



Juli bis Dezember 2026

Programm des Begegnungszentrums Lütgendortmund

Begegnung, Beratung, Information für Menschen ab 50



Stadt Dortmund
Sozialamt

Städtisches Begegnungszentrum Lütgendortmund

Adresse

Werner Straße 10 (3. Etage)
44338 Dortmund
Aufzug vorhanden

☎ 0231 50-28989

✉ bz_luetgendortmund@dortmund.de

🌐 dortmund.de

So erreichen Sie uns

🚏 336, 369, 370, 378, 440, 463, 464, 470
Haltestelle Lütgendortmund Bahnhof

ca. 50 Meter Fußweg zum Begegnungszentrum

🚆 S-Bahnlinie S4, Endhaltestelle Lütgendortmund

ca. 200 Meter Fußweg zum Begegnungszentrum



© Kartographie: Stadt Dortmund,
Vermessungs- und Katasteramt,
62/5-2, 10/2025

Öffnungszeiten

| | |
|----------------------|----------|
| Montag | 9–22 Uhr |
| Dienstag bis Freitag | 9–18 Uhr |

Kassenzeiten

| | |
|------------|-----------|
| Montag | 14–16 Uhr |
| Donnerstag | 10–12 Uhr |



Giovanni Moses Friedemann

Ansprechpartner vor Ort

Ehrenamtliche Mitarbeiter*innen



Symbollegende

- ☎ Telefonnummer
- ✉ E-Mail-Adresse
- 🌐 Internetseite



Liebe Besucher*innen des Begegnungszentrums Lütgendortmund,

Das städtische Begegnungszentrum Lütgendortmund möchte Ihnen hiermit einen umfassenden Einblick in das Programm für die zweite Hälfte des Jahres 2026 geben. Es erwartet Sie ein vielfältiges Programm, reich an Veranstaltungen und Kursen aus Bereichen wie Kommunikation, Kultur und Sport.

Bei Fragen und Anliegen ist die Einrichtung telefonisch, per Mail und persönlich erreichbar.

Ihr Team des Begegnungszentrums Lütgendortmund



Während der Hitzeperiode steht im Begegnungszentrum Trinkwasser bereit. Das Auffüllen von Trinkflaschen ist ebenfalls möglich!



Das Begegnungszentrum ist weitgehend barrierefrei und für Rollstuhlfahrende geeignet.

Städtische Begegnungszentren– Orte der Begegnung und Kommunikation

Die Begegnungszentren in der Übersicht:

Berghofen

Am Oldendieck 6, 44269 Dortmund

☎ 0231 50-29100 • ✉ bz_berghofen@dortmund.de

Eving

Deutsche Straße 27, 44339 Dortmund

☎ 0231 50-19490 • ✉ bz_ewing@dortmund.de

Huckarde

Parsevalstraße 170, 44369 Dortmund

☎ 0231 50-19495 • ✉ bz_huckarde@dortmund.de

Lütgendortmund

Werner Straße 10, 44388 Dortmund

☎ 0231 50-28989 • ✉ bz_luetgendortmund@dortmund.de

Mengede

Bürenstraße 1, 44359 Dortmund

☎ 0231 50-28020 • ✉ bz_mengede@dortmund.de

Scharnhorst

Gleiwitzstraße 277, 44328 Dortmund

☎ 0231 50-28859 • ✉ bz_scharnhorst@dortmund.de

Wilhelm-Hansmann-Haus

Märkische Str. 21, 44141 Dortmund

☎ 0231 50-23358 • ✉ whh@dortmund.de

Das Ziel dieser Einrichtungen ist es, älter werdende Menschen in Dortmund durch die Bereitstellung von Begegnungsmöglichkeiten und Informationsangeboten zu unterstützen und dadurch den sogenannten „Dritten Lebensabschnitt“ in eine Phase der Entwicklung, der Kontakte und der Kreativität münden zu lassen.

Die Begegnungszentren sind Orte der Begegnung und Kommunikation auch für Initiativen, Vereine und Gruppen in den Stadtbezirken und stehen diesen außerhalb der eigenen Angebotszeiten kostenfrei zur Verfügung. Informieren Sie sich direkt vor Ort über das Raumangebot, die Vergabebedingungen und die Möglichkeiten, selbst aktiv mitzuwirken. Rein private und gewerbliche Nutzungen sind ausgeschlossen.

Öffnungszeiten

Die Begegnungszentren sind ganzjährig von Montag bis Freitag in der Zeit von 9–18 Uhr geöffnet. Zusätzlich finden dort Veranstaltungen am Abend und an Wochenenden statt. Die Termine entnehmen Sie bitte dem Programmheft.

Die Begegnungszentren sind für Rollstuhlfahrer*innen zugänglich und mit behindertengerechten Sanitäreinrichtungen ausgestattet.

Teilnahmebedingungen

Karten für alle Veranstaltungen für das gesamte Halbjahr können sofort nach Erscheinen des Programmheftes erworben werden. Bitte beachten Sie die Kassenzeiten. Reservierungen behalten eine Woche Gültigkeit.

Inhaber*innen der Dortmund-Karte erhalten gemäß der jeweiligen Gebührenordnung Ermäßigungen auf die zu entrichtenden Kostenbeiträge für Kurse und Veranstaltungen.

Für Inhaber*innen der Dortmund-Karte gelten folgende Preise:

Kurse: 10 €

Veranstaltungen: kostenfrei (ausgenommen ist ein Verpflegungsanteil von 5 €)

Sollte die Teilnahme an einem Kurs nicht möglich sein, so kann die Kurskarte bis zu einem Tag vor Beginn des Kurses zurückgegeben werden. Die Rückerstattung der Kursgebühren erfolgt grundsätzlich unbar.

Teilnehmer*innen bestehender Kurse wird bis zum letzten Kurstag des laufenden Kurses ein Vorbelegungsrecht für den Folgekurs eingeräumt.

Karten für Veranstaltungen, Vorträge und Konzerte können nicht zurückgenommen oder bei Nichtteilnahme erstattet werden.

Nach Drucklegung eintretende Programmänderungen (z.B. hinsichtlich von Kursleitungen, Kurszeiten oder der Anzahl der Kurstage) bleiben vorbehalten.

Allgemeiner wichtiger Hinweis für Teilnehmer*innen an Tagesfahrten, Besichtigungen sowie an Gymnastik- und sonstigen Sportkursen:

Fragen Sie Ihre*n Ärztin/Arzt, ob gegen die Teilnahme aus medizinischen Gründen Bedenken bestehen.

