

## Termine für Seniorinnen und Senioren im April 2026

Datum	Tag	Uhrzeit	Angebot	Ort	Ansprechpartner /Kosten
01.04.	Mi	15.00 Uhr	Kaffeetrinken für Seniorinnen und Senioren	Martin-Berthold-Haus, Insterburger Str. 4	Kontakt: Laura Bisinger 02381/17-6734 Laura.Bisinger@Stadt.Hamm.de
07.04.	Di	14.30 Uhr	Smartphone-Sprechstunde	Stadtteilzentrum, Sorauer Str. 14; Gruppenraum 1.OG	Anmeldung notwendig bei Carolin Redeker, 0152/53404860 redeker@awo-rle.de
11.04.	Sa	15.00 Uhr	Raum Licht Mensch-Gemeinsamer Besuch der Bilderausstellung in der Johanneskirche (inkl. Kaffee und Kuchen)	Treffpunkt: Johanneskirche	Anmeldung notwendig bei Carolin Redeker, 0152/53404860 <a href="mailto:redeker@awo-rle.de">redeker@awo-rle.de</a>  Kostenfrei
13.04.	Mo	13.30 Uhr	Internetcafe´ rund um den PC und Laptop	Aula Stadtteilzentrum, Sorauer Str. 14	Schnuppern kostenlos, Karl-Heinz Rohde: Tel: 0152/31833257
13.04.	Mo	15.00-16.00 Uhr	Sportkurs für Ältere – Fit für den Alltag	Sporthalle der Karlschule, Westberger Weg 17	Kursleitung: Kalle Junker Kontakt: Carolin Redeker, 0152/53404860 redeker@awo-rle.de
14.04.	Di	14.30 Uhr	Tanzen im Sitzen	Aula Stadtteilzentrum, Sorauer Str. 14	Anmeldung erwünscht bei Carolin Redeker, 0152/53404860 redeker@awo-rle.de Leitung: Ursula Prutz
14.04.	Di	14.00 – 16.30 Uhr	Kreativkurs	Pfarrheim Herz-Jesu, Karlspl. 1	Anmeldung erwünscht bei Carolin Redeker, 0152/53404860 redeker@awo-rle.de Kursleitung: Konny Wiede
15.04.	Mi	14.00 Uhr	Bingo	Aula Stadtteilzentrum, Sorauer Str. 14	Anmeldung erwünscht bei Carolin Redeker, 0152/53404860 redeker@awo-rle.de

15.04.	Mi	15.00-16.00 Uhr	Yoga für Seniorinnen und Senioren	Sporthalle der Karlschule, Westberger Weg 17	Kursleitung: Monika Kraski Kontakt und Anmeldung: Carolin Redeker, 0152/53404860 redeker@awo-rle.de
16.04.	Do	16.30 Uhr	Interkulturelle Reihe: Vorstellung der jesidischen Gemeinde (Gemeinsames Essen)	Aula Stadtteilzentrum, Sorauer Str. 14	Kontakt: Carolin Redeker, 0152/53404860 <a href="mailto:redeker@awo-rle.de">redeker@awo-rle.de</a> Kostenfrei
20.04.	Mo	13.30 Uhr	Internetcafe´ rund um den PC und Laptop	Aula Stadtteilzentrum, Sorauer Str. 14	Schnuppern kostenlos, Karl-Heinz Rohde: Tel: 0152/31833257
20.04.	Mo	15.00-16.00 Uhr	Sportkurs für Ältere – Fit für den Alltag	Sporthalle der Karlschule, Westberger Weg 17	Kursleitung: Kalle Junker Kontakt: Carolin Redeker, 0152/53404860 redeker@awo-rle.de
21.04.	Di	10.00 Uhr	Gedächtnistraining	Stadtteilzentrum, Sorauer Str. 14; Gruppenraum 1.OG	Anmeldung bei: Carolin Redeker, 0152/53404860 redeker@awo-rle.de
24.04.	Fr	18.00-21.00 Uhr	Hamm tanzt! Ü55 Kennenlernparty (Inklusive einem Begrüßungsgetränk)	Bürgersaal der Sachsenhalle, Piebrockskamp 5, Hamm Heessen	Anmeldung und Kartenvorverkauf bei: Carolin Redeker, 0152/53404860 <a href="mailto:redeker@awo-rle.de">redeker@awo-rle.de</a> Kosten: 5 Euro
27.04.	Mo	13.30 Uhr	Internetcafe´ rund um den PC und Laptop -	Aula Stadtteilzentrum, Sorauer Str. 14	Schnuppern kostenlos, Karl-Heinz Rohde: Tel: 0152/31833257
27.04.	Mo	15.00-16.00 Uhr	Sportkurs für Ältere – Fit für den Alltag	Sporthalle der Karlschule, Westberger Weg 17	Kursleitung: Kalle Junker Kontakt: Carolin Redeker, 0152/53404860 redeker@awo-rle.de
28.04.	Di	14.00 – 16.30 Uhr	Kreativkurs	Pfarrheim Herz-Jesu, Karlspl. 1	Anmeldung erwünscht bei Carolin Redeker, 0152/53404860 redeker@awo-rle.de Kursleitung: Konny Wiede
28.04.	Di	14.30 Uhr	Smartphone-Sprechstunde	Jugendkeller im Martin-Berthold-Haus, Insterburger Straße 4	Anmeldung notwendig bei Carolin Redeker, 0152/53404860 redeker@awo-rle.de

30.04.	Do	15.00 Uhr	Intergeneratives Waffelessen für Jung und Alt	Aula Stadtteilzentrum, Sorauer Str. 14	Anmeldung notwendig bei Carolin Redeker, 0152/53404860 redeker@awo-rle.de
--------	----	--------------	-----------------------------------------------------	----------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------

### Rikscha-Fahrten:

Ehrenamtliche, qualifizierte Fahrer bieten kostenfreie Touren mit einer neuen Fahrrad-Rikscha an. Entdecken Sie Ihren Stadtteil auf eine andere Art und Weise und genießen Sie die Tour für 1-2 Personen auch mit Mobilitätseinschränkung. Die Fahrten sind kostenfrei.

Ihre Ansprechpartnerin

Carolin Redeker

Altengerechte Quartiersentwicklung Hamm-Norden  
 Stadtteilzentrum Hamm-Norden  
 Sorauer Straße 14, 59065 Hamm  
[www.hammer-norden.de/akteure/seniorenarbeit-im-hammer-norden](http://www.hammer-norden.de/akteure/seniorenarbeit-im-hammer-norden)

Mobil: 015253404860      E-Mail: [redeker@awo-rle.de](mailto:redeker@awo-rle.de)

