

2. Quartal 2023

Senioren Heute

Zeitschrift des Seniorenbeirates
der Stadt Dortmund

mit
Veranstaltungskalender

Stadt Dortmund
Seniorenbeirat



Schlaganfall ein Notfall

Schlaganfall-Hilfe Dortmund e.V.



 **112**

stroke@klinikumdo.de • www.schlaganfall-hilfe-dortmund.de

Informationsveranstaltung am Tag des Schlaganfalls am 10.05.2023

in der Berswordt-Halle
am Friedensplatz / Dortmund

Helfen Sie mit!
Sie können unsere Arbeit mit
einer Spende unterstützen.

Spendenkonto: Sparkasse Dortmund
IBAN DE52 4405 0199 0001 2233 30
BIC DORTDE33XXX

Sicher versorgt im eigenen Zuhause
durch unseren ambulanten Pflegedienst

24 Stunden Bereitschaftsdienst

- / Grundpflege und Behandlungspflege
- / Urlaubs- und Verhinderungspflege
- / Wundversorgung
- / Betreuungs- und Entlastungsleistungen
- / Hauswirtschaftliche Versorgung



APD DORTMUND GMBH
Marsbruchstraße 4 · 44237 Dortmund

Tel.: 0231 97 97 99 22

info@apd-dortmund.de · www.apd-dortmund.de



Unbeschwert Wohnen mit Vonovia.

Wir bieten barrierefreie/barrierearme
Wohnungen in Dortmund.

Noch heute
Besichtigungs-
termin
buchen.

vonovia.de

VONOVIA

5

Zu Beginn

7

Ihre Ansprechpartner*innen

9

Sprechstunden des Seniorenbeirates in den Stadtbezirken

10

Aus der Tätigkeit des Seniorenbeirates

- 10 Tanztee mit Rollatoren
- 11 Führung durch das neue Bürgerhaus „Pulsschlag Dorstfeld“
- 12 Nordstadt together – Gemeinsam Nachbarschaft leben

14

Aus den Stadtbezirken

- 14 SERIE: Dortmunder Stadtbezirke stellen sich vor Innenstadt-Nord
- 16 SERIE: Dortmunder Stadtbezirke stellen sich vor Innenstadt-Ost
- 17 Anpiff zum schwarzgelben Nachmittag

20

Nachrufe

- 20 Nachruf für Eva Charlotte Edle von Germersheim
- 20 Nachruf für Willi Breuckmann

21

Informationen

- | | |
|--------------------------------------|---|
| 21 Eiche... weiche? | 23 Kino im Quartier |
| 21 Termininfo - Seniorenmesse | 23 Seniorenkino in der Schauburg |
| 22 Ausgebildete Sterbebegleiterinnen | 23 Seniorenkino Filmbühne „Zur Postkutsche“ |
| 22 Wer ist der Mörder? | |

24

Von Dortmund in die Welt

- 24 NEUE SERIE: Von Dortmund nach ... Venedig

28

Magazin - Unterhaltung - Termine

- | | |
|----------------------|----------------------------------|
| 28 Rätselecke | 34 Schmunzelecke |
| 29 Rezepte | 36 Senior*innensendungen im Funk |
| 30 Gedicht | 36 Termine |
| 30 Bücherecke | 37 Zu guter Letzt |
| 30 Der Fluss / Rhein | 38 Impressum |

41

Veranstaltungskalender vom 01.04 bis 30.06.2023

- 70 Impressum Seniorenveranstaltungskalender

Wir bieten Ihnen
Stationäre Pflege und Kurzzeitpflege.



Seniorenzentren



SICHER, GEBORGEN UND ZU HAUSE.

Erna-David-Seniorenzentrum

Mergelteichstr. 27-35
44225 Dortmund (Brünninghausen)
Fon: 02 31 - 7 10 61
sz-do-bruenninghs-edz@awo-ww.de

Seniorenwohnstätte Dortmund-Eving

Süggelweg 2-4
44339 Dortmund (Eving)
Fon: 02 31 - 98 51 20-0
sz-do-ewing@awo-ww.de

Karola-Zorwald-Seniorenzentrum

Sendstraße 67
44309 Dortmund (Brackel)
Fon: 02 31-92 55-154
sz-do-brackel@awo-ww.de

Seniorenzentrum Dortmund-Kirchlinde

Bockenfelder Str. 54
44379 Dortmund (Kirchlinde)
Fon: 02 31 - 96 70 13-0
sz-do-kirchlinde@awo-ww.de

Minna-Sattler-Seniorenzentrum

Mergelteichstr. 10
44225 Dortmund (Brünninghausen)
Fon: 02 31 - 79 36-0
sz-do-bruenninghs-msz@awo-ww.de

Seniorenzentrum Rodenberg

Ringofenstr. 7 (Aplerbeck)
44287 Dortmund
Fon: 02 31 - 47 54 88 0
sz-do-aplerbeck@awo-ww.de

Mehr zu uns unter: awo-seniorenzentren.awo-ww.de



Liebe Leserinnen, liebe Leser,

es ist Frühling. Der Winter liegt hinter uns. Die anfänglichen Befürchtungen, die Gasvorräte könnten nicht reichen, um für uns für eine warme Wohnung zu sorgen, haben sich nicht bewahrheitet. Wir sind gut über den Winter gekommen. Die stark gestiegenen Preise, auch für Lebensmittel, bröckeln etwas. Das Niveau des Jahres 2021 haben wir nicht erreicht, aber es ist Licht am Horizont zu sehen. Auch die Inflationsrate sinkt etwas. Und wenn die Sonne wieder scheint, es nicht mehr so kalt und regnerisch ist, können wir wieder etwas optimistischer in die Zukunft blicken. Die Hilfspakete der Regierung scheinen die Härten für die Menschen abzufedern, was zu einer gewissen Entspannung führt.

Wenn doch nur dieser abscheuliche Krieg in der Ukraine überwunden werden könnte. Dann könnte sicher nicht nur ich entspannter in die Zukunft schauen. Ein weiteres Thema, das uns im letzten Jahr intensiv beschäftigt hat, die Corona-Pandemie, ist nach dem Robert-Koch-Institut herabgestuft worden. Die erhebliche gesundheitliche Gefahr und die mögliche Überlastung der medizinischen Einrichtungen, ist nicht mehr gegeben. Im Nah- und Fernverkehr müssen keine Masken mehr getragen werden. Wer möchte, kann sich weiterhin mit einer Maske schützen. Die bundeseinheitliche Vorschrift, in Arztpraxen, Pflegeeinrichtungen (für Besucher) und in Krankenhäusern eine

medizinische Maske zu tragen, wird ab dem 08.04. ebenfalls Vergangenheit sein. Wieder ein Stück der uns vertrauten Normalität ist zurück.

Und so hat der Seniorenbeirat auch wieder Pläne für dieses Jahr gemacht. Es gab wieder einen Lesesnachmittag in der Stadt- und Landesbibliothek. Der Seniorenbeirat wird dieses Jahr nach Berlin fahren und den Bundestag besuchen und im Herbst haben wir geplant, in Düsseldorf dem Landtag einen Besuch abzustatten. Die Sprechstunden finden wieder regelmäßig statt und auch sonst sucht der Seniorenbeirat den Kontakt zu den Menschen, deren Interessen er vertreten soll. Die in der Vergangenheit abgehaltenen online- und telefonischen Kontakte sind eine Möglichkeit, aber ich bevorzuge das persönliche Gespräch. Deshalb kommen Sie ruhig auf uns zu. Sprechen Sie uns an. Stellen Sie uns Ihre Fragen und unterbreiten Sie uns Ihre Vorschläge oder Anregungen. Wir können nicht in jedem Fall helfen. Wir können aber Ihre Anregungen und Vorschläge an die zuständigen Stellen weiterleiten und darauf achten, dass Ihre Anregungen auch bearbeitet werden.

Mit diesem Ausblick auf eine positive Entwicklung und dem Wunsch nach einer intensiven Kommunikation verbleibe ich

Ihr

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'M. Fischer', written in a cursive style.

Martin Fischer



Freie Sicht für alle.

Mit dem barrierefreien Online-Banking der Sparkasse.

Auch bei Sehschwäche haben Sie die Chance, Ihre Bankgeschäfte online zuverlässig zu erledigen. Weil alles klar und deutlich ist. Wir zeigen Ihnen gerne, wie das geht. Mehr Informationen dazu finden Sie unter sparkasse-dortmund.de



Sparkasse Dortmund

Diakonie 

**Diakonie.
Mit Dir.**

Telefon: 0231 84 94 555

wohnen

- Service-Wohnen
- Nachbarschaftsagenturen
- Passgenau: Dienstleistungen rund um Haus und Garten
- Wohngemeinschaften für Menschen mit Demenz

pflegen

- 7 Diakoniestationen
- Betreuungsgruppen für Senioren
- Tagespflege-Einrichtungen für Senioren
- Palliativ-Pflegedienst
- 3 Evangelische Altenzentren Der Gute Hirte, Fritz-Heuner-Heim und Lünen

beraten, begleiten

- bei Pflegefragen in allen Diakoniestationen
- in den Seniorenbüros Mengede, Hörde und Brackel
- Ambulanter Hospizdienst



— Aplerbeck



Martin Fischer
(0231) 44 76 13



Jutta Fuchs
(0231) 48 31 63



Rüdiger Pelzer
(0231) 44 54 48

— Brackel



**Thomas
Bürstinghaus**
(0177) 7 11 12 57



**Reiner Gerd
Kunkel**
(0231) 27 97 39



Reinhard Preuß
(0231) 21 13 30

— Eving



Helmut Adden
(0231) 80 77 00



Hans J. Unterkötter
(0231) 85 84 09

— Hombruch



Udo Asbeck
(0231) 22 04 200



Elisabeth Beyna
(0231) 73 58 89



Walter Wille
(0231) 73 12 36

— Hörde



**Dr. Edeltraud-
Pauline Hartmann**
(0160) 6 48 15 70



**Hans-Günter
Oltersdorf**
(0231) 41 24 35

— Huckarde



Beate Caßau
(0174) 3 97 84 20



Günter Scheller
(0231) 39 40 02

— Innenstadt-Nord



**Dr. Franz-Josef
Ingenmey**
(0231) 72 82 062

— Innenstadt-Ost



Hans Billmann
(0231) 13 70 253



Thomas Müller
(0231) 51 40 60

— Innenstadt-West



Gerda Haus
(0231) 17 36 25



Monika Köster
(0231) 17 57 24

— Lütgendortmund



Hannelore Bauer
(0231) 50-2 48 87



Wolfgang Evers
(0231) 69 00 531

— Mengede

Bei Bedarf wenden Sie sich bitte
an die Geschäftsstelle des
Seniorenbeirates
(0231) 50-2 48 87

— Scharnhorst



**Gertrud Löhken-
Mehring**
(0231) 89 20 20



Manfred Mertins
(0231) 23 97 03



WOHNEN, WO DAS SCHLÄGT

www.vivawest.de

 VIVAWEST



Ihr Partner in allen Gesundheitsfragen

Knappschaftskrankenhaus Lütgendortmund
Volksgartenstraße 40 | 44388 Dortmund
Altersmedizinische Telefon-Hotline: 0231 6188-600
Email: altersmedizin-luedo@klinikum-westfalen.de
www.klinikum-westfalen.de



Stadtbezirk Aplerbeck

- **Jeden 1. Donnerstag im Monat, 15.00–16.00 Uhr**
Gemeindehaus der St. Marien-Kirche, Sölder Straße 130
- **Jeden 2. Mittwoch im Monat, 10.00–11.00 Uhr**
AWO Begegnungsstätte Aplerbeck, Rodenbergstraße 70, ebenerdig
- **Jeden 3. Donnerstag im Monat, 14.30–15.30 Uhr**
Städt. Begegnungszentrum Berg-hofen, Am Oldendieck 6
- **Jeden 4. Dienstag im Monat, 10.00–11.00 Uhr**
Gemeindehaus der Katholischen Kirchengemeinde St. Bonifatius, Gevelsbergstraße 36

Stadtbezirk Brackel

Termine für Bürgersprechstunden entnehmen Sie bitte dem Seniorenbrief und der örtlichen Presse

Stadtbezirk Eving

- **Jeden 3. Mittwoch im Monat, 15.00–16.00 Uhr**
Städt. Begegnungszentrum Eving, Deutsche Straße 27
- Beratung mit dem Seniorenbeiratsmitglied Hans Jürgen Unterkötter zu allen Fragen rund ums Thema „Älter werden!“ in der AWO Begegnungsstätte in Dortmund-Brechten, Brambauerstr. 49. Jeweils dienstags ab 15.00 Uhr (Termin wird in der Presse bekannt gegeben)
- Beratung mit dem Seniorenbeiratsmitglied Hans Jürgen Unterkötter zu allen Fragen rund ums Thema „Älter werden!“ im Nachbarschaftshaus Lindenhorst, Herrekestr. 66. Jeweils dienstags von 15.00 bis 16.00 Uhr (Termin wird in der Presse bekannt gegeben)

Stadtbezirk Hörde

Jeden 1. Freitag im Monat, 11.00–12.00 Uhr
Bezirksverwaltungsstelle Hörde, Hörder Bahnhofstraße 16, 5. Ebene, Zimmer 518

Stadtbezirk Hombruch

Jeden 2. Mittwoch im Monat, 10.00–12.00 Uhr
Bezirksverwaltungsstelle Hombruch, Eingang Domänenstraße, 1. Obergeschoss, Sitzungssaal

Stadtbezirk Huckarde

Termine für Bürgersprechstunden entnehmen Sie bitte dem Seniorenbrief und der örtlichen Presse

Stadtbezirk Innenstadt-Nord

- **Jeden 3. Donnerstag im Monat von 13.00 bis 14.00 Uhr im Dietrich-Keuning-Haus, Leopoldstr. 50-58 mit anschließendem Erzählcafé**

Wer Seniorenbeiratsmitglied Franz-Josef Ingenmey näher kennenlernen möchte, kann sich unter „Keuninghaus to go“ das Video „Im Gespräch mit dem Seniorenbeirat Dortmund Innenstadt-Nord“ anschauen.

Stadtbezirk Innenstadt-Ost

Bei Bedarf nutzen Sie bitte die Möglichkeit, telefonisch Kontakt aufzunehmen.

Stadtbezirk Innenstadt-West

- **Jeden 3. Dienstag im Monat, 10.00–11.00 Uhr**
im Nachbarschaftstreff im Althoffblock, Steubenstraße 16 (Eingang Neuer Graben)
- **Jeden 3. Dienstag im Monat von 10.00 bis 11.00 Uhr,**
im Stadteilladen Wilma, Wilhelmplatz

Stadtbezirk Lütgendortmund

- **Jeden 1. Mittwoch im Monat von 10.00–11.00 Uhr**
Städt. Senior*innenbegegnungszentrum, Werner Straße 10
- **Jeden 3. Donnerstag im Monat von 10.00–11.00 Uhr,**
Nachbarschaftshilfe „Marten aktiv“ e.V., In der Meile 1a

Stadtbezirk Mengede

Bei Bedarf wenden Sie sich bitte an die Geschäftsstelle des Seniorenbeirates (0231) 50-2 48 87

Stadtbezirk Scharnhorst

Termine für Bürgersprechstunden entnehmen Sie bitte dem Seniorenbrief und der örtlichen Presse

Tanztee mit Rollatoren

von Walter Wille, Fotos: Wir in Dortmund



Zuerst kommt die Idee und dann folgt die Planung – aber da bleibt immer noch die bange Frage: wird das auch funktionieren?

So saßen wir mehrmals beieinander – Evelin Büdel (Begegnung VorOrt), André Kaufung (Seniorenbüro Hombruch) Detlef Weiß (AWO Brünninghausen) und wir drei Hombrucher Seniorenbeiräte, um einen Ablaufplan für einen „Tanztee mit Rollatoren“ zu gestalten. Vieles will beachtet sein: so, einen geeigneten Veranstaltungsort zu finden, die Versorgung sicher zu stellen, für Livemusik zu sorgen und manches andere. Dann aber ist es so weit. Nachdem wir unterstützt von Iris Zupke (Seniorenbüro Hombruch) und Anni Grützpalk (AWO Lücklemburg) den geräumigen Saal unter Anleitung von Detlef Weiß hergerichtet, eine große Tanzfläche geschaffen und die Tische dekoriert und mit Getränken bestückt haben, sehen wir die ersten Senior*innen mit ihren Rollatoren von der Mergelteichstraße zu uns einbiegen. Es dauert nun nicht mehr lange, bis der Saal gut gefüllt ist und bei Kaffee und Kuchen munter geplaudert wird.

Alsbald trifft auch André Wörmann ein, der drei Stunden für abwechslungsreiche Livemusik sorgen wird. Sodann eröffnet Elisabeth Beyna den Tanztee, begrüßt die Gäste und übergibt das Mikrofon an Evelin Büdel, die als Moderatorin durch die Veranstaltung führt.

Kaum setzt die Musik ein, da strömen die Senior*innen mit ihren Rollatoren als Partner auf die Tanzfläche. Es wird unermüdlich getanzt – oft nur unterbrochen von kurzen Pausen. Besonders aktiv aber tanzt die älteste Seniorin mit ihren 98 Jahren und in diesem

Fall ohne Rollator, dafür aber im Wechsel mit Iris Zupke und Evelin Büdel. Auch die anwesenden Helfer und Helferinnen lassen sich mitreißen und tanzen ebenfalls voller Eifer.

Nach einer kurzen Pause verkündet Evelin Büdel als Highlight des Nachmittags einen Tanzwettbewerb á la „Let’s dance“. Elisabeth Beyna, Udo Asbeck und Walter Wille (Seniorenbeiräte Hombruch) bilden die Jury. André Wörmann zieht nun alle Register seines Könnens und lässt Tanz auf Tanz folgen. Nach Foxtrott und langsamem Walzer kommen Rumba, Tango, Discofox und eine ganze Palette gängiger Tänze. Zwischendurch steuert eine Teilnehmerin mit ihrem Rollator auf unseren Jurytisch zu, verharrt einen Moment, lächelt uns freundlich an und sagt: „Heute Morgen wollte ich noch sterben – und jetzt tanze ich!“. Als der Wettbewerb endet, sind alle gespannt darauf, wer wohl gewonnen hat.

Der Jury aber bleibt nichts anderes übrig, als allen eine „10“ zu geben und zu Siegern zu erklären. So haben alle im Saal gewonnen und erhalten als Siegtrophäe eine Rose. Nach nahezu 3 Stunden Tanztee geht die Veranstaltung ihrem Ende entgegen und allmählich leert sich der Saal.

Die beim Abschied immer wieder gestellte Frage: „Macht ihr das bald wieder?“ ist uns das größte Kompliment! Als wir aufgeräumt haben und alles wieder an seinem Platz ist, kehrt Ruhe ein und es wird uns bewusst, dass die Freude über einen so schönen Tag ein reicher Lohn für ehrenamtliche Arbeit ist.



Führung durch das neue Bürgerhaus „Pulsschlag Dorstfeld“, Stadtbezirk Innenstadt-West

von Beate Caßau, Fotos: aus der Sammlung des Veranstaltungsmanagements Bürgerhaus Dorstfeld

Gerda Haus, Seniorenbeirat Innenstadt-West, organisierte für Mitglieder des Arbeitskreises Kultur, Sport und Freizeit eine Führung durch das neue Bürgerhaus „Pulsschlag Dorstfeld“. Olaf Meyer, ehrenamtliches Vorstandsmitglied der Dorstfelder Bürgerhaus Genossenschaft eG, führte durch das neu geschaffene, wunderschön umgebaute Gebäude mit den unterschiedlichen Nutzungsmöglichkeiten und erzählte anschaulich von der Entstehungsgeschichte.

Die Stadt Dortmund war im Besitz der um 1900 errichteten und 1963 geschlossenen Zechenanlage Dorstfeld an der Wittener Straße/Ecke Oberbank. Weil Räumlichkeiten für Veranstaltungen der Dorstfelder Vereine sowie für Kinder und Jugendliche fehlten, entstand die Idee, die zwei leerstehenden Gebäude der unter Denkmalschutz stehenden Kauengebäude als Bürgerhaus umzubauen. Der Denkmalschutz und der Charme dieser alten Gebäude mussten erhalten werden, was

sehr gut gelungen ist. Neue Räumlichkeiten waren außerdem dringend notwendig, um das bürgerschaftliche Engagement im Stadtteil zu fördern und auszubauen. Eine Genossenschaft aus Dorstfelder Vereinen und Bürger*innen wurde gegründet. Tausende ehrenamtlich geleistete Arbeitsstunden/-einsätze wurden von den Anteilseignern als Kapitaleinsatz geleistet, was außerdem zum Zusammenhalt der Dorstfelder Bürger*innen beigetragen hat.

So entstand ein einladendes Haus der Begegnungen und ist eine Bereicherung besonders für Dorstfeld. Die Räumlichkeiten können gemietet werden. Hier werden ganz sicher viele Konferenzen, Feste, Freizeittreffs für Jung und Alt stattfinden und jeder wird begeistert und zufrieden den Heimweg antreten. Weitere Informationen: PULSSCHLAG-Dorstfeld.de (weitere Quelle: dortmund.de)



Aus der Tätigkeit des Seniorenbeirates

Nordstadt together – Gemeinsam Nachbarschaft leben

von Beate Caßau, Foto: Beate Caßau

Unter dem Motto „Nordstadt together“ hat Oberbürgermeister Thomas Westphal am 06.02.23 von 16-20 Uhr zum Aktionstag in das Dietrich-Keuning-Haus eingeladen. Zusammenhalt spüren und sich besser kennenlernen. An ca. 40 Ständen zeigte sich nicht nur die Nordstadt, sondern viele Aktionsstände aus dem gesamten Stadtgebiet und sogar aus dem Umland.

Auch der Seniorenbeirat der Stadt, vertreten von Franz-Josef Ingenmey (Innenstadt-Nord) sowie Beate Caßau (Huckarde) machten interessierte Besucher*innen auf die vielfältigen Aufgaben aufmerksam. Es war eine Freude, wie die Neugierde auf die Zeitschrift „Senioren Heute“ geweckt werden konnte. Auch Flyer vom Gesamt-Seniorenbeirat der Stadt, Stadtbezirksflyer und zur besseren „Durchsicht“ kleine Lupen wurden interessiert entgegen genommen. Mit den Menschen ins Gespräch kommen - Austausch und Informationen weitergeben sowie entgegennehmen war eine gute Erfahrung. Dies macht Lust auf weitere Treffen unter diesen oder ähnlichen Formaten. Dortmund ist nicht unterteilt in viele Stadtbezirke, sondern sollte als eine Stadt gesehen werden. So und ähnlich war die Meinung der zahlreichen Besucher*innen.

Bunte Vielfalt in Nachbarschaft als Geschenk verstehen und Solidarität in nachbarschaftlichem Zusammenhalt zu leben, sollte für alle Menschen ein Herzensprojekt sein.



Freundliche Betreuungskräfte (nach §53b SGB XI) und Hauswirtschaftskräfte gesucht!



ZeitGut

Ambulanter Betreuungsdienst GmbH

Gesundheits-Service

- Individuelle Demenzbetreuung
- Arzt- und Krankenhausbegleitung
- Beratung zu Betreuung, Pflegegrad, MDK

Alltagsbegleitung

- Häusliche Betreuung
- Alltagsassistent
- Besuchsdienste im Seniorenheim

Unsere Leistungen können mit Ihrer Pflegekasse abgerechnet werden.



Jagdhausstr. 1a (im Gebäude der Fleming-Apotheke), 44225 Dortmund
Tel. 0231-2 22 51 35 • E-Mail: info@zeitgut-dortmund.de • www.zeitgut-dortmund.de

**Offenes Trauercafé
im Café Begegnung bei Lategahn
Hochofenstr. 16, Dortmund-Hörde**

Das Trauercafé steht ALLEN Trauernden offen.
Die Teilnahme ist kostenlos und verpflichtet zu nichts. Haben Sie Fragen? Tel. (0231) 41 11 22

*Hörde: mittwochs um 15.30 Uhr,
im 14-tägigen Rhythmus
15.03.2023, 29.03.2023, 2.04.2023*

**Offenes Trauercafé
im Café Begegnung bei Lategahn
Rathausstr. 14 a, Schwerte**

Das Trauercafé steht ALLEN Trauernden offen.
Die Teilnahme ist kostenlos und verpflichtet zu nichts. Haben Sie Fragen? Tel. (02304) 16 18 5

*Schwerte: donnerstags um 16.15 Uhr,
im 14-tägigen Rhythmus
23.03.2023, 06.04.2023, 20.04.2023*

26.03.2023 und 23.04.2023 findet die
Melange statt.

Detaillierte Informationen entnehmen Sie
bitte der Tagespresse oder rufen Sie uns gern
an unter Tel. (0231) 41 11 22

LATEGAHN

Bestattungen



SERIE:

Dortmunder Stadtbezirke stellen sich vor Innenstadt-Nord und Innenstadt-Ost

Innenstadt-Nord

Langweilig war sie noch nie...Die Dortmunder Nordstadt von Peter Kocbeck. Der Begriff „Nordstadt“ bezeichnet weitgehend den Bereich Dortmunds nördlich der Eisenbahnlinien des Hauptbahnhofes zwischen dem Kanalhafen und Brügmanns Hölzchen (heute Hoesch-Park) in Nähe des Borsigplatzes.



Die Nordstadt war immer schon durch Arbeit geprägt. Das begann schon im 19. Jahrhundert mit der Ansiedlung der großen Eisen- und Stahlwerke von Hoesch und der Union. Das Werk Union zog sich sogar von der Rheinischen Straße bis zum Dortmunder Kanalhafen herunter und war seinerzeit mit über 6000 Beschäftigten der größte Arbeitgeber Dortmunds. Zwischen den beiden großen Eisen- und Stahlwerken befanden sich nördlich der Eisenbahnlinien aber auch noch eine große Anzahl von Firmen, die vielen Menschen Brot und Arbeit gaben. Hier befanden sich z.B. die großen Zechen Kaiserstuhl und Westfalia und am Rande der Nordstadt die Stahlbauunternehmen von Klönne, Jucho, Willmann, Berghaus und Schüchtermann, Krämer & Baum. Weitere Beispiele von heute nicht mehr existierenden Firmen in Nähe der Bornstraße waren Brand & Sohn, Both & Tillmann, Ohrenstein & Koppel und die Maschinenfabrik Deutschland. Nicht zu vergessen sind auch die Concordia AG an der Münsterstr., der Schlachthof am Nordmarkt und die von Eduard Habig gegründete Borussia-Brauerei, aus der später die Hansabrauerei entstand. Zu einem der größten Arbeitgeber entwickelte sich auch der Dortmunder Hafen mit seinen ansässigen Firmen. Heute ist der größte Kanalhafen Europas auch das größte zusammenhängende Industriegebiet Dortmunds mit über 5000 Arbeitsplätzen bei 160 Firmen.

Ein großer Tag für die Nordstadt war die Eröffnung des Kanalhafens durch Kaiser Wilhelm II. Nachdem Dortmunds Oberbürgermeister Schmieding am 9. Oktober 1895 den ersten Spatenstich ausführte, konnte dieser schon am 11. August 1899 eröffnet werden. Der Weg dahin war aber sehr chaotisch und brachte die Dortmunder Honoratioren ins Schwitzen. Der Kaiser sagte zu, dann wieder ab und dann nach langem Bitten wieder zu, ließ den Besuchstermin aber offen. Erst am 7. August traf die verbindliche Zusage für den Besuchstermin am 11. August 1899 ein. In engen drei Tagen mussten nun die Vorbereitungen umgesetzt werden!

Im Empfangskomitee befanden sich Dortmunds Oberbürgermeister Geheimrat Schmieding sowie der Direktor der Dortmunder „Union“ Hermann Brauns. Nach den Feierlichkeiten am Südhafen ging der Kaiser zu Fuß über die Hafenbrücke vorbei an 300 jubelnde Ehrenjungfrauen in Richtung Werk Union, um dessen hochmoderne Brückenbauanstalt zu besichtigen. Das extra eingerichtete Kaiserzimmer im Hafenamt wurde von ihm nicht besucht. Die sog. Kaiserfeier dauerte von 9:30 bis 12:45 Uhr; das Festessen der 400 geladenen Gäste fand im Fredenbaum ohne Publikum statt. Da war die Elite unter sich...

Die für 1 Millionen Mark gebaute Mallinckrodtstraße sollte als Hauptzufuhrstraße dienen und wurde im Volksmund als Prunkstraße für den Kaiser bezeichnet. Die Straße war mit mehreren 16 Meter hohen Triumphbögen versehen worden und wurde von 25.000 Schulkindern und den Belegschaftsmitgliedern der Union gesäumt.

