41 • 59067 Hamm  
Telefon (0 23 81) 9 42 40-0 01  
Telefax (0 23 81) 9 42 40-22  
www.ASBHamm.de

## Pflege für Jung und Alt

Kranken- und  
Altenpflege mit  
Sonne im Herzen



**Johanna Ploch**

Bockumer Weg 143  
59065 Hamm

**Telefon**

**0 23 81 / 9 72 75 13**

**Wir pflegen Sie gern**



Lichtblick

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

## Hausnotrufservice

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



**RUPPRECHT**

Vertragspartner aller Pflegekassen      zertifiziert nach DIN ISO 9001:2000

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



*Arbeiterwohlfahrt in Hamm  
Unterbezirk Hamm-Warendorf*

*Soziale Dienste und Angebote  
für alte und kranke Menschen*

### Ambulante Pflege – Hilfe kommt zu Ihnen nach Hause

Sozialstation und Mobiler Sozialer Dienst

59065 Hamm, Antonistraße 22

☎ (0 23 81) 970 607

### Seniorenwohnungen

Innenstadt: Ostenwall, Antonistraße, Westberger Weg

Bockum-Hövel: Berliner Straße, Rhynern: Alte Salzstraße

Auskunft: Mo – Fr von 08:30 – 12:00 Uhr

☎ (0 23 81) 148-32

UNSERE STÄRKE IST IHRE NÄHE

*Weil Pflege Vertrauenssache ist!*

**Pflegebüro**

BAHRENBERG

- Seniorenpflege
- Krankenpflege
- Kinderkrankenpflege
- Familienpflege
- Haushaltshilfen
- Hausnotruf
- medizinische Fußpflege/Podologie
- Alle Leistungen des SGB V Krankenversicherung und SGB XI Pflegeversicherung

Heinrichstraße 10 • 59077 Hamm • Tel.: 02381- 3 71 21 17  
Fax: 02381- 3 71 63 58 • info@pflegebuero-hamm.de



**Emin-El**

SAĞLIK MERKEZİ



☞ EVDE HASTA BAKIMI

☞ EVDE YAŞLI BAKIMI

☞ AMELİYAT SONRASI BAKIM

☞ PORT BAKIMI

☞ ACIL ÇAĞRI

☞ TATIL VEKALETİ

☞ AİLE BAKIMI

☞ TEDAVİ BAKIMI

☞ PİSSKIYATRİK

HASTA BAKIMI

☞ EV İŞLERİ YARDIMI

HEINRICHSTRASSE 10 • 59077 HAMM • TEL.: 02381- 3 71 60 74 • WWW.EMIN-EL.EU

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



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

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

Rufen Sie einfach an! Tel. 02385 / 706 200, Fax 706 201



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

Zulassung bei  
allen Krankenkassen

Ihr Team der WIVO  
Telefon (0 23 81) 56 - 21



WIVO – die No. 1 in Hamm!

Die WIVO bringt's –  
täglich frisch auf den Tisch.

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

**WIVO Wirtschafts- und  
Versorgungsdienst GmbH**

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

„Essen auf Rädern“



- GARTENPLANUNG UND GESTALTUNG
- GARTENCOACHING
- BAUMFÄLL-ARBEITEN
- GARTENPFLEGE
- HOLZ IM GARTEN
- PFLASTERARBEITEN
- TEICHBAU
- WINTERDIENST
- UND VIELES MEHR

**Für SENIOREN  
pfflige Lösungen,  
barrierefreier Garten  
– altersgerecht geplant –**

**GARTEN- UND LANDSCHAFTSBAU**

SEBASTIAN SCHILP  
VICTORIASTR. 233 · 59067 HAMM  
**TEL.: 0 23 81 - 44 29 60**  
MOBIL: 01 77 - 2 60 25 35  
WWW.GARTENBAU-SCHILP.DE

Helpen ist unser Ziel ...

Das St. Marien-Hospital Hamm hat sich im besonderen Maße auf die medizinische, pflegerische und therapeutische Behandlung von älteren Menschen eingestellt.

**Alterspatienten** werden in unserem Haus im Rahmen eines ganzheitlichen Ansatzes auf einer spezialisierten Station behandelt.

An der Behandlung ist ein **interdisziplinäres Team** beteiligt. Um den Bedürfnissen des einzelnen Patienten gerecht zu werden, wird ein **individueller Behandlungsplan** aufgestellt.



**St. Marien-Hospital Hamm**

Akademisches Lehrkrankenhaus der  
Westf. Wilhelms-Universität Münster



Das Team der Klinik für Altersmedizin/Geriatrie und Frührehabilitation.

**St. Marien-Hospital Hamm**

Klinik Nassauerstraße 13-19 • 59065 Hamm • Tel. 02381/18-0  
Klinik Knappenstraße 19 • 59071 Hamm • Tel. 02381/18-0



[www.marienhospital-hamm.de](http://www.marienhospital-hamm.de)

# Weihnachten

Markt und Straßen stehn  
verlassen  
still erleuchtet jedes Haus  
sinnend geh ich durch die  
Gassen  
alles sieht so festlich aus.

An den Fenstern haben  
Frauen  
buntes Spielzeug fromm  
geschmückt  
tausend Kindlein steh'n und  
schauen  
sind so wunderstill beglückt.

Und ich wandre aus den  
Mauern  
bis hinaus ins freie Feld  
hehres Glänzen, heil'ges  
Schauen  
wie so weit und still die  
Welt!

Sterne hoch die Kreise  
schlingen  
aus des Schnee's Einsamkeit  
steigt's wie wunderbares  
Singen  
Oh du gnadenreiche Zeit!

Joseph von Eichendorff  
(1788-1857)



**Perthes-Service**

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

www.pertheswerk.de

**Unser Service für Sie:**  
Putzen, Kochen, Waschen,  
Gartenpflege, Einkaufen,  
auch Haushaltsauflösungen,  
kleinere Renovierungsarbeiten  
und seniorengerechte Umzüge.

Evangelisches Perthes-Werk e.V.

**begleiten. fördern. unterstützen.**

**Sozialwerk  
St. Georg**

**Unser Angebot**  
**Unterstützung in der  
eigenen Wohnung**

Das wichtigste Ziel des Ambulant betreuten Wohnens besteht darin, Menschen mit geistigen, psychischen, körperlichen Einschränkungen oder chronischen Abhängigkeitserkrankungen ein selbstbestimmtes Leben in ihrer eigenen Wohnung zu ermöglichen. Wohnen und Leben eigenständig zu gestalten, ist ein Grundbedürfnis jedes Menschen. Die eigenen vier Wände bieten Raum für Geborgenheit, Schutz, Selbstverwirklichung und Sicherheit. Die Mitarbeitenden des Ambulant Betreuten Wohnens unterstützen Sie dabei, in der eigenen Wohnung bleiben zu können oder dorthin zurückzukehren. Der persönliche Einzelfall steht dabei immer im Mittelpunkt der Hilfeleistungen.

**Kontakt  
Kreis Hamm**  
Pluspunkt Hamm  
Amtsstr. 2a  
59071 Hamm  
Telefon 02381. 9726043  
bewo-ham@sozialwerk-st-georg.de

**Was Sie erwarten dürfen.**

Die Mitarbeitenden der ‚Pluspunkte‘ bieten Einzel- und Gruppengespräche, Beratungen und Hilfen - beispielweise in Fragen der

- Aufnahme sozialer Kontakte und Beziehungen
- Förderung und Training sozialer und lebenspraktischer Kompetenzen
- Krisenintervention
- Sicherung rechtlicher und materieller Ansprüche
- Alltagsgestaltung und Tagesstruktur
- Vermittlung weiterführender Hilfsangebote
- Ambulant Betreutes Wohnen
- Betreutes Wohnen in Gastfamilien
- Persönliches Budget

**Ihr Ansprechpartner**  
**Johannes Wilhelm Feller**  
Gesamtleitung  
Telefon 02593. 9563-20  
Mobil 0173. 7426517  
jw.feller@sozialwerk-st-georg.de

MALERBETRIEB  
**THIEL**  
I N H A B E R  
WOLFGANG BECKER

Verglasungen

Fußbodenverlegung

Ausführung sämtlicher  
Maler- und Lackierarbeiten

Wärmedämmung

Fassadenanstriche

Wir renovieren auch  
Ihre Seniorenwohnung  
fachgerecht

Goldmersch 17 · 59065 Hamm

Fon: 0 23 81 / 48 89 91

Fax: 0 23 81 / 48 89 92

Handy: 01 72 / 2 33 87 51

*Ich bleibe unabhängig*



mit dem **Elektro-Mobil**  
kostenlose Probefahrt • Vermietung • Service vor Ort

**DAS 1. SENIOREN-  
FACHGESCHÄFT**

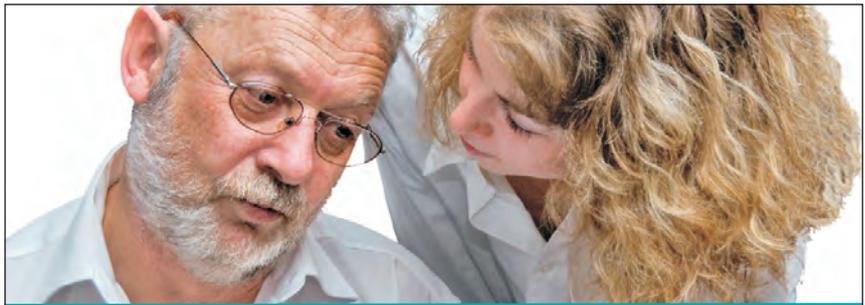


**Senio Hamm  
Amenda**

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

**Mittwochnachmittag geschlossen**

**Kostenloser Parkplatz  
direkt vorm Geschäft**



**Versorgungssicherheit & Lebensqualität**

Haben Sie Spaß und Freude am Umgang mit älteren Menschen?

