



Frauen Termine Dortmund



Stadt
Dortmund

2. Halbjahr 2026

Inhalt

Vorwort	4
Frauenportrait Dortmund	5
Kalender	6
So funktionieren die FrauenTermineDortmund	7
Einzeltermine	8
Juli	8
August	10
September	10
Oktober	15
November	19
Dezember	26
Regelmäßige Termine	28
Die Veranstalter*innen	52

Vorwort

Die FrauenTermineDortmund zeigen auch im zweiten Halbjahr 2026, wie lebendig, vielfältig und engagiert die Dortmunder Frauenlandschaft ist. Zwischen Workshops, Kulturveranstaltungen, politischen Diskussionen, Empowerment-Angeboten und Beratungsformaten wird deutlich: Frauen gestalten diese Stadt auf ganz unterschiedliche Weise – sichtbar, mutig, solidarisch und mit Haltung.

Gerade in Zeiten gesellschaftlicher Verunsicherung erleben wir zugleich etwas Ermutigendes. Viele Menschen übernehmen Verantwortung und engagieren sich für andere. Sie organisieren Veranstaltungen, schaffen Schutzräume, eröffnen Diskussionen, begleiten andere Frauen, geben Wissen weiter oder sorgen dafür, dass Themen wie Gleichstellung, Gewaltprävention, Demokratie und Vielfalt nicht aus dem Blick geraten.

Die FrauenTermineDortmund machen diese Arbeit sichtbar. Sie zeigen, wie viel in unserer Stadt passiert – oft getragen von ehrenamtlichem Engagement, feministischer Netzwerkarbeit und dem Wunsch, Dortmund gerechter und lebenswerter zu machen.

Dabei geht es nicht immer nur um große politische Debatten. Es geht auch um Begegnung, Austausch, Kreativität, Selbstfürsorge und darum, miteinander in Verbindung zu bleiben. Denn gesellschaftlicher Zusammenhalt entsteht dort, wo Menschen sich begegnen, voneinander lernen und füreinander eintreten.

Mein herzlicher Dank gilt allen Veranstalter*innen, Initiativen, Vereinen und engagierten Einzelpersonen, die die Frauentermine Dortmund mit Leben füllen. Ohne dieses Engagement wäre die Vielfalt an Angeboten nicht möglich. Ich wünsche Ihnen inspirierende Begegnungen, neue Perspektiven und viele stärkende Momente beim Entdecken der FrauenTermineDortmund.

Herzliche Grüße

Maresa Feldmann
Gleichstellungsbeauftragte der Stadt Dortmund



Frauenporträt

Frauke Füsers wurde 1984 in Herdecke geboren und lebt heute mit ihrer Familie in der Dortmunder Innenstadt. Die Mutter von zwei Kindern steht seit 2025 an der Spitze des Dezernats für Arbeit, Gesundheit, Soziales, Sport und Freizeit der Stadt Dortmund. Zuvor war sie viele Jahre in der Landesverwaltung Nordrhein-Westfalens tätig und leitete im Ministerium für Arbeit, Gesundheit und Soziales unter anderem die Bereiche Sozialversicherung, Digitalisierung der Sozialverwaltung und Reform des Sozialstaates.

Ihre berufliche Laufbahn begann die Diplom-Sozialwissenschaftlerin bei der Dortmunder Forschungs- und Beratungseinrichtung „Soziale Innovation“. Früh beschäftigte sie sich dort mit Arbeitspolitik und sozialem Zusammenhalt – Themen, die ihren beruflichen Weg bis heute prägen. Nach dem Wechsel in die Landesverwaltung arbeitete sie unter anderem zu Gesundheitsförderung und Arbeitsgestaltung sowie an Projekten zur Integration in Arbeit und sozialen Teilhabe insbesondere für geflüchtete Menschen und Langzeitarbeitslose.

Als Dezernentin verantwortet Frauke Füsers heute zentrale gesellschaftliche Zukunftsaufgaben der Stadt Dortmund: soziale Sicherung, Gesundheitsversorgung, Sport- und Freizeitangebote sowie die Arbeit des Jobcenters. Im Mittelpunkt ihres Handelns stehen Bürger*innennähe, soziale Teilhabe und die Frage, wie die Kommunalverwaltung das Leben der Menschen konkret verbessern kann. Viele dieser Themen berühren zugleich zentrale Fragen von Geschlechtergerechtigkeit, Vereinbarkeit und fairen Teilhabechancen. „Ich will etwas in meiner Heimatstadt bewirken“, beschreibt sie ihre Motivation für den Wechsel in die Dortmunder Stadtspitze.

Wer mehr über ihren Weg, ihre Aufgaben und ihre Perspektive erfahren möchte, hat dazu beim nächsten „Starke Frauen – Starke Stadt“-Abend mit Frauke Füsers Gelegenheit (siehe S. 10).



Frauen- und Mädchentage, Feiertage und Ferien in Nordrhein-Westfalen (NRW)

Juli

Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

August

Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

September

Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30				

Oktober

Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

November

Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30						

Dezember

Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

Wichtige Internationale Frauen- und Mädchentage:

Weltmädchentag

So 11.10.2026

Internationaler Gedenktag

gegen Gewalt an Frauen

Mi 25.11.2026

Feiertage

Tag der Deutschen Einheit	Sa 03.10.2026
Allerheiligen	So 01.11.2026
1. Weihnachtstag	Fr 25.12.2026
2. Weihnachtstag	Sa 26.12.2026

Ferien


Sommerferien	20.07.–01.09.2026
Herbstferien	17.10.–31.10.2026
Weihnachtsferien	23.12.2026–06.01.2027


So funktionieren die FrauenTermineDortmund

Die monatliche Auflistung umfasst Datum, Uhrzeit, Titel, Kurzbeschreibung und Ort der Veranstaltung. Ist kein anderer Ort genannt, beziehen sich die Straßennamen auf Dortmund.

Sofern Sie weiterführende Informationen wünschen, wenden Sie sich bitte direkt an die Veranstaltenden. Deren (Internet-)Adresse und Kontaktdaten finden Sie anhand der Nummerierung (z. B. **4**) in der Auflistung der Veranstaltenden ab Seite 52.

Das Icon neben der Nummerierung gibt Ihnen Auskunft über die Art der Veranstaltung/des Termins und erleichtert Ihnen die Orientierung:


 Vortrag/Lesung/Film

 Kurs/Workshop

 Fahrt/Exkursion


 Führung/Ausstellung

 Beratung

 Treffen/Aktion/Fest

 Sonstiges

 Barrierefrei

 Nicht barrierefrei

Unter folgendem Link können Sie sich den Kalender auch als PDF-Dokument im Internet herunterladen: **dortmund.de/Frauentermine**

Einzeltermine

Juli

Ausstellung: Alles im Angebot? Über Hass, Hetze und digitale Gewalt

4 19 21  

In der DASA Arbeitswelt Ausstellung wird die interaktive Ausstellung „Alles im Angebot?“ von HateAid und neuland & gestalten gezeigt. Die Ausstellung macht sichtbar, wie Desinformation und digitale Gewalt im Netz funktionieren und wie sie unseren Alltag und gesellschaftliche Debatten beeinflussen. An verschiedenen Stationen lädt die Ausstellung dazu ein, digitale Gewalt besser zu verstehen und sich mit ihren Mechanismen auseinanderzusetzen. Die Ausstellung kann unabhängig von den Führungen während der Öffnungszeiten der DASA besucht werden.

Wann? 10.06.–30.08.2026 zu den Öffnungszeiten der DASA
Wo? DASA Dortmund, Friedrich-Henkel-Weg 1–25
Kosten? kostenfrei (Eintritt DASA: 6,00 Euro / 3,00 Euro ermäßigt)

Politischer überparteilicher Stammtisch

39  

Vom Ankommen zur Verantwortung – Flucht, Integration und Aufbau von Strukturen für die Gesellschaft – Nahid Farshi von „lokal willkommen“ berichtet über ihren beeindruckenden Lebensweg, von der Flucht nach Deutschland bis hin zu ihrer heutigen Verantwortung im stadtweiten Integrationsnetzwerk. Gemeinsam diskutieren wir, wie Integration gelingen kann, welche Strukturen notwendig sind und welche Rolle Engagement und Zusammenhalt in unserer Gesellschaft spielen.

Wann? Fr 03.07.2026, 17:00 Uhr
Wo? Wird rechtzeitig bei Facebook & Instagram bekannt gegeben
Kosten? kostenfrei (Kosten für Verzehr sind selbst zu tragen)
Anmeldung? Anmeldung bis 22.06. bei Ursula Pulpanek-Seidel,
Tel. 0173 21 21 81 2 oder per Mail ursulapulpanek@aol.com

Führung zur Ausstellung „Alles im Angebot? Über Hass, Hetze und digitale Gewalt



In der DASA Arbeitswelt Ausstellung wird die interaktive Ausstellung „Alles im Angebot?“ von HateAid und neuland & gestalten gezeigt. Die Ausstellung macht sichtbar, wie Desinformation und digitale Gewalt im Netz funktionieren und wie sie unseren Alltag und gesellschaftliche Debatten beeinflussen. An verschiedenen Stationen lädt die Ausstellung dazu ein, digitale Gewalt besser zu verstehen und sich mit ihren Mechanismen auseinanderzusetzen. Die Führung bietet Raum für Einblicke und Raum für Austausch und Fragen.

Wann? Di 07.07.2026, 17:00–18:00 Uhr
Wo? DASA Dortmund
Friedrich-Henkel-Weg 1–25
Kosten? kostenfrei
Anmeldung? beteiligung.nrw.de/k/1027116



Online. Öffentlich. Angegriffen. Was tun bei digitaler Gewalt?



Digitale Gewalt gegen Frauen und Mädchen gehört für viele längst zum Alltag – ob durch Hasskommentare, Bedrohungen, Einschüchterung oder gezielte Angriffe im Netz. Gemeinsam mit Expert*innen wird zu einem Informations- und Diskussionsabend in die DASA eingeladen. Im Mittelpunkt stehen aktuelle Entwicklungen rund um digitale Gewalt gegen Frauen und Mädchen, die Auswirkungen auf Betroffene sowie die Frage, wie Schutz, Unterstützung und gesellschaftlicher Umgang mit digitalem Hass gelingen können. Mit dabei sind unter anderem Sabrina Beckmann von der Koordinierungsstelle Istanbul-Konvention der Stadt Dortmund sowie weitere Gesprächspartner*innen aus unterschiedlichen Bereichen. Für einen kleinen Imbiss zu Beginn der Veranstaltung ist gesorgt. Die Veranstaltung richtet sich an Interessierte und lädt dazu ein, miteinander ins Gespräch zu kommen und Handlungsmöglichkeiten kennenzulernen.

Wann? Di 07.07.2026, 18:00–20:00 Uhr
Wo? DASA Dortmund
Friedrich-Henkel-Weg 1–25
Kosten? kostenfrei
Anmeldung? beteiligung.nrw.de/k/1026837



August

Trommeln in Wickede

13 19 51 52 53  

Gemeinsam weniger allein: Einsamkeit und die Anforderungen des Alltags sind für viele Alleinerziehende eine große Herausforderung. Für Unterstützung und Austausch laden wir alle interessierten Eltern zu gemeinsamen Aktionen ein. In angenehmer Atmosphäre bieten wir den Einelternfamilien sich auszutauschen und zu vernetzen. Es wird eine Kinderbetreuung geben. Alle Angebote sind kostenfrei! Die Veranstaltung wird in Kooperation mit der Koordinierungsstelle Einsamkeit, des Gleichstellungsbüros, mit dem Aktionsplan Soziale Stadt und den Familienbüros Brackel und Huckarde der Stadt Dortmund organisiert.

Wann?	Sa 15.08.2026, Uhrzeit bitte erfragen
Wo?	Mittendrin im Meylantviertel, Meylantstraße 89b
Kosten?	kostenfrei
Anmeldung?	Familienbüro Huckarde, Tel. 0231 50 28 43 5

September

Starke Frauen, starke Stadt

19  

Wie gestaltet man eine Stadt sozial, gerecht und zukunftsfähig? Welche Herausforderungen bringt die Leitung eines der größten Dezernate der Stadt Dortmund mit sich – und welche Themen möchte Frauke Füsers in ihrer neuen Funktion besonders voranbringen? In der Reihe „Starke Frauen, starke Stadt“ lädt das Gleichstellungsbüro der Stadt Dortmund dazu ein, die neue Dezernentin für Arbeit, Gesundheit, Soziales, Sport und Freizeit persönlich kennenzulernen. Seit 2025 verantwortet Frauke Füsers ein Dezernat, das zentrale gesellschaftliche Zukunftsfragen der Stadt Dortmund bündelt. Im moderierten Gespräch berichtet sie über ihren beruflichen Weg, ihren Wechsel vom Land NRW in die Dortmunder Stadtspitze sowie über ihre Vorstellungen für eine soziale, vielfältige und lebenswerte Stadtgesellschaft. Zu ihren Themen gehören unter anderem soziale Teilhabe, Gesundheitsversorgung, Sport, Freizeit und die Arbeit des Jobcenters – Bereiche, die das Leben vieler Menschen unmittelbar prägen und in denen Fragen von Chancengerechtigkeit, Teilhabe und gesellschaftlichem Zusammenhalt eine wichtige Rolle spielen. Im Anschluss besteht die Möglichkeit, den Abend in der Gastronomie Hövels ausklingen zu lassen (selbstzahlend).

