



**Juli bis Dezember 2025**

# **Programm Wilhelm-Hansmann-Haus**

Begegnung, Beratung, Information für Menschen ab 50



**Stadt Dortmund**  
Sozialamt



#### **Impressum**

**Herausgeberin** Stadt Dortmund – Sozialamt, Fachdienst für Senioren **Redaktion** Martin Rutha (verantwortlich), Jürgen Klein-schmidt, Franzisca Schubert, Silke Planck **Bilder** Stefan Mager, Facetune, Patricia Malcher, Deutsches Rosarium, picture people, Harald Hoffmann, Bettina Lecking, Thomas Eicher, Stadt Bad Pyrmont, Frank Metzermacher, Andreas Griefingholt, Christof Arnold, Oliver Körner, Franzisca Schubert, Stadt Warendorf, C-BY-SA, Sandra Großpietsch, Jessica Welk-Meißner, Silke Planck, Adobe Firefly **Konzept, Design** Stadt Dortmund, Marketing + Kommunikation **Druck** LD Medienhaus GmbH & Co. KG 06/2025

## Inhalt

<b>Service .....</b>	<b>4</b>
Das Wilhelm-Hansmann-Haus stellt sich vor .....	4
Mitarbeiter*innen im WHH.....	5
Kasse/Vorverkauf .....	7
Teilnahmebedingungen.....	8
<b>Besondere Angebote im WHH .....</b>	<b>9</b>
<b>Angebote für Menschen mit neurologischen Erkrankungen .....</b>	<b>14</b>
<b>Information und Gesellschaft .....</b>	<b>20</b>
<b>Fahrten und Besichtigungen .....</b>	<b>35</b>
<b>Kultur- und Musikveranstaltungen .....</b>	<b>47</b>
<b>Gesundheit und Bewegung .....</b>	<b>67</b>
<b>Kreativangebote .....</b>	<b>87</b>
<b>Gesellschaftsspiele und Spielereffs .....</b>	<b>90</b>
<b>Veranstaltungskalender .....</b>	<b>92</b>
Ehrenamtlicher Seniorenbegleitservice der Stadt Dortmund .....	96
Seniorenbüros in Dortmund .....	97
Die Begegnungszentren der Stadt Dortmund.....	100



Das WHH ist weitgehend barrierefrei und für Rollstuhlfahrende geeignet.



Während der Hitzeperiode steht im Wilhelm-Hansmann-Haus Trinkwasser bereit. Das Auffüllen von Trinkflaschen ist ebenfalls möglich!

### Symbollegende



Telefonnummer



E-Mail-Adresse



Faxnummer



Internetseite

## Service

### Das Wilhelm-Hansmann-Haus stellt sich vor

Das Wilhelm-Hansmann-Haus ist das größte Begegnungszentrum für Menschen ab 50 in Dortmund. Das Angebot umfasst im laufenden Programm eine Vielzahl an verschiedenen Kursen, fortlaufenden Arbeitsgemeinschaften und Veranstaltungen unterschiedlichster Art.

Das Ziel dieser Einrichtung ist es, älter werdende Menschen in Dortmund durch Schaffung von Begegnungsmöglichkeiten und Informationsangeboten dabei zu unterstützen, auch den sogenannten „Dritten Lebensabschnitt“ in eine Phase der Entwicklung, der Kontakte und der Kreativität münden zu lassen. Der Aspekt der persönlichen Beratung spielt hierbei eine große Rolle.

Die Themen unserer Angebote betreffen alle wesentlichen Bereiche, die für Senior\*innen relevant sind. Sie können aus einem breiten Spektrum auswählen, z. B.

- musikalische und gesellige Angebote
- Kulturveranstaltungen
- Fachvorträge zu medizinischen, rechtlichen und allgemeinen Fragestellungen
- spezielle Gesprächskreise und Beratungsangebote
- Gesundheit und Bewegung
- Kreativität
- elektronische Medien
- Ausflugsfahrten und vieles mehr

#### **Wilhelm-Hansmann-Haus**

Seniorenbegegnungszentrum  
Beratung – Begegnung – Kultur  
Märkische Straße 21  
44141 Dortmund

 0231 50-23358  
 0231 50-26426  
 [whh@dortmund.de](mailto:whh@dortmund.de)  
 [dortmund.de/whh](http://dortmund.de/whh)

## Mitarbeiter\*innen im WHH

### Planung und Organisation

Foto: PriPhotoStudio



#### **Jürgen Kleinschmidt**

Teamleiter 50/5-4 und  
Leiter des Wilhelm-Hansmann-Hauses  
Planung und Organisation, Öffentlichkeitsarbeit,  
Personal, Information, Raumvergabe, Arbeits-  
gemeinschaften



0231 50-23356



[jkleinschmidt@stadtdo.de](mailto:jkleinschmidt@stadtdo.de)

Foto: PriPhotoStudio



#### **Franzisca Schubert**

Fachkoordinatorin 50/5-4 offene  
Begegnungsorte – Information und Beratung  
Fachbereich: Kultur, Veranstaltungen,  
Konzerte, Vorträge, Fahrten



0231 50-24394



[fschubert@stadtdo.de](mailto:fschubert@stadtdo.de)

Foto: Foto am Ostentor



#### **Nicola Witt**

Fachkoordinatorin 50/5-4 offene  
Begegnungsorte – Information und Beratung  
Fachbereich: Verwaltung



0231 50-25933



[nwitt@stadtdo.de](mailto:nwitt@stadtdo.de)

Foto: PriPhotoStudio



#### **Silke Planck**

Information und Beratung  
Fachbereiche: Gesundheit, Sport und  
Bewegung



0231 50-23352



[splanck@stadtdo.de](mailto:splanck@stadtdo.de)

## Information und Kassenbüro

Foto: PriPhotoStudio



**Britta Keutmann**

Information und Beratung  
Kartenverkauf und Reservierungen für Kurse,  
Veranstaltungen und Fahrten

☎ 0231 50-23357  
✉ [whh@dortmund.de](mailto:whh@dortmund.de)

## Information, Hauswirtschaft, Beschaffungen, Dekorationen

Foto: PriPhotoStudio



**Maja Tschurkin**

☎ 0231 50-23358  
✉ [whh@dortmund.de](mailto:whh@dortmund.de)

## Service, Information, Beratung und Technischer Dienst

Fotos: PriPhotoStudio



**Martin Matuszak**



**Enrico Klünder**



**Predrag Blagojevic**

☎ 0231 50-23358  
✉ [whh@dortmund.de](mailto:whh@dortmund.de)

## Kasse/Vorverkauf

Anmeldungen, Beratungen, telefonische Reservierungen und Kartenverkauf für alle Kartenarten

### Kassenöffnungszeiten

Mo–Mi 09:00–12:00 Uhr und 13:00–16:00 Uhr

Do 09:00–12:00 Uhr und 13:00–18:00 Uhr

Fr 09:00–13:00 Uhr

☎ 0231 50-23357

In Ferienzeiten können abweichende Öffnungszeiten der Kasse gelten, die durch Aushang bekannt gemacht werden.

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

Beachten Sie bitte, dass Sitzplatzreservierungen für Veranstaltungen leider nicht möglich sind. Wir bitten um Verständnis, dass die Sitzplätze spätestens fünf Minuten vor Veranstaltungsbeginn eingenommen werden müssen. Anschließend werden freie Plätze anderweitig vergeben. Informationen zum Erwerb von Kurskarten entnehmen Sie bitte den Teilnahmebedingungen auf der folgenden Seite.

Unverbindliche Kartenanfragen können Sie auch per E-Mail unter

✉ [whh@dortmund.de](mailto:whh@dortmund.de) an uns richten.

Die Kasse des WHH schließt am 22.12.2025 um 12:00 Uhr und ist ab dem 05.01.2025 ab 09:00 Uhr wieder für Sie geöffnet.



## Teilnahmebedingungen

- Inhaber\*innen der Dortmund-Karte werden vom Wilhelm-Hansmann-Haus gemäß der jeweiligen Gebührenordnung entsprechende Ermäßigungen auf die ausgewiesenen Kostenbeiträge für Kurse und Veranstaltungen gewährt. Nähere Informationen erhalten Sie in der Verwaltung des WHH.
- Sollte die Teilnahme an einem Kurs nicht möglich sein, kann die Kurskarte bis zu einem Tag vor Beginn des Kurses zurückgegeben werden. Die Rückerstattung der Kursgebühren erfolgt grundsätzlich unbar.
- Karten für Veranstaltungen, Vorträge und Konzerte können nicht zurückgenommen oder bei Nichtteilnahme erstattet werden.
- Teilnehmer\*innen aktuell stattfindender Kurse wird bis zum letzten Kurstag ein Vorbelegungsrecht für den Folgekurs eingeräumt.
- Nach Drucklegung eintretende Programmänderungen (z. B. hinsichtlich von Kursleitungen, Kurszeiten oder Anzahl der Kurstage) bleiben vorbehalten.
- Wichtiger allgemeiner Hinweis für Teilnehmer\*innen an Tagesfahrten und Besichtigungen, sowie an Gymnastik- und sonstigen Sportkursen: Fragen Sie Ihren Hausarzt, ob gegen die Teilnahme aus medizinischen Gründen Bedenken bestehen. Die Teilnahme erfolgt in allen Fällen auf eigene Gefahr, ein besonderer Versicherungsschutz besteht nicht.
- Die im Programm aufgeführten Tagesfahrten sind Veranstaltungen des Fördervereins Wilhelm-Hansmann-Haus e. V. Die Teilnahme an allen Fahrten erfolgt auf eigene Gefahr. Die Rückgabe von bereits gekauften Teilnahmekarten für Fahrten ist nicht möglich.
- Für Tagesfahrten des Fördervereins WHH e. V. können pro Person und Fahrt bis zu zwei Karten gekauft werden.
- Mit Ihrer Anmeldung akzeptieren Sie die AGB's und Bedingungen der Stadt Dortmund nach Art. 13 und 14 jeweils Abs. 1, 2 DSGVO zur Verarbeitung personenbezogener Daten. Bitte beachten Sie die entsprechenden Aushänge im Kassenbüro.



## Besondere Angebote im WHH

### Sommerwoche »Kunterbunt«

Von Dienstag, 19.08. bis Dienstag, 26.08.2025 erwartet Sie wieder ein Pot-pourri verschiedener Aktivitäten im Wilhelm-Hansmann-Haus. Ob selbst Singen oder Zuhören, ob Basteln oder Sporttreiben – für jeden und jeder ist in dieser Woche etwas zum Ausprobieren dabei. Das genaue Programm wird ab Juni 2025 durch Aushang und Flyer veröffentlicht.

### Seniorenbüro Innenstadt-Ost

Im Seniorenbüro Innenstadt-Ost können sich Ratsuchende zu Bildungs- und Freizeitangeboten, über lokale Service- Wohn und Pflegeangebote oder über Leistungen der verschiedenen Leistungsträger informieren und bei Bedarf passgenaue Hilfen abstimmen. Sie erhalten kostenfrei eine kompetente Beratung und Information unter anderem zu:

- Hilfen im Haushalt
- Besuchs- und Begleitsdiensten
- pflegeunterstützenden und entlastenden Angeboten
- ambulanten Pflegediensten und Einrichtungen
- Finanzierungsfragen bei Pflegebedürftigkeit
- Freiwilligendiensten
- Begegnungsmöglichkeiten und Kommunikation

### Das Seniorenbüro Innenstadt-Ost finden Sie an den Standorten:

Seniorenbüro im Wilhelm-Hansmann-Haus

 0231 50-29690

Märkische Straße 21, 44141 Dortmund

Seniorenbüro im Versorgungsamt

 0231 50-27800

Untere Brinkstraße 80, 44141 Dortmund

Ohne Termin können Sie persönlich in der offenen Sprechstunde montags bis freitags von 10:00–12:00 Uhr im Wilhelm-Hansmann-Haus vorbeikommen. Für Beratungstermine außerhalb dieser Zeiten rufen Sie gerne an.

## Nachbarschaftshelfer\*innen Innenstadt-Ost

Sie wohnen gerne in Ihrem Stadtteil? Ihre Nachbarschaft ist Ihnen etwas wert? Dann haben wir etwas für Sie: Werden Sie Nachbarschaftshelfer\*in!

Nachbarschaftshelfer\*innen sind Menschen, die sich in ihrem nahen Umfeld engagieren und vorwiegend Senior\*innen unterstützend zur Seite stehen möchten. Sie springen ein, wenn akut Not an der Frau oder am Mann ist, wenn vorübergehende Hilfe dazu beiträgt, die persönliche Situation wieder ins Lot zu bringen, oder wenn der Alltag mit kleinen Hilfen (z.B. Wegbegleitung zum Mittagstisch) wieder bewältigt werden kann.

Wir bieten Ihnen

- eine Möglichkeit, sich gezielt in Ihrem Umfeld einzubringen.
- regelmäßigen Austausch und fachliche Begleitung.

### Kontakt und weitere Information:

Seniorenbüro Innenstadt-Ost im Wilhelm-Hansmann-Haus  
Märkische Straße 21, 44141 Dortmund

☎ 0231 50-29690

oder

Seniorenbüro Innenstadt-Ost im Versorgungsamt  
Untere Brinkstraße 80, 44141 Dortmund

☎ 0231 50-27800

✉ [seniorenbuero.ost@dortmund.de](mailto:seniorenbuero.ost@dortmund.de)



DORTMUND

## Der Förderverein Wilhelm-Hansmann-Haus e. V. stellt sich vor

Der Förderverein des WHH widmet sich der Aufgabe die Seniorenarbeit in Dortmund zu fördern und zu vertiefen. Seit über 30 Jahren unterstützt der Verein die Arbeit des Wilhelm-Hansmann-Hauses nicht nur durch die Bereitstellung finanzieller Mittel, sondern auch durch das ehrenamtliche Engagement seiner Mitglieder bei Fahrten, Veranstaltungen und vielen weiteren Angeboten des Begegnungszentrums.

Sichtbare Zeichen dieser Unterstützung sind unter anderem die Gymnastikhalle, der barrierefreie Aufzug, der renovierte Veranstaltungssaal, die Computer- und Videoausrüstung für die Technikgruppen und die vielfältige Unterstützung der Kreativgruppen, Fahrten und Kulturveranstaltungen.

Werden Sie Mitglied im Förderverein des WHH und helfen Sie uns bei der wichtigen Aufgabe die Arbeit des Wilhelm-Hansmann-Hauses zu unterstützen!

- Wir wünschen uns viele neue Mitglieder, die uns auf unterschiedlichste Art und Weise unterstützen.
- Die Mitgliedschaft ist an keine Altersgrenze gebunden.
- Alt und Jung sorgen gemeinsam für eine bessere Lebensqualität im Alter.



Der Jahresbeitrag ist auf mindestens 10,00 € festgesetzt. Mitgliedsbeiträge sind als Spenden steuerlich abzugsfähig. Aufnahmeanträge sind im WHH erhältlich.

### Spendenkonto des Vereins:

Förderverein Wilhelm-Hansmann-Haus e.V.

IBAN DE84 4405 0199 0001 0801 64 • BIC DORTDE33XXX

### Kontakt

Margit Hartmann (1. Vorsitzende)

Märkische Straße 21, 44141 Dortmund

☎ 0231 50-23356 • 🌐 [www.whh-foerderverein.de](http://www.whh-foerderverein.de)

Sprechstunde des Fördervereins nach Vereinbarung



## **Beratungsangebote im WHH**

Zunehmend komplexere Problemlagen erfordern ein immer höher werdendes Maß an Informationen für Betroffene. Eine große Zahl an Selbsthilfegruppen, insbesondere aus dem medizinischen und psychosozialen Bereich führen ihre regelmäßigen Treffen im Wilhelm-Hansmann-Haus durch. Neben den Selbsthilfegruppen stellen wir für unsere Besucher\*innen eine Vielzahl kostenfreier Beratungsangebote bereit.

Die individuellen Beratungsangebote werden in Zusammenarbeit mit verschiedenen Fachämtern der Stadt Dortmund, dem Versorgungsamt, der Polizei sowie zahlreichen Selbsthilfe- und Betroffenenengruppen durchgeführt.

Wir wollen älteren Menschen hierdurch die Gelegenheit geben, sich ohne Ängste kostenfrei beraten zu lassen.

### **Allgemeine Beratung**

Auskunft, Rat und individuelle Hilfen in sozialen und persönlichen Angelegenheiten erhalten Sie von den Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern des Wilhelm-Hansmann-Hauses. Bei speziellen Fragen nennen wir Ihnen gerne auch kompetente Ansprechpersonen.

 0231 50-23356

### **Morbus Bechterew**

Morbus Bechterew ist eine meist schmerzhafte, entzündliche Systemerkrankung, vor allem der Wirbelsäule, mit Tendenz zur Einsteifung. Diese zu den rheumatischen Erkrankungen zählende Krankheit ist bisher noch nicht heilbar und ihre Ursachen nicht hinreichend bekannt. Erkrankte finden dennoch Rat und Unterstützung in diesem individuellen Beratungsangebot von Hans-Günter Böckmann. Hans-Günter Böckmann bietet telefonische Beratung an:  0231 330 68 30.

Hier kann auf den AB gesprochen werden. Wer vom Festnetz aus anruft oder eine Festnetznummer angibt, wird zurück gerufen.

## Alzheimer-Gesellschaft Dortmund

- 1. und 3. Dienstag im Monat von 18:30–20:00 Uhr

Die Alzheimer-Gesellschaft Dortmund e. V. bietet Beratung für Angehörige von Alzheimer-Kranken oder Personen, die an ähnlichen Erkrankungen leiden.

## Parkinson

- 3. Freitag im Monat von 16:00– 17:00 Uhr

Die Bewältigung einer Parkinsonerkrankung stellt Betroffene wie ihre Angehörigen vor große Herausforderungen. Vielfältige Informationen werden benötigt, sei es über Behandlungsmethoden oder aber auch über Kontaktherstellung mit Betroffenen. Die Deutsche Parkinsonvereinigung e. V., in deren Auftrag Doris Kowalski die Beratungssprechstunde durchführt, gibt auch die Gelegenheit, an einer Sportgruppe für Parkinson-erkrankte jeden Freitag von 17:30–18:15 Uhr im Wilhelm-Hansmann-Haus teilzunehmen. Am 1. Montag im Monat findet das Mitgliedertreffen von 15:30–18:00 Uhr statt.

## Stomaträger

- 4. Donnerstag im Monat von 15:00 – 17:00 Uhr Einzelberatung.  
Von 17:00 – 18:00 Uhr Gruppenangebote mit Austausch und Vorträgen.

Für Betroffene mit künstlichem Darm- und/oder Blasenausgang und Darmkrebs bietet die Selbsthilfegruppe Deutsche Ilco e. V. Beratung an. Die Verarbeitung psychosozialer Probleme steht hierbei genauso im Mittelpunkt wie Fragen der Versorgung mit Hilfsmitteln. Hierzu werden Sie von Anne Reineke-Schrieber beraten unter ☎ 0231 44 51 93



## Angebote für Menschen mit neurologischen Erkrankungen

### Regionalbüros Alter, Pflege und Demenz

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

Gefördert vom Ministerium für Arbeit, Gesundheit und Soziales des Landes Nordrhein-Westfalen und den Landesverbänden der gesetzlichen und privaten Pflegekassen wurden als gemeinsame Initiative zwölf Regionalbüros Alter, Pflege und Demenz eingerichtet. Sie arbeiten als landesweites Netzwerk und haben das Ziel, die Strukturentwicklung in den Bereichen Alter, Pflege und Demenz zu fördern, um die Lebenssituation von Menschen mit unterschiedlichem Pflegebedarf und pflegenden Angehörigen zu verbessern. Schwerpunkt der Arbeit ist die Information, Beratung, Begleitung, Qualifikation sowie die Vernetzung von haupt- und ehrenamtlichen Akteuren vor Ort.

#### Die Arbeitsbereiche sind:

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

Weitere Informationen zu den Regionalbüros Alter, Pflege und Demenz finden Sie unter: [www.alter-pflege-demenz-nrw.de](http://www.alter-pflege-demenz-nrw.de)



### Regionalbüro Dortmund

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

Regionalbüros Alter, Pflege und Demenz  
Regionalbüro Dortmund • Kleppingstraße 26 • 44122 Dortmund  
☎ 0231 50-25694 • ✉ [dortmund@rb-apd.de](mailto:dortmund@rb-apd.de)

## Chor Dementi

Ein Chor für Menschen mit Demenz und deren Begleitperson.  
Der Chor Dementi ist ein Kooperationsprojekt mit der Alzheimergesellschaft Dortmund.