**Dann brauchen wir Sie!**

Wir bieten examinierten Pflegekräften in der ambulanten  
Alten- und Krankenpflege eine dauerhafte Tätigkeit an.

Nähere Information erhalten Sie unter

Telefon 0 23 81 / 8 76 04 20

Frau Marita Miks



Gesundheitsdienste Hamm Telefon 0 23 81 / 30 80 90

**Glauben verbindet.**

Informationen

Hintergründe

Orientierung



**Vier Wochen gratis lesen!**

Die Lieferung endet automatisch.

Telefon: 0 52 51/1 53-2 02

vertrieb@derdom.de

www.derdom.de

Liefen Sie mir bitte viermal kostenlos **Der Dom** zum Kennenlernen.

Name, Vorname

Straße, Hausnummer

PLZ, Ort

Telefon / E-Mail

Ja, ich bin damit einverstanden, dass  
**Der Dom** mir per Telefon und/oder  
E-Mail interessante Angebote unterbreitet.

Schicken Sie diesen Coupon mit vollständiger Adresse an:

**Der Dom** · Kirchenzeitung des Erzbistums Paderborn

Karl-Schurz-Straße 26 · 33100 Paderborn

HA

# Veranstaltungen

## Bezirksübergreifende Veranstaltungen

**09.01.2011**

Stadt Hamm - Amt für Soziale  
Integration / Altenhilfe

14.30 Uhr, Kino für Senioren, Cineplex, Chattanoogaaplatz  
Kaffee/ Kuchen 13.30 - 14.15 Uhr, Einlass erst ab 13.00 Uhr  
Vorverkauf ab 30.12.2010 beim WA, Gebühr: 5,25 €  
(einschl. Kaffeedeck)

**16.01.2011**

Kulturrevier Radbod/  
Amt für Soziale Integration  
An den Fördertürmen 4

15.00 Uhr, Seniorentanz im Kulturrevier Radbod, Musik mit Hans,  
Kaffee und Kuchen zu günstigen Preisen, abends belegte Brötchen  
Eintritt frei

**19.01.2011**

Stadt Hamm - Amt für Soziale  
Integration / Altenhilfe

9.00 Uhr, Wassergymnastik für Senioren im Maximare (Solebad)  
(bis zu 3 Std. Aufenthalt im Maximare möglich) Vorverkauf ab  
07.01.2011 beim Verkehrsverein, Gebühr: 4.50 €

**06.02.2011**

Kulturrevier Radbod/  
Amt für Soziale Integration

15.00 Uhr, Seniorentanz im Kulturrevier Radbod, Musik mit Hans,  
Kaffee und Kuchen zu günstigen Preisen, abends belegte Brötchen  
Eintritt frei, (weiterhin 14tägig sonntags)

**13.02.2011**

Stadt Hamm - Amt für Soziale  
Integration / Altenhilfe

14.30 Uhr, Kino für Senioren, Cineplex, Chattanoogaaplatz (Titel  
entnehmen Sie bitte der Tagespresse), Kaffee und Kuchen von 13.30  
- 14.15 Uhr, Einlass erst ab 13.00 Uhr, Vorverkauf ab 03.02.2011 beim  
WA, Gebühr: 5,25 € (einschl. Kaffeedeck)

**16.02.2011**

Stadt Hamm - Amt für Soziale  
Integration / Altenhilfe

9.00 Uhr, Wassergymnastik für Senioren im Maximare (Solebad)  
(bis zu 3 Std. Aufenthalt im Maximare möglich), Vorverkauf ab  
04.02.2011 beim Verkehrsverein, Gebühr: 4,50 €

**13.03.2011**

Stadt Hamm - Amt für Soziale  
Integration / Altenhilfe

14.30 Uhr, Kino für Senioren, Cineplex, Chattanoogaaplatz (Titel  
entnehmen Sie bitte der Tagespresse), Kaffee und Kuchen von 13.30  
- 14.15 Uhr, Einlass erst ab 13.00 Uhr, Vorverkauf ab 03.03.2011 beim  
WA, Gebühr: 5,25 € (einschl. Kaffeedeck)

**16.03.2011**

Stadt Hamm - Amt für Soziale  
Integration / Altenhilfe

9.00 Uhr, Wassergymnastik für Senioren im Maximare (Solebad)  
(bis zu 3 Std. Aufenthalt im Maximare möglich), Vorverkauf  
ab 04.03.2011 beim Verkehrsverein, Gebühr: 4,50 €

## Stadtbezirk Hamm-Mitte

**03.01.2011**

„Hamms“ - Mehrgenerationen-  
haus, Ludwig-Erhard-Str. 8

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

**04.01.2011**

„Hamms“ - Mehrgenerationen-  
haus, Ludwig-Erhard-Str. 8

9.30 – 11.30 Uhr, Seniorenberatung  
Gesprächspartnerin: Frau Tornscheidt, weiterhin jeweils dienstags

**08.01.2011**

„Hamms“ - Mehrgenerationenhaus, Ludwig-Erhard-Str. 8

9.00 Uhr, Frühstücksbuffet, Kosten: Erwachsene 5,00 €, Kinder 2,50 € (weiterhin jeden Samstag) (Am 08.01. Neujahrsbuffet mit Sektempfang, Erwachsene: 6,50 €, Kinder: 3,00 €)

**10.01.2011**

Tanzkreis der kfd Liebfrauen

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

**10.01.2011**

„Hamms“ - Mehrgenerationenhaus, Ludwig-Erhard-Str. 8

19.00 Uhr, Doppelkopf  
weiterhin jeden 2. Montag im Monat

**11.01.2011**

„Hamms“ - Mehrgenerationenhaus, Ludwig-Erhard-Str. 8

14.00 – 15.30 Uhr, „Sprach“-Sprechstunde für Kinder, Jugendliche, Eltern, Senioren, Kontakt: Lindenschule, Frau Frontzek, Tel. 0 23 81/ 3 05 45 97 (weiterhin jeden Dienstag)

**11.01.2011**

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

16.00 Uhr, Gesellschaftsspiele, Karten- und Brettspiele  
(weiterhin jeden 2. Dienstag im Monat)

**12.01.2011**

„Hamms“ - Mehrgenerationenhaus, Ludwig-Erhard-Str. 8

15.00 Uhr, Seniorencafé  
(weiterhin 14tägig mittwochs, immer in einer geraden Kalenderwoche)

**13.01.2011**

„Hamms“ - Mehrgenerationenhaus, Ludwig-Erhard-Str. 8

Ab 19.30 Uhr, Das Wunder der sanften Berührung  
Physiotherapeutische Behandlung auf osteopathischen Grundlagen

**15.01.2011**

„Hamms“ - Mehrgenerationenhaus, Ludwig-Erhard-Str. 8

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

**17.01.2011**

Sozialverband Deutschland  
OV Mitte

Wandertreff (Informationen siehe Tagespresse)  
(weiterhin 14tägig)

**17.01.2011**

VdK - OV Süden / Mitte

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

**27.01.2011**

Sozialverband Deutschland  
OV Mitte

14.30 Uhr, Frauennachmittag, Gaststätte Lippmann am Boll,  
weiterhin jeden 4. Donnerstag im Monat

**06.02.2011**

„Hamms“ - Mehrgenerationenhaus, Ludwig-Erhard-Str. 8

15.00 Uhr, Unser Winterfest im Garten

**21.03.2011**

VdK - OV Süden / Mitte

15.00 Uhr, Info- und Klönnachmittag mit einem Referat der Firma Senio zu Alltagshilfen, Zunftstuben, Oststr. 53

<p><b><u>21.03.2011</u></b>          Stadt Hamm/ Altenhilfe          und AWO</p>	<p>9.00 Uhr, Offenes Seniorenfrühstück          AWO, Bürgerkeller, Kostenbeitrag: 3,00 €</p>
<p><b><u>21.03.2011</u></b>          Altenzentrum Liebfrauen,          Brentanostr. 1</p>	<p>15.00 Uhr, Seniorencafé mit frisch gebackenen Waffeln</p>
<p><b>Stadtbezirk          Hamm-Rhynern</b></p>	
<p><b><u>04.01.2011</u></b>          Pfarrcaritas St. Regina, Rhynern</p>	<p>14.30 Uhr, hl. Messe; anschließend im Pfarrheim: Wünsche und Hoffnungen für das Leben, Referent: Johannes Kochanek</p>
<p><b><u>05.01.2011</u></b>          SK Hamm - Westtünen,          Dietrich-Bonhoeffer-Haus</p>	<p>15.00 Uhr, Lieder und Geschichten zum Neuen Jahr          Jahreswechsel früher, Referentin: Frau Decker</p>
<p><b><u>06.01.2011</u></b>          Sozialverband Deutschland          OV Rhynern</p>	<p>15.00 Uhr, Frauennachmittag, Ev. Gemeindehaus          (weiterhin jeden 1. Donnerstag im Monat)</p>
<p><b><u>08.01.2011</u></b>          Ev. Kirchengemeinde          Westtünen</p>	<p>15.30 Uhr, Senioren-Tanz-Café, Ev. Gemeindehaus, D.-Bonhoeffer-Str. 5,          Ansprechpartner: Waltraud und Siegfried Fromm, Tel.: 0 23 85 / 83 86</p>
<p><b><u>10.01.2011</u></b>          Sozialverband Deutschland          OV Berge-Westtünen</p>	<p>15.00 Uhr, Kaffeetrinken, Ev. Gemeindehaus          weiterhin jeden 2. Montag im Monat</p>
<p><b><u>11.01.2011</u></b>          Stadt Hamm/ - Altenhilfe und          Kirchengemeinden Westtünen</p>	<p>9.00 Uhr, Offenes Seniorenfrühstück          Ev. Gemeindehaus, Dietrich-Bonhoeffer-Str. 5, Beitrag: 3,00 €</p>
<p><b><u>11.01.2011</u></b>          KAB / ARG. Westtünen          Pfarrheim</p>	<p>14.00 Uhr, Hl. Messe, anschließend: Unbekanntes Deutschland –          ein Kessel Buntes, Referent: Pfr. Edgar Born</p>
<p><b><u>18.01.2011</u></b>          AG Seniorenarbeit          Hamm-Rhynern</p>	<p>9.00 Uhr, Offenes Seniorenfrühstück          Cafeteria des Reginenhauses, St. Reginenplatz 9, Beitrag: 3,50 €</p>
<p><b><u>19.01.2011</u></b>          SK Hamm - Westtünen,          Dietrich-Bonhoeffer-Haus</p>	<p>15.00 Uhr, Fit ins Seniorenleben          Physioline</p>
<p><b><u>01.02.2011</u></b>          Stadt Hamm Altenhilfe und          Kirchengemeinden Westtünen</p>	<p>9.00 Uhr, Offenes Seniorenfrühstück in Hamm Westtünen          Kath. Pfarrheim, Delpstr., Beitrag: 3,00 €</p>