Wann? Mi 02.09.2026, 17:00 Uhr
Wo? Wird noch bekannt gegeben
Kosten? kostenfrei
Anmeldung? beteiligung.nrw.de/k/1026819



Tradwives, Stay-at-home-Girls, Momfluencerinnen und ihre Bezüge zur extremen Rechten

2 19  

Tradwives, Stay-at-home-Girls und so genannte Momfluencerinnen zeigen in sozialen Medien oft ein idyllisches Bild von Familie, Weiblichkeit und Fürsorge. Doch was steckt hinter diesen Darstellungen, und warum sprechen sie so viele Menschen an? Gemeinsam mit der Soziologin Viktoria Rösch werfen wir einen genaueren Blick auf das Phänomen #Tradwife und laden dazu ein, über Rollenbilder, gesellschaftliche Sehnsüchte und politische Botschaften ins Gespräch zu kommen.

Wann? Mi 02.09.2026, 18:00 Uhr
Wo? Rathaus Dortmund (Saal Westfalia), Friedensplatz 1
Kosten? kostenfrei
Anmeldung? beteiligung.nrw.de/k/1026816



Ernten, Kochen, Plaudern in der Gärtnerei GrünFrau

13 19 51 54 55  

Gemeinsam weniger allein: Einsamkeit und die Herausforderungen des Alltags sind für viele Alleinerziehende eine große Herausforderung. Um ihnen Unterstützung und Austausch zu ermöglichen, laden wir alle interessierten Eltern zu gemeinsamen Aktionen ein. In angenehmer Atmosphäre bieten wir den Einelternfamilien die Möglichkeit zum Austausch und Vernetzung. An diesem Tag haben die Eltern die Möglichkeit, einige entspannte Stunden zu erleben. Es wird eine Kinderbetreuung mit angeboten und die Angebote sind für alle Eltern kostenfrei!

Die Veranstaltung wird in Kooperation mit der Koordinierungsstelle Einsamkeit, dem Gleichstellungsbüro, mit der Gärtnerei GrünFrau und den Familienbüros Hörde und Huckarde der Stadt Dortmund organisiert.

Wann? Sa 05.09.2026, 13:00–16:00 Uhr
Wo? Gärtnerei GrünFrau, Obere Pekingstraße 71
Kosten? kostenfrei
Anmeldung? Familienbüro Huckarde, Telefon 0231 50 28 43 5

Mütter. Jeden Tag. Stimmen migrantischer Frauen sichtbar machen

1 19 48  

Der Kurzfilm „Mütter. Jeden Tag“ der Filmemacherin Ayşe Kalmaz erzählt von Frauen, deren Alltag häufig unsichtbar bleibt – und die doch Familien, Beziehungen und gesellschaftlichen Zusammenhalt tragen. Im Mittelpunkt stehen vier migrantische Mütter unterschiedlicher Herkunft. Der filmische Essay begleitet sie in Momenten des Wartens, der Fürsorge, der Erinnerung und des Ankommens. Er erzählt von Migration, Mutterschaft, Care-Arbeit und den leisen Formen weiblicher Stärke und Widerständigkeit. Im Anschluss an das Screening sind die Protagonistinnen selbst anwesend und kommen mit dem Publikum ins Gespräch. Gemeinsam soll ein Diskurs angestoßen werden, der im öffentlichen Raum bislang viel zu selten geführt wird: über die Sichtbarkeit migrantischer Frauen, über Care-Arbeit, strukturelle Ungleichheit, Zugehörigkeit und die Frage, wessen Stimmen in unserer Stadtgesellschaft gehört werden. Die Veranstaltung versteht sich als offener Raum für Austausch, Zuhören und gesellschaftliche Teilhabe.

Wann? So 27.09.2026, 15:00 Uhr
Wo? Schauburg, Brückstraße 66
Kosten? kostenfrei
Anmeldung? keine Anmeldung erforderlich

Female Empowerment: relevante Karriere-Booster

44  

Dieser Abend unterstützt Sie, Ihre berufliche Situation klar zu sehen. Sie erkennen Ihre Stärken und erhalten ein strukturiertes Tool zur Selbstreflexion. Eine geführte Übung macht Ihre Potenziale sichtbar. Sie gewinnen Klarheit über Ihre nächsten Schritte und entwickeln einen persönlichen stärkenden Satz. Das Angebot richtet sich an Frauen in allen Berufsphasen, die ihre Karriere bewusst gestalten wollen. Profitieren Sie von praxisnahen Übungen und Austausch in der Gruppe. Starten Sie jetzt Ihre berufliche Weiterentwicklung!

Wann? Di 08.09.2026, 19:30-21:00 Uhr
Wo? VHS Dortmund, Kampstraße 47
Kosten? kostenfrei
Anmeldung? vhs.de, Kurs-Nr. 26-14253D

Sinn statt Hamsterrad – für Frauen im Umbruch

44  

Spüren Sie, dass es beruflich mehr geben muss als nur „Funktionieren“? Dieser Abend richtet sich an Frauen, die Klarheit gewinnen und einen Beruf finden möchten, der zu ihren Werten, Stärken und ihrem Leben passt. Sie erkennen Ihre Stärken und Interessen, lernen das Ikigai-Modell kennen und entwickeln erste Ideen für Ihre berufliche Ausrichtung. Sie leiten konkrete Schritte für Ihren Alltag ab. Der Abend bietet Raum für Reflexion, Austausch und praxisnahe Impulse. Melden Sie sich jetzt an und starten Sie mit Klarheit in Ihren nächsten Schritt!

Wann? Mi 09.09.2026, 19:30-21:00 Uhr

Wo? Online

Kosten? kostenfrei

Anmeldung? vhs.de, Kurs-Nr. 26-14245D

Kino Weltsichten: Mayilaa

1 23 43  

Eine junge Frau aus Tamil Nadu in Südindien erkämpft sich den Weg in die Freiheit. Immer mit dabei: ihre Tochter Sundar. Um der Göttin Mayilaatha einen Sari opfern zu können nimmt Poongodi so einiges auf sich. Auf einem Motorroller durchquert sie die tamilische Provinz um Strohmatte zu verkaufen. Mit dem Geld wird sie ihrer Lieblingsgöttin den schönsten Seidensari schenken! Gleichzeitig beschreitet sie dadurch den Weg in die finanzielle Unabhängigkeit. Realistisch, aber auch durchaus leicht und humorvoll erzählt die Regisseurin Semmalar Annam in ihrem Debütfilm von der Solidarität unter Frauen, weiblicher Selbstbehauptung, und der Bedeutung von Spiritualität. Mayilaa bedeutet ‚Pfau‘. Und genauso entfaltet dieser erste Spielfilm aus der Sicht einer Tamilin eine großartige Vielfalt an Geschichten. Indien 2026, Spielfilm; Regie: Semmalar Annam, 97 Minuten, Original mit Untertiteln.

Wann? So 13.09.2026, 15:00 Uhr

Wo? Schauburg, Brückstraße 66

Kosten? kostenfrei

Anmeldung? keine Anmeldung erforderlich

Charity Pub-Quiz



Ihr wollt quizzen und euer Wissen in allen möglichen und unmöglichen Feldern testen? Ihr habt Lust auf gute Laune mit netten Menschen? Dann kommt zu unserem Pub-Quiz im „Londoner“. Dort veranstalten wir in bester Atmosphäre unser Pub-Quiz. Geraten wird in Teams mit bis zu 6 Personen in mehreren Runden. Die Anmeldegebühr und gerne weitere Spenden gehen an unsere Aktionen „Keine Gewalt gegen Frauen“.

Wann?	Mo 21.9.2026, 19:00–22:00 Uhr
Wo?	The Londoner, Sonnenstraße 74/Ecke Hohe Straße
Kosten?	kostenfrei, Spenden erwünscht
Anmeldung?	Die Anmeldung erfolgt über den Pub „The Londoner“ per Mail an info@thelondonerpub.de . Eine Person kann unter Angabe der Gruppengröße jeweils für eine Rategruppe reservieren.

Lebendige Weiblichkeit – Frauentempel



Obwohl es schon immer Frauenkreise gab, werden sie heute neu entdeckt und zeitgemäß interpretiert. In diesem Frauenkreis verbindet sich Yoga, Entspannung und die Kraft des Zusammenseins zu einem Erlebnis, das Körper, Seele und Geist in Einklang bringt. In liebevoll gestalteten Sessions erfährst du, wie du dein weibliches System stärken und innere Balance finden kannst. Für ein tiefes Verständnis deiner Weiblichkeit und für eine heilende Verbindung unter uns Frauen. Diese Erfahrung kann sehr befreiend sein. Lass den Stress und die Herausforderungen des Daseins für eine Weile hinter dir und tanze.

Wann?	Fr 25.09.2026, 10:00–16:00 Uhr
Wo?	KOBIseminare, Adlerstraße 83
Kosten?	77,00 Euro
Anmeldung?	KOBIseminare, Ines Potreck, i.potreck@gmx.de , Telefon 0178 60 51 95 8

Oktober

Kontopfändung - Wie komme ich an mein Geld?

36 

In Deutschland kommt es monatlich zu rund 300.000 bis 350.000 Kontopfändungen. Wir möchten Ihnen Wege aufzeigen, wie Sie Ihr Konto schützen und wieder mehr Sicherheit gewinnen können.

Wann?	Do 01.10.2026, 14:00-15:00 Uhr
Wo?	SKM Dortmund e.V., Propsteihof 10
Kosten?	kostenfrei
Anmeldung?	SKM Dortmund e.V., Birgit Lembcke, Telefon 0231 18 48 11 7, sb@skm-dortmund.de, ksd-dortmund.de/skm-dortmund

Betzavta Workshop – Demokratie erleben

19 

Betzavta ist israelisch und bedeutet Miteinander. In dem Workshop nach der Betzavta-Methode geht es um das Erfahren, Erlernen und Begreifen eines demokratischen Miteinanders im Kontext des persönlichen Umgangs, als Bestandteil einer Organisation und der Gesellschaft.

Die Methode „Betzavta“ arbeitet mit erlebnis- und erfahrungsorientierten Übungen. Im Mittelpunkt steht nicht die theoretische Vermittlung von Demokratie, sondern das gemeinsame Erleben, Aushandeln und Reflektieren von Gruppenprozessen. Gerade für eine demokratische und gleichberechtigte Gesellschaft ist es wichtig, Beteiligung bewusst zu gestalten und unterschiedliche Erfahrungen und Sichtweisen sichtbar zu machen. Der Workshop bietet die Möglichkeit, eigene Verhaltensmuster und Dynamiken in Gruppen besser zu verstehen und gemeinsam neue Perspektiven auf demokratisches Handeln zu entwickeln. Hauptakteur*innen sind dabei die Teilnehmenden selbst.

Wann?	Do 08.10.2026, 17:00-20:00 Uhr
Wo?	Südwall 21-23 (Forum EG)
Kosten?	kostenfrei
Anmeldung?	beteiligung.nrw.de/k/1026825



Forum: Gleichstellung fördern, Vielfalt stärken, Bündnisse festigen

19 44 49 50  

Demokratische Errungenschaften geraten weltweit zunehmend unter Druck – auch in Europa und Deutschland. Autoritäre und rechtspopulistische Kräfte greifen gezielt Gleichstellungs-, Diversity- und Teilhabepolitiken an. Antifeminismus fungiert dabei immer häufiger als strategisches Bindeglied unterschiedlicher demokratiefeindlicher Strömungen. Gleichzeitig stehen Institutionen, Bildungseinrichtungen, Kommunen, Verbände und zivilgesellschaftliche Initiativen unter wachsendem Legitimations- und Ressourcendruck. Umso wichtiger ist es, Räume für Austausch, Vernetzung und solidarische Bündnisse zu schaffen. Das Forum „Demokratie stärken, Gleichstellung verteidigen, Vielfalt gestalten“ lädt dazu ein, aktuelle gesellschaftliche Entwicklungen zu diskutieren, feministische und diversitätssensible Perspektiven zu stärken und gemeinsame Strategien für eine offene, demokratische und vielfältige Gesellschaft zu entwickeln. Den Auftakt bildet die Keynote von Fabian Ceska, Mitgründer der Organisation Detox Identity, die bundesweit zu kritischer Männlichkeit, Antifeminismus und diskriminierungskritischer Bildungsarbeit arbeitet. Ergänzt wird das Forum durch vielfältige parallele Workshops zu Themen wie Antifeminismus, Demokratiewerkarbeit, Diversity, Intersektionalität und gesellschaftlicher Teilhabe.

Wann? Fr 09.10.2026, 10:00–16:30 Uhr
Wo? VHS Dortmund, Kampstraße 47
Kosten? kostenfrei
Anmeldung? Ab August auf gleichstellungsstellen-nrw.de
LAG kommunaler Gleichstellungsstellen



Wohnen im Wandel meiner Lebensphasen – den eigenen Wohnraum zukunftsfähig gestalten

40  

Leere Zimmer, hohe Nebenkosten – ein Haus, das nicht mehr zum Leben passt. Viele Frauen kennen dieses Gefühl. Ob man heute schon vorausschauend plant oder akuten Handlungsbedarf hat: Wer frühzeitig mitdenkt, gewinnt mehr Möglichkeiten und Selbstbestimmung. Wohnsuffizienz bedeutet dabei keinen Verzicht, sondern einen bewussten Umgang mit Raum – heute und morgen. Dieser Vortrag zeigt konkrete Umbau- und Umnutzungsstrategien: von cleveren Grundrissveränderungen über klassische Einliegerwohnung, bis hin zu gemeinschaftlichen Wohnmodellen. Das Ziel ist nicht weniger Wohnraum, sondern mehr Lebensqualität.

