

## Themen-Spaziergänge

„Wir gehen mit Ihnen durch den Winterwald, führen Sie durch wogende Wollgrasflächen im Moor und entdecken mit Ihnen die Heide, wenn sie blüht. Wir wandern auf den Spuren unserer Vorfahren und lesen die Zeichen der Klosterleute. Darum kümmern wir uns!“

*Sigrid und Kord Grimsehl*



Telefon (0 47 93) 89 39  
grimsehl-kord@t-online.de

## Tanzfreu(n)de

„Sie tanzen gern, haben aber nur geringe oder keine Vorkenntnisse? Sie sind über 50 und haben einen Nachmittag in der Woche Zeit? Dann lassen Sie uns gemeinsam tanzen. Wir lernen alte und neue Tanzformen aus aller Welt kennen. Ein fester Tanzpartner ist nicht erforderlich, da in geselliger Runde getanzt wird. Darum kümmere ich mich!“

*Gabriele Hüncken*



Telefon (0 47 93) 9 50 40  
heino.huencken@evlka.de

## Zu Fuß und mit dem Rad unterwegs

„Gemeinsam erkunden wir mit dem Rad oder auch zu Fuß die nähere Umgebung unseres schönen Hambergen. Kleinere und auch größere Wanderungen, Rad- oder Kohltouren stehen auf dem Programm. Ganz wie Sie wünschen. Darum kümmere ich mich!“

*Ernst Leu*



Telefon (0 47 48) 82 00 91



*Alt werden in der  
Samtgemeinde Hambergen*

„Alt werden in Hambergen“ ist eine Initiative der Samtgemeinde Hambergen und der Ev.-luth. Kirchengemeinde. Sie wird gefördert durch die Stiftung „Aktion Mensch – diegesellschaft.de“.

Wir möchten, dass Sie in einer lebendigen Gemeinschaft zufrieden und sorgenfrei alt werden.

Darum kümmern wir uns!

*Heino Hüncken*

Telefon (0 47 93) 9 50 40, heino.huencken@evlka.de

*Margrit Kluge*

Telefon (0 47 93) 9 50 40, ?????@evlka.de

*Hartmut Lukies*

Telefon (0 47 93) 9 50 40, ?????@evlka.de

Ev.-luth. Kirchengemeinde Hambergen  
Garlstedter Straße 2  
27729 Hambergen  
Telefon (0 47 93) 9 50 30  
Telefax (0 47 93) 9 50 50  
eMail kg.hambergen@evlka.de

Samtgemeinde Hambergen  
Bremer Straße 2  
27729 Hambergen  
Telefon (0 47 93) 780  
eMail rathaus@hambergen.de

### Bankverbindung

Kirchengemeinde Hambergen, Stichwort „Altwerden in Hambergen“  
Volksbank Osterholz-Scharmbeck, Konto 463 29 00, BLZ 291 623 94  
Kreissparkasse Osterholz-Scharmbeck, Konto 23 18 45, BLZ 291 523 00

### Hinweis

Bei Einsätzen und Veranstaltungen wird ein geringer Beitrag erhoben. Die Sätze sind bei den Kümmerern zu erfragen. Kassenwartin: Edda Weinle.



*Alt werden in der  
Samtgemeinde Hambergen*



Wir kümmern uns darum!

## Das Älterwerden gestalten – machen Sie mit

Im Alter gut und sicher leben, selbstbestimmt sein Leben genießen, es gemeinsam mit Anderen gestalten – das möchte wohl jeder gern. Die Samtgemeinde Hambergen und die Kirchengemeinde Hambergen kümmern sich genau darum. Wir geben Hilfestellung, wenn Sie bestimmte Aufgaben nicht wahrnehmen können; wir begleiten Sie, wenn Sie sich unsicher fühlen; wir laden ein, dass Sie sich fit halten an Körper und Geist. Wir möchten mit Ihnen gemeinsam das Älterwerden gestalten.

Sie möchten sich selber aktiv in unserer Initiative einbringen? Gern. Machen Sie mit! Betätigen Sie sich als HelferIn oder Helfer. Wir heißen Sie in unserer Initiative herzlich willkommen! Wenden Sie sich an einen der Kümmerer oder an einen der drei Initiatoren.

Im Namen der Kümmerer, Helferinnen und Helfer:  
*Margrit Kluge, Hartmut Dukies, Heino Hünchen*



## Diakonisch-soziale Unterstützung

### Begleiten, helfen und unterstützen

Wir richten unser Augenmerk sowohl auf ältere Menschen wie auf junge Familien.

#### An Ältere:

*„Sie können nicht mehr allein einkaufen, zum Friseur kommen, Behörden oder einen Arzt aufsuchen? Sie haben Schwierigkeiten, den Schriftverkehr mit Anträgen oder Formularen allein zu erledigen? Wir kümmern uns darum.“*

#### An junge Familien:

*„Sie können ab und zu eine hilfreiche Oma gebrauchen? Zum Beispiel zum Vorlesen, zum Aufpassen, Spielen, mit den Kleinen Kuchen backen, usw.? Wir kommen gern. Darum kümmern wir uns.“*

*Hildegard Miessner und Liane Hudalla*



Telefon (0 47 93) 9614 2  
hildegard.miessner@ewetel.net

Telefon (0 47 93) 9569 37  
liane.hudalla@gmail.com

## Lernen in Gemeinschaft

### Fit im Internet und am PC

*„Sie haben den PC zuhause – aber sind noch unsicher im Umgang mit ihm? Ich führe Sie in die Bedienung des PCs ein und zeige Ihnen die große weite Welt des Internet. In kleinen Gruppen bis 4 Personen. Darum kümmere ich mich!“*

*Claus Kedenburg*



*„Ich fahre Sie auch zu Gottesdiensten nach Hambergen, Wallhöfen, und Osterholz-Scharmbeck“*

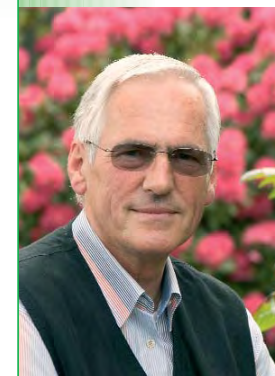
Telefon (0 47 93) 9610 1  
claus@kedenburg.de

## Mobiler Hilfs- und Begleitedienst

### Mobil bei Krankheit und im Alter

*„Kranke und behinderte Menschen bleiben oft zu Hause, weil sie sich nicht allein nach draußen trauen. Ich begleite Sie gern und biete meine Hilfe bei Rollstuhlfahrten zu Ärzten oder Therapeuten an, zu Apotheken oder ins Krankenhaus nach Osterholz-Scharmbeck, begleite Sie auf Spaziergängen und helfe bei Notfällen auch in der Wohnung. Darum kümmere ich mich!“*

*Albrecht Bennetz*



Telefon (0 47 93) 9 52 82  
a\_bennetz@web.de

## Arbeitsgruppe Jung und Alt

### Jung und Alt gemeinsam

*„Jugendliche und Senioren – das muss kein Widerspruch sein. In unserer Gemeinde hilft der Nachwuchs den Älteren. Die Jugendlichen sorgen für Senioren in den Alterswohnungen in der Samtgemeinde und im „Eichhof“. Wir bieten außerdem für Schülerinnen und Schüler Hausaufgabenhilfe an. Darum kümmere ich mich!“*

*Manfred Toepfel*



Telefon (0 47 93) 95 69 37  
manfred.toepfel@gmail.com