**01.02.2011**

Pfarrcaritas St. Regina,  
Rhynern

14.30 Uhr, hl. Messe; anschließend im Pfarrheim: Bilder aus den Dolomiten, Referent: Bruno Hotze

**02.02.2011**

SK Hamm Westtünen  
Dietrich-Bonhoeffer-Haus

15.00 Uhr, Bingo  
Leitung: Frau Decker

**08.02.2011**

KAB / ARG. Westtünen  
Pfarrheim

14.30 Uhr, Seelsorge im Strafvollzug  
Referent: Diakon Theo Halekotte

**15.02.2011**

AG Seniorenarbeit  
Hamm-Rhynern

9.00 Uhr, Offenes Seniorenfrühstück, Cafeteria  
des Reginenhauses, St. Reginenplatz 9, Beitrag: 3,50 €

**16.02.2011**

SK Hamm - Westtünen  
Dietrich-Bonhoeffer-Haus

15.00 Uhr, Tapetenwechsel – Raus aus den vier Wänden –  
Altersgerechtes Reisen, Referentin: Mechthild Dargel

**19.02.2011**

Ev. Kirchengemeinde  
Westtünen

15.30 Uhr, Senioren-Tanz-Café, Ev. Gemeindehaus, D.-Bonhoeffer-Str. 5  
Ansprechpartner: Waltraud und Siegfried Fromm, Tel.: 0 23 85 / 83 86

**01.03.2011**

Stadt Hamm - Amt für Soziale  
Integration / Altenhilfe in Zu-  
sammenarbeit mit den Kirchen-  
gemeinden Westtünen

9.00 Uhr, Offenes Seniorenfrühstück in Hamm Westtünen  
Ev. Gemeindehaus, Dietrich-Bonhoeffer-Str.  
Unkostenbeitrag: 3,00 €

**01.03.2011**

Pfarrcaritas St. Regina, Rhynern

14.30 Uhr, hl. Messe; anschließend im Pfarrheim: Karnevalsfeier

**02.03.2011**

SK Hamm - Westtünen  
Dietrich-Bonhoeffer-Haus

15.00 Uhr, Karneval – Spaß muss sein  
Leitung: Frau Decker

**08.03.2011**

KAB / ARG. Westtünen  
Pfarrheim

15.11 Uhr, Wir feiern Karneval

**12.03.2011**

Ev. Kirchengemeinde  
Westtünen

15.30 Uhr, Senioren-Tanz-Café, Ev. Gemeindehaus, D.-Bonhoeffer-Str. 5  
Ansprechpartner: Waltraud und Siegfried Fromm, Tel.: 0 23 85 / 83 86

**15.03.2011**

AG Seniorenarbeit  
Hamm-Rhynern

9.00 Uhr, Offenes Seniorenfrühstück,  
Cafeteria des Reginenhauses, St. Reginenplatz 9, Beitrag: 3,50 €

**16.03.2011**

SK Hamm - Westtünen  
Dietrich-Bonhoeffer-Haus

15.00 Uhr, Frühlingserwachen  
Aus der Feder der Autorin Cornelia Löscher

**18.03.2011**

Sozialverband Deutschland  
OV Berge-Westtünen

Tagesfahrt zur Schokoladenfabrik

**26.03.2011**

KAB / ARG. Westtünen  
Pfarrheim

15.00 Uhr, Wir reisen mit Bildern durch ein Jahr -  
anschließend Messe, Referent: Hermann Aßhoff

## Stadtbezirk Hamm-Uentrop

**06.01.2011**

AK „Ökum. Seniorenfrühstück“  
Hamm-Osten/Mark

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

**06.01.2011**

Sozialverband Deutschland  
OV Ostwennemar

18.00 Uhr, Essen, Gaststätte Prünzte  
(weiterhin jeden 1. Donnerstag im Monat)

**10.01.2011**

Sozialverband Deutschland  
OV Werries

15.00 Uhr, Frauengruppe, Begegnungsstätte Werries,  
Alter Uentroper Weg 174, weiterhin jeden 2. Montag im Monat

**11.01.2011**

AWO Ostwennemar  
Schützenhalle Mennenkamp

(weiterhin jeden 2. Dienstag im Monat)

**11.01.2011**

VdK OV Hamm-Osten

15.00 Uhr, Dienstagsgruppe, Thema: Begrüßung des neuen Jahres  
und Rückblick auf 2010  
Begegnungsstätte Werries, Alter Uentroper Weg 174

**12.01.2011**

Perthes-Haus,  
Ludwig-Teleky-Str. 8

14.00 Uhr, Mittwochscafé  
(weiterhin 14tägig)

**12.01.2011**

ARG St. Antonius Geithe  
Pfarrheim, In der Geithe 6

15.00 Uhr, Höhen und Tiefen eines Jahres – Rückschau auf 2010  
Referentin: Maria Brüser

**12.01.2011**

Sozialverband Deutschland  
OV Uentrop

15.00 Uhr, Frauengruppe, Gaststätte Zum Goldenen Anker  
(weiterhin jeden 2. Mittwoch im Monat)

**13.01.2011**

Sozialverband Deutschland  
OV Werries

15.00 Uhr, Spielnachmittag SoVD und AWO  
Begegnungsstätte Werries, Alter Uentroper Weg 174

**13.01.2011**

Sozialverband Deutschland  
OV Ostwennemar

15.30 Uhr, Frauengruppe, Gaststätte Prünzte  
(weiterhin jden 2. Donnerstag im Monat)

**17.01.2011**

Ev. Kirchengemeinde Braam-Ostwennemar - „Herbstblüte“ -

9.00 Uhr, Frühstück: Jahreslosung 2011  
Referent: Pfarrer Gumprich

**17.01.2011**

Seniorenkreis der Caritas-  
konferenz St. Bonifatius  
Hamm-Werries

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

**18.01.2011**

AWO Ostwennemar  
Sportzentrum Birkenfeld

13.30 Uhr, Gymnastikgruppe, Schwerpunkt: Wirbelsäule,  
Auskunft: H. Querbach, Telefon: 0 23 81 / 2 36 94, weiterhin  
wöchentlich bis einschl. 01.02.2011, weiter ab 15.02.2011 wöchentlich

**18.01.2011**

AWO Ostwennemar  
Sportzentrum Birkenfeld

14.45 Uhr, Tanzgruppe, Folklore und Mitmachtänze,  
Auskunft: H. Querbach, Telefon 0 23 81 / 2 36 94, weiterhin  
wöchentlich bis einschl. 01.02.2011, weiter ab 15.02.2011 wöchentlich

**18.01.2011**

AWO Ostwennemar  
Schützenhalle Mennenkamp

15.00 Uhr, Treffen mit Karten- und Brettspielen  
(weiterhin jeden Dienstag)

**19.01.2011**

Sozialverband Deutschland  
OV Uentrop

13.30 Uhr, Gymnastikgruppe, Turnhalle der Grundschule, (weitere  
Termine 26.01., 20.02., 16.02., 23.02., 02.03., 16.03, 23.03., 30.03.)