Wann? Do 08.10.2026 (Uhrzeit steht noch nicht fest)
Wo? Freistuhl 7
Kosten? kostenfrei
Anmeldung? per Mail an klimaagentur@stadtdo.de

DJ Workshop für Frauen



Du wolltest schon immer wissen, wie man auflegt, welche Technik DJ's in Clubs benutzen oder welches Equipment für dich zum Einstieg in die Kunst des DJings geeignet ist? In diesem Workshop entdeckst du mit Tutku vielfältige DJ-Setups, Musikformate und Software und lerne, wie du Tracks importierst, wie du Geschwindigkeiten und Rhythmus für nahtlose Übergänge zwischen Songs anpasst. Zudem erfährst du, welches Equipment du für deinen Gig brauchst. Der Workshop ist interaktiv, also sei bereit, das Erlernete aktiv mit praktischen Übungen umzusetzen! Zum Abschluss bekommst du ein Skript und kleine Tutorial Videos, um zu Hause direkt weiterzumachen, wo du aufgehört hast.

Wann? Sa 10.10.2026, 10:00–16:00 Uhr
Wo? Club Suavemente, Prinzenstraße 11
Kosten? kostenfrei
Anmeldung? beteiligung.nrw.de/k/1026823



Kino Weltsichten: ONCE UPON A TIME IN THE FUTURE: 2121



Die Erde ist am Ende des 21. Jahrhunderts aufgrund der Klimakrise und von Hungersnöten unbewohnbar geworden. Die wenigen Überlebenden haben eine Kolonie im Untergrund gebildet. Die „Junge Verwaltung“ kontrolliert streng die Bevölkerungszahl. Für jedes Neugeborene muss eine alte Person geopfert werden. Als sich bei einer kleinen Familie Nachwuchs ankündigt, hat dies dramatische Konsequenzen. Mit viel Humor und Anspielungen auf aktuelle Tendenzen wirft der Film einen Blick in die mögliche Zukunft unserer Gesellschaft angesichts der Klimakrise und verhandelt dabei ein globales Thema von höchster Aktualität. Der erste türkische Science-Fiction-Film einer weiblichen Regisseurin ist auch der erste nachhaltig produzierte Film der Türkei. Türkei 2022, Science-Fiction; Regie: Serpil Altın, 92 Minuten, Original mit Untertiteln.

Wann? So 11.10.2026, 15:00 Uhr
Wo? Schauburg, Brückstraße 66
Kosten? kostenfrei
Anmeldung? keine Anmeldung erforderlich

Politischer überparteilicher Stammtisch

39 ★ ♿

Frauke Füsers, seit November 2025 neue Dezernentin für Arbeit, Gesundheit, Soziales, Sport und Freizeit berichtet über ihr umfassendes neues Aufgabengebiet, ihren Wechsel vom Land NRW zur Stadt Dortmund, ihrer Heimatstadt, und von ihren Schwerpunkten und Zielsetzungen.

- Wann?** Do 15.10.2026, 17:00 Uhr
Wo? Die Örtlichkeit wird rechtzeitig bei Facebook & Instagram bekannt gegeben
Kosten? kostenfrei (Kosten für Verzehr sind selbst zu tragen)
Anmeldung? Anmeldung bis 02.10.2026 bei Ursula Pulpanek-Seidel unter Telefon 0173 21 21 81 2 oder per Mail ursulapulpanek@aol.com

TOTAL E-QUALITY in Erfurt – Gemeinsam zur Prädikatsverleihung 2026

19 46 47 🚌

Die Initiatorinnen der Kampagne „TOTAL E-QUALITY in der Metropole Ruhr“ laden interessierte Vertreter*innen aus Unternehmen, Verbänden, Vereinen, wissenschaftlichen Einrichtungen und Kommunalverwaltungen zu einer gemeinsamen Fahrt zur bundesweiten TOTAL E-QUALITY-Prädikatsverleihung nach Erfurt ein. Die Fahrt bietet die Möglichkeit, das TOTAL E-QUALITY-Prädikat kennenzulernen, mit ausgezeichneten Organisationen ins Gespräch zu kommen und Einblicke in erfolgreiche Gleichstellungs- und Diversitätsarbeit zu erhalten. Gleichzeitig bietet die gemeinsame Reise Raum für Austausch, Vernetzung und neue Impulse über verschiedene Bereiche und Institutionen hinweg. Mitreisen werden unter anderem diesjährige Prädikatsträger*innen aus Dortmund und der Metropole Ruhr. Die Delegation reist bereits am Vortag der feierlichen Prädikatsverleihung gemeinsam mit dem Bus nach Erfurt. Das Vortagsprogramm stand zum Redaktionsschluss noch nicht fest. Am Abend des 21. Oktobers wird es ein gemeinsames Abendessen in einem Restaurant in Erfurt geben (Selbstkosten). Die feierliche Verleihung am 21. Oktober findet von 10:00–15:00 Uhr im Augustinerkloster Erfurt statt.

- Wann?** 20.–21.10.2026, Abfahrt 07:30 Uhr bei der DSW21, Rückkehr 21:00 Uhr am 21.10.2026
Wo? Ev. Augustinerkloster, Augustinerstraße 10, 99084 Erfurt
Kosten? 15,00 Euro (Snacks und Getränke während der Busfahrt)
Anmeldung? Voraussichtlich ab Juli 2026 auf dffw.de
Dortmunder Forums Frau und Wirtschaft



Grenzen setzen – gelassen bleiben



In dem eintägigen Selbstbehauptungs-Workshop für Frauen ab 18 Jahren nach WenDo lernen Sie, sich für sich selbst einzusetzen und sich gegen Grenzüberschreitungen zu wehren. Bitte bequeme Kleidung mitbringen.

- Wann?** Sa 31.10.2026, 10:00–17:00 Uhr
Wo? Frauenberatungsstelle Dortmund, Märkische Straße 212–218
Kosten? kostenfrei
Anmeldung? Frauenberatungsstelle Dortmund,
Telefon 0231 52 10 08
frauenberatungsstelle-dortmund.de,
frauen@frauenberatungsstelle-dortmund.de

November

Politischer überparteilicher Stammtisch



Betreutes Wohnen für alte Menschen in Gastfamilien – das organisiert das gemeinnützige Unternehmen „Herbstzeit“ aus Baden-Württemberg. Als Alternative zur Heimunterbringung vermittelt und betreut es pflegebedürftige und alterspsychiatrisch erkrankte Menschen in Gastfamilien. Das Angebot richtet sich vornehmlich an Menschen, die aufgrund ihres Alters nicht mehr selbstständig leben können und die notwendige Betreuung in einer Familie erhalten, steht aber auch jüngeren Pflegebedürftigen offen. Gastfamilien und Bewohner*innen werden stets fachlich begleitet. Herbstzeit-Geschäftsführerin Heike Schaal und eine Angehörige stellen das Projekt vor und überlegen gemeinsam mit den Interessierten, unter welchen Rahmenbedingungen eine vergleichbare Betreuungsform auch im Ruhrgebiet umsetzbar wäre.

Mehr Infos: herbstzeit-bwf.de

- Wann?** Do 05.11.2026, 17:00 Uhr
Wo? Die Örtlichkeit wird rechtzeitig bei Facebook & Instagram bekanntgegeben
Kosten? kostenfrei (Kosten für Verzehr sind selbst zu tragen)
Anmeldung? Anmeldung bis 02.10.2026 bei Ursula Pulpanek-Seidel unter Telefon 0173 21 21 81 2 oder per Mail ursulapulpanek@aol.com

CHARITY KONZERT



Ein stimmungsvoller Benefizabend erwartet die Gäste bei unserem Charity-Konzert. In stimmungsvoller Atmosphäre erklingt klassische Musik, die Herz und Seele berührt. Renommierte Musiker*innen präsentieren ein vielseitiges Programm zugunsten eines guten Zwecks. Genießen Sie einen besonderen Abend voller Klang, Kultur und Engagement.

Die an diesem Abend gesammelten Spenden kommen einem sozialen Projekt zugute, welches an dem Abend bekannt gegeben wird.

Come together: 18:00 Uhr / Konzertbeginn: 19:00 Uhr

Wann?	Do 05.11.2026, 18:00–22:30 Uhr
Wo?	Haus Schulte-Witten (Blauer Salon), Wittener Straße 3
Kosten?	25,00 Euro (Eintrittsgeld inkl. Getränke und Fingerfood)
Anmeldung?	Förderverein Soroptimist Club Dortmund RuhrRegion e.V., Ulrike Weber, Telefon 0231 55 06 90 76 11 info@si-ruhrregion.de, si-ruhrregion.de

Vergib uns unsere Weihnachtsfeste



Unter dem Thema „Vergib uns unsere Weihnachtsfeste“ laden wir dazu ein, ehrlich auf unsere vertrauten Weihnachtsgewohnheiten zu schauen. Weihnachten eine Chance zwischen hohen Erwartungen, Perfektionsanspruch und innerem Druck etwas neu zu entdecken, wie Vergebung, Versöhnung und den Blick auf Jesus Christus und seine tiefe, befreiende Bedeutung zu geben.

Wann?	Sa 07.11.2026, 9:00–11:30 Uhr
Wo?	Ev. St. Mariengemeinde Dortmund (Gemeindesaal), Kleppingstraße 5
Kosten?	Vollzahler*in 15,00 Euro, ermäßigt 9,00 Euro
Anmeldung?	Frühstückstreffen für Frauen – Dortmund Beate Weckelmann, Telefon 0231 16 73 837 fff-do@gmx.de, fff-do.de.tl

Ni una menos – Konferenz



Anfang November jährt sich der Femizid an unserer Nachbarin Sara. Um ihrer und aller anderen Opfern von Femiziden zu gedenken und gemeinsam gegen Sexismus und Gewalt gegen Frauen aktiv zu werden, veranstalten wir eine Konferenz mit dem Titel „Ni una menos“. Dieser Slogan wurde von der latein-amerikanischen feministischen Bewegung geprägt und bedeutet: keine einzige mehr. Es wird Inputs, Workshops und eine Podiumsdiskussion geben.

Gedenken. Vernetzen. Widerstand organisieren. Diese Konferenz richtet sich an alle feministisch aktiven Einzelpersonen und Gruppen.

Wann?	Sa 07.11.2026, 11:00–20:00 Uhr
Wo?	DIDF/Bezert e.V, Bornstraße 26
Kosten?	kostenfrei
Anmeldung?	Anmeldung nicht verpflichtend, zur besseren Planung über die E-Mailadresse keinemehr.ruhr@web.de erwünscht.

Gemeinsam weniger allein: Jahresabschluss und Weihnachtsfeier



Einsamkeit und die Herausforderungen des Alltags sind für viele Alleinerziehende eine große Herausforderung. Um ihnen Unterstützung und Austausch zu ermöglichen, laden wir alle interessierten Eltern zu gemeinsamen Aktionen ein. In angenehmer Atmosphäre bieten wir den Einelternfamilien die Möglichkeit zum Austausch und Vernetzung. An diesem Tag haben die Eltern die Möglichkeit, einige entspannte Stunden zu verleben. Es wird eine Kinderbetreuung mit angeboten und die Angebote sind für alle Eltern kostenfrei! Die Veranstaltung wird in Kooperation mit der Koordinierungsstelle Einsamkeit, dem Gleichstellungsbüro und dem Familienbüro Huckarde der Stadt Dortmund organisiert.

Wann?	So 08.11.2026, 14:00–17:00 Uhr
Wo?	Bürgerhaus Pulsschlag, Vogelpothsweg 15
Kosten?	kostenfrei
Anmeldung?	Familienbüro Huckarde, Telefon 0231 50 28 43 5

Kino Weltsichten: FASSADEN – Über das, was oft verborgen bleibt

1 19 23 43  

Die Veranstaltenden der Kinoreihe KinoWeltsichten laden gemeinsam mit dem Gleichstellungsbüro der Stadt Dortmund zur Vorführung des Dokumentarfilms FASSADEN ein. Gesprochen von Sandra Hüller erzählt der Film die Geschichte einer Frau, die aus einer langjährigen zunächst liebevollen dann immer gewalttätigeren Beziehung ausbricht – und zeigt zugleich, was hinter den scheinbar normalen Fassaden verborgen bleibt. Eindringlich, nahbar und bewegend zeigt der Film mit tänzerischen Mitteln, wie Frauen um Selbstbestimmung kämpfen und wie wichtig Unterstützung und Zuhören auf dem Weg aus Gewalt sein können. Im Anschluss spricht Regisseurin Alina Cyranek gemeinsam mit Vertreter*innen der Dortmunder Frauenhilfstruktur und der Gleichstellungsbeauftragten Maresa Feldmann darüber, warum Gewalt gegen Frauen oft unsichtbar bleibt – und was sich ändern muss. Die Veranstaltung verbindet Kinoerlebnis und Gespräch und lädt dazu ein, neue Perspektiven zu entdecken und miteinander ins Gespräch zu kommen.

Wann? So 08.11.2026, 15:00 Uhr
Wo? Schauburg, Brückstraße 66
Kosten? kostenfrei
Anmeldung? keine Anmeldung erforderlich

Einblicke in die Arbeit des Frauenhauses

15  

Das Frauenhaus Dortmund ist eine anonyme Gewaltschutzeinrichtung. Jedes Jahr werden bis zu 100 Frauen und bis zu 100 Kinder im Frauenhaus Dortmund aufgenommen. Alle Frauen sind von häuslicher Gewalt betroffen, sei es psychischer, körperlicher oder sexueller Gewalt. In diesem Onlinevortrag werden wir Ihnen die Arbeit des Frauenhauses vorstellen.

Wann? Di 10.11.2026, 10:00–11:00 Uhr
Wo? Online
Kosten? kostenfrei
Anmeldung? Anmeldungen bitte bis zum 01.11.2026 per Mail an frauen@frauenhaus-dortmund.de
Der Anmeldelink zum Vortrag wird Ihnen kurz vor der Veranstaltung zugesendet.

Eine Frage des Stils – 3-3-3 Finde deinen Style



Wie fühlst du dich in deiner Kleidung? Strahlst du aus, was dich wirklich ausmacht? Wo liegen die kleinen (und großen) Kniffe, um gut auszusehen und sich in der eigenen Kleidung wohlfühlen?