Vollständig verschwunden ist auch die ehemalige Werkssiedlung der Union direkt hinter dem Alten Hafenamt. Die Häuser existierten schon lange vor dem Hafen und galten als Mustersiedlung nach englischem Vorbild. Der Grundstein für die 40 Gebäude im Grünen wurde 1858 gelegt und 1875 waren die 30 Wohngebäude, 8 Meisterhäuser, der Lebensmittelladen und das Amtshaus komplett fertig. Die Straßen wurden mit A, B, C, D, und E bezeichnet und die Bewohner konnten ihren Arbeitsplatz bei der „Union“ trockenen Fußes erreichen, denn es existierten noch keine Hafenbecken. Die Häuser befanden sich zwischen Pappelalleen und die Bürger Dortmunds unternahm sonntags ausgedehnte Spaziergänge durch die Union-Vorstadt. Das Werk Union schickte sogar Werksaufseher durch die Siedlung, die streng darauf achteten, dass die Gärten gepflegt waren. Im Garten durfte auch keine Wäsche aufgehängt werden. Die Wäsche gehörte auf die „Bleiche“! Das war der öffentliche Platz zum Wäschetrocknen. In den Häusern lebten ca. 90

Familien, die sich teilweise sogar selbst versorgten. Jedes Haus hatte ein Gartenparzelle mit Stall und war unterkellert. Die Häuser wurden aber erst 1881 an die Kanalisation angeschlossen. Die Entscheidung für das Ende der im Krieg weitgehend zerstörten Siedlung fiel im Jahr 1960. Der Hafen brauchte das Gelände, sodass 1961 die Abrissbagger anrückten und die von Industrie eingeschlossene Enklave dem Erdboden gleichmachten...

(mehr zum Dortmunder Hafen in Peter Kocbeck: Der Dortmunder Hafen – Eine Zeitreise in Bildern und Erzählungen, Horschler Verlagsgesellschaft, 2022)

Nachdem die Cöln-Mindener Eisenbahngesellschaft im Jahre 1847 als Erste die Stadt an ihr Streckennetz angeschlossen, folgten nach und nach noch vier weitere Gesellschaften. Die Innenstadt Dortmunds wurde in der Folgezeit von neuen Gleisanlagen förmlich eingekreist. Da die Gleise noch zu ebener Erde lagen, behinderten die Bahnschranken an allen großen Durchlässen sehr stark den Verkehr. Die oft tumultartigen Verhältnisse vor den Schranken sorgten ab 1872 für einen langen Kampf zwischen der Stadtvertretung Dortmunds und der Staatsregierung in Berlin.

Das Beispiel Gleisübergang Sedanstraße

(heute Brinkhoffstraße):

Der Bericht des Polizeinspektors Richard aus dem Jahr 1894 spiegelt anschaulich die Situation am Übergang Sedanstraße wider. Allein dieser Nordstadtübergang wurde in der Zeit von 6 – 22 Uhr von ca. 9000 Personen und 350 Fuhrwerken benutzt. Im damaligen Polizeibericht wurde festgehalten, dass die Barrieren (wie die Schranken damals bezeichnet wurden) in dieser Zeit ca. 220-mal geschlossen wurden. Das hieß, dass der Übergang in diesen 16 Stunden ca. 11 Std. lang zu war und niemand diese wichtige Straße benutzen konnte, um zur Arbeit zu kommen oder seinen Geschäften nachzugehen!

Das Problem wurde in Dortmund erst gegen 1910 gelöst. Der neue Hauptbahnhof wurde fertig, die Gleise konnten auf Dämme gelegt und die Hauptstraßen der Innenstadt mit Brücken versehen werden. In diesen meist mit der Schwerindustrie verbundenen Werken wurde hart gearbeitet und vor allen Dingen die in der Nähe des Sunderweges wohnenden Arbeiter wurden als nicht vollwertig angesehen. In der Festschrift zum Volks-Fest des Nördlichen Dortmunder Schützenbundes aus dem Jahr 1949 wurden die „Nordstädter“ als rau, aber herzlich und mit vernünftigen Anschauungen bezeichnet! Dort nachlesbar war auch, dass, wenn die Nördlichen Feste feierten, der Norden feierte. Ausnahmen gab es nicht und der Fredenbaum war

das Lokal, ohne das kein Nördlicher leben konnte. Heinrich Schroeder war ein Wirt vom alten Schrot und Korn der leben und leben ließ „und sich nicht beim Abschneiden der Wurst den halben Finger mit Abschnitt“! Sehr beliebt war der Luna-Vergnügungspark mit Gastronomie im Fredenbaum. Er war gut erreichbar, weil 1881 schon die erste Pferdebahnlinie vom Steinplatz zum Fredenbaum dem Verkehr übergeben wurde. Mit der Elektrifizierung des Straßenbahnnetzes wurde erst am 1. März 1884 begonnen...

Darüber hinaus gab es noch eine Vielzahl von Kneipen und Vergnügungstätten zwischen Fredenbaum und Burgtor. Stellvertretend genannt seien die Gaststätten „Waldeslust“ am Nordausgang Fredenbaum und „Zum Hirsch, am Rande des Fredenbaumer Waldes“, dessen Wirt den „Nördlichen“ seine behaglichen Räume anbot. Am Burgtor fand man die Bollermannstube und die Mutter Köhm als Spezialausschank für den Magenlikör Bollermann. Die Münsterstraße mit Steinplatz entwickelte sich als Vergnügungszentrum Dortmunds auch mit seriösen Angeboten. Die „Gaststätte Burmann“ in der Münsterstr. 37 warb mit gepflegtem Hansabier und das „Kroneneck“ Ecke Münsterstr./Lambachstr. mit 1a Kronenbier und guter Küche. In der Zimmerstr. 53 betrieb Fritz Pohl sein Hotel „Drei Kronen“ mit fließendem Wasser und Bad und Fritz Pielken jr. in der Zimmerstr. 28 sein „Nördliches Konzerthaus“ in dem bis 2 Uhr nachts ein großes Künstlerkonzert mit Tanz stattfand.

Ruhepausen legten die Nordstädter auch auf den Bänken des an der Mallinckrodtstraße gelegenen Nordmarktes ein. Zur Zeit des Nationalsozialismus hieß dieser Horst-Wessel-Platz und wurde im Krieg fast völlig zerstört. Direkt gegenüber lag auch das Tagungslokal des Nördl. Dortmunder Bürgervereins „Zum Zeppelin“. Dort gab es auch Tanz und Musik. Weiter östlich liegt der zwischen 1937 und 1941 von der Deutschen Arbeitsfront errichtete Hoeschpark mit Sport- und Freizeitmöglichkeiten. Er dient heute noch als grüne Lunge des Stadtviertels. Heute trägt die Nordstadt mit ihrer kreativen Szene viel zum Charme des Viertels bei. Erwähnt seien nur die Aktivitäten im Bereich Borsigplatz bzw. im Hoesch-Museum.



Eingang zum großen Fredenbaum von der Münsterstraße aus, 1912, Foto: Schröder, privat



Innenstadt Ost von Dr. Günter Spranke

Der Stadtbezirk umfasst das östliche Gebiet der Innenstadt und erschließt über die Kaiserstraße und die nachfolgenden Abschnitte des Hellwegs das östliche Umland der Stadt Dortmund. Das war schon in früheren Zeiten so und die hier ansässige „Oesterbauernschaft“ war schon im reichsstädtischen Dortmund eine der drei bedeutenden Bauernschaften und damit für die Sicherheit der östlichen Stadtbefestigung verantwortlich. Durch das „Ostentor“, das größte aller Stadttore, gelangten die Bürger und ihre Besucher in die Stadt. Über dieser stark befestigten Eingangspforte war das Motto der Reichsstadt zu lesen – „Die Stadt ist frei, dem Reiche hold, verkauf das nicht um alles Gold.“

Mit der fortschreitenden Stadterweiterung entstanden am Ende des 19. Jhd. die Stadtteile Kaiserstraßenviertel und Saarlandstraße als urbane Wohnviertel. Im Gerichtsviertel mit dem Amtsgericht, dem Landgericht und der Justizvollzugsanstalt sind hier wichtige Funktionsgebäude angesiedelt worden. Zu Beginn des 20. Jhd. sind weitere großbürgerliche Wohngebiete mit repräsentativen Untermervillen und mittlerweile alteingesessenen und weiterhin inhabergeführten Geschäften entstanden und diese bieten bis heute abwechslungsreiche Einkaufsmöglichkeiten. Auch das Franziskaner-Kloster, das einzige Kloster der Stadt, und die jüdische Kultusgemeinde sind im Stadtbezirk ansässig. Zum Stadtbezirk gehören weitere Siedlungsbereiche. Mit der Bebauung in Form einer Gartenstadt hat sich in einem ersten Bauabschnitt von 1913-19 und einem weiteren Bauabschnitt von 1922-29 ein durch viel Grün und Einfamilienhäuser geprägter Siedlungs-

bereich entwickelt. Als nicht ursprünglich städtisches Wohngebiet hat sich im Stadtbezirk der Stadtteil Körne mit einer eigenständigen Siedlungsstruktur erhalten. Diese Ortschaft war bereits von 1808 bis 1835 in die damalige Bürgermeisterei Dortmund eingemeindet worden. Im Jahr 1905 wurde der Ort dann erneut und als erster Vorort in den Stadtkreis eingemeindet. Diese Gemeinde wurde bereits im Jahr 989 n. Chr. unter der Bezeichnung „Curni“ erstmals schriftlich erwähnt.

Im Zuge des Verlaufs des Westfalendamms, der mit 140 000 Kraftfahrzeugen pro Tag zu den am stärksten befahrenen Straßen in Deutschland zählt, entstanden mit der Stadtkrone-Ost in jüngster Zeit moderne überörtliche Standorte für die Büronutzung und weitere Dienstleistungen. Durch das Gesetz zur Gebietsreform von 1975 wurde die Struktur der Stadt Dortmund weiterentwickelt und in diesem Zuge der heutige Stadtbezirk Innenstadt-Ost geschaffen. Dabei entstanden aus den einstigen Bürgerausschüssen Bezirksvertretungen und aus den Vorsitzenden der Ausschüsse wurden Bezirksvorsteher, die seit 2008 als Bezirksbürgermeister bezeichnet werden. Insgesamt verfügt der Stadtbezirk derzeit mit fast 34 000 Wohnungen über das größte Wohnungsangebot der Stadt und bietet trotz einer geringen Fläche von 11,27 qkm etwa 57 000 Menschen ein Zuhause. Die beliebte Wohnlage zieht weiterhin viele Menschen an und die ansprechende Bebauung und die lebendige Atmosphäre sind ein Aushängeschild der aktuellen Stadtentwicklung.



Villa Moritz Klönne, Foto: Dr. Spranke



Ladenzelle Kaiserstraße, Foto: Dr. Spranke

Anpiff zum schwarzgelben Nachmittag

von Elisabeth Beyna in Kooperation mit Tanja Gorba (Seniorenbüro Hombruch)

Dazu ließen sich die Hombrucher Bürger, vor allem die männlichen, nicht lange bitten. Das Seniorenbüro Hombruch nahm den Erinnerungskoffer des Borseums zum Anlass, ein neues Format ins Leben zu rufen. Schwarzgelb erstrahlte der Harkortsaal, der dank einer Spende der Stiftung „Leuchte auf“ passend dekoriert war.

Unterstützt wurde das Vorhaben von keinem geringeren als Knut Reinhardt, der mittlerweile Lehrer ist und sich bereit erklärte, für Fragen zur Verfügung zu stehen und aus seinem Buch „Wenn Fußball Schule macht“ zu lesen.

Mitglieder von „Uns verbindet Borussia“ und Schüler*innen der AG „Sozial genial“ der Robert-Koch-Realschule mischten sich unter das Publikum und standen den Senior*innen mit helfender Hand zur Seite. Schnell wurde im Austausch klar, dass bald Jede*r mindestens einen Schal des BVB besitzt. Ein Senior hat bereits mit Günther Netzer Fußball gespielt, ein anderer warb seinerzeit mit einem bekannten Spieler um dieselbe Frau und gewann diese für sich. Schwarzgelbe Erinnerungen wurden rege ausgetauscht.

Abgerundet wurde der Nachmittag von einem BVB-Quiz, dessen Gewinner sich über einen Kaffeebecher mit dem Autogramm von „Knuuuut“ freuen durfte.



Foto von Tanja Gorba

Um die Fragen zu beantworten, zückten die Senior*innen ihre Handys und googelten die Antwort. Ein gelungener Nachmittag, der nach Wiederholung verlangt.



Infos unter
0231 72099100



Johanniter-Quartier Kobbendelle

- bis zu 18 Tagesplätze
- eine individuelle Betreuung durch geschultes Personal
- tages- oder wochenweise Belegung nach Wunsch
- großzügige, helle und barrierefreie Räume



JOHANNITER



Ein Zuhause im Alter

Die Senioreneinrichtungen der Kath. St. Paulus Gesellschaft



Altenpflege mit Herz - St. Lambertus Castrop-Rauxel

Das Altenzentrum St. Lambertus in Castrop-Rauxel liegt nur fünf Gehminuten von der City entfernt und hat unmittelbaren Anschluss an ein Naturschutzgebiet und den Goldschmieding-Schlosspark. Das Betreuungskonzept gewährleistet individuelles Wohnen und Leben nach persönlichen Wünschen im Alter. Die qualifizierten Mitarbeiter verstehen Pflege nicht nur als Fürsorge, sondern immer auch als Hilfe zur Selbsthilfe. Vorhandene Fähigkeiten werden gefördert, die Mobilität des Einzelnen unterstützt. Eine Besonderheit der Einrichtung sind die kleinen, familiären Wohngruppen für je acht bis neun Bewohner. Auf dem Gelände befinden sich darüber hinaus 27 schön und sicher gestaltete Ein- und Zweiraumappartements mit Balkon. Der Sinnesgarten ist konzeptionell in die Organisation der Betreuungsangebote eingebunden. Bewohner, die schwersterkrank sind und bei denen die therapeutischen Möglichkeiten ausgeschöpft sind, werden palliativ begleitet.



Wohnen in der City - Christinenstift und St. Josefinenstift

Das Christinenstift und das St. Josefinenstift liegen in der Dortmunder City und bieten durch ihre zentrale Lage mannigfaltige Aktivitäten. Der Gang über den Wochenmarkt wird ebenso gerne wahr genommen, wie der Besuch des Theaters. Die vielen Cafés und Geschäfte sind ebenfalls in unmittelbarer Nähe fußläufig zu erreichen. Trotz der Stadtlage verfügen diese Einrichtungen über große Innengärten mit grünen Oasen.



Ruhe und Natur - St. Elisabeth Altenpflege

Wer dagegen die Ruhe der Natur schätzt und den weiten Blick über Felder und Wiesen sowie einen Spaziergang durch den Sinnesgarten genießt, findet in der St. Elisabeth Altenpflege die passende Umgebung in Dortmund-Kurl. Die Senioreneinrichtung ist an das St. Elisabeth Krankenhaus mit dem Schwerpunkt Geriatrie (Altersmedizin) angebunden.



Kath. St. Paulus Gesellschaft

St. Lambertus Pflegeeinrichtungen Castrop-Rauxel

Dortmunder Straße 27-29 | 44575 Castrop-Rauxel

T: +49 2305 927 0

www.lambertus-pflegeeinrichtungen.de



Kath. St. Paulus Gesellschaft

St. Elisabeth Altenpflege Dortmund

Kurler Str. 130 | 44319 Dortmund

T: +49 231 2892 0

www.elisabeth-dortmund.de



Kath. St. Paulus Gesellschaft

Christinenstift Dortmund

Eisenmarkt 2-6 | 44137 Dortmund

T: +49 231 18 201 0

www.christinenstift.de



Kath. St. Paulus Gesellschaft

St. Josefinenstift Dortmund

Ostwall 8-10 | 44135 Dortmund

T: +49 231 55 69 05 0

www.josefinenstift-dortmund.de

Tagsüber versorgt – abends zuhause

Tagespflege in den Senioreneinrichtungen der Kath. St. Paulus Gesellschaft

Die Tagespflege bietet professionelle Pflege, Beratung und Betreuung und ermöglicht gleichzeitig, in gewohnter Umgebung verbleiben zu können. Gute Gesellschaft, ein ausgewogenes Speisenangebot, sinnvolle Beschäftigung und Rückzugsmöglichkeiten runden das Angebot ab.

Die Tagespflege richtet sich an pflegebedürftige, nicht bettlägerige Menschen mit Pflegegrad 1 bis 5. Wir betreuen Personen, die unter der Hilfestellung ambulanter Leistungen noch in der Lage sind, allein zu leben oder die von Angehörigen versorgt bzw. gepflegt werden.

Die Räumlichkeiten sind barrierefrei, rollstuhlgerecht, hell, modern und freundlich konzipiert. Unsere Tagesräume dienen als Orte der Begegnung und der Teilnahme an gemeinschaftlichen Aktivitäten. Wohnlich gestaltete Gruppenräume sowie Ruheräume laden mit entsprechendem Mobiliar zum Rückzug oder Entspannen ein. Moderne Sanitärräume schaffen Raum für pflegerische Versorgung. Außenbereiche bieten Erholung an der frischen Luft. Neben der fachlichen Beratung und professionellen Pflege vermitteln wir auch therapeutische Leistungen sowie einen Fahrdienst.

Kostenlose Schnuppertage sind nach Vereinbarung möglich.

Tagespflege St. Josefinenstift

Westfalendamm 268

44141 Dortmund

Öffnungszeiten: Montags – freitags: 08:00 Uhr bis 16:00 Uhr (an gesetzlichen und regionalen Feiertagen bleibt die Einrichtung geschlossen)

Ansprechpartnerin: Claudia Donczyk, Leitung

Telefon: (0231) 56 48 98 58

E-Mail: tagespflege@josefinenstift-dortmund.de

Tagespflege St. Elisabeth Altenpflege

Kurler Str. 130

44319 Dortmund

Öffnungszeiten: Montags – freitags: 08:00 Uhr bis 16:00 Uhr (an gesetzlichen und regionalen Feiertagen bleibt die Einrichtung geschlossen)

Ansprechpartnerin: Corinna Derix, Einrichtungsleitung

Telefon: (0231) 2892 - 21120

E-Mail: corinna.derix@elisabeth-dortmund.de



Kath. St. Paulus Gesellschaft



Nachruf für Eva Charlotte Edle von Germersheim



Nach einem erfüllten Leben verstarb am 11. Januar 2023 Eva Charlotte Edle von Germersheim im Alter von 96 Jahren. Über viele Jahre hat sie sich für die Interessen der Dortmunderinnen und Dortmunder über 60 engagiert eingesetzt. Ihr langjähriger Einsatz, besonders im Stadtbezirk Innenstadt-Ost, hatte in einigen Fällen zur Verbesserung der Lebensqualität der Senior*innen beigetragen. Als sie 2010 nicht mehr für den Seniorenbeirat kandidierte, schied sie als 1. stellvertretende Vorsitzende des Seniorenbeirates aus diesem Gremium aus. Wir danken ihr für ihren unermüdlichen Einsatz. Unsere Anteilnahme gilt Ihren Angehörigen.

Für den Seniorenbeirat der Stadt Dortmund
Martin Fischer
Vorsitzender

*Irgendwo blüht die Blume des Abschieds
und streut immerfort Blütenstaub,
den wir atmen, herüber;
auch noch im kommensten Winter
atmen wir Abschied.*

Rainer Maria Rilke

Nachruf für Willi Breuckmann



Am 07. Februar 2023 verstarb das ehemalige und stets hoch geschätzte Mitglied des Seniorenbeirates der Stadt Dortmund Willi Breuckmann im Alter von 92 Jahren.

Zwei Legislaturperioden – von 2005 bis 2015 – engagierte sich Herr Breuckmann besonders für die Interessen der Bürger*innen 60+, damit Dortmund auch im Alter lebens- und liebenswert bleibt. Lösungsorientiert wurden Herausforderungen engagiert und umsichtig innerhalb des Gremiums diskutiert. Es war ihm wichtig, dass erzielte Ergebnisse gemeinschaftlich getroffen wurden. Dabei standen die Interessen der Senior*innen stets im Mittelpunkt seines Wirkens.

Aufmerksam verfolgte Herr Breuckmann auch nach dem Ausscheiden aus dem Seniorenbeirat die Aufgaben, Veränderungen, Entwicklungen

des Gremiums, besonders im Stadtbezirk Huckarde. Die geschichtliche Entstehung vom Ortsteil Kirchlind, die Menschen und deren Belange, lagen ihm besonders am Herzen. Sein Wissen und seine Unterstützung standen seinen Nachfolgern, Nachfolgerin stets zur Verfügung und hierfür bedanken wir uns bei Willi Breuckmann – er wird uns fehlen.

Für sein großes bürgerschaftliches Engagement in vielen Bereichen wurde er im Jahr 2000 mit dem Verdienstkreuz 1. Klasse des Verdienstordens der Bundesrepublik Deutschland ausgezeichnet.

Wir nehmen Abschied von einem engagierten, sympathischen und stets einsatzbereiten Menschen. Unser Mitgefühl gilt seinen Angehörigen.

Im Namen des Seniorenbeirates der Stadt Dortmund

Martin Fischer
Vorsitzender

Eiche... weiche?

von Walter Wille, Foto: Udo Asbeck

Es begann damit, dass sich Seniorinnen und Senioren bei uns meldeten und ein Problem schilderten. In der Hollmann Straße in Lücklemberg stünde eine Eiche derart mittig auf dem Gehweg, dass Passanten nur mit großer Mühe vorbei an dort parkenden Fahrzeugen die Straße überqueren müssten, um weiter zu kommen.

Unsere Besichtigung bestätigte das Geschilderte. Da stand sie die Eiche – bestimmt 200 Jahre alt, hoch aufragend, gerade gewachsen mit gewaltiger Krone, wie ein Heiligtum. Sollte die Eiche weichen, um den Gehweg in Ordnung zu bringen? Spontan sagten wir nein, es muss eine bessere Lösung geben. Wir drei Seniorenbeiräte stellten einen Antrag, der mit Befürwortung der Bezirksvertreter an die Stadtverwaltung gerichtet wurde mit der Bitte, hier Abhilfe zu schaffen - dabei aber die Eiche zu schonen.

Inzwischen ist das Problem gelöst. Eine großzügige, dem Gehweg angepasste Aufpflasterung um die Eiche herum sorgt dafür, dass der Baum für die Passanten kein Hindernis mehr darstellt.

Selbst mit Gehhilfen oder gar mit dem Rollstuhl kommt man problemlos an der Eiche vorbei.

Wann immer wir Anregungen, Hinweise oder Promblemschilderungen erhalten, kümmern wir uns gerne um Lösungen.

Elisabeth Beyna

Tel. (0231) 73 58 89

Udo Asbeck

Tel. (0160) 1 51 19 43

Walter Wille

Tel. (0231) 73 12 36



Termininfo

Seniorenmesse „Mitten im Leben 50+ Gesund und Aktiv“ in Huckarde

von Beate Caßau

Bitte merken Sie sich den Termin!
Sonntag, 25.06.2023
11.00–17.00 Uhr

Nach fast 6 Jahren Pause darf die Seniorenmesse „Mitten im Leben-50+ Gesund & Aktiv“ im Kulturzentrum Alte Schmiede, Hülshof 32, in Huckarde wieder stattfinden. Das war eine lange Durststrecke, doch jetzt starten das Seniorenbüro, der Seniorenbeirat, das Stadtbezirksmarketing sowie die Mitstreiter*innen des Runden Tisches für Seniorenarbeit Huckarde voll durch. Es wird wieder ein Tag mit umfassenden

Informationen, Aktionen, Begegnungen, Musik, einem Gewinnspiel und kulinarischen Genüssen. Mehr als 30 Akteure der Seniorenarbeit laden an den Messeständen zu Gesprächen ein und informieren zu Themen wie Freizeit, Mode, Lernen, freiwilligem Engagement, Rente, Verkehrsunfallprävention, Gesundheit und Pflege, Wohnen und Sicherheit, Vorsorge und Entlastungsangebote für pflegende Angehörige. Die Besucherinnen und Besucher haben die Möglichkeit, all diejenigen, die für und mit Seniorinnen und Senioren in Huckarde und den angrenzenden

Stadtbezirken arbeiten, kennenzulernen. Preiswerte Speisen und Getränke sorgen für weitere Wohlfühlmomente. Die langen, intensiven Vorbereitungen zum Gelingen der Messe erfolgten/erfolgen von Mitstreiter*innen des „Arbeitskreises Seniorenmesse 50+“.

Weitere Informationen im Seniorenbüro Huckarde.

Tel. (0231) 50-2 84 90

Ein ausführlicher Bericht mit Fotos erscheint in der Senioren Heute 4/2023.

Ausgebildete Sterbebegleiterinnen

von Beate Schwedler

Die Ausbildungszeit beim Ambulanten Erwachsenen Hospizdienst Dunkelbunt ist zu Ende. Jetzt sind neun neue Frauen in Dortmund im Einsatz, um Menschen am Lebensende zur Seite zu stehen – Zuhause oder in Einrichtungen.

Im August hatte der Ausbildungskurs für ehrenamtliche Sterbebegleitung begonnen. An den Kursabenden oder auch ganztägigen Workshops beschäftigten sich die Freiwilligen mit Sterbephasen, Letzter Hilfe, rechtlichen Fragen, Möglichkeiten der Kommunikation, Unterstützung für Angehörige und vielem anderen mehr. Außerdem gab es die Gelegenheit, ein Genogramm zu erstellen oder an einer Aufstellung teilzunehmen. Die jetzt fertig ausgebildeten Sterbebegleiterinnen haben die Gelegenheit, ein Praktikum in einer Einrichtung zu absolvieren. Insgesamt umfasst die Ausbildung 100 Stunden.



Hanna Sander, Nadine Yetim, Kristin Neuhäuser, Jutta Nordholt, Frauke Ellebrecht, Andrea Schnittker, (v.l.n.r.), Hannah May, Leila Wilson (vorne v.l.). Nicht auf dem Bild: Gabi Heinze.

Im Anschluss werden die Ehrenamtlichen bereits dringend in den verschiedenen Dortmunder Seniorenereinrichtungen erwartet, mit

denen der Ambulante Erwachsenen Hospizdienst Dunkelbunt Kooperationsverträge abgeschlossen hat.

Wer ist der Mörder?

von Nina Speziale (Seniorenbüro Mengede)

Das Begegnungszentrum und das Seniorenbüro Mengede luden zu einer Krimilesung mit dem Dortmunder Autor „Mario Toccato“ ein, der aus seinem Kriminalroman „Sauber“ las.

Zahlreiche interessierte Krimifans kamen zu der Veranstaltung und lauschten voller Spannung, wie die Leiterin der Dortmunder Mordkommission versuchte, den Mord an zwei jungen Frauen auf-

zuklären. Sie wurde dabei von einer Kollegin und einem Kollegen unterstützt. Leider erlitt die junge Kollegin während der Ermittlungen einen psychischen Zusammenbruch und verschwand ganz plötzlich. Es stellte sich heraus, dass sie genau ins Beuteschema des Täters passte. Die in Dortmund angesiedelte Handlung hatte einen großen Wiedererkennungswert der Örtlichkeiten für die Zuhörer*innen. Da Mario Toccato den „Mörder“

natürlich nicht preisgab, blieb der entstandene Spannungsbogen bis zum Ende bestehen. Es entstand so unter den Gästen ein angeregtes Fachsimpeln, um den Täter zu entlarven.

Im Anschluss präsentierte der Autor eine weitere Reihe seiner Bücher und signierte auf Wunsch. Die Begeisterung der Gäste war so groß, dass weitere Lesungen geplant sind.

KINO im Quartier



Wir im Quartier

Nachbarschaft lebt vom Mitmachen

Kino im Quartier



Lütgendortmunder Montagskino

von Benedikt Gillich

Das Quartiersmanagement „Wir im Quartier“ der Caritas Altenhilfe hatte am 13. Februar zusammen mit ehrenamtlichen Helferinnen zum ersten Lütgendortmunder Montagskino eingeladen. Zukünftig wird an jedem zweiten Montag im Monat mal ein lustiger, ein spannender oder auch ein Film, der zum Nachdenken anregt, gezeigt. Daher werden aufgrund des vielfältigen Programms nicht nur bekannte Cineasten angesprochen, sondern jeder Lütgendortmunder,

der Lust auf Unterhaltung, nette Gespräche und Kaffee und Kuchen hat.

Vor dem Film öffnet das Quartiershaus an der Limbecker Straße 83a ab 14.30 Uhr seine Türen, um vor dem Film bei Kaffee und Kuchen in geselliger Atmosphäre etwas ins Plaudern zu kommen. Das Kino sowie die Verköstigung sind kostenlos. Spenden zur weiteren Unterstützung des Kinos werden aber gerne entgegengenommen.

Wenn Sie selber Lust haben das Kino-Team zu unterstützen oder Fragen zum Lütgendortmunder Montagskino haben, melden Sie sich gerne bei:

Benedikt Gillich
(Quartiersmanager
„Wir im Quartier“)
Tel. (0152) 53 40 54 28
benedikt.gillich@
caritas-dortmund.de

Seniorenkino in der Schauburg

Die Schauburg in der Innenstadt, Brückstr. 66, bietet unter dem Motto „Sonntagskino 50+“ an jedem letzten Sonntag im Monat Seniorenkino an.

Einlass: 10.30 Uhr
Beginn: 11.00 Uhr
Eintritt: 10,00 Euro inkl. einer Tasse Kaffee oder Tee

Seniorenkino Filmbühne „Zur Postkutsche“

Die Filmbühne „Zur Postkutsche“, Schürferstr. 330, bietet ebenfalls ein Seniorenkino an. Tickets gibt es NUR an der Ticketkasse vor Ort zu den Kassenöffnungszeiten zu einem Preis von 4,50 Euro pro Person.

Aufgrund der hohen Nachfrage empfiehlt der Betreiber die Tickets im Vorverkauf an der Kinokasse zu erwerben.