Die Teilnahme erfolgt in allen Fällen auf eigene Gefahr, ein besonderer Versicherungsschutz besteht nicht.

Anmeldungen für Veranstaltungen und Kurse

Sie haben verschiedene Möglichkeiten sich anzumelden.

- zu den Kassenzeiten persönlich im Begegnungszentrum
- telefonisch oder auf dem Anrufbeantworter
- per E-Mail oder schriftlich per Brief/Karte

Mit Ihrer Anmeldung akzeptieren Sie die AGBs und Bedingungen der Stadt Dortmund nach Art. 13 u. 14. jeweils Abs. 1,2 DSGVO zur Verarbeitung personenbezogener Daten. Bitte beachten Sie die entsprechenden Aushänge in den Einrichtungen.

Seniorenbüro Lütgendortmund
Beratung im Stadtbezirk Lütgendortmund
rund ums Älterwerden.



Sie informieren und unterstützen in folgenden Bereichen

- Hilfen im Alltag
- Pflegedienste, Betreuungsdienste und Pflegeheime in der Umgebung
- Entlastung für pflegende Angehörige
- Vorsorgevollmacht und Patientenverfügung
- Wohnen im Alter
- Angebote für Freizeit und Ehrenamt

Das Seniorenbüro Lütgendortmund hilft bei der Bearbeitung von Anträgen und Formularen.

Kostenlos – neutral – unabhängig im Seniorenbüro oder im eigenem Zuhause.

Kontakt

☎ 0231 50-29670

✉ seniorenbuero.luetgendortmund@dortmund.de

Und persönlich erreichbar:

im Amtshaus Lütgendortmund, 2. Etage, Zimmer 21, 23 u. 25.

Aufzug vorhanden.

Limbecker Str. 31

44388 Dortmund

Vielfalt im Alter – Unterstützung durch die Koordinierungsstelle für LSBTIQ*

(Lesben, Schwule, bisexuelle, trans*, intergeschlechtliche und queere Menschen)

Die Stadt Dortmund setzt mit der Koordinierungsstelle für LSBTIQ* im Amt für Angelegenheiten des Oberbürgermeisters und des Rates ein klares Zeichen für Vielfalt und Teilhabe.

Die Koordinierungsstelle arbeitet mit und für Menschen aus der LSBTIQ*-Gemeinschaft jeden Alters und steht auch bei Fragen rund um das Thema LSBTIQ* und Alter vernetzend zur Seite.

Darüber hinaus bringt sie ihre Expertise in die Arbeitsgruppe LSBTIQ* in der Pflege ein, um die Bedarfe queerer Senior*innen sichtbar zu machen und die Angebote in Dortmund inklusiver zu gestalten.

Kontakt:

Christine Brämer

☎ 0231 50-2 63 93

✉ cbraemer@stadtdo.de

Susanne Hildebrandt

☎ 0231 50-2 75 59

✉ shildebrandt@stadtdo.de

Kultur und Musik

Sommerklassik zum Träumen mit Tobias Bredohl am Klavier

Das heutige Konzert soll uns zum Träumen einladen: wenn wir bekannte klassische Werke hören, beginnen wir, unsere Gedanken und Erinnerungen zum Klingen zu bringen. Einige dieser musikalischen Kleinode werden heute Nachmittag über den Dächern von Lütgendortmund erklingen- von Bach bis Brahms!



Eine Anmeldung ist erforderlich.

| Datum | Uhrzeit | Kosten |
|------------|-------------|--------|
| Fr, 10.07. | 14:30–16:30 | 5,00 € |

Bildvortrag: heiße Sommer, kühles Nass & leckeres Eis, mit Burkhard Treude

Historische Erinnerungen

Passend zur Jahreszeit erwartet Sie ein unterhaltsamer Bildvortrag, der Dortmunds Historie und Alltagskultur beleuchtet. Treude verknüpft dabei historische Fakten mit persönlichen Anekdoten und geht der Frage nach, wie sich das Stadtleben – besonders an Sommertagen – über die Jahrzehnte verändert hat.

Heiße Sommer, kühles Nass und leckeres Eis



Ein amüsant-historischer Bildvortrag von Burkhard Treude
Stadt Begegnungszentrum Lütgendortmund, 27. August 2026

Burkhard Treude

Eine Anmeldung ist erforderlich.

| Datum | Uhrzeit | Kosten |
|------------|-------------|--------|
| Do, 27.08. | 15:30–17:30 | 2,50 € |

Eine musikalische Reise um die Welt mit der Solokünstlerin Lou

Ein Konzert mit Klassikern aus aller Welt. Die Reise führt unter anderem durch Deutschland, Italien, England und die USA. Dabei präsentiert sie Lieder wie „La Vie en Rose“, „Volare“, „Mamma Mia“ und „Ich liebe das Leben“.



Eine Anmeldung ist erforderlich.

| Datum | Uhrzeit | Kosten |
|------------|---------|--------|
| Do, 10.09. | 16–18 | 7,50 € |

Szenische Lesung mit Musik aus „Die Witwe trinkt Piccolo – ein Dortmund-Krimi“

„Es gab keinen Zweifel für Hauptkommissar Roderich Kowelski, als er der Leiche des pensionierten Hoesch-Mangers Friedhelm Ewers in ihre glasigen Augen sah. Dieser Typ war ein Arschloch gewesen. Seine jüngere Ehefrau, sehr attraktiv, trauerte nicht wirklich. Und Feinde hatte sich dieser Mann im Leben genug gemacht. Der klassische Typ Mörder war allerdings nicht dabei ...“

Freuen Sie sich auf die szenische Lesung durch Schauspieler Carsten Bülow, musikalisch begleitet von Max Maxelon auf dem Cello. Ebenfalls darf vor Ort der Autor Marek Speldorf begrüßt werden!