Lieder und Melodien mobilisieren nicht nur das Gedächtnis, sondern geben gute Laune und Lebensfreude.

Zu unserem Chor laden wir Menschen mit Demenz gemeinsam mit ihren Angehörigen, begleitenden Freund\*innen und Nachbar\*innen ein, unter Anleitung eines Chorleiters und eines Pianisten ein bekanntes Repertoire an Melodien mitzusingen. Der Chor trägt den Namen Dementi. Bei den Chorproben singen wir Lieder, die ohne Noten und gedruckte Texte gesungen werden können. Fest im Gedächtnis verankert sind noch nach Jahrzehnten die Liedtexte und Melodien, die gerade auch von Menschen mit einer beginnenden Demenz erinnert und spontan abgerufen werden können. Natürlich singen wir auch mehrstimmig.

Das Repertoire reicht von Volksmusik bis zu bekannten Schlagern und Balladen. Die Chorproben sind kostenfrei, eine vorherige Anmeldung zu den Chorproben ist nicht erforderlich.

### **Musikalische Leitung und Kontaktmöglichkeit für Fragen zu Terminen und Organisation:**

Jürgen Kleinschmidt

 (0231) 50-23356

### **Ort:**

Wilhelm-Hansmann-Haus, Saal 2

Märkische Straße 21, 44141 Dortmund

### **Termine:**

Jeden 3. Dienstag im Monat von 16:30–18:00 Uhr

15.07., 19.08., 09.09., 28.10., 16.12.

## **Neues Angebot im WHH: Betreuungsgruppe für Menschen mit Pflegebedarf, insbesondere für Menschen mit Demenz**

Ab August plant die Stadt Dortmund im WHH Betreuungsgruppen für Menschen mit Pflegebedarf, insbesondere für Menschen mit Demenz, anzubieten. Diese Gruppen bieten eine wertvolle Möglichkeit, die Lebensqualität der Betroffenen zu verbessern und ihre sozialen Kontakte zu fördern. In einer strukturierten Umgebung können Menschen mit Pflegebedarf gemeinsam an Aktivitäten teilnehmen, die auf ihre individuellen Bedürfnisse und Fähigkeiten abgestimmt sind. Gleichzeitig bieten die Gruppen eine wertvolle Unterstützung für Familienangehörige, indem sie eine Auszeit ermöglichen und währenddessen eine sichere Betreuung für die Betroffenen gewährleisten.

Die gesetzlichen Grundlagen zur Durchführung von Betreuungsgruppen als anerkanntes und abrechenbares Angebot gegenüber den Pflegekassen sind gegeben. Das Angebot richtet sich vor allem an Menschen mit Demenz, die in einen Pflegegrad eingruppiert sind. Auch Menschen, die noch keine Leistungen nach dem Pflegeversicherungsgesetz erhalten, sowie pflegebedürftige Personen ohne Demenz sind herzlich willkommen, können dann aber nicht mit der Pflegekasse abrechnen. Die Betreuungsgruppe für Menschen mit Demenz im WHH wird sowohl nachmittags als auch vormittags angeboten. Bei jedem Betreuungsgruppennachmittag sind qualifizierte Ehrenamtliche im Einsatz, welche die individuelle Betreuung der Gäste übernehmen, unterstützt von Fachkräften der sozialen und pädagogischen Arbeit.

Für nähere Informationen stehen die Mitarbeiter\*innen des WHH sowie des Ehrenamtlichen Seniorenbegleitsdienstes (ESB) der Stadt Dortmund zur Verfügung.

Kontakt Koordinatorinnen ESB:

Katharina Balmus • ☎ 0231 50-24569

Marie Roerdink-Veldboom • ☎ 0231 50-27094  
[seniorenbegleitservice@stadtdo.de](mailto:seniorenbegleitservice@stadtdo.de)



## Kulturgenuss – Das andere Konzert im WHH



Das Wilhelm-Hansmann-Haus, das Regionalbüro Alter, Pflege und Demenz und der Förderverein des Wilhelm-Hansmann-Haus laden Menschen mit Demenz, ihre Angehörigen und begleitenden Freunde zu einem Potpourri unterschiedlicher Konzerte ein. Das Konzertformat ist maßgeschneidert: es bietet nicht nur eine großzügige Bestuhlung, sondern auch eine offene Atmosphäre, wo Bewegungsdrang, Mitsingen oder Summen nicht stören. Alle Konzerte beginnen um 15:00 Uhr im großen Saal des Wilhelm-Hansmann-Hauses (barrierefrei). Jedes Konzert hat eine Länge von ca. 60 Minuten. Einlass ist jeweils ab 14:00 Uhr. Es erwarten Sie eine festliche Atmosphäre und ein Sekt- bzw. O-Saft-Empfang. Im Anschluss an die jeweiligen Nachmittage besteht die Möglichkeit, im Foyer das Konzert in Ruhe ausklingen zu lassen. Ein Imbiss zum Selbstkostenpreis steht für Sie bereit. Musik weckt Erinnerungen und berührt jeden Menschen, unabhängig von einer etwaigen Demenz. Die Musiker\*innen und Veranstalter\*innen freuen sich auf Sie!

Für alle Konzerte ist eine vorherige Anmeldung erforderlich!  
Reservierung und Informationen unter ☎ 0231 50-23357

### Ein Konzert mit Querflöte und Gitarre – Melodien der Erinnerung

Heute präsentiert das italienisch-deutsche Ausnahme-Duo „Acoustic Colours“ ein musikalisches Feuerwerk mit Querflöten und Gitarre. Blues, Folk, internationale Hits, südamerikanische und swingende Titel werden von den beiden Musikern auf eine ansprechende lockere Art vorgetragen. In einigen Titeln zeigt Elsa Ruiba, begleitet von Stephan Griefingholt, ihre nuanciert gesanglichen Qualitäten. Das ausbalancierte Zusammenspiel von Gefühl und Ausdruck macht ein Konzert dieses Paares zu einem unvergesslichen Erlebnis.



Mo 29.09 • 15:00 Uhr • Kosten: 4,00 € • Kurs-Nr. 25C-04701

## **Kulturgenuss-Konzert: Wintermelodien mit der Gesangsklasse von Bettina Lecking**

Wenn der Herbstwind die letzten Blätter von den Bäumen geweht hat beginnt der Winter mit grauem, nassen und kaltem Wetter. Was könnte schöner sein, als sich mit einer Tasse heißen Tee und einem guten Buch in den Lieblingssessel zu verziehen? Musik genießen natürlich! Nicht aus der Konserve, sondern live und mit anderen Kulturliebhabern zusammen. Also, kommen Sie und wärmen Sie sich am Gesang schöner Stimmen.

Die Mitglieder der Gesangsklasse Bettina Lecking mit Pianistin Karen Thoms haben für Sie ein buntes Programm zusammengestellt: Sängerinnen und Sänger aller Altersklassen singen vom bunten Herbst, vom Winter mit seinen rauen und seinen schönen Seiten und vielleicht auch schon etwas adventliches. Sie werden bekannte Melodien entdecken und vielleicht auch einige neue kennenlernen. Natürlich wird es auch etwas zum Mitsingen geben – denn Zuhören ist schön, aber selber singen macht glücklich.



Mi 26.11. • 15:00 Uhr • Kosten: 4,00 € • Kurs-Nr. 25C-04702

## **Yoga für Menschen mit neurologischen Beeinträchtigungen – NeuroYoga**

Menschen mit neurologischen Erkrankungen erhalten ein Angebot, bestehend aus Körperübungen aus dem Hatha Yoga (Asanas), Atemübungen (Pranayama), Entspannungsübungen (teils klanglich – mit Klangschalen – begleitet) und kurzen Meditationen, welche sich individuell an den Möglichkeiten der Teilnehmenden orientiert. Ziel ist die Förderung des ganzheitlichen Wohlbefindens. Teilnehmer\*innen können, wenn erforderlich, eine Begleitperson mitbringen. Die Teilnahme für die Begleitperson ist entgeltfrei. Die Kurseinheit beträgt 60 Minuten an fünf bzw. zehn Kurstagen. Bitte eine Decke mitbringen.

Mo 01.09.-10.11. • Beginn 13:45 Uhr • Kosten 30,00 € • Gabriele Zawali • Kurs-Nr. 25C-0143

Mo 17.11.-15.12. • Beginn 13:45 Uhr • Kosten 15,00 €\* • Gabriele Zawali • Kurs-Nr. 25D-0143 • \*Kurskurs: 5 Termine

## Demenz betrifft uns alle.

Viele Senior\*innen sind fit und erfreuen sich guter Gesundheit. Andere brauchen professionelle Pflege und Betreuung; darunter auch diejenigen, die von Demenz betroffen sind. Gibt es neue Erkenntnisse in der Demenzforschung? Inwieweit kann Künstliche Intelligenz bei der Betreuung helfen? Wie können die Lebensqualität der Betroffenen sichergestellt und ihre Angehörigen unterstützt werden? Wie kann erreicht werden, dass es auch den Pflegekräften gut geht. Diese und andere Fragen werden mit hochrangigen Expert\*innen aus unterschiedlichen Bereichen diskutiert. Für das Symposium hat Oberbürgermeister Thomas Westphal wieder die Schirmherrschaft übernommen.

Quelle: Olaf Geyers, verändert nach Geyers

Stadt Dortmund  
Dortmund

KLINIKUM  
Dortmund

Regionalbüro  
Alter, Pflege und Demenz  
Ein gemeinnütziger Verein zur Förderung der  
Erforschung und der Pflege der Pflegeleistungen  
Hilfswort: Alzheimer

**SHDO**  
Städtische Seniorenheim Dortmund  
gemeinnützige GmbH

Einladung zum Symposium

# Demenz

# betrifft

# uns alle

---

29.10.2025

im Wilhelm-Hansmann-Haus

**TERMIN:**  
Mittwoch, den 29. Oktober 2025 · 9.30 Uhr

**TAGUNGSORT:**  
Wilhelm-Hansmann-Haus  
Märkische Straße 21, 44141 Dortmund

**ANMELDUNG:**  
Melden Sie sich bitte bis spätestens 22. Oktober 2025 an.  
E-Mail: [veranstaltungen505@stadtdo.de](mailto:veranstaltungen505@stadtdo.de)  
Telefon: 0231 / 50 26 500

**Die Teilnahme ist kostenlos.**

**Informationsstände:**

- SHDO
- Klinikum Dortmund
- Regionalbüro Alter, Pflege und Demenz
- Alzheimergesellschaft

Anmeldungen sind unter [veranstaltungen505@stadtdo.de](mailto:veranstaltungen505@stadtdo.de) oder 0231 50-26500 ab sofort möglich.

## Information und Gesellschaft

### Gesprächskreis für Frauen

Das WHH bietet Frauen im 2. Halbjahr 2025 eine jeweils 1 1/2-stündige Veranstaltungsreihe zum Thema: „Mein Dritter Lebensabschnitt“ an. Dieser Lebensabschnitt ist oft geprägt von Abschieden, von Wechseln, von Neuanfängen und vielleicht auch von der Suche nach neuem Sinn. So gilt es, den eigenen Lebensentwurf für diese Phase zu finden. Die neun Termine dieser Reihe beinhalten in sich abgeschlossene Themenbereiche zu unterschiedlichen Aspekten des Älterwerdens. Bestehende Kontakte sollen vertieft und neue Begegnungen ermöglicht werden. Freuen Sie sich auf anregende und bereichernde Gespräche und Begegnungen. Neue Teilnehmerinnen sind immer gerne willkommen. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

#### **Fröhlich allein sein – wie wir gut mit uns klar kommen – aber für unser Wohlbefinden auch gute Beziehungen pflegen**

Fr 18.07. • 14:30 Uhr • Kurs-Nr. 25C-04600 • Kosten: 2,50 €

#### **An starken Vorbildern wachsen – gilt das auch noch für uns Frauen im späteren Lebensalter**

Fr 29.08. • 14:30 Uhr • Kurs-Nr. 25C-04601 • Kosten: 2,50 €

#### **Begegne den kleinen Stolpersteinen in deinem Leben mit Neugier – du wirst nicht älter, sondern besser**

Fr 12.09. • 14:30 Uhr • Kurs-Nr. 25C-04602 • Kosten: 2,50 €

#### **Geh los! Auch im Alter heißt Leben Veränderung – geh den ersten Schritt und entdecke neue Horizonte**

Fr 26.09. • 14:30 Uhr • Kurs-Nr. 25C-04603 • Kosten: 2,50 €

#### **Herbst-Träume: Sei nett zu dir! Entdecke die wundervolle Kraft der Selbstfürsorge. Lade deine Akkus wieder auf**

Fr 10.10. • 14:30 Uhr • Kurs-Nr. 25C-04604 • Kosten: 2,50 €

#### **Ein bisschen loslassen – ein bisschen festhalten: mehr Freiraum schaffen und neue Wege erkunden**

Fr 24.10. • 14:30 Uhr • Kurs-Nr. 25C-04605 • Kosten: 2,50 €

**Der Wert des Geldes – wie sehr bestimmt das gut bemessene oder in den roten Zahlen befindliche Konto mein Leben im Alter und Tal, hoch und tief, leicht und schwer ...**

Fr 07.11. • 14:30 Uhr • Kurs-Nr. 25C-04606 • Kosten: 2,50 €

**„Ich bin gut genug, egal was ich leiste!“ Und ich akzeptiere auch meine Schattenseiten. Sie geben mir Kraft**

Fr 28.11. • 14:30 Uhr • Kurs-Nr. 25C-04607 • Kosten: 2,50 €

**Richte den Blick auf die Zukunft – entdecke deine Kreativität und auch deine sanfte Kraft – so erhält das Alltägliche mehr Glanz**

Fr 12.12. • 14:30 Uhr • Kurs-Nr. 25C-04608 • Kosten: 2,50 €

Leitung: Irmtraud Kuhnt • Kostenbeitrag: jeweils 2,50 €

Eventuell anfallende Materialgebühren sind bei der Referentin zu entrichten. Eine Teilnahme ist nur mit vorheriger Anmeldung möglich. Anmeldung und Reservierung unter ☎ 0231 50-23357

## **Workshop für Frauen – Kurswechsel: Das Leben neu entdecken**

Schöne Momente im Alter entdecken und genießen

In diesem Workshop möchten wir der Frage nachspüren, ob uns mit zunehmendem Alter noch Schönes begegnen mag. Gelingt es uns, dies wahrzunehmen und sind wir bereit, das für uns Richtige zu sehen, anzunehmen und zu genießen.

Wir sind natürlich mit zunehmendem Alter nicht mehr die Jüngsten. Aber wir sind noch vital und voller Pläne. Wir spüren zwar, dass unsere Kräfte nachlassen und wir haben Abschied zu nehmen von nicht mehr trag- und lebensfähigen Entwürfen. Dennoch bieten sich uns immer wieder positive Gelegenheiten und angenehme zufriedene schöne Momente. Gemeinsam möchten wir an diesem Nachmittag unsere Erfahrungen und Gedanken austauschen, innehalten und entschleunigen, aber auch aktiv mitgestalten.

Dabei helfen und begleiten uns unsere Gespräche, kleine meditative Übungen, Musik, Gespräche zu Bildern, das Lesen kurzer Texte, Zuhören und vieles mehr.

Bitte bringen Sie gerne Neugier mit für unsere gemeinsamen Nachmittagsstunden.

Zwischendurch, etwa zur „Kaffeezeit“, machen wir eine kleine Pause.

Alle Teilnehmerinnen sind herzlich willkommen. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Fr 14.11.2025 • 13:30–17:30 Uhr • Kosten: 5,00 € • Irmtraud Kuhnt •  
Kurs-Nr. 25C-04609

Eine Teilnahme ist nur nach vorheriger Anmeldung möglich. Zusätzliche anfallende Materialgebühren (5,00 €) sind bei der Referentin zu entrichten. Anmeldung und Reservierung unter ☎ 0231 50-23357.



Basicmoments @AdobeStock

## Workshop: Kreative Wege zur Achtsamkeit mit Tanz und Gesprächen

An diesem Workshop-Nachmittag möchten wir uns gemeinsam vom hektischen Alltag wegbewegen hin zu mehr Achtsamkeit. Dabei unterstützen uns unsere Gespräche, das miteinander Tanzen im Kreis und kreative Angebote.

Jeder Mensch, egal wie erfolgreich oder glücklich, trifft im Laufe des Lebens auf verschiedene Herausforderungen.

Achtsamkeit kann dabei helfen, einen guten Umgang mit diesen Herausforderungen des Lebens und Zufriedenheit und Lebensfreude zu finden und zu erhalten.

Gemeinsam helfen uns an diesem Workshop-Nachmittag unsere Gedanken, Fantasien, Erinnerungen, tänzerische Bewegung, kreative Angebote und unsere offene neugierige Einstellung, eine akzeptierende achtsame Haltung aufzubauen und zu spüren.

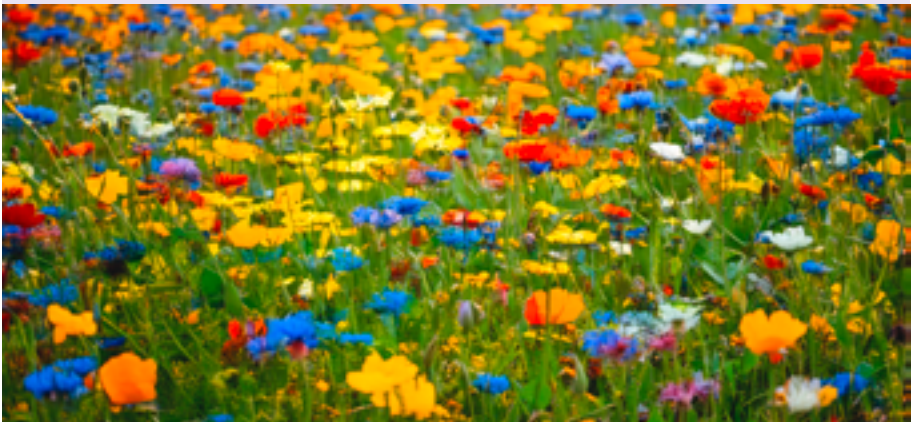
Zwischendurch, etwa zur „Kaffeezeit“, machen wir eine kleine Pause.

Alle Teilnehmenden sind herzlich willkommen.

Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Fr 19.09.2025 • 14:00–18:00 Uhr • Irmtraud Kuhnt und Detlef Ulke •  
Kosten: 5,00 € • Kurs-Nr. 25C-04611

Eine Teilnahme ist nur nach vorheriger Anmeldung möglich.  
Anmeldung und Reservierung unter ☎ 0231 50-23357.





## Literaturcafé

Das LiteraturCafé im Wilhelm-Hansman-Haus lädt auch in der zweiten Jahreshälfte 2025 als gemeinsames Projekt der Stadt- und Landesbibliothek Dortmund mit dem WHH einmal monatlich zu einer Lesung ein. Unterstützt wird dieses Angebot vom Förderverein WHH.

### Der Alltag und seine Tücken

Im zweiten Halbjahr widmen wir uns humoristischen Texten über die Tücken des Alltags. Sei es der viel zu heiße Sommer, das Smartphone, das aus irgendeinem Grund nicht tut, was es soll, der Staubsaugerroboter, der nie da putzt, wo geputzt werden müsste oder die Missgeschicke, die an Weihnachten passieren...Lustiges und Heiteres über die kleinen Alltagskatastrophen.

Tag	Veranstaltung	Kurs-Nr.
03.07.	Der Sommer und seine Tücken	25C-04104
14.08.	Die Technik und ihre Tücken	25C-04105
04.09.	Der Haushalt und seine Tücken	25C-04106
02.10.	Die Haustiere und ihre Tücken	25C-04107
06.11.	Der Herbst und seine Tücken	25C-04108
04.12.	Das Weihnachtsfest und seine Tücken	25C-04109

Uhrzeiten: 15:00–17:00 Uhr • Kostenbeitrag: jeweils 1,00 €

Lesungen: Fabian Köser und Ulla Biallas

Textauswahl: Fabian Köser, Stadt- und Landesbibliothek Dortmund

Eine vorherige Anmeldung ist erforderlich.