Venedig

von Beate Caßau, Fotos: Beate Caßau

Venedig, die „Perle der Adria“, die Stadt der Hochzeitsreisenden, der Verliebten, Stadt am Meer. Eine Lagunenstadt mit Palazzi, Wasserwegen und viel Geschichte. Das Wasser der Lagune brachte der Stadt einst Macht und Einfluss und ist heute mehr zu einem Fluch geworden. Denn die historischen Plätze werden zu kleinen Seen, die Gassen unpassierbar, Keller und untere Stockwerke laufen voll. Eine kleine Erzählung über das Wasserproblem können Sie am Ende des Berichtes lesen.

Wie immer gibt es viele Wege und Möglichkeiten zum Ziel und ebenso Überlegungen, von welcher Stadt am günstigsten die Region zu erkunden ist. Ob mit dem Flugzeug, mit dem Auto oder dem Zug ist für jeden Reisenden eine individuelle Entscheidung. Als Standort für die Erkundungen habe ich Chioggia am Meer gewählt, auch das kleine Venedig genannt. Preiswerter als Venedig, jedoch mit eigenem Charme und nicht so quirlig. Doch Venedig „vor Ort“ erspart Zeit und kann noch intensiver erlebt werden.

Venedig ist mit der Fähre (25 km) nur 1,5 Stunden von Chioggia entfernt, um diese zauberhafte Stadt von der Meerseite zu erreichen. Thomas Mann spottete einst: „Wer sich von der Landseite einschleicht, betritt einen Palast durch

die Hintertür“. Somit erreiche ich die ehrwürdige Dogenstadt von der richtigen, der Meerseite durch die Lagune, an den vielen Inseln vorbei bis zum Anleger am Canal Grande. Es ist wirklich beeindruckend und faszinierend. Kritische Blicke sollten zunächst vermieden werden. Schiffe, Fähren und Boote entladen so viele Menschen, dass die Promenade von den Massen bedeckt ist. Beim Überqueren der ersten von den drei Canal Grande-Brücken fällt der Blick auf die Seufzerbrücke, die über den acht Meter breiten Rio di Palazzo von Antonio Contin 1600–1603 gebaut wurde. Nebenbei bemerkt, baute sein Großvater die Rialtobrücke. Die Verbindung vom Palazzo Ducale, dem Dogenpalast, führt zum neuen Gefängnis Venedigs, dem Prigioni nuove. Die Brücke ist mit einer Mauer in zwei Wege getrennt, damit die Gefangenen sich nicht begegnen. Beim Anblick der Freiheit seufzten die Gefangenen, wenn sie ihren Weg ins Gefängnis antraten und die Lagune von Venedig ein letztes Mal sahen. So entstand auch die Namensgebung „Seufzerbrücke“.

Der heutige Dogenpalast unterscheidet sich stark vom ursprünglichen Bauwerk aus dem 9. Jahrhundert. Zerstörungen aufgrund etlicher Brände, Um- und Ausbauten machten es sehr schwierig, den ursprünglich gotischen Stil zu



erhalten. Nach einer Reihe von politischen Umwälzungen unter Napoleon, den Franzosen und den Österreichern, wurde der Dogenpalast erst 1866 endgültig ein Teil Italiens. Schließlich wurde er im Jahr 1923 dem Staat übergeben und gehört seit 1996 zum Netzwerk der venezianischen Museen. Der Dogenpalast ist eine der Hauptattraktionen in Venedig und ein wesentlicher Bestandteil des venezianischen Hafenviertels. In einer Reihe von italienischen Republiken des Mittelalters und der frühen Neuzeit wurde den gewählten Oberhäuptern der Titel „Doge“ verliehen.

Die Lagunenstadt ist anders als Rom, doch genauso geschichtsträchtig, die Palazzi mit wunderschönen Mosaiken geschmückt, Bauwerke von besonderer Bedeutung. Es ist schwer, da Prioritäten zu setzen. Tipp: Eine Mini-Mapp von Venedig in der Hand, verleiht etwas Sicherheit... oder auch nicht.



Sich treiben zu lassen, ist ebenfalls eine Option. Wer gerne Venedig „von oben“ betrachten möchte, sollte auf den Markusturm nicht verzichten. Es ist der Campanile (Glockenturm) neben dem Markusdom, 98,6 Meter hoch, gilt als Symbol und ist das höchste Gebäude dieser Stadt. Mit dem Fahrstuhl zur Aussichtsplattform ist es kein Problem, jedoch fordert die Besucherschlange einige Geduld. Aber es lohnt sich, der Rundumblick ist atemberaubend. Markusdom und -platz, Kirchen, Palazzi, Häuser, Brücken, schmale Gassen und alles von Wasserwegen durchzogen. Der Ausblick auf die Inseln, vor allem auf San Giorgio Maggiore und Guidecca mit der Lagune und den zahlreichen Schiffen ist absolut empfehlenswert. Dabei wird der Wunsch geweckt, an einer weiteren Bootstour außerhalb der Kanäle auf dem Guidecca-Kanal teilzunehmen oder nach Murano sowie Burano. Muss ja nicht alles an einem Tag sein.

Nach diesem Rundumblick treibt die Neugierde in ein Cafe auf dem Markusplatz. Ein wenig Stärkung, ausruhen und die Menschenmassen betrachten, gehört zum Programm. Allerdings ist es nicht preiswert. Ein winziger Imbiss mit einer Kaffeespezialität verschlingt vom Reisebudget schnell 30 Euro. Wenn musikalische Untermalung gewünscht wird, kommen noch einmal ca. 12 Euro/Person hinzu. Tipp: Im Cafe nebenan ist die Musik kostenfrei zu hören.

Nach dem Campanile und der Stärkung ist der Markusdom Pflicht. Auch hier ist mit langen Warteschlangen zu rechnen und Geduld ist zum Eintritt aller Sehenswürdigkeiten eine Tugend. Aber es lohnt sich und ein Venice-Pass verspricht Verkürzung der Wartezeiten. Der Markusdom (italienisch Basilica di San Marco) ist schon von außen

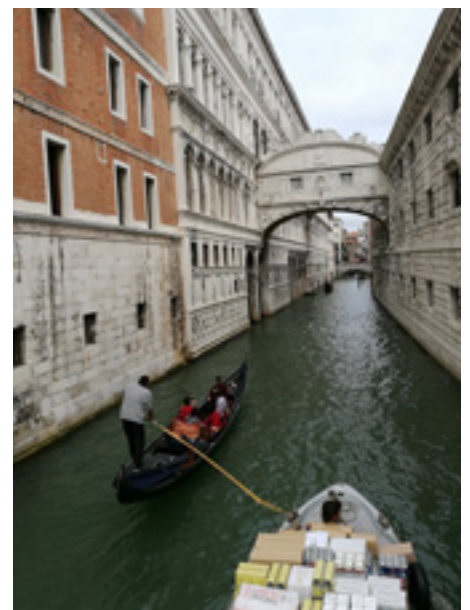


betrachtet ein Juwel. Er war das zentrale Staatsheiligtum der Republik Venedig bis zu ihrem Ende 1797 und ist seit 1807 die Kathedrale des Patriarchen von Venedig. Vergoldete Innengewölbe blenden die Augen, 5 reich geschnitzte Bogenportale, durch Marmorsäulen getrennt, sind mit wunderschönen, farbenfrohen Mosaiken verziert. Ein Ticket für einen deutschsprachigen Führer, mit Zugang zur Dachterrasse des Markusdoms und dem Museum wird empfohlen. Oder Sie schlendern und schauen und staunen. Möglicherweise haben Sie sich auch bereits vor der Reise über die Geschichte und deren Geheimnisse informiert.

Zur Entspannung einen Rundgang entlang der Geschäfte mit vielen Leckereien – Eis, Kuchen usw. Napoleon nannte diesen Platz „der schönste Festsaal Europas“. Wenn nicht gerade geflutet, schwirrt es hier von Touristen, Fotografen, Interessierten. Dann hinein in die Gässchen mit all den Verführungen. Keine Sorge – Hinweisschilder gibt es reichlich. Es bleibt nur die Entscheidung, wohin – Rialtobrücke, Canal Grande, Basilika Santa Maria, deutsches Handelshaus, Shopping in den wunderschönen kleinen Geschäften? Die Auswahl und Verführung ist groß, doch zunächst lockt die Rialtobrücke.

Mit den öffentlichen Wasserbussen (Vaporetti) der Linien 1 und 2 auf dem Canal Grande zum Ponte di Rialto oder zu Fuß - erreicht wird die Brücke vom Markusplatz aus in ca. 15 Minuten.

Es war selbstverständlich, über alle 3 Auf-/Abgänge mit den kleinen Geschäften zu laufen. Auf italienisch heißt die Brücke „Ponte di Rialto“ und ist die wichtigste Verbindung zwischen den Stadtteilen San Polo und San Marco. Der Stadtbezirk Rialto in San Polo war der Namensgeber und einst das wichtigste Handelszentrum. Richtung Westen fällt der Blick auf das Deutsche Handelshaus – ein Einkaufszentrum mit teuren Geschäften. Hier reizt besonders die Dachter-



rasse, die frei zugänglich ist und wieder einen herrlichen Blick über Venedig beschert. Noch einmal verweilen, ein Getränk zur Stärkung und dann wieder über die Rialto-Brücke in das Viertel San Polo mit der geschichtsträchtigen Basilika Santa Maria Gloriosa dei Frari (Öffnungszeiten beachten), den Cafe's, Ristorantes und Weinlokalen und dem besonderen Stadtteilflair. Auch eine Option für die nächsten Tage.

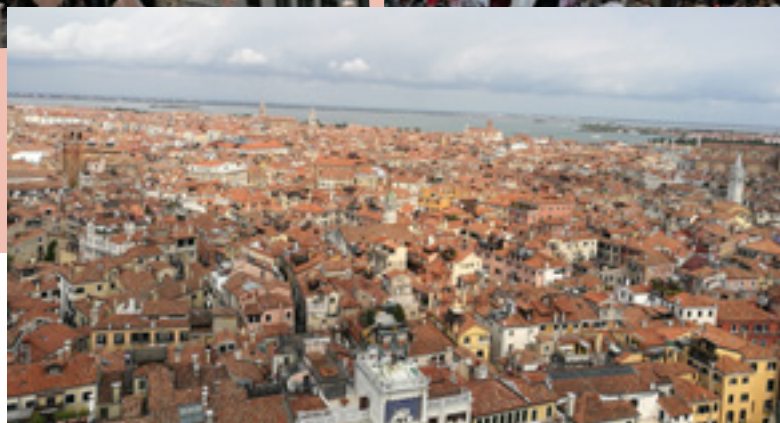
Diesen Tag lasse ich am Canal Grande mit einem Aperol Spritz ausklingen, bevor die Fähre mich nach Chioggia zurückbringt. Das war nur ein Tag in Venedig und die Erkundungstouren durch die Kanäle, Gassen, etliche berühmte Museen und vieles mehr dürfen noch nicht zu Ende sein. Die Geschichte dieser Stadt zu lesen, ist ein Muss, um sich auf die Stadt einzulassen. Auch die Inselerkundungen! Denken Sie an das Muranoglas und deren Herstel-

lung! Eine Gondeltour habe ich mir verknipfen – sie ist mir zu kostspielig gewesen und allein nicht der eigentliche Sinn dieses Angebotes. Wenn Sie mit Venedig „fertig“ sind... die Region Venetien mit den Städten Padua und Vicenza kann ich sehr empfehlen. Ebenso die Poebene mit Pomposa und natürlich Ravenna. Über diese Städte berichte ich in einer der nächsten Ausgaben von Senioren Heute. Anregung: die Leserbriefseite freut sich über jede Mitteilung.

Nun noch die angekündigte kurz gefasste „Wassergeschichte“:

Schon im 16. Jahrhundert war den Venezianern bewusst, dass das Überleben ihrer Stadt vom Zustand der Lagune abhing. Man gründete ein „Wasserkomitee“, das zum Beispiel die Aufgabe hatte, die Versandung der Lagune aufzuhalten. Ingenieure starteten das gigantische Bauprojekt Mo.S.E., welches jedoch ökologisch sehr umstritten

ist und bereits etliche Milliarden verschlungen hat. Es gibt viele Gründe, weshalb die Stadt mit Meerwasser geflutet wird. Sehr schlimm war es 1966, als der Pegel mehr als 1 Meter gestiegen war. Hinweisschilder zeugen von dieser Flut, so z.B. auch im Markusdom. So viele Kunstschatze wurden zerstört. Der Meeresspiegel steigt weiter und der sandige Untergrund sackt ab, es droht Venedig, im Meer zu versinken. Die Venezianer haben gelernt, mit dem Hochwasser zu leben. Bei „Acqua Alta“ schützen Blechbarrieren die Eingänge. Mit ständig parat liegenden Stegen, die rasch aufgebaut werden, kann auch der Markusplatz trockenem Fußes noch überwunden werden. Kinder nutzen die Wasserflächen gerne zum Platschen und auch die stolzesten Venezianerinnen greifen beherzt zu den stets bereitstehenden Gummistiefeln.





www.bauhaus.info

Wenn's gut werden muss.



thyssenkrupp

ab

4.995,-

Treppenlift 'Levant Classic' für gerade Treppen

Festpreis inkl. Beratung, Aufmaß, Lieferung, Montage und Einweisung in den Treppenlift. Der Festpreis gilt für bis zu 17 Treppenstufen (ca. 5 m Fahrschiene). Der Treppenlift 'Levant Classic' eignet sich für gerade Treppenverläufe und erfüllt höchste Sicherheitsansprüche. Zudem ist er sehr einfach zu bedienen und durch seine Park- und Klappfunktion äußerst platzsparend. So ist Ihre Treppe weiterhin für alle übrigen Bewohner optimal nutzbar.

05 116761 – Bestellprodukt

Beachten Sie außerdem die mögliche Zuschussung durch die Pflegeversicherung. Bei Vorliegen eines Pflegegrads kann die Pflegeversicherung einen Zuschuss von bis zu 4.000 € pro Person gewähren. Voraussetzung: Die Beantragung eines Zuschusses muss vor dem Einbau des Treppenlifts erfolgen.

bis zu 4.000,- €
je pflegebedürftiger Einzelperson

bis zu 8.000,- €
z.B. bei pflegebedürftigen Eheleuten

bis zu 16.000,- €
bei einer Wohngemeinschaft mit vier oder mehr pflegebedürftigen Personen

BAUHAUS 44145 Dortmund, Bornstraße 333

BAUHAUS Gesellschaft für Bau- und Hausbedarf mbH & Co. KG West,
Sitz: Theodor-Heuss-Straße 80–86, 51149 Köln

Folgen Sie uns auf:



Rätselecke

Für jeden Monat – April, Mai, Juni – ein Rätsel oder auch gleich alle
 von Brigitta Leifeld, Huckarde

Rätsel 1 Suchen Sie deutsche Städte- und Ortsnamen in der Reihenfolge des ABCs, aber es ist der letzte Buchstabe maßgebend: (Interessant ist es auch Städte zu suchen, bei denen der 2. Buchstabe maßgebend ist, z. B. Aachen, Ibbenbüren, Achim.... u.s.w. im Abc...)

A		N	
B		O	
D		P	
E		R	
F		S	
G		T	
H		U	
I / J		W	
K		X	
L		Y	
M		Z	

Rätsel 2 Entdecken Sie die verschlüsselten Bundesländer:
 Gleiche Zeichen sind gleiche Buchstaben, eine kleine Hilfe a = ☉

- ☉ ℳ ♠ ♠ ℳ ■
- ♠ ☉ ☉ □ ● ☉ ■ ♫
- ♀ □ ☉ ■ ♫ ℳ ■ ♀ ◆ □ ♀
- ◆ ☉ ✓ □ ♀ ■ ♀ ℳ ■
- ■ ♀ ℳ ♫ ℳ □ ♠ ☉ ♀ ☉ ☉ ♠ ♠ ♠ ■
- □ ☉ ℳ ♀ ■ ● ☉ ■ ♫ - □ ♀ ☉ ● ☉

Rätsel 3 Kennen Sie sich aus?
 Sortieren Sie die gefundenen Bundesländer nach ihrer Fläche, beginnen Sie mit dem kleinsten Bundesland und nach der Einwohnerzahl, auch dort mit der geringsten Zahl beginnen.

Rätsel 4

Als nächstes ordnen Sie die verschlüsselten Hauptstädte den Bundesländern zu.
Eine genannte Stadt ist keine Landeshauptstadt.

1. ○ ☉ ☿ ■ ☿
2. ♀ □ ♀ ◆ □ ◆
3. ◆ ☿ ♀ ◆ ♀ ☉ ☉ ☉ ♀ ■
4. ☿ ☉ ◆ ◆ ♀ ●
5. ◆ ☉ ☉ □ ♀ □ ✓ ♀ ☿ ♀ ♀ ■
6. □ □ ◆ ◆ ☉ ☉ ○
7. ☿ ☉ ■ ■ □ ◆ ♀ □

Rätsel 5

Sortieren Sie auch die gefundenen Hauptstädte nach ihrer Fläche und Einwohnerzahl.
Auch diesmal mit der geringsten Fläche und Einwohnerzahl beginnen.

Rezepte

Rucola-Radicchio-Salat

Quelle: Schrot und Korn

Zutaten für 4 Personen

- 300 g Pflaumen
- 3 EL Zucker
- 6 EL Balsamico
- Salz und Pfeffer
- 5 EL Olivenöl
- 1 Bund Rucola
- 1 kleinen Radicchio
- 4 EL Pinienkerne
- 175 g Gorgonzola

Zubereitung

Pflaumen waschen, halbieren und Kerne entfernen. Zucker in einem Topf hellbraun karamellisieren lassen und mit Balsamico ablöschen. Pflaumen zufügen, Temperatur auf niedrige Stufe herschalten und



die Pflaumen bei geschlossenem Deckel ca. 5 Minuten weich dünsten. Pflaumen aus dem Sud heben und abkühlen lassen.

Sud mit Salz, Pfeffer und Olivenöl verrühren. Rucola und Radicchio putzen, waschen und trocken schütteln.

Pinienkerne in einer Pfanne ohne Fett bei niedriger Temperatur hellbraun rösten. Gorgonzola in Stücke oder Würfel schneiden. Direkt vor dem Servieren Salat mit Balsamico-Dressing anmachen und mit den Pflaumen, Gorgonzolastücken und Pinienkernen auf einer Platte anrichten. Nach Belieben mit Baguette servieren.

Gedicht

Der Mohr von Venedig

*Frei geräubert bei Schiller
von Heinz Ehrhard*



Unterm Einfluss eines Föhns
dichte ich jetzt mal was Schöns:
Es ist kürzer und auch stiller
und ganz anders als bei Schiller!

Franz Mohr, bekannt als „die Kanaille“,
trug stets den Doch an seiner Taille.
Doch einmal, ach, im grimmen Zorne
stach er von hinten zu und vorne.
worauf sich wund das Opfer wand
und Franz in dessen Blute stand!

Nach dieser unheilschwangern Tat
rief er: „Jetzt ham wir den Salat!
Mein Beinkleid ist vom Blut gerötet!
Den Leichnam dort hab ich getötet!
Der Anblick ist nicht grade schön!
Auf Wiedersehn! Der Mohr kann gehn!“

Und so geschahs, das Franz entfloh
(über die Alpen, übern Po
und weiter) bis er ungehemmt
zur Stadt kam, die stets überschwemmt.

DER FLUSS / Rhein

aus: „Das Beste an Deutschland“ von Florian Langenscheidt

Der Rhein ist ein Fluss, um dessen Ufer sich Sagen und Geschichten ranken. Der Name ist keltischen Ursprungs und bedeutet soviel wie „großes fließendes Wasser“. Die Römer nannten den Fluss „Rhenus“. Er hat eine Gesamtlänge von ungefähr 1.320 km - 833 km davon sind schiffbar. Der Rhein besteht aus mehreren Quellflüssen nahe dem Oberalpmassiv. An der Rheinbrücke in Konstanz, dort, wo der Strom den Bodensee verlässt, beginnt aber erst die Kilometrierung, an der sich die Schifffahrt orientiert. Über 1000 km entfernt, bei Hoek van Holland in den Niederlanden, münden die Wassergewalten schließlich in die Nordsee. Eine der am stärksten befahrenen Wasserstraßen Europas ist er heute der für Schwergütertransporte bevorzugte Transportweg.

Bücherecke



Titel: Herz schlägt Krieg
Autor: Jörg Krämer
Verlag: net-Verlag
Preis: 19,95 EUR (gebundenes Buch)
Tipp: Zum Ausleihen fragen Sie
Ihre Stadtteilbibliothek

Kurzbeschreibung:

Das zwanzigste Jahrhundert. Zwei Weltkriege erschüttern Europa. Hilde Niggetiet, 1910 geboren, erzählt in ihrer Biografie von dem Versuch, in den Wirren der Kriege ein normales Familienleben zu führen. Bombenangriffen, Kinderlandverschickung und persönlicher Schicksalsschläge zum Trotz lässt sie sich nie entmutigen.

Als sie aber gegen den Willen ihrer Familie mit ihrem Geliebten Erwin durchbrennt, scheint für sie die Chance auf ein glückliches Familienleben endgültig gescheitert.



Das „Rheinische“ steht für Frohsinn und die viel gelobte und gelebte Leichtigkeit des Seins. Wohl nicht zuletzt deshalb ist das Rheinland auch beliebte Urlaubsregion: Der touristisch bekannte Teil liegt zwischen Bingen/Rüdesheim und Koblenz - diese Region um das Hunsrück und den Taunus zählt zu den schönsten Landschaften Deutschlands und ist Weltkulturerbe. Hier findet sich der weltberühmte Loreley-Felsen. Eine weitere Legende, die untrennbar mit dem Rhein verknüpft ist, ist die vom Schatz der Nibelungen. Eine Sage, an die sich seit Jahrhunderten Fantasien von Schatzsuchern entzünden. Aber auch wenn dieser Schatz verborgen bleibt: Reichtümer birgt dieser faszinierende Fluss wie kaum ein anderer in diesem Land.



Die Comunita Seniorenhäuser bieten Ihnen individuelle Tages-, Nacht-, Kurzzeit- und Dauerpflege, Junge Pflege, Palliative Versorgung und Pflege bei Demenz an. Rufen Sie an, wir beraten Sie gerne!

Seniorenhaus Coldinne Stift | Tel. 02306/910 11-0
Alstedder Straße 150 | 44534 Lünen

Seniorenhaus Josefa | Tel. 0231/206 45-0
Heinrich-Schmitz-Platz 1 | 44137 Dortmund

Seniorenhaus Lucia | Tel. 0231/829 76-0
Wickeder Hellweg 93 | 44319 Dortmund

Seniorenhaus Vinzenz | Tel. 0231/999 59-0
Vogelpothsweg 17 | 44149 Dortmund

Seniorenhaus Zeppelinstraße | Tel. 0231/533 10-0
Zeppelinstraße 3 | 44369 Dortmund

Seniorenhaus Crefeld | Tel. 0231/17 69 80
Mörser Straße 1-3 | 47799 Krefeld

Service Wohnen Crefeld | Tel. 0231/17 69 80
Jungfernweg 13 | 47799 Krefeld

Comunita
Seniorenhäuser



Mach deinen Garten zu
einer Augen- und Bienenweide
– und zu einem Paradies für
Schmetterlinge, Igel und Vögel.



Dein Garten.
Mein Zuhause.



Ideen und Tipps unter
www.NABU.de/gartenvielfalt

Foto: Frank Hecker

ased gegr. 1985

So hilfreich wie nötig,
so individuell wie möglich.

Ausgezeichnet mit dem
Unternehmerinnenpreis 2017



ased – ambulanter Pflegedienst Gabriele Doepner OHG
Bissenkamp 6 · 44135 Dortmund
ased-Mobil: 0171-3221675 · kontakt@ased.de · www.ased.de

Maria-Hilf Brilon und Hüttenhospital Dortmund feiern nach 2 Jahren Führungskräfteseminar erfolgreichen Abschluss und große Weiterentwicklung

Wer sein Team erfolgreich führen will, braucht mehr als reines Fachwissen. Daher hat das Briloner Krankenhaus Maria-Hilf gemeinsam mit dem Hüttenhospital Dortmund und der Beraterin Annette Mainz in den letzten zwei Jahren ein maßgeschneidertes Führungskräfte-Entwicklungsprogramm mit insgesamt 20 Teilnehmerinnen und Teilnehmern aus beiden Krankenhäusern durchgeführt.

Primäre Ziele dabei waren vor allem die Vermittlung von Führungswissen zur Mitarbeiter- und Teamführung sowie Grundlagenwissen zur Krankenhausbetriebsführung, Personalwesen und Organisation. Annette Mainz, zwei externe Trainerkolleginnen und vier interne Dozenten vermittelten für das Krankenhaus relevante Inhalte, die durch ein ereignisreiches praxisnahes Programm ergänzt wurden. Das Führen von Pferden und ein motivorientiertes Kochevent waren beispielsweise Teile des 2-jährigen Seminarprogramms, welches explizit für die beiden Häuser von der Beraterin und Trainerin Annette Mainz entwickelt wurde: „Solche Programme für Krankenhäuser sind mir in meiner 30-jährigen Laufbahn eher selten bis gar nicht begegnet. Hier haben wir gemeinsam mit Geschäftsführung, Personalleitung und Pflegedirektion ein wirklich hoch qualifiziertes Führungskräfte-seminar auf die Beine gestellt. In den letzten Jahren konnten alle Teilnehmerinnen und Teilnehmer mehr als über sich hinauswachsen und haben eine tolle Entwicklung hingelegt. Der interne Wissensaustausch und die Vernetzung sind absolut gelungen“, betont Annette Mainz.

Annette Mainz übernahm hauptsächlich die einzelnen Module rund um die Themen Führungsverhalten, Führungsinstrumente sowie Diagnostik und legte ihren Fokus klar auf Inhalte wie Auftreten und Wirkung, Team Building, Umgang mit Konflikten. Die Seminare wurden ergänzt durch das Kennenlernen und Anwenden von verschiedenen Persönlichkeitsprofilen wie das Reiss-Motivations-Profil und das S.C.I.L.-Profil. Die Grundlagenseminare zu Krankenhausbetriebsführung, Personalwesen, Organisation, das Pferdeseminar und das Seminar zur wertschätzenden Unternehmenskultur wurden durch teils interne und teils externe Kolleginnen und Kollegen verständlich vermittelt und nähergebracht.

„Durch das Seminar wurde eine gute Basis für unsere Leitungsarbeit geschaffen. Die gemischten Inhalte sind gezielt auf unsere verschiedenen Persönlichkeiten eingegangen und können in Zukunft wirksam im Arbeitsalltag eingesetzt werden“ heißt es von Teilnehmerin und Bereichsleitung

Anja Hillebrand. Schulleitung Claudia Hundertmarl-Vogel ergänzt: „Ich sehe das Seminar wie einen nützlichen Handwerkskoffer, der das Tragen von Verantwortung zukünftig erleichtert. Man zeigt uns, dass die angehenden Führungskräfte eine große Wertschätzung im Unternehmen erhalten und dass wir diese auch an unsere Teams weitergeben dürfen und sollen. Wir können nun die wissenschaftlich fundierten Modelle in die Praxis umsetzen!“

Während der gesamten Zeit gab es immer wieder Möglichkeiten zu einzelnen Coaching-Sequenzen und persönlichen 1:1 Gesprächen. „Das war besonders in der anfänglichen Coronazeit unheimlich wichtig. Eine mentale Unterstützung war in dieser Zeit sehr nützlich und die Inhalte aus den Seminaren super hilfreich. Den hohen Arbeits- und Organisationsaufwand während der Pandemie haben wir dann alle gemeinsam gemeistert. Dank Hygienekonzept und umsichtigen Verhalten konnten wir unsere Seminare über die zwei Jahre seit April 2021 durchführen und nun erfolgreich beenden“ betont Annette Mainz.

Zum Abschluss des Seminars wurde allen Teilnehmerinnen und Teilnehmern ein Zertifikat mit dankenden Worten des Geschäftsführers René Thiemann, Beraterin Annette Mainz, Personalentwickler Mike Schmedemann und Pflegedirektor Thomas Pape überreicht.

René Thiemann betont zum Schluss: „Wir sind sehr stolz auf das Geschaffte unserer Teilnehmerinnen und Teilnehmer. Der Grundstein wurde mit diesem super organisierten Seminar gelegt und soll in Zukunft weitergeführt werden. So können und werden wir eine qualifizierte und motivierte Arbeitswelt im Gesundheitswesen garantieren.“





**ALTERSMEDIZIN
FÜR DORTMUND.**

MENSCHLICH.
HERZLICH.
KOMPETENT.

Innere Medizin • Geriatrie
Tagesklinik für Geriatrie
Intensivmedizin



Jetzt bewerben !

Unser Team informiert Sie gerne über unsere medizinischen Angebote.

Am Marksbach 28,
44269 Dortmund-Hörde
Tel. 0231 4619-0, Fax 0231 4619-603
www.huettenshospital.de



HÜTTENHOSPITAL
Zurück ins Leben

Stationär behandeln wir u.a.:

- Demenzerkrankungen
- Schlaganfall, Herzinfarkt, Verschlusskrankheiten, Kreislauf-, Lungen- und Darmerkrankungen
- Nachbehandlung von Operationen: Knochenbrüche, Gelenkersatz, Amputation
- Degenerative entzündliche Erkrankungen: Arthrose, Arthritis, Osteoporose
- Chronische Erkrankungen: Asthma, Diabetes mellitus, Parkinson
- Spezielle Funktionsstörungen: Gang-, Hirnleistungsstörungen, Sprachstörungen

Schmunzelecke



Wenn mein Rentenbescheid stimmt,
werde ich jeden Tag in den Park gehen, damit
mich die Enten füttern.

