

# Veranstaltungen in der Begegnungsstätte Juli 2026

Körnerstraße 84, 58095 Hagen

## Montag

**Infotreff**  
am 13.07.2026  
15:30-16:30 Uhr

### Präventionsveranstaltung der Stadt Hagen zu Gast ist

#### Klimaanpassungsmanager Hr. Stockmann

Heiße Tage und Hitzewellen, immer häufiger auch in Hagen. In dicht bebauten Bereichen können hohe Temperaturen die Gesundheit und die Lebensqualität einschränken. Sie erfahren, wie sich die Stadt Hagen an die zunehmenden Hitzebelastungen anpasst, welche Maßnahmen bereits umgesetzt werden und welche Projekte für die Zukunft geplant sind.

Kostenlos - Bitte um Anmeldung - Barrierefreier Eingang

## Dienstag

09:30 - 10:30 Uhr

Einstieg nach  
telefonischer  
Anmeldung

jederzeit möglich

### „Fit im Sitzen“ Aktiv und Fit ab 55+

Trainieren Sie Ihre Beweglichkeit und bleiben fit mit Körper und Geist. Jede Fitness ist willkommen und jede:r macht nach seinen eigenen Möglichkeiten mit. Für Frauen und Männer.

Kosten 5,50 Euro pro Termin

Kursleiterin: Frau Semturis

**Infotreff**  
am 07.07.2026  
14:00-15:00 Uhr

### Info-Veranstaltung Vorsorgevollmacht!

Was passiert, wenn man aufgrund von Krankheit, Unfall oder altersbedingten Einschränkungen wichtige Entscheidungen nicht mehr selbst treffen kann?

In unsere Infoveranstaltung erfahren Sie:

Was ist eine Vorsorgevollmacht?

Warum ist sie so wichtig?

Welche Bereiche werden durch sie geregelt?

Am Ende des Vortrages beantwortet Frau Bönnhoff gerne Ihre Fragen!

Kostenfrei, mit Anmeldung

Vortrag durch Frau Bönnhoff, Stadt Hagen

**Sie haben Interesse oder Fragen? 02331 35 20 234**



## Veranstaltungen in der Begegnungsstätte

Körnerstraße 84, 58095 Hagen



**Dienstag**

am 21.07.2026  
14:00-15:30 Uhr

### **Werde Wildkräuter Entdecker!**

#### **Die Kraft der Brennessel!**

Die Brennessel wird oft unterschätzt - dabei gehört sie zu den wertvollsten heimischen Wildkräutern! In unserem kleinem Wildkräuter-Entdecker-Kurs lernen Sie Spannendes über Ihre Wirkung auf den Körper und Wohlbefinden. Tipps zur Verwendung in der Küche. Einfache Rezepte zum Nachkochen mit gemeinsamer Verkostung vor Ort.

Unkostenbeitrag (inkl. Verkostung) 5 Euro, mit Anmeldung!

Für alle ab 55+

Kursleiterin: Fr. Jessika-Joke Althoff

17:00 - 20:00 Uhr

Jeden letzten

Dienstag im

Monat

### **Frauenselbsthilfe Krebs – mutig-bunt-aktiv**

Gruppe Hagen Mitte – Auffangen – Informieren -  
Begleiten

Ansprechpartnerin: Fr. Dogan-Memis, Fr. Sultan



**Lust auf ein**

**Ehrenamt?**

**Sprechen Sie uns gerne an!**

**Sie haben Interesse oder Fragen?**

**02331 35 20 234**

**[dmr-begegnungsstaette@diakonie-mark-ruhr.de](mailto:dmr-begegnungsstaette@diakonie-mark-ruhr.de)**

## Veranstaltungen in der Begegnungsstätte

Körnerstraße 84, 58095 Hagen



### Mittwoch

09:30 - 10:30 Uhr  
Einstieg nach  
telefonischer  
Anmeldung  
jederzeit möglich

#### „Fit im Sitzen“ Aktiv und Fit ab 55+

Trainieren Sie Ihre Beweglichkeit und bleiben fit mit Körper und Geist. Jede Fitness ist willkommen und jede:r macht nach seinen eigenen Möglichkeiten mit. Für Frauen und Männer.  
Kosten 5,50 Euro pro Termin  
Kursleiterin: Frau Semturis

11:00 - 12:30 Uhr

#### Kreativtreff / Strick- und Klöntreff

Immer mittwochs lädt die Begegnungsstätte zum Kreativsein ein.

