



**Offene Angebote 55 +
in den Stadtteilen
Pelkum - Selmigerheide -
Weetfeld - Wiescherhöfen**

1. Halbjahr 2025

Ev. Gemeindehaus Pelikanum

Kamener Str. 181

Fachstelle Leben im Alter der Stadt Hamm

AWO Pelkum

Kontakt: Martina Foschepoth

Tel. 02381 17- 6732, E-Mail: foschepoth@stadt.hamm.de

Eintopfessen

jeden 4. Donnerstag, 12 Uhr

23. Januar

Erbsensuppe

27. Februar

Gyrossuppe

27. März

Kartoffelsuppe mit Bockwurst

Fachstelle Leben im Alter der Stadt Hamm

Ev. Kirchengemeinde Pelkum- Wiescherhöfen

Kontakt: Martina Foschepoth

Tel. 02381 17- 6732, E-Mail: foschepoth@stadt.hamm.de

Doris Riffelmann Tel.: 02381/ 14 96 833

Lesecafé

Ein Angebot für alle lesefreudigen Menschen

jeden 2. Freitag, 10 Uhr

10. Januar

Casper David Friedrich – Reise durch die Zeiten

14. Februar

Liebe: in Geschichten, Versen und Briefen

14. März

Was lesen Sie gerade?

11. April

Sachbuch Vorstellungen

9. Mai

Fremde Menschen und Länder in Europa

13. Juni

Mit der Reife wird man jünger, Hermann Hesse

Fachstelle Leben im Alter der Stadt Hamm

Ortsheimatpfleger Pelkum: Gisbert Hielscher, Heinz -Dieter Funke

Kontakt: Martina Foschepoth

Tel. 02381 17- 6732, E-Mail: foschepoth@stadt.hamm.de

Erzählzeit im Pelikanum

1975- 50 Jahre Kommunale Neuordnung für Pelkum und die Großstadt Hamm

Ein Austausch über ein halbes Jahrhundert kommunaler Entwicklung.

Donnerstag, 30 Januar 16.30-18 Uhr

Ev. Kirchengemeinde Pelkum-Wiescherhöfen

Frühstücksgespräche

wo Kulinarisches und Thematisches zusammenkommen. Nach einem gemeinsamen Frühstück tauschen wir uns über gesellschaftspolitische, religiöse und persönliche Themen aus.

Kontakt: Heidi Riffelmann, Tel.: 02381 400300

Doris Riffelmann, Tel.: 02381 1496833

Anmeldung erforderlich, Beitrag 5 €

Jeden 2. Dienstag von 9.30-11 Uhr

14. Januar

Kriegsängste und Hoffnungszeichen

11. Februar

Umwelt – Mitwelt – meine Welt

11. März

Sag die Wahrheit

8. April

Wenn das Leben zu Ende geht

13. Mai

Mutig – stark und beherzt

10. Juni

Positive Menschenbilder

Ev. Gemeindehaus Pelikanum

Kamener Str. 181

Ev. Kirchengemeinde Pelkum-Wiescherhöfen

Männerdienst

Kontakt: Hartmut Schroer, Tel.: 02381 40290
jeden 4. Mittwoch

26. Februar, 19 Uhr

Neues aus der Kirchengemeinde
von Pfarrerin Friedgard Weiß

26. März, 19 Uhr

Neues aus der Politik in Pelkum
von Bezirksbürgermeister
Axel Püttner

23. April, 16 Uhr

Besichtigung,
Treffpunkt Pelikanum

28. Mai, 15 Uhr

Stadttour

25. Juni, 16 Uhr

Radtour durch heimische Gefilde
mit anschließender Einkehr
Anmeldung erforderlich

Posaunenchor

Kontakt: Benedikt Kämper, Telefon: 02381 9150010
Mail: info@benedikt-kaemper.de
jeden Donnerstag, 19.30 Uhr im Pelikanum

Wir suchen Nachwuchsbläser:innen

Die Ausbildung erfolgt mit choreigenen Blechblasinstrumenten und
Noten.