Information und Anmeldung unter ☎ 0231 50-23357





## Rollatorentaining für Senior\*innen – Sicherheit im Straßenverkehr

In Zusammenarbeit der DSW21, der Verkehrssicherheit der Polizei Dortmund und dem Sanitätshaus Tingelhoff ist ein interessantes Projekt für Senior\*innen entstanden: Das Rollatorentaining – Mit dem Rollator in den Linienbus. Um die persönliche Mobilität zu erhalten, tägliche Dinge selbst zu erledigen und am sozialen Leben teilnehmen zu können, wird der Umgang mit diesen praktischen Hilfsmitteln unter professioneller Anleitung eingeübt. Betroffene haben viele Fragen: Wie kommt der Rollator in den Bus? Durch welche Tür steige ich am besten ein? Falsches Handling kann zu fatalen Stürzen führen. Einfache Tipps und Tricks von Fachleuten helfen, diese Hürden zu meistern und geben deutlich mehr Sicherheit beim Ein- und Aussteigen. Für technische Fragen zu Rollatoren und kleinere Reparaturen steht Ihnen ein Rehabilitationsfachmann zur Verfügung.

Do 18.09.2025 • 14.30–16.00 Uhr • kostenfrei • Kurs-Nr. 25C–04123

Treffpunkt: Platz vor dem WHH

Eine vorherige Anmeldung ist nicht erforderlich.

Information unter ☎ 0231 50-23357



## Fachvorträge

Tag	Uhrzeit	Veranstaltung	Kurs-Nr.
Mi 15.10.	14:00 Uhr	"Wie lerne ich KI zu nutzen? Wer oder was hilft mir praktisch? mit Ingolf Rascher	25C-04413
Mo 22.09.	16:30 Uhr	Vortrag: Dortmunder Friedhöfe stellen Bestattungsarten vor mit Jessica Welk-Meißner	25C-04407
Di, 11.11.	15:30 Uhr	Vorsorgevollmacht" mit dem Seniorenbüro Ost	25C-04415
wird noch bekanntgegeben		"Herzwoche – gesunde Gefäße" des Klinikums Dortmund	25A-04414

Alle Fachvorträge sind kostenfrei.

Anmeldung und Reservierung unter ☎ 0231 50-23357.

## Hello Care! Zukunft der Pflege in Dortmund



**Stadt Dortmund**  
Wirtschaftsförderung



**Bundesagentur für Arbeit**  
Agentur für Arbeit Dortmund



**NETZWERK  
PFLEGE  
DORTMUND**

Der Fachkräftemangel betrifft zahlreiche Branchen und stellt eine anhaltende Herausforderung dar – sowohl für die Wirtschaft als auch die Gesellschaft. Dies gilt in besonderem Maße für den Bereich der Pflege. Angesichts der demografischen Entwicklungen und der damit verbundenen fortschreitenden Alterung der Gesellschaft handelt es sich gar um eine der zentralen Herausforderungen der nächsten Jahrzehnte, mit potenziell weitreichenden Auswirkungen auf die Gesundheitsversorgung und die Lebensqualität der Menschen.

Hierfür neue und nachhaltige Lösungsmöglichkeiten zu entwickeln, stellt eine gesamtgesellschaftliche Aufgabe dar. Es braucht jedoch dringend legislative Anpassungen, die nur durch den Gesetzgeber gestaltet werden können. Die neue Bundesregierung hat es sich zur Aufgabe gemacht, den zugrunde liegenden strukturellen Problemen mit einer großen Pflegereform zu begegnen. Gleichwohl sind wir davon überzeugt, dass auch vor Ort in Dortmund – mit kreativen Ideen und neuen Lösungsansätzen – die Möglichkeiten und Chancen bestehen, dem Fachkräftemangel etwas entgegenzusetzen. Genau das hat sich das „Netzwerk Pflege“ zum Ziel gesetzt.

Die Agentur für Arbeit hat gemeinsam mit der Sozialverwaltung der Stadt Dortmund, zahlreichen Dienstleistern aus der Pflege und dem klinischen Bereich, den Dortmunder Pflegeschulen, der Wirtschaftsförderung und weiteren wichtigen Partner\*innen das „Netzwerk Pflege“ initiiert. Zusammen wollen wir innovative Lösungen entwickeln und neue Wege erproben, um einen Beitrag zur Bewältigung des Fachkräftemangels in Dortmund zu leisten.

Im Rahmen der Tagung will sich das „Netzwerk Pflege“ erstmalig auch der breiten Öffentlichkeit vorstellen, die aktuellen Herausforderungen beleuchten, aber auch Lösungsoptionen diskutieren.

Mi 09.07.2025 • 09:30 Uhr

Anmeldung: <https://doo.net/veranstaltung/139946/buchung>



<b>Uhrzeit</b>	<b>Veranstaltung</b>
09:30 Uhr	Einlass
10:00 Uhr	Begrüßung
10:15 Uhr	Keynote: Fachkräftesicherung in der Pflege: Herausforderung für die kommunale Daseinsvorsorge Dr. Daniel Tucman (Deutsches Institut für angewandte Pflegeforschung/ Köln)
11:15 Uhr	Gemeinsam für die Fachkräftesicherung in der Pflege! Das „Netzwerk Pflege“ stellt sich vor.
11:30 Uhr	Gallery Walk inkl. Kaffeepause: Arbeitsgruppen des Netzwerk Pflege stellen sich vor.
12:10 Uhr	Blitzlichter aus der Praxis: • Ausbildungshaus. Ausbildung mal anders! (SHDO) • Pflege braucht Wohnraum (DRK)
12:45 Uhr	Podiumsdiskussion: Fachkräftesicherung in der Pflege: Gestaltungsoptionen vor Ort? • Thomas Westphal (Oberbürgermeister Stadt Dortmund) • Dr. Daniel Tucman (DIP Köln) • Heike Bettermann (Geschäftsführerin Agentur für Arbeit Dortmund) • Elisabeth Disteldorf (Senioren DO/ Geschäftsführerin SHDO)
13:45 Uhr	Fazit und Verabschiedung: Thomas Westphal (Oberbürgermeister Stadt Dortmund)
14:00 Uhr	Get together

## Stammtisch auf Ukrainisch

Regelmäßig treffen sich Menschen aus der Ukraine im Wilhelm-Hansmann-Haus. Neue Gäste sind immer herzlich willkommen und können sich in gemütlicher Runde bei Kaffee und Tee austauschen. Ehrenamtliche Mitarbeiter\*innen begleiten diese Treffen und stehen als Ansprechpartner\*innen in deutscher und ukrainischer Sprache zur Verfügung.



Mittwochs ab 17:00 Uhr trifft sich im Anschluss an den Stammtisch ein ukrainischer Literatur- und Musikkreis, auch hierzu sind Gäste immer willkommen.

Mi • 14:00–17:00 Uhr • Iryna Parasuyk • kostenfrei • Kurs-Nr. 25C-04613  
Fr • 11:00–14:00 Uhr • Iryna Parasuyk • kostenfrei • Kurs-Nr. 25C-04613

Eine vorherige Anmeldung ist nicht erforderlich.  
Information unter ☎ 0231 50-23357.

## Deutsch lernen für den Alltag

Eine wichtige Grundlage für eine gelingende Integration ist das Erlernen von Sprache. Wir bieten Menschen die Möglichkeit ihre Deutschkenntnisse zu verbessern und ihre Sprachkompetenzen zu erweitern. Im Kurs wird die deutsche Sprache von Anfang an für den Alltagsgebrauch erlernt. Teilnehmer\*innen haben so die Gelegenheit ihre mündliche Kommunikation zu verbessern. Über Alltag und Familie sprechen, den Tagesablauf beschreiben, sich über Freizeitgestaltung austauschen, Wünsche äußern, Informationen erfragen und über Kultur sprechen, jede Kurseinheit dauert 90 Minuten.

### Anfänger

Fr 15.08.–10.10. • 13:00 Uhr • Alice Krämer • 30,00 € • Kurs-Nr. 25C-7015  
Fr 24.10.–05.12. • 13:00 Uhr • Alice Krämer • 30,00 € • Kurs-Nr. 25D-7015

### Fortgeschrittene

Fr 15.08.–10.10. • 11:00 Uhr • Alice Krämer • 30,00 € • Kurs-Nr. 25C-7016  
Fr 24.10.–05.12. • 11:00 Uhr • Alice Krämer • 30,00 € • Kurs-Nr. 25D-7016

Neben der generellen Ermäßigung für Inhaber\*innen der Dortmund-Karte können Teilnehmer\*innen aus der Ukraine zu einem reduzierten Kostenbeitrag an diesem Kurs teilnehmen.

Eine Teilnahme ist nur nach vorheriger Anmeldung möglich.

Information und Anmeldung unter ☎ 0231 50-23357

## Ensemble „Dortmunder Stadtpfeifer“

Professor Heinz Kricke hat im Wilhelm-Hansmann-Haus das Bläserensemble „Die Dortmunder Stadtpfeifer“ neu gegründet und bereits ein Dutzend „Stadtpfeifer“ sind aktiv dabei. Das Ensemble freut sich über neue Musiker\*innen, die das Ensemble komplettieren (gerne auch Begleitinstrumente wie E-Bass und Kontrabass. Blockflöten sind ausgenommen). Das Ausprobieren und die Teilnahme an Schnupperproben ist jederzeit möglich und erwünscht. Das Angebot von Dirigent Prof. Heinz Kricke richtet sich an alle, die ihr Instrument im Grundsatz spielen können, ihre Spielpraxis wieder aufleben lassen wollen und Interesse haben gemeinsam unter kompetenter Anleitung zu musizieren. Das Repertoire ist breit gefächert und umfasst Volks- und Weltmusik, Schlager, Musical uvm. Das Ensemble spielt regelmäßig Konzerte im WHH. Die Übungseinheit beträgt 120 Minuten.

Di 12.08.–10.11. • 16:30 Uhr • Prof. Heinz Kricke • 30,00 € • Kurs-Nr. 25C-0201

Di 11.11.–09.12. • 16:30 Uhr • Prof. Heinz Kricke • 15,00 €\* • Kurs-Nr. 25D-0201

\*Kurskurs: 5 Termine

Eine vorherige Anmeldung ist erforderlich.

Information und Reservierung unter ☎ 0231 50-23357



## EDV-Kurse

### Smartphone

Für welches Betriebssystem Sie sich auch entschieden haben: wir haben den passenden Kurs dafür! In den Smartphone-Kursen für Android-Betriebssystem oder Apple-System werden praxisnah und verständlich alle wichtigen Funktionen vermittelt, die Sie für einen sicheren Umgang mit dem Smartphone benötigen.

### Anfänger Android-System

Samsung, Huawei, Xiaomi oder ein anderes Android-System-Smartphone: In diesem Kurs lernen Sie die Grundfunktionen kennen und wie Sie Ihr Gerät einrichten. In praktischen Übungen werden Kontakte verwaltet, Fotos und Videos erstellt und gespeichert, Nachrichten empfangen und gesendet. Kursdauer jeweils 90 Minuten an 7 Kurstagen. Bitte eigenes Android-Smartphone mitbringen.

### Smartphone für Anfänger

Mi 13.08.–24.09. • 10:00 Uhr • Christian Bauer • 40,00 € • Kurs-Nr. 25C-0226

Mi 29.10.–10.12. • 10:00 Uhr • Christian Bauer • 40,00 € • Kurs-Nr. 25D-0226

### Fortgeschrittene Android-System

Dieses Kursangebot richtet sich an Personen, die bereits über Grundkenntnisse verfügen. Hier werden u.a. Apps aus dem Google Play Store heruntergeladen und installiert, Funktionen vorhandener Apps wie WhatsApp, Google Maps, Kalender usw. werden intensiver und weiterführender behandelt. Kursdauer jeweils 90 Minuten an 7 Kurstagen. Bitte eigenes Android-Smartphone mitbringen.

### Smartphone für Fortgeschrittene

Mi 13.08.–24.09. • 11:45 Uhr • Christian Bauer • 40,00 € • Kurs-Nr. 25C-0227

Mi 29.10.–10.12. • 11:45 Uhr • Christian Bauer • 40,00 € • Kurs-Nr. 25D-0227

## Apple iPhone für Anfänger\*innen

Ihr iPhone hat kaum Knöpfe – aber unzählige Möglichkeiten! In diesem Kurs lernen Sie die Grundlagen der iPhone-Nutzung:

- Individuelle Anpassungen gestalten.
- Fotos aufnehmen, verwalten und versenden.
- Nützliche Tipps und Tricks für den Alltag.

Die Lerninhalte werden an Ihre Bedürfnisse angepasst.

Bitte eigenes iPhone (mindestens iPhone 11 mit iOS 18) mitbringen!

Kursdauer jeweils 90 Minuten an 7 Kurstagen.

Do 04.09.–16.10. • 10:00 Uhr • Rolf Rensmann • 40,00 € • Kurs-Nr. 25C-0225

## Apple iPhone für Fortgeschrittene

Sie kennen die Grundlagen, möchten aber mehr aus Ihrem iPhone herausholen? Dann ist dieser Kurs genau richtig!

- Vertiefung und Erweiterung der iPhone-Kenntnisse.
- Nützliche Apps und versteckte Tricks.
- Effiziente Nutzung im Alltag und Beruf.

Kursdauer jeweils 90 Minuten an 7 Kurstagen. Bitte eigenes iPhone (mindestens iPhone 11 mit iOS 18) mitbringen.

Do 04.09.–16.10. • 11:45 Uhr • Rolf Rensmann • 40,00 € • Kurs-Nr. 25C-0229

## Internet-AG „Alte Wilde“

Die Arbeitsgemeinschaft „Alte Wilde“ trifft sich jeden zweiten Donnerstag im Monat von 17:00–19:00 Uhr im Wilhelm-Hansmann-Haus und tauscht sich über Neuerungen im Umgang mit dem Internet aus. Gäste sind herzlich willkommen.



Do • 17:00–19:00 Uhr • Waltraud Yilmaz • Kurs. Nr. 25C-2006

## Smartphone-Sprechstunden

Sie haben Fragen zur Nutzung Ihres Smartphones und wissen nicht weiter? Was ist der App-Store und wie leite ich Bilder und Videos weiter? In Kooperation mit youngcaritas geben junge Menschen ihr Wissen rund um das Smartphone in Form eines Einzelgespräches an Senior\*innen weiter. Senior\*innen haben hier die Gelegenheit ihre Fragen zu stellen und eine individuelle Antwort zu bekommen.

Tag	Uhrzeit	Kurs-Nr.
Mo 08.09.2025	16:00 Uhr	25C-0230
Mo 08.09.2025	17:00 Uhr	25C-0231
Mo 15.12.2025	16:00 Uhr	25C-0232
Mo 15.12.2025	17:00 Uhr	25C-0233

Jede Sprechstunde dauert 50 Minuten. Das Angebot ist kostenlos.  
 Eine Teilnahme ist nur nach vorheriger Anmeldung möglich.  
 Information und Anmeldung unter ☎ 0231 50-23357



## Wie gestaltet man eine Zeitung oder Zeitschrift?

### Die Zeitung im WHH

- Reportagen und Aktuelles aus dem WHH
- von Besucher\*innen für Besucher\*innen
- erscheint mehrmals jährlich
- Redaktionssitzungen nach Absprache

Interessent\*innen, die Spaß am Zeitungsmachen haben, sind herzlich willkommen. Der Treffpunkt wird vom Förderverein des Wilhelm-Hansmann-Hauses herausgegeben.

Rückfragen an Herrn Kleinschmidt unter

☎ 0231 50-23356



Sie sind mit dem Umgang am Computer vertraut und wollten schon immer mal wissen, wie eine Zeitschrift oder Zeitung entsteht?

Es interessiert Sie, wie man die vorgesehenen Artikel oder Reportagen in eine Seite einbaut und wie die Bilder in den Bericht kommen?

Sie möchten mehr dazu erfahren und es lernen? Wir zeigen es Ihnen.

Am Beispiel unserer Hauszeitung Treffpunkt WHH bringen wir es Ihnen mit den Programmen InDesign und Photoshop gerne bei. Sollten Sie danach Gefallen an dieser Arbeit gefunden haben, bieten wir Ihnen die Mitarbeit an der Gestaltung dieser Zeitung an.

Selbstverständlich ist diese Einweisung für Sie kostenfrei. Bei Interesse melden Sie sich bitte im Büro des WHH. Termine können dann mit der Leitung des WHH abgestimmt werden.



**Treffpunkt**  
Wilhelm-Hansmann-Haus

## Letzte Hilfe Kurs

Erste Hilfe nach Unfällen ist selbstverständlich! Doch wie kann ich einem sterbenden Menschen helfen? Viele Menschen möchten zuhause in vertrauter Umgebung sterben. Dies gelingt jedoch nur einem geringen Teil. Viele Menschen trauen sich die Betreuung eines sterbenden Angehörigen nicht zu, weil ihnen das Grundlagenwissen zur Sterbebegleitung oder auch die Kenntnis über die vorhandenen Unterstützungsmöglichkeiten und Hilfsangebote fehlen. Informationslücken sollen in diesem Kurs geschlossen werden. Neben der Vermittlung von Grundlagenwissen steht der Austausch über Tod und Sterben im Mittelpunkt.

Die Teilnehmenden lernen Letzte Hilfe, also die Begleitung schwerstkranker und sterbender Menschen am Lebensende. In vier Unterrichtsmodulen wird an diesem Nachmittag zu folgenden Themen miteinander gearbeitet:

1. Sterben ist ein Teil des Lebens
2. Vorsorgen und Entscheiden
3. Leiden lindern
4. Abschied nehmen

Referentinnen:

Silke Willing – Malteser Dortmund

Martina Kubbe – Diakonie Dortmund

Alle Teilnehmenden erhalten ein Zertifikat.

Der genauer Termin wird in Presse und durch Aushang im WHH bekannt gegeben.

Eine vorherige Anmeldung ist erforderlich.

Information und Reservierung unter ☎ 0231 50-23357

## Fahrten und Besichtigungen

### Überblick Fahrten mit dem Förderverein und Besichtigungen mit dem WHH

#### 2. Halbjahr 2025

Tag		Uhrzeit	Veranstaltung	Preis	Kurs-Nr.
Fr	18.07.	11:00 Uhr	Rosarium	1,00 €/4,50€ Eintritt	25C-04205
Fr	15.08.	11:00 Uhr	Botanischer Garten (Arthropodengarten - Insektengarten)	1,00 €/3,00 € Eintritt	25C-04206
Mo	25.08.	11:00 Uhr	Dortmunder Zoo	1,00 €/9,00 € Eintritt	25C-04207
Di	09.09	11:00 Uhr	DASA	1,00 €/3,00 € Eintritt	25C-04208
Do	25.09.	11:00 Uhr	TRITON (Terrarium und Aquarium)	1,00 €	25C-04209
Fr	10.10.	14:00 Uhr	WDR-Landesstudio Dortmund	1,00 €	25C-04210
Mi	22.10.	14:00 Uhr	Feuerwehr	1,00 €	25C-04211

Mi	20.08.	08:00 Uhr	Lüneburg	25,00 €/20,00 €	25C-04214
Do	28.08.	08:00 Uhr	Lüdge/Bad Pyrmont	25,00 €/20,00 €	25C-04215
Do	04.09.	08:00 Uhr	Linz am Rhein	25,00 €/20,00 €	25C-04216
Fr	26.09.	08:00 Uhr	Fulda	25,00 €/20,00 €	25C-04217
Do	09.10.	08:00 Uhr	Münster	25,00 €/20,00 €	25C-04218
Di	14.10.	08:00 Uhr	Warendorf	25,00 €/20,00 €	25C-04219
Mo	15.12.	10:00 Uhr	Weihnachtsmarkt Soest	25,00 €/20,00 €	25C-04220
Mi	17.12.	10:00 Uhr	Weihnachtsmarkt Aachen	25,00 €/20,00 €	25C-04221

## Wichtige Hinweise

- **Besichtigungen**

Die angegebenen Uhrzeiten beziehen sich auf den Führungsbeginn vor Ort. Den Treffpunkt zur gemeinsamen Anfahrt ab Wilhelm- Hansmann-Haus erfragen Sie bitte im Kassenbüro. Bei einigen Besichtigungen entstehen zusätzliche Kosten in Form von Museumseintritten oder für die Fahrten mit dem ÖPNV etc. Entnehmen Sie Einzelheiten bitte den nachfolgenden Texten. Grundsätzlich ist für die Teilnahme an Besichtigungen eine gute Geh- und Stehfähigkeit erwünscht. Da wir auch mobilitätseingeschränkten Menschen die Teilnahme an den Besichtigungen ermöglichen wollen, sprechen Sie uns bitte an – wir werden mit Ihnen gemeinsam eine Lösung finden.