Typberatung macht deine Persönlichkeit durch die Wahl der richtigen Farben, Schnitte, Materialien sichtbar. In diesem interaktiven Workshop zeige ich dir viele Tipps und Impulse, wie du durch dein Äußeres ins Strahlen kommst. Dafür bringst du neun deiner Kleidungsstücke mit: drei, die du gerne trägst, drei, die du bisher noch nicht getragen hast und drei, für die du nach Kombinationsmöglichkeiten suchst.

Wann?	Fr 13.11.2026, 16:00–18:30 Uhr
Wo?	KOBI-Räume an der Ruhr, Ruhrstraße 16, 58239 Schwerte
Kosten?	58,00 Euro
Anmeldung?	KOBIseminare, Ines Potreck, i.potreck@gmx.de, Telefon 0178 60 51 95 8

Grenzen setzen – gelassen bleiben



In dem eintägigen Selbstbehauptungs-Workshop für Frauen ab 18 Jahren nach WenDo lernen Sie, sich für sich selbst einzusetzen und sich gegen Grenzüberschreitungen zu wehren. Bitte bequeme Kleidung mitbringen.

Wann?	Sa 14.11.2026, 10:00–17:00 Uhr
Wo?	Frauenberatungsstelle Dortmund, Märkische Straße 212–218
Kosten?	kostenfrei
Anmeldung?	Frauenberatungsstelle Dortmund, Telefon 0231 52 10 08, frauen@frauenberatungsstelle-dortmund.de frauenberatungsstelle-dortmund.de

Werde Demokratieschützerin – Demokratietag im Rathaus



Am 19. November 2026 findet im Rathaus Dortmund der Demokratietag unter dem Motto „Werde Demokratieschützerin“ statt. Frauen sind in der Kommunalpolitik weiterhin deutlich unterrepräsentiert – in Dortmund liegt der Anteil im Rat bei 34,48%, Tendenz sinkend! Insbesondere junge Frauen, Frauen mit

Migrationsbiografie oder Behinderung sind in politischen Gremien seltener vertreten. Dieser Tag möchte das ändern: Interessierte erhalten Informationen zu kommunalpolitischen Beteiligungsmöglichkeiten, der Arbeit in politischen Gremien und der Kampagne „She for Democracy“. Im lockeren Austausch mit Dortmunder Ratsfrauen und sachkundigen Bürgerinnen gibt es persönliche Einblicke in kommunalpolitisches Engagement. Künstlerisch bereichert wird der Abend durch die Bühnenpoetin Jessy James LaFleur. Für das leibliche Wohl wird ebenfalls gesorgt. Kommt vorbei und gestaltet die demokratische Teilhabe in Dortmund aktiv mit!

Wann? Do 19.11.2026, 17:00–20:30 Uhr
Wo? Rathaus Dortmund, Friedensplatz 1
Kosten? kostenfrei
Anmeldung? beteiligung.nrw.de/k/1026836



Solidaritätsaktion: Break the silence – Gemeinsam gegen Gewalt



Die AG Dortmunder Frauenverbände e.V., die Frauenberatungsstelle Dortmund und das Gleichstellungsbüro der Stadt Dortmund laden am Internationalen Tag gegen Gewalt an Frauen zu einer gemeinsamen Solidaritätsaktion auf dem Friedensplatz ein.

Im Mittelpunkt stehen die Stimmen von Frauen, die Gewalt erfahren haben. Ihre anonymen Statements geben Einblicke in Erfahrungen mit Gewalt und in das, was Betroffenen geholfen hat oder was sie sich gewünscht hätten.

Mitglieder der Dortmunder Frauenverbände, der Frauenberatungsstelle und des Gleichstellungsbüros verlesen die Beiträge öffentlich. Begleitet wird die Veranstaltung von Gongklängen, die den Stimmen Raum geben und ein Zeichen gegen Gewalt an Frauen setzen.

Die Statements werden während der Solidaritätsaktion sichtbar präsentiert und anschließend in der Berswordthalle ausgestellt.

Die Veranstalterinnen laden alle Interessierten ein, gemeinsam Haltung zu zeigen: gegen Gewalt an Frauen und für Solidarität und Empowerment.

Wann? Mi 25.11.2026, 16:30–17:15 Uhr
Wo? Friedensplatz 1
Kosten? kostenfrei
Anmeldung? nein

OpferMacht – Break the Silence. Lesung mit Podium



Im Anschluss an die Solidaritätsaktion „Break the Silence – Gemeinsam gegen Gewalt“ auf dem Friedensplatz lädt das Gleichstellungsbüro der Stadt Dortmund zum gemeinsamen Ankommen bei einer stärkenden Suppe und anschließend zu einem Gesprächs- und Leseabend mit der Autorin Nora Kellner ein. In ihrem Buch OpferMacht setzt sich Nora Kellner mit sexualisierter Gewalt, gesellschaftlichen Machtstrukturen und der Frage auseinander, wie Betroffene sprachfähig und sichtbar bleiben können. Ausgangspunkt sind persönliche Erfahrungen, verbunden mit einem kritischen Blick auf gesellschaftliche Debatten sowie den Umgang von Polizei und Justiz mit Betroffenen. Neben der Lesung diskutieren Dortmunder Akteur*innen aus Beratung und Gewaltschutz gemeinsam über Perspektiven auf Gewalt gegen Frauen, Unterstützungssysteme und die Frage, wie Solidarität und Empowerment gelingen können. Moderiert wird die Veranstaltung von Christiane Poertgen.

Wann? Mi 25.11.2026, Einlass: 17:30 Uhr 18:00–19:30 Uhr
Wo? Rathaus Dortmund (Saal Westfalia), Friedensplatz 1
Kosten? kostenfrei
Anmeldung? beteiligung.nrw.de/k/1026834



Ausstellung: Break the silence. – Gemeinsam gegen Gewalt



Die Ausstellung macht Stimmen von Frauen sichtbar, die Gewalt erfahren haben. In anonymen Statements erzählen sie von Angst, Verletzungen und Sprachlosigkeit – aber auch von Mut, Unterstützung und dem Wunsch nach einem Leben ohne Gewalt. Ergänzt werden die Beiträge durch Informationen zu Gewalt gegen Frauen, gesellschaftlichen Hintergründen und Unterstützungsangeboten. Die Ausstellung lädt dazu ein, hinzusehen, zuzuhören und sich mit den Geschichten und Erfahrungen hinter dem Schweigen auseinanderzusetzen.

Wann? 25.11.–13.12.2026 zu den Öffnungszeiten
Wo? Berswordthalle, Kleppingstraße 43
Kosten: kostenfrei
Anmeldung? nicht erforderlich

Gemeinsam gegen Gewalt

33 37 

Anlässlich des Internationalen Tages zur Beseitigung von Gewalt gegen Frauen laden wir herzlich zu einem besonderen Informationsabend ein.

Wann?	Fr 27.11.2026, 17:00–19:00 Uhr
Wo?	Wird bei Anmeldung bekannt gegeben
Kosten?	kostenfrei
Anmeldung?	Sophia e.V., Rahime Sayın, info@sophiaev.de

Dezember

Farb- und Stilberatung für Frauen

44  

Haben Sie sich schon gefragt, wie Farben Ihr Auftreten prägen? Dieser Kurs zeigt, wie Sie mit typgerechter Kleidung mehr Selbstbewusstsein im Alltag und Beruf ausstrahlen. Lernen Sie, Farben harmonisch auf Ihren Teint abzustimmen, Ihren persönlichen Stil zu entwickeln und durch gezieltes Kombinieren Ihre Persönlichkeit zu unterstreichen. Eine individuelle Farbberatung hilft Ihnen, das perfekte Farbenspiel zu finden.

Wann?	Sa 05.12.2026, 09:30–16:15 Uhr
Wo?	VHS Dortmund, Hansastrasse 2–4
Kosten?	55,20 Euro
Anmeldung?	vhs.de; Kurs-Nr. 26-14243D

KinoWeltsichten: Kinderfilm

1 23 43  

Welcher Film gezeigt wird, bleibt noch eine Überraschung – fest steht aber schon jetzt: Am 13.12. erwartet Kinder und Familien ein besonderer Kinonachmittag mit einer Geschichte zum Mitfiebern, Lachen, Nachdenken oder Träumen. Die Veranstaltenden wählen derzeit einen Film aus, der Kinder begeistert und zugleich Mut, Freundschaft, Zusammenhalt oder starke junge Held*innen in den Mittelpunkt stellt. Wer neugierig ist und sich überraschen lassen möchte, sollte sich den Termin schon jetzt vormerken. Weitere Informationen zum Film werden rechtzeitig bekannt gegeben.

Wann? So 13.12.2026, 15:00 Uhr
Wo? Schauburg, Brückstraße 66
Kosten? kostenfrei
Anmeldung? keine Anmeldung erforderlich

Singen, Gemeinschaft, Advent – Weihnachtssingen für Frauen

1 12 19 ★ ♿

Am 3. Advent sind alle Frauen herzlich zu einem gemeinsamen Weihnachtssingen in besonderer Atmosphäre eingeladen. Begleitet am Piano werden traditionelle und moderne Weihnachtslieder gemeinsam gesungen – mal besinnlich, mal fröhlich, immer verbindend. Im Mittelpunkt stehen Gemeinschaft, Begegnung und die Freude am gemeinsamen Erleben der Adventszeit. Gerade in der oft hektischen Vorweihnachtszeit möchte die Veranstaltung einen Raum schaffen, in dem Frauen zusammenkommen, innehalten, Kraft schöpfen und adventliche Gemeinschaft genießen können. Dabei spielt es keine Rolle, ob regelmäßig gesungen wird oder einfach die Freude an Musik, Austausch und weihnachtlicher Stimmung im Vordergrund steht – willkommen sind alle Frauen. Ein kleines gemeinsames Buffet begleitet den Abend und lädt zum Genießen und Verweilen ein. Damit ein vielfältiges adventliches Buffet entstehen kann, freuen wir uns über mitgebrachte Kleinigkeiten wie Fingerfood, Plätzchen oder andere Snacks zum Teilen. Getränke werden bereitgestellt.

Wann? So 13.12.2026 (3. Advent), 17:00 Uhr
Wo? Petrikerche Dortmund
Anmeldung? beteiligung.nrw.de/k/1026828



Regelmäßige Termine

Mentorinnen für qualifizierte Migrantinnen gesucht



Sie möchten Ihre Berufs- und Lebenserfahrung zum Wohle anderer weitergeben und eine ehrenamtliche Aufgabe von hoher gesellschaftlicher Relevanz übernehmen, indem Sie qualifizierte Frauen mit Flucht- und Migrationserfahrung auf ihrem Weg in den deutschen Arbeitsmarkt unterstützen? Dann werden Sie Mentorin bei PerMenti. Gerne informieren wir Sie in einem persönlichen Gespräch über unser Projekt.

Wann?	Dienstag bis Freitag, 09:00-14:00 Uhr
Wo?	Grone Bildungszentren NRW, Freistuhl 3 (4. Etage)
Kosten?	kostenfrei
Anmeldung?	Grone Bildungszentren NRW, Giulia Di Nauta, Tel. 0231 72 00 83 39, g.dinauta@grone.de,

Offene Sprechzeit des Dienstleistungszentrums Bildung



Wir beraten neutral, unabhängig und kostenfrei zu allen Fragen rund um Bildung. Schüler*innen, Erziehungsberechtigte und Mentor*innen erhalten individuelle Beratungsangebote. In der Sprechzeit der Allgemeinen Bildungsberatung können Fragen rund um Schule und Übergänge gestellt werden. Von der Einschulung bis zum Berufskolleg und darüber hinaus. Die Beratung erfolgt nach Terminvereinbarung oder ohne Termin in der offenen Sprechzeit.

Wann?	Jeden Dienstag 13:00-15:00 Uhr
Wo?	Dienstleistungszentrum Bildung (DLZB) im Fachbereich Schule der Stadt Dortmund, Königswall 25-27
Kosten?	kostenfrei
Anmeldung?	keine Anmeldung erforderlich

Berufschancen für qualifizierte Migrantinnen



Sie wollen Ihre Qualifikationen und Erfahrungen (z.B. als Lehrerin, Ingenieurin, Informatikerin) für einen beruflichen Neuanfang in Deutschland nutzen? Sie geben Ihr Bestes, um dieses Ziel zu erreichen, sind aber bisher immer wieder auf Probleme und Hindernisse gestoßen? Gerne informieren wir Sie in einem persönlichen Gespräch über unser Projekt PerMenti NRW und unsere Unterstützungsangebote. Ansprechpartnerin: Shlomit Stein

- Wann?** Jeden ersten Donnerstag im Monat 10:00–12:00 Uhr
Wo? Grone Bildungszentren NRW, Freistuhl 3 (4. Etage)
Kosten? kostenfrei
Anmeldung? keine Anmeldung erforderlich

Frauen für Frauen – gewaltsensible Gesprächsrunde



Du fühlst dich unwohl oder hast Angst vor deinem Partner? Irgendwas stimmt in deiner Beziehung nicht, aber niemand nimmt dich ernst? Du traust dich nicht mit deinen Angehörigen darüber zu sprechen? Dann komm zu unserer Gesprächsrunde! Wir bieten in einem vertrauensvollen Rahmen die Möglichkeit, mit anderen Frauen, die Ähnliches erlebt haben, in Kontakt zu kommen. Im Fokus stehen bei uns Verständnis, gegenseitige Hilfe und Empowerment. Anonym und ohne Anmeldung.