Ausbildungszeiten: nach Absprache im Pelikanum

Frauengruppe DAZWISCHEN

1. Dienstag im Monat

Ein offenes Angebot für Frauen

Kontakt: Ute Blasko, Tel. 02381 400636, E-Mail: ute.blasko@gmx.de

7. Januar, 18 Uhr

Wir begrüßen das neue Jahr mit Wichteln

4. Februar, 18 Uhr

Wir spielen Bingo

Mittwoch, 5. März, 19 Uhr

Ein kulinarischer Abend im Küchenstudio „Küchen Manufaktur“
Anmeldung erforderlich, kostenpflichtig

1. April, Uhrzeit nach Anfrage

Geplant ist ein Kinobesuch im Cineplex

6. Mai, 18 Uhr

Maigang- Abschluss im Gemeindehaus

3. Juni, 18 Uhr

Radtour

Frauenhilfe

Kontakt: Eleonore Stahlhut, Tel.: 02381 404604

E-Mail: eleonore.stahlhut@web.de

Kommen Sie vorbei! Wir haben auch Platz für Sie!

alle 2 Wochen ab 8. Januar

Mittwoch von 15 - 17 Uhr

Termine und Themen entnehmen Sie bitte aus der Tageszeitung oder
dem Programheft, das im Pelikanum aus liegt.

Ev. Gemeindehaus Pelikanum

Kamener Str. 181

Altengerechte Quartiersentwicklung

Jakobusquartier Pelkum

Kontakt: Veronika Rosenkranz, Tel. 02381 5417351

E-Mail: Veronika.Rosenkranz@kirchenkreis-hamm.de

Gesundheits-Kaffeeklatsch

Wissenswertes rund um das Thema „Gesundheit“

von 15 – 17 Uhr

Anmeldung erforderlich – kostenfrei

9. Januar

Aromatherapie

13. März

Der Weg zum Pflegegrad

15. Mai

Ernährung: Einfach gesund snacken!

Sitz-Yoga

Kursleiterin Heike Johnscher

Kurs 1 ab 14. Januar

Jeden Dienstag, 13.30 – 14.30 Uhr
kostenpflichtig

Sitz-Yoga

Kursleiterin Heike Johnscher

Kurs 2 ab 14. Januar

Jeden Dienstag, 14.30 – 15.30 Uhr
kostenpflichtig

Tanz dich Fit – Agilando I

Ab 8. Januar

jeden Mittwoch von 10 – 11 Uhr
kostenpflichtig

Tanz dich Fit – Agilando II

Ab 8. Januar

Alle 14 Tage mittwochs
11.15 – 12.15 Uhr
kostenpflichtig

Modern Linedance

Ab 15. Januar

Alle 14 Tage mittwochs von 11.15 – 12.15 Uhr
kostenpflichtig

Spieletreff

Wir spielen Brett- und Kartenspiele,
nach Lust und Laune mit Kaffee und Gebäck.
mittwochs von 14 -16 Uhr

29. Januar

23. April

26. Februar

21. Mai

26. März

18. Juni

Kreativ-Nachmittag

Wir häkeln, stricken oder basteln.
mittwochs von 14 – 16 Uhr

15. Januar

9. April

12. Februar

7. Mai

12. März

4. Juni

Internet-Café

Fit für Handy, Tablet und Co.

In Zusammenarbeit mit der AWO
und den Schüler:innen des Märkischen Gymnasiums
Jeden 1. und 3. Mittwoch im Monat
von 16.30 – 18 Uhr, außer in den Ferien

Ev. Gemeindehaus Friedenskirche

Weetfelder Straße 108

Altengerechte Quartiersentwicklung

Standort Friedenskirche

Kontakt: Susanne Wöstenberg, Tel.: 0157 76296022

E-Mail: susanne.woestenberg@kirchenkreis-hamm.de

Spielenachmittag

Jeden Montag 14.30 – 16.30 Uhr
mit bekannten und neuen Spielen

Gedächtnistraining und Rätselspaß

Jeden 3. Dienstag im Monat
In gemütlicher Runde werden die „grauen Zellen“ und manchmal auch das Zwergfell angeregt.

21. Januar

18. Februar

18. März

20. Mai

17. Juni

Crossboccia

mit weichen Bällen,
basierend auf den Grundgedanken von Boccia und Boule
Jeden 1. Dienstag im Monat, 14.30 – 16.30 Uhr

4. Februar

4. März

6. Mai

3. Juni

Gesundheitsfrühstück

Hier gibt es neben gesunden Leckereien auch Wissenswertes rund um das Thema „Gesundheit“

9.30 bis 12 Uhr

4. Februar

8. April

24. Juni

Nähtreff

Jeden Dienstagmorgen von 9.30 – 12 Uhr
Anmeldung erforderlich
Fachlich: Christa Unruh, Tel: 0157 51781714
Es gibt Vorlagen für Einsteiger oder man arbeitet mit eigenen Vorstellungen.
Es können Materialkosten bis zu 5 € entstehen.
Nähmaschinen stehen ggf. zur Verfügung.