- **Tagesfahrten**

Die angegebenen Uhrzeiten beziehen sich auf die Abfahrtszeiten der Busse in Dortmund. Die Abfahrtszeiten der Busse am Zielort entnehmen Sie bitte der nachfolgenden Übersicht.

- **Rollatoren**

Können grundsätzlich mitgenommen werden, bitte hinterlassen Sie eine entsprechende Information bei Ihrer Anmeldung.

- **Veranstalter**

Der Förderverein WHH e. V. ist Veranstalter aller Tagesfahrten. Mitglieder des Fördervereins zahlen für die Tagesfahrten den niedrigeren der jeweils ausgewiesenen Kostenbeiträge. Nichtmitglieder zahlen je Fahrt/Karte 5,00 € mehr.

- **Anmeldung**

Für alle Fahrten und Besichtigungen ist eine vorherige Anmeldung erforderlich. Es werden maximal zwei Karten pro Person und Fahrt abgegeben. Information und Reservierung unter Tel. (0231) 50-2 33 57 oder direkt im Kassen- und Informationsbüro. Beschreibungen der Zielorte und weitere Informationen finden Sie auf den folgenden Seiten. Bitte beachten Sie die obigen Hinweise und unsere Teilnahmebedingungen.

## **Besichtigung: Führung durch das Rosarium**

Fr 18.07. • 11:00 Uhr • 1,00 €/4,50 € Eintritt • Kurs-Nr. 25C-04205

Das Deutsche Rosarium im Westfalenpark zählt zu den prächtigsten Rosenanlagen Europas und ist ein Genuss für alle Rosenliebhaber\*innen. Im Deutschen Rosarium können Sie über 3.000 Rosenarten und -Sorten entdecken, darunter zahlreiche exotische und seltene Rosen. Erfahren Sie mehr über die vielfältigen Verwendungsmöglichkeiten der Rose und über die Rosenneuheitenprüfung. Das Deutsche Rosarium bietet mit seiner beeindruckenden Sammlung ein ganz besonderes vielfältiges und schönes Rosenerlebnis. Die Fahrt erfolgt mit dem ÖPNV.



Treffpunkt: 10:30 Uhr im Foyer des WHH

Führung: 11:00 Uhr vor Ort

## **Besichtigung: Führung durch den Botanischen Garten (Arthropodengarten – Insektengarten)**

Fr 15.08. • 11:00 Uhr • 1,00 €/3,00 € Eintritt • Kurs-Nr. 25C-04206

Ein Garten für Krabbeltiere – der Arthropodengarten im Botanischen Garten Rombergpark. Keine Angst vor kleinen Krabblern: Bei dieser Führung werden unsere vielbeinigen Gartenfreunde vorgestellt. Insekten, Spinnen, Tausendfüßer und viele mehr – das sind die Gliederfüßer, auch "Arthropoden" genannt. Für diese Tiere wurde im Botanischen Garten Rombergpark ein eigener Garten eingerichtet. Bei der Führung durch den Arthropodengarten werden die unterschiedlichen Lebensräume und ihre Bewohner vorgestellt. Dabei wird auch verraten, was jeder von uns für die fleißigen Arthropoden tun kann, um ihnen auch im eigenen Garten eine Heimat zu bieten. Die Fahrt erfolgt mit dem ÖPNV.



Treffpunkt: 10:30 Uhr im Foyer des WHH

Führung: 11:00 Uhr vor Ort

## Ausflugsfahrt: Lüneburg

Mi 20.08. • 08:00 Uhr • 25,00 €/20,00 € • Kurs-Nr. 25C-04214



### Salz- und Hansestadt Lüneburg

In Lüneburg trifft die lebendige Geschichte der Salz- und Hansestadt auf die vielfältigen Aromen der Lüneburger Heide. Zwischen den malerischen Gassen der Altstadt, den prächtigen Backsteinfassaden der Giebelhäuser und den bekanntesten Sehenswürdigkeiten wie dem historischen Rathaus, dem Alten Kran und dem Wasserturm wird die Vergangenheit lebendig. Doch Lüneburg hat weit mehr zu bieten: das Erlebnis einer Reise in vergangene Zeiten zum einen und einer hochwertigen, frischen Gastro-Szene mit großer regionaler Verbundenheit zum anderen – diese Verbindung macht Lüneburg einzigartig. Die besten Zutaten der Heide kommen hier frisch auf den Tisch. Heidekartoffeln, Heidschnuckenfleisch und der unverwechselbare Buchweizen laden zu echten regionalen Geschmackserlebnissen ein. Wer durch die Straßen schlendert, kann an vielen Orten die Vielfalt der regionalen Küche genießen und in einer ganzen Reihe von Inhabergeführten Läden shoppen. Bei einem Streifzug durch die Lüneburger Altstadt erlebt man lebendige Historie, findet liebevollen Einzelhandel und entdeckt kulinarische Höhepunkte der Lüneburger Heide.

Abfahrt: 08:00 Uhr ab Bushaltestelle Saarlandstraße/Hainallee

Rückfahrt: ca. 18:00 Uhr vor Ort

Veranstalter: Förderverein des WHH



## **Besichtigung: Führung durch den Dortmunder Zoo**

Mo 25.08. • 11:00 Uhr • 1,00 €/9,00 € Eintritt • Kurs-Nr. 25C-04207

Herzlich willkommen bei dieser Entdeckertour durch den altbekannten aber sich immer verändernden Dortmunder Zoo. Freuen Sie sich auf eine Führung vor Ort.

Treffpunkt: 10:15 Uhr im Foyer des WHH

Führung: 11:00 Uhr vor Ort

## **Ausflugsfahrt: Lüdge/Bad Pyrmont**

Do 28.08. • 08:00 Uhr • 25,00 €/20,00 € • 25C-04215



Bad Pyrmont bietet eine Vielzahl von Ausflugszielen und ist immer eine Reise wert. Besuchen Sie das Schloss mit Museum, die HUFELAND Therme, die Pyrmonter Welle, den wunderschönen, prämierten Kurpark mit Deutschlands größtem Palmengarten nördlich der Alpen sowie die einzigartige Dunsthöhle, den Tierpark uvm. Auch eine Stippvisite in der Wandelhalle mit einem Quellentasting sollte man nicht verpassen.

Abfahrt: 8:00 Uhr ab Bushaltestelle Saarlandstraße/ Hainallee

Rückfahrt: ca. 18:00 Uhr vor Ort

Veranstalter: Förderverein des WHH



## Ausflugsfahrt: Linz am Rhein

Do 04.09. • 08:00 Uhr • 25,00 €/20,00 € • 25C-04216



Die Stadt Linz am Rhein gehört zu den beliebtesten und meistbesuchten Orten am „Romantischen Mittelrhein“ und bietet mit ihrem malerischen Flair sowie einer liebevoll gepflegten historischen Altstadt abwechslungsreiche Freizeitmöglichkeiten für Gäste von nah und fern. Charakteristisch für Linz sind die verträumten Winkel und Gassen mit ihren Bürgerhäusern aus fünf Jahrhunderten. Diesen farbenfrohen Fachwerkbauten, welche oft mit geschnitztem Gebälk reich verziert sind, verdankt Linz auch den Beinamen „Die Bunte Stadt am Rhein“. Linz ist ein Ort zum Wohlfühlen und bietet sich optimal als ein besonders reizvolles Urlaubs- und Ausflugsziel an! Entdecken Sie die Lust auf Leben, die für Linz typisch ist und lassen Sie sich mitreißen vom rheinischen Frohsinn und der sprichwörtlichen Gastfreundschaft, die in Linz zuhause ist.

Abfahrt: 08:00 Uhr ab Bushaltestelle Saarlandstraße/Hainallee

Rückfahrt: ca. 18:00 Uhr vor Ort

Veranstalter: Förderverein des WHH

## Besichtigung: Führung durch die DASA-Ausstellung

Di 09.09. • 11:00 Uhr • 1,00 €/3,00 € Eintritt • Kurs-Nr. 25C-04208

Hier wird die Arbeitswelt zum Abenteuer: Die DASA ist eine Erlebnisausstellung zum Sehen, Hören und Mitmachen. Spannend inszeniert und innovativ gestaltet. Alle Sinne sind im Einsatz, wenn es darum geht, Arbeitswelten von gestern,



heute und morgen zu erleben. So können Besucherinnen und Besucher beispielsweise an den Webstühlen hautnah erfahren, wie ohrenbetäubend Lärm ist oder im Wirbelgang den eigenen Rücken auf den Prüfstand stellen. Ein Tagesausflug für alle, die eine Ausstellung mit hohem Freizeitwert entdecken möchten und obendrein die Frage beschäftigt, wie unsere Zukunft angesichts des Wandels der Arbeitswelt aussehen könnte.

Treffpunkt: 10:00 Uhr Foyer des WHH; Führung: 11:00 Uhr



## **Besichtigung: Führung durch das TRITON (Terrarium & Aquarien Verein)**

Do 25.09. • 11:00 Uhr • 1,00 € • Kurs-Nr. 25C-04209

TRITON – der besondere Aquarien- und Terrarienverein

Seit 1927 gestalten und pflegen die Mitglieder des 1902 gegründeten Aquarienvereins Triton neben ihren Aquarien den 2800 qm großen naturnahen Park zwischen Speyerstraße, Hannöversche Straße und dem Kleingartenverein Frohes Schaffen. Park und Aquarienausstellung können von jedem erkundet werden. Besucher\*innen können sich hier über Aquaristik und Terraristik informieren oder ihre Erfahrungen austauschen. Der Triton ist dem Verband Deutscher Vereine für Aquarien- und Terrarienkunde e.V. angeschlossen.

Treffpunkt: 10:15 Uhr im Foyer des WHH

Führung: 11:00 Uhr



## Ausflugsfahrt: Fulda

Fr 26.09. • 08:00 Uhr • 25,00 €/20,00 € • Kurs-Nr. 25C-04217



Fulda, eine Hochschul-, Bischofs- und Messestadt, zählt zu den schönsten Städten. Die Stadt Fulda, mit ihrem gleichnamigen Fluss, bietet neben dem Barockviertel, dem Dom und dem Schloss eine wunderschöne mittelalterliche Altstadt. Erleben Sie Fulda als beeindruckendes, politisches und kulturelles Zentrum.



Abfahrt: 08:00 Uhr ab Bushaltestelle Saarlandstraße/Hainallee

Rückfahrt: ca. 18:00 Uhr vor Ort

Veranstalter: Förderverein des WHH

## Ausflugsfahrt: Münster

Do 09.10. • 08:00 Uhr • 25,00 €/20,00 € • Kurs-Nr. 25C-04218



Münster, die Stadt im Westen Deutschlands, darf sich seit Oktober 2004 als die lebenswerteste Stadt der Welt nennen. Das bekannte Wahrzeichen von Münster ist der St.-Paulus-Dom aus dem 13. Jahrhundert mit gotischen und romanischen Elementen. Der Prinzipalmarkt ist von Giebelhäusern, dem gotischen Rathaus und der Lambertikirche aus dem Spätmittelalter umgeben. Auch die Gewächshäuser im Park des Botanischen Gartens des barocken Fürstbischöflichen Schlosses sind sehenswert. Für Kunstliebhaber steht das Kunstmuseum Pablo Picasso mit der Sammlung von Lithografien des Malers bereit. Alles in einem hebt sich die 1200 Jahre alte Metropole durch lebendiges Stadtfair, spannende Kulturprogramme und vielfältige Freizeit- und Einkaufsangebote hervor

Abfahrt: 08:00 Uhr ab Bushaltestelle Saarlandstraße/Hainallee

Rückfahrt: ca. 18:00 Uhr vor Ort

Veranstalter: Förderverein des WHH

## **Besichtigung: Führung durch das WDR-Landesstudio Dortmund**

Fr 10.10. • 14:00 Uhr • 1,00 € • Kurs-Nr. 25C-04210

Die ca. 1 1/2 -stündige Führung durch das WDR-Studio Dortmund beginnt mit einem kurzen Filmvortrag über die Arbeit des WDR und die Entstehung von Filmproduktionen. Anschließend erhalten Sie Einblicke in die Arbeit hinter den Kulissen. Sie werden das Fernsehstudio, das Hörfunkstudio und die Schalträume kennenlernen. Die Fahrt erfolgt mit dem ÖPNV.

Treffpunkt: 13:00 Uhr im Foyer des WHH

Führung: 14:00 Uhr

## **Ausflugsfahrt: Warendorf**

Di 14.10. • 08:00 Uhr • 25,00 €/20,00 € • Kurs-Nr. 25C-04219



Warendorf ist eine Stadt des Mittelalters mit vielfältigen Bauformen und vorindustrieller Struktur. Die Stadt bietet eine historische Altstadt, einen historischen Markt, ein historisches Rathaus, Museen, Parks, und Kirchen etc. Freuen Sie sich auf einen wunderschönen Nachmittag in der mittelalterlichen Stadt und genießen die Umgebung.



Abfahrt: 08:00 Uhr ab Bushaltestelle Saarlandstraße/Hainallee

Rückfahrt: ca. 18:00 Uhr vor Ort

Veranstalter: Förderverein des WHH

## Besichtigung: Feuerwehr

Mi 22.10. • 14:00 Uhr • 1,00 € • Kurs-Nr. 25C-04211



Die Feuer- und Rettungswache 4 im Dortmunder Süden ist eine der drei Zugwachen der Feuerwehr Dortmund und auf der Nord-Südachse des Stadtgebietes gelegen. Neben dem Löschzug ist hier auch die Spezialeinheit für Rettung aus Höhen und Tiefen stationiert. Drei Rettungswagen, einen Schwerlast-Krankentransportwagen und einen speziell für infektiöse Patienten ausgestatteter Rettungswagen werden zusätzlich von den Mitarbeiter\*innen der Feuerwache 4 besetzt. 22 Einsatzkräfte sind täglich im 24-Stunden-Dienst auf der Wache tätig. Lassen Sie sich von der Führung vor Ort bereichern.

Treffpunkt: 13:10 Uhr im Foyer des WHH

Führung: 14:00 Uhr vor Ort



## Ausflugsfahrt: Weihnachtsmarkt Soest

Mo 15.12. • 10:00 Uhr • 25,00 €/20,00 € • Kurs-Nr. 25C-04220

Das weltweit einmalige Grünsandstein-Ensemble „Altstadt Soest“ bildet die beeindruckende Kulisse für einen der schönsten Weihnachtsmärkte im ganzen Land. Während zahllose Sterne den gesamten Marktplatz und Domplatz neben dem beeindruckenden romanischen Turm von St. Patrokli überspannen, bilden an anderer Stelle der Turm von St. Petri, das historische Rathaus und der romantische Vreithof den beeindruckenden Rahmen für den Weihnachtsmarkt. Jeder der historischen Plätze schafft auf seine Weise ein wunderschönes und stimmungsvolles Panorama, das den Soester Weihnachtsmarkt in besonderer Weise ergänzt. Bummeln sie durch die heimliche Hauptstadt Westfalens!

Abfahrt: 10:00 Uhr ab Bushaltestelle Saarlandstraße/Hainallee

Rückfahrt: ca. 19:00 Uhr vor Ort

Veranstalter: Förderverein des WHH





## Ausflugsfahrt: Weihnachtsmarkt Aachen

Mi 17.12. • 10:00 Uhr • 25,00 €/20,00 € • Kurs-Nr. 25C-04221

Festlicher Budenzauber in der Kaiserstadt.

Jahresabschlussfahrt zum Aachener Weihnachtsmarkt, der zu den schönsten in Europa gehört. Die Plätze und Gassen rund um Dom, in dem die Königskrönungen des Mittelalters stattfanden, und dem Rathaus, das auf den Fundamenten der Pfalz Karls des Großen steht, verwandeln sich in der Vorweihnachtszeit in ein stimmungsvolles Paradies aus Lichterglanz und Farbenpracht, weihnachtlichen Klängen und verführerischen Gerüchen. Weit über die Grenzen der Region hinaus ist der Aachener Markt wegen seiner außergewöhnlich anheimelnden, geradezu familiären Atmosphäre bekannt und beliebt. Genießen Sie diese besondere Atmosphäre und natürlich auch die Aachener Printen.

Abfahrt: 10:00 Uhr ab Bushaltestelle Saarlandstraße/Hainallee

Rückfahrt: ca. 19:00 Uhr vor Ort

Veranstalter: Förderverein des WHH



## Kultur- und Musikveranstaltungen

### Klassik um Drei

Diese Konzertreihe möchte Sie mit interessanter, entspannender und berührender Musik in die musikalische Welt der Klassik entführen. Der über Dortmund hinaus bekannte Klavier-Solist und Künstler Tobias Bredohl beeindruckt durch exzellente Spieltechnik und fundiertes Wissen über die Künstler und ihre Werke.



### Johannes Brahms – der große Romantiker aus Hamburg

Kein anderer deutscher Komponist hat die Musik des 19. Jahrhunderts mehr geprägt als Johannes Brahms. Im heutigen Konzert werden zwei Werke für Klavier gespielt: die erste Klaviersonate op. 1 von 1853 und die letzten Klavierstücke op. 119 von 1894. Zwischen beiden Kompositionen liegen über vierzig Jahre – ein ganzes Komponistenleben!

Do 18.09. • 15:00 Uhr • 4,00 € • Kurs-Nr. 25C-04306

### Das schönste an der Musik...sind die Pausen!

Dieses Zitat von Franz Schubert beschreibt sehr treffend ein wichtiges Kennzeichen seiner Musik: inmitten eines Stückes, eines Satzes hält der musikalische Fluss an, die Musik bleibt förmlich stehen. Aus der dann entstehenden Stille erwächst neues, ein faszinierender Moment. Wir wollen uns im heutigen Konzert auf die Suche nach diesen ganz besonderen Pausen in Schuberts Musik machen.

Do 16.10. • 15:00 Uhr • 4,00 € • Kurs-Nr. 25C-04307

### Sturmsonate

Die Klaviersonate Nr. 17 d- moll op. 31 Nr. 2 von Ludwig van Beethoven, so der etwas sperrige Titel, trägt seit langer Zeit den Namen Sturmsonate. Passend zur Jahreszeit wird neben der berühmten Sonate Beethovens auch andere, herbstlich eingefärbte Musik gespielt werden.

Do 13.11. • 15:00 Uhr • 4,00 € • Kurs-Nr. 25C-04308

## Weihnachtsklassik

Im letzten Konzert des Jahres machen wir einen winterlich- weihnachtlichen Ausflug in die Welt der Töne: auch klassische Komponisten haben einige ihrer Werke vor einem weihnachtlichen Hintergrund komponiert. Das Sylvesterlied aus Schumanns Album für die Jugend ist ein kleines Beispiel.

Do 18.12. • 15:00 Uhr • 4,00 € • Kurs-Nr. 25C-04309

## Posaunenmatinée

Studierende der Posaunenklasse von Prof. Frank Szathmary-Filipitsch (Robert-Schumann-Hochschule Düsseldorf) spielen bekannte Werke der Posaunenliteratur und werden von Tobias Bredohl am Klavier begleitet. Musikalische und künstlerische Leitung: Tobias Bredohl

Di 28.10. • 11.00 Uhr • 4,00 € • Kurs-Nr. 25C-04311

Für alle Konzerte ist eine vorherige Anmeldung erforderlich.  
Information und Reservierung unter ☎ 0231 50-23357





## Lust auf Volksmusik

Singen Sie gern? Einfach so, z. B. Volks- und Wanderlieder? Das offene Singen im WHH ist ein regelmäßiges Angebot für Menschen, die ab und zu singen möchten, aber für die eine Bindung an einen Chor nicht das Richtige ist. Der Spaß steht dabei im Vordergrund. Für die musikalische Begleitung sorgt der Gitarrist Klaus-Dieter Unruh, der Melodie und Takt vorgibt. Noten und Texte sind vorhanden.

**12 x im 2. Halbjahr, jeweils donnerstags, 15:00 Uhr**

Tag	Uhrzeit	Preis	Kurs-Nr.
Do 10.07.	15:00 Uhr	2,50 €	25C-04312
Do 24.07.	15:00 Uhr	2,50 €	25C-04313
Do 14.08.	15:00 Uhr	2,50 €	25C-04314
Do 28.08.	15:00 Uhr	2,50 €	25C-04315
Do 11.09.	15:00 Uhr	2,50 €	25C-04316
Do 25.09.	15:00 Uhr	2,50 €	25C-04317
Do 09.10.	15:00 Uhr	2,50 €	25C-04318
Do 23.10.	15:00 Uhr	2,50 €	25C-04319
Do 06.11.	15:00 Uhr	2,50 €	25C-04320
Do 20.11.	15:00 Uhr	2,50 €	25C-04321 Lust auf Adventsmusik
Do 04.12.	15:00 Uhr	2,50 €	25C-04322 Lust auf Adventsmusik
Do 18.12.	15:00 Uhr	2,50 €	25C-04323 Lust auf Adventsmusik

Eine vorherige Anmeldung ist erforderlich.