**24.01.2011**

Sozialverband Deutschland  
OV Werries

18.30 Uhr, Spielabend  
Begegnungsstätte Werries, Alter Uentropener Weg 174

**27.01.2011**

AK „Offene Altenarbeit im  
Stadtbezirk Hamm-Uentrop“

9.00 Uhr, Offenes Seniorenfrühstück, Gemeindehaus der Erlöserkirche,  
Braamer Str., Kontakt: Irmgard Luczka, Tel.: 8 10 13, Beitrag: 3,00 €

**27.01.2011**

Pfarrcaritas St. Georg

15.00 Uhr, Gottesdienst, anschl. im Pfarrheim Kaffeetrinken,  
danach spricht Frau Leenen über Diabetes im Alter

**27.01.2011**

Sozialverband Deutschland  
OV Uentrop

15.00 Uhr, Spielnachmittag, Gaststätte „Zum Goldenen Anker“  
(weiterhin am letzten Donnerstag im Monat)

**31.01.2011**

Ev. Kirchengemeinde Braam-  
Ostwennemar - „Herbstblüte“ -

14.30 Uhr, Kaffeetrinken: Arzneimittel – Nutzen und Risiko  
Referent: Apotheker D. Reck

**03.02.2011**

AK „Ökum. Seniorenfrühstück“  
Hamm-Osten/Mark

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

**08.02.2011**

VdK OV Hamm-Osten

15.00 Uhr, Dienstagsgruppe, Sicherheit für Senioren Begegnungs-  
stätte Werries, Alter Uentropener Weg 174

**09.02.2011**

ARG St. Antonius Geithe  
Pfarrheim, In der Geithe 6

15.00 Uhr, Demenz – was ist das?  
Referentin. Irmgard Paul, Gemeindereferentin

**10.02.2011**

DRK-Senioren-Stift Mark,  
Marker Allee 88

15.00 Uhr, Lieder zum Mitsingen  
Keyboard Herr Tepe

**14.02.2011**

Ev. Kirchengemeinde Braam-  
Ostwennemar - „Herbstblüte“-

9.00 Uhr, Frühstück: Paul Schneider – Prediger von Buchenwald  
Referent: Pfr. Born

**17.02.2011**

Sozialverband Deutschland  
OV Werries

15.00 Uhr, Spielnachmittag SoVD und AWO  
Begegnungsstätte Werries, Alter Uentropen Weg 174  
(weiterhin jeden 3. Montag im Monat)

**24.02.2011**

AK „Offene Altenarbeit im  
Stadtbezirk Hamm-Uentrop“

9.00 Uhr, Offenes Seniorenfrühstück, Gemeindehaus der Erlöserkirche,  
Braamer Str., Kontakt: Irmgard Luczka, Tel.: 8 10 13, Beitrag: 3,00 €

**24.02.2011**

Pfarrcaritas St. Georg

15.00 Uhr, Gottesdienst, anschl. im Pfarrheim Kaffeetrinken,  
danach; Sitzgymnastik mit Frau Goddemeier

**28.02.2011**

Ev. Kirchengemeinde Braam-  
Ostwennemar - „Herbstblüte“-

14.30 Uhr, Kaffeetrinken

**28.02.2011**

Sozialverband Deutschland  
OV Werries

18.30 Uhr, Spielabend  
Begegnungsstätte Werries, Alter Uentropen Weg 174

**03.03.2011**

AK „Ökumenisches Senioren-  
frühstück“ Hamm-Osten/Mark  
Pfarrheim St. Georg

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

**05.03.2011**

VdK OV Hamm-Osten

15.00 Uhr, Dienstagsgruppe, Karnevalsveranstaltung  
Begegnungsstätte Werries, Alter Uentropen Weg 174

**07.03.2011**

DRK-Senioren-Stift Mark,  
Marker Allee 88

15.00 Uhr, Karnevalsfeier  
Keyboard Herr Magianic

**08.03.2011**

VdK OV Hamm-Osten

15.00 Uhr, Dienstagsgruppe, Thema: Bedeutung der Farben in  
unserem Leben, Begegnungsstätte Werries, Alter Uentropen Weg 174

**09.03.2011**

ARG St. Antonius Geithe  
Pfarrheim, In der Geithe 6

15.00 Uhr, Vorführung mit Bildern von Lourdes  
Referentin: Anne Smuda

**14.03.2011**

Ev. Kirchengemeinde Braam-Ostwhenemar - „Herbstblüte“ -

9.00 Uhr, Frühstück: Kindergarten Senfkorn zu Besuch

**24.03.2011**

AK „Offene Altenarbeit im Stadtbezirk Hamm-Uentrop“

9.00 Uhr, Offenes Seniorenfrühstück, Gemeindehaus der Erlöserkirche, Braamer Str., Kontakt: Irmgard Luczka, Tel.: 8 10 13, Beitrag: 3,00 €

**24.03.2010**

Pfarrcaritas St. Georg

15.00 Uhr, Gottesdienst, anschl. im Pfarrheim Kaffeetrinken;

**26.03.2011**

VdK OV Hamm-Osten

15.00 Uhr, Frühlingsveranstaltung  
Begegnungsstätte Werries, Alter Uentropener Weg 174

**28.03.2011**

Ev. Kirchengemeinde Braam-Ostwhenemar - „Herbstblüte“ -

14.30 Uhr, Kaffeetrinken: Geschichte der Konfirmation  
Referent: Pfr. Gumprich

**28.03.2011**

Sozialverband Deutschland OV Werries

18.30 Uhr, Spielabend  
Begegnungsstätte Werries, Alter Uentropener Weg 174

## Stadtbezirk Hamm-Pelkum

**03.01.2011**

Seniorenarbeit Friedenskirche, Weetfelder Str., Gemeindehaus

14.30 Uhr. Spielnachmittag  
(weiterhin jeden Montag)

**06.01.2011**

Sozialverband Deutschland OV Pelkum

15.00 Uhr, Frauengruppe, „Bürgerhalle Pelkum“  
(weiterhin jeden 1. Donnerstag im Monat)

**12.01.2011**

Seniorenarbeit Friedenskirche, Weetfelder Str., Gemeindehaus

14.30 Uhr, Ein neues Jahr beginnt  
- Geburtstagsfeier -

**12.01.2011**

Seniorenkreis St. Marien, Hamm-Wiescherhöfen, Marienheim

14.30 Uhr, Hl. Messe, anschließend Kaffeetrinken im Marienheim  
und Thema: Perlen des Glaubens  
Referentin: Heidrun Menke

**16.01.2011**

Seniorenarbeit Friedenskirche, Weetfelder Str., Gemeindehaus

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

**19.01.2011**

Sozialverband Deutschland OV Pelkum

9.00 Uhr, Frühstück, „Bürgerhalle Pelkum“  
(weiterhin jeden 3. Mittwoch im Monat)

<b><u>20.01.2011</u></b> Seniorenarbeit Friedenskirche, Weetfelder Str., Gemeindehaus	10.00 Uhr, Erzählwerkstatt (weiterhin jeden 3. Donnerstag im Monat)
<b><u>21.01.2011</u></b> Seniorenarbeit Friedenskirche, Weetfelder Str., Gemeindehaus	9.00 Uhr, Gemeindefrühstück für „Jung und Alt“
<b><u>26.01.2011</u></b> Seniorenarbeit Friedenskirche, Weetfelder Str., Gemeindehaus	14.30 Uhr, Was gehört zu wem? (Bilder-Quiz)
<b><u>28.01.2011</u></b> AG Seniorenarbeit Hamm- Pelkum/ Lebenspunkt Pelkum Stadt Hamm/ Altenhilfe	15.00 Uhr, Offene Kaffeetafel Lebenspunkt Pelkum, Heinrichstr. 10, Informationen u. Karten bei S. Laqua, Tel.:17-6726 und im Lebenspunkt Pelkum, Gebühr: 3,00 €
<b><u>06.02.2011</u></b> Sozialverband Deutschland OV Pelkum	11.00 Neujahrsempfang „Bürgerhalle Pelkum“
<b><u>09.02.2011</u></b> Seniorenarbeit Friedenskirche, Weetfelder Str., Gemeindehaus	14.30 Uhr, Unser Gedächtnis braucht Nahrung
<b><u>09.02.2011</u></b> Seniorenkreis St. Marien, Hamm- Wiescherhöfen, Marienheim	15.00 Uhr, Karneval im Marienheim
<b><u>23.02.2011</u></b> Seniorenarbeit Friedenskirche, Weetfelder Str., Gemeindehaus	14.30 Uhr, Altern ist nichts für Feiglinge (Blacky Fuchsberger), Refernet Herr Ellinger
<b><u>25.02.2011</u></b> AG Seniorenarbeit Hamm- Pelkum/ Stadt Hamm Altenhilfe	9.00 Uhr, Offenes Seniorenfrühstück Gemeindehaus Pelikanum, Kamener Str. 161 Gebühr: 3,00 €
<b><u>09.03.2011</u></b> Seniorenarbeit Friedenskirche, Weetfelder Str., Gemeindehaus	12.00 Uhr, Gemeinsames Essen
<b><u>09.03.2011</u></b> Seniorenkreis St. Marien, Hamm- Wiescherhöfen, Marienheim	15.00 Uhr, Modenschau im Marienheim
<b><u>23.03.2011</u></b> Seniorenarbeit Friedenskirche, Weetfelder Str., Gemeindehaus	14.30 Uhr, Kinder der offenen Ganztagschule Wiescherhöfen wollen uns verzaubern
<b><u>25.03.2011</u></b> AG Seniorenarbeit Hamm- Pelkum/ Lebenspunkt Pelkum/ Stadt Hamm/Altenhilfe	15.00 Uhr, Offene Kaffeetafel Lebenspunkt Pelkum, Heinrichstr. 10, Informationen u. Karten bei S. Laqua, Tel.: 17-6726 und im Lebenspunkt Pelkum, Gebühr: 3,00 €

**Stadtbezirk  
Hamm-Herringen**

**03.01.2011**

AK „Ökumenisches  
Seniorenfrühstück Herringen/  
Stadt Hamm/Altenhilfe

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

**04.01.2011**

AWO – OV Herringen

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

**05.01.2011**

Buschkampstr. 3 - 5  
Cafeteria des Hause

14.30 Uhr, Angehörigencafé mit Bingo

**05.01.2011**

Caritaskonferenz Heilig Kreuz  
Michaelsheim, An den Kirchen 9a

15.00 Uhr, Seniorennachmittag; Singen von Weihnachtsliedern  
mit Herrn Krüper

**06.01.2011**

AWO – OV Herringen

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

**09.01.2011**

Evangelisches Altenzentrum  
St. Victor

15.00 Uhr, Cafeteria-Sonntagsprogramm  
Cafeteria (weiterhin jeden 2. Sonntag im Monat)

**19.01.2011**

Caritas Altenheim St. Josef,  
Buschkampstr. 3 - 5

10.00 – 17.00 Uhr, „2 für Sie“ Betreuungsangebot für Pflege-  
bedürftige Menschen zur Entlastung und Unterstützung der  
Angehörigen, Anmeld. und Infos: Ambul. Caritaspflegedienste,  
Soz. Station Süd, Tel: 92 66 80 (weiterhin jeden 3. Mittwoch im Monat)