Sprechstunde der Altengerechten Quartiersentwicklung

Jeden Donnerstag zum Markttag
10 – 12 Uhr oder nach Absprache (Mo – Do)

Radeln verbindet - Ihre Radfahrgruppe vor Ort

Jeden letzten Mittwoch im Monat
Treffpunkt: 14 Uhr am Gemeindehaus der Friedenskirche.
Fahrten zwischen 15 – 25 km ins Umland.
Im Anschluss gibt es Kaffee und Kuchen im Gemeindehaus.
Bei „schlechtem“ Wetter entfällt die Tour und wir treffen uns zum Klönen.

22. Januar

26. Februar

26. März

30. April

28. Mai

25. Juni

Ev. Gemeindehaus Friedenskirche

Weetfelder Straße 108

Ev. Kirchengemeinde Pelkum-Wiescherhöfen

AWO-Tagesstätte

Ev. Erwachsenenbildung Westfalen und Lippe e. V.

Kontakt: Karin Fickermann, Tel.: 02381 404550

Seniorenkreis

Jeden 2. und 4. Mittwoch, 14.30 – 16.30 Uhr.

Mit verschiedenen Angeboten, Kaffee und Kuchen

8. Januar

Jahreslosung

Singen mit Frau Spließ

22. Januar

Geburtstagsfeier

12. Februar

Winterpräsentation

Donnerstag, 20 Februar

Landfrauentag

26. Februar

„Helau“ wir feiern Karneval

Freitag, 7. März

15 Uhr Weltgebetstagsfeier in der

Marienkirche

gemeinsam mit der

kath. Kirchengemeinde St. Marien

anschließend Kaffeetrinken

im Marienheim

12. März

Reisebericht von Amerika Referent

Rudi Zoch

26. März

Wer weiß denn sowas?

und Bingo

2. April

Modenschau mit Frau Feller

9. April

Frühlingsfest mit Beteiligung der

Kita Zachäus

23. April

Bademoden früher

14. Mai

Geburtstagsfeier

28. Mai

Vortrag: „Friedhofskulturen

weltweit“ Referent Tom Makiol

4. Juni

Besuch der Waldbühne Heessen

zu dem Stück „Blues Brothers“ mit

der Frauenhilfe Wiescherhöfen

11. Juni

„Glücklich sein mit Musik“

mit Heike Klatt

Ev. Kirchengemeinde Pelkum-Wiescherhöfen

Kontakt: Holtkötter

Jeden 3. Mittwoch im Monat von 14.30 bis 16.30 Uhr

Mit verschiedenen Angeboten, Kaffee und Kuchen

Frauenhilfe

15. Januar

Jahreshauptversammlung

19. Februar

Vorbereitung zum Weltgebetstag „Cookinseln- wunderbar geschaffen“

20. Februar

evangelischer Landfrauentag auf Gut Kump

Freitag, 7. März

15 Uhr Weltgebetstagsfeier in der Marienkirche

gemeinsam mit der kath. Kirchengemeinde St. Marien

anschließend Kaffeetrinken im Marienheim

19. März

Vortrag Referent Dr.med Jürgen Voogd, Vorsitzender des Kneipp Vereins

Hamm

16. April

„Tistou mit den grünen Daumen“ franz. Volkslieder und Chansons mit

dem Flötenkreis Bönen

21. Mai

Frühlingslieder mit Frau Rebeck

4. Juni

Besuch der Waldbühne Heessen zu dem Stück „Blues Brothers“ mit dem

Seniorenkreis Wiescherhöfen

18. Juni

Ein märchenhafter Nachmittag mit Ursula Ach

Frauenforum – offenes Angebot für Frauen

Kontakt: Birgit Henkel, Tel.: 02381 404544 ab 18 Uhr

E-Mail: birgit.henkel@t-online.de

Jeden 1. Mittwoch im Monat 19 Uhr

Ev. Gemeindehaus Friedenskirche

Weetfelder Straße 108

g

Ev. Gemeindehaus Friedenskirche

Turnverein Deutsche Treue 1905 Wiescherhöfen e. V.