Eine Anmeldung ist erforderlich.

| Datum | Uhrzeit | Kosten |
|------------|---------|--------|
| Fr, 02.10. | 16–18 | 5,00 € |

Günna tut der Seele gut

Die Weltlage ist kompliziert. Vieles wirkt kaputt, überall Baustellen und oft hat man das Gefühl: Nichts funktioniert mehr. Aber dann kommt Günna. Die Stimme Westfalens. Und er macht uns wieder Hoffnung. Geboren am Borsigplatz und aufgewachsen in Eving ist Bruno „Günna“ Knust weit über das Ruhrgebiet hinaus bekannt für seine unverwechselbare Mundart. Sein Entertainment lebt von Schlagfertigkeit, Spontaneität und dem direkten Draht

zum Publikum. Seit fast vier Jahrzehnten steht er damit auf der Bühne, frei von der Leber weg, mit einem feinen Gespür für die Menschen an der Ruhr und ihre Geschichten. Dabei bringt er den Ruhrpott auf die Bühne, wie er wirklich ist: herzlich, ehrlich und zum Brüllen komisch. Mit liebevollen Bosheiten und aktuellen Kommentaren nimmt er auch sein Heimatstädtchen gern aufs Korn, live genauso wie in seiner wöchentlichen Kolumne in den Ruhr Nachrichten. Mit der typisch positiven Ruhrgebiets-Mentalität nimmt Günna sein Publikum mit auf eine Reise durch beliebte Szenen aus früheren Programmen und serviert dazu als Kirsche auf der Torte auch jede Menge neues, taufisches Material aus seiner Sprücheküche. Günna kennt die Dortmunder, schaut ihnen aufs Maul und fühlt ihnen auf den Zahn und sorgt mit seiner unnachahmlichen Art dafür, dass man auch in schwierigen Zeiten herzlich lachen kann. Denn seine Devise bleibt: Die Realität ist ganz anders als die Wirklichkeit.



Eine Anmeldung ist erforderlich.

| Datum | Uhrzeit | Kosten |
|------------|---------|---------|
| Mo, 19.10. | 17–18 | 10,00 € |

Musikalisch „buntes Repertoire“ und Faszination zum mithören mit Bernd Jäkel & Co.

Genießen Sie Evergreens, Oldies, Schlager und Country-Songs. Die Hits der 60er, 70er und 80er Jahre stehen im Fokus. Schunkeln oder singen Sie gerne mit. Entertainer Bernd Jäkel reißt in der Show alle mit. Dies wird ein Hit. Das Programm begeistert auch Konzert-Neulinge.

Eine Anmeldung ist erforderlich.

| Datum | Uhrzeit | Kosten |
|------------|---------|--------|
| Do, 12.11. | 16–18 | 5,00 € |



Weihnachtstanztee mit Sebastian Schmitt-Rosenblatt

Es erwartet Sie ein vielseitiges Programm. Sebastian Schmitt-Rosenblatt spielt traditionelle Weihnachtslieder und internationale Klassiker. Auch Hits aus Pop, Rock und Schlager gehören dazu. Kommen Sie zum klassischen Tanztee und stimmen Sie sich auf die Weihnachtszeit ein.

Eine Anmeldung ist erforderlich

| Datum | Uhrzeit | Kosten |
|------------|---------|--------|
| Sa, 05.12. | 17–19 | 7,50 € |



Zauberhafte Musiknachmittage mit Bernd Polzin und seiner Gitarre

Sie sind eingeladen, Lieder mit dem Herzensmusiker Bernd mitzusingen und den Klängen seiner Gitarre zu lauschen. Schnuppern Sie einfach mal rein und lassen Sie sich musikalisch inspirieren.

Eine Anmeldung ist erforderlich.

| Datum | Uhrzeit | Kosten |
|------------|---------|--------|
| Do, 24.09. | 14–16 | 2,50 € |
| Do, 26.11. | 14–16 | 2,50 € |

Gruppen und Interessengemeinschaften

Schnack mit Musik

Bei Schnack mit Musik steht zwangloses Musizieren im Mittelpunkt. Bringen Sie gerne Ihr Instrument mit. Ein Klavier ist im städtischen Begegnungszentrum vorhanden. Kommen Sie gerne vorbei, lassen Sie sich inspirieren oder schnuppern Sie einfach mal rein.

Ansprechpartnerin: Liane Wyrobek

| Datum | Uhrzeit | Kosten |
|---------------------------|----------|------------|
| jeden 2. Freitag im Monat | ab 19:30 | kostenfrei |

Spiel, Spaß und Geselligkeit

Kreuz&Quer und zurück! – Dortmunder Senior*innen lernen ihre Stadt weiter kennen!

Die Stadt Dortmund lädt nach dem großen Erfolg des Vorjahres, in Zusammenarbeit mit Dortmunder Verbänden, Senior*innen aus allen 12 Dortmunder Stadtbezirken zu Bustouren in jeweils einen anderen Stadtbezirk ein. Senior*innen lernen Dortmund kennen und probieren Sightseeing innerhalb der Stadtgrenzen aus. " Was hat sich verändert, wo bin ich seit Kindertagen nicht mehr gewesen? Ist es wirklich so, wie es in der Zeitung steht?" Es besteht die Gelegenheit, sich ein eigenes Bild seiner Stadt machen, lokale Angebote und neue Begegnungsorte kennenzulernen und dabei anderen Senior*innen zu begegnen. Die Tour startet jeweils um 10 Uhr – in jedem Stadtbezirk kann man an drei Stationen zusteigen, für 16 Uhr ist die Rückankunft geplant. Ein Reisebus bringt die Teilnehmenden in den gastgebenden Stadtbezirk zu verschiedenen Sehenswürdigkeiten und an besondere Orte, dort besteht die Gelegenheit zum Ausstieg und für kurze Aufenthalte. Ortskundige Mitarbeitende und Akteure werden die Fahrten begleiten und unterhaltsam und informativ die Ziele der jeweiligen Tour vorstellen. Zum Abschluss jeder Fahrt, gegen 14 Uhr, kehren die Gruppen in einen verbandlichen oder städtischen Begegnungsort für Senior*innen ein und werden dort mit einem Imbiss oder Kaffee und Kuchen bewirtet.

In diesem Jahr stehen Rückbegegnungen an – die Stadtbezirke, die sich im letzten Jahr begegnet sind, starten nun einen Gegenbesuch!
Von Lütgendortmund geht es in diesem Jahr nach Innenstadt-Ost.

Bei der Drucklegung dieses Programmheftes stand der Reisetag noch nicht fest. Bitte erfragen Sie diesen im Begegnungszentrum.

Mit der Anmeldung erhalten Sie weitere Informationen und die jeweiligen Zustiegsmöglichkeiten. Eventuelle Unterstützungsbedarfe sowie zu transportierende Hilfsmittel (z.B. Rollatoren) werden bei der Anmeldung abgefragt.