**20.01.2011**

AWO – OV Herringen/  
SV Deutschland - OV Herringen  
Stadt Hamm/Altenhilfe

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

**21.01.2011**

Trägerverein Bauhof Herringen  
Torksfield 2

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

**23.01.2011**

Caritas Altenheim St. Josef,  
Buschkampstr. 3 - 5

14.30 Uhr, Neujahrsempfang  
Cafeteria

**26.01.2011**

Caritas Altenheim St. Josef,  
Buschkampstr. 3 - 5

14.30 Uhr, Offenes Café mit Musik  
Cafeteria (weiterhin jeden 4 Mittwoch im Monat)

**30.01.2011**

Trägerverein Bauhof Herringen  
Torksfield 2

15.00 Uhr, Tanzcafé (Einlass: 14.30 Uhr)  
Alter Bauhof, Großer Saal (weiterhin jeden 4. Sonntag im Monat)

**02.02.2011**

Caritas Altenheim St. Josef,  
Buschkampstr. 3 - 5

14.30 Uhr, Angehörigencafé mit Bingo  
Cafeteria des Hauses

**07.02.2011**

AK „Ökumenisches Senioren-  
frühstück Herringen/  
Stadt Hamm/Altenhilfe

9.00 Uhr, Seniorenfrühstück  
Cafeteria des Ev. Altenzentrums St. Victor,  
An den Kirchen 2, Gebühr: 3,00 €

**09.02.2011**

Caritaskonferenz Heilig Kreuz  
Michaelsheim, An den Kirchen 9a

15.00 Uhr, Seniorennachmittag; Gymnastik mit Frau Evers

**17.02.2011**

AWO – OV Herringen/  
SV Deutschland – OV Herringen  
Stadt Hamm/Altenhilfe

9.00 Uhr, Seniorenfrühstück – Karneval -  
Altentagesstätte Herringen, Am Jugendheim 3  
Gebühr: 3,00 €

**18.02.2011**

Evangelisches Altenzentrum  
St. Victor

15.00, Initiativkreis – Treffen der Ehrenamtlichen  
Cafeteria

**02.03.2011**

Caritaskonferenz Heilig Kreuz  
Michaelsheim, An den Kirchen 9a

15.00 Uhr, Seniorennachmittag; Karneval der Caritas und KfD

**06.03.2011**

Caritas Altenheim St. Josef,  
Buschkampstr. 3 - 5

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

**07.03.2011**

AK „Ökumenisches  
Seniorenfrühstück Herringen/  
Stadt Hamm/Altenhilfe

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

**09.03.2011**

Caritas Altenheim St. Josef,  
Buschkampstr. 3 - 5

14.30 Uhr, Angehörigencafé mit Bingo  
Cafeteria des Hauses

**12. und 19.03.2011**

Trägerverein Bauhof Herringen  
Torksfeld 2

19.00 Uhr, Ab morgen bin ich Rentner, Aufführung des Theater-  
vereins Edelweiß (anschließend Tanz), Alter Bauhof – Kartenvorver-  
kauf donnerstags 19.00 – 20.00 Uhr im Alten Bauhof, Eintritt: 12,00 €

**17.03.2011**

AWO – OV Herringen/  
SV Deutschland – OV Herringen  
Stadt Hamm/Altenhilfe

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

**19. und 20.03.2011**

Trägerverein Bauhof Herringen  
Torksfeld 2

6.00 Uhr, Ab morgen bin ich Rentner, Aufführung des Theaterver-  
eins Edelweiß, Alter Bauhof – Kartenvorverkauf donnerstags 19.00 –  
20.00 Uhr im Alten Bauhof, Eintritt: 8,00 €

**20.03.2011**

Caritas Altenheim St. Josef,  
Buschkampstr. 3 - 5

14.30 Uhr, Pastronatsfest (Gottesdienst und gemeinsames  
Kaffeetrinken)

## Stadtteil Hamm-Westen

**03.01.2011**

KAB St. Bonifatius  
Lange Str. 193

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

**05.01.2011**

Seniorenzentrum St. Bonifatius  
Bonifatiusweg 14

10.00 – 17.00 Uhr, „2 für Sie“ Betreuungsangebot für Pflege-  
bedürftige Menschen zur Entlastung und Unterstützung der Ange-  
hörigen, Anmeld. und Infos: Ambul. Caritaspflegedienste,  
Soz. Station Süd, Tel: 92 66 80, (weiterhin jeden 1. Mittwoch im Monat)

**05.01.2011**

ARG St. Bonifatius  
Lange Str. 193

15.00 Uhr, Beweglichkeit und Gedächtnistraining beim Sitzen und  
Tanzen, Leitung: Ellen Ewers

**11.01.2011**

Stadt Hamm - Amt für Soziale  
Integration / Altenhilfe

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

**12.01.2011**

Seniorentreff Thomaskirche,  
Lohausenholzstr. 18

15.00 Uhr, Jahreslosung 2011  
Pfarrer Oberföhren

**13.01.2011**

VdK - OV Westen

14.30 Uhr, Frauennachmittag, AWO-Bürgerkeller, Ostenwall 49  
Ansprechpartnerin: Edith Hörstmann; Tel. 0 23 81 / 44 36 40  
(weiterhin jeden 2. Donnerstag im Monat)

**21.01.2011**

VdK - OV Westen

17.00 Uhr, Männertreff (Kegeln), Seniorenzentrum St. Bonifatius,  
Bonifatiusweg 14 (aktuelle Infos s. Tagespresse) Kontakt: R. Quednam,  
Tel.: 2 83 90, (weiterhin jeden 3. Freitag im Monat)

**26.01.2011**

Seniorentreff Thomaskirche,  
Lohausenholzstr. 18

15.00 Uhr, Spielnachmittag „Bingo“  
D. Hempert + Team

**27.01.2011**

AK „Seniorenarbeit im  
Hammer-Westen“

9.00 Uhr, Offenes Seniorenfrühstück,  
Gemeindehaus der Thomaskirche, Lohausenholzstr. 18, Beitrag: 3,00 €

**02.02.2011**

ARG St. Bonifatius  
Lange Str. 193

15.00 Uhr, Geburtstagskaffee, anschließend gemütliches  
Beisammensein

**09.02.2011**

Seniorentreff Thomaskirche,  
Lohausenholzstr. 18

15.00 Uhr, Städtereisen nach Rom und nach Wien (Diavortrag)  
Referent: Herr Sütering

**23.02.2011**

Seniorentreff Thomaskirche,  
Lohausenholzstr. 18

15.00 Uhr, Schicksal einer Hammer Jüdin (Kurzbiographie)  
Referentin: Frau Prüß-Böhmer

**24.02.2011**

AK „Seniorenarbeit im  
Hammer-Westen“

9.00 Uhr, Offenes Seniorenfrühstück,  
Seniorenzentrum St. Bonifatius, Bonifatiusweg 14, Beitrag: 3,00 €

**02.03.2011**

ARG St. Bonifatius  
Lange Str. 193

15.00 Uhr, Wir feiern Karneval

**09.03.2011**

Seniorentreff Thomaskirche,  
Lohausenholzstr. 18

15.00 Uhr, Meine „Auszeit“ im afrikanischen Kloster  
Referentin: Frau A. Mikolajetz

**23.03.2011**

Seniorentreff Thomaskirche,  
Lohausenholzstr. 18

15.00 Uhr, Wir begrüßen den Frühling mit Liedern  
Leitung: Heike Klatt

**31.03.2011**

AK „Seniorenarbeit im  
Hammer-Westen“

9.00 Uhr, Offenes Seniorenfrühstück,  
Abbé-Stock-Haus, Güntherstr. 26, Beitrag: 3,00 €

## **Stadtteil Hamm-Norden**

**03.01.2011**

Wolfgang-Glaubitz-Senioren-  
zentrum, Westberger Weg 44

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

**04.01.2011**

Wolfgang-Glaubitz-Senioren-  
zentrum, Westberger Weg 44

14.30 Uhr, Café Norden, Betreuungs- und Entlastungsangebot  
für Angehörige von Menschen mit eingeschränkter Alltags-  
kompetenz, Gruppenraum 1 (weiterhin 14täglich)

**04.01.2011**

AG „Seniorenarbeit im  
Hammer Norden“

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

**04.01.2011**

AG „Seniorenarbeit im  
Hammer Norden“

15.00 Uhr, Spielegruppe, Wolfgang-Glaubitz-Zentrum, Westberger  
Weg 40, weiterhin 14täglich, Kontakt: Fr. Tornscheidt, Tel.: 17- 67 33.