Information und Reservierung unter ☎ 0231 50-23357



## **Vernissage und Ausstellung „Sommer, Sonne, Dortmund!“**

Vom 11.07.2025 bis 29.08.2025 (Achtung Sommerpause vom 28.07.2025 bis 08.08.2025) präsentiert das Wilhelm-Hansmann-Haus (WHH) die Kunstaussstellung „Sommer, Sonne, Dortmund“.

(Senior-)Künstler\*innen aus den Arbeitsgruppen und Kursen der städtischen Begegnungszentren Scharnhorst, Huckarde, Mengede und Berghofen Gedanken haben sich mit dem Sommerthema auseinandergesetzt. Zahlreiche bunte, kreative und sommerliche Werke sind entstanden, die in einer Ausstellung erstmals öffentlich und zentral in der Dortmunder Innenstadt präsentiert werden.

Die Ausstellung wird am 11.07.2025 um 13:00 Uhr mit einer Vernissage im Foyer des Wilhelm-Hansmann-Haus eröffnet. Alle Kunstinteressierten sind herzlich zu dieser Eröffnungsfeier mit Live Musik eingeladen. Bei einem Getränk besteht die Gelegenheit zum Austausch mit den anwesenden Künstler\*innen.

Fr 11.07. • 13:00 Uhr • kostenfrei

Eine vorherige Anmeldung ist nicht erforderlich.

Information unter ☎ 0231 50-23357



## Sommerfest des Fördervereins WHH

Auch dieses Jahr veranstaltet der Förderverein WHH ein Sommerfest auf dem Vorplatz des Wilhelm-Hansmann-Hauses. Lassen Sie sich mit Grillgut und Getränken verwöhnen. Neben der musikalischen Begleitung durch Björn Nonnweiler erwarten Sie an diesem Nachmittag noch weitere Programmpunkte, wie der Zauberkünstler Kalibo, der für magische Momente sorgt, die lange in Erinnerung bleiben werden.

Di 22.07. • 15:00 Uhr • kostenfrei

Eine vorherige Anmeldung ist nicht erforderlich.

Information unter ☎ 0231 50-23357



## „Trinkpause“ – Hitze, Wasser und mehr!

Genießen Sie im Hochsommer das Gesundheitsangebot des WHH in Kooperation mit dem Seniorenbüro Ost zum Thema „Hitze, Wasser und mehr“. Gönnen Sie sich eine Abkühlung und lassen Sie sich mit Erfrischungsgetränken, Musik (Tobias Bredohl mit der Wassermusik am Klavier und das Ensemble der Dortmunder Stadtpfeifer zum Lauschen und Mitsingen), verwöhnen. Erfahren Sie Wissenswertes zum Thema Hitze in der Großstadt und welche weiteren Angebote es dazu gibt.

Di 26.08 • 12:30 Uhr • kostenfrei

Eine vorherige Anmeldung ist nicht erforderlich.

Information unter ☎ 0231 50-23357

## Klavierkabarett: Fußnoten sind keine Reflexzonen mit Anne Folger

Manche Anmerkungen findet man nicht im Text. Den kleingedruckten Stachel hinter dem Kompliment, die euphorische Schlagzeile mit ironischem Beigeschmack. Annes Blickwinkel sind eigenwillig und kommen leichtfüßig, aber tiefgründig daher. Mit Wortwitz und Ironie singt sie im Rosamunde-Pilcher-Stil gegen Großkonzerne, über das Glück zu fliegen, wenn die Beine fest auf dem Boden stehen, parodiert anschaulich Beethovens Götterfunken unter Lockdown- und Weingeist-Bedingungen, lässt Doremi, die Influencerin ihres Debüt-Programmes "Selbstläufer", im neuen Tutorial erklären, welche Intervalle zum Fasten geeignet sind und warum der Tritonus keine Nuss ist. Dabei beeindruckt sie mit ihrem musikalischen Können. Wenn "Paint it Black" der Rolling Stones nach Schostakowitsch und Brahms klingt oder beim "Fliegenden Robert" die Läufe über die Tastatur jagen, holt sie ihr Konzertexamen aus der Tasche und sorgt beim Kleinkunstpublikum für Verblüffung. Denn: Frau Folger übte viel Klavier! Im Beethovenhaus Schloß Belvedere Weimar, unterer Korridor, zweite Tür links; in verrauchten DDR-Clubdiskotheken; in Goethes Wohnhaus unter dem Italien-Portrait; oder im ehemaligen Volkspolizei Krankenhaus mit Folterkeller. Hier erwartet Sie ein Abend mit Geschichten, wunderschön arrangierten Liedern und einer Menge Humor. Die Presse schreibt dann: "Unverwechselbar und mitreißend", "Mit Zeitgeist und entlarvendem Appeal", "Publikum lachte Tränen". Das würde die Künstlerin so über sich selbst nicht schreiben, aber sie findet es auch sehr gut.



Fr 05.09. • 19:00 Uhr • 8,00 € • Kurs-Nr. 25C-04801

## Einladung über den Gartenzaun

Zweimal im zweiten Halbjahr 2025 bieten wir Ihnen diese beliebte Kulturveranstaltung im WHH an. Sie gehört seit vielen Jahren zu den Höhepunkten des Veranstaltungsprogramms. Verschiedene Musikensembles des Hauses, die Laienspielgruppe des WHH, sowie eine Seniorentanzgruppe gestalten für Sie einen unterhaltsamen Nachmittag mit Tanz, Musik und Sketchen bei Kaffee und Kuchen.

Mi 10.09. • 15:00 Uhr • 7,50 € • Kurs-Nr. 25C-04200

Mi 12.11. • 15:00 Uhr • 7,50 € • Kurs-Nr. 25C-04201

Eine vorherige Anmeldung ist erforderlich.

Information und Reservierung unter ☎ 0231 50-23357



## **Vernissage zur Kunstausstellung: „unperfekt ist perfekt“**

Vom 12.09.2025 bis 22.12.2025 präsentiert das Wilhelm-Hansmann-Haus (WHH) die Kunstausstellung „unperfekt ist perfekt“. Unter diesem Thema haben alle Bürger\*innen der Stadt Dortmund die Möglichkeit, ihre Kunstwerke jeglicher Art mit den verschiedensten Materialien bis zum 08.09.2025 im WHH abzugeben. Am 12.09.2025 wird die Ausstellung um 13:00 Uhr mit einer Vernissage im Foyer des WHH eröffnet. Alle Kunstinteressierten sind herzlich zu dieser Eröffnungsfeier eingeladen. Live-Musik und Getränke sorgen für eine lockere Atmosphäre, die zum Austausch mit den anwesenden Künstler\*innen einlädt.

Fr 12.09 • 13:00 Uhr • kostenfrei • Kurs-Nr. 25C-04704

Für den Besuch der Vernissage ist keine Anmeldung erforderlich. Anmeldung und weitere Informationen für Dortmunder Künstler\*innen, die sich mit Kunstwerken an der Ausstellung beteiligen möchten, bei Franzisca Schubert: ☎ 0231 50-24394 oder ✉ [whh@stadtdo.de](mailto:whh@stadtdo.de)

## **Lesung: Krimi – Das Mühlengeheimnis der DreiSatz-Autorinnen**

Eine alte Mühle im dunklen Wald, eine Familientragödie, ein Findelkind. Vielleicht ein Mord? Auf jeden Fall zwei reizende alte Damen, die eigenwillig und westfälisch jedes Problem lösen. Seien Sie Zeuge eines liebevoll-blutigen Spektakels in angenehm-mörderischer Gesellschaft.



Die DreiSatz-Autorinnen sind: Bianca Lorenz, Cornelia Franken und Patricia Malcher

Fr 19.09. • 17:00 Uhr • 2,50 € • Kurs-Nr. 25C-04110

Eine vorherige Anmeldung ist erforderlich.  
Information und Reservierung unter ☎ 0231 50-23357



## Kartonwand – Migration, Alter(n) und Gesundheit Lesung mit Fatih Çevikkollu und Gesprächsrunde

In seinem Buch „Kartonwand“ erzählt der aus Funk und Fernsehen bekannte Kabarettist und Autor Fatih Çevikkollu von Migration und den Wunden, die das Leben in der Fremde hinterlassen kann – inspiriert von seiner eigenen Familiengeschichte. Im Anschluss an die Lesung laden wir zu einer Gesprächsrunde ein, in der gemeinsam mit dem Autor und Expert\*innen, so u.a. Dr. Gürsel Çapanoglu (Projektleitung KULSA = kultursensible Seniorenarbeit) und Leonid Chraga, Vorsitzender des Dortmunder Integrationsrates, über Migration, Alter(n) und (psychische) Gesundheit diskutiert wird.

Wie wirkt sich Migration auf das seelische Wohlbefinden im Alter aus? Was hilft gegen Einsamkeit? Und wie können Zugänge zu Gesundheits- und Pflegeleistungen verbessert werden?

Ein Abend mit Raum für Austausch, Fragen und neue Perspektiven – künstlerisch und fachlich. Eintritt: kostenfrei

Eine gemeinsame Veranstaltung des Fachdienstes für Senioren, dem Regionalbüro Alter, Pflege und Demenz Dortmund und KulSa – Kultursensible Seniorenarbeit (VMDO e.V.) in Kooperation mit dem Wilhelm-Hansmann-Haus.

Do, 25.09.2025 • 16:00 Uhr • kostenfrei • Kurs-Nr. 25C-04115

Eine vorherige Anmeldung ist erforderlich.

Information und Reservierung unter ☎ 0231 50-23357



## Weinfest zum Schunkeln und Mitsingen mit Matthias Kasche Kartner



Zum Weinfest gibt es nicht nur Wein und Zwiebelkuchen, es wird auch geschunkelt und mitgesungen. Schlagersänger Matthias Kasche Kartner kümmert sich um den Gesang und führt Sie mit einem Mix aus Karaoke & Live-Gesang durch das Programm. Freuen Sie sich auf bekannte Ohrwürmer.

Mi 24.09. • 15:30 Uhr • 7,50 € • Kurs-Nr. 25C-04335

Eine vorherige Anmeldung ist erforderlich.

Information und Reservierung unter ☎ 0231 50-23357

## Szenisches Lesekonzert: „Dornwittchen und die sieben Zwiebeln“



Aus Schriften und Mündern herbeigesucht und vorgetragen von Jutta Seifert. Musikalisch in Szene gesetzt vom Duo Bergerac.

Von listigen Liebhabern und vom Lob des Ungehorsams. Von zwielichtigen Pflanzen und lächerlichen Lurchen. Von zärtlichen Melodien und grobem Unfug. Sie glauben, Grimms Märchen zu kennen? Tiefschlaf, Rache, Kuss und Tränen – Sie möchten wissen, worum es dem Prinzen eigentlich ging? Zwerge, Dornen, Pech und Gold – was muss eine Frau tun, um wirklich eine Prinzessin zu sein? Virtuos und spielerisch verwandelt das Trio bekannt Geglauhtes in sausende Saitenklänge und Wortkaskaden. Märchen werden auf den Kopf gestellt und durchgeschüttelt, bis daraus hervorsprudeln: zauberhafte Musik und tiefe Erkenntnisse. Für Menschen mit Fantasie und Sinn fürs Fantastische.

Fr 26.09. • 17:30 Uhr • 6,00 € • Kurs-Nr. 25C-04402

Eine vorherige Anmeldung ist erforderlich.

Information und Reservierung unter ☎ 0231 50-23357



## **Musikalisches-Kabarett: „Frau Grünspan geht auf Reisen“**

Tilla Grünspan, die ‚Grand Dame der gehobenen Unterhaltung‘ ist erneut im Wilhelm-Hansmann-Haus zu Gast. Die „tolle Tilla „ machte sich auf, von Deutschland über weite Teile Europas bis auf die Bühnen der großen weiten Welt. Wieder zurück in Berlin, präsentiert sie heute Abend ihre musikalischen Souvenirs, gespickt mit allerlei Anekdoten aus dem weltweiten Showbusiness – denn wenn eine eine Reise tut, dann kann sie was erzählen! Erleben Sie einen schillernden Abend mit Nils Jacobi, in seiner Paraderolle als ‚Tilla‘, begleitet von Karen Thoms am Klavier.



Fr 10.10. • 17:30 Uhr • 6,00 € • Kurs-Nr. 25C-04401

Eine vorherige Anmeldung ist erforderlich.

Information und Reservierung unter ☎ 0231 50-23357

## **„Klamottentausch für Jung & Alt“ vom Wilhelm-Hansmann-Haus in Kooperation mit youngcaritas**

Alle Tauschbegeisterten sind am 16. Oktober von 17-20 Uhr eingeladen. Goodbye Wegwerfgesellschaft – willkommen Second Hand!

10 Kleidungsstücke pro Person können mitgebracht werden, alles sauber und gut erhalten. Bitte keine Kinderkleidung, Socken, Unterwäsche oder Pelz. Auch wenn du dieses Mal nichts zum Tauschen mitbringen möchtest oder kannst, bist du herzlich eingeladen! Nimm so viel mit, wie du wirklich gebrauchen kannst. Wenn du Kleidungsstücke anprobieren möchtest: Es gibt Umkleiden und Spiegel!

Dazu gibt es Waffeln und Kaffee, einen Infostand von foodsharing Dortmund und des Seniorenbüros.

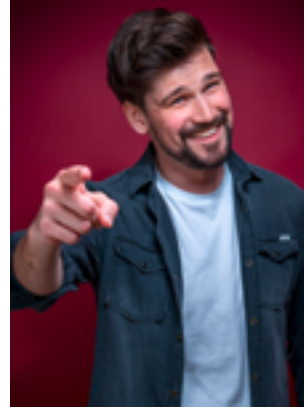
Do 16.10.2025 • 17:00 Uhr • kostenfrei • Kurs-Nr. 25C-0236

## Kabarett: „Love & Order“ mit Max Beier

Die Welt gerät aus den Fugen, es regieren Habgier, Hass und Scheidungsrichter, globale Beziehungskrisen und erotische Stellungskriege bedrohen den Weltfrieden. Aber nun ist Rettung nah: Max Beier, der Jäger des verlorenen Schatzes, verhaftet Herzensverbrecher und Liebestöter, kurzum: Max Beier sorgt für Love & Order. Die organisierte Familienbandenkriminalität ist ein langes Wort, aber ein ernstes Problem. Max Beier löst es, denn er hat Hirn, Charme und ist nicht ohne. Sein Ruf eilt ihm voraus: Noch vor der Premiere seines ersten Solos jubilierte die internationale Presse: „Das hat die Welt noch nie gesehen!“ (Die Welt), „He is back!“ (Die Bibel), „Cojones con salsa! Bravo!“ (El Pais), „Scho räääächt luschtig“ (Neue Zürcher Zeitung), „Chapeau Monsieur Strammer Max“ (Le Monde), „A funny German, unbelievable“ (New York Times), „... gefällt sogar Brigitte“ (Freundin von Emma). Max Beier beantwortet all die Fragen, die sich noch nie gestellt haben: Warum gibt's Liebende so selten als Paar? Was ist des Putins Kern? Wieviel Tierliebe ist noch keine Sodomie? Ist da mehr zwischen Mann und Frau als Transsexuelle? Ist die Ampel ein flotter Dreier oder einfach nur ein Verkehrshindernis? Wieviel Sinn ist noch keine Krise? Is love wirklich all you need? Sind wir noch zu retten? Wenn ja, warum?

Ein Kabarettprogramm für alle, die nicht nur Schenkel klopfen, sondern gern mal ihr Gehirn entpropfen. Max Beier lässt Ihre Synapsen japsen und Ihr Zwerchfell platzen, intelligent, virtuos, rasant, romantisch, saukomisch, sehr beweglich und erstaunlich erbaulich.

Hingehen! Denn: Der Hahn ist tot, es lebe das Huhn. Oder mit anderen Worten: Love and Order statt Hass und Chaos.



Fr 31.10. • 19:00 Uhr • 8,00 € • Kurs-Nr. 25C-04802

Eine vorherige Anmeldung ist erforderlich.

Information und Reservierung unter ☎ 0231 50-23357



## Musikalisches-Kabarett: „Mein Weib will mich verlassen-Gott sei Dank“



Ein Georg-Kreisler-Abend mit Kriszti Kiss und Tankred Schleinschock. Kriszti Kiss und Tankred Schleinschock präsentieren in ihrem Abend „Mein Weib will mich verlassen – Gott sei Dank“ die besten Lieder und Texte von Georg Kreisler. Viele Inspirationen hat Georg Kreisler in

den USA bekommen, wo er lange gelebt hat. Die schnellen Pointen und den auch mal waghalsigen Witz der dortigen Entertainer verbindet er mit seinen großen musikalischen Fähigkeiten. Oft schleudert er Zitate aus bekannten Melodien aus den Fingern, vor allem im berühmten Song über den „Musikkritiker“. Kreisler verliert dabei nie den Rhythmus und den Groove, findet herrliche Melodien für gelegentlich garstige Reime. Es gibt aber auch eine zarte, lyrische Seite von Georg Kreisler. Kriszti Kiss und Tankred Schleinschock werden auch schräge Liebeslieder singen wie den hinreißend verträumten Song über das Mädchen mit den drei blauen Augen. Außerdem spielt das Leben des vielseitigen Klavierhumoristen eine Rolle, denn es gibt eine Menge Anekdoten zu erzählen. Aber auch ein reges Liebesleben – garniert mit mancherlei Abstürzen – prägen die Biographie Georg Kreislers. Kriszti Kiss ist eine erfahrene Schauspieler, Kabarettistin und Chansonsängerin aus Dortmund. Tankred Schleinschock ist musikalischer Leiter am Westfälischen Landestheater Castrop-Rauxel, Komponist und Arrangeur, aber auch ein mitreißender Sänger und Pianist. Zusammen haben sie schon einen bejubelten Abend über Friedrich Hollaender gestaltet, nun bringen sie einen weiteren Klassiker des witzigen Chansons auf die Bühne.

Fr 07.II. • 17:30 Uhr • 6,00 € • Kurs-Nr. 25C-04400

Eine vorherige Anmeldung ist erforderlich.

Information und Reservierung unter ☎ 0231 50-23357

Schnöttentrop an der Schnötte, ein kleiner Ort im Herzen des Sauerlandes, ist das Schwungrad Europas. Das wichtigste Gebäude ist die Gastwirtschaft, das „Gülle-Stübchen“. Hier trifft man sich jeden Tag, hier wird Politik gemacht, werden Ehen angebahnt, schräge Ideen ausgeheckt und in die Tat umgesetzt. Martin F. Risse erzählt in der Rolle des Gemeindecronisten Joachim Schlendersack Neuigkeiten, Skurriles und Wunderliches aus dem Alltag einer pulsierenden Dorfgemeinschaft. Unterstützt wird er dabei vom Männerchor "Singmanntau". Nach dem großen Erfolg in 2017 auch in diesem Jahr zu Gast im WHH: Martin F. Risse, ehemaliges Ensemblemitglied des Geierabends Dortmund und u.a. Gast der Kabarettreihe „Ruhrhochdeutsch“ im Spiegelzelt in Dortmund.

Fr. 14.11., 17:00 Uhr, 9,00 €, Kurs-Nr. 25C-04341

Der musikalisch und literarische Rückblick auf das 20. Jahrhundert versucht aufzuzeigen, wie sich die Menschen, aber auch Politik, Literatur, Malerei und Musik geändert haben. Wanderlieder werden abgelöst durch Gewerkschaftslieder, Schlager, Musicalmelodien. Freuen sie sich auf deutsche und internationale Musik von Comedian Harmonists bis Michael Jackson oder Elton John. Literarisch erinnern wir an Rilke, Ringel-natz, Heinz Erhardt und andere.