Kontakt: Gudi Gerhard, Tel.: 02381 905270

Jeden Montag: Sitzgymnastik für Senioren

Sitzgymnastik II 70 +: von 10.45 Uhr – 11.45 Uhr

Mitgliedschaft im Turnverein erforderlich

Sitzgymnastik für Senioren

Tel.-Nr.: 02381 3382577; Mobil: 0171 1629091

E-Mail: barthelwg@t-online.de

Jeden Freitag von 11.15 bis 12 Uhr

Kontakt: Übungsleiterin Wiebke Barthel

Kostenpflichtig

Sozialverband Deutschland

Ortsverein Pelkum

Kontakt: Ulrike Gottschlich

Tel.: 02389 951096, 0160 8338035, sovdpelkum@gmail.com

Senioren-Frauengruppe

Jeden ersten Donnerstag im Monat, 15 – 16.30 Uhr

Wir tauschen uns bei Kaffee und Kuchen aus

6. Februar

6. März

3. April

5. Juni

kath. Pfarrheim, Marienheim

Kamener Str. 79a

Kath. Kirchengemeinde St. Marien-Wiescherhöfen

Klöncafé

Kontakt: Marion Roland, Tel.: 02381 8760869

jeden 3. Mittwoch im Monat, 15 - 17 Uhr

Silver Singers

Kontakt: Martina Lindermann, Tel.: 0174 3242526

jeden Donnerstag, 16. - 17.30 Uhr

Treff aktiver Frauen (TaF)

Kontakt: Martina Lindermann

Tel.: 0174 3242526

Wir sind eine offene Frauengruppe und treffen uns einmal im Monat, meist freitags, zu ganz verschiedenen gemeinsamen Aktivitäten.

kath. Pfarrheim, Marienheim

Kamener Str. 79a

KFD- Katholische Frauengemeinschaft Deutschland
St. Marien- Wiescherhöfen

Kontakt: Roswitha Polfeld, Tel. 400959 oder 0151/52994228
Kontakt: Elsbeth Tiefenbach, Tel. 401162
2. Mittwoch im Monat, 15 Uhr

8. Januar

Prosit Neujahr

12. Februar

Vorstellung des diesjährigen Weltgebetstagslandes „Die Cookinseln“

9. April

Kreuzwegandacht (Marienkirche)

7. Mai

Mai Andacht (Marienkirche), anschließend Muttertags-Kaffeetrinken

Juni

Besuch der Kaffeerösterei Pohl's Mühle,
Termin wird noch bekanntgegeben

Sonntag, 2. Februar

Patronatsfest der KFD'S im Pastoralverbund
15 Uhr Kaffeetrinken im Marienheim, Anmeldung erforderlich
18 Uhr Gottesdienst in der Marienkirche

Freitag, 7. März

15 Uhr Weltgebetstagsfeier in der Marienkirche
gemeinsam mit der ev. Kirchengemeinde Pelkum- Wiescherhöfen
anschließend Kaffeetrinken im Marienheim

Gymnastikkurs -Bleib Fit – mach mit-

jeden Donnerstag von 9 – 10 Uhr

9. Januar - 10. April

8. Mai – 10. Juli

Casino IGBCE Haus

Wielandstr. 6

Sozialverband Deutschland, Ortsverein Pelkum
Kontakt: Ulrike Gottschlich
Tel.: 02389 951096, 0160 8338035, sovdpelkum@gmail.com

Frühstück

3. Mittwoch im Monat
Beginn 9 Uhr bis ca. 11Uhr
Anmeldung erbeten

15. Januar

19. Februar

19. März

16. April

21. Mai

18. Juni

Boulebahn auf dem Gelände des TC Pelkum

Selbachstraße

Fachstelle Leben im Alter der Stadt Hamm

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

Pelkumer Bouletreff

Ob Anfänger oder Profi – in der Boulegruppe ist jeder willkommen. Geselligkeit, Bewegung und die Freude am Spiel stehen im Mittelpunkt.
Jeden 1. Mittwoch im Monat, 10 -12 Uhr

7. April

5. Mai

2. Juni



Café MOntag Für Jung und Alt

Jeden 1. und 3. Montag, 14.30 – 17.30 Uhr

Ev. Gemeindehaus Pelikanum · Kamener Str. 181 · 59077 Hamm

VERANSTALTER:

Altengerechte Quartiersentwicklung Pelkum
Fachstelle Leben im Alter
Ev. Kirchengemeinde Pelkum- Wiescherhöfen

KONTAKT:

Veronika.Rosenkranz@kirchenkreis-hamm.de, Tel. 02381 5417351
Martina Foschepoth, Fachstelle Leben im Alter der Stadt Hamm
Tel. 02381 17-6732, E-Mail: foschepoth@stadt.hamm.de

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