Die Teilnahme ist kostenfrei, eine Anmeldung ist erforderlich im Begegnungszentrum Lütgendortmund unter Tel. 0231 50-28989 oder per mail bz_luetgendortmund@dortmund.de

Gesundheit und Bewegung

Veranstaltungen

Infovortrag vom Seniorenbüro Lütgendortmund

Die Leistungen der Pflegeversicherung

Das Seniorenbüro Lütgendortmund lädt zu einer kostenfreien Informationsveranstaltung zum Thema „Was leistet die Pflegeversicherung“ ein. Den Besucher*innen wird ein Überblick über die verschiedenen Leistungen der Pflegeversicherung verschafft. Es geht um die Fragen: Wie und unter welchen Voraussetzungen kann man Leistungen erhalten? Was ist bei der Begutachtung des hilfsbedürftigen Menschen durch den Medizinischen Dienst (MD) zu beachten? Welche Leistungen stehen den Pflegebedürftigen zu? Sie erfahren, wie sich Pflegende über Verhinderungs- oder Kurzzeitpflege entlasten können und auf welche sonstigen Leistungen die sogenannte „Pflegeperson“ Anspruch hat. Selbstverständlich besteht die Möglichkeit Fragen zu stellen. Alle Interessierten sind herzlich eingeladen.

Eine Anmeldung ist erforderlich

☎ 0231 50-29670

| Datum | Uhrzeit | Kosten |
|------------|---------|------------|
| Mi, 14.10. | 14–15 | kostenfrei |

Gruppen/Interessengemeinschaften

Wandergruppe

Interessierte Besucher treffen sich regelmäßig, um den Bezirk bei gemeinsamen Wanderungen zu erkunden. Seien Sie dabei, an diesem sportlichen Angebot teilzunehmen. Ein Einstieg ist jederzeit möglich. Die Abstimmung von Wanderterminen und Routen erfolgt gemeinsam bei den Treffen.

Ansprechpartner: Arthur Pekruhn

| Datum | Uhrzeit | Kosten |
|----------------------------|-----------|------------|
| jeden 1. Dienstag im Monat | ab 18 Uhr | kostenfrei |



Walkingtreff

Die Gruppe trifft sich jeden Freitag um 15 Uhr am Eingang des Volksgartens Lütgendortmund, beim Restaurant Hopfen & Salz. Die Treffen finden bei jedem Wetter statt. Neue Teilnehmende sind herzlich willkommen. Bringen Sie auch gerne Ihre Freunde und die Familie mit.

Ansprechpartner: Günter Lentner, ☎ 0231 63 12 27

| Datum | Uhrzeit | Kosten |
|-----------------|-----------|------------|
| Fr, wöchentlich | ab 15 Uhr | kostenfrei |

Kurse

Yoga

Yoga kann bei der Bewältigung des modernen Alltags helfen, der oft von Hektik und Stress geprägt ist. Durch die Praxis wird es leichter, Klarheit, Gelassenheit und eine innere Mitte zu finden und ein Gefühl von Frieden und Harmonie zu erleben. Die unterschiedlichen Übungen können einen vitalen Lebensstil fördern. Vereinbaren Sie gerne einen Schnuppertermin. Ein kleines Kissen und eine Yoga-Matte sind mitzubringen.



© WavebreakMediaMicro – stock.adobe.com

Eine Anmeldung ist erforderlich.

| Datum | Uhrzeit | Dozent*in | Kosten |
|-------------------|-------------|-------------|---------|
| Di, 25.08.–27.10. | 12:45–14:15 | Erika Drews | 30,00 € |
| Di, 25.08.–27.10. | 14:30–16 | Erika Drews | 30,00 € |
| Di, 10.11.–08.12. | 12:45–14:15 | Erika Drews | 15,00 € |
| Di, 10.11.–08.12. | 14:30–16 | Erika Drews | 15,00 € |

Tanzen ohne Partner

Erlebnistanz



Zum Erlebnistanz dürfen Sie gerne ohne feste Partnerin oder festen Partner kommen, denn getanzt wird miteinander in der Gemeinschaft – ob paarweise, mit Partnerwechsel, allein im Block, in Reihen, zu dritt, zu viert, im Kreis ... usw. Die Musikauswahl ist ebenso vielfältig und reicht von internationaler Tanzmusik über Oldies, Folklore und Klassik bis hin zu Schlagern und modernen Rhythmen. Mitmachen kann Jede und Jeder, auch ohne Vorerfahrung!



Eine Anmeldung ist erforderlich.

| Datum | Uhrzeit | Dozent*in | Kosten |
|-------------------|----------|--------------|---------|
| Mi, 08.07.–09.09. | 13-14:30 | Angela Haase | 30,00 € |
| Mi, 30.09.–02.12. | 13-14:30 | Angela Haase | 30,00 € |

Sitzgymnastik

Bewegung hält den Körper fit und beweglich, hilft dabei, Schmerzen vorzubeugen und fördert das psychische Wohlbefinden. Beim Training der Sitzgymnastik finden die Möglichkeiten der einzelnen Teilnehmer*innen Berücksichtigung.



Eine Anmeldung ist erforderlich.

| Datum | Uhrzeit | Dozent*in | Kosten |
|-------------------|-------------|----------------|---------|
| Do, 23.07.–22.10. | 09:15-10:15 | Barbara Werner | 30,00 € |
| Do, 23.07.–22.10. | 10:30-11:30 | Barbara Werner | 30,00 € |
| Do, 05.11.–03.12. | 09:15-10:15 | Barbara Werner | 15,00 € |
| Do, 05.11.–03.12. | 10:30-11:30 | Barbara Werner | 15,00 € |

Gruppen/Interessengemeinschaften

Lach-Yoga

Lach-Yoga ist eine Kombination aus pantomimischen Lachübungen, Atemtechniken, Klatschen und Dehnen, die darauf abzielt, durch künstliches, grundloses Lachen ein echtes, gesundheitsförderndes Lachen zu erzeugen.

Ansprechpartnerin: Anne Schreivogel

Vorab melden, wenn Interesse zum Reinschnuppern besteht.

| Datum | Uhrzeit | Kosten |
|-----------------|----------|------------|
| Mo, wöchentlich | 10:15-11 | kostenfrei |

Linedance

Linedance oder auch Reihentanz ist eine choreografierte Gruppentanzform, bei der die Tänzerinnen und Tänzer in der Regel vor und nebeneinander tanzen. Getanzt wird ohne festen Partner*in. Es werden Schrittfolgen und Richtungswechsel eingeübt und synchron ausgeführt. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Eine Anmeldung ist erforderlich.