Habe mein Passwort in
„FALSCH“ geändert.
Wenn ich nun mein Passwort
vergesse, sagt der Rechner:
„Ihr Passwort ist falsch“
Ich bin ein Fuchs...

Früher hieß meine Bodylotion „Nivea“
und....heute Voltaren!

Ich wollte mich wirklich benehmen,
aber es gab so viele andere Optionen.

Als der Lehrer sagte,
er will nicht immer
die gleichen Finger oben sehen,
hob ich spontan den Mittelfinger.
Jetzt sitze ich vor der Türe.

Selbstgespräche sind kein Grund zur
Sorge.
Ernst wird es erst, wenn man etwas
Neues erfährt.



**Lebensfreude
genießen!**

Ihr ambulanter Pflegedienst
Konstantin Krankenpflege GmbH & Co. KG
Siegburgstr. 27 · 44359 Dortmund-Mengede
www.konstantin-pflege.de
Telefon (02 31) 427 281 76

Kranken- und Altenpflege
Konstantin
Wir I(i)eben Pflege



Der Hausnotruf der Johanniter

Für ein gutes Gefühl.
Auch nach dem Besuch.



Jetzt bestellen!
www.johanniter.de/hausnotruf



JOHANNITER

**Hier informieren
02306 37892502**

Wir verbinden Dortmund
mit jedem Klick



Mit diesen Apps „mobil“!

DSW21

■ Faszination Weiterbildung

Parkakademie Dortmund e. V.

Bildung

Studienfahrten
Gespräche

Die Akademie bietet zahlreiche wissenswerte Vorträge, Seminare und Kurse.

In Gesprächskreisen begegnen sich viele offene Menschen und kommunizieren über gesellschaftliche und lebenspraktische Themen.

Akademie-Mitgliedschaft ist nicht Voraussetzung für die Teilnahme, aber sie bringt Vorteile.

Sprechstunden im Bildungs- und Begegnungszentrum Westfalenpark:

(Standort aus dem Internet: westfalenpark.de)

Montags bis freitags, 8.30–12.30 Uhr

Tel. (0231) 12 10 35

Fax (0231) 12 10 37

E-Mail: info@parkakademie.de

Internet: parkakademie.de

Seniorensendungen im Funk

Radiosender:

Radio 91,2



„Spätlese“ Seniorengruppe der Parkakademie Dortmund zu aktuellen Themen.

Jeden 4. Sonntag im Monat im Rahmen der Sendung Bürgerfunk um 19.04 Uhr

Termine

Öffentliche Sitzung des Seniorenbeirates:

- Freitag, 28. April 2023
- Freitag, 2. Juni 2023, 11–14 Uhr, Forum, Südwall 21–23
- Freitag, 8. September 2023
- Freitag, 3. November 2023
- Freitag, 8. Dezember 2023

Besucher*innen sind herzlich willkommen.

Die Sitzungen finden jeweils von 11–14 Uhr im Kongresszentrum der Westfalenhallen, Halle U1, Rheinlanddamm, 44139 Dortmund statt.

*Wenn wir es recht
überdenken,
so stecken wir doch
alle nackt in unseren
Kleidern.*

Heinrich Heine



**SCHÖN ZU WISSEN
DASS JEMAND DA IST**

Rückhalt und Hilfe auf Knopfdruck, wenn Sie es wünschen! Vitakt Hausnotruf steht für Verbundenheit und gibt Ihnen Sicherheit – **für ein selbstbestimmtes Leben zu Hause.**

- monatliche Miete 25,50 €, zum Monatsende kündbar
- Kostenübernahme durch die Pflegekasse möglich

GERNE BERATEN WIR SIE
KOSTENLOS UND UNVERBINDLICH:
0 59 71 - 93 43 53 ODER
info@vitakt.com

vitakt.com

Zu guter Letzt

Die Blumen des Frühlings... von Beate Caßau, Foto: Beate Caßau

„Die Blumen des Frühlings sind die Träume des Winters“
Zitat von Khalil Gibran.

Nach vielen dunklen Monaten endlich der Lichtblick – Frühling! Mit großen Schritten den tristen Winter verlassen und hinein in die Hoffnung gebende Zeit. Zeit des Aufbruchs und Erwachens. Die verblühenden Farbtupfer von Narzissen und Schneeglöckchen machen Platz für Neues. Zartes Grün traut sich aus der Knospe, Vögel üben ihre ersten Liedchen. Es duftet nach neuem Leben. Der Himmel wird blauer und die Sonnenstrahlen kräftiger. Offene Herzen füllen sich mit Heiterkeit. Das Leben ist nicht nur ein ruhiger Fluss, es hat einige Stromschnellen, auf denen die Pakete treiben, die aufgeschnürt werden müssen, weil sie Teil vom Leben sind. Jeder Tag ist kostbar und einzigartig und das Leben genau dieser einzige Tag. Der

kleine Buddha soll einmal gesagt haben „Es gibt nur einen Augenblick, in dem es wesentlich ist, aufzuwachen. Dieser Augenblick ist jetzt.“

Mit Fantasie wird ein Regenbogen in allen Farben gemalt. Das Sausen des Windes mit den Veränderungen ist spürbar und tief im Inneren das Wunder des Lebens. Schon eine kleine Kerze des Glücks wird wie ein Leuchtturm die Entdeckungsreise erhellen. Mit Schwung werden alle überflüssigen Dinge entsorgt – nochmal tief durchatmen, auf alle Konventionen pfeifen und mit neuem Schwung im Dreiviertelтакт in die nächsten Monate getanzt.



Mobiler Bibliotheksdienst



Sie sind vielseitig interessiert und können wegen einer Behinderung, einer Krankheit oder aus Altersgründen die Bibliothek nicht aufsuchen?

Der mobile Bibliotheksdienst bringt Ihnen Bücher und andere Medien ins Haus.

Tel.(0231) 50-2 32 20

E-Mail: Mobiler.Bibliotheksdienst@stadtdo.de

Senioren und Bibliothek

Herr Fabian Köser,

Tel. (0231) 50-2 57 44

E-Mail: fkoeser@stadtdo.de



Für Senior*innen da sein

Sie möchten etwas von Ihrer Zeit abgeben und sich für ältere Dortmunder Bürgerinnen und Bürger freiwillig engagieren? Einen interessanten Aufgabenbereich bietet der Besuchs- und Begleitservice für Senior*innen.

Melden Sie sich bei uns, wir freuen uns auf Ihre ehrenamtliche Mitarbeit.

Informationen:

Stadt Dortmund, Sozialamt, Fachbereich für Senior*innen, Kleppingstraße 26, 44122 Dortmund

Ansprechpartner*innen

Marie Roerdink-Veldboom - Tel. (0231) 50-2 70 94

E-Mail: Seniorenbegleitservice@stadtdo.de

Ehrenamtlicher Seniorenbegleitservice der Stadt Dortmund

Lösungen aus der Rätselecke:

Rätsel 1

A	→ Fulda, Apolda, Unna	N	→ Bremen, Essen,
B	→ Selb(in Bayern)	O	→ Lemgo, Großburlo(bei Borken)
D	→ Dortmund, Coesfeld	P	→ Ochtrup, Waltrop,
E	→ Kleve, Itzehoe, Werne	R	→ Gescher, Münster
F	→ Eppendorf,	S	→ Moers, Ahaus
G	→ Hamburg	T	→ Wolgast, Erfurt
H	→ Gütersloh, Emmerich, Barth	U	→ Dessau, Zwickau, Soltau
I/J	→ Uklei(bei Berlin)	W	→ Mirow, Wustrow
K	→ Rostock	X	→ Prex(kleiner Ort bei Hof)
L	→ Kiel,	Y	→ Alzey, Barby(Elbe)
M	→ Ulm, Anklam, Mülheim	Z	→ Mainz, Koblenz, Chemnitz

Rätsel 2+4

- Hessen + 3) Wiesbaden
- Saarland + 5) Saarbrücken
- Brandenburg + 6) Potsdam
- Thüringen + 2) Erfurt
- Niedersachsen + 7) Hannover
- Rheinland-Pfalz + 1) Mainz

Hauptstädte: 1 = Mainz, 2 = Erfurt, 3 = Wiesbaden,

4 = Kassel (Ist keine Landeshauptstadt) 5 = Saarbrücken, 6 = Potsdam, 7 = Hannover

Rätsel 3+5

Flächengröße der Bundesländer: Saarland, Thüringen, Rheinland-Pfalz, Hessen, Brandenburg, Niedersachsen,

Einwohnerzahl der Bundesländer: Saarland, Thüringen, Brandenburg, Rheinland-Pfalz, Hessen, Niedersachsen

Flächengröße der Hauptstädte: Mainz, Saarbrücken, Potsdam, Wiesbaden, Hannover, Erfurt,

Einwohnerzahl der Hauptstädte: Potsdam, Saarbrücken, Erfurt, Mainz, Wiesbaden, Hannover,

Quelle: Genaue Zahlen finden Sie: Wikipedia, Stand: 31.12.2021

Impressum

Herausgeber:

Seniorenbeirat der Stadt Dortmund,

Vorsitzender: Martin Fischer
seniorenbeirat@dortmund.de

Geschäftsstelle:

Südwall 2-4

44122 Dortmund

Tel. (0231) 50-2 48 87

Fax (0231) 50-2 65 69

seniorenbeirat@dortmund.de

Die Geschäftsstelle ist barrierefrei zu erreichen.

Verantwortlich für die Redaktion:

Udo Asbeck, Hannelore Bauer, Elisabeth Beyna,
Beate Caßau, Wolfgang Evers, Martin Fischer,
Günter Scheller und Walter Wille

Titelbild: Ev. Kirche Hombruch

Foto: Udo Asbeck

Nächste Ausgabe: ab 30. Juni 2023

**Redaktionsschluss für Leserbeteiligungen und
-zuschriften:** 05. Mai 2023

Der Seniorenbeirat ist auch online zu erreichen:
seniorenbeirat.dortmund.de

GUTE GRÜNDE

Dauergrabpflege ist ein Serviceangebot, mit dem Ihnen der Friedhofsgärtner die Sorge um die Grabstätte abnehmen kann.

Wenn das Sauberhalten und Gießen schwerfällt, übernimmt der Friedhofsgärtner dies für Sie, ohne dass Sie die Bindung zu Ihrem Grab verlieren.

MEINE VORSORGE

„Wer wird sich später um meine Grabstätte kümmern?“

Diese Sorge beschäftigt heute viele Menschen. Hier bietet der Friedhofsgärtner einen Dauergrabpflegevertrag an, der schon zu Lebzeiten für den Todesfall abgeschlossen werden kann.

DER TREUHÄNDER

Bundesweit sichern schon seit Jahrzehnten regionale Treuhandstellen die zuverlässige Pflege von Grabstätten.

Für Dortmund ist dies die Friedhofsgärtner Dortmund eG.

Gerne erstellt Ihnen Ihr Friedhofsgärtner vor Ort ein unverbindliches Angebot ganz nach Ihren Wünschen.

DER TREUHANDVERTRAG

Der Umfang der Pflegeleistungen wird ganz individuell durch Sie festgelegt: Vom Sauberhalten bis zum Komplett-Service rund um Grabgestaltung und Grabschmuck.

Der Vertrag wird jeweils mit einer Treuhandstelle und einer Friedhofsgärtnerei Ihrer Wahl abgeschlossen.

GdF · Bonn

MITGLIEDER DER TREUHANDSTELLE FÜR DAUERGRABPFLEGE

BLUMENGARTEN BERNDT
Wischlinger Weg 63,
44369 Dortmund
Telefon (0231) 17 85 75
www.blumengartenberndt.de

**FRIEDHOFSGÄRTNEREI
BARBARA ENGEL**
Overgünne 6–8, 44265 Do
Telefon (0231) 46 43 62

**FRIEDHOFSGÄRTNEREI
ANDREAS HERTER**
Bez. Friedh. Menglinghausen
Friedhöfe Eichlinghofen
Hinter Holtein 22, 44227 Do
Telefon (0231) 75 07 84
www.blumen-herter.de

**STEFAN KIRCHHELLE
GARTEN- UND
FRIEDHOFSGESTALTUNG**
Cottenburgstr. 106
44575 Castrop-Rauxel
Telefon 0172 282 90 79

**FRIEDHOFSGÄRTNEREI
KIRCHHELLE**
Wittener Str. 201
44577 Castrop-Rauxel

Telefon (02305) 44 04 49
www.kirchhelle.de

**FRIEDHOFSGÄRTNEREI
FRIEDHELM KOCH**
Stadtgärtnerei 43,
44309 Dortmund
Telefon (0231) 20 12 80

**FRIEDHOFSGÄRTNEREI
MANUEL KOCH**
Sendstr. 32, 44309 Do
Telefon (0231) 9 25 33 40

**FRIEDHOFSGÄRTNEREI
MICHAEL KUKUK**
Bezirksfriedhof
Menglinghausen
Am Surck 3,
44225 Dortmund
Telefon (0231) 9 75 25 20
www.blumen-kukuk.de

LUDWIG FRIEDHOFSGÄRTNEREI OHG
Südwestfriedhof
Große Heimstr. 117,
44137 Dortmund
Telefon (0231) 10 22 59
www.gaertnerlei-ludwig.de

**FRIEDHOFSGÄRTNEREI
OLIVER LUDWIG**
In der Liethe 102, 44329 Do
Telefon (0231) 7 22 35 34
www.gaertnerleiludwig.de

**FRIEDHOFSGÄRTNEREI
CLAAS NEUENDORFF**
In der Heide 5,
44532 Lünen
Telefon (02306) 4 47 14
www.blumen-neuendorff.de

**FRIEDHOFSGÄRTNEREI
ANDREAS NEUHOFF**
Auf den Porten 12,
44265 Dortmund
Telefon (0231) 46 78 40
www.gaertnerlei-neuhoff.de

**FRIEDHOFSGÄRTNEREI
THORSTEN RITTERSWÜRDEN**
Untermarktstr. 16,
44267 Dortmund
Telefon (0231) 48 54 81
www.ritterswuerden.de

**FRIEDHOFSGÄRTNEREI
OLIVER RUDKE**
Am Gottesacker 28,

44143 Dortmund
Telefon (0231) 51 21 32
www.friedhofsgaertnerlei-
rudke-dortmund.de

**FRIEDHOFSGÄRTNEREI
RALF SCHMITZ**
Schmerkottenstr. 18,
44287 Dortmund
Telefon (0231) 44 57 23
friedhofsgaertnerlei-
schmitz@t-online.de

**FRIEDHOFSGÄRTNEREI
DIRK SCHOLZ**
Wittbräucker Str. 282,
44267 Dortmund
Telefon (0231) 48 09 32
www.gaertnerlei-scholz.de

**FRIEDHOFSGÄRTNEREI
KARL-HEINZ SCHRÖN**
Schlagbaumstr. 14–16,
44287 Dortmund
Telefon (0231) 51 25 67
www.gaertnerleischroen.de

**FRIEDHOFSGÄRTNEREI
NORBERT TOPPMÖLLER**
Ostenfriedhof

Robert-Koch-Str. 45,
44143 Dortmund
Telefon (0231) 59 52 56
Norbert.Toppmoeller@gmx.de

**FRIEDHOFSGÄRTNEREI
NICOLE MARTINA TOURNÉ**
Martener Hellweg 66,
44379 Dortmund
Telefon (0231) 6 11 19

**FRIEDHOFSGÄRTNEREI
HANS-BERND WEHLING**
Am Oelpfad 50,
44263 Dortmund
Telefon (0231) 41 21 15

**FRIEDHOFSGÄRTNEREI
BLUMEN WERNER**
Am Gottesacker 42,
44143 Dortmund
Telefon (0231) 59 01 92
www.blumenwerner.com

**FRIEDHOFSGÄRTNEREI
JÖRG WROCKLAGE**
Am Oelpfad 39,
44263 Dortmund
Telefon (0231) 43 19 89
wrocklage@dokom.net

Sorgen Sie vor, denn Leben braucht Erinnerung!

Friedhofsgärtner Dortmund eG
Treuhandstelle für Dauergrabpflege
und Bestattungsvorsorge

Am Gottesacker 52 · 44143 Dortmund
Telefon (0231) 56 22 93-0 · Fax (0231) 56 22 93-20
kontakt@fg-do.de · www.fg-do.de



**HAUS Am Gottesacker und
Bestattungen Weber**

Am Gottesacker 52 · 44143 Do-Wambel
Brackeler Hellweg 51 · 44309 Do-Brackel
Asselner Hellweg 121 · 44319 Do-Asseln
Telefon (0231) 56 22 93-33 · www.HAUS-Am-Gottesacker.de



Leben braucht Erinnerung

SHDO Ambulant

Immer für Sie da



Kompetenz

Empathie

Wertschätzung

Erfahrung

NEU
Pflege-WGs im
Haus Luisenglück mit
Betreuung durch
SHDO Ambulant

Dafür stehen seit vielen Jahren die SHDO und ihre Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter. Für diese Werte steht auch unser ambulanter Pflegedienst SHDO Ambulant.

Wir helfen Menschen, die in ihrem häuslichen Umfeld unsere Unterstützung benötigen – umfassend und ganzheitlich.

Darauf können Sie sich verlassen!

Sprechen Sie mich an.



Markus Volke
Pflegedienstleiter SHDO Ambulant

☎ **0231 / 222 555 99**

@ **m.volke@shdo-ambulant.de**

Senioren Veranstaltungskalender

Veranstaltungshinweise
für die Stadtbezirke

vom 1. April 2023
bis 30. Juni 2023

Bildung, Freizeit, Kultur
Beratungsstellen

Info

Bitte vergewissern Sie sich **ausreichend** vor dem Termin bei der / dem **Veranstalter*in**, ob die hier abgedruckte **Veranstaltung** wirklich stattfindet.



Musik für alle! – Matinee am Samstag!

Dieses Anliegen verfolgte Eduard Wilsing. Der 1809 in Hörde geborene Komponist und „Musikerlehrer“, wie er sich selber bezeichnete, schuf bedeutende Werke von der klassischen Romantik bis zu geistigen Werken. In allen ließ er die innere Kraft der Musik leuchten. Sein fast vergessenes Werk wurde inzwischen wieder entdeckt. Musik für alle hat er auch dadurch ermöglicht, dass er große Sinfonie u.a. von Beethoven und Mozart, die ursprünglich für großes Orchester vorgesehen waren, so bearbeitet hat, dass sie auch in kleinen Salons und Sälen für viele Menschen erlebbar waren. Das gilt auch für das Mitte letzten Jahres im Beethoven-Archiv „entdeckte“ Tripelkonzert von Ludwig van Beethoven. Die 3 Soloinstrumente des Konzertes, Violine, Violoncello und Klavier, drücken die Stimmung des ganzen Werke verdichtet und ergreifend aus. Dass wurde bereits bei der ersten Wiederaufführung im Hörder Bürgersaal deutlich, bei der das Besuchsinteresse das Platzangebot überstieg.

Musik für alle. Das Konzert wird wiederholt, so dass jetzt auch für diejenigen, die nicht oder noch nicht zu Beginn der Sommerferien verreisen, das Erlebnis mit dem Werk des Dortmunder Komponisten wird, über das die Presse berichtete.

Am Samstag, 24.6., 13.00 Uhr, Kammermusiksaal, des Orchesterzentrums/NRW, Brückstraße 47, Dortmund spielen Mitwirkende des Orchesterzentrums/NRW (Seowon Kim, Violine | Ievgenia Iermachkova, Klavier | Prof. Alexander Hülshoff, Violoncello (Leiter des Orchesterzentrums) das Tripelkonzert, op. 56, von L. v. Beethoven, eine Sonate von Eduard Wilsing und als Sommerzugabe von Astor Piazzolla „Der Sommer“ aus den 4 Jahreszeiten.

Der Eintritt ist frei. Anmeldungen sind nicht erforderlich.

Es wird am Ende der Veranstaltung um Spenden gebeten, damit die Werke des Hörder Komponisten in weiteren Veranstaltungen aufgeführt werden können.

Veranstalter ist das Orchesterzentrum/NRW gemeinsam mit Hörde International e.V.

Kneipp –Verein Dortmund e.V.

Veranstaltungsort: Kneipp-Zentrum, Karl-Marx-Straße 32
Vorträge am 1. Mittwoch im Monat um 18.00–19.30 Uhr
Änderungen vorbehalten. Bitte achten Sie auch auf Pressenotizen.
Anmeldung über (0231) 5 86 00 48 (GS)
E-Mail: info@kneipp-verein-dortmund.de
<https://kneipp-verein-dortmund.de>

Homöopathischer Gesprächskreis

Ort: DO-Mitte, Kneipp-Zentrum, Karl-Marx-Straße 32

Die Homöopathie, bekannt als eine Therapie der „kleinen weißen Globuli“ kennt irgendwie jeder, doch was ist das eigentlich genau und wie wird es richtig angewandt. Früher gab es unter den Homöopathen die gute Tradition, sich in regelmäßigen Abständen mit interessierten Menschen zu treffen und Gesetzmäßigkeiten der Homöopathie sowie einzelne Arzneimittelbilder ausführlich an einem Abend zu besprechen. Dieser Gesprächskreis will diese gute Tradition der Homöopathen wieder aufgreifen und fortsetzen und richtet sich an alle Menschen die sich für Homöopathie, ihre Anwendung und einzelne Arzneimittelbilder interessieren. Jeder ist herzlich willkommen. An den einzelnen Abenden wird immer ein besonderes homöopathisches Thema behandelt. Zu Beginn des Gesprächskreises gibt es immer eine Einführung in das jeweilige Thema durch die anwesende Homöopathin. Durch das offene Gespräch werden Themen der

Homöopathie und das Verständnis dazu lebendig! Jeder Teilnehmer und jede Frage ist herzlich willkommen um sich im Gesprächskreis auszutauschen.

Leitung: Marianne Diel, Heilpraktikerin und Homöopathin, **Tel. (0231) 9 83 48 50**

heilpraktikerin-in-dortmund.de
Kosten: 2,00 Euro bei Anwesenheit (für die Auslagen der Referentin z.B. für Fotokopien)

Termine: am 2. Mittwoch im Monat 18.00–19.30 Uhr

Stadt- und Landesbibliothek Dortmund,

– Senioren und Bibliothek –
Max von-der-Grün-Platz 1–3,
44137 Dortmund, Tel. (0231) 50-2 57 44

Jeden zweiten Samstag ab 11.00 Uhr im Studio B

„Am Samstag vorgelesen“
Die Stadt- und Landesbibliothek und die „Wirtschaftsjunioren lesen“ laden herzlich zu einer Vorlesestunde ein.

„... und was haben Sie gelesen?“
Literaturettreff für Menschen ab 60 in der Bibliothek erwünscht beim Literaturettreff. Der findet **jeden dritten Mittwoch im Monat, um 15.00 Uhr im Studio B der Stadt- und Landesbibliothek, Max-von-der-Grün-Platz 1–3**, statt. Besucher/Innen können zuhören und auch zur Diskussion über Bücher beitragen die von drei Ehrenamtlichen vorgestellt werden. Die Teilnahme an der Veranstaltung ist kostenlos. Der Literaturettreff ist eine Veranstaltung des Fachbereichs „Senioren und Bibliothek“ der Stadt- und Landesbibliothek Dortmund und des Vereins proKultur.

Nähere Informationen unter:
Senioren und Bibliothek,
Tel. (0231) 50-2 57 44

Seniorenbüro Innenstadt-Ost

Im Wilhelm-Hansmann-Haus:
Märkische Straße 21, 44141 Dortmund
Anmeldung und nähere
Informationen: Tel. (0231) 50-2 96 90
Dorothea Börner, Dipl. SozPäd.
Kristina Sobiech, SozArb/SozPäd. M.A.

Im Versorgungsamt:
Untere Brinkstraße 80
44141 Dortmund
Tel. (0231) 50-2 78 00
Michaela Körber, Dipl. Päd.
Annette Simmgen-Schmude, Dipl. SozPäd.

Näh- und Repaircafé jetzt zusammen im Kaiserviertel im Stadtbezirk Innenstadt-Ost*Repaircafé im Stadtbezirk Innenstadt-Ost*

Interessenten für eine freiwillige Mitarbeit im Reparatur-Team sind eingeladen, sich im Seniorenbüro Innenstadt-Ost oder bei der Nachbarschaftsinitiative Ka!sern unter post@kaiser.de zwecks näherer Information zu melden.

Was macht man mit einem Wasserkocher, der nicht mehr kocht? Oder mit einem Fahrrad, das nicht mehr fährt? Oder mit einer Hose, die ein Loch hat? Wegwerfen? Denkste! Reparieren ist die Lösung. Die Nachbarschaftsinitiative Ka!sern ist Mitte 2019 in Kooperation mit der Ricarda-Huch-Realschule und dem Seniorenbüro Innenstadt Ost an den Start gegangen und hat ein Repaircafé und ein Nähcafé ins Leben gerufen.

Termine des Repair- und Nähcafé gemeinsam mit der Ricarda-Hauch Realschule erfragen Sie bitte telefonisch.

In der Regel immer der 3. Montag im Monat. Ausweichtermine in den Schulferien!

Seniorenbüro Innenstadt-West

Lange Straße 42, 44137 Dortmund
Anmeldung und nähere Informationen:
E-Mail: seniorenbuero.west@dortmund.de,
Tel. (0231) 50-1 13 40

Hilfen für an Demenz erkrankte Menschen und ihre Angehörigen

**Jeden Freitag von 9.00–13.00 Uhr —
1. Betreuungsgruppe der AWO im EKH**

Ort: AWO Eugen-Krautscheid-Haus,
Lange Straße 42, 44137 Dortmund
Ansprechpartnerin: Carla Cailean,
Tel. (0231) 3 95 72 18
E-Mail: c.cailean@awo-dortmund.de
Kosten: 20,00 Euro zzgl. 3,00 Euro

Jeden 1. Freitag im Monat von 9.00–11.00 Uhr —**2. Pflegepause- Frühstückstreff und Gesprächskreis für Angehörige von Menschen, die an Demenz erkrankt sind**

Ort: AWO Eugen-Krautscheid-Haus,
Lange Straße 42, 44137 Dortmund
Ansprechpartnerin: Carla Cailean,
Tel. (0231) 3 95 72 18
E-Mail: c.cailean@awo-dortmund.de
und Seniorenbüro Innenstadt-West
Julia Banach & Kerstin Jung,
Tel. (0231) 50-1 13 40
E-Mail:
seniorenbuero.west@dortmund.de,
Kosten: 3,00 Euro

**Jeden 2. Dienstag im Monat —
„Die Zeit danach“****Neuer Gesprächskreis für ehemalige pflegende Angehörige...**

Viele pflegende Angehörige, Freunde und Nachbar*innen fallen oft in ein „Loch“, wenn der zu Pflegende in eine stationäre Einrichtung umzieht oder verstirbt. So sind auch manchmal alte Freundschaften eingeschlafen oder abgebrochen. Wir möchten ehemaligen pflegenden Angehörigen, Freunden und Nachbar*innen, einen Raum geben um sich untereinander auszutauschen, sich gegenseitig zu unterstützen und neue Wege zu finden mit der neuen Situation umzugehen.

Uhrzeit: von 14.00–16.00 Uhr

Ort: Mütterzentrum Dortmund e.V.,
Hospitalstraße 6, 44149 Dortmund

Ansprechpartner: Seniorenbüro
Innenstadt-West, Kerstin Jung,
Tel. (0231) 50-1 13 40

E-Mail:
seniorenbuero.west@dortmund.de
Um eine Anmeldung wird gebeten.

Die Veranstaltung wird unter Berücksichtigung der jeweils aktuell geltenden Vorgaben der Corona-schutzverordnung durchgeführt.

Dietrich-Keuning-Haus

Leopoldstraße 50-58, 44147 Dortmund
Tel. (0231) 50-2 51 45

*Erzählcafé***Jeden 3. Donnerstag im Monat 14.30–16.30 Uhr —**

Veranstalter: Seniorenbeirat Innenstadt-Nord, Dietrich-Keuning-Haus

**Mehrgenerationenhaus
Mütterzentrum Dortmund e. V.**

Hospitalstraße 6, 44149 Dortmund
Tel. (0231) 9 97 89 60
E-Mail: kontakt@muetterzentrum-dortmund.de
muetterzentrum-dortmund.de

Einmal im Monat mittwochs —*Erzählcafé für Seniorinnen und Senioren*

Im Erzählcafé kommen Seniorinnen und Senioren miteinander ins Gespräch. Jedes der Treffen steht unter einem bestimmten Motto – seien es jahreszeitliche, stadtteilbezogene, geschichtliche oder aktuelle Themen. **Leitung:** Ilse Kahrmann
Zeit: 15.00–17.00 Uhr
Genauer Termin siehe Internetseite oder **Tel. (0231) 9 77 89 60**

Alle 8 Wochen freitags

Repair Café Dorstfeld

in Kooperation mit dem Seniorenbüro Innenstadt West
Zur Reparatur vorgestellt werden können:

- Elektrischen Geräte (Kaffeemaschinen, Lampen, Föhne...)
- Kleidung/Textilien
- Fahrräder/Kinderwagen/Rollatoren
- Möbel/Spielzeug aus Holz
- Hilfe beim Umgang mit Smartphones und Tablets

Zeit: 15.00–17.30 Uhr

Anmeldung erforderlich unter:
(0231) 9 97 89 60

NEU: Alle 8 Wochen freitags

Smartphone-Sprechstunde in Kooperation mit Young Caritas

Junge Ehrenamtliche zwischen 15-30 Jahren beantworten Fragen und fördern einen sicheren Umgang mit dem Smartphone.