Di 18.11. • 17:00 Uhr • 4,00 € • Kurs-Nr. 25C-04300

Information und Reservierung unter ☎ 0231 50-23357



## Ruhrpottlesung: Weihnachten rot/weiß

Nach der erfolgreichen Premiere der Lesereihe „Weihnachten in Westfalen“ mit Gerd Kolbe lädt das WHH auch 2025 an vier Nachmittagen zu einem gemütlichen Beisammensein in der Adventszeit ein. Diesmal mit einer kleinen Abwandlung. Jeweils montags trägt ein anderer Leser des Ruhrpotts sowohl Geschichten als auch Gedichte zum Thema „Weihnachten rot/weiß“ vor. Nach jeder Lesung gibt es eine der Lesung eine frisch zubereitete Stärkung mit Pommes rot/weiß und/oder Currywurst. Lassen Sie an diesen Nachmittagen ihre Ohren und Gaumen verzaubern.

Tag	Uhrzeit	Preis	Dozent*in	Kurs-Nr.
Mo 01.12.	15:00 Uhr	kostenfrei	Hans-Werner Reckmann	25C-04111
Mo 08.12.	15:00 Uhr	kostenfrei	Gerd Kolbe	25C-04112
Mo 15.12.	15:00 Uhr	kostenfrei	Burkhard Treude	25C-04113
Mo 22.12.	15:00 Uhr	kostenfrei	Sabine Gronover	25C-04114

Eine vorherige Anmeldung ist erforderlich.

Information und Reservierung unter ☎ 0231 50-23357

## Nikolausmarkt

Eine ganz besondere Atmosphäre im weihnachtlich geschmückten Hansmann-Haus erwartet die Besucher\*innen am 05.12.2025. Von 12:00–16:00 Uhr öffnen sich die Pforten für eine vorweihnachtliche Ausstellung. Kunsthandwerkliches aus Holz, Papier und Ton, sowie selbstgefertigte Weihnachtsgestecke, Kränze und abwechslungsreiche Textilkunst werden von den Kreativgruppen des Hauses präsentiert. Es werden selbstgebackene Spezialitäten aus der „Weihnachtsbäckerei des Fördervereins“ bereitgestellt, auf der Terrasse brennt der Wintergrill und dampft der Glühwein. Über den Tag verteilt bringen Musiker\*innen des Hauses weihnachtliche Musik zu Gehör.



Fr 05.12. • 12:00 Uhr • kostenfrei • Kurs-Nr. 25C-04803

Eine vorherige Anmeldung ist nicht erforderlich.

Information unter ☎ 0231 50-23357

## **Konzert: Adventliches Chorkonzert mit dem Dortmunder Kammerchor nach dem Nikolausmarkt**

Der Dortmunder Kammerchor stimmt Sie in traditioneller Weise musikalisch im Wilhelm-Hansmann-Haus auf die Advent- und Weihnachtszeit ein. Aus seinem großen Repertoire weihnachtlicher Musik präsentiert Ihnen der Dortmunder Traditionschor vertraute Melodien aus Kindertagen, klassische Chorsätze sowie moderne Weihnachtsmusik. Musikalische Leitung: Koon Tung Grant Sung



Fr 05.12. • 17:00 Uhr • 6,00 € • Kurs-Nr. 25C-04327

Eine vorherige Anmeldung ist erforderlich.  
Information unter ☎ 0231 50-23357

## **Konzert: Mundharmonikaweihnacht**

Musik hören, selbst singen, mitsummen – alles ist möglich bei der Mundharmonikaweihnacht 2025 im Wilhelm-Hansmann-Haus. Erleben Sie ein abwechslungsreiches Programm, dargeboten von den Mundharmonikafreunden



des WHH. Unter der Leitung von Brigitte Scheller werden adventliche und weihnachtliche Melodien interpretiert. Der Eintritt beinhaltet ein adventliches Kaffeetrinken und die Gelegenheit, von begeisterten Musiker\*innen auf Weihnachten eingestimmt zu werden.

Di 09.12. • 17:00 Uhr • 7,50 € • Kurs-Nr. 25C-04327

Eine vorherige Anmeldung ist erforderlich.  
Information unter ☎ 0231 50-23357

## Konzert: „Wir freuen uns auf Weihnachten“ mit Prof. Kricke und den Stadtpfeifern

Lieder, Gedichte und Geschichten mit den Dortmunder Stadtpfeifer\*innen. Die Dortmunder Stadtpfeifer\*innen haben sich im WHH zusammengefunden und proben regelmäßig unter der Leitung von Prof. Kricke. Freuen Sie sich nun auf ein wiederholtes großartiges Weihnachtsprogramm mit dem Ensemble der Dortmunder Stadtpfeifer\*innen und dem Gesang von Stephanie Hildisch. Prof. Heinz Kricke übernimmt wieder die Idee, Gestaltung und Durchführung des Programms.

Mi 10.12. • 17:00 Uhr • 4,00 € • Kurs-Nr. 25C-04310

Eine vorherige Anmeldung ist erforderlich.

Information unter ☎ 0231 50-23357





## Konzert mit dem Shantychor Dortmund – Weihnachten auf hoher See

In dem vom Shanty-Chor Dortmund gesungenen Liedern und Weihnachtsliedern geht es nicht nur um die christliche Seefahrt – die Lieder erzählen auch Geschichten von der Sehnsucht, dem Heimweh der Matrosen und von deren Lieben zu Hause. Man wird erstaunt feststellen wie viele „maritime Weihnachtslieder“ es gibt, die man sonst zur Weihnachtszeit nicht – oder zumindest ganz selten – hört. Doch auch weltliche Stücke, die zum Nachdenken anregen und in diese Zeit passen, hat der Chor für sein Publikum ausgesucht und mitgebracht. Der stimmgewaltige Chor und seine Neun-Mann-Combo entführen das Publikum zur Weihnachtszeit an die Waterkant und lässt den Weihnachtsstress, für einen kurzen Moment, vergessen.

Fr 12.12. • 17:00 Uhr • 6,00 € • Kurs-Nr. 25C-04301

Eine vorherige Anmeldung ist erforderlich.  
Information unter ☎ 0231 50-23357





## Adventliche Stunden

Erleben Sie auch in diesem Jahr wieder Stunden stimmungsvoller Atmosphäre im Advent. Gruppen des Hauses und Gäste gestalten für Sie ein besinnliches und vergnügliches Bühnenprogramm aus vertrauten vorweihnachtlichen Melodien und humorvollen Sketchen. Kaffee und Kuchen sind im Preis inbegriffen.

Di 16.12. • 15:00 Uhr • 7,50 € • Kurs-Nr. 25C-04203

Eine vorherige Anmeldung ist erforderlich.

Information unter ☎ 0231 50-23357



Oleksandr Kotenko @AdobeStock



## Mitglieder gesucht!

Das WHH bietet verschiedene AGs (Arbeitsgemeinschaften) im Haus an:

- Musikgruppen (Mundharmonika- und Volksmusikgruppe)
- Laienspielgruppe
- Malgruppe
- Spielgruppen

Alle AGs möchten sich gerne vergrößern und freuen sich über Zuwachs!

## Sie haben Interesse?

Dann melden Sie sich im Kassensbüro persönlich, ☎ 0231 50-23357 oder

✉ [whh@stadtdo.de](mailto:whh@stadtdo.de)



## Gesundheit und Bewegung

Fit im Alter – unter diesem Motto steht das umfangreiche Gesundheits-, Sport und Bewegungsangebot des Wilhelm-Hansmann-Hauses. Sportliche Betätigung ermöglicht es Ihnen, Ihre körperlichen Ressourcen ohne Leistungsdruck in gemeinsamer Runde mit anderen Senior\*innen zu erhalten und zu verbessern. Obwohl sich die Gymnastikkurse speziell an den Bedürfnissen von Senior\*innen orientieren, sollten Sie vor dem Besuch eines Sportkurses mit Ihrem Hausarzt sprechen, ob gegen die Teilnahme aus medizinischen Gründen Bedenken bestehen. Bitte beachten Sie, dass unsere Kurse nicht gem. § 20 SGB V zertifiziert und damit keine Präventionskurse im Sinne der Krankenkassen sind. Ein Zuschuss der Krankenkasse bei Belegung eines Kurses kann also nicht garantiert werden. Bei allen Sportangeboten bitten wir um entsprechende Sportbekleidung.

### Gymnastik für Frauen

Gezielte altersgerechte Übungen trainieren Kraft, Beweglichkeit und Koordination zur Erhaltung und Verbesserung der körperlichen und geistigen Fitness bis ins hohe Alter. Die Übungseinheit beträgt 60 Minuten.

Tag	Uhrzeit	Kosten	Dozent*in	Kurs-Nr.
Di 09.09.–02.12.	11:00 Uhr	30,00 €	Erika Passner	25C-0106
Mi 10.09.–03.12.	12:00 Uhr	30,00 €	Erika Passner	25C-0114
Mi 10.09.–03.12.	13:15 Uhr	30,00 €	Erika Passner	25C-0116
Di 19.08.–28.10.	12:30 Uhr	30,00 €	Walburga Göckeler	25C-0108
Mi 20.08.–29.10.	09:30 Uhr	30,00 €	Walburga Göckeler	25C-0112
Mi 20.08.–29.10.	10:45 Uhr	30,00 €	Walburga Göckeler	25C-0113
Di 04.11.–02.12.	12:30 Uhr	15,00 €*	Walburga Göckeler	25D-0108
Mi 05.11.–03.12.	09:30 Uhr	15,00 €*	Walburga Göckeler	25D-0112
Mi 05.11.–03.12.	10:45 Uhr	15,00 €*	Walburga Göckeler	25D-0113

\* Kurskurs: 5 Termine

## Gymnastik für Frauen ab 75 Jahre

Tag	Uhrzeit	Kosten	Dozent*in	Kurs-Nr.
Di 19.08.-28.10.	13:45 Uhr	30,00 €	Walburga Göckeler	25C-0109
Di 04.11.-02.12.	13:45 Uhr	15,00 €*	Walburga Göckeler	25D-0109

\* Kurskurs: 5 Termine



LIGHTFIELD STUDIOS @AdobeStock

## Spezialangebote

### Gesunde Haltung und Bewegung

In diesem Kurs lernen Sie spezielle Übungen zur Stärkung der Rückenmuskulatur, um Schmerzen und Verspannungen vorzubeugen. Zusätzliche Gymnastikübungen mit Musik, Spaß und Spiel tragen zur Stärkung Ihrer Kondition bei. Die Übungseinheit beträgt 60 Minuten.

### Frauengruppe

Tag	Uhrzeit	Kosten	Dozent*in	Kurs-Nr.
Do 21.08.-30.10.	16:00 Uhr	30,00 €	Walburger Göckeler	25C-0127
Do 06.11.-04.12.	16:00 Uhr	15,00 €*	Walburga Göckeler	25D-0127

\* Kurskurs: 5 Termine

## Männergruppe

Tag	Uhrzeit	Kosten	Dozent*in	Kurs-Nr.
Do 14.08.-16.10.	10:30 Uhr	30,00 €	Sonja Boudaya	25C-0133
Do 13.11.-11.12.	10:30 Uhr	15,00 €*	Sonja Boudaya	25D-0133

\* Kurskurs: 5 Termine

## Gutes für den Rücken

Verspannungen? Das muss nicht sein! Beugen Sie dem vor mit gezielten Übungen. Es erwartet Sie eine Mischung aus Kräftigung, Mobilisierung, Stabilitäts- und Beweglichkeitsübungen. Abgeschlossen wird die Übungsstunde mit Entspannungsübungen. Die Übungseinheit beträgt 60 Minuten an 10 Kurstagen.

Tag	Uhrzeit	Kosten	Dozent*in	Kurs-Nr.
Do 04.09.-13.11.	12:00 Uhr	30,00 €	Elke Recks	25C-0137
Do 20.11.-18.12.	12:00 Uhr	15,00 €*	Elke Recks	25D-0137

\* Kurskurs: 5 Termine

## Mach' mit, bleib' fit

Eine Mischung aus Herz-Kreislauf-Übungen und Muskelaufbau. Mit Schlingen, Loops und leichten Gewichten werden gezielt Körperpartien gekräftigt und die Kondition wie Koordination verbessert. Die Übungseinheit beträgt jeweils 60 Minuten an 10 Kurstagen.

Tag	Uhrzeit	Kosten	Dozent*in	Kurs-Nr.
Do 14.08.-16.10.	11:45 Uhr	30,00 €	Sonja Boudaya	25C-0119
Do 13.11.-11.12.	10:30 Uhr	15,00 €*	Sonja Boudaya	25D-0119

\* Kurskurs: 5 Termine

## Aktives Training für den gesamten Körper

In dieser Trainingseinheit werden Sie Übungen mit den unterschiedlichsten Materialien erleben, so dass der gesamte Körper trainiert wird. Unter anderem stehen den Kursteilnehmern Hanteln, Fitness-Stäbe oder auch Pezzibälle für die einzelnen Übungen zur Verfügung. Die Übungseinheit beträgt jeweils 60 Minuten.



Tag	Uhrzeit	Kosten	Dozent*in	Kurs-Nr.
Mo 11.08.–13.10.	14:30 Uhr	30,00 €	Olha Syzonenko	25C-0139
Mo 10.11.–08.12.	14:30 Uhr	15,00 €*	Olha Syzonenko	25D-0139

\* Kurskurs: 5 Termine

## Gymnastik zur Vorbeugung von Osteoporose (Frauengruppe)

Die aufrechte Haltung ist das A und O der Osteoporose entgegenzuwirken und dem Knochenmassenverlust vorzubeugen. Im Kurs werden gezielt Kräftigungsübungen durchgeführt, um dem Körper die nötige Stabilität zu geben und um dem Knochenmasseverlust vorzubeugen. Ein Gleichgewichtstraining sowie spezielle Übungen der Hand-Augen-Fuß-Koordination zur Verminderung der Sturzgefahr sind ebenfalls Inhalte dieses Programms. Die Übungseinheit beträgt 60 Minuten.

Tag	Uhrzeit	Kosten	Dozent*in	Kurs-Nr.
Mo 25.08.–10.11.	10:00 Uhr	30,00 €	Ute Göke	25C-0102
Mo 17.11.–15.12.	10:00 Uhr	15,00 €*	Ute Göke	25D-0102

\* Kurskurs: 5 Termine

## Aktives Rückentraining und Beckenbodengymnastik für Frauen

Beckenbodengymnastik hilft den Beckenboden zu trainieren und zu festigen. Einige gezielte Übungen können eine schnelle Kräftigung der Beckenbodenmuskulatur unterstützen. In diesem Kurs werden spezielle Übungen erlernt. Die Übungseinheit beträgt 60 Minuten.

Tag	Uhrzeit	Kosten	Dozent*in	Kurs-Nr.
Mo 25.08.–10.11.	11:00 Uhr	30,00 €	Ute Göke	25C-0103
Mo 17.11.–15.12.	11:00 Uhr	15,00 €*	Ute Göke	25D-0103

\* Kurskurs: 5 Termine

## Sturzprophylaxe 75+

Der Kurs soll dabei helfen, das Risiko von Stürzen und die damit verbundenen Verletzungen zu reduzieren. Gleichgewichts-, Koordinationsübungen sowie Stärkung der Muskulatur stehen hier im Vordergrund. Die Übungseinheit beträgt 60 Minuten.

Tag	Uhrzeit	Kosten	Dozent*in	Kurs-Nr.
Mo 25.08.–10.11.	12:15 Uhr	30,00 €	Ute Göke	25C-0104
Mo 17.11.–15.12.	12:15 Uhr	15,00 €*	Ute Göke	25D-0104

\* Kurskurs: 5 Termine

## Gymnastik bei Arthrose (Frauen)

Immer mehr Menschen, vor allem im Alter, werden von Arthrose geplagt. Diese Verschleißerkrankung lässt sich günstig beeinflussen, wenn sie rechtzeitig und konsequent behandelt wird. In diesem Kurs wollen wir versuchen, die Beweglichkeit der großen und kleinen Gelenke zu erhalten und zu verbessern. Die Übungseinheit beträgt 60 Minuten.

Tag	Uhrzeit	Kosten	Dozent*in	Kurs-Nr.
Mo 25.08.–10.11.	13:15 Uhr	30,00 €	Ute Göke	25C-0118
Mo 17.11.–15.12.	13:15 Uhr	15,00 €*	Ute Göke	25D-0118

\* Kurskurs: 5 Termine



## Faszientraining und Pilates

Die Faszien – auch Bindegewebe genannt – befinden sich überall im Körper. Sind die Faszien verklebt oder verhärtet, kann dies zu den unterschiedlichsten Beschwerden führen – von Gelenkschmerzen über Nacken-, Schulter-, Rücken oder Bauchschmerzen bis hin zu undefinierbaren Schmerzen. Mit sanften Trainingsmethoden werden in diesem Kurs Beweglichkeit und Dehnfähigkeit geschult. Gemischt wird das Training mit Pilates. Hier werden vor allem die tief liegenden, kleinen, aber meist schwächeren Muskelgruppen angesprochen und trainiert. Alle Bewegungen werden langsam und fließend ausgeführt, wodurch die Muskeln und die Gelenke geschont werden. Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich. Die Übungseinheit beträgt 60 Minuten.

Tag	Uhrzeit	Kosten	Dozent*in	Kurs-Nr.
Mi 03.09.–12.11.	14:00 Uhr	30,00 €	Erika Drews	25C-0163
Mi 19.11.–17.12.	14:00 Uhr	15,00 €*	Erika Drews	25D-0163

\* Kurskurs: 5 Termine

## Nordic-Walking mit und ohne Stöcken – aktives Gehen im Freien

Walken für Senioren ist ein perfektes Ganzkörpertraining. Das zügige Gehen bringt den Kreislauf in Schwung und fördert die Durchblutung des gesamten Körpers. Außerdem wirkt die regelmäßige Bewegung an der frischen Luft einer Verkalkung der Arterien entgegen und kann einem Herzinfarkt oder Schlaganfall vorbeugen. Die Teilnahme ist auch ohne Nordic-Walking-Stöcke möglich. Treffen ist vor dem Wilhelm-Hansmann-Haus. Die Übungseinheit beträgt 90 Minuten an sieben Kurstagen



LIGHTFIELD STUDIOS @AdobeStock

Do 21.08.–30.10. • 18:00Uhr • Beatrice Reubelt • 30,00 € • Kurs-Nr. 25C-0121



## Aktive Selbstschutzmaßnahme

Die Kursteilnehmer\*innen werden sensibilisiert, gefährliche Situationen zu erkennen und zu vermeiden. Ebenso wird geübt, wie man sich im Falle eines Überfalls selbstbewusst verhält und sich in einer solchen Not-situation letztendlich verteidigen bzw. abwehren kann. Durch die Körperhaltung und Aussprache wird signalisiert, nicht als "leichte Opfer" zu gelten und kann ggf. potenzielle Täter von einem Übergriff abhalten. Die Übungseinheit beträgt 60 Minuten.

Tag	Uhrzeit	Kosten	Dozent*in	Kurs-Nr.
Mi 27.08.-29.10.	09:45 Uhr	30,00 €	Wilfried Peters	25C-0111
Mi 05.11.-03.12.	09:45 Uhr	15,00 €*	Wilfried Peters	25D-0111

\* Kurskurs: 5 Termine

## Entspannung und Gesundheit

### Hatha Yoga

Yoga ist eine uralte indische Lehre, die ein ganzheitliches System mit Körperübungen, Atmungs- und Entspannungstechniken beinhaltet. Durch ausgewählte Übungen aus dem Yoga begegnen wir unseren individuellen Möglichkeiten und Grenzen. Die Yoga-Übungen werden dem körperlichen Befinden der Teilnehmer\*innen angepasst. Übungsmatten sind vorhanden. Sie benötigen ein Handtuch, bequeme Kleidung und warme Socken. Die Übungseinheiten betragen 60 Minuten an zehn Kurstagen.

Tag	Uhrzeit	Kosten	Dozent*in	Kurs-Nr.
Mi 03.09.-12.11.	12:45 Uhr	30,00 €	Erika Drews	25C-0138
Mi 03.09.-12.11.	15:30 Uhr	30,00 €	Erika Drews	25C-0144
Mi 19.11.-17.12.	12:45 Uhr	15,00 €*	Erika Drews	25D-0138
Mi 19.11.-17.12.	15:30 Uhr	15,00 €*	Erika Drews	25D-0144

\*Kurskurs: 5 Termine

## Für Fortgeschrittene

Tag	Uhrzeit	Kosten	Dozent*in	Kurs-Nr.
Mi 03.09.–12.11.	17:00 Uhr	30,00 €	Erika Drews	25C-0141
Mi 19.11.–17.12.	17:00 Uhr	15,00 €*	Erika Drews	25D-0141

\*Kurskurs: 5 Termine

## Yoga im Sitzen

Die Übungseinheit beträgt 60 Minuten.