Ansprechpartnerin: Anita Zastra

| Datum | Uhrzeit | Kosten |
|------------|-------------|------------|
| Fr, 03.07. | 15:30-16:30 | kostenfrei |
| Fr, 07.08. | 15:30-16:30 | kostenfrei |
| Fr, 04.09. | 15:30-16:30 | kostenfrei |

Sprachen

Kurse

Englisch I

Im Englischkurs I vermittelt die Dozentin den Teilnehmenden Grundkenntnisse der englischen Sprache. Es werden wenig bis keine Sprachkenntnisse vorausgesetzt.



Eine Anmeldung ist erforderlich.

| Datum | Uhrzeit | Dozent*in | Kosten |
|-------------------|---------|----------------|---------|
| Di, 07.07.–08.09. | 9–10:30 | Anne Matschuck | 30,00 € |
| Di, 15.09.–01.12. | 9–10:30 | Anne Matschuck | 30,00 € |

Englisch II

Mit bestehenden Grundkenntnissen in Wort und Schrift, werden in diesem Kurs Grammatik und Wortschatz ausgebaut, sowie die Fähigkeit zur Gesprächsführung erweitert.

Eine Anmeldung ist erforderlich.

| Datum | Uhrzeit | Dozent*in | Kosten |
|-------------------|-------------|----------------|---------|
| Di, 07.07.–09.09. | 10:45–12:15 | Anne Matschuck | 30,00 € |
| Di, 15.09.–01.12. | 10:45–12:15 | Anne Matschuck | 30,00 € |

Sprachtreff für geflüchtete Ukrainer*innen

Angesprochen sind Ukrainer*innen, die als Geflüchtete nach Dortmund gekommen sind. Ziel ist es, gemeinsam in einer ungezwungenen und unterstützenden Atmosphäre, die Deutschkenntnisse für den Alltag zu stärken sowie ein Hilfsnetzwerk aufzubauen.

Eine erfahrene Sprachmittlerin moderiert die Gruppe und vermittelt Informationen zu lokalen Unterstützungsangeboten.

Ansprechpartnerin: Frau Liudmyla Smolenko

| Datum | Uhrzeit | Kosten |
|-----------------|---------|------------|
| Mi, wöchentlich | 12–14 | kostenfrei |



© valyalkin - stock.adobe.com

Digitales und Technik

Kurse

Smartphone für Anfänger*innen

Sie möchten die wichtigsten Funktionen Ihres Smartphones kennenlernen? In diesem Kurs üben Sie gemeinsam Schritt für Schritt die Grundlagen: Kontakte speichern, Anrufe tätigen und SMS schreiben. Außerdem erfahren Sie, wie Sie Fotos und Videos aufnehmen und verwalten können. Zusätzlich erhalten Sie praktische Tipps zur Bedienung und Einrichtung Ihres Geräts, ganz gleich, ob Sie das Betriebssystem Android (z.B. Samsung, Huawei oder Xiaomi) oder iOS von Apple (iPhone) nutzen.



© pikselstock – stock.adobe.com

Eine Anmeldung ist erforderlich.

| Datum | Uhrzeit | Dozent*in | Kosten |
|-------------------|----------|-----------------|---------|
| Do, 02.07.–10.09. | 10–11:30 | Christian Bauer | 40,00 € |
| Do, 24.09.–26.11. | 10–11:30 | Christian Bauer | 40,00 € |

Smartphone für Fortgeschrittene

Dieses Kursangebot richtet sich an Personen, die bereits über Grundkenntnisse verfügen. Hier werden u.a. Apps aus dem Play Store heruntergeladen und installiert, Funktionen vorhandener Apps wie WhatsApp, Google Maps, Kalender usw. werden intensiver und weiterführender behandelt. Die Teilnahme ist mit Smartphones aller gängigen Betriebssysteme, wie Android (z.B. Samsung, Huawei oder Xiaomi) oder iOS von Apple (iPhone), möglich.

Eine Anmeldung ist erforderlich.

| Datum | Uhrzeit | Dozent*in | Kosten |
|-------------------|-------------|-----------------|---------|
| Do, 02.07.–10.09. | 11:45–13:15 | Christian Bauer | 40,00 € |
| Do, 24.09.–26.11. | 11:45–13:15 | Christian Bauer | 40,00 € |

Kreatives**Kurs****Malen mit Wendy**
(14-tägig)

In diesem Malkurs werden unterschiedliche Maltechniken auf Papier und Leinwand angewendet. Ob mit Bleistift, Aquarell- oder Acrylfarben: lassen Sie Ihrer Kreativität freien Lauf! Bitte bringen Sie das von Ihnen benötigte Material mit.

Eine Anmeldung ist erforderlich.



| Datum | Uhrzeit | Dozent*in | Kosten |
|-------------------|----------------|------------------|---------------|
| Fr, 17.07.–11.09. | 10–13 | Wendy Schudak | 30,00 € |
| Fr, 25.09.–20.11. | 10–13 | Wendy Schudak | 30,00 € |

Gruppen/Interessengemeinschaften

Kreative Runde

Nähen, Stricken und Häkeln

Neue Teilnehmer*innen mit Vorkenntnissen, die mit anderen gemeinsam stricken, häkeln oder nähen möchten, sind jederzeit herzlich willkommen!

Ansprechpartnerin: Susanne Marquardt

| Datum | Uhrzeit | Kosten |
|-------------------------|-------------|------------|
| Di, 14-tägig, gerade KW | 14:15-16:15 | kostenfrei |



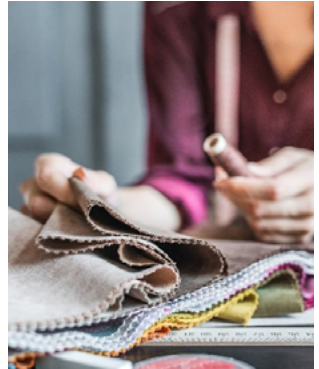
Handarbeitstreff

handarbeiten & basteln

Jede*r, die*der mit anderen gemeinsam handarbeiten oder basteln möchte, ist herzlich willkommen. Bringen Sie gerne Ihre Ideen ein. Die Gruppe freut sich auf Ihre Teilnahme.

Ansprechpartnerin: Roswitha Düsterhöft

| Datum | Uhrzeit | Kosten |
|-------------------------|---------|------------|
| Di, 14-tägig, gerade KW | 14-16 | kostenfrei |



Offener Treff

Während der Öffnungszeiten besteht die Möglichkeit, sich mit anderen Personen zu treffen, neue Menschen kennen zu lernen und die Räumlichkeiten des Begegnungszentrums eigenverantwortlich zu nutzen.