Zeit: 16.00–18.00 Uhr

Anmeldung erforderlich unter:
(0231) 9 97 89 60

Werktags von 09.00–18.00 Uhr

Offener Treff/Café für alle Generationen

Im Offenen Treff kann man miteinander ins Gespräch kommen und Kontakte knüpfen. Außerdem gibt es zu jeder Tageszeit ein abwechslungsreiches Angebot an kalten und warmen Speisen und Getränken.

Jeden Mittwoch

Stricken mit Lilo

Für alle, die gerne Stricken lernen möchten oder lieber in Gesellschaft stricken.

Das Material muss mitgebracht werden. Zeit: 10.00–15.00 Uhr

AWO Eugen-Krautscheid-Haus

Lange Straße 42, 44137 Dortmund
Kartenreservierung, Anmeldung und nähere Informationen:
Tel. (0231) 39 57 20

Offene Plätze können telefonisch erfragt werden!

Teilnahme ausschließlich nach telefonischer Voranmeldung!
Zusätzliche Angebote oder Veranstaltung werden über die Presse oder als Aushang bekannt gegeben!

Fußball-Quiz

Dienstag, 11.04.2023,
14.30–16.30 Uhr

Testen Sie Ihr Fußballwissen und erraten Sie viele spannende Fragen rund um den Fußball.

Schlagernachmittag mit André Wörmann

Dienstag, 09.05.2023, 15.00 Uhr,
Eintritt: 5,- EUR

Vortrag: Vorsorgevollmacht

Dienstag, 09.05.2023, 14.30 Uhr

Gesundheit:

Tänze aus aller Welt

montags, 9.45 Uhr

...miteinander tanzen in geselliger, fröhlicher Runde zu internationaler Musik.
(10x90 min.)

Tai Chi Chuan

montags, 12.00 Uhr

...fließende Bewegungen zur Gesundheitspflege und Entspannung.
(10x60 min.)

Sitzgymnastik

dienstags, 10.00 Uhr und 11.00 Uhr

... das Sturzrisiko und Verletzungen durch Bewegung zu bekannten Melodien verringern.
(10x45 min.)

Rückenfit

mittwochs, 8.30 Uhr,
9.45 Uhr und 11.00 Uhr

...aktiv für den gesunden Rücken!
(10x60 min.)

Tanz Fit

mittwochs und donnerstags,
10.30 Uhr und 11.45 Uhr

...eine Kombination aus Gymnastik, Tanz, Koordination und Ausdauer.
(10x60 min.)

Vini Yoga

Mittwoch, 17.00 Uhr

...Wahrnehmung des eigenen Körperempfindens entwickeln durch achtsame Ausführung der Bewegungen.
(8x90 Min.)

Lu Jong – tibetisches Heilyoga

donnerstags, 8.00 Uhr

...für ein erhöhtes Körperbewusstsein und Wohlbefinden, geeignet für alle Altersgruppen und Fähigkeiten.
(10x60 min.)

Fit & Fröhlich in den Tag

donnerstags, 10.30 Uhr

...Rücken- und Ganzkörpertraining zur Steigerung der Muskelkraft und Flexibilität.
(10x 60 min.)

NEUERÖFFNUNG

PHYSIOTHERAPIE DORTMUND




Privatpraxis für Physiotherapie
Julian Mercuri
SEKTORALER HEILPRAKTIKER

Leistungen:
Manuelle Therapie
Manuelle Lymphdrainage
Allgemeine Krankengymnastik
Klassische Massagetherapie
PNF (z.B. nach Schlaganfall)
Hausbesuche

PRIVATKASSEN & SELBSTZÄHLER

0172 / 796 65 93
Viktoriastraße 34 · 44135 Dortmund
www.physiotherapie-mercuri.de



**Barrierefrei
Privatparkplätze**

Lebensläufe e.V.**„Von Frauen für Frauen“**

...Treffen der Reha Gruppe im Eugen-Krautscheid-Haus, Lange Str. 42.

freitags, 10.00–11.30 Uhr und 11.30–13.00 Uhr

Spezielles Sportangebot für krebserkrankte und nicht erkrankte Frauen zur aktiven Krebsprävention. Info & Anmeldung: Brigitte Dillenhöfer Tel. (0231) 63 57 13.

Walking- / Lauf-Treff

mittwochs, 11.00–12.00 Uhr

...walken durch den Westpark unter dem Motto „Gemeinsam in Bewegung kommen“. Kostenfrei!!

Gesprächskreise: (kostenfrei!)**Philosophisches Gespräch**

mittwochs, 14.00 Uhr

An jedem 1. Mittwoch im Monat bietet das Eugen-Krautscheid-Haus einen moderierten Gesprächskreis an. Die Teilnehmer*innen diskutieren über selbst gewählte Themen.

Stammtisch „English Spoken“

mittwochs, 14.30 Uhr

Stammtisch für alle, die gern Englisch sprechen und so ihren Sprachschatz erhalten und auffrischen möchten. Jeden 2. Mittwoch im Monat!

Begegnungsangebote: (kostenfrei!)**Computer-AG**

dienstags, 14.30 Uhr

Gemeinsam den „Geheimnissen“ von Hard- und Software auf die Spur kommen...

Spieletreff

donnerstags, 14.00 Uhr

Nette Leute treffen sich zum gemeinsamen Spielen...

Handarbeitstreff

donnerstags, 13.30 Uhr

In geselliger Runde kann jede/-r machen, was sie/er will: stricken, häkeln, basteln...

Singen mit Andreas

montags, 14.30 Uhr

Beliebte Volks- und Wanderlieder,

begleitet mit Gitarre und Mundharmonika.

MS-Selbsthilfegruppe

mittwochs, 14.30 Uhr

Jeden 2. Mittwoch im Monat trifft sich die Selbsthilfegruppe zum Erfahrungsaustausch.

Kulturlokomotive Dorstfeld

dienstags, 14.30 Uhr

Jeden 1. Dienstag im Monat treffen sich Kulturinteressierte zur Planung von Museumsbesuchen, Ausstellungen, Theateraufführungen und vielem mehr...

Tagesfahrten:

(Anmeldung erforderlich!!!)

Bad Sassendorf

Mittwoch, 19.04.2023, 9.00 Uhr

Xanten & Archäologischer Park

Mittwoch, 10.05.2023, 8.30 Uhr

Düsseldorf mit Rheinfahrt

Mittwoch, 14.06.2023, 8.30 Uhr

Besichtigung

AWO Schultenhof:

Mittwoch, 03.05.2023, 14.00 Uhr

ParkAkademie - Forum für Bildung und Begegnung e.V.

Westfalenpark Florianstr. 2 (Postanschrift!).

Nähere Infos montags bis freitags von 8.30–12.30 Uhr unter

Tel. (0231) 12 10 35 und/oder

info@parkakademie.de

www.parkakademie.de

Für eine Teilnahme ist eine vorherige Anmeldung absolut erforderlich.

Alle Veranstaltungen der Parkakademie verstehen sich zuzüglich des Parkeintritts

Montag, 17. April**USA – Grandioser Westen**

Beginn: 15.00 Uhr

Referent: Manfred Koert

Teilnehmerbeitrag: 8,00 EUR

Dienstag, 18. April**Künstler und ihre Häuser**

Beginn: 16.30 Uhr

Referent: Frank Scheidemann

Teilnehmerbeitrag: 8,00 EUR

Freitag, 21. April**Unter französischen Bajonetten Dortmund u. Hörde im „Ruhrkampf“ 1923**

Beginn: 15.00 Uhr

Referentin: Gabriele Unverferth

Teilnehmerbeitrag: 8,00 EUR

Vom Hitler-Putsch zur Machtergreifung

Beginn: 10.00 Uhr

Seminarleitung: Dr. Torsten Reters

Teilnehmerbeitrag: 22,00 EUR

Montag, 24. April**Südamerika****Reiseeindrücke aus Argentinien u. Chile**

Beginn: 15.00 Uhr

Referent: Manfred Koert

Teilnehmerbeitrag: 8,00 EUR

Sonntag, 23. April**Sigrid Drübbisch****Autorenlesung am Sonntag**

Beginn: 15.00 Uhr

Lesung: Sigrid Drübbisch

Musik: Marvin Drübbisch

Teilnehmerbeitrag: 8,00 EUR

Dienstag, 25. April**Neuigkeiten in der Informatik**

Beginn: 16.30 Uhr

Referentin:

Prof. Dr. Gabriele Kunau

Teilnehmerbeitrag: 8,00 EUR

Von der Jungsteinzeit über den Hellweg

ins 20. Jahrhundert

Beginn: 18.30 Uhr

Referent: Ingmar Luther

Teilnehmerbeitrag: 8,00 EUR

Freitag, 28. April**Altägyptische Objekte:****Das Thebanische Grab**

Beginn: 10.30 Uhr

Seminarleitung: Rouven Müller

Teilnehmerbeitrag: 11,00 EUR

Wer die Nachtigall stört (Filmvorführung)

Beginn: 14.30 Uhr
Referent: Wolfgang Hoffmann
Teilnehmerbeitrag: 13,50 EUR

Atemspaziergang im Westfalenpark

Beginn: 17.00 Uhr
Seminarleistung: Ute Reinke
Teilnehmerbeitrag: 12,00 EUR

Dienstag, 02. Mai Demokratie am Abgrund: Krisenjahr 1923

Beginn: 16.30 Uhr
Referent: Wolfgang Hoffmann
Teilnehmerbeitrag: 8,00 EUR

Freitag, 05. Mai Route der Industriekultur

Beginn: 15.30 Uhr
Referent: Dr. Hartwig Gielisch
Teilnehmerbeitrag: 8,00 EUR

Samstag, 06. Mai AkademieTag 2023: Literatur

Beginn: 14.00 Uhr
Leitung: Marlies Schellbach
Referent: Torsten Trelenberg
Teilnehmerbeitrag: 20,00 EUR

Montag, 08. Mai Familienschätze und ihre Geschichten entdecken

Beginn: 15.00 Uhr
Referentin: Dr. Brigitte Buberl
Teilnehmerbeitrag: 10,00 EUR

Dienstag, 09. Mai Reformation in Dortmund

Beginn: 16.30 Uhr
Referent: Matthias Dudde
Teilnehmerbeitrag: 8,00 EUR

Donnerstag, 11. Mai Online-Banking

Beginn: 10.00 Uhr
Seminarleitung: Bianca Hohmann
Teilnehmerbeitrag: 28,50 EUR

Freitag, 12. Mai Altägyptische Objekte: Die Dekoration des Grabes

Beginn: 10.30 Uhr
Seminarleitung: Rouven Müller
Teilnehmerbeitrag: 11,00 EUR

Johann Wolfgang von Goethe-Novelle

Beginn: 15.00 Uhr
Lesung: Carsten Bülow
Referentin: Hannelore Hüchel
Teilnehmerbeitrag: 12,50 EUR

Montag, 15. Mai Eine Reise durch das Jahr-der Kreis- lauf unseres Lebens

Beginn: 16.30 Uhr
Seminarleitung: Kerstin Brentrop
Teilnehmerbeitrag: 28,50 EUR

Dienstag, 16. Mai Sir John Soane und seine Sammel- leidenschaft

Beginn: 16.30 Uhr
Referent: Frank Scheidemann
Teilnehmerbeitrag: 8,00 EUR

Freitag, 26. Mai Altägyptische Objekte: Die Grup- penstatue des Nimaatsed

Beginn: 10.30 Uhr
Seminarleitung: Rouven Müller
Teilnehmerbeitrag: 11,00 EUR

Kasper Hauser (Filmvorführung)

Beginn: 14.30 Uhr
Referent: Wolfgang Hoffmann
Teilnehmerbeitrag: 13,50 EUR

Dienstag, 30. Mai Karl Junger im Wahn

Beginn: 16.30 Uhr
Referent: Frank Scheidemann
Teilnehmerbeitrag: 8,00 EUR

Freitag, 02. Juni Psychologie für Nichtpsychologen

Beginn: 10.00 Uhr
Seminarleitung: Dr. Torsten Reters
Teilnehmerbeitrag: 8,00 EUR

Das Spinnennetz von J. Roth Verfilmt von B. Wicki

Beginn: 15.00 Uhr
Referent: Wolfgang Hoffmann
Teilnehmerbeitrag: 8,00 EUR

Dienstag, 13. Juni Von TippEx zur Smartphone-App

Beginn: 16.30 Uhr
Referent: Kay Bandermann
Teilnehmerbeitrag: 12,50 EUR

Freitag, 16. Juni Sommergefühle: Spaziergang durch den Westfalenpark

Beginn: 10.30 Uhr
Führung: Annette Falkenstein
Teilnehmerbeitrag: 5,00 EUR

Freitag, 23. Juni Altägyptische Objekte: Die Wäch- terstatuen aus dem Grab

Beginn: 10.30 Uhr
Seminarleitung: Rouven Müller
Teilnehmerbeitrag: 11,00 EUR

NETTE MIETER WILLKOMMEN!

WIR bieten Ihnen, neben der hervorragenden Lage an der Kleppingstraße, eine individuelle Lebensgestaltung in einer barrierefreien, gut ausgestatteten und sicheren Wohnung, in einem anspruchsvollen neuen Gebäude.

Vereinbaren SIE Ihren persönlichen Beratungstermin!



**DOMIZIL
SCHOEME**

Olpe 8 – 12 • 44135 Dortmund (Haupteingang Olpe 12)
Telefon **0231-52 56 66**
Mail: verwaltung@schoeme.de • www.domizil-schoeme.de

Seniorenbüro Aplerbeck

Aplerbecker Marktplatz 21,
44287 Dortmund
Anmeldungen, nähere Informationen
und Termine
Tel. (0231) 50-2 93 90
Email: seniorenbuero.aplerbeck@stadt-
do.de

Digitale Angebote

In Kooperation mit youngcaritas werden Smartphonesprechstunden, Smartphone-Rallyes, Ipad-Lerngruppen an diversen Standorten in Aplerbeck organisiert.

Lesecafés in der Stadtteilbibliothek

Frühling – Sommer – Herbst – Winter
Viermal jährlich findet das Lesecafé montags von 15.00–16.00 Uhr in der Stadtteilbibliothek Aplerbeck, Köln-Berliner-Str. 31, 44287 Dortmund statt. Vorgelesen wird von den ehrenamtlich tätigen Lesepat*innen im Stadtbezirk.

Yoga- und Entspannungsgruppe für pflegende Angehörige

Die Pflege und Betreuung von Angehörigen oder Freunden beansprucht viel Zeit. Die eigenen Bedürfnisse kommen oft zu kurz oder geraten in Vergessenheit. Yoga- und Entspannungsübungen können hier Möglichkeiten bieten, den Alltagsstress für einen Moment zu vergessen, durchzuatmen und zu entspannen. Das Kooperationsprojekt des Seniorenbüros Aplerbeck mit dem Kontaktbüro Pflegeselbsthilfe ermöglicht diese Entlastung einmal monatlich. Unter der Leitung von Elke Michalski erwarten Sie einfache und sanfte Yoga- und Bewegungsübungen im Sitzen, Stehen und Liegen, die auch ohne Vorkenntnisse durchgeführt werden können. Atem- und Entspannungsübungen tragen außerdem dazu bei, zu Ruhe und Ausgeglichenheit zu finden und neue Kraft zu tanken. Bitte bringen Sie eine Matte, eine Decke und ein kleines Kissen mit. Das kostenlose Angebot findet an jedem dritten Montag im Monat von 18.30–20.00 Uhr im Gemeindezentrum St. Ewaldi, Egbertstraße 14 in 44287 Dortmund statt.

Begegnungszentrum Berghofen

Am Oldendieck 6, 44269 Dortmund
Leitung: Petra Emig
Tel. (0231) 48 67 78, Fax (0231) 2 22 61 13
E-Mail: pemig@stadtdo.de

Internationale Folklore

Koordination von Tanz und Bewegung. Erlernen verschiedener Tänze. Jede Woche erwartet Sie eine bunte Mischung aus unterschiedlichen Tänzen. Auf dem Programm stehen zum Beispiel Line Dances, Rounds, Contratänze und Kreistänze. Begleitet werden alle Tänze von schwungvoller internationaler Musik. Die Gruppe trifft sich jeden Montag ab 10.00 Uhr.

Doppelkopf

Die Doppelkopfguppe trifft sich *jeden Montag ab 14.00 Uhr*

Treffen der Rummikubgruppe

Rummikub ist ein leicht zu erlernendes Gesellschaftsspiel. Die Gruppe trifft sich *jeden 2. Donnerstag im Monat ab 14.00 Uhr*

Bingo

Jeden 3. Donnerstag im Monat
Beginn: 14.00 Uhr

Treffen der Schneidergruppe

Die Schneidergruppe trifft sich *jeden Freitag ab 9.00 Uhr*

Genauere Termine der Gruppentreffen erfragen Sie bitte im Begegnungszentrum

Evangelische Kirchengemeinde Schüren

Gemeindezentrum, Schürener Str. 63
Tel. (0231) 45 55 23

Jeden Montag

Seniorenkreis, Beginn: 15.00 Uhr
Frau Domogalla
Tel. (0231) 28 86 49 00

Jeden Dienstag

(außer in den Schulferien)
Geselliges Tanzen für Jung und Alt
Zeit: 16.00 Uhr, Tel. (0231) 45 55 23

Jeden 2. Donnerstag im Monat

Bolenge Café
Beginn: 15.00 Uhr
Frau Sommer, Tel. (0231) 4 44 12 38

Jeden 1. Donnerstag im Monat

Frauenabendkreis
Beginn: 19.00 Uhr
Frau Sommer, Tel. (0231) 4 44 12 38

Jeden 2. Mittwoch im Monat

Frauenkreis
Beginn: 15.00 Uhr
Frau Domogalla;
Tel. (0231) 28 86 49 00

Weitere Termine in Schüren:**Jeden 4. Mittwoch im Monat**

Frauenkreis
Beginn: 15.00 Uhr
Ort: Hildegard-Maas-Haus, Schüren,
Gevelsbergstr. 98, Frau Domogalla
Tel. (0231) 28 86 49 00

Jeden letzten Dienstag im Monat

Frühstücksandacht
Beginn: 09.30 Uhr
Ort: Hildegard-Maas-Haus, Schüren,
Gevelsbergstr. 98, Frau Sommer
Tel. (0231) 4 44 12 38

Jeden 3. Sonntag im Monat

Männerrunde
Beginn: 11.00 Uhr
Ort: Hildegard-Maas-Haus, Schüren,
Gevelsbergstr. 98
Herr Kiesheyer
Tel. (0231) 45 52 36

Jeden 2. Mittwoch im Monat

Männerstammtisch
Beginn: 18.00 Uhr
Ort: Hildegard-Maas-Haus, Schüren,
Gevelsbergstr. 98
Frau Domogalla
Tel. (0231) 28 86 49 00

**Städtisches
Seniorenzentrum Rosenheim**
Rosenstraße 61, 44289 Dortmund
Tel. (0231) 44 20 44 0

Café Rose

Zugang über Rosenstr. 63
*i.d.R. dienstags, mittwochs, freitags
und samstags jeweils von 15.00 -
17.00 Uhr*

Öffnungstage können abweichen,
daher: Bekanntgabe der Öffnungs-
tage im Monat immer zum Monats-
beginn durch Aushang am Café
Rose oder telefonisch unter (0231)
44 20 44 20 oder (0231) 44 20 44
30.

Mode, die ins Haus kommt:

Malika Mode
*Donnerstag, 20. April von
14.30-16.30 Uhr*

(im Erdgeschoss des Seniorenzent-
rums)

Mode, die ins Haus kommt: Mode Mobil

*Mittwoch, 14. Juni von
10.00-12.00 Uhr*

(im Erdgeschoss des Seniorenzent-
rums)

Brackel

Jeden 3. Freitag im Monat

*Treffen der
Arbeitsgemeinschaft 60 plus*
16.30 Uhr in der Gaststätte Linden-
hof, Wickeder Hellweg 22
Ansprechpartner*innen: Friedhelm
Sohn, Tel. (0231) 21 66 60,
E-Mail: sohnfriedhelm@gmail.com

AusZeit Café

*Ort: AWO Tagespflege Wickede
Meylantstraße 85, 44319 Dortmund*
Zeit: jeden letzten Montag im
Monat von 16.30–18.30 Uhr
Ansprechpartner*in: Carla Cailean
Tel. (0231) 3 95 72 18 oder
(0231) 2 17 82 09 (Tagespflege)
Email: c.cailean@awo-dortmund.de
und
Seniorenbüro Brackel
Tel. (0231) 50-2 93 70 oder
(0231) 50-2 96 40
Email: seniorenbuero.brackel@
dortmund.de

Café LeseLust 60 plus

*Ort: Bibliothek Brackel
Oberdorfstraße 23,
44309 Dortmund*
Zeit: jeden ersten Freitag im Monat
von 10.00–12.00 Uhr
Ansprechpartner*in: Anita Henke
Tel. (0231) 25 96 90
Email: ahenke@stadtdo.de
und Seniorenbüro Brackel
(Thomas Brandt)

Tel. (0231) 50-2 96 40
Email: seniorenbuero.brackel@
dortmund.de

Anmeldungen für die Smartphone-/
Handysprechstunde in Koop. mit
Young Caritas sind in der jewei-
ligen Kalenderwoche der o.g.
Reparatur-Termine ab montags im
Seniorenbüro Brackel, in der Zeit
von 9.00–12.00 Uhr oder bei Pfarrer
Giesler möglich. Kontakte:
Seniorenbüro Brackel
(Thomas Brandt)
Tel. (0231) 50-2 96 40
Email: seniorenbuero.brackel@
dortmund.de
oder Pfarrer Jens Giesler
Tel. (0231) 40 02 33

Gospelchor Enjoy the moment

*Ort: Ev. Jakobus Gemeindehaus
Eichendorffstraße 31,
44143 Dortmund*
Zeit: mittwochs von
19.30–21.00 Uhr
Ansprechpartner*in:
Pfarrern Jens Giesler
Tel. (0231) 40 02 33
und Seniorenbüro Brackel
(Thomas Brandt)
Tel. (0231) 50-2 96 40
Email: seniorenbuero.brackel@
dortmund.de

Café „Spiel mit Spaß 70 plus

*mit den Nachbarschaftshelfer*in-
nen im Stadtbezirk Brackel*

Brackel

Ort: Arent-Rupe Gemeindehaus
Flughafenstraße 7, 44309 Dort-
mund
Zeit: jeden 4. Freitag im Monat von
14.00–16.00 Uhr
Ansprechpartner*in:
Seniorenbüro Brackel
(Thomas Brandt)
Tel. (0231) 50-2 96 40
Email: seniorenbuero.brackel@
dortmund.de

Wambel

Ort: AWO Begegnungsstätte
Wambel, Wambeler Hellweg 7,
44143 Dortmund
Zeit: jeden 1. Dienstag im Monat
von 14.00–16.00 Uhr
Ansprechpartner*in:
Seniorenbüro Brackel
(Thomas Brandt)
Tel. (0231) 50-2 96 40
Email: seniorenbuero.brackel@
dortmund.de

Wickede

Ort: AWO Tagespflege Wickede
Meylantstraße 85, 44319 Dortmund
Zeit: jeden 2. Dienstag im Monat
von 14.00–16.00 Uhr
Ansprechpartner*in:
Seniorenbüro Brackel
Tel. (0231) 50-2 93 70 (Ulrike Klotz)
Email: seniorenbuero.brackel@
dortmund.de

ComputerCafé 50+

*Interessierte tauschen sich über
Themen zum Computer, Smart-
phone und Co. Aus*
und erhalten Hilfe bei technischen
Fragen und Problemen.
Zeit: Dienstag und Freitag im
Wechsel, 9.45–12.00 Uhr
Ort: In der Tremonia Akademie e. V.,
Tecklenborn 34, 44143 Dortmund
Vorherige Anmeldung erbeten.

Ansprechpartner:
Benjamin Bialecki
Tel. (0231) 1 65 47 04, E-Mail:
mail@tremonia-akademie.de
Internet:
www.tremonia-akademie.de

Seniorenbüro vor Ort

*Beratung und Information vertrau-
lich und persönlich*

Sprechstunden in Wambel

Zeit: jeden Dienstag
von 13.00–15.00 Uhr
Ort: Ev. Jakobus Gemeindehaus
Wambel, Eichendorffstraße 31,
44143 Dortmund
Ansprechpartner: Thomas Brandt

Sprechstunden in Asseln

Zeit: jeden 4. Mittwoch im Monat
von 13.00–15.00 Uhr
Ort: Ev. Gemeindehaus Asseln,
Asselner Hellweg 161,
44319 Dortmund
Ansprechpartner: Thomas Brandt

Kontakt: Seniorenbüro Brackel,
Tel. (0231) 50-2 96 40
Email: seniorenbuero.brackel@
dortmund.de

Begegnung VorOrt Brackel

Tel. (0178) 6 61 75 03
Mail.: Begegnungbrackel@diakoniedort-
mund.de

Wöchentliche Veranstaltungen:

Boule Spielen im Meylantviertel Wickede

Dienstag 14.00–16.00 Uhr auf der
Freifläche am Park der Generatio-
nen, Ebbinghausstraße zwischen
Hausnummer 45 und 53, 44319
Dortmund.

Café Spiel mit Spaß Wickede

Mittwoch 14.00–16.00 Uhr, bei
Getränken und Gebäck werden Ge-
sellschaftsspiele wie Mensch ärgere
Dich nicht, Rummy, Kniffel etc.
gespielt.
*Pflegedienst Pflug, Meylantstr. 91,
44319 Dortmund*

Praxis für Physiotherapie

Moratschke

Meylantstr. 89a Bronckhorststr. 6
44319 Dortmund 44319 Dortmund
☎ (0231) 21 26 26 ☎ (0231) 4 76 75 61

- Krankengymnastik
- Massage
- Fango/Heißluft
- KG nach Bobath
- Manuelle Therapie
- Lymphdrainage
- Säuglings- u. Kinder KG
- Rückenschule
- Kinesio-Tape
- Hausbesuche



E-Mail: physiotherapie-moratschke@t-online.de **Mo–Do** 8:00–18:00 Uhr **Fr** 8:00–13:00 Uhr und nach Vereinbarung

Bestattungen aller Art • Vorsorgeberatung • Treuhandstelle für Dauergrabpflege



• Eigene Parkplätze

• Klimatisierte Räume

• Eigene Trauerhalle

• Demenzfreundliche Bestattungen



eine gemeinsame Sache

HAUS Am Gottesacker
und **BESTATTUNGEN Weber**
Friedhofsgärtner Dortmund eG



EIN HAUS FÜR ALLE!

*Für Sie und uns,
für Trauer und
Zuversicht.*

Unsere Standorte in Dortmund:

Am Gottesacker 52
Brackeler Hellweg 51
Asselner Hellweg 121

0231 / 56 22 93-33 www.HAUS-Am-Gottesacker.de

Städt. Begegnungszentrum Eving

Deutsche Straße 27, 44339 Dortmund,
Katharina Steinbeck
Tel. (0231) 85 89 94,
Fax (0231) 8 78 00 98
E-Mail: ksteinbeck@stadtdo.de
begegnungszentren@stadtdo.de

Sprechstunden

Seniorenbeirat Helmut Adden:
Jeden 3. Mittwoch im Monat in der
Zeit von 15.00–16.00 Uhr (ohne
Anmeldung)

Versichertenberater Helmut Böck:
Jeden 2. Dienstag im Monat in der
Zeit von 11.00–13.00 Uhr (mit vor-
heriger Anmeldung)

Offener Spiele-Treff

bei Kaffee
dienstags in der Zeit von
14.00–16.00 Uhr

Bingo-Spaß

mit kleinen Preisen
mittwochs, Kosten: 2,50 Euro,
Anmeldung bei Frau Steinbeck

ZWAR-Gruppe

Jeden 3. Mittwoch im Monat
ab 14.30 Uhr

Kreatives Gestalten

Ob jahreszeitliche Tischdekora-
tionen, individuelle Geschenkver-
packungen oder Grußkarten – der
Kreativität sind keine Grenzen
gesetzt und sie erhalten fachliche
Anleitung von der Floristin Eike
Bonk. Es werden einzelne Veran-
staltungen angeboten, Termine
können telefonisch erfragt werden.

Sprachkurse

Spanisch ohne/mit wenigen Kennt-
nissen: montags, 15.30–17.00 Uhr
Englisch ohne Vorkenntnisse:
freitags, 14.00–15.30 Uhr

Genauere Kurslaufzeiten sind telefo-
nisch oder vor Ort zu erfragen.