Im **Strick- und Klöntreff (jeden 1. und 3. Mittwoch im Monat)** wird gestrickt, gehäkelt und sich über neue Handarbeitsprojekte ausgetauscht.

Der Treff ist kostenlos und freut sich immer über neue Besucherinnen und Besucher.

Für alle ab 55+

14:00 - 16:00 Uhr

#### Spieletreff

Der offene Spieletreff lädt jeden Mittwoch zum gemeinsamen Spielen ein. Ob Kartenspiele, Rummykub, Gedächtnisspiele oder Schach - wir spielen, was Spaß macht!

Es sind keine Vorerfahrungen notwendig.

Eintritt frei!

Für alle ab 55+

**Sie haben Interesse oder Fragen?**

**02331 35 20 234**

**[dmr-begegnungsstaette@diakonie-mark-ruhr.de](mailto:dmr-begegnungsstaette@diakonie-mark-ruhr.de)**

## Veranstaltungen in der Begegnungsstätte

Körnerstraße 84, 58095 Hagen



### Donnerstag

**Neu ab 21.05.26**

Donnerstag

09:30 - 10:30 Uhr

Einstieg nach  
telefonischer  
Anmeldung

jederzeit möglich

**„Walk mit!“ Gemeinsam aktiv bleiben**

**Walking für Aktive ab 55+**

Sie möchten sich fit halten, frische Luft genießen und dabei nette Menschen kennenlernen? Dann ist unsere Walking - Gruppe genau das Richtige für Sie! Wir walken gemeinsam entlang der Volme und durchs Städtchen.

Start: 09:30 Uhr an der Begegnungsstätte, Körnerstr. 84

Jedes Fitnesslevel - Kostenfrei

Kursleiterin: Fr. Jessika-Joke Althoff

10:30 - 12:00 Uhr

**Spanisch am Donnerstag ab 55+**

Die Spanisch Gruppe trifft sich regelmäßig und fördert die eigenen Sprachkenntnisse in Schrift und Wort. Je nach Sprachkenntnis ist ein Einstieg jederzeit möglich. In entspannter Lernatmosphäre mit max. 10 Personen.

Kursleiterin: Frau Mohamed Ahmed

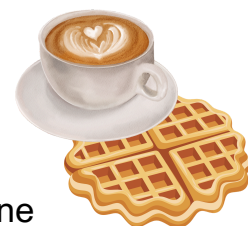
12:00 - 14:00 Uhr

**Körnercafé am 16.07.2026**

Jeden 3.

Donnerstag im  
Monat

Einmal im Monat öffnet die Begegnungsstätte und bietet Raum und Zeit für Austausch und eine Pause vom Alltag. Kommen Sie vorbei - auf einen Kaffee, einen Tee oder eine frische Waffel. Kostenfrei



### Samstag

Nächster

**Workshop**

**01.08.2026**

jeweils von

12:00 - 16:00

Uhr

**MAL (AUS) ZEIT**

Eine Auszeit vom Alltag nehmen und die eigene Kreativität entdecken. Pinselstrich für Pinselstrich zum eigenen Kunstwerk. Geeignet für Anfänger und Fortgeschrittene. Mit der Hagener Künstlerin Ruth Moneke. Kosten 45 Euro pro Termin.

**Sie haben Interesse oder Fragen?**

**02331 35 20 234**

**[dmr-begegnungsstaette@diakonie-mark-ruhr.de](mailto:dmr-begegnungsstaette@diakonie-mark-ruhr.de)**