**05.01.2011**

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)

**07.01.2011**

AG „Seniorenarbeit im  
Hammer Norden“

15.00 Uhr, Rad- u. Wandergruppe Karlsplatz,  
Treffpunkt: Karlsplatz (Bei Regen fällt die Radtour aus.)  
Kontakt: Frau Bellinghoff, Tel.: 6 21 90

**10.01.2011**

AG „Seniorenarbeit im Hammer Norden“

14.00 Uhr, Internet-Café für Senioren,  
Stadtteilzentrum Sorauer Str., Aula Kontakt: Fr. Tornscheidt,  
Stadt Hamm, Tel.: 17-67 33, weiterhin jeden Montag

**10.01.2011**

AG „Seniorenarbeit im Hammer Norden“

9.30 Uhr, Theatergruppe, Pfarrheim Maria Königin,  
Sorauer Straße, Kontakt: V. Rückert, Telefon: 6 30 07.

**10.01.2011**

Ambulanter Caritas Pflege-  
dienste Hamm, Sozialstation  
Nord

„Kaffeezeit am Karlsplatz“ für Menschen, die Begleitung benötigen,  
Anmeldung unter Tel.: 30 62 10  
(weiterhin 14tägig)

**10.01.2011**

Wolfgang-Glaubitz-Senioren-  
zentrum, Westberger Weg 44

16.00 Uhr, Neujahrskonzert mit dem Frauen-Singekreis Pelkum  
Café International

**11.01.2011**

Wolfgang-Glaubitz-Senioren-  
zentrum, Westberger Weg 44

15.30 Uhr, Wir spielen Bingo  
Café International, (weiterhin 14tägig)

**12.01.2011**

AG „Seniorenarbeit im Hammer Norden“

9.30 Uhr, Tanz für Senioren, Ev. Gemeindehaus M. Berthold,  
Leitung: Ingrid Becker, Tel.: 3 70 86 44, weiterhin 14tägig  
(s. auch Termin 19.01.2011)

**12.01.2011**

ARG Maria Königin, Sorauer Str.

15.00 Uhr, Wir begrüßen das neue Jahr

**12.01.2011**

AG „Seniorenarbeit im Hammer Norden“

16.00 Uhr, Kegeln, Kegelbahn des BVH 09, Fahrenheitstr. 2  
Kontaktperson: Fr. Rückert, Tel.:6 30 07

**13.01.2011**

AG „Seniorenarbeit im Hammer Norden“

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

**13.01.2011**

AG „Seniorenarbeit im Hammer Norden“ - Junge Senioren -

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

**19.01.2011**

AG „Seniorenarbeit im Hammer Norden“

9.30 Uhr, Tanz für Senioren, Pfarrheim Maria Königin,  
Sorauer Straße, Leitung: Ingrid Becker, Tel.: 3 70 86 44  
weiterhin 14tägig (siehe auch Termin 12.01.2011)

**21.01.2011**

AG „Seniorenarbeit im Hammer Norden“

15.00 Uhr, Rad- u. Wandergruppe Karlsplatz,  
Treffpunkt: Karlsplatz (Bei Regen fällt die Radtour aus.)  
Kontakt: Frau Bellinghoff, Tel.: 6 21 90

**26.01.2011**

ARG Maria Königin, Sorauer Str.

15.00 Uhr, Spiel- und Klönnachmittag.

**27.01.2011**

AG „Seniorenarbeit im Hammer Norden“

10.00 Uhr, „Nordener Schaufel“ Geschichtskreis, W.-Glaubitz-Zentrum, Westberger Weg 40, Kontakt: Fr. Tornscheidt, Tel.: 17- 67 33

**04.02.2011**

AG „Seniorenarbeit im Hammer Norden“

15.00 Uhr, Rad- u. Wandergruppe Karlsplatz, Treffpunkt: Karlsplatz (Bei Regen fällt die Radtour aus.) Kontakt: Frau Bellinghoff, Tel.: 6 21 90

**09.02.2011**

ARG Maria Königin, Sorauer Str.

15.00 Uhr, Quiz mit Frau Lammert

**09.02.2011**

AG „Seniorenarbeit im Hammer Norden“

16.00 Uhr, Kegeln, Kegelbahn des BVH 09, Fahrenheitstr. 2 Kontaktperson: Fr. Rückert, Tel.: 6 30 07

**10.02.2011**

AG „Seniorenarbeit im Hammer Norden“

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

**10.02.2011**

AG „Seniorenarbeit im Hammer Norden“  
- Junge Senioren -

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

**18.02.2011**

AG „Seniorenarbeit im Hammer Norden“

15.00 Uhr, Rad- u. Wandergruppe Karlsplatz, Treffpunkt: Karlsplatz (Bei Regen fällt die Radtour aus.) Kontakt: Frau Bellinghoff, Tel.: 6 21 90

**23.02.2011**

ARG Maria Königin, Sorauer Str.

15.00 Uhr, Karneval

**24.02.2011**

AG „Seniorenarbeit im Hammer Norden“

10.00 Uhr, „Nordener Schaufel“ Geschichtskreis, W.-Glaubitz-Zentrum, Westberger Weg 40, Kontakt: Fr. Tornscheidt, Tel.: 17- 67 33

**04.03.2011**

AG „Seniorenarbeit im Hammer Norden“

15.00 Uhr, Rad- u. Wandergruppe Karlsplatz, Treffpunkt: Karlsplatz (Bei Regen fällt die Radtour aus.) Kontakt: Frau Bellinghoff, Tel.: 6 21 90

**09.03.2011**

AG „Seniorenarbeit im Hammer Norden“

16.00 Uhr, Kegeln, Kegelbahn des BVH 09, Fahrenheitstr. 2 Kontakt: Fr. Rückert, Tel.: 6 30 07

**08.03.2011**

Wolfgang-Glaubitz-Seniorenzentrum, Westberger Weg 44

16.00 Uhr, Karnevalsfeier mit der KG Grün-Weiß Hamm Café International

**09.03.2011**

ARG Maria Königin, Sorauer Str.

15.00 Uhr, Ist Fasten noch aktuell

**10.03.2011**

AG „Seniorenarbeit im Hammer Norden“

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

**10.03.2011**

AG „Seniorenarbeit im Hammer Norden“ - Junge Senioren -

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

**18.03.2011**

AG „Seniorenarbeit im Hammer Norden“

15.00 Uhr, Rad- u. Wandergruppe Karlsplatz,  
Treffpunkt: Karlsplatz (Bei Regen fällt die Radtour aus.)  
Kontakt: Frau Bellinghoff, Tel.: 6 21 90

**21.03.2011**

Wolfgang-Glaubitz-Seniorenzentrum, Westberger Weg 44

15.00 Uhr, Frühlingsfest mit Kaffee, Kuchen und Volksliedern  
Musik: Nicole Böbersen, Café International

**23.03.2011**

ARG Maria Königin, Sorauer Str.

15.00 Uhr, Spiel- und Klönnachmittag

**24.03.2011**

AG „Seniorenarbeit im Hammer Norden“

10.00 Uhr, „Nordener Schaufel“ Geschichtskreis, W.-Glaubitz-Zentrum, Westberger Weg 40, Kontakt: Fr. Tornscheidt, Tel.: 17- 67 33

## Stadtbezirk Hamm-Bockum-Hövel

**03.01.2011**

Begegnungsstätte Haus der Begegnung, Friedrich-Ebert-Str.

15.00 Uhr, Offenes Singen, Leitung: Renate Baran

**04.01.2011**

Ludgeristift Hövel  
Ermelinghofstr. 18

16.00 Uhr, Ausklang der Weihnachtszeit  
Singerunde im Treffpunkt

**05.01.2011**

Begegnungsstätte Haus der Begegnung, Friedrich-Ebert-Str.

9.30. – 11.30 Uhr, Sprechstunde des Amtes für Soziale Integration/  
Altenhilfe, Kontakt: Karin Berheide, weiterhin jeweils mittwochs

**05.01.2011**

Begegnungsstätte Haus der Begegnung, Friedrich-Ebert-Str.

15.00 – 18.00 Uhr, Spiele-Nachmittag (Brett- und Kartenspiele),  
Kontakt: Karin Berheide, Altenhilfe, Tel.: 17-67 34  
(weiterhin jeweils mittwochs)

**05.01.2011**

Begegnungsstätte Haus der Begegnung, Friedrich-Ebert-Str.

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

**05.01.2011**

Ludgeristift Bockum  
Südgeist 1a

15.30 Uhr, Offenes Singen im Wintergarten  
(weiterhin jeden 1., 2. und 3. Mittwoch im Monat)

**10.01.2011**

Gesprächskreis „Pflegerische Angehörige“- Ev. Kirchengemeinde Bockum-Hövel / VHS

20.00 Uhr, Unverzichtbare technische Hilfen für mehr Sicherheit und Lebensqualität – in der Pflege daheim – Vorgestellt und Erläutert werden Hausnotrufsysteme, Referent: Rolf Hammers, Fa. Rupperecht, Haus der Begegnung, Friedrich-Ebert-Str. 23-25

**12.01.2011**

Ludgeri-Senioren-Forum/  
Stadt Hamm/Altenhilfe

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

**12.01.2011**

Sozialverband Deutschland  
OV Bockum-Hövel

16.00 Uhr, Frauennachmittag, Gaststätte Haus Döbbe  
(weiterhin jeden 2. Mittwoch im Monat)

**13.01.2011**

Ludgeristift Hövel Ambulante  
Pflege, Ermelinghofstr. 18

14.00 – 16.00 Uhr, Betreuung von an Demenz erkrankten Menschen,  
Infos unter Tel.: 48 42 48, (weiterhin jeden 2. Donnerstag im Monat)

**13.01.2011**

VdK OV Bockum-Hövel

Info- und Klönnachmittag , Haus der Begegnung

**15.01.2011**

Ludgeristift Hövel, Ambulante  
Pflege, Ermelinghofstr. 18

10.00 – 18.00 Uhr, „Ein Tag für mich“ Betreuung von an Demenz erkrankten Menschen, Infos unter Tel.: 48 42 48, (weiterhin 14tägig)