Bewegungsangebote

(Genauere Kurslaufzeiten sind tele-
fonisch oder vor Ort zu erfragen;
Anmeldung erforderlich)

Zumba Gold

montags von 9.00–10.00 Uhr und
von 17.30–18.30 Uhr

Yoga auf dem Stuhl

montags von 10.15–11.15 Uhr

Gymnastik im Sitzen und Stehen

donnerstags von 10.00–11.00 Uhr

Sanftes Rückenfit

donnerstags von 16.00–17.15 Uhr

Pilates

donnerstags von 17.30–18.45 Uhr



Arbeiterwohlfahrt
Unterbezirk
Dortmund

HELFFEN MIT HERZ

Ihr Ambulanter Dienst & Tagespflegeeinrichtung

Dienstleistungen aus einer Hand

- Tagesbetreuung in Kleingruppen für Menschen mit Demenz
- Flexible Betreuungszeiten
- Unterstützung bei der Pflege & in der Hauswirtschaftlichen Versorgung
- Beratungsgespräche & Unterstützung bei Anträgen zur Pflege

Carla Cailean

Ansprechpartnerin

AWO Ambulante Dienste
Lange Straße 42
44137 Dortmund

Telefon 0231 · 395 72 18

Fax 0231 · 395 72 20

c.cailean@awo-dortmund.de



Am **Freitag, den 05. Mai 2023** findet in der AWO Begegnungsstätte Mergelteichstr. 31 in Brünninghausen der nächste Rollatortanztee statt.

Ab 14.30 Uhr mit Kaffee und Kuchen. Ab 15.00 Uhr Tanz.
Anmeldung beim Seniorenbüro Hombruch unter Tel. (0231) 50-2 83 90 oder seniorenbuero.hombruch@dortmund.de

„Pause für Pflegenden Angehörige“
Jeden **Donnerstag im Life Center Barop**, Stockumer Straße 259, 44225 Dortmund, Yogakurs für Pflegenden Angehörige
14.00–15.30 Uhr, kostenfrei

Nachbarschaftsagentur Löttringhausen

Langeloh 18, 44229 Dortmund
Tel. (0231) 47 60 17 00
E-Mail: h.rolfsmeyer@diakoniedortmund.de, nachbarschafts-agentur.de

Jeden Montag

Hilfe beim Ausfüllen von Formularen und Anträgen mit unserer Behördenhelferin nach Terminabsprache

Bienvenue! Französischgruppe für Fortgeschrittene

Zeit: 17.30–18.30 Uhr

Jeden Dienstag

Beratung zu Gesundheit und Pflege mit Pflegewissenschaftlerin C. Wagner-Ernst
Zeit: 9.00–11.00 Uhr

Suppentag

gemeinsames Kochen und Mittagessen: nicht nur Suppe!
Zeit: 11.30–13.30 Uhr

Handarbeitstreff

Handarbeit, Spielen, Quatschen und nettes Beisammensein
Zeit: 15.00–18.00 Uhr

Jeden Mittwoch

Frauentreff mit SwaF (Start with a friend) mit Inas Saleh
Zeit: 09.00–13.00 Uhr
Im 14-tägigen Wechsel:
Fototreff oder Kreativ-Gruppe
Zeit: 15.00–18.00 Uhr

Skat und Rommé

Zeit: 18.15–21.00 Uhr

Jeden Donnerstag

Nachbarschafts-Café
Kaffee, Kuchen, Quatschen, Spielen... Kennenlernen!
Zeit: 15.00–17.00 Uhr
Yoga für alle!
mit Aline
Zeit: 18.00–19.30 Uhr

1 x monatlich

Interkulturelle Begegnung mit SwaF (Start with a friend)
Offenes Treffen mit Batul Saleh
montags, 14.00–16.00 Uhr

Nachbarschaftliches Frühstück

donnerstags, 09.00–11.00 Uhr

Handy- und Computersprechstunde

donnerstags, 09.00–12.00 Uhr

In unserem aktuellen Monatsprogramm finden Sie weitere Veranstaltungshinweise!

Die AWO Begegnungsstätten im Stadtbezirk Hombruch sind wieder geöffnet und freuen sich sehr auf Gäste

Begegnungsstätte Bittermark, Sichelstr. 22

Jeden 2. Dienstag im Monat

Männerrunde
Beginn: 18.00 Uhr

Jeden 2. Freitag im Monat

Freitagstreff
Beginn: 20.00 Uhr

Frühstück

alle 14 Tage, Anmeldung unter Tel. (0231) 73 69 90

Begegnungsstätte Brünninghausen, Mergelteichstr. 31

Begegnungsstätte Eichlinghofen, Stockumer Str. 434

Jeden Montag

Seniorentreff und Spielenachmittag
Zeit: 14.00–18.00 Uhr

Jeden Freitag

Seniorentreff und Gesprächskreis
Zeit: 13.30–17.30 Uhr

Jeden 3. Mittwoch im Monat

Plauderstunde
Beginn: 19.00 Uhr

Jeden 2. Donnerstag im Monat

Frühstück
Beginn 9.30 Uhr



*Wir kommen aus der Natur und wir gehen zu ihr zurück.
Lassen Sie sich dabei von uns begleiten - ganzheitlich & liebevoll.*

Bestattungshaus Giese

Am Gemeindehaus 5
44225 Dortmund
Tel.: 0231 / 71 21 84
www.bestattungen-giese.de

&



Bestattungsdienste
Publicis Touchpoint

Tel.: 0231 / 99 95 07 30
www.bestattungen-dienste.de

Jeden 1. Freitag im Monat

Herrenabend

Beginn: 19.00 Uhr

Außerdem Wandergruppe und Walking

Auskünfte zu diesen und weiteren Angeboten erteilt Rolf Reppel, Tel. (0231) 9 75 20 59

Begegnungsstätte Hombruch,
Tetschener Str. 2

Montags bis freitags

Zeit: 14.00–18.00 Uhr Café geöffnet

Besondere Angebote:

Montags

Spietreff

Beginn: 14.00 Uhr

Dienstags

Plauderspaziergang,

Beginn: 10.00 Uhr

Skat, Beginn: 13.00 Uhr

Handarbeitsgruppe,

Beginn: 17.00 Uhr

Smartphonestammtisch, Beginn:

14.00 Uhr

Mittwochs

Plaudercafé mit Frühstücksangebot, Beginn: 10.00 Uhr

Donnerstags

Mittagstisch

Anmeldung (0173) 5 36 75 62

Kreativtreff,

Beginn: 14.00–18.00 Uhr

Spietreff, Beginn: 14.00 Uhr

Freitags

Skat, Beginn: 13.00 Uhr

Sport und Gymnastikangebote zu erfragen unter:

Tel. (0231) 17 84 78 und

(0176) 62 30 50 18

Auskünfte zu diesen und weiteren Angeboten erteilt:

Hannelore Cordes

Tel. (0173) 5 36 75 62

Begegnungsstätte Kirchhörde,
Möllershof, Hohle Eich 81

Jeden 2. Dienstag im Monat

Kaffeetrinken mit Musik, Spielen etc.

Beginn: 15.00 Uhr

Jeden 4. Donnerstag im Monat

Kreatives Handarbeiten

Beginn: 15.00 Uhr

Am letzten Sonntag im Monat

Monatswanderung

Treffpunkt: Eingang Möllershof

Beginn: 11.00 Uhr

Auskünfte zu diesen und weiteren Angeboten erteilt:

Friedhelm Lentz, Tel. (0231) 59 07 02

Begegnungsstätte Lückleberg,
Olpketalstr. 83 a

Montags

Kaffeeklatsch mit unterschiedlichem Programm, Beginn: 14.00 Uhr

Dienstags

„Yoga für Runde“

Beginn: 15.30 Uhr

Samstags

Offener Bouletreff

Beginn: 13.00 Uhr

Smartphonesprechstunde nach

Vereinbarung.

Auskünfte zu diesen und weiteren Angeboten erteilt: Anni Grutzpalk,

Tel. (0231) 88 05 57 53

Begegnungsstätte Menglinghausen,
Am Sturmwald 16

Montags

Wii-Gruppe, Beginn: 16.00 Uhr

Dienstags

Spietreff, Beginn: 14.00 Uhr

Mittwochs

Skat, Beginn: 15.00 Uhr

Donnerstags

Kaffeeklatsch und Spiele

Beginn: 14.00 Uhr

Auskünfte zu diesen und weiteren Angeboten erteilt:

Michael Schlösser,

Tel. (0231) 75 04 70

Begegnungsstätte Persebeck,
Grotenkamp 31

Montags

Skat, Beginn: 18.00 Uhr

Dienstags

Kaffeeklatsch mit wechselndem Programm, Beginn: 14.30 Uhr

Mittwochs

Malgruppe, Beginn: 10.00 Uhr

Auskünfte zu diesen und weiteren Angeboten erteilt:

Udo Salomon, Tel. (0231) 77 11 79

Informationen auch gern bei:

Begegnung VorOrt Koordinatorin Stadtbezirk Hombruch:

Evelin Büdel, Tel. (0231) 9 93 42 17

E-Mail: e.buedel@awo-dortmund.de

Städtische Seniorenheime Dort-
mund gemeinnützige GmbH
Seniorenzentrum Haus
Am Tiefenbach

Stockumer Straße 380, 44227 Dortmund

Tel. (0231) 9 70 23 05, Fax (0231) 9 70 23 03,

E-Mail: smathiak@shdo.de

Regelmäßige Termine:

Gottesdienste

jeweils um 11.15 Uhr im Saal
barrierefreier Zugang, Behindertentoiletten sind vorhanden.

1. + 3. Freitag: Ev. Gottesdienst
3. Freitag: Kath. Gottesdienst

Singkreis mit Klavierbegleitung

16.00 Uhr, Saal

1.+3. Dienstag

Café Tiefenbach im Saal

Unser Café Tiefenbach ist von

dienstags – sonntags von
15.00–17.00 Uhr geöffnet.

Jeden Sonntag bieten wir frische
Waffeln an.

„Wir wollen Menschen helfen, die in ihrem häuslichen Umfeld professionelle Hilfe benötigen“

Die Städtischen Seniorenheime Dortmund bieten jetzt mit SHDO Ambulant auch ambulante Pflege an

Christel Stockmann ist eine unternehmungslustige alte Dame. Nach dem Tod ihres Mannes Alfred vor fünf Jahren hat sie das Reihenhaus, in dem die Familie fast 50 Jahre gelebt hat und wo ihre drei Kinder groß geworden sind, verkauft und ist in eine kleinere Wohnung in der Nachbarschaft gezogen. Freunde und Bekannte, vor allem aber ihre sieben Enkelkinder, die sie regelmäßig besuchen, sorgen dafür, dass es der 83-Jährigen, die ihren richtigen Namen nicht in der Zeitung lesen möchte, nie langweilig wird. Aber seit ein paar Monaten fordert das Alter doch seinen Tribut. Der Blutdruck spielt ab und an verrückt, das Augenlicht lässt spürbar nach und die Knochen wollen auch nicht mehr so, wie sie gerne möchte. Was also tun?



Stets willkommen – die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der SHDO.



Das Team von SHDO Ambulant mit Pflegedienstleiter Markus Volke (3. von links).

„Meine Kinder haben gesagt: ‚Mutti, du brauchst Hilfe!‘ und hatten auch gleich die richtige Adresse für mich“, erinnert sich Christel Stockmann. Das war die SHDO. In einem der Senioreneinrichtungen der Städtischen Seniorenheime hatte ihr Mann Alfred die letzten drei Monate verbracht, nachdem er nach einem schweren Schlaganfall zum Schwerstpflegefall geworden war. „Die Schwestern und Pfleger haben sich dort so liebevoll bis zuletzt um Alfred gekümmert, da war klar: Auch für mich kommt nur die SHDO infrage“, sagt sie voller Überzeugung.

Gesagt, getan – und zwei Tage später saß Markus Volke, der Pflegedienstleiter von SHDO Ambulant, bei Christel Stockmann am Wohnzimmertisch. „Er hat sich genauestens nach meiner Gesundheit erkundigt, wollte wissen, was ich im Haushalt noch problemlos selbst erledigen kann und was mir schwerfällt“, erinnert sich Christel Stockmann.

Seit sechs Wochen nun kommt eine Mitarbeiterin von SHDO Ambulant jeden Morgen gegen 8 Uhr zu Christel Stockmann, kontrolliert den Blutdruck, verabreicht ihr die Augentropfen und hilft ihr beim Anziehen der Kompressionsstrümpfe. Abends gegen 20 Uhr kommt dann eine Kollegin,

um ihr beim Ausziehen dieser Strümpfe zu helfen. Und dreimal pro Woche hilft ihr jemand beim Duschen. – Mit der Hilfe von SHDO Ambulant „werde ich hoffentlich noch lange in meiner Wohnung bleiben können“, ist Christel Stockmann zuversichtlich.

Genau aus diesem Grund habe man SHDO Ambulant gegründet, bestätigt SHDO-Geschäftsführerin Elisabeth Disteldorf. „Wir wollen Menschen helfen, die in ihrem häuslichen Umfeld professionelle Hilfe benötigen“, sagt sie. Dafür hat die SHDO ein Team von erfahrenen und fachlich kompetenten Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern zusammengestellt, die „den Menschen, die unsere Hilfe brauchen, mit Empathie und Wertschätzung begegnen“. – Und diese Hilfe ist sehr umfangreich und vielschichtig.

Was SHDO Ambulant beispielsweise alles im Rahmen von häuslicher Pflege, Behandlungs- oder Verhinderungspflege leisten kann, „das erklären wir am besten im persönlichen Gespräch“, sagt Markus Volke. So wie bei Christel Stockmann. Für sie hatte er bei dieser Gelegenheit gleich noch einen weiteren guten Rat zur Hand. Wenn das Leben in den eigenen vier Wänden eines Tages für sie dann doch zu mühsam werden sollte, könne sie ja umziehen in das Haus Luisenglück am Hombrucher Bogen. Denn dort richtet die SHDO gerade zwei Pflege-WGs ein. Die älteren Menschen leben in einer klassischen Wohngemeinschaft zusammen, Pflege und Betreuung übernehmen die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter von SHDO Ambulant.

Das hat sich Christel Stockmann vorsorglich notiert; denn mit SHDO Ambulant hat Christel Stockmann bisher nur die besten Erfahrungen gemacht...

SHDO Ambulant • Markus Volke
Tel.: 0231 222 555 99 • Mobil: 0174 331 28 01
E-Mail: m.volke@shdo-ambulant.de

Fotos: SHDO

Jeden Dienstag Präventions-Gymnastik beim SSC Hörde

Unter dem Motto: „Gutes für den Rücken“

stärken wir verschiedene Muskulaturgruppen, sorgen für Kraftaufbau, Ausdauer, Beweglichkeit, Koordination, Entspannungsfähigkeit usw. Soziale Kontakte werden durch kleinere Zusammenkünfte nach dem Sport oder beim gemeinsamen Grillen, Feiern gepflegt.

19.00–20.00 Uhr

Alte Turnhalle Phoenix-Gymnasium
DO-Hörde

Tel. (02304) 8 37 12

Jeden Dienstag „Denkabenteuer: Denkfit bleiben – Denksport treiben“

mit Monika Richardt (zertifizierte Gedächtnistrainerin, BVGT) 09.30–10.30 Uhr und 11.00–12.00 Uhr Ort: Luther-
eck, ev. Gemeindehaus, Wellinghofer Straße 21, 44263 Dortmund, Tel. (0231) 48 79 27, E-Mail: mentoring@denkabenteuer.de
denkabenteuer.de

Jeden 3. Mittwoch im Monat Café Atempause

Gesprächsangebot für pflegende/sorgende Angehörige, die einen an Demenz Erkrankten begleiten

Zeit: 14.30–16.00 Uhr

Ort: evangelisches Gemeindehaus
Dortmund-Wellinghofen,
Overgünne2, 44265 Dortmund
Seniorenbüro Hörde

Tel. (0231) 50-2 33 11

E-Mail: Seniorenbuero.hoerde@dortmund.de

Diakonisches Werk Dortmund und Lünen gGmbH

Beratung, Begegnung und
Wohnen im Alter

Begegnung VorOrt (Stadtbezirk Hörde)

Nortkirchenstr. 15, 44263 Dortmund

An jedem 2. und 4. Montag im Monat

Smartphone-Café im „Hörder Treff“

Zeit: 14.30–16.00 Uhr

Ort: Gildenstraße 5,
44263 Dortmund

Die Teilnahme ist kostenlos. Anmeldung erwünscht bei Jürgen und Roswitha Fenneker (AWO „Hörder Treff“) unter 0231 431560 (mo/do 14.00–17.00 Uhr, sonst bitte auf AB sprechen) oder bei Svenja Lapp-Emden von Begegnung VorOrt Hörde, Tel. (0162) 2 11 68 91, begegnung-hoerde@diakoniedortmund.de.

An jedem 3. Freitag im Monat Generationentreff in der städtischen Jugendfreizeitstätte Claren- berg

Zeit: 14.30–16.00 Uhr

Senior*innen und Kinder/Jugendliche treffen sich zum gemeinsamen Basteln, Backen, Werkeln, Kickern, Ausflüge machen. Es werden noch interessierte Senior*innen gesucht! Die Veranstaltung findet unter Anleitung einer Fachkraft der Jugendfreizeitstätte statt. Anmeldungen und Fragen bitte an: Svenja Lapp-Emden von Begegnung VorOrt Hörde, Tel. (0162) 2 11 68 91, begegnunghoerde@diakoniedortmund.de.

EIN ORT ZUM WOHLFÜHLEN

CMS Pflegewohnstift „Hörde“



Pflege, die den ganzen Menschen sieht

Die vier Bausteine unseres wertschätzenden, dem ganzen Menschen zugewandten Pflegekonzeptes bieten alles, was man für ein gutes Leben braucht:



Zuwendung
und Nähe



Körperliche
Aktivierung



Kreativität
und Kultur



Gemeinsam
Feiern

Unsere Leistungen

- + Vollstationäre Pflege und Betreuung
- + Kurzzeit- und Verhinderungspflege
- + Pflege dementiell erkrankter Menschen
- + Einzel- und einige Paarzimmer



Sozialdienst kath. Frauen Skf e.V. Hörde - Mehrgenerationenhaus B3

Niederhofener Str. 52, 44263 Dortmund
Ansprechpartnerin: Lars Döppelmann
Tel. (0231) 42 57 99 60,
Fax (0231) 42 57 99 65
E-Mail: mehrgenerationenhaus@skf-hoerde.de

Der **SkF Hörde (Mehrgenerationenhaus B3)** bietet weiterhin folgende Kurse an:

- *Yoga 50+*
- *Rückenfit 50+*
- *Fitness 60+*
- *Fitness im Alter (Mix)*

Die genauen Zeiten und Rahmenbedingungen können Sie bei Frau Sabine Eggert unter stadtteilbuero.eggert@skf-hoerde.de oder

Tel. (0231) 4 27 08 17 oder -9 erfragen. Frau Eggert nimmt auch die Anmeldungen entgegen.

Das Mehrgenerationenhaus bietet darüber hinaus eine Vielzahl an Vorträgen, Aktionen und Veranstaltungen an. Weitere Informationen entnehmen Sie bitte unserem Flyer für das erste Quartal 2023, der auf der Homepage <https://www.ksd-dortmund.de/skf-hoerde/angebote/mehrgenerationenhaus> (unten rechts unter Downloads) veröffentlicht wird.

Ansprechpartner für folgende Angebote ist Michael Kebekus (montags – donnerstags zwischen 13.00 und 17.00 Uhr vor Ort):

- *Stadtteilcafé*
- *Seniorenfrühstück*
- *Flüchtlingsfrauencafe*
- *Digitalkompass*
- *Smartphonesprechstunde*
- *Repaircafe*
- *Klöntreff „Gesprächsfaden“*
- *und weitere einzelne Angebote und Vorträge*

Es werden noch Ehrenamtliche gesucht, die sich im Projekt „fit for school and life“ engagieren möchten. Hausaufgabenunterstützung für die Klassen 3 bis 6 mit etwa 1,5 Std./Woche

Weitere Infos auf unserer Internetseite www.ksd-dortmund.de/skf-hoerde/angebote/fit-for-school-and-life

E-Mail: bildungundteilhabe@skf-hoerde.de

www.facebook.com/skf.hoerde



Der letzte Weg in guten Händen

SENIOREN-SERVICES

- **Bestattungsvorsorge**
bedeutet selbst zu bestimmen – Notwendiges regeln
- **Treuhandverträge**
- **Unverbindliche Information zu Hause**
- **Kostenlose Vorsorgeordner**
- **Information Sterbegeldversicherungen**

24 Std. erreichbar – Tel. für alle Filialen
0231 – 46 42 76 / 46 43 37



44267 Dortmund-Benninghofen • Overgünne 89
Wellinghofen • Hörde/Schüren • Hombruch • Aplerbeck
www.bestattungen-koetter.de

Gemeindsaal Heilig Kreuz

Jungferntalstr. 47, 44369 Dortmund
Ansprechpartner: M. Hänel,
Tel. (0231) 39 43 77

Tanz am Freitag

28.4., 26.5., 30.6., 28.7., 29.9.,
27.10., 24.11. und 22.12.23

Zeit: 17.00-18.30 Uhr

Jede*r der Musik und Bewegung liebt, ist herzlich Willkommen. Wir teilen Gemeinschaft und Freude zu Musik der Völker. Rhythmus erzeugt Energie oder Ruhe für das Dasein im Hier und Jetzt. Die Teilnahme ist kostenfrei.

Kino im Café

Jeder 1. Donnerstag im Monat

Einlass: 14.30 Uhr

Beginn: 15.30 Uhr

Eintritt und Verköstigung frei.

Spenden sind erwünscht.

Städt. Begegnungszentrum Huckarde

Parsevalstraße 170, 44369 Dortmund
Herr Ulrich Mäfers
Tel. (0231) 39 42 74, Fax (0231) 3 96 01 50,
E-Mail: umaefers@stadtdo.de

Sprech- und Beratungsstunde

zum Thema Renten-, Pflege- und Krankenversicherung

Tag: Donnerstag, 14-tägig (siehe Aushang) | 14.00–16.00 Uhr

Ansprechpartner Arnold Pothmann

Tel. (0231) 3 95 60 50

Versicherungsfachberater

Jeden Dienstag von 13.00–17.00 Uhr

Skat für Frauen und Männer

Neue Spielerinnen und Spieler sind herzlich willkommen.

Nähere Informationen erhalten Sie im Begegnungszentrum

oder unter [Tel. \(0231\) 39 42 74](tel:0231394274)

Montags und donnerstags, 14.00 Uhr

Canasta

Zum Canastaspielen treffen sich interessierte Damen und Herren.

Jeden Donnerstag

@ *Computercafé und mehr*

In entspannter Atmosphäre können PC-Interessierte gemeinsam Neues am Computer erlernen, sich miteinander austauschen und in der Gruppe Kenntnisse vertiefen. Bitte den eigenen Laptop mitbringen.

Leitung: Marianne Leitgeb

Zeit: 16.30–18.00 Uhr

Jeden Mittwoch

„TangoBeat“

Die Musikgruppe „TangoBeat“ sucht Verstärkung. Wer ein Instrument spielt und gerne in der Gemeinschaft musizieren oder singen möchte, ist herzlich zum Mitmachen eingeladen.

Treffen: 15.30–17.30 Uhr

Nähere Informationen erhalten Sie im Begegnungszentrum oder unter

[Tel. \(0231\) 39 42 74](tel:0231394274)

Schach und Brettspiel AG

In dieser Arbeitsgruppe werden Spiele wie Schach, Mühle, Dame usw. angeboten. Ziel ist es strategisch zu denken und zu handeln. Hierbei werden die kognitiven Fähigkeiten besonders geschult. Bei Interesse kann auch Memory zur Entspannung gespielt werden. Angesprochen sollen Anfänger, Wiedereinsteiger und vorgeschrittene Spieler sein. Der Spieltag findet freitags zwischen

10.00–12.00 Uhr statt. Nähere Informationen können Sie vom Leiter der Einrichtung, Uli Mäfers, [Tel. \(0231\) 39 42 74](tel:0231394274) erhalten.

Tischtennis

Die ZWAR (Zwischen Arbeit und Ruhestand) Tischtennis-Gruppe

trifft sich regelmäßig Dienstags von 18.00–21.00 Uhr

Briefmarkenfreunde

Dortmund-Huckarde e. V.

Die Briefmarkenfreunde treffen sich an jedem 1. und 3. Sonntag im Monat. Neue Interessenten sind herzlich willkommen. 10.00–12.00 Uhr

Kohlenpott-Hoppers Dortmund e. V.

Ob Singles oder Paare, Mann oder Frau jeder ist herzlich willkommen. Squaredance macht Spaß und hält körperlich und geistig fit.

Donnerstags, 20.00–22.00 Uhr

kohlenpott-hoppers.de

Skatrunde sucht Verstärkung

Die bestehenden Skatrunde, des Begegnungszentrums Huckarde, sucht noch Verstärkung zum „Kartenkloppen“. Jeden Dienstag trifft sich die Gruppe ab 13.00 Uhr. Die Teilnahme ist kostenlos.

Spielenachmittag mit Emily Bohr

Am Dienstagnachmittag kann gespielt werden. Ziel ist es strategisch zu denken und zu handeln. Hierbei werden die kognitiven Fähigkeiten besonders geschult. Bei Interesse kann auch Memory zur Entspannung gespielt werden. Angesprochen sollen Anfänger, Wiedereinsteiger und vorgeschrittene Spieler sein. Der Spieltag findet dienstags zwischen 13.30–15.00 Uhr statt. Nähere Informationen können Sie von dem Leiter der Einrichtung, Uli Mäfers, [Tel. \(0231\) 39 42 74](tel:0231394274) erhalten. Gebühren fallen nicht an.

Wunsch-Pflege



JETZT
BEWERBEN!

Nutze Deine Chance und werde Teil des Teams!

Standort: Wohnpark Rahm

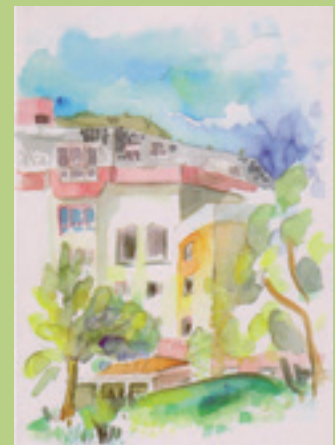
- > Pflegefachkräfte
- > Hauswirtschaftskräfte
- > WG-Leitung

Weitere Info's unter:
☎ 0231 87803-0 www.wunschpflege.de

Hermann-Keiner-Haus

im Pädagogisch-Sozialen-Zentrum Dortmund e.V. (PSZD)

Unser anthroposophisch orientiertes Haus liegt am grünen Stadtrand im Dortmunder Süden umgeben von einer großen Parkanlage. Das Hermann-Keiner-Haus bietet in 130 Senioren-Wohnungen und 101 Plätzen der Dauer- und Kurzzeitpflege die Möglichkeit, den Lebensabend in einer Gemeinschaft zu gestalten und bei Pflegebedürftigkeit und Krankheit würdevoll betreut zu werden.



Hermann-Keiner-Haus Seniorenwerk Am Mergelteich gGmbH

Mergelteichstr. 47
44225 Dortmund

Telefon +49 (231) 7 10 71
Telefax +49 (231) 7 10 75 03

kontakt@hermann-keiner-haus.de
www.hermann-keiner-haus.de

Lütgendortmunder Montagskino

Jeden 2. Montag im Monat

Einlass: 14.30 Uhr

Beginn: 15.30 Uhr

Eintritt und Verköstigung frei.

Adresse: Quartiershaus Limbecker Str. 83a, hinter dem Wohn- und Pflegezentrum St. Barbara.

Städt. Begegnungszentrum Lütgendortmund

Werner Straße 10, 44388 Dortmund,
Bettina Springer

Tel. (0231) 50-2 89 89, Fax (0231) 50-2 89 97, E-Mail: bspringer@stadtdo.de

Nähere Auskünfte zu den Terminen erfahren Sie im Begegnungszentrum

Interessen-, Hobby- und Selbsthilfegruppen:

• *Herren unter sich*

Treffen: Jeden Dienstag im Monat, von 14.00–16.00 Uhr

• *„Theater-, Konzert- und Kinobesuche“*

Nähere Informationen erhalten Sie bei Gabriele Ott im Begegnungszentrum oder telefonisch unter der Tel. (0231) 50-2 89 89

• *„Walking“*

Treffen: Jeden Freitag im Monat, 15.00 Uhr, Eingang Volksgarten, Volksgartenstraße

Jeden Dienstag

Herren unter sich

Diese Runde richtet sich an alle interessierten Männer, die Lust und Laune haben, sich zwanglos und regelmäßig mit anderen Männern zu treffen, um abseits vom täglichen Geschehen sich austauschen zu können, einfach nur zu reden oder auch nur mit dabei sein möchten. Auch werden gemeinsame Aktionen geplant. Zeit: 14.00–16.30 Uhr. Leitung: Ulrich Kloda
Nähere Informationen erhalten Sie im Begegnungszentrum oder telefonisch.

Theater- und Konzertbesuche und auch Kinobesuche

Möchten Sie ins Theater oder Kino gehen, aber nicht alleine? Dann ist diese Gruppe genau richtig für Sie! Gemeinsame Theaterbesuche

oder Konzertbesuche machen mehr Spaß und Freude. Sie können sich mit Gleichgesinnten über Ihre Interessen austauschen und gemeinsam den nächsten Theaterbesuch planen. Nähere Informationen erhalten Sie bei Gabriele Ott im Begegnungszentrum oder telefonisch.