Tag	Uhrzeit	Kosten	Dozent*in	Kurs-Nr.
Mi 03.09.–12.11.	11:30 Uhr	30,00 €	Erika Drews	25C-0136
Mi 19.11.–17.12.	11:30 Uhr	15,00 €*	Erika Drews	25D-0136

\*Kurskurs: 5 Termine

## Japanisches Yoga

Inspiziert von der Yogalehre in Japan erwartet Sie eine intensive Meditation mit langsamen, fließenden Bewegungen. Bewusstes Atmen, in den Körper hineinfühlen und die Energie spüren. Der Kurs findet im Stehen wie auch im Sitzen statt. Die Übungseinheit beträgt 60 Minuten.

Tag	Uhrzeit	Kosten	Dozent*in	Kurs-Nr.
Mi 03.09.–12.11.	10:15 Uhr	30,00 €	Erika Drews	25C-0135
Mi 19.11.–17.12.	10:15 Uhr	15,00 €*	Erika Drews	25D-0135

\*Kurskurs: 5 Termine

## Qigong

Qigong ist eine der Säulen in der Traditionellen Chinesischen Medizin. Darunter werden vielfältige Übungssysteme zusammengefasst, deren wesentliche Aspekte spezielle Körperhaltungen, Bewegungen, Atemtechniken und geistige Übungen sind. Es ist ein Weg, durch körperliche und geistige Übungen eigene Kräfte zu mobilisieren und zu regulieren. Qigong ist in jedem Lebensalter und bei unterschiedlicher körperlicher Verfassung sinnvoll und möglich. Die Übungseinheit beträgt 60 Minuten.



Mi 20.08.-19.11. • 11:00 Uhr • Gitta Awolin • 30,00 € • Kurs-Nr. 25C-0134

## Tai Chi Chuan

Tai Chi ist eine aus China stammende Bewegungs- und Heilkunst. Bestandteil des ganzheitlichen Trainings sind Entspannungs- und Atemübungen sowie kontrollierte, langsam durchgeführte Bewegungsabläufe. Die Übungseinheit beträgt 60 Minuten.

### Anfänger

Tag	Uhrzeit	Kosten	Dozent*in	Kurs-Nr.
Fr 22.08.-31.10.	11:00 Uhr	30,00 €	Mario Barthmuß	25C-0140
Fr 07.11.-05.12.	11:00 Uhr	15,00 €*	Mario Barthmuß	25D-0140

\*Kurskurs: 5 Termine

### Fortgeschrittene

Tag	Uhrzeit	Kosten	Dozent*in	Kurs-Nr.
Di 19.08.-21.10.	17:45 Uhr	30,00 €	Mario Barthmuß	25C-0153
Di 04.11.-02.12.	17:45 Uhr	15,00 €*	Mario Barthmuß	25D-0153

\*Kurskurs: 5 Termine

## Pranayama – Atemyoga

Pranayama bedeutet bewusstes Atmen. Die Übungen werden u.a. in Verbindung mit Asana (Körperhaltung) ausgeführt. Die Wirkungen des Pranayama sind vielfältig: das Atemvolumen wird vergrößert, die Atemmuskulatur wird gestärkt, viele Körpersysteme erfahren einen Einklang. Außerdem führt das Pranayama zum Stressabbau und zur Stressresilienz. Bitte ein Yoga-Kissen und eine Decke mitbringen. Die Übungseinheit beträgt 60 Minuten an fünf bzw. zehn Kurstagen.

Tag	Uhrzeit	Kosten	Dozent*in	Kurs-Nr.
Mo 01.09.–10.11.	15:00 Uhr	30,00 €	Gabriele Zawali	25C-0162
Mo 17.11.–15.12.	15:00 Uhr	15,00 €*	Gabriele Zawali	25D-0162

\*Kurzkurs: 5 Termine



## Pilates in englischer/ukrainischer Sprache

Die Übungseinheit beträgt 90 Minuten an sieben Kurstagen

Tag	Uhrzeit	Kosten	Dozent*in	Kurs-Nr.
Mi 10.09.–22.10.	19:15 Uhr	30,00 €	Hanna Stepanenko	25C-0156
Fr 12.09.–31.10.	18:45 Uhr	30,00 €	Hanna Stepanenko	25C-0170
Mi 05.11.–17.12.	19:15 Uhr	30,00 €	Hanna Stepanenko	25D-0156
Fr 07.11.–19.12.	18:45 Uhr	30,00 €	Hanna Stepanenko	25D-0170

## Yoga in ukrainischer/deutscher Sprache

Die Übungseinheit beträgt 90 Minuten an sieben Kurstagen.

Tag	Uhrzeit	Kosten	Dozent*in	Kurs-Nr.
Do 14.08.–25.09.	17:15 Uhr	30,00 €	Olha Syzonenko	25C-0155
Fr 15.08.–26.09.	10:30 Uhr	30,00 €	Olha Syzonenko	25C-0158
Do 30.10.–11.12.	17:15 Uhr	30,00 €	Olha Syzonenko	25D-0155
Fr 31.10.–12.12.	10:30 Uhr	30,00 €	Olha Syzonenko	25D-0158

## Tanzen

Tanzen ist eine besonders gesellige und gesunde Art der Bewegung. Sie bringt den Kreislauf in Schwung und hält die Gelenke fit. Nebenbei dient sie der Sturzprophylaxe, schult die Konzentrationsfähigkeit und bietet ein unterhaltsames Gemeinschaftserlebnis. Neben verschiedenen Kursen bieten wir Ihnen auch die Möglichkeit, an kostenfreien Arbeitsgemeinschaften teilzunehmen.



### Flamenco für Anfänger\*innen

Ein bisschen spanisches Flair im Wilhelm-Hansmann-Haus: Flamenco! Der Kurs vermittelt die rhythmische Beinarbeit, das Klatschen der Hände, die stolze Aufrichtung des Körpers und die mal eleganten, mal kraftvollen Bewegungen der Arme. In kleinen Choreografien werden alle diese Bewegungselemente verbunden. Kursdauer jeweils 60 Minuten.

Tag	Uhrzeit	Kosten	Dozent*in	Kurs-Nr.
Mo 11.08.–03.11.	16:30 Uhr	30,00 €	Esteban Ruiz-Sances	25C-0122
Mo 10.11.–08.12.	16:30 Uhr	15,00 €*	Esteban Ruiz-Sances	25D-0122

\*Kurskurs: 5 Termine

## Orientalische Tänze für Fortgeschrittene

Ein Fitnesstraining der besonderen Art: Entfliehen Sie durch die märchenhafte Musik dem Alltag und spüren Sie das Temperament, die Lebensfreude und die Sinnlichkeit dieser speziellen Tanzart. Neben dem Spaß am Tanzen stärken Sie Ihre Bauch- und Rückenmuskulatur. Die Übungseinheit beträgt 90 Minuten.



Tag	Uhrzeit	Kosten	Dozent*in	Kurs-Nr.
Mo 18.08.-03.11.	17:15 Uhr	30,00 €	Anja Köhler	25C-0151
Mo 10.11.-08.12.	17:15 Uhr	15,00 €*	Anja Köhler	25D-0151

\*Kurskurs: 5 Termine

## TanzFit®

Der ADTV-Kurs TanzFit vereint Spaß und Sport: In fröhlicher Runde wird zu unterschiedlichen Musikstilen die körperliche Fitness erhalten. Eine moderate, ganzheitliche Gymnastik trainiert das Gleichgewicht, das Herz-Kreislauf-System, die Kondition und die Koordination. So lassen sich neurologischen Erkrankungen wie Demenz oder Parkinson vorbeugen. Getanzt wird mit viel Spaß und zu den Rhythmen eingängiger Musik. Die Übungseinheit beträgt 60 Minuten an zehn Kurstagen.

Tag	Uhrzeit	Kosten	Dozent*in	Kurs-Nr.
Di 19.08.-04.11.	09:30 Uhr	30,00 €	Peter Hühner	25C-0164
Di 19.08.-04.11.	10:45 Uhr	15,00 €*	Peter Hühner	25C-0165
Di 11.11.-09.12.	09:30 Uhr	30,00 €	Peter Hühner	25D-0164
Di 11.11.-09.12.	10:45 Uhr	15,00 €*	Peter Hühner	25D-0165

\*Kurskurs: 5 Termine

## Anfänger

Tag	Uhrzeit	Kosten	Dozent*in	Kurs-Nr.
Mo 18.08.-20.10.	11:30 Uhr	30,00 €	Peter Hühner	25C-0146
Mo 10.11.-08.12.	11:30 Uhr	15,00 €*	Peter Hühner	25D-0146

\*Kurskurs: 5 Termine

## Seniorentanz

Tanzen ohne festen Partner oder Partnerin. Tanzen fördert die Gemeinschaft, schafft Verbindung, erzeugt Solidarität miteinander und macht deutlich, dass auch kleine Schritte wirksam sind. Die Übungseinheit beträgt 90 Minuten.



Tag	Uhrzeit	Kosten	Dozent*in	Kurs-Nr.
Do 28.08.–30.10.	10:00 Uhr	30,00 €	Detlef Ulke	25C-0145
Do 13.11.–11.12.	10:00 Uhr	15,00 €*	Detlef Ulke	25D-0145

\*Kurskurs: 5 Termine

## Tänze aus aller Welt

Ein neuer Kurs entführt Sie in die verschiedenen Tanzkulturen rund um die Welt. Kommen Sie mit auf diese Tanzreise. Es geht von Frankreich über Spanien, Schottland, Skandinavien, Russland, die unterschiedlichsten Balkanstaaten, Griechenland, Türkei, bis hin zu Israel, Nordafrika und Südamerika. Mal langsam, mal beschwingt – mal authentisch, mal up-to-date ... Die bunte Welt all dieser Tanztraditionen umfasst ein weites Spektrum an Melodien, Tanzformen, Rhythmen und Schwierigkeitsgraden. Dabei hat jeder Tanz seine ureigene Choreografie. Für die Teilnahme an diesem Tanzkurs brauchen Sie keinen festen Partner/Partnerin. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Die Übungseinheit beträgt 90 Minuten.

Tag	Uhrzeit	Kosten	Dozent*in	Kurs-Nr.
Mi 27.08.–29.10.	16:30 Uhr	30,00 €	Detlef Ulke	25C-0157
Mi 12.11.–10.12.	16:30 Uhr	15,00 €*	Detlef Ulke	25D-0157

\*Kurskurs: 5 Termine

## Tanzen im Advent

Besinnliche und beschwingte Kreistänze lassen die oft verborgene Sinnhaftigkeit und Bedeutung der Weihnachtszeit erleben. Für die Teilnahme brauchen Sie keinen festen Partner/Partnerin. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Die Übungseinheit beträgt 90 Minuten.

Fr 21.11.-19.12. • 11:00 Uhr • Detlef Ulke • 15,00 €\* • Kurs-Nr. 25D-0117

\*Kurskurs: 5 Termine



## ZumbaGold®

Sie wollen sich sportlich betätigen, aber Stuhlgymnastik ist Ihnen zu langweilig? Dann ist Zumba genau das Richtige für Sie! Unser Fitness-Kurs basiert auf der ZumbaGold® Formel. Die Bewegungen und das Tempo werden auf die Bedürfnisse von aktiven älteren Teilnehmenden angepasst. Dabei werden alle Elemente beibehalten, die Zumba Fitness so beliebt machen: fetzige lateinamerikanische Musik wie Salsa, Merengue, Cumbia und Reggaeton, anregende und leicht erlernbare Bewegungen. Es ist ein Tanzfitnesskurs mit toller Stimmung und viel Spaß. Aber auch Menschen mit gewissen körperlichen Einschränkungen wie Rücken- oder Gelenkbeschwerden haben hier die Möglichkeit, etwas für ihre Fitness und ihre Gesundheit zu tun, da auf starke Drehungen oder Sprungübungen verzichtet wird! Kursdauer jeweils 60 Minuten.

Tag	Uhrzeit	Kosten	Dozent*in	Kurs-Nr.
Di 16.09.-18.11.	15:00 Uhr	30,00 €	Nara Chalub-Adam	25C-0169
Di 16.09.-18.11.	16:15 Uhr	30,00 €	Nara Chalub-Adam	25C-0160
Di 16.09.-18.11.	17:30 Uhr	30,00 €	Nara Chalub-Adam	25C-0161



## ZumbaGold® im Sitzen

ZumbaGold® im Sitzen ist eine Variante von ZumbaGold® und findet sitzend auf einem Stuhl statt. Die Teilnehmer\*innen trainieren zu flotter Musik auf angenehme Weise Beweglichkeit, Körperhaltung und Muskulatur. ZumbaGold® im Sitzen ist ideal für Senior\*innen, die Schwierigkeiten haben, längere Zeit zu stehen sowie für Personen, die auf einen Rollstuhl angewiesen sind. Die Bewegungen finden hauptsächlich mit den Armen und dem Oberkörper statt. Wenn möglich, werden einfache Bewegungen der Beine integriert. Bei ZumbaGold® im Sitzen sind die Choreografien zu den einzelnen Musiktiteln auf die Möglichkeiten der Teilnehmer\*innen abgestimmt.

Kursdauer jeweils 60 Minuten.

Tag	Uhrzeit	Kosten	Dozent*in	Kurs-Nr.
Di 02.09.–04.11.	10:30 Uhr	30,00 €	Tanja Söllner	25C-0159
Di 18.11.–16.12.	10:30 Uhr	15,00 €*	Tanja Söllner	25D-0159

\* Kurzkurs: 5 Termine

## Rollator-Gymnastik

Bei der Rollator-Gymnastik wird Gymnastik, Spiel und Tanz mit und am Rollator vereint. Der Rollator unterstützt dabei die Bewegungen und gibt den Teilnehmer\*innen Sicherheit. So wird der Rollator zum Bewegungspartner! Der Umgang mit einem Rollator wird in vielfältiger, kreativer und spaßorientierter Weise vermittelt, um das körperliche Wohlbefinden und die persönliche Selbstständigkeit von Senior\*innen zu erhalten und zu verbessern.



Eigenen Rollator bitte mitbringen! Die Übungseinheit beträgt 60 Minuten.

Tag	Uhrzeit	Kosten	Dozent*in	Kurs-Nr.
Fr 15.08.–07.11.	14:30 Uhr	30,00 €	Anja Schulze	25C-0154
Fr 14.11.–12.12.	14:30 Uhr	15,00 €*	Anja Schulze	25D-0154

\*Kurzkurs: 5 Termine

## Gedächtnistraining und Bewegung

### Mit Kopf, Hand und Fuß – aktives Gedächtnistraining

Geistige und körperliche Bewegung sind nicht voneinander zu trennen. Jede noch so kleine Bewegung trägt zur besseren Durchblutung des Kopfes bei. Vielfältige Koordinationsübungen mit Händen und Füßen stehen zu Beginn einer jeden Kursstunde. Weitere abwechslungsreiche Denk- und Bewegungsaufgaben, kombiniert mit Wortfindungsübungen, trainieren die Konzentration, die Merkfähigkeit und die geistige Fitness. Alle Übungen finden mündlich im Sitzen und Stehen statt.

Jede Übungseinheit beträgt 60 Minuten.



Tag	Uhrzeit	Kosten	Dozent*in	Kurs-Nr.
Di 02.09.–18.11.	14:15 Uhr	30,00 €	Brigitta Leifeld	25C-0148
Di 02.09.–18.11.	15:30 Uhr	30,00 €	Brigitta Leifeld	25C-0149

Sollen Sie unsicher sein oder Zweifel haben, ob dieser Kurs für Sie geeignet ist, sprechen Sie uns an. Auch Schnuppern ist in Absprache mit uns möglich.

## Schach spielen für Anfänger\*innen

In diesem Kurs werden Grundlagen bis hin zu Spielzügen erlernt. Regeln, Spielübungen und Besonderheiten werden vermittelt. Tauchen Sie ein in die Strategie des Schachspiels. Die Übungseinheit wird am Brett mit Partner gespielt und findet an sieben Kurstagen 90 Minuten statt.

Fr 12.09.–31.10. • 15.30 Uhr • 30,00 € • Bahram Vojdani • Kurs-Nr. 25C-0228

## Radtouren mit dem WHH

Das WHH und die Seniorenabteilung des ADFC bieten regelmäßig gemeinsame Radtouren an. Diese Fahrradtouren finden ab Mai jeden 1. Donnerstag im Monat ab 13:30 Uhr statt. Treffpunkt ist jeweils 15 Minuten vor der geplanten Abfahrt im Foyer des WHH. Die Rückankunft erfolgt gegen ca. 18:45 Uhr.

Tag	Uhrzeit	RRoute	Kurs-Nr.
03.07.	13:30–18:45 Uhr	Auf grünen Pfaden nach Lütgendortmund	25A-0193
07.08.	13:30–18:45 Uhr	Vom Florian zum Lanstroper Ei	25A-0192
04.09.	13:30–18:45 Uhr	Zum Emscherquellhof	25A-0191
02.10.	13:30–18:45 Uhr	Zum Horstmarer See	25A-0190

Alle Fahrten sind als Bummeltouren mit Geschwindigkeiten zwischen 12 und 15 km pro Stunde konzipiert. Die Routenlängen liegen bei ca. 40 km. Die Touren können im Hinblick auf ihre Zielsetzung von dem im Fahrradstadtplan Dortmund gekennzeichneten Verlauf abweichen. Die Mitfahrer\*innen müssen über eine ausreichende Sicherheit beim Fahrradfahren im Alltag verfügen. Fahrradhelm wird empfohlen und wetterfeste Kleidung. Eine Anmeldung ist nicht notwendig. Die Teilnahme an den Touren erfolgt auf eigene Verantwortung und ist kostenfrei; gleichwohl werden kleine Spenden (2,50 € für Mitglieder und 5,00 € für Nichtmitglieder des ADFC) für den ADFC gern entgegengenommen.

Weitere Infos können von den Tourenleitern auch telefonisch unter ☎ 0231 10 43 91 oder ☎ 0231 21 41 48 eingeholt werden.

Tourenführer: Klaus-Peter Medeke  
Treffpunkt: jeweils um 13:30 Uhr vor dem WHH / Ende: ca. 18:45 Uhr  
ADFC Kreisverband Dortmund e. V.  
Montag und Donnerstag 16:30–18:30 Uhr

Graudenzner Straße 11, 44263 Dortmund

☎ 0231 13 66 85

📠 0231 7 21 22 98

✉ info@adfc-dortmund.de

🌐 www.adfc-dortmund.de





Robert Kneschke @AdobeStock

## Selbsthilfegruppen, Vereine und Initiativen im WHH

Das Wilhelm-Hansmann-Haus bietet zahlreichen Selbsthilfegruppen (SHG) und Vereinen aus dem Gesundheits- sowie dem psychosozialen Bereich die Möglichkeit, sich vorwiegend in den Abendstunden mit anderen Betroffenen auszutauschen. Darüber hinaus nutzen weitere gemeinnützige Organisationen und Initiativen die Infrastruktur des WHH. Wir bitten um Verständnis, dass das Wilhelm-Hansmann-Haus aus Gründen des Datenschutzes keine Adressen oder Telefonnummern von Ansprechpartner\*innen der jeweiligen Gruppen weitergeben kann.

Nähere Informationen zu den Inhalten und Ansprechpartner\*innen, der Selbsthilfegruppen erhalten Sie bei der Selbsthilfe-Kontaktstelle Dortmund • Ostenhellweg 42–48, Eingang Moritzgasse, 44135 Dortmund • ☎ 0231 52 90 97 • 🌐 [www.selbsthilfe-dortmund.de](http://www.selbsthilfe-dortmund.de)

Die Vielfalt und die kontinuierliche Veränderung der Angebote externen Nutzer im WHH lassen eine verlässliche Veröffentlichung der Angebotszeiten nicht mehr zu. Aktuelle Treffzeiten der einzelnen Gruppen erfragen Sie bitte direkt an der Pforte des WHH oder unter ☎ 0231 50 2 33 58.