- Wann?** Jeden zweiten Freitag im Monat
12.06.2026 / 10.07.2026 / 14.08.2026 / 11.09.2026 /
09.10.2026 / 13.11.2026 / 11.12.2026, 19:15–21:15 Uhr
Wo? Frauen- und Mädchenraum Lyra
(im Union Salon), Siegfriedstraße 14
Kosten? kostenfrei
Anmeldung? keine Anmeldung erforderlich

Beratung für Alleinerziehende

22 35  

Persönliche Beratung und professionelle Hilfe für Alleinerziehende (alleinerziehend, getrenntlebend oder geschieden)

Wann?	Termine nach Vereinbarung
Wo?	IN VIA Dortmund e.V. / SkF Hörde e.V. – Haus der sozialen Dienste, Münsterstraße 57
Kosten?	kostenfrei
Anmeldung?	IN VIA Dortmund e.V. Beratung für Alleinerziehende, Katrin Hörnemann, Tel. 0231 95 24 38 80, info@alleinerziehendindortmund.de, invia-dortmund.de

Beratung Klimaagentur der Stadt Dortmund

40  

Kennen Sie das Beratungsangebot der Klimaagentur?
Energieberatung * Förderprogramme *Veranstaltungen
Die Klimaagentur ist das Beratungszentrum des Umweltamtes für Fragen rund um Gebäudemodernisierung, zukunftsweisende Neubauten und Nutzung Erneuerbarer Energien. Sie interessieren sich für energieeffizientes Bauen oder Sanieren und dafür passende Fördermittel? Sie wünschen eine individuelle Energieberatung? Die Klimaagentur bietet kostenfrei, unabhängig und persönlich eine Energieberatung durch erfahrene Energieberater*innen an. Die Initialberatung ermöglicht einen Überblick über mögliche Einsparpotentiale beim Gebäude, Kosten und Fördermittel. Welche Erneuerbaren Energien am Objekt eingesetzt werden können, ist ebenso Bestandteil der Beratung wie grundlegende Informationen zu konkreten Maßnahmen wie Heizungserneuerung oder Fassadendämmung. Dabei wird vor allem ein Überblick zu möglichen Maßnahmen gegeben, Hinweise zur vorteilhaften Reihenfolge und möglichen Fördermöglichkeiten. Die Beratung kann auf Anfrage in Deutsch, Englisch oder Türkisch erfolgen. Termine für eine telefonische oder persönliche Beratung in der Klimaagentur können bequem direkt online gebucht werden unter: dortmund.de/energieberatung. Alle Informationen zur Klimaagentur und unseren Services finden Sie unter: dortmund.de/klimaagentur

Wann?	Termine nach Vereinbarung
Wo?	Online oder bei der Klimaagentur, Freistuhl 7
Kosten?	kostenfrei
Anmeldung?	dortmund.de/energieberatung

Offene Beratung im Übergang Schule und Beruf



Persönliche Beratung von Jugendlichen und jungen Erwachsenen bis 27 Jahre
- Unterstützungsangebote rund um Ausbildung und Beruf.

- Wann?** Termine nach Vereinbarung, Bürozeiten: Mo–Do 09:00–12:30 Uhr und 14:00–17:00 Uhr, Fr 09:00–12:30 Uhr
- Wo?** IN VIA Dortmund e.V., Propsteihof 10
- Kosten?** kostenfrei
- Anmeldung?** IN VIA Dortmund e.V., Sabine Omlin, Tel. 0231 18 48 13 9, beratungsstelle@invia-dortmund.de, invia-dortmund.de

Jugendmigrationsdienst



Persönliche Beratung von jungen Menschen mit Migrationshintergrund im Alter von 12 bis 27 Jahren, die in Dortmund leben.

- Wann?** Termine nach Vereinbarung, Offene Sprechstunde: Mo 09:00–12:00 Uhr, Do 09:00–12:00 Uhr und 14:00–17:00 Uhr
- Wo?** IN VIA Dortmund e.V., Propsteihof 10
- Kosten?** kostenfrei
- Anmeldung?** IN VIA Dortmund e.V. Migrationsdienst, Vinka Slisko, Tel. 0231 18 48 143, info@jmd@invia-dortmund.de, invia-dortmund.de

Freiwilliges Soziales Jahr (FSJ)



Persönliche Beratung von jungen Menschen bis 27 Jahren zum Freiwilligen Sozialen Jahr (FSJ).

- Wann?** Termine nach Vereinbarung
Bürozeiten: Mo–Do 09:00–12:30 Uhr und 14:00–17:00 Uhr, Fr 09:00–12:30 Uhr
- Wo?** IN VIA Dortmund e.V., Propsteihof 10
- Kosten?** kostenfrei
- Anmeldung?** IN VIA Dortmund e.V. Migrationsdienst, Sabine Omlin, Tel. 0231 18 48 139, beratungsstelle@invia-dortmund.de, invia-dortmund.de

Beratungsstelle Jugend & Beruf – Außenstelle Nord



Persönliche Beratung von Jugendlichen und jungen Erwachsenen bis 27 Jahren – Unterstützungsangebote rund um Ausbildung und Beruf.

- Wann?** Termine nach Vereinbarung
Wo? IN VIA Dortmund e.V. – Außenstelle Nord
Haus der sozialen Dienste, Münsterstraße 57
Kosten? kostenfrei
Anmeldung? IN VIA Dortmund e.V. Migrationsdienst, Karoline Schlumbom,
Tel. 0231 95 24 38 89, info.jmd@invia-dortmund.de,
invia-dortmund.de

Jugendmigrationsdienst – Außenstelle Nord



Persönliche Beratung von jungen Menschen mit Migrationshintergrund im Alter von 12 bis 27 Jahren, die in Dortmund leben.

- Wann?** Termine nach Vereinbarung
Wo? IN VIA Dortmund e.V. – Außenstelle Nord,
Haus der sozialen Dienste, Münsterstraße 57
Kosten? kostenfrei
Anmeldung? IN VIA Dortmund e.V. Migrationsdienst, Edita Fischbuch,
Tel. 0231 18 48 14 8, info.jmd@invia-dortmund.de,
invia-dortmund.de

Beratung MBE



Persönliche und kostenlose Beratung von Migrant*innen ab 27 Jahren, die in Dortmund leben zu den Themen: Deutschkurse, Schule, Ausbildung, Beruf, Anerkennung ausländischer Abschlüsse, Aufenthaltsfragen, wirtschaftliche Fragen, Ehe, Partnerschaft, Familie und Gesundheitsfragen.

- Wann?** Termine nach telefonischer Vereinbarung: Mo–Fr.
Offene Sprechstunde jeden Dienstag von 9:00–11:00 Uhr und
jeden Donnerstag von 13:00–15:00 Uhr
Wo? Deutsches Rotes Kreuz KV Dortmund e.V., Beurhausstraße 71
Kosten? kostenfrei
Anmeldung? Ja

Energieberatung/Heiz- und Nebenkostencheck



Energieberatung/Heiz- und Nebenkostencheck.

Telefon 0231 72 60 14 60

Wann? Täglich 11:00–15:00 Uhr

Wo? Caritasverband Dortmund Energiesparservice,
Minister-Stein-Allee 5

Kosten? kostenfrei

Anmeldung? Bei Mario Marques de Carvalho per Mail an
energiesparservice@caritas-dortmund.de

Ferienfreizeit auf Borkum



Du hast noch keine Pläne für die Sommerferien? Du verbringst gerne Zeit mit anderen Mädchen? Du traust dir 5 Tage ohne Eltern in einer Jugendherberge zu? Du bist 12 Jahre oder älter? Dann fahr mit uns auf die wunderschöne Insel Borkum. Die Jugendherberge liegt in idyllischer Umgebung. Strand, Natur und zahlreiche Freizeitmöglichkeiten sind bequem zu Fuß erreichbar. Freu dich auf ein vielfältiges Angebot z.B. Kennenlern- und Gruppenaktivitäten, spannenden Outdoor-Aktivitäten am Meer. Der Teilnehmerinnenbeitrag ist solidarisch gestaltet.

Wann? 20.–24.07.2026

Wo? PSG Mädchen- und Frauentreff Kratzbürste, Hakenstraße 13

Kosten? 200 Euro bzw. 160 Euro für PSG-Mitglieder

Anmeldung? Pfadfinderinnenschaft St. Georg Diözesanverband Paderborn
Mandy Lorenz, Tel. 0231 14 93 13, info@psg-paderborn.de

Fit mit Baby – für Mütter mit Baby (0–1 Jahre)



Ein Workout für Mütter mit Kindern von 0 bis 1 Jahr. Dank dieses Workouts müssen (frischgebackene) Mütter nicht mehr auf ihr Fitnessstraining verzichten! Zu unserem Mix aus Ausdauer-, Kraft- und Beweglichkeitstraining bringen Sie Ihren Nachwuchs einfach mit! Ein Einstieg in den Kurs ist jederzeit möglich.

Wann? Jeden Montag 9:30–10:15 Uhr

Wo? Kulturzentrum balou e.V., Oberdorfstraße 23

Kosten? 48,50 Euro

Anmeldung? balou-dortmund.de

Wichtelalarm – Jetzt wird's wild



Ein Projekt für Mädchen ab 6 bis 10 Jahren. Unsere Wichtel lassen ihrer Fantasie freien Lauf und erleben tollkühne Abenteuer, voller Neugier und Tatendrang. Im Mittelpunkt steht das gemeinsame Spiel, bei dem Bewegung und Spaß nicht zu kurz kommen.

- Wann?** Jeden Montag (außer in den Ferien) 16:30–18:30 Uhr
Wo? PSG Mädchen- und Frauentreff Kratzbürste, Hakenstraße 13
Kosten? 3,00 Euro pro Nachmittag (2,40 Euro für Pfadfinderinnen)
Anmeldung? Pfadfinderinnenschaft St. Georg Diözesanverband Paderborn
Mandy Lorenz, Tel. 0231 14 93 13, info@psg-paderborn.de

ZUMBA



ZUMBA ist Fitness ohne Anstrengung, gemixt mit Partylaune und guter Musik – montags und mittwochs im Partykeller des Mütterzentrums unter der Anleitung von Kursleiterin Ute Immich.

- Wann?** Jeden Montag und Mittwoch 19:00–20:00 Uhr
Wo? Mehrgenerationenhaus Mütterzentrum Dortmund e.V.,
Hospitalstraße 6
Kosten? 5,00 Euro pro Abend
Anmeldung? Mehrgenerationenhaus Mütterzentrum Dortmund e.V.,
Anke Piepenstock, Tel. 0231 99 78 96 0,
buero@muetterzentrum-dortmund.de

#Schön, dass du da bist



Ein Projekt für Mädchen ab 10 Jahren mit und ohne Fluchterfahrungen. Wolltest du schon immer ein Rezept ausprobieren, aber wusstest nicht wie? Dann bist du hier genau richtig – wir können es gemeinsam austesten. In vertrauter Runde werden eure Vorschläge umgesetzt – von Cupcakes über Tacos bis hin zu Börek. Wir freuen uns auf dich und deine Ideen.

Wann?	Jeden Dienstag (außer in den Ferien) 16:30–18:30 Uhr
Wo?	PSG Mädchen- und Frauentreff Kratzbürste, Hakenstraße 13
Kosten?	3,00 Euro pro Nachmittag (2,40 Euro für Pfadfinderinnen)
Anmeldung?	Pfadfinderinnenschaft St. Georg Diözesanverband Paderborn Mandy Lorenz, Tel. 0231 14 93 13, info@psg-paderborn.de

Poledance-Schnupperstunde



Trau dich zu deiner ersten Poledance-Probestunde! Entdecke deine Stärke, Eleganz und Energie bei unserer Poledance-Schnupperstunde! In geschützter, entspannter Atmosphäre lernst du erste Bewegungen an der Stange kennen – ganz ohne Vorkenntnisse. Poledance ist nicht nur ein effektives Ganzkörpertraining, sondern stärkt dein Körpergefühl und schult deine eigene Körperwahrnehmung. Mit jeder Bewegung wächst dein Selbstbewusstsein – kraftvoll, stolz und voller Energie. Gönn dir deine besondere Auszeit nur für dich.

Wann?	Jeden Dienstag 18:00–18:50 Uhr
Wo?	Tanzstudio VI-Dance, Ludwigstraße 16, Tel. 0231 79 90 58 09, kontakt@vi-dance.de , vi-dance.de
Kosten?	24,90 Euro
Anmeldung?	vi-dance.de/probetraining

Stricken mit Ursel



Für alle Frauen, die gerne in Gemeinschaftstricken oder häkeln möchten oder die Anleitung für die ersten Schritte benötigen. Das Material muss selbst mitgebracht werden. Ein Einstieg ist zu jeder Uhrzeit möglich.

Wann?	Jeden Mittwoch, 10:00–16:00 Uhr
Wo?	Mehrgenerationenhaus Mütterzentrum Dortmund e. V., Hospitalstraße 6
Kosten?	kostenfrei
Anmeldung?	keine Anmeldung erforderlich

Wir gestalten unsere Welt – Kunstworkshop



Kunstworkshop für Mädchen mit und ohne Fluchterfahrungen ab 12 Jahre. Wir gestalten unsere Welt – mal laut mit Musik und Tanz, mal leise und meditierend. Wir möchten uns in Formen, Farben, Strukturen und Bewegung ausdrücken. Auch Anfängerinnen haben in diesem Workshop die Chance, in die Welt des Malens und Zeichnens einzutauchen. Wir freuen uns auf dich.