Mit-Bring-Frühstück

Genießen Sie es, in Gesellschaft zu frühstücken und sich über Alltagsthemen auszutauschen? Dann sind Sie in dieser Gruppe genau richtig! Sie können unverbindlich vorbeischaun, um herauszufinden, ob diese Runde die passende Gelegenheit für Sie bietet, neue Kontakte zu knüpfen.



Eine Anmeldung ist erforderlich.
 Ansprechpartnerin: Dorothe Krämer (Mo)
 Ansprechpartnerin: Gabriele Ott (Fr)

| Datum | Uhrzeit | Kosten |
|------------------------|---------|---|
| Mo und Fr, wöchentlich | 10–12 | Zu erfragen bei Ansprechpartnerin vor Ort |

Bunter Spielenachmittag in „LüDo“

Ein abwechslungsreicher Spielenachmittag bietet den Besucher*innen ein geselliges Erlebnis. Die Spielgruppen freuen sich über neue Teilnehmende. Kommen Sie allein oder auch als Gruppe, um sich gemeinsam an der vielfältigen Spielesammlung auszuprobieren.



| Datum | Uhrzeit | Kosten |
|-----------------|---------|------------|
| Mo, wöchentlich | 14–16 | kostenfrei |

Doppelkopf und mehr

Doppelkopf, Rommé, Skat und vieles mehr: wenn Sie sich angesprochen fühlen, sich einer Runde von Kartenspieler*innen anzuschließen, melden Sie sich unter der unten angegebenen Nummer.

Nach Absprache trifft sich die Gruppe an einem weiteren Wochentag. Auch dort sind interessierte Mitspieler*innen erwünscht.

Ansprechpartnerin: Elisa Gause ☎ 0231 963 33 88

| Datum | Uhrzeit | Kosten |
|-----------------|---------|------------|
| Mo, wöchentlich | 14–16 | kostenfrei |

Selbsthilfegruppe im Umgang mit Depressionen



Ich entscheide mich: Für Veränderung, statt Entschuldigung. Für Selbstbewusstsein, statt Ausnutzung. Für Motivation, statt Manipulation. Für Kooperation, statt Konkurrenz. Für Nützlichkeit, statt Ausnutzung. Auf meine innere Stimme zu hören, statt auf jede beliebige Meinung.

Gemeinsam sind wir stark, einzeln sind wir verloren. Ich bin nicht allein, es gibt andere, die mich verstehen. Wir geben nicht auf, wir kämpfen gemeinsam für eine bessere Zukunft. Gemeinsam können wir Dinge bewältigen, die uns alleine überfordern würden.

Wenn Interesse besteht, an dieser Gruppe teilzunehmen, wird um Kontaktaufnahme gebeten.

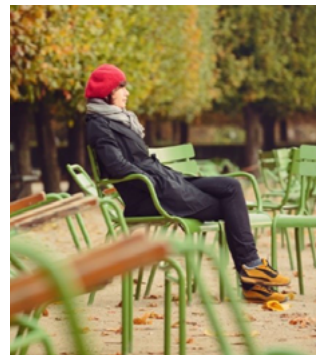
Kontakt: Selbsthilfe-Kontaktstelle

☎ 0231 52 90 97

✉ selbsthilfe-dortmund@paritaet-nrw.org

Informationen im BZ Lütgendortmund erhältlich.

| Datum | Uhrzeit | Kosten |
|-----------------|----------|------------|
| Di, wöchentlich | 17:15–20 | kostenfrei |



Offener Markttreff

Lernen Sie das Begegnungszentrum besser kennen und nutzen Sie am Mittwochvormittag die Möglichkeit, mit den unterschiedlichsten Besucher*innen ins Gespräch zu kommen und bei einer Tasse Kaffee über alltägliche Themen zu sprechen. Das Begegnungszentrum Lütgendortmund freut sich darauf, Sie hier begrüßen zu dürfen.

| Datum | Uhrzeit | Kosten |
|-----------------|---------|------------|
| Mi, wöchentlich | 9:30–12 | kostenfrei |

Klön-Café

Sie sind herzlich eingeladen, in diesem offenen Nachmittagstreff, bei einer Tasse Kaffee oder Tee, mit anderen Besucher*innen über die verschiedensten Themen zu klönen. In diesem Rahmen werden zukünftig auch gelegentlich Bingo-Nachmittage angeboten. Beachten Sie hierzu Aushänge sowie Pressemitteilungen zu konkreten Terminen und den Teilnahmebedingungen.

Ansprechpartnerin: Irene Stabenau

| Datum | Uhrzeit | Kosten |
|-------------------------|-------------|------------|
| Do, 14-tägig, gerade KW | 13:30–15:30 | kostenfrei |

Zwischen Arbeit & Ruhestand

Alltagsthemen. Austausch. Ausflüge

Wenn Sie Lust auf gemeinsame Freizeitaktivitäten haben, sind Sie hier richtig. Schauen Sie gerne rein!

Ansprechpartner: Rainer Taming

| Datum | Uhrzeit | Kosten |
|---------------------------|---------|------------|
| Mi, 14-tägig, ungerade KW | 16–18 | kostenfrei |

Zusätzliche Angebote

Sprechstunde des Seniorenbeirats

Der Seniorenbeirat Lütgendortmund steht Ihnen als Ansprechpartner*in für alle Fragen rund um das Leben als Senior*in im Stadtbezirk Lütgendortmund zur Verfügung.

Ansprechpartner: Wolfgang Evers
oder Matthias Wolf

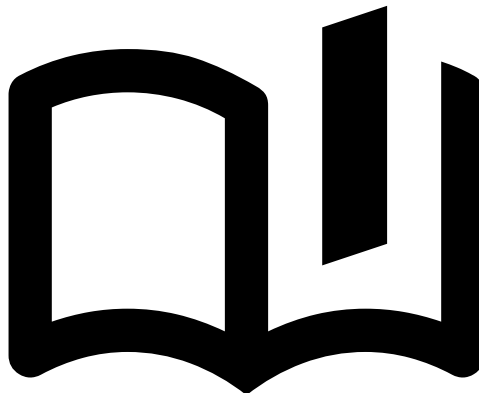


© Robert Kneschke – stock.adobe.com

| Datum | Uhrzeit | Kosten |
|----------------------------|---------|------------|
| Jeden 1. Mittwoch im Monat | 10–11 | kostenfrei |

Büchertausch

Das städtische Begegnungszentrum Lütgendortmund bietet die Möglichkeit am Büchertausch teilzuhaben. Hier können Bücher kostenfrei getauscht und gelesen werden. Sie haben ebenso die Möglichkeit hier bei einer Tasse Kaffee oder Tee, in gemütlicher Atmosphäre ein Buch zu lesen.



