

Fachstelle Leben im Alter der Stadt Hamm

Kontakt: Martina Foschepoth
Tel. 02381/17-6732
E-Mail: foschepoth@stadt.hamm.de

„Rhyern frühstück“

Ev. Gemeindehaus, Alte Salzstraße 6
Jeden 3. Dienstag jeweils um 9 Uhr
18. Juli
August: fällt aus
19. September
17. Oktober
21. November
Dezember: fällt aus

Evangelische Kirchengemeinde Emmaus, Fachstelle Leben im Alter der Stadt Hamm

Kontakt:
Martina Foschepoth
Tel. 02381/17-6732
E-Mail: foschepoth@stadt.hamm.de
Ursula Höltje
Ev. Emmaus- Kirchengemeinde
Tel. 02385/6590
E-Mail: miteinander-emmaus@gmx.de

„Miteinander“ Besuchsdienst für ältere Menschen

Wir bieten Ihnen vertrauliche und verlässliche Kontakte mit einer Person, die sich ehrenamtlich engagiert und Ihre Besucherin oder Ihr Besucher wird. Gerne informieren wir Sie in einem persönlichen Gespräch.

Caritas- Konferenz St. Regina

Kontakt: Angelika Bohnenschäfer
Tel. 02385/2837
Edelgard Lütkhoff, 02385/3795

Café Klatsch

Kath. Pfarrheim, Auf der Helle 1
jeden Donnerstag, 14.30 - 16.30 Uhr

Seniorenachmittag mit wechselnden Angeboten

Kath. Pfarrheim, Auf der Helle 1
jeweils um 15.00 Uhr
4. Juli
1. August
5. September
3. Oktober (Feiertag, fällt aus)
7. November
5. Dezember

Sittanz

Kath. Pfarrheim, Auf der Helle 1
donnerstags, 14-tägig, 14.30 Uhr
Kontakt: Andrea Benecke, Tel.:02385/68646

SV Westfalia Rhyern

An der Lohschule 19, 59069 Hamm
Tel. 02385-1464
(Auskunft zu allen Sportangeboten
Renate Florissen 02385-3477)

Montag, 9 Uhr

„Standfest und beweglich“

Training überwiegend im Freien

Sommer: Treffpunkt Sportplatz Am Papenloh

Winter: Sporthalle am Weiterbildungsforum
An der Lohschule

Montag 10.30 Uhr

„Wir bewegen uns, trotz Arthrose usw.“

Überwiegend Sitzgymnastik für Männer und
Frauen mit diversen Einschränkungen
Sporthalle am Weiterbildungsforum
An der Lohschule

Mittwoch 9 Uhr „Pilates und mehr“

Mattentraining
Sporthalle am Weiterbildungsforum
An der Lohschule

Mittwoch 10 Uhr

„Krafttraining ohne Geräte“

Stand- und Mattentraining
Sporthalle am Weiterbildungsforum
An der Lohschule

Herausgeber:

Stadt Hamm, Der Oberbürgermeister
Fachstelle Leben im Alter der Stadt Hamm
Kontakt: Martina Foschepoth
Tel. 02381/17-6732
E-Mail: foschepoth@stadt.hamm.de

im Juni 2023
Auflage: 250

elephantastisch!
Hamm:



**Offene Angebote 55 +
im Stadtteil Rhyern-Mitte**

2.Halbjahr 2023



Kolping Senioren

Kontakt: Olaf Langenhorst
Kath. Pfarrheim, Auf der Helle 1

3. Mittwoch im Monat, 15 Uhr

16. August

Die Theatergruppe „Ruhrlasen“ ist bei uns zu Gast

20. September

Hubert Wilmes berichtet über Erfahrungen auf dem Jakobsweg

18. Oktober

„Wir bewegen uns trotz Schmerzen“
Theorie und Praxis mit Renate Florissen

15. November

„Auf dem Grund von Ahse und Lippe“
Referent: Wolfgang Pumpat

13. Dezember (2. Mittwoch)

Vorweihnachtliche Stunde

Mayday Rhybern e.V. Altengerechte Quartiersentwicklung Rhybern-Mitte

Kontakt: Conny Schmidt, Tel. 02385/4375928, E- Mail: conny.schmidt@mayday-rhybern.de

„Spaziertreff“

Start am Quartiersbüro Mayday e.V.
Unnaer Straße 14
jeden Dienstag, 11 Uhr

Smartphone- und Tablet-Sprechstunden und Kurse für Menschen 60 +

montags, donnerstags und freitags
Termine auf Anfrage
Quartiersbüro Mayday e.V.
Unnaer Straße 14

Beratung zur Schwerbehinderung

jeden 2. Dienstag im Monat
9 - 10 Uhr
nach telefonischer Anmeldung
Ju&St Rhybern, Unnaer Straße 14a

Boulegruppe

Boulebahn auf dem Mayday Gelände
April- Oktober, nach Wetterlage
jeden 2. Und 4. Freitag, 16 Uhr
jeden 1. Und 3. Dienstag, 16 Uhr
Boulekugeln sind vorhanden

Offener Spieletreff

Heimathaus Rhybern, Unnaer Str. 16
1.Mittwoch im Monat, 14-16 Uhr
3.Donnerstag im Monat, 10-12 Uhr

Fortbildung zur Begleitung von Seniorinnen und Senioren und Menschen mit Demenz

Fortbildungsreihe für ehrenamtlich und beruflich
Betreuende 09.August - 25.Oktober
(Kosten 210,00 Euro)

Themenwoche „Gesundheit“

16.-19. Oktober
mit Altersfitnesstest; Vortrag über Tinnitus und
Hörtest; Vortrag der Wohn- und Pflegeberatung,
Besuch der Musterwohnung
Anmeldung erforderlich,
Informationen bei Conny Schmidt

Evangelische Emmaus-Kirchengemeinde

Kontakt:
Sina Kottmann, Tel. 0176-142 11060

Mittagstisch „Ma(h)IZeit“

Ev. Gemeindehaus, Emmaus-Haus,
Alte Salzstr. 6
Anmeldung nicht erforderlich
Jeweils um 12.30 Uhr

11. Juli

Gemüsesuppe mit Würstchen, Eis als Dessert

08. August

Mini-Frikadellen, Paprikagemüse, Reis

12.September noch nicht bekannt

10.Oktober noch nicht bekannt

14.November noch nicht bekannt

12.Dezember noch nicht bekannt

„Gemeinsam unterwegs in Emmaus“

Andacht, Kaffeetrinken und mehr

Anmeldung im Gemeindebüro: 02385/6590
oder bei Cornelia Griepert: 02381/492678

14. September

„Apfelkuchen satt“, Raum für Generationen, An
der Siepenstraße in 59457 Werl-Hilbeck

07. Dezember

Adventscafé mit Posaunenchor,
im Alten Pastorat Drechen,
An der Drechener Kirche 2, 59069 Hamm