Wann?	Jeden Mittwoch (außer in den Ferien) 15:30–18:30 Uhr
Wo?	PSG Mädchen- und Frauentreff Kratzbürste, Hakenstraße 13
Kosten?	3,00 Euro pro Nachmittag (2,40 Euro für Pfadfinderinnen)
Anmeldung?	Pfadfinderinnenschaft St. Georg Diözesanverband Paderborn Mandy Lorenz, Tel. 0231 14 93 13, info@psg-paderborn.de

MammaCare®: Selbstuntersuchung der Brust Klinikum Dortmund Frauenklinik

25 

Basis aller Untersuchungen ist die Inspektion und Palpation der Brust durch den Frauenarzt. Aber auch die monatliche Selbstuntersuchung kann bei richtiger und regelmäßiger Durchführung helfen, Veränderungen in der Brust frühzeitig zu erkennen. Wir bieten Schulungen für eine effiziente Brustuntersuchung nach der MammaCare®-Methode an.

- Wann?** Mittwochs, monatlich
Termine: 15.07.2026, 27.08.2026, 16.09.2026, 14.10.2026,
18.11.2026, 16.12.2026, 18:30–20:00 Uhr
- Wo?** Klinikum Dortmund Frauenklinik (Treffpunkt Elternschule),
Hohe Straße 31
- Kosten?** kostenfrei
- Anmeldung?** Anmeldung telefonisch oder per E-Mail,
Tel. 0152 21871631, susanne.hartmann@klinikumdo.de

Nähen für Anfängerinnen

30 

Wir treffen uns zum gemeinsamen Nähen, zum Austausch von Erfahrungen und einfach zum Lernen. Es werden einfache Dinge wie z. B. Taschen und Beutel, Organizer, Kissen, Deko oder Spielzeug genäht. Kleidung werden wir nicht nähen. Material (gerne gebrauchte Kleidung wie z.B. alte Jeans oder Hemden) und ein Verlängerungskabel müssen selbst mitgebracht werden. Falls eine Nähmaschine vorhanden ist, bitte auch mitbringen. Man kann auch später als 14.15 Uhr dazustoßen. Eine Kinderbetreuung ist auf Anfrage möglich.

- Wann?** Jeden ersten und dritten Mittwoch im Monat 14:15–17:00 Uhr
- Wo?** Mehrgenerationenhaus Mütterzentrum Dortmund e.V.,
Hospitalstraße 6
- Kosten?** kostenfrei
- Anmeldung?** Mehrgenerationenhaus Mütterzentrum Dortmund e.V.,
Anke Piepenstock, Tel. 0231 99 78 96 0,
buero@muetterzentrum-dortmund.de

Denkfit bleiben – Denksport treiben Denkabenteuer®



Regelmäßiges Gedächtnistraining hält denkflexibel, beugt einem Rückgang von Denkfähigkeiten vor und senkt das Risiko, an Alzheimer zu erkranken, wenn rechtzeitig begonnen wird. Mit interessanten Themen werden Sie auf neue Denkwege geführt. Ganz nebenbei werden dabei die Wahrnehmung, Konzentration, Merkfähigkeit, Wortfindung, Formulierung und vor allem Denkflexibilität geübt. Schon nach kurzer Zeit merken Sie: Wer sein Gehirn regelmäßig fordert, denkt sich fit. Den Kurs leitet Frau Richhardt. Sie ist zertifizierte Fachreferentin des Bundesverbands Gedächtnistraining. Denksport findet in einer Kleingruppe von acht Personen statt.

Wann?	Donnerstags 09:30-10:30 Uhr
Wo?	KT-Zentrum, Schillingstraße 36 (Eingang im Hof)
Kosten?	17,00 Euro für eine einzelne Stunde in der Kleingruppe
Anmeldung?	Denkabenteuer® Monika Richhardt, Tel. 0231 48 79 27, mentoring@denkabenteuer.de, denkabenteuer.de/termine

Female Voices – Frauenchor



Möchtest du mit anderen Frauen gemeinsam singen? Einfach weil es Spaß macht, gut tut und entspannt? Dann bist du hier richtig! Wir erlernen mehrstimmige Lieder aus aller Welt, Popsongs und Jazzstandards. Im Warming-up beschäftigen wir uns mit Atemtechnik und Stimmbildung und den verschiedenen Möglichkeiten unserer Stimme, doch der Schwerpunkt liegt auf dem Singen der Lieder.

Wann?	ab Do, 03.09.2026 wöchentlich, 13-mal (außer am 22.10.2026 und 29.10.2026) von 18:30–20:00 Uhr (26 Unterrichtsstunden)
Wo?	KOBI-Räume an der Ruhr, Ruhrstraße 16, 58239 Schwerte
Kosten?	221,00 Euro
Anmeldung?	KOBIseminare, Ines Potreck, i.potreck@gmx.de, Tel. 0178 60 51 95 8, kobi.de

Kommunikationstraining für Paare



Das Training soll Paare dabei unterstützen, in der alltäglichen Verständigung und im bewussten kommunikativen Austausch miteinander konkrete Verbesserungen zu erreichen. Es besteht aus fünf aufeinanderfolgenden Bausteinen, weswegen eine zuverlässige Mitarbeit Voraussetzung ist. Das Training ist konzipiert für maximal vier Paare (jeglicher sexueller Orientierung oder Geschlechtsidentität).

Wann?	Das Training findet an fünf Abenden, donnerstags von 18:00–19:30 Uhr, in einem Zeitraum von ca. zwei Monaten statt. Die Termine des nächsten Kurses erfahren Sie telefonisch unter Tel. 0231 9934222, 18:00–19:30 Uhr
Wo?	AWO Beratungsstelle, Klosterstraße 8–10
Kosten?	kostenfrei
Anmeldung?	Ja

Hatha Yoga (Online-Angebot)



Erlebe die wohltuende Verbindung von Bewegung und Atem: In diesem Yogakurs erwarten dich aufeinander abgestimmte Körperübungen (Asanas), kombiniert mit bewussten Atemtechniken (Pranayama). So stärkst du nicht nur deine Muskulatur und Beweglichkeit, sondern findest auch zu mehr innerer Ruhe und Ausgeglichenheit. Der Kurs ist offen gestaltet – ein Einstieg ist jederzeit möglich. Bitte mitbringen: Eine eigene Matte, dicke Socken sowie eine Strickjacke oder einen Sweater für die Entspannungsphasen. Wenn du magst, kannst du zusätzlich ein Yogakissen mitbringen.

Wann?	Freitags, 9:00–10:20 Uhr
Wo?	Online
Kosten?	100,00 Euro
Anmeldung?	balou-dortmund.de

Kochabend mit Sophia e. V.



Unser monatlicher Kochabend bringt Menschen zusammen! In gemütlicher Atmosphäre kochen wir gemeinsam verschiedene Gerichte, tauschen Rezepte aus und lernen neue Kulturen kennen. Egal ob Anfängerin oder erfahrene Köchin – alle sind herzlich willkommen. Neben dem Kochen steht vor allem das Miteinander im Mittelpunkt.

Wann?	04.09.2026, 09.10.2026, 13.11.2026, 11.12.2026, 15.01.2027 16:30–19:00 Uhr
Wo?	SÖZ, Gut-Heil-Straße 12–14
Kosten?	10,00 Euro (für Mitglieder kostenlos)
Anmeldung?	Ja

Mädchen Stärken - WenDo



WenDo – Feministische Selbstbehauptung und Selbstverteidigung für Mädchen und Frauen ab 16 Jahren. WenDo ist ein sicherer Raum, der wertschätzt und Stärken sichtbar macht. Ein Kurs, in dem Nein sagen, Grenzen wahren und sich wehren sowie Stärkung für alle Lebensbereiche eingeübt und gefördert werden. Wir lernen Techniken zur Selbstverteidigung, unsere Stimme und Blicke einzusetzen und mit Situationen umzugehen, die uns unsicher machen. Gemeinsam entspannen wir und lernen einander kennen. Freitag von 16:00 Uhr bis 19:00 Uhr, Samstag von 10:00 Uhr bis 15:00 Uhr

Wann?	05. und 06.09.2026
Wo?	PSG Mädchen- und Frauentreff Kratzbürste, Hakenstraße 13
Kosten?	50,00 Euro inkl. Verpflegung (40,00 Euro für Pfadfinderinnen)
Anmeldung?	Pfadfinderinnenschaft St. Georg Diözesanverband Paderborn Mandy Lorenz, Tel. 0231 14 93 13, info@psg-paderborn.de

Sophia kreativ



Bei unserem Treffen wird es bunt und kreativ! Wir bieten eine Vielzahl an Bastel- und Gestaltungsmöglichkeiten an, darunter Makramée, Ebru-Kunst und Quilling. Man kann Neues ausprobieren, eigene Ideen umsetzen und ihrer Kreativität freien Lauf lassen. In entspannter Atmosphäre entstehen nicht nur schöne Werke, sondern auch wertvolle Begegnungen.

Wann?	10.09.2026, 08.10.2026, 12.11.2026, 10.12.2026, 21.01.2027 16:30–18:30 Uhr
Wo?	SÖZ, Gut-Heil-Straße 12–14
Kosten?	10,00 Euro (für Mitglieder kostenlos)
Anmeldung?	Ja

Ponyhof Werl Hilbeck



„Das Glück der Erde liegt auf dem Rücken der Pferde“ – Wenn du dies auch einmal erleben magst und PSG Mitglied bist oder werden möchtest, dann fahr doch mit. Was erwartet dich: nette Mädchen kennen lernen, Pferdepflege, Reiten, Ausritt, Spieleabend, Nachtwanderung, ein tolles Haus, vielleicht ein neues Abzeichen für deine Kluft. Wir freuen uns auf dich.

Wann?	11.09.–13.09.2026
Wo?	PSG Mädchen- und Frauentreff Kratzbürste, Hakenstraße 13
Kosten?	105,00 Euro (84,00 Euro für Pfadfinderinnen)
Anmeldung?	Pfadfinderinnenschaft St. Georg Diözesanverband Paderborn Mandy Lorenz, Tel. 0231 14 93 13, info@psg-paderborn.de

Female Empowerment: Fahrplan für Ihre Karriere



Sie kommen gerade beruflich nicht so weiter, wie Sie es sich wünschen, oder möchten von Anfang an bei Ihrer beruflichen Entwicklung strategisch vorgehen? Unser Training bietet Ihnen die ideale Plattform, um Ihre Karriereziele klar zu definieren und gezielt zu verfolgen. Egal, ob Sie sich am Anfang Ihrer Berufslaufbahn oder bereits mittendrin befinden und sich weiterentwickeln möchten – dieser Kurs unterstützt Sie dabei, Ihre berufliche Zukunft aktiv zu gestalten.

Wann?	Samstag, 26.09.2026, 9.30–16.30 Uhr Samstag, 10.10.2026, 9.30–16.30 Uhr Samstag, 07.11.2026, 9.30–16.30 Uhr
Wo?	VHS Dortmund, Kampstraße 47
Kosten?	165,60 Euro
Anmeldung?	vhs.dortmund.de/kurssuche/kurs/Female-Empowerment-Ihr-strategischer-Fahrplan-fuer-Ihre-Karriere/#inhalt

Deine Zeit – Mädchen Zeit



In den Herbstferien geht es um deine Stärken und Vorlieben. Du hast Zeit, dich um dein eigenes Wohlfühl zu kümmern und die Seele baumeln zu lassen. Interessante Aktivitäten und Zeiten zum Chillen erwarten dich. Je nach Wetter freu dich zum Beispiel auf einen Kinobesuch, ein Klettererlebnis, Minigolfen, Spiele und Kreativangebote sowie gute Verpflegung mit Frühstück und Lunchpaketen für die Ausflüge.

Wann?	19.–22.10.2026, 10:00–16:00 Uhr
Wo?	PSG Mädchen- und Frauentreff Kratzbürste, Hakenstraße 13
Kosten?	3,20 Euro pro Tag, 16,00 Euro bzw. 12,80 Euro für eine Woche
Anmeldung?	Pfadfinderinnenschaft St. Georg Diözesanverband Paderborn Mandy Lorenz, Tel. 0231 14 93 13, info@psg-paderborn.de

Mädchen Stärken – Selbstbehauptung ab 12–14 Jahren



WenDo - Feministische Selbstbehauptung und Selbstverteidigung für Mädchen und Frauen ab 16 Jahren. WenDo ist ein Raum, der wertschätzt und Stärken sichtbar macht. Ein Kurs in dem Nein-Sagen, Grenzen wahren und sich wehren, sowie Stärkung für alle Lebensbereiche eingeübt und gefördert werden. Wir lernen Techniken zur Selbstverteidigung, unsere Stimmen und Blicke einzusetzen und mit Situationen umzugehen, die uns unsicher machen. Gemeinsam entspannen wir und lernen einander kennen. Freitags von 16:00–19:00 Uhr, samstags von 10:00–15:00 Uhr. Finanzierung auch über Bildungs- und Teilhabe-Paket (BuT) möglich.

Wann?	07. und 08.11.2026
Wo?	PSG Mädchen- und Frauentreff Kratzbürste, Hakenstraße 13
Kosten?	50,00 Euro inkl. Verpflegung (40,00 Euro für Pfadfinderinnen)
Anmeldung?	Pfadfinderinnenschaft St. Georg Diözesanverband Paderborn Mandy Lorenz, Tel. 0231 14 93 13, info@psg-paderborn.de

„Und Action“ – Film- und Videoprojekt ab 10 Jahre



Du wolltest schon immer deine eigene Geschichte erzählen, Regie führen oder Schauspieler*in sein? Dann sei ein Teil unseres Projektes. Dich erwarten Aufgaben vor und hinter der Kamera, zum Beispiel: Ideenfindung, Drehbuch schreiben, Schauspielerei, Kostüme erstellen, Kulisse basteln, Nachbereitung mit Filmschnitt und Effekten. Von Actionfilm über Comedy bis Fantasy oder Grusel – deiner Kreativität sind keine Grenzen gesetzt. Zum Abschluss gibt es eine Filmpremieren mit Popcorn.