Generationsprojekt

Intergenerative- und kreative Ansätze

In Kooperation mit der städtischen Jugendfreizeitstätte Lütgendortmund, angegliedert an das Jugendamt, startet ein intergeneratives Projekt, bei welchem Armbänder aus unterschiedlichen Kreativmaterial gemeinsam mit der schon bestehenden offenen Nähgruppe im städtischen Begegnungszentrum Lütgendortmund kreiert werden. Junge Besuchende der städtischen Jugendfreizeitstätte Lütgendortmund, basteln nachhaltige Armbänder und möchten ihre Fähigkeiten in der Nähgruppe teilen und auch von den Ideen der bestehenden Gruppe lernen. Intergeneratives Miteinander steht im Fokus dieses Projekts.

Ansprechpartnerin Nähgruppe
Susanne Marquardt

Kooperationspartner
Städtische Jugendfreizeitstätte
Lütgendortmund,
Tel: 0231 50-28983

| Datum | Uhrzeit | Kosten |
|------------|-------------|------------|
| Di, 15.09. | 15:15–16:15 | kostenfrei |
| Di, 13.10. | 15:15–16:15 | kostenfrei |
| Di, 10.11. | 15:15–16:15 | kostenfrei |

Daniel Hübbe (Leitung)
Lukas Joswig (stellv. Leitung)

Von Besuchenden für Besuchende

Offene Fragen rund ums Smartphone

Eine Besucherin des städtischen Begegnungszentrums Lütgendortmund beantwortet einfache Fragen rund um das Smartphone. Solche Fragen könnten lauten: „Wie wird die Lautstärke verstellt?“ oder „Wie werden mobile Daten empfangen?“ und Weiteres. Die Teilnahme ist kostenlos. Die Termine werden durch Aushänge und Pressemitteilungen noch bekanntgegeben.

Ansprechpartnerin: Frau Nierhoff

Highlights an Samstagen

Gastvortrag zum Thema Erbrecht!

Expertin Jessica Kreiß aus dem Fachgebiet „Erbrecht“ klärt anhand eines Vortrags über den Umgang mit dem Erbe auf. Bei dieser Veranstaltung werden verschiedene Aspekte zum Thema „Erben“ angesprochen. (Ver-)Erben: ja, nein, vielleicht? – Erbe annehmen oder ablehnen, worauf ist zu achten?

Dozentin: Jessica Kreiß
Eine Anmeldung ist erforderlich.

| Datum | Uhrzeit | Kosten |
|------------|---------|------------|
| Sa, 25.07. | 10–12 | kostenfrei |

Waffelnachmittag

Waffelduft liegt in der Luft! Melden Sie sich schnell an, um in netter Gesellschaft eine leckere Waffel mit Kirschen und Sahne zu genießen.

Eine Anmeldung ist erforderlich.

| Datum | Uhrzeit | Kosten |
|------------|---------|--------|
| Sa, 15.08. | 14–16 | 2,50 € |
| Sa, 24.10. | 14–16 | 2,50 € |



„Up-to-date-sein“: Feuerwehr Dortmund klärt auf

Die Pressestelle der städtischen Feuerwehr Dortmund informiert Bürger*innen mit einem Vortrag über die Gefahren durch Brände, sowie über Maßnahmen des Brandschutzes und der Prävention. Darüber hinaus werden auch aktuelle Geschehnisse im Bereich der Feuerwehr, des Rettungsdienstes und des Bevölkerungsschutzes aufgezeigt.

Dozent: Matthias Kleinhans (Presseabteilung Feuerwehr Stadt Dortmund)
Eine Anmeldung ist erforderlich.

| Datum | Uhrzeit | Kosten |
|------------|---------|------------|
| Sa, 12.09. | 12–15 | kostenfrei |

Wohnung behalten & Wohnung gestalten (Workshop)

Referentin Petra Bank von der Wohnberatung des Kreuzviertel-Vereins mit Sitz in Dortmund, klärt auf, wie die eigene Wohnung altersgerecht umzubauen und zu gestalten ist. Hierzu werden praktische Tipps und Lösungen aufgezeigt, die dem altersgerechten Wohnen dienen.

Eine Anmeldung ist erforderlich.

| Datum | Uhrzeit | Kosten |
|------------|---------|------------|
| Sa, 21.11. | 12–15 | kostenfrei |

Veranstungskalender

Juli

| Tag | Datum | Uhrzeit | Titel | Kosten |
|-----|--------|-----------|---|--------|
| Mi | 01.07. | 10 Uhr | Offene Sprechstunde Seniorenbeirat | - |
| Mi | 01.07. | | Offener Markttreff (wöchentlich) | - |
| Fr | 03.07. | 15:30 Uhr | Line Dance | - |
| Di | 07.07. | 18 Uhr | Wandergruppe (1. Dienstag im Monat) | |
| Fr | 10.07. | 14:30 Uhr | Sommerklassik zum Träumen mit Tobias Bredohl am Klavier | 5,00 € |
| Fr | 10.07. | 19:30 Uhr | Schnack mit Musik | - |
| Mi | 15.07. | 16 Uhr | Zwischen Arbeit & Ruhestand. Alltagsthemen. Austausch. Ausflüge (14-tägig) | - |
| Do | 16.07. | 12 Uhr | Aufgrund einer Personalversammlung ist das Begegnungszentrum ab 12 Uhr geschlossen. | - |
| Sa | 25.07. | 10 Uhr | Infovortrag „Erbrecht“ | - |

August

| Tag | Datum | Uhrzeit | Titel | Kosten |
|-----|--------|-----------|--|--------|
| Di | 04.08. | 18 Uhr | Wandergruppe (1. Dienstag im Monat) | - |
| Mi | 05.08. | 9:30 Uhr | Offener Markttreff (wöchentlich) | - |
| Mi | 05.08. | 10 Uhr | Offene Sprechstunde Seniorenbeirat | - |
| Mi | 12.08. | 16 Uhr | Zwischen Arbeit & Ruhestand. Alltagsthemen. Austausch. Ausflüge (14-tägig) | - |
| Fr | 14.08. | 19:30 Uhr | Schnack mit Musik | - |
| Sa | 15.08. | 14 Uhr | Waffelnachmittag | 2,50 € |
| Do | 27.08. | 15:30 Uhr | Bildvortrag: Sommerhitze kühles Nass & leckeres Eis, mit Burkhard Treude | 2,50 € |