„Walking“

Freitags

Eine neue Gruppe „walking“ interessierter Seniorinnen und Senioren trifft sich im Begegnungszentrum. Leichtes Ausdauertraining beeinflusst positiv den Körper.

Leitung: Günter Lentner

Beginn: 15.00 Uhr; Eingang

Volksgarten, Volksgartenstraße

Offener Treff: „Plauderstündchen“

mittwochs von 13.30–15.30 Uhr

Uhr, alle vierzehn Tage statt. Nähere Informationen erhalten Sie im Begegnungszentrum.

Bingo!

Spielen Sie mit!

Termin: donnerstags, 15.00 Uhr

Leitung: Irene Stabenau, Hiltrud Schmidt und Rosemarie Hübner

Seniorentanz

freitags, 15.00–16.30 Uhr

Die Leitung: Angela Haase

Square-Dance-Gruppe Belles & Beaux

jeden Mittwoch ab 19.00 Uhr

Interessengruppe mit haupt- und ehrenamtlicher Leitung

Neue Medien und Technik – Arbeitsgemeinschaft Video

Analog und digital für Anfänger und Fortgeschrittene.

Wenn bereits vorhanden, eigene Videokamera bitte mitbringen.

Die Gruppe trifft sich jeden

Donnerstag von 9.30–11.30 Uhr

Treffen der Wander- und Freizeitgruppe

Wanderungen bis maximal 12 Kilometer

Gruppentreffen *dienstags 18.00*

Uhr im Begegnungszentrum. Die Ausgangspunkte der Wanderungen werden mit öffentlichen Verkehrsmitteln (Gruppenkarte) angefahren. Wegen der begrenzten Teilnehmerzahl bitte bei Winfried Kowalski, Tel. (0231) 35 26 89, vorher anmelden!

Gruppentreffen im Begegnungszentrum, jeden 2. Dienstag im Monat

Zwar-Gruppe Lütgendortmund

Die Gruppe trifft sich *14-tägig mittwochs ab 16.00 Uhr* in unserem Begegnungszentrum und ist für neue Gruppenmitglieder offen.

Nähere Informationen im Begegnungszentrum Lütgendortmund

Tel. (0231) 50-2 89 89

E-Mail: kkremer@stadtdo.de

Lachyoga – der Lachclub

Körperübungen, Atmungs- und Entspannungstechniken.

Termin: immer montags, 10.15–11.00 Uhr

Handarbeitstreff:

Stricken und Häkeln

dienstags, 14.00–16.00 Uhr

Voranmeldung erforderlich

Handarbeitstreff: Stricken, Häkeln, Spielen und mehr

freitags, 14.00–17.00 Uhr

Voranmeldung erforderlich.

Lachyoga: - der Lachclub

Lachen macht glücklich, zufrieden und gesund.

Die Teilnahme ist kostenlos – aber nicht umsonst, denn Körper und Geist werden angeregt.

Inhalt des Lachclubs sind Körperübungen, Atmungs- und Entspannungstechniken. Termin: immer montags, 10.15–11.00 Uhr

Leitung: Anne-Doris Schreivogel

Gesprächskreis „Mäuse für Ältere“ – Jeden letzten Montag im Monat Beginn: um 17.00 Uhr.

Viele Menschen wollen noch sinnvoll arbeiten - um die Rente aufzustocken oder nicht von Altersarmut betroffen zu sein, aber auch weil es Spaß macht und zum Leben dazu gehört.

Wir laden alle ein, die sich über Möglichkeiten, Erfahrungen und Zukunftspläne bezahlter Arbeit neben der Rente austauschen möchten. Dabei geht es zum einen um konkrete Fragen wie: Selbständigkeit oder Minijob ab 65? Wie viel will ich noch arbeiten? Wie flexibel will ich mein Leben jetzt gestalten? Welche Träume will ich noch

verwirklichen? Es kann um Themen gehen wie: Ich möchte der Leere in meinem Leben etwas entgegen setzen oder Ich weiß nicht, wie ich passende Arbeit finden kann.

Zum anderen werden wir neben diesen individuellen Themen auch gesellschaftliche Fragen ansprechen: Was können wir in Dortmund tun, um eine Kultur des Aktiven Alters voranzubringen? Wie können wir andere ermutigen, Arbeit mit Leidenschaft im Alter weiterzuführen und dabei auf „Mäuse“ nicht zu verzichten?

Der Gesprächskreis „Mäuse für Ältere“ wo es um diese Themen geht, trifft sich jeden letzten Montag im

Monat um 17.00 Uhr in der ZWAR Zentralstelle, 44397 Dortmund Steinhammer Straße 3.

In Zeiten von Corona muss sich bis eine Woche vor dem Termin angemeldet werden, bei den untenstehenden Telefon-Nr.

Mund- und -Nasenschutz ist bis zum Raum zu tragen.

Moderation und Organisation

Margarete Leineweber

Tel. (0231) 12 49 91

m.leineweber@gmx.net

Vera Romberg: Bildungswerk_NRW

Tel. (0231) 61 79 40

Mengede

Frühlings-Spaziergang im Rahmer Wald

Begegnung VorOrt Mengede und Huckarde laden gemeinsam am Sonntag, 23.04.2023 um 11.00 Uhr zu einem thematischen Spaziergang in den Rahmer Wald ein: Natur im Frühling – Raum für Begegnung. Die fachkundigen Umwelt- und Waldpädagoginnen „Die Hirsche“ machen mit Ihnen eine Entdeckungsreise in den Rahmer Wald. Was passiert im Frühling bei Flora und Fauna? Bei diesem Spaziergang gibt es neben frischer Luft, spannende Geschichten, neue Erfahrungen und die Möglichkeit, Kontakte zu knüpfen.

*Treffpunkt: Haltestelle Westerfilde (Endstelle U47, Bus 470/471/477/ E472) Westerfelder Str.71b am Stromkasten. Dauer: ca. 2 Stunden
Kosten: 5 EUR*

Wir bitten um Anmeldung bei Silke Freudenau: begegnungsmengede@diakoniedortmund.de oder telefonisch unter (0173) 6 97 53 78

Radtouren für Junggebliebene mit Begegnung VorOrt und ADFC

Gemeinsam radelt es sich schöner! Auch in der Fahrradsaison 2023 bieten wir wieder gemeinsame Seniorenradtouren an:
Die erste Seniorenradtour 2023 findet am 11.05.2023 statt:
Colani-Tour von Mengede nach Waltrop und zurück. Länge: 25km leicht, für Senioren geeignet 55+, ca. 3 Stunden, Treffpunkt: Bahnhof Mengede, Ausgang Busbahnhof an den Fahrradbügeln, 11.00 Uhr
Voraussetzungen:

Ein verkehrstüchtiges Fahrrad. Die Teilnahme geschieht auf eigene Gefahr. Das Tragen eines Helmes wird empfohlen. Es können max. 20 Personen mitfahren, deshalb bitten wir um Anmeldung! Bitte sorgen Sie selbst für Getränke und ggf. Proviant. Für jede Tour wird eine Rast und eine Einkehrmöglichkeit eingeplant. Um eine kleine Spende für den ADFC wird gebeten.

Kontakt:

Begegnung VorOrt Mengede, Silke Freudenau, 0173 6975 378, begegnungsmengede@diakoniedortmund.de

Alle 6 Wochen freitags

*Repair Café Nette
15.00–18.00 Uhr*

im kath. Gemeindehaus Nette, Friedrich Naumann Straße 9, 44359 Dortmund

Ansprechpartnerin:
Pfarrerin Renate Jäckel,

Tel. (0231) 63 23 96

Aktionsraumbeauftragte für Nette - Claudia Schroth

Tel. (0231) 50-2 80 30

Seniorenbüro Mengede –
Stella Schlichting

Tel. (0231) 50-2 80 90

E-Mail: seniorenbuero.mengede@dortmund.de

Mengede

Jeden 1. und 3. Mi im Monat

Seniorenbüro Mengede vor Ort in
Westerfilde

Beratung und Information: persönlich, vertraulich und kostenfrei

Zeit: 10.00–11.00 Uhr

Ort: Gemeindehaus der ev. Noah-Kirchengemeinde

Westerfilder Straße 11 a

Ansprechpartnerin: Nina Speziale

Tel. (0231) 50-2 80 90

E-Mail: seniorenbuero.mengede@dortmund.de

Jeder 2. Montag im Monat

Seniorenbüro Mengede vor Ort in
Nette

Beratung und Information: persönlich, vertraulich und kostenfrei

Zeit: 8.30–12.00 Uhr

Ort: Butzstr. 48

Ansprechpartnerin:

Sonja Biallas-Krause

Tel. (0231) 50-2 80 90

E.mail: seniorenbuero.mengede@dortmund.de

Jeden 2. und 4. Mi im Monat

Seniorenbüro Mengede vor Ort in
Bodelschwingh

Beratung und Information: persönlich, vertraulich und kostenfrei

Zeit: 10.00–11.00 Uhr

Ort: Gemeindehaus der ev. Noah-Kirchengemeinde

Parkstraße 9

Ansprechpartnerin: Nina Speziale

Tel. (0231) 50-2 80 90

E-Mail: seniorenbuero.mengede@dortmund.de

Städt. Begegnungszentrum Mengede

Bürenstraße 1, 44359 Dortmund,

Solveig Jeromin

Tel. (0231) 50-2 80 20

Fax (0231) 50-1 08 80

E-Mail: sjeromin@stadtdo.de

Offener Treff

mittwochs von 9.00–12.00 Uhr

Kommen Sie doch einfach auf eine Tasse Kaffee oder Tee und ein nettes Gespräch vorbei!

Phase 10

Am 2. und letzten Mittwoch des Monats von 14.00–16.30 Uhr

Ansprechpartnerin: Solveig Jeromin, Tel. (0231) 50-2 80 20

Im Kartenspiel „Phase 10“ müssen die Spieler*innen insgesamt zehn Phasen durchlaufen. In jeder Phase gilt es, eine bestimmte Kombination aus Karten zu sammeln und vor sich auszulegen. Dabei kann es sich um Zwillinge, Drillinge, eine Zahlenfolge oder auch Kombinationen aus allem handeln.

Rummikub

montags von 14.30–16.30 Uhr

Ansprechpartnerin: Solveig Jeromin, Tel. (0231) 50-2 80 20

Kennen Sie das ursprünglich aus Rumänien stammende Spiel „Rummikub“, das sich seit den 1980er Jahren auch bei uns in Deutschland großer Beliebtheit erfreut? Es hat ähnliche Regeln wie „Rommé“, aber statt mit Spielkarten wird mit Steinen gespielt. Haben Sie Lust, es mal wieder zu spielen oder es ganz neu kennenzulernen? Dann kommen Sie gerne zu unserer neu ins Leben gerufenen Gruppe!

Sonntagscafé

Am 1. Sonntag im Monat von 14.00–17.00 Uhr

Ansprechpartnerin: Betty Steeger, Tel. (0231) 33 27 54

Sie möchten den Sonntagnachmittag in netter Gesellschaft verbringen und plaudern, während Sie ein Tässchen Kaffee oder Tee und ein Stück Kuchen genießen?



KRAFTWERK
GESUNDHEIT & FITNESS

REHA & PRÄVENTIONSSPORT
INDIVIDUAL COACHING
MASSAGE
YOGA
BETRIEBLICHE GESUNDHEITSFÖRDERUNG

FITNESSKURSE AUF ANFRAGE

KRAFTWERK JAN MARTENS
AM AMTSHAUS 20 | 44359 DO
0163 63 72 026 | 0231 15 09 83 99
KONTAKT@KRAFTWERK-MACHT-FIT.DE
WWW.KRAFTWERK-MACHT-FIT.DE

Dann melden Sie sich doch zu unserem Sonntagscafé an! Ab dem 4. September 2022 geht es wieder los! Aufgrund einer begrenzten Teilnehmerzahl bitten wir um telefonische Voranmeldung.

Sprechstunde für Fragen rund ums Smartphone und Tablet

Zeit: 09.30–12.00 Uhr in den ungraden Wochen dienstags
Anmeldung über das Seniorenbüro
Tel. (0231) 50-2 80 90

Wandern

14-tägig donnerstags

Beginn: 9.30 Uhr

Treffpunkt: Bahnhof Mengede,
Für alle, die sich gerne in Gemeinschaft bewegen. Wenn erforderlich, erfolgt die Anfahrt zum Wandergebiet mit öffentlichen Verkehrsmitteln. Kosten für Anfahrt und eventueller Verzehr bei einer Einkehr müssen selbst getragen werden. Für Wanderungen empfehlen wir festes Schuhwerk. Die Teilnahme an der Wanderung erfolgt auf eigene Gefahr.
Ansprechpartner: Werner Sommerfeld, Tel. (0176) 41 83 01 96

@ Betreutes Internet-Café

Jeden Freitag

10.00–12.00 Uhr

Informationsbeschaffung durch Surfen im Netz, Schreiben und Abrufen von E-Mails, ... Austausch und Unterstützung. Auch hier können Sie Ihren eigenen Laptop mitbringen. Ansprechpartner: Robert Overheid und Helmut Steeger

Senioren sport an der Wii-Konsole

Dienstags

Interessierte verabreden sich zum Bowling, Kegeln, Tennis, Golf, ...
Leitung: Robert Overheid, Betty und Helmut Steeger

Beginn: 15.00 Uhr

Skat für Frauen und Männer

Montags in geraden Wochen ab 14.00 Uhr

Termine: auf Anfrage

Offener Spiele-Treff

Jeden Dienstag von 14.00–16.30 Uhr

Doppelkopf

Jeden Dienstag ab 14.00 Uhr

Ansprechpartner*innen:

Erich Rimpler Tel. (0231) 33 95 41,

Günther Kreimel

Tel. (0231) 33 43 90

Schach

Jeden 1. und 3. Mittwoch im

Monat ab 14.00 Uhr

Termine: auf Anfrage

Leitung: Robert Overheid,

Tel. (0231) 33 17 14 und

Manfred Riechert

Malen

Jeden Dienstag von 10.00–12.00 Uhr

Ansprechpartnerin: Karin Heimann,

Tel. (0231) 35 58 59

Aquarellmalen

Tag: dienstags,

14.30–16.30 Uhr

Handarbeitstreff

Jeden Mittwoch von 14.00–16.30

Uhr

Schneidern

14-tägig donnerstags in der Zeit

von 9.30–12.00 Uhr

Begrenzte Teilnehmerzahl – Sie sind interessiert? Bitte melden Sie sich im Büro.

Skipbo-Runde

Jeden Donnerstag von

15.00–17.00 Uhr

Patchwork

freitags, 14-tägig, 9.30–12.30 Uhr

Handarbeitsgruppe „Flotte Nadel“

Tag: montags, 14.15 Uhr

Englisch-Stammtisch

Jeden 3. Dienstag im Monat, 18.00 bis 20.00 Uhr

Ansprechpartner: Robert Overheid,
Tel. (0231) 33 17 14

Gesellen Sie sich zu uns, wenn Sie sich für die englische Sprache interessieren und mit anderen Interessierten austauschen möchten!

Kaffeeduft und Wortgenuss - das Lesecafé im Begegnungszentrum Mengede

6 mal im Jahr donnerstags von

15.00 bis 16.00 Uhr

In Kooperation mit dem Seniorenbüro Mengede veranstalten wir das Lesecafé „Kaffeeduft und Wortgenuss“. Unsere ehrenamtlichen Vorleserinnen Jutta Spiess und Rita Spieckermann tragen Texte vor, die in die jeweilige Jahreszeit passen oder sich mit einem bestimmten Thema befassen. Bei einer Tasse Kaffee oder Tee können Sie entspannt lauschen und über das Gehörte plaudern. Wir bitten aufgrund einer begrenzten Anzahl an Plätzen um telefonische Voranmeldung. Termine und Themen auf Anfrage bei Solveig Jeromin, Tel. (0231) 50-280 20

*Zeit für
Krankenpflege*

Ambulanter Pflegedienst

Zeit für Krankenpflege

Alexander Künast

Mengeder Str. 705

44359 Dortmund

Telefon 0231 - 33 55 55

info@zeit-fuer-krankenpflege.de

Städtisches Begegnungszentrum Scharnhorst

Gleiwitzstraße 277, 44328 Dortmund,
Katja Kremer
Tel. (0231) 2 88 59 Fax (0231) 50-2 88 58
E-Mail: kkremer@stadtdo.de

Jeden 2. und 4. Mittwoch im Monat *Initiativkreis Naturlehrpfad*

Hier haben sich naturverbundene Bürgerinnen und Bürger aus dem Stadtbezirk zusammengefunden. Bei den Treffen stehen die Themen Umweltschutz, Natur und Ökologie im Fokus. Der Naturlehrpfad „Alte Körne“ ist hier von zentralem Interesse und spiegelt in besonderer Weise das bürgerschaftliche Engagement wieder. **Zeit: 10.00–12.00 Uhr**

Jeden 2. Mittwoch im Monat

Börsenclub

Berichte, Analysen, Meinungen von der Börse über „Bulle, Bär und DAX“ sowie Gespräche über das Geschehen in der Wirtschafts- und Finanzwelt. **Beginn: 17.30 Uhr**
Ansprechpartner: Detlev Thißen

Jeden 1. und 2. Dienstag

KunstVielfaltScharnhorst

Regelmäßige Ausstellung und Präsentationen der Werke sind fester Bestandteil.
Beginn: 15.00 Uhr

Jeden Dienstag

Initiative Internet-Kompetenz

Lernen Sie mit uns das Internet kennen! Wir stehen Ihnen mit Rat und Tat zur Seite und helfen Ihnen kostenlos und unverbindlich, das Internet kennenzulernen. Informationsbeschaffung durch Surfen im Netz ... Sie können Ihren eigenen Laptop mitbringen oder Sie nutzen den Laptop des Begegnungszentrums, **Beginn: 14.30 Uhr**

Jeden Freitag

Schachclub Scharnhorst 2002

Schach für Jedermann/-frau/-kind. Dieser Tag soll Anfängern und Wiedereinsteigern die Möglichkeit geben, unseren Verein kennen zu lernen. Sie haben die Möglichkeit, mit erfahrenen Mitgliedern das Schachspiel zu erlernen oder Ihre Fähigkeiten weiterzuentwickeln. Dafür ist eine Mitgliedschaft nicht erforderlich. Alle sind herzlich willkommen.

Beginn: 15.00 Uhr

Ansprechpartner: Friedrich Benz

Jeden Donnerstag

Hobbyclub Bildende Kunst e.V.

Bei unseren Treffen bemüht sich der Verein, den Mitgliedern und kunstinteressierten Gästen neue Möglichkeiten zu zeigen, sie zur Weiterbildung anzuregen und Verständnis für andere Stilrichtungen und Kunstformen zu vermitteln.

Beginn: 17.00 Uhr

Jeden zweiten Mittwoch

Geschichtskreis

Die Geschichte aus dem Dortmunder Nord-Osten ist sehr spannend. Wir sammeln Fakten und werten Quellen aus. Diese fügen sich zu einem Gesamtbild zusammen. Ein Buch entsteht und Sie können dabei sein. **Zeit: 19.00–21.00 Uhr**

Hardanger-Stickerei

Jeden Dienstag von
13.00–15.00 Uhr

Handarbeitstreff

Stricken, Sticken, Häkeln...

Jeden Dienstag von
10.00–12.00 Uhr

Mobil und sicher im Straßenverkehr

Rollatorentaining mit der DSW21. Gemeinsam mit dem Seniorenbüro Scharnhorst und den Dortmunder Stadtwerken bietet das Begegnungszentrum ein Rollatorentaining für Senioren anzubieten. Trainiert wird alles rund um den sicheren Ein- und Ausstieg in den Bus. Sie erhalten Informationen u.

- a. zu häufig gestellten Fragen wie:
- Wie komme ich mit meinem Rollator in den Bus und durch welche Tür steige ich ein?
 - Wie muss ich während der Fahrt meinen Rollator sichern?
 - Wo sitze ich während der Fahrt am sichersten?
 - Wie kaufe ich mit Rollator ein Ticket im Bus?

Es wird um Anmeldung im Seniorenbüro gebeten: (0231) 50-2 96 80
Termin: Der Termin stand bei Redaktionsschluss noch nicht fest. Bitte achten Sie auf die Aushänge im Begegnungszentrum und die Pressemeldungen.

Offener Treff

Während unserer Öffnungszeiten besteht jederzeit die Möglichkeit, sich mit anderen Menschen zu treffen, neue Leute kennen zu lernen und unsere Räumlichkeiten eigenverantwortlich zu nutzen.

Seniorenwohnsitz Westholz

Westholz 17, 44328 Dortmund
Tel. (0231) 47 64 34 12
Fax (0231) 47 64 34 11
E-Mail: a.sprenger-lux@shdo.de

Jeden Donnerstag

Schöne Stunden im Café bei Kaffee und Waffeln. **Zeit: 14.30–17.00 Uhr,**
Kostenbeitrag für Bewirtung

Städtische Begegnungszentren

Orte der Begegnung und Kommunikation

Die Begegnungszentren der Stadt Dortmund bieten geselliges Zusammensein und ein abwechslungsreiches Programm mit interessanten Vorträgen, Diskussionsrunden, Unterhaltung und Tanz, Gymnastik, Kochen, Malen, Töpfern, Computer- und Internetkurse, Ausflüge und vieles andere mehr. Neben den Kurs- und Veranstaltungsangeboten finden Seniorinnen und Senioren die Möglichkeit, sich in Eigeninitiative zu treffen und gemeinsame Aktivitäten zu planen. Dabei entstehen neue Freundschaften und kleine aber unterstützende Netzwerke. Die Teams von hauptamtlichen Leitungskräften und ehrenamtlichen Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern unterstützen Sie dabei, stehen für alle Fragen oder Anregungen zur Verfügung und laden Sie ein, Neues mit Gleichgesinnten zu entdecken und mit anderen Besuchern Interessen zu teilen. Unsere Begegnungszentren sind montags bis freitags von 10.00–18.00 Uhr geöffnet und bieten darüber hinaus immer wieder auch am Wochenende Veranstaltungen an. **Die Termine entnehmen Sie bitte den Programmheften. Das zentral gelegene Wilhelm-Hansmann-Haus ist montags bis freitags von 7.00–21.30 Uhr geöffnet.**

Alle städtischen Begegnungszentren sind für Rollstuhlfahrer zugänglich und mit behindertengerechten Sanitäranlagen ausgestattet. Nähere Informationen zu den Angeboten der Begegnungszentren erfahren Sie unter den angegebenen Telefonnummern und Anschriften. Gern senden wir Ihnen das aktuelle Programmheft auf Wunsch auch nach Hause.

Städt. Begegnungszentrum Aplerbeck/Berghofen
Am Oldendieck 6, 44269 Dortmund
Petra Emig
Tel. (0231) 50-2 91 00
Fax (0231) 5 01 02 91
E-Mail: pemig@stadtdo.de

Städt. Begegnungszentrum Eving
Deutsche Str. 27, 44339 Dortmund
Katharina Steinbeck
Tel. (0231) 85 89 94
Fax (0231) 8 78 00 98
E-Mail: begegnungszentren@stadtdo.de

Städt. Begegnungszentrum Huckarde
Parsevalstraße 170,
44369 Dortmund
Ulrich Mäfers, Tel. (0231) 39 42 74
Fax (0231) 3 96 01 50,
E-Mail: umaefers@stadtdo.de

Städt. Begegnungszentrum Mengede
Bürenstraße 1, 44359 Dortmund
Solveig Jeromin
Tel. (0231) 50-2 80 20, Fax (0231) 50-1 08 80
E-Mail: sjeromin@stadtdo.de

Städt. Begegnungszentrum Scharnhorst
Gleiwitzstraße 277, 44328 Dortmund
Katja Kremer
Tel. (0231) 50-2 88 59,
Fax (0231) 50-2 88 59
E-Mail: kkremer@stadtdo.de

Städt. Begegnungszentrum Lütgendortmund
Werner Straße 10, 44388 Dortmund
Bettina Springer
Tel. (0231) 50-2 89 89,
Fax (0231) 50-2 89 87
E-Mail: bspringer@stadtdo.de
dortmund.de

Wilhelm-Hansmann-Haus
Märkische Straße 21, 4141 Dortmund
Tel. (0231) 50-2 33 58,
Fax (0231) 50-2 64 26
E-Mail: whh@dortmund.de
whh.dortmund.de

Stadtteilbibliothek Aplerbeck
Köln-Berliner-Straße 31,
Tel. (0231) 44 50 41
E-Mail: bibliothek.aplerbeck@stadtdo.de

Stadtteilbibliothek Hombruch
Harkortstraße 58,
Tel. (0231) 50-2 83 21
E-Mail: bibliothek.hombruch@stadtdo.de

Stadtteilbibliothek Hörde
Hermannstraße 33,
Tel. (0231) 2 86 06 78
E-Mail: bibliothek.hoerde@stadtdo.de

Stadtteilbibliothek Scharnhorst
Mackenrothweg 15,
Tel. (0231) 50-2 81 49
E-Mail: bibliothek.scharnhorst@stadtdo.de

Stadtteilbibliothek Huckarde
Parsevalstraße 170
Tel. (0231) 50-2 84 80
E-Mail: bibliothek.huckarde@stadtdo.de

Stadtteilbibliothek Lütgendortmund
Volksgartenstraße 19
Tel. (0231) 63 91 80
E-Mail: bibliothek.luedo@stadtdo.de

Das Weiterbildende Studium für Seniorinnen und Senioren an der Technischen Universität Dortmund ist ein Angebot der wissenschaftlichen Weiterbildung für Erwachsene, die in der Zeit nach der Berufs- oder Familienphase eine bewusste Lebensplanung für das Alter beabsichtigen.

- Das Studienangebot steht Interessierten ab dem 50. Lebensjahr offen.
- Das Abitur ist nicht Voraussetzung zur Teilnahme.
- Jeweils zum Wintersemester (Beginn Mitte Oktober) werden 50 Studienplätze vergeben.
- Die Gebühren betragen 120,00 Euro pro Semester.

TU Dortmund, Fakultät 17

Emil-Figge-Straße 50,
Raum 2.450, 44227 Dortmund
Studienberatung: Service und
Beratungsteam, Sigrid Asamoah

Sprechzeiten:

Dienstag und Donnerstag
von 10.00–12.00 Uhr

Tel. (0231) 7 55 41 28 (Anrufbeant-
worter, Rückruf auf jeden Fall)
beratung.seniorenstudium@tu-
dortmund.de

www.seniorenstudium.tu-dort-
mund.de

ZWAR Netzwerke in Dortmund

Die Abkürzung ZWAR steht für „Zwischen Arbeit und Ruhestand“. Neben zahlreichen Netzwerken 60+ in NRW) gibt es auch in Dortmund in verschiedenen Stadtteilen selbst-organisierte ZWAR Netzwerke mit vielfältigen Interessengruppen. Die regelmäßigen Treffen finden im jeweiligen Stadtteil statt. Ein weiterer Standort sind die Räumlichkeiten des ZWAR Begegnungszentrum Marten (ZBZ) in der Steinhammerstraße 3 in Dortmund Marten. Der ZWAR e. V. ist langjähriger Träger dieses Begegnungszentrums, das sich als niedrigschwelliger, selbstorganisierter und generationenübergreifender Treffpunkt im Stadtteil etabliert hat. Örtliche Vereine und Initiativen sowie Angebote des Rudi-Eilhoff-Bildungswerks, Zweigstelle DGB-Bildungswerk NRW e.V. sind dort beheimatet. Die ZWAR Netzwerke sind Orte der Begegnung und der wechselseitigen Unterstützung bis ins hohe Alter. Nach eigenen Wünschen setzen sie Interessen, (Projekt-)vorhaben und Aktivitäten in den Bereichen Freizeit, Kultur, Gesundheit und Soziales um und sind somit für die Generation 60+ ein Gegenentwurf zu Einsamkeit und (gesellschaftlicher) Isolation.

**Hier erhalten Sie nähere
Informationen und Auskünfte:**

ZWAR e.V.