Wann?	Wöchentlich, 16:30–18:30 Uhr
Wo?	PSG Mädchen- und Frauentreff Kratzbürste, Hakenstraße 13
Kosten?	3,00 Euro pro Nachmittag (2,40 Euro für Pfadfinderinnen)
Anmeldung?	Pfadfinderinnenschaft St. Georg Diözesanverband Paderborn Mandy Lorenz, Tel. 0231 14 93 13, info@psg-paderborn.de

Gymnastik für Frauen 60+



Erleben Sie gemeinsam Freude an Bewegung: Gymnastik erhält und verbessert die Fitness, fördert die Beweglichkeit der Gelenke und stärkt die Muskulatur. Darüber hinaus erlernen Sie Entspannungstechniken zum Relaxen. Die rückengerechten Übungen werden im Stehen, Gehen, Sitzen und Liegen – mal mit, mal ohne Kleingeräte oder Musik – angeboten. Das abwechslungsreiche Programm macht Spaß und ist für Frauen ab 60 Jahren ideal geeignet. Jederzeit einsteigen!

Wann?	Dienstags, ab 21.07.2026, 09:00–10:00 Uhr
Wo?	Kulturzentrum balou e.V., Oberdorfstr. 23
Kosten?	40,00 Euro
Anmeldung?	balou-dortmund.de

Feministischer Stadtkirchengottesdienst

12 ★ ♿

Willkommen zum Feministischen Stadtkirchengottesdienst an Sankt Petri. Singen, beten, denken und feiern Sie mit uns. Ein Team bereitet diese Gottesdienste vor – mal klassisch, mal experimentell – immer mit geschlechtergerechter Sprache. Bei uns bleiben Fragen offen, erst recht, wenn es um G*tt geht. Wir wollen anregen, inspirieren, ermutigen – feministisch, ökumenisch, bewegt. Immer gehört eine Mahlfeier dazu mit der Möglichkeit, zu reden, zu schweigen, sich im Kirchenraum zu bewegen. Fem. Gottesdienste unter: sankt-petri-do.de/veranstaltungen/veranstaltungen-spirituelles

Wann? Monatlich 11:30–13:00 Uhr
Genauere Termine werden auf der Homepage bekannt gegeben.

Wo? Ev. Stadtkirche Sankt Petri, Petrikirchhof 1

Kosten? kostenfrei

Anmeldung? keine Anmeldung erforderlich

Heil- und Kraftgesänge – Offenes Singen

12 ★ ♿

Gemeinsames Singen spiritueller Lieder und Mantras aus verschiedenen Religionen und Kulturen der Erde. Auch für Ungeübte. Bitte – falls vorhanden – die Liedermappe mitbringen.

Wann? 16.07.2026, 06.08.2026, 17.09.2026, 15.10.2026, 19.11.2026, 17.12.2026
19:00–21:00 Uhr

Wo? Ev. Stadtkirche Sankt Petri, Petrikirchhof 1

Kosten? 6,00 Euro (10 Euro für eine Liedermappe)

Anmeldung? keine Anmeldung erforderlich

Flinta* Session

8 ★

Die Flinta*Session im domicil soll einen Safer Space schaffen für all diejenigen Musikerinnen*, die sich eine Bühne wünschen außerhalb der überwiegend cis-männlich dominierten Jazz- und Sessionszene. Schluss mit Platzhirschen, Hahnenkämpfen und Leitwölfen, lasst uns endlich Raum einnehmen, Jammen und Spaß haben! Die Bühne ist nur für Flinta*Personen geöffnet, im Publikum sind natürlich alle willkommen und erwünscht.

Wann? 09.09.2026, 25.11.2026, 09.12.2026
20:00–23:55 Uhr
Wo? domicil, Hansastraße 7-11
Kosten? kostenfrei
Anmeldung? keine Anmeldung erforderlich

Kino Weltsichten

1 23 43 ★ ♿

Einmal im Monat zeigen wir unterhaltsame wie nachdenkliche Filme aus unterschiedlichen Ländern, um das Prisma, durch das wir die Welt schauen, noch bunter zu gestalten. Zu der Reihe Kino Weltsichten sind Menschen mit und ohne internationale Geschichte, Frauen mit Fluchterfahrung, ihre Familien sowie alle, die sich für ausgezeichnete, oft auch selten gezeigte internationale Filme aus weiblicher Regiehand interessieren, herzlich eingeladen. Eine Kooperation zwischen dem IFFF Dortmund+Köln, den Türkischen Filmtagen und der AG Dortmunder Frauenverbände.

Wann? Jeden zweiten Sonntag in der Schauburg
13.9., 11.10., 08.11., 13.12.2026, 15:00 Uhr
Wo? Schauburg, Brückstraße 66
Kosten? kostenfrei
Anmeldung? keine Anmeldung erforderlich

Elterncafé

34 🏠 ♿

Wir frühstücken gemeinsam und tauschen uns über aktuelle Themen und Sorgen in unserem Alltag aus. Dabei versuchen wir uns gegenseitig zu unterstützen und auch immer mal wieder etwas Schönes gemeinsam zu unternehmen!

Wann? Jeden Montag (außer in den Schulferien), 10:00–12:00 Uhr
Wo? Quartierstreff Concordia, Wambeler Straße 4
Kosten? kostenfrei, Spenden erwünscht
Anmeldung? Quartierstreff Concordia, Lisa Hamberger, Tel. 0231 13 72 02 82, quartierstreff-concordia@planerladen.de

Alleinerziehende mit psychischen Belastungen



Manchmal treten bei Alleinerziehenden psychische Belastungsreaktionen auf oder bereits bestehende seelische Belastungen verstärken sich und fordern im Alltag mit den Kindern noch mehr. Innerhalb der Treffen können wir uns zuhören, uns eine gegenseitige Stütze sein und vielleicht auch gemeinsam Lösungen finden. Eine Kinderbetreuung ist möglich.

Wann?	Jeden ersten und dritten Montag im Monat, 16:15–17:45 Uhr
Wo?	Mehrgenerationenhaus Mütterzentrum Dortmund e. V., Hospitalstraße 6
Kosten?	kostenfrei
Anmeldung?	Mehrgenerationenhaus Mütterzentrum Dortmund e. V., Anke Piepenstock, Tel. 0231 99 78 96 0, buero@muetterzentrum-dortmund.de

Monatliches Gruppentreffen



Wir treffen uns jeden ersten Dienstag im Monat um 18:00 Uhr im Wilhelm-Hansmann-Haus. Uns geht es darum, die Frauenbewegung zu stärken. Dabei sehen wir auch die Frauenbewegung weltweit. Wir bereiten Aktionen vor, z. B. zum Internationalen Frauentag am 8. März, zum Tag gegen Gewalt an Frauen am 25. November, Info-Stände und beteiligen uns an der Vorbereitung der IGA. Jede Frau ist herzlich willkommen, traut euch!

Wann?	Jeden ersten Dienstag im Monat, 18:00 Uhr
Wo?	Wilhelm-Hansmann-Haus, Märkische Straße 21
Kosten?	kostenfrei
Anmeldung?	keine Anmeldung erforderlich

Kreativ Café



Gemeinsames Nähen, Sticken, kreativ sein oder sich einfach inspirieren lassen

Wann?	Jeden Dienstag (außer in den Schulferien), 16:00–18:00 Uhr
Wo?	Quartierstreff Concordia, Wambeler Straße 4
Kosten?	kostenfrei
Anmeldung?	keine Anmeldung erforderlich

Dortmunder Herzkissen



Wir nähen Herzkissen für Brustkrebspatientinnen und freuen uns über jede helfende Hand. Wir nähen für die Brustzentren St. Johannes-Hospital, Städtische Kliniken in Dortmund, Marien-Hospital Lünen und Christliches Klinikum Unna. Wer mitnähen möchte, ist hierzu herzlich eingeladen. Wer nicht nähen kann oder will und trotzdem helfen möchte, darf gerne Stoffe, Füllmaterial, Zeit oder Geld spenden.

Wann?	Jeden zweiten Dienstag im Monat, 10:30–13:00 Uhr
Wo?	Deutsches Rotes Kreuz, Arndtstraße23
Kosten?	kostenfrei
Anmeldung?	keine Anmeldung erforderlich

Gruppennachmittag der FSH Dortmund-Mitte



Krebskrank? Hier finden Sie Hilfe! Wir treffen uns, um Erfahrungen auszutauschen, um Neuigkeiten aus dem Gesundheitssystem zu erfahren, zu Vorträgen von Expertinnen und Experten aus allen onkologischen Bereichen und um Lebensfreude trotz Krebs Raum zu geben.

Wann?	Jeden zweiten Dienstag im Monat, 16:00–17:30 Uhr
Wo?	Katholisches Centrum Maximilian-Kolbe-Haus, Propsteihof 10
Kosten?	kostenfrei
Anmeldung?	keine Anmeldung erforderlich

Sprachpraxis mit Hannah und Frederike



Kommen Sie zu unserer kostenlosen Sprachpraxis, wenn Sie beim Austausch über unterschiedliche Themen aus dem Alltag Ihre Deutschsprechfähigkeit verbessern möchten. Das Angebot richtet sich an Migrantinnen, die nach Dortmund zugewandert sind, sich mit anderen Frauen austauschen und Deutsch sprechen möchten. Die Sprachpraxis ist Teil des Projekts My Turn. My Career. und bietet Migrantinnen mit einem festen Aufenthaltsstatus Unterstützung bei der Suche nach Arbeit, Ausbildung oder Qualifizierung.

Wann?	Jeden Mittwoch, 14:30–16:00 Uhr
Wo?	Multikulturelles Forum e. V., Friedensplatz 7
Kosten?	kostenfrei
Anmeldung?	keine Anmeldung erforderlich

Erzählcafé für Seniorinnen



Im Erzählcafé kommen Seniorinnen miteinander ins Gespräch. Jedes der Treffen steht unter einem bestimmten Motto – seien es jahreszeitliche, stadtteilbezogene, geschichtliche oder aktuelle Themen. Alle, die Lust und Zeit haben, von eigenen Erlebnissen zu berichten, sind herzlich eingeladen. Das Angebot ist kostenlos, lediglich für Kaffee und hausgemachten Kuchen oder Waffeln wird ein Kostenbeitrag erwartet. Geleitet wird das Angebot von Ilse Kahrmann.

Wann?	1x im Monat mittwochs, genaue Termine finden sich auf muetterzentrum-dortmund.de oder können telefonisch erfragt werden, 15:00–17:00 Uhr
Wo?	Mehrgenerationenhaus Mütterzentrum Dortmund e. V., Hospitalstr. 6
Kosten?	kostenfrei
Anmeldung?	keine Anmeldung erforderlich

Frauenfrühstück



Immer donnerstags frühstücken wir gemeinsam in der Nachbarschaft – mit leckerem Essen von Serap und netten Gesprächen!

- Wann?** Jeden Donnerstag (außer in den Schulferien), 10:00–12:00 Uhr
Wo? Quartierstreff Concordia, Wambeler Straße 4
Kosten? kostenfrei, Spenden erwünscht
Anmeldung? keine Anmeldung erforderlich

Gruppennachmittag der FSH Dortmund-Hörde



Krebskrank? Hier finden Sie Hilfe! Wir treffen uns, um Erfahrungen auszutauschen, um Neuigkeiten aus dem Gesundheitssystem zu erfahren, zu Vorträgen von Expertinnen und Experten aus allen onkologischen Bereichen und um der Lebensfreude trotz Krebs Raum zu geben.

- Wann?** Jeden dritten Donnerstag im Monat, 17:00–19:00 Uhr
Wo? Katholisches Gemeindehaus St. Kaiser Heinrich, Höchstener Straße 71
Kosten? kostenfrei
Anmeldung? keine Anmeldung erforderlich

Internationaler Frauentreff beim MkF



Sie sind nach Dortmund zugewandert und möchten sich mit anderen Frauen treffen, Deutsch sprechen, sich über das Leben, die Herausforderungen des Alltags, über Arbeit, Ausbildung und Qualifizierung austauschen? Dann ist der Internationale Frauentreff beim Multikulturellen Forum genau das Richtige! Es ist ein Angebot im Rahmen des Projektes My Turn. My Career. und richtet sich an Migrantinnen mit einem festen Aufenthaltsstatus, die sich Unterstützung bei der Suche nach Arbeit, Ausbildung oder Qualifizierung wünschen.

- Wann?** Jeden Freitag (außer an Feiertagen und Brückentagen) 10:00–12:00 Uhr
Wo? Multikulturelles Forum e.V., Friedensplatz 7
Kosten? kostenfrei
Anmeldung? keine Anmeldung erforderlich

Dortmunder Herzkissen



Wir nähen Herzkissen für Brustkrebspatientinnen und freuen uns über jede helfende Hand. Wir nähen für die Brustzentren St. Johannes-Hospital, Städtische Kliniken in Dortmund, Marien-Hospital Lünen und Christliches Klinikum Unna. Wer mitnähen möchte, ist hierzu herzlich eingeladen. Wer nicht nähen kann oder will und trotzdem helfen möchte, darf gerne Stoffe, Füllmaterial, Zeit oder Geld spenden.

Wann?	Jeden letzten Freitag im Monat 15:00–18:00 Uhr
Wo?	Deutsches Rotes Kreuz, Arndtstraße 23
Kosten?	kostenfrei
Anmeldung?	keine Anmeldung erforderlich

Treff für Ein-Eltern-Familien



Mit unserer Gruppe für Alleinerziehende wollen wir der Verinselung von Alleinerziehenden entgegenwirken und den aktiven Austausch und gegenseitige Unterstützung ermöglichen.