**17.01.2011**

Ludgeristift, An der Kreuzkirche,  
Hammer Str. 138

15.00 Uhr, Altenrunde der ev. Kirchengemeinde im Ludgeri-Stift zu  
Gast, Cafeteria (weiterhin jeden 3. Montag im Monat)

**19.01.2011**

Ludgeristift Hövel, Ambulante  
Pflege, Ermelinghofstr. 18

18.00 Uhr, Gesprächskreis Demenz – Angehörige von Demenz  
Erkrankten treffen sich zum Erfahrungsaustausch  
Infos unter Tel.: 48 42 48 (weiterhin jeden 3. Mittwoch im Monat)

**20.01.2011**

Kirchengemeinden St.  
Stephanus/Christus-König  
Stadt Hamm/Altenhilfe

9.00 Uhr, Seniorenfrühstück  
Pfarrheim St. Stephanus, St. Stephanusplatz 3  
Kontakt: Karin Berheide, Tel.: 17- 67 34, Beitrag: 3,00 €

**26.01.2011**

Ludgeristift Bockum  
Südgeist 1 a

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

**06.02.2011**

Kulturrevier Radbod/  
Stadt Hamm/Altenhilfe  
An den Fördertürmen 4

15.00 Uhr, Seniorentanz – Sommerfest - im Kulturrevier Radbod  
Musik mit Hans Bußmann, Kaffee und Kuchen zu günstigen Preisen,  
abends belegte Brötchen, Eintritt frei (weiterhin 14tägig sonntags)

**07.02.2011**

Begegnungsstätte Haus der  
Begegnung, Friedrich-Ebert-Str.

15.00 Uhr, Offenes Singen, Leitung: Renate Baran

**09.02.2011**

Ludgeri-Senioren-Forum/  
Stadt Hamm/Altenhilfe

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

**10.02.2011**

Ludgeri-Senioren- und Demenzforum e. V., An der Kreuzkirche, Hammer Str. 138 (Cafeteria)

18.00 Uhr, Ethik in Betreuung und Pflege  
Referentin: Gerda Tremmel-Schablowski

**14.02.2011**

Gesprächskreis „Pflegerische Angehörige“- Ev. Kirchengemeinde Bockum-Hövel / VHS

20.00 Uhr, Patientenrechte in Deutschland  
Referentin: Dr. Marlies Brinkmann,  
Haus der Begegnung, Friedrich-Ebert-Str. 23-25

**17.02.2011**

Kirchengemeinden St. Stephanus/Christus-König Stadt Hamm/Altenhilfe

9.00 Uhr, Seniorenfrühstück  
Pfarrheim Christus-König, Eichstedtstr. 44  
Kontakt: Karin Berheide. Tel.: 17- 67 34, Beitrag: 3,00 €

**01.03.2011**

Ludgeristift Hövel  
Ermelinghofstr. 18

16.00 Uhr, „Karnevalistische Singrunde“ mit Frau G. Buß, Frau M. Diebäcker und Herrn G. Fleischer im Treffpunkt

**07.03.2011**

Begegnungsstätte Haus der Begegnung, Friedrich-Ebert-Str.

15.00 Uhr, Offenes Singen, Leitung: Renate Baran

**09.03.2011**

Ludgeri-Senioren-Forum/  
Stadt Hamm/Altenhilfe

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

**10.03.2011**

VdK OV Bockum-Hövel

Info- und Klönnachmittag, Haus der Begegnung

**14. u.**

**15.03.2011**

Gesprächskreis „Pflegerische Angehörige“- Ev. Kirchengemeinde Bockum-Hövel / VHS

20.00 Uhr, Die Pflegeversicherung (Teil 1 + 2)  
Referent: Dirk Betzler, DiBeFo Sendenhorst, Lehrer für Altenpflege, Gutachter für Pflege- und Betreuungsgutachten  
Haus der Begegnung, Friedrich-Ebert-Str. 23-25

**16.03.2011**

Kulturrevier Radbod in Zusammenarbeit mit dem Amt für Soziale Integration

15.00 Uhr, Seniorentanz – Sommerfest - im Kulturrevier Radbod  
Musik mit Hans Bußmann, Kaffee und Kuchen zu günstigen Preisen, abends belegte Brötchen, An den Fördertürmen 4, Eintritt frei

**17.03.2011**

Kirchengemeinden St. Stephanus/Christus-König Stadt Hamm/Altenhilfe

9.00 Uhr, Seniorenfrühstück  
Pfarrheim St. Stephanus, St. Stephanusplatz 3  
Kontakt: Karin Berheide, Tel.: 17- 67 34, Beitrag: 3,00 €

**21.03.2011**

Gesprächskreis „Pflegerische Angehörige“- Ev. Kirchengemeinde Bockum-Hövel

20.00 Uhr, Vorsorgevollmacht – ersetzt sie immer eine gesetzliche Betreuung? (Vorgestellt werden Vorsorgevollmacht, Betreuungsverfügung sowie die Patientenverfügung) Referent: Ulrich Blümel, Haus der Begegnung, Friedrich-Ebert-Str. 23-25

**28.03.2011**

Ludgeristift, An der Kreuzkirche, Hammer Str. 138

15.30 Uhr, Lieder und Schlager zum Mitsingen  
Cafeteria

**31.03.2011**

Ludgeri-Senioren- und Demenzforum e. V., An der Kreuzkirche Hammer Str. 138 (Cafeteria)

18.00 Uhr, „Diagnose Demenz – Auswirkung auf die Familie  
Referentin: Eva Anslinger, Dipl. Päd. Und Krankenschwester

Gruppe Mia und Senioren  
St. Pankratius

hl. Messe, anschließend Kaffeetrinken mit Rollstuhlfahrern  
Gruppe Mia und Senioren St. Pankratius, 8.30 Uhr, hl. Messe,  
anschließend Frühstück

## **Stadtbezirk Hamm-Heessen**

**02.01.2011**

Seniorenheim St. Stephanus,  
Sundern 14

ab 14.00 Uhr, Sonntagscafé mit Frau Hennigfeld  
weiterhin 14täglich

**03.01.2011**

Junge Senioren St. Josef

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

**03.01.2011**

Seniorenheim St. Stephanus,  
Sundern 14

9.45 Uhr, Ökumenische Andacht, weiterhin jeden Montag

**03.01.2011**

ARG St. Josef

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

**03.01.2011**

Seniorenheim St. Stephanus,  
Sundern 14

15.30 Uhr, Bewegung mit Musik mit Frau Hennigfeld  
weiterhin jeden Montag

**04.01.2010**

Caritas St. Josef

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

**04.01.2011**

Seniorenheim St. Stephanus,  
Sundern 14

9.45 Uhr, Heilige Messe  
weiterhin jeden Dienstag und Donnerstag

**05.01.2011**

Seniorenheim St. Stephanus,  
Sundern 14

9.45 Uhr, Gebet für Verstorbene  
weiterhin jeden 1. Mittwoch im Monat

**05.01.2011**

ARG St. Marien

13.30 Uhr, Hl. Krippenfahrt nach Hoetmar:  
Abfahrt ab Marienkirche, Rückkehr ca. 18.00 Uhr

**05.01.2011**

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)

<b>05.01.2011</b> Junge Senioren –St. Josef	17.45 Uhr, Wassergymnastik, Hallenbad, Hamm-Heessen (weiterhin jeweils mittwochs)
<b>06.01.2011</b> Seniorenheim St. Stephanus, Sundern 14	15.00 Uhr, Bunter Nachmittag mit den Sternsängern
<b>08.01.2011</b> Caritas Altenheim St. Josef, Buschkampstr. 3 - 5	10.00 – 17.00 Uhr, „2 für Sie“ Betreuungsangebot für Pflege- bedürftige Menschen zur Entlastung und Unterstützung der Angehörigen, Anmeld. und Infos: Ambul. Caritaspflegedienste, Soz. Station Nord, Tel: 30 62 10, (weiterhin jeden 1. Samstag im Monat)
<b>09.01.2011</b> Seniorenheim St. Stephanus, Sundern 14	15.00 Uhr, Neujahrsansprache des Geschäftsführers Paul Gosing mit musikalischem Rahmenprogramm
<b>10.01.2010</b> Stadt Hamm/Altenhilfe und ev./ kath. Kirchengemeinde	9.00 Uhr, Offenes Seniorenfrühstück Ev. Gemeindezentrum Dasbeck, Goldsternstr. 6, Beitrag: 2,50 €
<b>10.01.2011</b> Sozialverband Deutschland OV Heessen	15.00 Uhr, Frauengruppe, Gaststätte „Am Kappenbusch“ (weiterhin alle 4 Wochen montags)
<b>11.01.2011</b> VdK - OV Heessen	15.00 Uhr, VdK-Treff im Brokhof
<b>12.01.2011</b> Seniorenheim St. Stephanus, Sundern 14	9.00 Uhr, Offenes Seniorenfrühstück der Papst-Johannes-Gemeinde im großen Gruppenraum
<b>12.01.2011</b> Seniorenheim St. Stephanus, Sundern 14	9.45 Uhr, Evangelischer Gottesdienst weiterhin jeden 2. und 4 Mittwoch im Monat
<b>12.01.2011</b> ARG St. Marien Pfarrheim	15.00 Uhr Gesprächskreis mit Frau Franke und Frau Larisch (weiterhin jeden 2. Mittwoch im Monat)
<b>15.01.2011</b> Tauschring in Verbindung mit dem Amt für Soziale Integration	19.00 Uhr, „Geben und Nehmen“, Treffen für Mitglieder und Interessierte Nebengebäude des Seniorenheimes St. Stephanus
<b>18.01.2011</b> Seniorenheim St. Stephanus, Sundern 14	15.30 Uhr, Gesprächskreis mit Frau Sieberg
<b>19.01.2011</b> Familienzentrum St. Theresia/ Stadt /Altenhilfe	9.00 Uhr, Offenes Seniorenfrühstück Pfarrheim St. Theresia, An der Theresienkirche 6, Beitrag: 2,50 €