Steinhammer Str. 3, 44379 Dortmund
Tel. (0231) 96 13 17 15
zwar-ev.de/zwar-netzwerke/

Ansprechpartnerin im ZWAR e. V.

für das ZWAR Netzwerk Dortmund
ist Frau Petra Mecoleta, i. d. R.
dienstags bis donnerstags per
Tel. (0231) 96 13 17 15, per E-Mail
unter: p.mecoleta@zwar.org

ZWAR Gruppe Segeln „Vertrauen“

donnerstags, 10.00–13.00 Uhr
Ort: Schmiedingshafen, hinter Spei-
cherstraße 100, 44147 Dortmund
Ansprechpartner: Harry Naujoks
(1. Vorsitzender)
Tel. (0231) 9 80 22 46
vertrauen.de

ZWAR Gruppe Dortmund Eving

Jeden zweiten Mittwoch im Monat
14.30 Uhr
Ort: Begegnungszentrum Eving
Deutsche Straße 27, 44339 Dortmund
Ansprechpartnerin: Brigitte Förster
Tel. (0177) 2 01 90 40

ZWAR Gruppe Dortmund

Lütgendortmund
mittwochs, 14-tägig, 16.00 Uhr
Ort: Begegnungszentrum
Werner Straße 10, 44388 Dortmund
Ansprechpartnerin: Doris Fieberg
Tel. (0231) 63 05 71

ZWAR Gruppe Marten

Jeden ersten und dritten Donners-
tag im Monat, 15.30–18.00 Uhr
Ort: ZWAR Begegnungszentrum
Marten, Steinhammerstraße 3,
44379 Dortmund
Ansprechpartnerin: Bärbel Götz
Tel. (0231) 2 26 49 72

ZWAR Gruppe Marten 2

Zeit: montags, 14-tägig jeweils
18.00–20.00 Uhr
Ort: ZWAR Begegnungszentrum
Marten / Amtshaus Marten Stein-
hammerstraße 3, 44379 Dortmund
Ansprechpartnerin: Petra Mecoleta
Telefon: (0231) 96 13 17 15
Mail: p.mecoleta@zwar.org

ZWAR Gruppe Dortmund

Hombbruch/Brünninghausen
Ort: Erna-David-Seniorenzentrum
(AWO), Mergelteichstraße 27,
44225 Dortmund
donnerstags, 14-tägig,
18.00–20.00 Uhr
Ansprechpartner: Detlef Weiß
Tel. (0231) 7 97 96 96

ZWAR Gruppe Dortmund Ost

donnerstags, 14-tägig,
18.00 Uhr
Ort: AWO Begegnungszentrum
Südost/Gartenstadt, Geßlerstraße
15, 44141 Dortmund
Ansprechpartnerin: Erika Michels
Tel. (0231) 41 36 70

ZWAR Gruppe Dortmund

Brackel-Neuasseln
montags, 14-tägig, 18.30–20.15 Uhr
Ort: DRK-Begegnungszentrum, Bre-
dowstraße 49 (Ecke Am Funkturm),
44309 Dortmund-Neuasseln
Ansprechpartnerin: Ingrid Okunick
Tel. (0231) 20 72 69

ZWAR Gruppe SPRINT

(Sprache und Integration)
mittwochs, 10.00–12.00 Uhr
Ort: ZWAR Begegnungszentrum
Marten, Steinhammerstraße 3,
44379 Dortmund
Ansprechpartner: Harold Veprinskij
Tel. (0231) 7 21 78 49

ZWAR Gruppe Theater:

SEN-THA Senioretheater AG
freitags, 11.00–13.30 Uhr
Ort: ZWAR Begegnungszentrum
Marten, Steinhammerstraße 3,
44379 Dortmund
Ansprechpartnerin: Martha Gallen
Tel. (0179) 3 79 12 80

Kreuzbund- Männergesprächskreis Dortmund

Jeden 3. Mittwoch im Monat um
18.00 Uhr
Ort: ZWAR Begegnungszentrum
Marten, Steinhammerstraße 3
44379 Dortmund
Ansprechpartner: Otto Fehr
Tel. (0152) 28 36 00 50



Pflegestützpunkte in Dortmund

In den gemeinsam eingerichteten vier neuen Pflegestützpunkten und in den zwölf Seniorenbüros der Dortmunder Stadtbezirke erhalten Sie eine wohnort- und bürgernahe Beratung und Hilfe sowie kompetente Unterstützung rund um das Thema Pflege. Die Beratungszeiten der (mobilen) Pflegestützpunkte erfahren Sie in den Seniorenbüros

Seniorenbüros in zwölf Dortmunder Stadtbezirken

Beratung, Vermittlung, Vernetzung

Wir bieten Ihnen

- Trägerunabhängige Information und Beratung zu allen Fragen der Altenhilfe und Pflege
- Überblick zu den lokalen Service und Pflegediensten der jeweiligen Dortmunder Stadtbezirke
- Wohnortnahe Sprechstunden für Einzelberatung

Wir helfen Ihnen bei

- Planung von passgenauen Hilfen
- Kontaktaufnahme zu Pflege- und Hilfsdiensten im Wohnquartier
- Kostenregulierung mit den Pflegekassen und dem Sozialamt

Wir geben Ihnen Tipps und Ratschläge

- zur Pflegeeinstufung des Medizinischen Dienstes der Pflegekassen
- worauf es bei guter Pflege ankommt

Beratungszeiten der Seniorenbüros:

montags bis freitags 10.00–12.00 Uhr
Die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der Seniorenbüros beraten bei Bedarf auch gerne zu Hause.

Standorte:

Seniorenbüro Innenstadt West

(im Eugen–Krautscheid–Haus)
Lange Straße 42, 44137 Dortmund
Tel. (0231) 50-1 13 40
seniorenbuero.west@dortmund.de

Seniorenbüro Innenstadt Ost

(im Wilhelm–Hansmann–Haus)
Märkische Straße 21, 44141 Dortmund
Tel. (0231) 50-2 96 90
seniorenbuero.ost@dortmund.de

Seniorenbüro Innenstadt Nord

Bornstraße 83, 44145 Dortmund
Tel. (0231) 50-1 13 50
seniorenbuero.nord@dortmund.de

Seniorenbüro Dortmund–Aplerbeck *

Aplerbecker Marktplatz 21, 44287 Dortmund
Tel. (0231) 50-2 93 90
seniorenbuero.aplerbeck@dortmund.de

Seniorenbüro Dortmund–Brackel *

Brackeler Hellweg 170, 44309 Dortmund
Tel. (0231) 50-2 96 40
seniorenbuero.brackel@dortmund.de

Seniorenbüro Dortmund–Eving *

August-Wagner-Platz 2 - 8, 44339 Dortmund
Tel. (0231) 50-2 96 60
seniorenbuero.ewing@dortmund.de

Seniorenbüro Dortmund–Hörde *

Hörder Bahnhofstraße 16, 44263 Dortmund
Tel. (0231) 50-2 33 11
seniorenbuero.hoerde@dortmund.de

Seniorenbüro Dortmund–Hombruch *

Harkortstraße 58, 44225 Dortmund
Tel. (0231) 50-2 83 90
seniorenbuero.hombruch@dortmund.de

Seniorenbüro Dortmund–Huckarde *

Urbanusstraße 5, 44369 Dortmund
Tel. (0231) 50-2 84 90
seniorenbuero.huckarde@dortmund.de

Seniorenbüro Dortmund–Lütgendortmund

Limbecker Straße 31, 44388 Dortmund
Tel. (0231) 50-2 96 70
seniorenbuero.luetgendortmund@dortmund.de

Seniorenbüro Dortmund–Mengede

(im Gebäude des Begegnungszentrums Mengede)
Bürenstraße 1, 44359 Dortmund
Tel. (0231) 50-2 80 90
seniorenbuero.mengede@dortmund.de

Seniorenbüro Dortmund–Scharnhorst

(im Gebäude des Begegnungszentrums Scharnhorst)
Gleiwitzstraße 277, 44328 Dortmund
Tel. (0231) 50-2 96 80
seniorenbuero.scharnhorst@dortmund.de

*(im Gebäude der Bezirksverwaltungsstelle)

Hilfen für an Demenz erkrankte Menschen und ihre Angehörigen in Dortmund



Regionalbüros Alter, Pflege und Demenz

Eine gemeinsame Initiative zur Strukturentwicklung der Landesregierung und der Träger der Pflegeversicherung NRW Regionalbüro Dortmund

Um Menschen im Alter oder in Pflegesituationen zu unterstützen, hat das Land zusammen mit den nordrhein-westfälischen Pflegekassen die bisherigen „Demenz-Servicezentren“ zu einer neuen Unterstützungsstruktur „Regionalbüros Alter, Pflege und Demenz weiterentwickelt“.

Sie arbeiten als landesweites Netzwerk und haben das Ziel, die Strukturentwicklung in den Bereichen Alter, Pflege und Demenz zu fördern, um Betroffenen und ihrem familiären und sozialen Umfeld ein selbstbestimmtes und teilhabeorientiertes „Leben mit Pflegebedarf“ mit einer hohen Versorgungssicherheit zu ermöglichen

Schwerpunkt der Arbeit ist die Information, Beratung, Begleitung, Qualifikation sowie die Vernetzung von haupt- und ehrenamtlichen Akteuren vor Ort. Die Arbeitsbereiche sind:

- Förderung des Aus- und Aufbaus von Unterstützungsangeboten im Alltag (nach § 45a SGB XI)
- Förderung und Unterstützung der Pflegeberatungsangebote und Pflegeberatungsstrukturen
- Förderung von Angebotsstrukturen für Zielgruppen mit „besonderen Bedarfen“, v.a. Menschen mit Demenz.

Träger des Regionalbüros Dortmund ist die Stadt Dortmund, Fachdienst für Senioren, in Kooperation mit der LWL-Klinik Dortmund, Abteilung Gerontopsychiatrie. Das Einzugsgebiet umfasst die Städte Dortmund und Hagen sowie den Kreis Unna und den Märkischen Kreis.

Weitere Informationen zu den Regionalbüros Alter, Pflege und Demenz finden Sie unter: alter-pflege-demenz-nrw.de

**Regionalbüro Dortmund
Sozialamt - Fachdienst für Senioren**
Kleppingstraße 26
44135 Dortmund
Tel. (0231) 50-2 70 94
Fax (0231) 50-2 60 16
E-Mail: bertschulz@stadtdo.de

Seniorenbegleitservice der Stadt Dortmund Betreuungs- und Entlastungsangebote

Häusliche Entlastung für pflegende Angehörige:

Wir vermitteln Ihnen sozial engagierte Helfer*innen, die speziell geschult wurden und die Betreuungsaufgaben verantwortungsvoll übernehmen.

Die Aufwandsentschädigung für die Helfer*innen bei Spaziergängen, Gesprächen, Gesellschaftsspielen etc. beträgt 7,50 Euro pro Stunde. Das Sportangebot „fit und mobil Zuhause“ beträgt 12,00 Euro pro Stunde.

Seniorenbesuchsdienst

Senior*innen ohne Pflegegrad werden an ehrenamtliche Helfer*innen vermittelt, die gerne in Gesellschaft mit Dortmunder Senioren*innen sind, um gemeinsame Unternehmungen (Gesellschaftsspiele, Spaziergänge, Gespräche, Kochen etc.)

auszuüben und/oder einfach ein offenes Ohr für Freuden und Sorgen bereithalten. Dieser Besuchsdienst ist kostenlos. Die Auswahl der Helferinnen und Helfer erfolgt mit Ihnen gemeinsam.

Kontakt und nähere Informationen:
Marie Roerdink-Veldboom,
Tel.: (0231) 50 – 2 70 94

Betreuungsangebote in den Stadtbezirken:

Die gebührenpflichtigen Betreuungsangebote sind dem Veranstalter angepasst. Bitte informieren Sie sich individuell.

Innenstadt:

**AWO Eugen-Krautscheid-Haus
Lange Straße 42, 44137 Dortmund**
Ansprechpartnerin: Carla Cailean
Tel. (0231) 3 95 72 18
E-Mail:
c.cailean@awo-dortmund.de
Betreuungsgruppe: Jeden Freitag von 09.00–13.00 Uhr

**1. Betreuungsgruppe der AWO im EKH
AWO Eugen-Krautscheid-Haus
Lange Straße 42, 44137 Dortmund**
Ansprechpartnerin: Carla Cailean
Tel. (0231) 88 08 81 25
E-Mail:
c.cailean@awo-dortmund.de
Jeden Freitag von 9.00–13.00 Uhr
Kosten: 20,00 Euro zzgl. 3,00 Euro Verzehrpauschale

2. Pflegepause - Frühstückstreff und Gesprächskreis für Angehörige von Menschen, die an Demenz erkrankt sind
AWO Eugen-Krautscheid-Haus
Lange Straße 42, 44137 Dortmund
Ansprechpartnerin: Julia Banach
Tel. (0231) 50-1 13 40
E-Mail: j.banach@awo-dortmund.de
Jeden 1. Freitag im Monat von 9.00–11.00 Uhr
Kosten: 3,00 Euro

Familienunterstützender Dienst und Assistenz

Lebenshilfe Kinder, Jugend und Familie gGmbH

Brüderweg 22-24, 44135 Dortmund

Tel. (0231) 13 88 91 50

E-Mail: leitung-fud@lebenshilfe-dortmund.de

lebenshilfe-dortmund.de

Wir bieten:

- Allgemeine Beratung
- Beantragung von Betreuungs- und Entlastungsleistungen
- Stundenweise Betreuungs- und Entlastungsleistungen in der eigenen Häuslichkeit

Kosten:

20,00 Euro pro Stunde inklusive Fahrtkosten.

Kann bei Vorliegen eines Pflegegrades durch die Pflegekasse übernommen werden.

Betreuungsgruppe des Caritas – Dienstes „Brücken bauen“

Ort: Gemeindehaus der Katholischen

Kirchengemeinde St. Ewaldi

Egbertstraße 15, 44287 Dortmund

Ansprechpartnerin:

Petra Herrmann

Tel. (0231) 71 38 18

E-Mail: petra.herrmann@caritas-dortmund.de

Betreuungsgruppe: Jeden Montag von 9.00–13.00 Uhr

Kosten: 4 Stunden 33,00 Euro

(incl. Frühstück und Mittagessen)

Stadtbezirk Brackel

AusZeit Café

Ort: AWO Tagespflege Wickede Meylanthstr. 85, 44319 Dortmund

Ansprechpartnerin: Carla Cailean

Tel. (0231) 3 95 72 18

E-Mail: c.cailean@awo-dortmund.de

Und Seniorenbüro Brackel

Seniorenbüro Brackel

Tel. (0231) 50-2 93 70 oder

(0231) 50-2 96 40

E-Mail: seniorenbuero.brackel@dortmund.de

Stadtbezirk Eving

Diakonische Pflege

Dortmund gGmbH

Bergstraße 10a, 44339 Dortmund

Ansprechpartnerin: Frau Knehans,

Fachbereichsleitung,

Tel. (0231) 8 49 47 11, Frau Wendt,

Leitung Diakoniestation,

Tel. (0231) 85 74 14

Ansprechpartner*innen:

Herr Fischer, Frau Strunk,

Seniorenbüro Dortmund–Eving,

Tel. (0231) 50-2 96 60

Betreuungsgruppe: Jeden Montag

und Mittwoch von 11.00–16.00 Uhr.

Bitte um Anmeldung.

Betreuungsgebühr: 30,00 Euro pro

Gruppentreffen zzgl. 4,00 Euro

Verzehrpauschale (Getränke, Mit-

tagessen, Nachspeise, Kuchen oder

Gebäck).

Abrechnungsfähig bei der Pflege-

kasse (gem. § 45b SGB XI).

Betreuungsgruppen für Menschen mit Demenz tragen dazu bei, dass pflegende Angehörige ein paar Stunden in der Woche freie Zeit erhalten und sich von der täglichen Pflege und Betreuung entlasten können.

Wöchentlich montags und mittwochs bietet die Diakonische Pflege Dortmund gemeinnützige GmbH im Sonnenhof in Eving Betreuung für demenziell erkrankte Menschen an.

An diesen Tag übernehmen ausgebildete Fachkräfte und speziell geschulte Helfer und Helferinnen die Betreuung. Ein wiederkehrender Ablauf, der sich an den Bedürfnissen, Gefühlen und Fähigkeiten der Gäste orientiert, sorgt für Sicherheit und Wohlfühl. In geselliger Atmosphäre stehen gemeinsames Mittagessen und Kaffeetrinken, Singen, leichte Bewegungsübungen und Spiele auf dem Programm. Geistige und körperliche Aktivität soll gefördert werden, bzw. weitestgehend erhalten bleiben.

ZeitGut - Ambulanter Betreuungsdienst GmbH

Jagdhausstraße 1a,

44225 Dortmund(im Gebäude der

Fleming-Apotheke)

Ansprechpartnerin:

Ingrid Siebel-Achenbach/

Nina Rosenkranz

Tel. (0231) 2 22 51 35

E-Mail: info@zeitgut-dortmund.de

zeitgut-dortmund.de

Leistungen:

- Häusliche Betreuung und Begleitung
- Demenz- und Pflegeberatung
- Beantragung von Pflegeleistungen
- Alltagsassistent
- Hilfe bei demenziellen Erkrankungen
- Arzt- und Krankenhausbegleitung
- Entlastung von Angehörigen
- Filme, Malkurse und Gesprächskreise für Angehörige
- Filme für demenziell veränderte Menschen
- Kleingruppe „Sonnenuhr“ für demenziell veränderte Menschen

Stadtbezirk Hörde

Diakonische Pflege Dortmund gGmbH

Werks- und Begegnungszentrum

Virchowstraße 3, 44263 Dortmund

Ansprechpartnerin: Frau Knehans,

Fachbereichsleitung, Tel. (0231) 84

94 712, Frau Eickhoff, Diakoniestation Süd, Tel. (0231) 43 78 78

Ansprechpartnerinnen: Frau Urban,

Frau Müller,

Seniorenbüro Dortmund–Hörde,

Tel. (0231) 50-2 33 11

Betreuungsgruppe: jeden Montag, Dienstag und Donnerstag von 11.00–16.00 Uhr

Betreuungsgebühr: je Tag 30,00

Euro zzgl. 4,00 Euro für Ver-

brauchsmaterial, Speisen und Ge-

tränke

Hilfen für an Demenz erkrankte Menschen und ihre Angehörigen in Dortmund

Stadtbezirk Huckarde

Begleitung, Beratung und Unterstützung von Seniorinnen und Senioren durch das Frauenzentrum Huckarde 1980 e.V. Varzinerstraße 1-3, 44369 Dortmund (stadtteilübergreifend)

Informationen und Anmeldung:
Jacqueline Nwofor

Tel. (0231) 3 96 02 45,

Fax (0231) 86 42 18 64

E-Mail: j.nwofor@frauenzentrum-dortmund.de

www.frauenzentrum-dortmund.de

RuStadtbezirk Scharnhorst

Begegnungszentrum Scharnhorst
Gleiwitzstraße 277,
44328 Dortmund

Leitung: Annegret Manek

Tel. (0231) 50-2 88 59,

Fax (0231) 50-2 88 59

E-Mail: amaneke@stadtdo.de

Betreuungsgruppe:

Jeden Montag von

14.00–18.00 Uhr

Betreuungsgebühr: 20,00 Euro pro

Gruppentreffen

Gesprächsgruppe: jeder zweite

Montag im Monat von

16.00–17.30 Uhr

Stadtbezirk Wellinghofen:

Ev. Gemeindehaus Wellinghofen

Cafe Atempause

Overgünne 5; 44265 Dortmund

Tel. (0231) 46 40 56

Jeden 3. Mittwoch im Monat

von 14.30–16.00 Uhr

Betreuungsgebühr:

Kuchen zum Selbstkostenpreis

Eine zeitgleiche häusliche

Betreuung wird im

Bedarfsfall über die

Diakoniestation Süd organisiert.

Tel. (0231) 43 78 78



Der Mensch mit seinen Möglichkeiten und Fähigkeiten steht bei unseren Diensten und Einrichtungen im Mittelpunkt.

Unsere Hilfen sind bedarfsgerecht, verlässlich und kompetent.

Kontakt über

Paritätischer Wohlfahrtsverband NRW

Kreisgruppe Dortmund

Ostenhellweg 42-48/Eingang Moritzgasse

44135 Dortmund

Telefon: (02 31) 189989-0, Fax: -30

dortmund@paritaet-nrw.org

www.dortmund.paritaet-nrw.org

- Beratung und Begleitung älterer Menschen
- Hilfen für Menschen mit Behinderungen
- Unterstützung bei psychischen Erkrankungen
- Hilfe in allen pflegerischen Belangen
- Beratung und Entlastung pflegender Angehöriger
- Freizeitangebote für Senioren
- Selbsthilfeunterstützung



Sonstige Beratungsangebote:**Wohnberatung Dortmund**

Der Kreuzviertel-Verein berät trägerneutral und kostenlos zu allen Fragen der altersgerechten Gestaltung der eigenen Wohnung, Fragen der Finanzierung und Bezuschussung. Der Verein unterstützt auf Wunsch bei der Beantragung der möglichen Leistungen und unterstützt Sie bei dem Gespräch mit dem Vermieter.

Kreuzviertel-Verein: Petra Bank und Jan Hoppmann
Kreuzstraße 61, 44139 Dortmund
Tel. und Fax (0231) 12 46 76

E-Mail:

kontakt@kreuzviertel-verein.de
Erreichbar ab 8.00 Uhr. Bei Abwesenheit kann eine Nachricht auf den Antwortbeantworter gesprochen werden.

Beratungsstelle des Kriminalkommissariats**Kriminalprävention und Opferschutz****Ziel:**

- Stärkung des Sicherheitsgefühls
- Abbau von Kriminalitätsfurcht
- Verhinderung und Verringerung von Straftaten gegen ältere Menschen

Polizeipräsidium
Markgrafenstraße 102,
44139 Dortmund
Tel. (0231) 1 32 79 53,
polizei-dortmund.de

Teilhabeberatung Selbstbestimmt Leben Dortmund – MOBILE – Selbstbestimmtes Leben Behinderter e. V.

Die Teilhabeberatung informiert Menschen mit Behinderung in jedem Alter unter anderem zu folgenden Themen: Pflege, Schwerbehindertenausweis, selbstbestimmtes Wohnen, Assistenz, Bildung/Arbeit, Freizeit und Persönliches Budget. Die Beratung ist kostenlos, parteiisch und unabhängig von Leistungs- und Kostenträgern.

Kontakt:

Märkische Straße 239a,
44141 Dortmund
Tel. (0231) 58 06 35 70
www.eutb-dortmund.de
info@eutb-dortmund.de

BISS

Beratungs- Informations- und Servicestelle der
Dortmunder Betreuungsvereine,
Propsteihof 10,
44137 Dortmund
Ansprechpartnerin: Frau Ewerth
Tel. (0231) 1 84 83 31

Zentrum für Gehörlosenkultur e.V.

Allgemeine Beratung für schwerhörige und ertaubte Menschen:
Die Beratungsstelle im Zentrum für Gehörlosenkultur e.V., Huckarder Straße 2 - 8, 44147 Dortmund berät kostenlos zu allen Fragen und Problemen rund um die Hörbeeinträchtigung (z. B. Umgang mit der Hörschädigung, Hörgeräteversorgung, Begleiterscheinungen wie Tinnitus oder Schwindel, etc.)
Ansprechpartnerin: Petra Uhlich
E-Mail: uhlich@zfg-dortmund.de
Tel. (0231) 91 30 02 40
Fax (0231) 91 30 02 33

Regelmäßige**offene Sprechstunden:**

Mittwoch, 10.00–12.00 Uhr

Donnerstag, 17.00–19.00 Uhr

Weitere Beratungstermine können auch außerhalb der Sprechzeiten vereinbart werden.

Selbsthilfe – Kontaktstelle

Informationen zu allen Dortmunder Selbsthilfegruppen von A – Z und Kontaktvermittlung
Ostenhellweg 42-28 (Eingang Moritzstrasse), Dortmund
Tel. (0231) 52 90 97
E-Mail: selbsthilfe-dortmund@paritaet-nrw.org
selbsthilfe-dortmund.de

Selbsthilfegruppe**„Frauen nach Krebs“****Nähere Informationen:**

Frau Czekalla
Tel. (0231) 27 40 17

Treffpunkt: Begegnungsstätte der Arbeiterwohlfahrt in Dortmund Asseln, Marie-Juchaz-Haus, Fliegelstraße 42, 44319 Dortmund.
Termin: jeder erste Freitag im Monat, 15.00 Uhr

Frauenselbsthilfe nach Krebs

Gruppe Dortmund Mitte: kath. Familienbildungsstätte,
Propsteihof 10, 44137 Dortmund
Jeder zweite Dienstag im Monat, 15.00 Uhr
frauenselbsthilfe.de/
dortmund-mitte.html

Selbsthilfegruppe Blasenkrebs-erkrankungen in Dortmund**Nähere Informationen und Auskünfte:**

Frau Petra Kämmers,
Tel. (0157) 72 52 94 49
shg-blasenkrebs-do.de
Treff: Bildungsstätte im Kath. Zentrum, Propsteihof 10, 44137 Dortmund
Termine: jeder erste Montag im Monat, 17.00–19.15 Uhr

Selbsthilfegruppe**„Crohn und Colitis“ Dortmund**

Jeder erste Montag im Monat um 19.30 Uhr im Wilhelm-Hansmann-Haus, Märkische Straße 21, 44141 Dortmund.
Fällt der erste Montag im Monat auf einen Feiertag, so findet das Gruppentreffen am zweiten Montag im Monat statt. Kontakt über die Selbsthilfe-Kontaktstelle,
Tel. (0231) 52 90 97
crohncolitis-do.de

Beratungsstellen und Selbsthilfegruppen in Dortmund

Selbsthilfegruppe ILCO – Selbsthilfvereinigung für Menschen mit Darmkrebs und Stomaträger

Regelmäßige Treffen finden an jedem ersten Freitag im Monat ab 19.00 Uhr und an jedem vierten Donnerstag im Monat ab 17.00 Uhr statt. Zusätzlich besteht an den Donnerstagen vor dem Gruppentreffen in der Zeit von 15.00–17.00 Uhr die Möglichkeit zur Einzelberatung.

Ort: Wilhelm–Hansmann–Haus, Märkische Straße 21, 44141 Dortmund

Nähere Information unter

Tel. (0231) 44 51 93

44145 Dortmund.

Info: Richard Schmidt,

Tel. (0231) 9 41 71 56 oder

E-Mail: alter@slado.de

Gay & gray im KCR Dortmund

Offener Treff für Schwule ab 45 zur Kommunikation, gemeinsamen Unternehmungen, Themenabenden und Vielem mehr. Die Treffen finden jeden ersten und dritten Freitag im Monat im KCR Dortmund e.V., Braunschweiger Straße 22, 44145 Dortmund jeweils um 20.00 Uhr statt.

Tel. (0231) 83 22 63

E-Mail: info@kcr-dortmund.de

Lesbian Summer

Die Treffen von Lesbian Summer finden jeden zweiten und vierten Freitag im Monat im KCR Dortmund e.V., Braunschweiger Straße 22, 44145 Dortmund, jeweils um 19.30 Uhr statt.

Für sämtliche Treffen entstehen den Teilnehmerinnen und Teilnehmern keine Kosten.

Rückfragen unter

Tel. (0176) 51 63 84 21

E-Mail: lesbiansummer@kcr-dortmund.de

Angebote für ältere Lesben und Schwule:

SA'LEM – Die AG Älterer Lesben und Schwule im SLADO (schwul lesbischen Arbeitskreis) Dortmund beschäftigt sich mit Fragen und Lebenswünschen älterer Lesben und Schwuler, z. B. gemeinschaftlicher Wohnformen oder einer generationsübergreifenden lesbisch-schwulen Begegnungsstätte im KCR Dortmund.

Treffpunkt: Jeder vierter Mittwoch im Monat, 19.00 Uhr im Kommunikationszentrum Ruhr e.V., Braunschweiger Straße 22,



„Wir erfüllen Wünsche für einen besonderen Abschied.“

Bestattung und Bestattungsvorsorge.
2 x in Dortmund für Sie da:
GBG Bestattungen
Ostwall 3 · Tel. 0231 / 549 08 10
Biederbeck Bestattungen
Pröbstingkamp 2 · Tel. 0231 / 549 08 40

Tag & Nacht erreichbar

Impressum Veranstungskalender

Herausgeberin: Stadt Dortmund, Dezernat für Arbeit, Gesundheit, Soziales, Sport und Freizeit

Geschäftsstelle Seniorenbeirat, Diana Karl
Südwall 2-4, 44122 Dortmund
Tel. (0231) 50-2 48 87
Fax (0231) 50-2 65 69
E-Mail: seniorenbeirat@dortmund.de

Konzeption: Werbeagentur L.Kapp,
Heiliger Weg 99, 44141 Dortmund

Anzeigenannahme: Frau Berndt
Tel. (0231) 58 44 85 25
E-Mail: berndt@werbeagentur-kapp.de

Gestaltung und Layout:
ideen.manufaktur | Agentur Saiko

Druck:
Stadt Dortmund, Marketing + Kommunikation
Wir verwenden ausschließlich FSC/PEFC-zertifiziertes Papier, alkoholfreie Druckchemie & Druckfarben auf Pflanzenölbasis

**Redaktionsschluss für die Aufnahme in den
Veranstungskalender 3. Quartal 2023: 05.05.2023**

Frühja, ich will!

DOGEWO21



www.dogewo21.de

Betreutes Wohnen in Dortmund-Bövinghausen



Barrierefreie
Senioren-
wohnungen

In Dortmund-Bövinghausen finden Sie unsere moderne Wohnanlage mit insgesamt 54 Seniorenwohnungen. Unsere Wohnungen sind alle barrierefrei und bieten selbstbestimmtes, sicheres Leben und Wohnen. Je nach Bedarf können Sie Pflege- und Serviceleistungen dazu buchen.

Unterdelle 23, 44135 Dortmund
Tel.: 0231 5776-336 | E-Mail: kontakt@unterdelle23.de

www.unterdelle23.de



RUNDUMSORGLOS DAS LEBEN GENIESSEN WIR PASSEN UNS IHREN BEDÜRFNISSEN AN



- > Seniorenreisen
- > Menüdienst
- > Hausnotruf
- > Tagespflege

- > Hilfen für Menschen mit Demenz
- > Kurzzeitpflege

- > Ambulanter Pflegedienst: 7 Mal für Sie in Dortmund

Rufen Sie uns an! Caritas Service Center: 0231 18715121
Weitere Informationen auf www.caritas-dortmund.de