September

| Tag | Datum | Uhrzeit | Titel | Kosten |
|-----|--------|-----------|---|--------|
| Di | 01.09. | 18 Uhr | Wandergruppe (1. Dienstag im Monat) | - |
| Mi | 02.09. | 9:30 Uhr | Offener Markttreff (wöchentlich) | - |
| Mi | 02.09. | 10 Uhr | Offene Sprechstunde Seniorenbeirat | - |
| Fr | 04.09. | 15:30 Uhr | Line Dance | - |
| Mi | 09.09. | 16 Uhr | Zwischen Arbeit & Ruhestand. Alltagsthemen. Austausch. Ausflüge. (14-tägig) | - |
| Do | 10.09. | 16 Uhr | Eine musikalische Reise um die Welt mit Solokünstlerin Lou | 7,50 € |
| Fr | 11.09. | 19:30 Uhr | Schnack mit Musik | - |
| Sa | 12.09. | 12 Uhr | „Up-to-date-sein“: Feuerwehr Dortmund klärt auf | - |
| Di | 15.09. | 15:15 Uhr | Generationsprojekt | - |
| Di | 22.09. | 17 Uhr | Bezirksvertretung Lütgendortmund | - |
| Do | 24.09. | 14 Uhr | Zauberhafter Musiknachmittag mit Bernd Polzin und seiner Gitarre | 2,50 € |

Oktober

| Tag | Datum | Uhrzeit | Titel | Kosten |
|-----|--------|-----------|--|---------|
| Fr | 02.10. | 16 Uhr | Szenische Lesung mit Musik aus „Die Witwe trinkt Piccolo – ein Dortmund-Krimi“ | 5,00 € |
| Di | 06.10. | 18 Uhr | Wandergruppe (1. Dienstag im Monat) | - |
| Mi | 07.10. | 09:30 Uhr | Offener Markttreff (wöchentlich) | - |
| Mi | 07.10. | 10 Uhr | Offene Sprechstunde Seniorenbeirat | - |
| Mi | 07.10. | 16 Uhr | Zwischen Arbeit & Ruhestand Alltagsthemen. Austausch. Ausflüge (14-tägig) | - |
| Fr | 09.10. | 19:30 Uhr | Schnack mit Musik | - |
| Di | 13.10. | 15:15 Uhr | Generationsprojekt | - |
| Mi | 14.10. | 14 Uhr | Infovortrag vom Seniorenbüro Lütgendortmund zum Thema: „Die Leistungen der Pflegeversicherung“ | - |
| Mo | 19.10. | 17 Uhr | Günna tut der Seele gut | 10,00 € |
| Sa | 24.10. | 14 Uhr | Waffelnachmittag | 2,50 € |

November

| Tag | Datum | Uhrzeit | Titel | Kosten |
|-----|--------|-----------|--|--------|
| Di | 03.11. | 13 Uhr | Wegen einer Dankeschön-Veranstaltung für die ehrenamtlichen Mitarbeiter*innen ist das Begegnungszentrum ab 13 Uhr geschlossen. | |
| Di | 03.11. | 17 Uhr | Bezirksvertretung Lütgendortmund | |
| Mi | 04.11. | 13 Uhr | Wegen einer Vollversammlung der hauptamtlichen Mitarbeiter*innen öffnet das Begegnungszentrum an diesem Tag erst ab 13 Uhr. | |
| Mi | 04.11. | 16 Uhr | Zwischen Arbeit & Ruhestand. Alltagsthemen. Austausch. Ausflüge (14-tägig) | - |
| Di | 10.11. | 15:15 Uhr | Generationsprojekt | - |
| Do | 12.11. | 16 Uhr | Musikalisch „buntes Repertoire“ und Faszination zum mithören mit Bernd Jäkel | 6,00 € |
| Fr | 13.11. | 19:30 Uhr | Schnack mit Musik | - |
| Sa | 21.11. | 10 Uhr | Wohnberatung: Wohnung behalten & Wohnung gestalten mit Petra Bank. | - |
| Do | 26.11. | 14 Uhr | Zauberhafter Musiknachmittag mit Bernd Polzin und seiner Gitarre | 2,50 € |

Dezember

| Tag | Datum | Uhrzeit | Titel | Kosten |
|-----|--------|-----------|---|--------|
| Di | 01.12. | 18 Uhr | Wandergruppe (1. Dienstag im Monat) | |
| Mi | 02.12. | 09:30 Uhr | Offener Markttreff (wöchentlich) | - |
| Mi | 02.12. | 10 Uhr | Offene Sprechstunde Seniorenbeirat | - |
| Mi | 02.12. | 16 Uhr | Zwischen Arbeit & Ruhestand. Alltags- themen. Austausch. Ausflüge (14-tä- gig) | - |
| Sa | 05.12. | 17 Uhr | Weihnachtstanztee | 7,50 € |
| Di | 08.12. | 17 Uhr | Bezirksvertretung Lütgendortmund | - |
| Mi | 09.12. | 13 Uhr | Wegen der Weihnachtsfeier für die Mitarbeiter*innen des Fachdienstes für Senioren ist das Begegnungszent- rum an diesem Nachmittag ab 13 Uhr geschlossen. | - |
| Fr | 11.12 | 19:30 Uhr | Schnack mit Musik | - |

Bitte beachten Sie die Tagespresse und Aushänge.
Weitere Veranstaltungen sind in Planung.

Weitere Veranstaltungen finden in den Begegnungszentren der anderen
Stadtbezirken statt. Bei Interesse wenden Sie sich bitte direkt an die Einrichtun-
gen. Die Kontaktdaten finden Sie auf Seite 4.

Impressum

Herausgeberin Stadt Dortmund – Sozialamt, Fachdienst für Senioren **Redaktion** Martin Rutha (verantwortlich), Jürgen Kleinschmidt, Giovanni Moses Friedemann **Bilder** Titel: Viktor – stock.adobe.com, Adobe Firefly **Konzept + Design** Stadt Dortmund, Marketing + Kommunikation **Druck** Stadt Dortmund, Betriebliches Arbeitsschutz- und Gesundheitsmanagement, Print- und Mediacenter 05/2026 **Der Umwelt zuliebe**
Dieses Printprodukt wurde auf Recyclingpapier mit der Umweltzertifizierung „Blauer Engel“ hergestellt.