<b><u>20.01.2011</u></b> Seniorenheim St. Stephanus, Sundern 14	15.30 Uhr, Diavortrag über die Arbeit der Vorsehungsschwestern in Malawi – vorgestellt von Schwester Ursula
<b><u>20.01.2011</u></b> ARG St. Stephanus Pfarrheim	15.00 Uhr, Perspektiven für 2011 Referent: Franz Mehringskötter
<b><u>22.01.2011</u></b> Seniorenheim St. Stephanus, Sundern 14	15.30 Uhr, Tanztee
<b><u>24.02.2011</u></b> Seniorenheim St. Stephanus, Sundern 14	15.00 Uhr, musikalischer Nachmittag
<b><u>24.01.2011</u></b> Sozialverband Deutschland OV Heessen	17.00 Uhr, Kegeln, Westfalenschänke (weiterhin alle 4 Wochen montags)
<b><u>28.01.2011</u></b> Seniorenheim St. Stephanus, Sundern 14	15.30, Rosenkranzgebet Weiterhin jeden letzten Freitag im Monat
<b><u>29.01.2011</u></b> Seniorenheim St. Stephanus, Sundern 14	10.00 Uhr, Frühschoppen mit Frau Nillies
<b><u>02.02.2011</u></b> ARG St. Marien	14.30 Uhr, Hl. Messe, anschließend im Pfarrheim: Auf dem Pilgerweg nach Santiago de Compostela, Referent: Pfarrer Gruschka
<b><u>10.02.2011</u></b> Seniorenheim St. Stephanus, Sundern 14	9.00 Uhr, Offenes Seniorenfrühstück der Papst-Johannes-Gemeinde im großen Gruppenraum
<b><u>14.02.2011</u></b> Stadt Hamm/ Altenhilfe und ev./ kath. Kirchengemeinde	9.00 Uhr, Ev. Gemeindezentrum Dasbeck, Goldsternstr. 6, Beitrag: 2,50 €
<b><u>16.02.2011</u></b> Familienzentrum St. Theresia/ Stadt Hamm/Altenhilfe	9.00 Uhr, Offenes Seniorenfrühstück Pfarrheim St. Theresia, An der Theresienkirche 6, Beitrag: 2,50 €
<b><u>16.02.2011</u></b> Seniorenheim St. Stephanus, Sundern 14	15.30 Uhr, Gesprächskreis mit Frau Sieberg
<b><u>17.02.2011</u></b> ARG St. Stephanus Pfarrheim	15.00 Uhr, Auf dem Pilgerweg nach Santiago de Compostela Referent: Pfarrer Gruschka
<b><u>19.02.2011</u></b> Seniorenheim St. Stephanus, Sundern 14	15.30 Uhr, Tanztee

<b><u>26.02.2011</u></b> Seniorenheim St. Stephanus, Sundern 14	10.00 Uhr, Frühschoppen mit Frau Nillies
<b><u>01.03.2011</u></b> Seniorenheim St. Stephanus	15.00 Uhr, Bunter Nachmittag mit dem ev. Männerkreis Heessen
<b><u>01.03.2011</u></b> VdK - OV Heessen	15.00 Uhr, VdK-Treff im Brokhof
<b><u>02.03.2011</u></b> ARG St. Marien	14.30 Uhr, Hl. Messe, anschließend im Pfarrheim: Buntes Programm im Rahmen des Karnevals
<b><u>03.03.2011</u></b> Seniorenheim St. Stephanus	15.00 Uhr, Weiberfastnacht mit musikalischem Rahmenprogramm
<b><u>07.03.2011</u></b> Seniorenheim St. Stephanus	10.00 Uhr, Rosenmontagsfeier
<b><u>08.03.2011</u></b> Seniorenheim St. Stephanus	15.30 Uhr, Dankeschön-Nachmittag für Ehrenamtliche
<b><u>10.03.2011</u></b> Seniorenheim St. Stephanus	9.00 Uhr, Offenes Seniorenfrühstück der Papst-Johannes-Gemeinde im großen Gruppenraum
<b><u>12.03.2011</u></b> Seniorenheim St. Stephanus	15.30 Uhr, Tanztee
<b><u>14.03.2010</u></b> Stadt Hamm/Altenhilfe und ev./ kath. Kirchengemeinde	9.00 Uhr, Offenes Seniorenfrühstück Ev. Gemeindezentrum Dasbeck, Goldsterstr. 6, Beitrag: 2,50 €
<b><u>16.03.2011</u></b> Familienzentrum St. Theresia/ Stadt Hamm/Altenhilfe	9.00 Uhr, Offenes Seniorenfrühstück Pfarrheim St. Theresia, An der Theresienkirche 6, Beitrag: 2,50 €
<b><u>17.03.2011</u></b> Seniorenheim St. Stephanus	15.30 Uhr, Gesprächskreis mit Frau Sieberg
<b><u>19.03.2011</u></b> Seniorenheim St. Stephanus	10.00 Uhr, Frühschoppen mit Frau Nillies
<b><u>27.03.2011</u></b> ARG St. Stephanus Pfarrheim	15.00 Uhr, KAB im Aufbruch – oder was? (in Verbindung mit der KAB St. Stephanus)
<b><u>27.03.2011</u></b> Junge Senioren St. Josef	Wandern

# Ihr AWO-Seniorenzentrum in Hamm



## Sicher, geborgen und zu Hause sein



Sie suchen einen Platz in der Stationären Pflege?

### Wolfgang-Glaubitz-Seniorenzentrum

Westberger Weg 44 · 59065 Hamm

Fon 0 23 81 - 39 30 · sz-hamm@awo-ww.de

...oder besuchen Sie uns im Internet: [www.awo-ww.de](http://www.awo-ww.de)

## SENIORENHAUS SOPHIA

LÜTTKE HOLZ 26 | 59192 BERGKAMEN

- Qualifiziertes Personal
- Aktivierende Pflege
- Einzelzimmer inkl. Bad
- Pflege und Betreuung nach Qualitätsstandards
- Freizeit- & Betreuungsangebote
- Offen für Gemeinde und Vereine

\* zertifiziert nach:



DIN EN ISO 9001  
Zertifikat Nr. 71 100

**Comunita**   
SENIORENHAUS SOPHIA



### COMUNITA SENIORENHÄUSER

SENIORENHAUS LUCIA \* | Dortmund-Wickede

SENIORENHAUS SOPHIA | Bergkamen

SENIORENHAUS VINZENZ \* | Dortmund-Dorstfeld

SENIORENHAUS ZEPPELINSTRASSE \* | Dortmund-Huckarde

### ERSTKONTAKT:

Dirk Hoppe

Telefon: + 49 (0)231-17698-401

Telefax: + 49 (0)231-2178976

dh@comunplus.de

Comunita Seniorenhäuser  
Wickeder Hellweg 93 | 44319 Dortmund

Telefon: + 49 (0)231 82976-0  
Telefax: + 49 (0)231 82976-444

E-Mail: [info@comunita-sh.de](mailto:info@comunita-sh.de)  
[www.comunita-seniorenhaeuser.de](http://www.comunita-seniorenhaeuser.de)

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

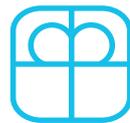
## Jeden Tag ein Lächeln!

 **Amalie**  
Sieveking Haus



### Einrichtungen in Hamm

- Altenwohnungen
- Amalie Sieveking Wohngemeinschaften
- Diakonische Kontaktstelle  
Telefon (0 23 81) 876 73 76



**Evangelisches  
Altenheim**

Hamm e.V.

Alter Uentroper Weg 26 · 59071 Hamm  
Telefon (0 23 81) 98 52 - 0

Die Amalie Sieveking Wohngemeinschaft für Senioren im Hammer Osten bietet rollstuhlgeeignete private Appartements (26 m<sup>2</sup>) und Doppelappartements (52 m<sup>2</sup>) sowie große Gemeinschaftsbereiche mit Küche, Wohnzimmer, Wintergarten, Sauna, Wellnessraum etc. (ca 250 m<sup>2</sup>) zu einer Kaltmiete ab 380,- € an.  
(Betreuung und häusliche Pflege bei Bedarf extra).

Ein großer Garten mit Kneippbecken, Teichen, eine gute Busverbindung zur Stadt sowie die Nähe von Kurpark und Maxipark, Einkaufsmöglichkeiten, Ärzten, Kirchengemeinden und einer Diakoniestation erleichtern den Alltag.

**Wir informieren Sie gern näher**

**Ansprechpartner: Gerhardt Westermann · Telefon: 0 23 81 / 5 43 30 33**

  
**Grüne Damen & Herren**  
Ambulanter Besuchsdienst der Ev. Pflegedienste  
im Kirchenkreis Hamm e.V.

Alter Uentroper Weg 24  
59071 Hamm  
Tel. (01 60) 90 68 30 89



**Café**  **Amalie**  
 **UnterstützungsNetzwerk Demenz  
UND Diakonie**

Ein Lächeln gegen das Vergessen!

- Gesprächskreis für Angehörige von Demenzkranken (jeden ersten Montag)
- Informationspunkt, Anlauf- und Vermittlungsstelle Demenz

**Tel. 01 73 -  
905 29 81**