Wann?	Jeden dritten Sonntag im Monat, 10:00–13:00 Uhr
Wo?	Mehrgenerationenhaus Mütterzentrum Dortmund e.V., Hospitalstraße 6
Kosten?	kostenfrei
Anmeldung?	Mehrgenerationenhaus Mütterzentrum Dortmund e.V., Anke Piepenstock, Tel. 0231 99 78 96 0, buero@muetterzentrum-dortmund.de

Wolle & Worte – gemeinsam gegen Brustkrebs



Manchmal sind es die kleinen Dinge, die Trost spenden, Mut machen und ein Lächeln schenken. Deshalb möchten wir etwas ganz Besonderes tun: Wir stricken mit Herz für Frauen, die sich in einer Krebsbehandlung befinden. Diese handgemachten Geschenke möchten wir Frauen auf der Krebsstation schenken – als Zeichen von Hoffnung, Stärke und Verbundenheit.

Wann?	24.09., 29.10., 26.11., 17.12., 28.01.2027 07:00–19:00 Uhr
Wo?	Wird bei Anmeldung bekannt gegeben
Kosten?	kostenfrei
Anmeldung?	Ja

Elterngeld, Elternzeit & Co online



Dieses Angebot bietet eine Orientierungshilfe durch den Dschungel der Formulare, Anträge und Paragraphen. Themenbereiche sind: Mutterschutz, Elternzeit, Elterngeld und weitere finanzielle Leistungen für werdende Eltern und junge Familien. Sie benötigen eine stabile Internetverbindung, Kamera und Mikrofon.

Wann?	14.07.2026, 11.08.2026, 29.09.2026, 06.10.2026, 10.11.2026, 08.12.2026 18:00–20:00 Uhr
Wo?	Online (außer am 06.10.26 im Familienbüro Castrop-Rauxel, Schillerstr. 3 in 44577 Castrop-Rauxel)
Kosten?	kostenfrei
Anmeldung?	donum vitae e.V., Andrea Steffen, Tel. 0231 17 63 87 4, beratung@donumvitae-dortmund.de

Veranstalter*innenverzeichnis

- 1 Arbeitsgemeinschaft Dortmunde Frauenverbände c/o dffw e. V.**
Evinger Platz 17, 44339 Dortmund
Tel. 0172 7864312
info@frauenverbaende-dortmund.de
- 2 AWO Unterbezirk Dortmund**
Klosterstr. 8-10, 44135 Dortmund
Tel. 0231 9934310
info@awo-dortmund.de
awo-dortmund.de
- 3 Caritasverband Dortmund e. V.**
Propsteihof 10, 44137 Dortmund
Tel. 0231 72 60 14 60
energiesparservice@Caritas-Dortmund.de, caritas-dortmund.de/
beratung-dienstleistungen/energiesparservice/energiesparservice
- 4 DASA Dortmund**
Friedrich-Henkel-Weg 1-25
44149 Dortmund
- 5 Denkabenteuer®**
Schillingstr. 36, 44139 Dortmund
Tel. 0231 48 79 27
mentoring@denkabenteuer.de
denkabenteuer.de
- 6 Deutsches Rotes Kreuz KV Dortmund e. V.**
Beurhausstr. 71, 44137 Dortmund
Tel. 0231 18 10 0
migrationsberatung@drk-dortmund.de, drk-dortmund.de
- 7 Dienstleistungszentrum Bildung (DLZB)**
Königswall 25-27, 44137 Dortmund
Tel. 0231 10 74 7, dlzb@stadtdo.de,
dortmund.de/dlzbildung
- 8 domicil**
Hansastr. 7-11, 44137 Dortmund
matthias.spruch@domicil-dortmund.de, domicil-dortmund.de
- 9 donum vitae e. V.**
Friedhof 4, 44135 Dortmund
Tel. 0231 17 63 87 4
beratung@donumvitae-dortmund.de
donumvitae-dortmund.de
- 10 Dortmunde Herzkissen e. V.**
Sperlingsweg 1, 44534 Lünen
Tel. 0178 23 01 93 4
herzkissen.dortmund@gmail.com
dortmunderherzkissen.de
- 11 Dortmunde Mitternachtsmission e. V.**
Dudenstraße 2-4, 44137 Dortmund
Tel. 0231 14 44 91
mitternachtsmission@gmx.de
mitternachtsmission.de
- 12 Ev. Stadtkirche Sankt Petri**
Petrikirchhof 7, 44137 Dortmund
Tel. 0231 72 14 17 3
buero@sankt-petri-do.de
sankt-petri-do.de
- 13 Familienbüro Huckarde**
Urbanusstr. 5, 44369 Dortmund
Tel. 0231 50 28 43 5
roehlgen@stadtdo.de
dortmund.de/familie
- 14 Frauenberatungsstelle Dortmund**
Märkische Str. 212-218, 44141 Dortmund
Tel. 0231 52 10 08
frauenberatungsstelle-dortmund.de
frauen@frauenberatungsstelle-dortmund.de

- 15 Frauenhaus Dortmund**
frauen@frauenhaus-dortmund.de
- 16 Frauenselbsthilfe Krebs – Landesverband NRW e. V.**
Kirchfeldstr. 149, 40215 Düsseldorf
Tel. 0211 34 17 09
nrw@frauenselbsthilfe.de
frauenselbsthilfe.de
- 17 Frauenverband Courage e. V. Dortmund**
Althoffstr. 26, 44137 Dortmund
Tel. 0231 85 82 16
renatekw@gmx.net, fvcourage.de
- 18 Frühstückstreffen für Frauen – Dortmund**
Beate Weckelmann
Kleppingstr. 5, 44135 Dortmund
Tel. 0231 16 73 837, fff-do@gmx.de,
fff-do.de
- 19 Gleichstellungsbüro der Stadt Dortmund**
Südwall 21–23, 44137 Dortmund
Tel. 0231 50 2 33 00
gleichstellungsbuero@dortmund.de
dortmund.de/gleichstellung
- 20 Grone Bildungszentren NRW**
Freistuhl 3, 44137 Dortmund
Tel. 0231 72 00 83 39
permenti-nrw.de
- 21 HateAid gGmbH**
Greifswalder Str. 4, 10405 Berlin
kontakt@hateaid.org, hateaid.org
- 22 IN VIA Dortmund e. V.**
Propsteihof 10, 44137 Dortmund
Tel. 0231 18 48 14 8
info@invia-dortmund.de
invia-dortmund.de
- 23 Internationales Frauen Film Fest Dortmund | Köln e. V.**
Küpferstr. 3, 44122 Dortmund
Tel. 0231 50 25 16 2
info@frauenfilmfest.com
frauenfilmfest.com
- 24 keinemehr Ruhrgebiet**
keinemehr.ruhr@web.de
- 25 Klinikum Dortmund Frauenklinik**
Beurhausstr. 40, 44137 Dortmund
Tel. 0152 21871631
susanne.hartmann@klinikumdo.de
klinikumdo.de
- 26 KOBIseminare**
Adlerstr. 83, 44137 Dortmund
Tel. 0231 53 45 250
info@kobi.de, kobi.de
- 27 Kulturzentrum balou e. V.**
Oberdorfstr. 23, 44309 Dortmund
Tel. 0231 99 77 36 30
post@balou-dortmund.de
balou-dortmund.de
- 28 Lyra**
Siegfriedstr. 14, 44137 Dortmund
frauen.fuer.frauen@web.de
- 29 Machbarschaft Borsig 11**
Flurstr. 10, 44145 Dortmund
- 30 Mehrgenerationenhaus Mütterzentrum Dortmund e. V.**
Hospitalstr. 6, 44149 Dortmund
Tel. 0231 99 78 96 0
buero@muetterzentrum-dortmund.de
muetterzentrum-dortmund.de

- 31 Multikulturelles Forum e. V.**
Friedensplatz 7, 44135 Dortmund
Tel. 0231 28 86 07 30
arning@multikulti-forum.de
myturn-mycareer.de
- 32 Pfadfinderinnenschaft St. Georg
Diözesanverband Paderborn**
Hakenstr. 13, 44139 Dortmund
Tel. 0231 14 93 13
info@psg-paderborn.de,
psg-paderborn.de
- 33 Polizei Dortmund**
Markgrafenstr. 102
44139 Dortmund
- 34 Quartierstreff Concordia**
Wambeler Str. 4, 44145 Dortmund
Tel. 0231 13 72 02 82
quartierstreff-concordia@planer-
laden.de
- 35 SKF Hörde e. V.**
Niederhofener Str. 52 44263 Dortmund
Tel. 0231 42 57 99 60
alleinerziehend@skf-hoerde.de
ksd-dortmund.de
- 36 SKM Dortmund e. V**
Propstehof 10, 44137 Dortmund
Tel. 0231 18 48 11 7
sb@skm-dortmund.de, ksd-dort-
mund.de/skm-dortmund
- 37 Sophia e. V.**
Geschwister-Scholl-Str. 18–20
44135 Dortmund
info@sophiaev.de
- 38 Soroptimist Club Dortmund
RuhrRegion**
Tel. 0231 556976-11
info@si-ruhrregion.de
si-ruhrregion.de
- 39 SPD FRAUEN Dortmund –
Arbeitsgemeinschaft
Sozialdemokratischer Frauen**
Tel. 0173 2 12 18 12
ursulapulpanek@aol.com
Facebook: ASFDortmund
instagram: @ASFDortmund
- 40 Stadt Dortmund, Umweltamt,
Klimaagentur**
Freistuhl 7, 44137 Dortmund
Tel. 0231 50 26 79 4
Gabriele.Mallasch@stadtdo.de,
dortmund.de/klimaagentur
- 41 Tanzstudio VI-Dance**
Vivien Feld
Ludwigstr. 16, 44135 Dortmund
Tel. 0231 79 90 58 09
kontakt@vi-dance.de, vi-dance.de
- 42 The Londoner**
Sonnenstr. 74, 44139 Dortmund
info@thelondonerpub.de
thelondonerpubdortmund.de
- 43 Türkische Filmtage**
Südwall 2–4, 44137 Dortmund
Tel. 0231 50 29 65 7
mail@türkische-filmtage.de
türkische-filmtage.de
- 44 VHS Dortmund**
Kampstr. 47, 44137 Dortmund
Tel. 0231 50 2 47 27
vhs@dortmund.de
vhs.dortmund.de
- 45 Zonta Club Dortmund-Phoenix**
zonta.phoenix@gmail.com
zonta-dortmund-phoenix.de
- 46 Dortmunder Forum Frau &
Wirtschaft e. V.**
Evinger Platz 17, 44339 Dortmund
Tel. 0176 64043834
info@dffw.de
dffw.de

**47 Wirtschaftsförderung
Dortmund**

Grüne Str. 2–8, 44147 Dortmund,
Tel. 0231 5029818
ejendreiko@stadtdo.de,
wirtschaftsfoerderung-dortmund.de

**48 Migrantinnenverein
Dortmund e. V.**

Gnadenort 3–5, 44135 Dortmund
Tel. 0176 44715232
migrantinnendo@aol.de,
aysekalmaz@icloud.com,
migrantinnenvereindortmund.de

**49 Netzwerk Gender und
Vielfalt NRW**

Limbecker Platz 7, 45127 Essen
Tel. 0201 18 50 88 0
fachstelle@gender-nrw.de
gender-nrw.de

**50 LAG kommunaler
Gleichstellungsstellen NRW**

Haroldstr. 14, 40213 Düsseldorf
Tel. 0211 59 81 43 83
info@gleichstellungsstellen-nrw.de
gleichstellungsstellen-nrw.de

**51 Koordinierungsstelle
Einsamkeit**

Südwall 21–23, 44137 Dortmund
Tel. 0231 5022861, sjanz@stadtdo.de

**52 Projektbüro
„Aktionsplan Soziale Stadt“**

Südwall 2–4, 44137 Dortmund
Tel. 0231 50 24842
oevural@stadtdo.de

53 Familienbüro Brackel

Niedersachsenweg 13–15
44143 Dortmund
Tel. 0231 5029559
dortmund.de/familie

54 Familienbüro Hörde

Hörder Bahnhofsstr. 16
44263 Dortmund
Tel. 0231 5029777
dortmund.de/familie

55 Gärtnerei Grünfrau

Obere Pekingstr. 71
44269 Dortmund
gruenfrau@gruenbau-dortmund.de

A series of 20 horizontal dotted lines for writing.

Mit eigenen Terminen dabei sein

Sie sind ein gemeinnütziger Dortmunder Frauenverband, -verein, eine Frauenorganisation, -initiative oder -gruppe, aber Ihre Veranstaltungen sind nicht in den FrauenTerminen aufgeführt?

Dann nutzen Sie zukünftig die halbjährlich erscheinenden FrauenTermine Dortmund, um Ihre Veranstaltungen und Aktionen bekannter zu machen.

Redaktionsschluss für die Druckausgabe der FrauenTermine Dortmund 2027 (erstes Halbjahr) ist der **16. Oktober 2026**.

Ihre Termine können Sie ganz einfach über **den QR-Code** eintragen.

Veranstaltungen mit Gewinnerzielungsabsicht können wir leider nicht berücksichtigen.

Ihre Redaktion



Impressum

Herausgeberin Stadt Dortmund, Gleichstellungsbüro, Südwall 21–23, 44137 Dortmund, Tel. 0231 50–23300 **Redaktion** Maresa Feldmann (verantwortlich), Julia Chafik **Illustration** adobe.stock.com **Konzept + Design** Stadt Dortmund, Fachbereich Marketing & Kommunikation **Druck** Stadt Dortmund, Betriebliches Arbeitsschutz- und Gesundheitsmanagement, Print- und Mediacenter 06/2026 **Der Umwelt zuliebe** Dieses Printprodukt wurde auf Recyclingpapier mit der Umweltzertifizierung „Blauer Engel“ hergestellt.





dortmund.de/frauentermine