### Zu folgenden Themen treffen sich Gruppen im Wilhelm-Hansmann-Haus:

- ADHS im Erwachsenenalter
- Alopecia areata
- Burnout
- Chronische körperliche Erkrankungen
- Depression
- Eltern von jungen Erwachsenen mit Depressionen
- Elterngruppe
- EMK
- Familien am Limit
- Fibromyalgie
- Glaukom
- Hochsensibilität
- Long Covid
- Mamazone
- Messi in Dortmund und Umgebung
- Mitochondriopathie
- Morbus Bechterew
- Nacotics Anonymous
- OCD
- PBG
- Positive Wege nach der Trennung
- Pro Retina (ISUV)
- Sober
- Wir sind viele

## **Vereine, Gruppen und Institutionen, die sich regelmäßig im Wilhelm-Hansmann-Haus treffen:**

- Alzheimer Gesellschaft Dortmund
- Behinderten Sportgemeinschaft BSG
- BürgerEnergieGenossenschaft Dortmund
- Care Revolution
- Chor Cantastrophe e.V.
- Deutsche Dystonie Gesellschaft
- Deutsche ILCO
- Deutsche Parkinson Vereinigung
- Deutsche Rheuma Liga
- Frauenverband Courage
- In-Nemo e.V.
- Kreuzbund
- Naturfreunde e.V.
- Parents for future
- Park Akademie
- Pause für pflegende Angehörige
- Quilt-Art Dortmund
- Sauerländischer Gebirgsverein
- Square-Dance Belle & Beaux
- SOVD
- Tinitus Liga
- VDK Ortsvereine
- Verein ehrenamtlicher Sozialrichter\*innen
- Verein Mäuse für Ältere
- Volkschor Dortmund e.V.
- Weißer Ring
- DV Morbus Bechterew
- Dortmunder Bridge Club
- DJK Hansa e.V.
- Sprachcafé für Ukrainer\*innen
- Ukrainischer Kulturkreis
- Selbsthilfe Kontaktstelle
- Aktionskreis: der behinderte Mensch in Dortmund
- Terres des Hommes
- Dortmunder Inklusionsoffensive
- PADO – Verein der Pflege- und Adoptivfamilien Dortmund e. V.

## Kreativangebote

„Früher habe ich immer gerne gebastelt, gemalt oder mit Holz gearbeitet. Doch dann hatte ich durch die Kindererziehung und die Berufstätigkeit keine Zeit mehr dafür.“ Gerade der dritte Lebensabschnitt bietet die Möglichkeit, sich endlich wieder kreativen Dingen zu widmen, für die man während der Zeit der Kindererziehung und des Berufslebens kaum Gelegenheit hatte.

## Kreativität mit verschiedenen Werkstoffen

### Blumenstecken

Kursdauer 120 Minuten an neun Kurstagen.

Fr 05.09.-28.11. • 14:30 Uhr • Eike Bonk • 30,00 € • Kurs-Nr. 25C-0205

### Adventgestecke und Kränze kreativ gestalten

Rechtzeitig zum 1. Advent werden in dem Workshop Gestecke und Kränze kreativ selbst hergestellt und gestaltet. Ob modern oder klassisch, schlicht oder ausgefallen. Für die fachkundige Leitung sorgt die Floristin Eike Bonk. Materialien können mitgebracht werden oder bei der Referentin zum Selbstkostenpreis bezogen werden. Workshopdauer 180 Minuten.

Do 27.11. • 10:00 Uhr • Eike Bonk • 3,00 € • Kurs-Nr. 25C-0206





## Klöppeln

Kursdauer 120 Minuten an neun Kurstagen.

Mo 15.09.–01.12. • 15:00 Uhr • Irmgard Möhring • 30,00 € • Kurs-Nr. 25C-0210

## Freie Malerei

Die Malklassen im WHH richten sich an alle Interessierten der Malerei, die sich ungern auf eine bestimmte Technik beschränken möchten. Der experimentelle Umgang mit den verschiedensten Materialien und Techniken wird individuell gefördert. Von gegenständlich bis abstrakt, gilt es die eigene Malerei als persönliche Ausdrucksform eigenständig zu entfalten.

Kursdauer 120 Minuten an neun Kurstagen.

Tag	Uhrzeit	Kosten	Dozent*in	Kurs-Nr.
Di 30.09.–25.11.	10:00 Uhr	30,00 €	Alexander Pohl	25C-0217
Mi 01.10.–26.11.	10:00 Uhr	30,00 €	Alexander Pohl	25C-0219

## Freies Gestalten mit Ton – Der Kreativität eine Form geben

Töpfern ist ein faszinierendes Hobby, die Gestaltungsmöglichkeiten sind enorm. Ob Krug, Schale das individuell gestaltete Türschild oder kleine Gartenskulpturen, der Fantasie sind kaum Grenzen gesetzt. Schritt



für Schritt lernen Sie im Kurs die verschiedenen Töpfertechniken kennen. Vorerfahrungen sind nicht erforderlich. Alle Materialien wie Ton, Werkzeuge und Glasuren sind vorhanden. Töpfern ist eine schöne Möglichkeit, vom alltäglichen Tun abzuschalten. Kursdauer 120 Minuten an neun Kurstagen.

Mi 24.09.–26.11. • 10:00 Uhr • Brigitte Heller • 30,00 € • Kurs-Nr. 25C-0220

Am ersten Kurstag sind 12,00 € Materialkosten bei der Kursleiterin zu entrichten.



## Kostenfreie Kreativ-Arbeitsgemeinschaften

Im Wilhelm-Hansmann-Haus besteht die Möglichkeit, das in Kursen Erlernte in zahlreichen Kreativarbeitsgemeinschaften zu vertiefen. Die Arbeitsgemeinschaften, die von engagierten ehrenamtlichen Mitarbeiter\*innen des WHH geleitet werden, treffen sich in der Regel wöchentlich. Da die Zahl der Teilnehmer\*innen in manchen Arbeitsgemeinschaften begrenzt ist, bitten wir Sie, sich zunächst an die Mitarbeiter\*innen des WHH zu wenden, um zu klären, ob aktuell freie Plätze in der jeweiligen AG zur Verfügung stehen.

Tag	Uhrzeit	Kosten	Dozent*in	Kurs-Nr.
Mi	09:30–12:30 Uhr	AG Nadel, Faden und Glasperlen-schmuck	Erika Krausch	25C-2080
Mo	13:15–15:30 Uhr	AG Hardanger Stickerei	Elsbeth Bodzian	25C-2010
Do	10:00–17:00 Uhr	AG Holzarbeiten	Bernd Kangowski	25C-2101
Mi	15:00–18:00 Uhr	AG Holzarbeiten	Ralf Mowe	25C-2005
Do	09:30–12:30 Uhr	AG Schneidern	Brigitte Adler	25C-2072
Di	13:00–16:00 Uhr	AG Seidenmalerei	Gabriele Rieper	25C-2018
Mo	17:30–19:30 Uhr	AG Töpfern	Brigitte Heller	25C-2114
Mi	14:00–16:00 Uhr	AG Video Schnitt	Siegfried Kraffzik	25C-2066
Di	14:00–17:00 Uhr	AG Flotte Masche	Erika Jeuschede	25C-2004

## **Gesellschaftsspiele und Spielereffs**

### **Der Offene Treff**

Das WHH bietet in Zusammenarbeit mit dem Förderverein WHH e.V. den Offenen Treff an. In gemütlicher Runde können Sie sich dienstags von 14:00–17:00 Uhr mit Freunden und Bekannten zum Spielen treffen, sich austauschen, ein Schwätzchen halten, neue Menschen kennen lernen. Eine Vielzahl von Brett-, Karten- und Gesellschaftsspielen stehen für Sie zur Auswahl bereit. Sollten Sie allein sein und einen Spielpartner\*innen suchen, dann sind Ihnen unsere ehrenamtlichen Spielpatinnen gerne behilflich.

Eine Anmeldung oder Reservierung ist für dieses kostenfreie Angebot nicht erforderlich.

Merken Sie sich einfach vor:

Der Offene Treff – Spielen und Plaudern

Immer dienstags • 14:00–17:00 Uhr • WHH

### **Kostenfreie Schach-Arbeitsgemeinschaft**

In der Schach-AG, die sich werktags in der Regel von 14:00–19:00 Uhr im WHH trifft, können sowohl Neu- und Wiedereinsteiger wie auch bereits sehr fortgeschrittene Spielerinnen und Spieler Partner für spannende Schachpartien finden, da die Spielstärke der Teilnehmerinnen und Teilnehmer sehr unterschiedlich ist. Vom Hobbyspieler mit geringen Vorkenntnissen bis zum erfahrenen Ligaspieler finden sich hier alle Spielniveaus.

Mo bis Fr • 14:00–19:00 Uhr

## Weitere kostenfreie Spiele-Arbeitsgemeinschaften

Die Spielereffs im Wilhelm-Hansmann-Haus erfreuen sich großer Beliebtheit. Hier können Sie sich in lockerer Runde mit anderen treffen und sich bei den unterschiedlichsten Spielen einfach nur die Zeit vertreiben oder aber nach mehr oder weniger strengen Regeln im sportlichen Wettkampf Ihre Konzentration schulen.

Die Arbeitsgemeinschaften, die von engagierten ehrenamtlichen Mitarbeitern\*innen des WHH geleitet werden, treffen sich in der Regel wöchentlich. Da die Teilnehmer\*innenzahl in manchen Arbeitsgemeinschaften begrenzt ist, bitten wir Sie, sich zunächst an die Mitarbeiter\*innen des WHH zu wenden, um zu klären, ob aktuell freie Plätze in der jeweiligen Arbeitsgemeinschaft zur Verfügung stehen. Weitere Fragen zu den Arbeitsgemeinschaften und Spielgruppen beantworten Ihnen die Mitarbeiter\*innen des Hauses gerne.

Tag	Uhrzeit	Kosten	Dozent*in	Kurs-Nr.
Mo	15:00–19:00 Uhr	AG Bridge	Annelie Röhr	25C-2039
Di	11:30–16:00 Uhr	AG Canasta	Edeltraud Burg	25C-2112
Mi	14:30–17:30 Uhr	AG Canasta 2	Bärbel Skopp	25C-2121
Mi	14:30–17:30 Uhr	AG Rommé 2	Ingrid Haase	25C-2120
Do	09:30–12:30 Uhr	AG Bridge – PIK ASS	Günter Beckmann	25C-2095
Do	13:00–16:00 Uhr	AG Bridge	Renate Meyer	25C-2097
Do	14:00–18:00 Uhr	AG Doppelkopf	Günter Haubrich	25C-2105
Do	14:00–18:00 Uhr	AG Doppelkopf	Vera Haubrich	25C-2111
Do	12:00–17:00 Uhr	AG Canasta	Beate Wilhelmi	25C-2113
Do	14:00–18:00 Uhr	AG Rummikub	Anita Kießling	25C-2116
Do	14:00–17:00 Uhr	AG Rummikub/ Skibo	Heidi Lehnert	25C-2117

## Veranstaltungskalender

Die Übersicht über weitere Veranstaltungen in den Begegnungszentren der Stadt Dortmund erhalten Sie an der Pforte des Wilhelm-Hansmann-Hauses und in den Einrichtungen vor Ort. Die Kontaktdaten der Begegnungszentren finden Sie auf der Rückseite des Programmheftes.

### Juli

Datum	Uhrzeit	Kosten	Veranstaltung
03.07.	15:00 Uhr	1,00 €	Literaturcafé
10.07.	15:00 Uhr	2,50 €	Lust auf Volksmusik mit Klaus-Dieter Unruh
11.07.	13:00 Uhr	–	Vernissage Sommer, Sonne, Dortmund
18.07.	11:00 Uhr	1,00 €	Besichtigung Rosarium
18.07.	14:30 Uhr	2,50 €	Gesprächskreis für Frauen
22.07.	15:00 Uhr	–	Sommerfest des Fördervereins WHH
24.07.	15:00 Uhr	2,50 €	Lust auf Volksmusik mit Klaus-Dieter Unruh

### Schließungszeit des WHH im Sommer 2025:

28.07.–08.08.2025 • Wir haben ab dem 11.08.2025 wieder für Sie geöffnet.

### August

Datum	Uhrzeit	Kosten	Veranstaltung
14.08.	15:00 Uhr	1,00 €	Literaturcafé
14.08.	15:00 Uhr	2,50 €	Lust auf Volksmusik mit Klaus-Dieter Unruh
15.08.	11:00 Uhr	1,00 €	Besichtigung Botanischer Garten (Arthropodengarten – Insektengarten)
20.08.	08:00 Uhr	25,00 €/20,00 €	Ausflugsfahrt nach Lüneburg
25.08.	11:00 Uhr	1,00 €/9,00 €	Besichtigung Dortmunder Zoo
26.08.	12:30 Uhr	–	Trinkpause: Hitze, Wasser und mehr
28.08.	08:00 Uhr	25,00 €/20,00 €	Ausflugsfahrt nach Lüdge/Bad Pyrmont

Datum	Uhrzeit	Kosten	Veranstaltung
28.08.	15:00 Uhr	2,50 €	Lust auf Volksmusik mit Klaus-Dieter Unruh
29.08.	14:30 Uhr	2,50 €	Gesprächskreis für Frauen

## September

Datum	Uhrzeit	Kosten	Veranstaltung
04.09.	15:00 Uhr	1,00 €	Literaturcafé
04.09.	08:00 Uhr	25,00 €/20,00 €	Ausflugsfahrt nach Linz am Rhein
05.09.	19:00 Uhr	8,00 €	Klavierkabarett
09.09.	11:00 Uhr	1,00 €	Besichtigung DASA
10.09.	15:00 Uhr	7,50 €	Einladung über den Gartenzaun
11.09.	15:00 Uhr	2,50 €	Lust auf Volksmusik mit Klaus-Dieter Unruh
12.09.	14:30 Uhr	2,50 €	Gesprächskreis für Frauen
12.09.	13:00 Uhr	–	Vernissage „unperfekt ist perfekt“
18.09.	11:00 Uhr	4,00 €	Klassik um Drei
19.09.	14:00 Uhr	–	Workshop: Kreative Wege zur Achtsamkeit mit Tanz und Gesprächen
19.09.	17:00 Uhr	2,50 €	Krimi-Lesung der DreiSatz-Autorinnen
22.09.	16:30 Uhr	–	Vortrag: Dortmunder Friedhöfe stellen Bestattungsarten vor mit Jessica Welk-Meißner
24.09.	15:30 Uhr	7,50 €	Weinfest
25.09.	11:00 Uhr	1,00 €	Besichtigung TRIATON (Terrarien und Aquarien)
25.09.	15:00 Uhr	2,50 €	Lust auf Volksmusik mit Klaus-Dieter Unruh
25.09.	16:00 Uhr	–	Kartonwand – Lesung und Gespräch über das Älterwerden mit Migrationsgeschichte
26.09.	08:00 Uhr	25,00 €/20,00 €	Ausflugsfahrt nach Fulda
26.09.	14:30 Uhr	2,50 €	Gesprächskreis für Frauen
26.09.	17:30 Uhr	6,00 €	Szenisches Lesekonzert
29.09.	15:00 Uhr	4,00 €	Kulturgenuss: Ein Konzert mit Querflöte und Gitarre – Melodien der Erinnerung

**Oktober**

<b>Datum</b>	<b>Uhrzeit</b>	<b>Kosten</b>	<b>Veranstaltung</b>
02.10.	15:00 Uhr	1,00 €	Literaturcafé
09.10.	08:00 Uhr	25,00 €/20,00 €	Ausflugsfahrt nach Münster
09.10.	15:00 Uhr	2,50 €	Lust auf Volksmusik mit Klaus-Dieter Unruh
10.10.	14:00 Uhr	1,00 €	Besichtigung: WDR-Landesstudio Dortmund
10.10.	14.30 Uhr	2,50 €	Gesprächskreis für Frauen
10.10.	17:30 Uhr	6,00 €	Musikalisches Kabarett
14.10.	08:00 Uhr	25,00 €/20,00 €	Ausflugsfahrt nach Warendorf
15.10.	14:00 Uhr	–	"Wie lerne ich KI zu nutzen? Wer oder was hilft mir praktisch?" mit Ingolf Rascher
16.10.	15:00 Uhr	4,00 €	Klassik um Drei
22.10.	14:00 Uhr	1,00 €	Besichtigung Feuerwehr
23.10.	15:00 Uhr	2,50 €	Lust auf Volksmusik mit Klaus-Dieter Unruh
24.10.	14.30 Uhr	2,50 €	Gesprächskreis für Frauen
28.10.	11:00 Uhr	4,00 €	Posaunenmatinee
31.10.	19:00 Uhr	8,00 €	Kabarett „Love & Order“

**November**

<b>Datum</b>	<b>Uhrzeit</b>	<b>Kosten</b>	<b>Veranstaltung</b>
06.11.	15:00 Uhr	1,00 €	Literaturcafé
06.11.	15:00 Uhr	2,50 €	Lust auf Volksmusik mit Klaus-Dieter Unruh
07.11.	17:30 Uhr	6,00 €	Musikalisches Kabarett
07.11.	14.30 Uhr	2,50 €	Gesprächskreis für Frauen
11.11.	15:30 Uhr	–	Vortrag "Vorsorgevollmacht"
12.11.	15:00 Uhr	7,50 €	Einladung über den Gartenzaun
13.11.	15:00 Uhr	4,00 €	Klassik um Drei
14.11.	14:30 Uhr	5,00 €	Workshop – Gesprächskreis für Frauen
14.11.	17:00 Uhr	7,00€	Musikalisches Kabarett
18.11.	17:00 Uhr	4,00 €	Konzert: Volkschor

Datum	Uhrzeit	Kosten	Veranstaltung
20.11.	15:00 Uhr	2,50 €	Lust auf Volksmusik mit Klaus-Dieter Unruh
26.11.	15:00 Uhr	4,00 €	Kulturgenuss: Wintermelodien mit der Gesangsklasse von Bettina Lecking
28.11.	14.30 Uhr	2,50 €	Gesprächskreis für Frauen

## Dezember

Datum	Uhrzeit	Kosten	Veranstaltung
01.12.	15:00 Uhr	–	Ruhrpottlesung: Weihnachten rot/weiß"
04.12.	15:00 Uhr	1,00 €	Literaturcafé
04.12.	15:00 Uhr	2,50 €	Lust auf Volksmusik mit Klaus-Dieter Unruh
05.12.	12:00 Uhr	–	Nikolausmarkt
05.12.	17:00 Uhr	6,00 €	Adventl. Chorkonzert mit dem Kammerchor
08.12.	15:00 Uhr	–	Ruhrpottlesung: Weihnachten rot/weiß"
09.12.	15:00 Uhr	7,50€/5,00 €	Weihnachtskonzert: Mundharmonika
10.12.	17:00 Uhr	4,00 €	Konzert: Weihnachtslieder
12.12.	17:00 Uhr	6,00 €	Konzert: Shanty Chor
12.12.	14:30 Uhr	2,50 €	Gesprächskreis für Frauen
15.12.	15:00 Uhr	–	Ruhrpottlesung: Weihnachten rot/weiß"
15.12.	10:00 Uhr	25,00 €/20,00 €	Ausflugsfahrt nach Soest
16.12.	15:00 Uhr	7,50 €/5,00 €	Adventliche Stunden
17.12.	10:00 Uhr	25,00€/20,00 €	Ausflugsfahrt nach Aachen
18.12.	15:00 Uhr	4,00 €	Weihnachtsklassik um Drei
18.12.	15:00 Uhr	2,50 €	Weihnachtssingen Lust auf Volksmusik mit Klaus-Dieter Unruh
22.12.	15:00 Uhr	–	Ruhrpottlesung: Weihnachten rot/weiß"

Das Wilhelm-Hansmann-Haus ist vom 24.12.25 bis zum 02.01.26 geschlossen. Wir wünschen Ihnen ein frohes Weihnachtsfest und ein gesundes neues Jahr.

## Ehrenamtlicher Seniorenbegleitservice der Stadt Dortmund

- Seniorenbesuchsdienst
- Häusliche Entlastung bei Pflegebedürftigkeit/Demenz
- Betreuungsgruppen für Menschen mit Demenz
- Fit und mobil zu Hause
- Fit und mobil in der Gruppe

Sie möchten etwas von Ihrer Zeit abgeben und sich für ältere Dortmund-Bürger\*innen freiwillig engagieren? Einen interessanten Aufgabebereich bietet der Besuchs- und Begleitdienst für Senior\*innen.

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

### Information:

Stadt Dortmund • Sozialamt

Fachdienst für Senioren

Kleppingstraße 26 • 44122 Dortmund

### Ansprechpartnerinnen

Foto: PriPhotoStudio



#### Marie Roerdink-Veldboom

☎ 0231 50-27094

✉ [seniorenbegleitservice@stadtdo.de](mailto:seniorenbegleitservice@stadtdo.de)

Foto: PriPhotoStudio



#### Katharina Balmus

☎ 0231 50-24569

✉ [seniorenbegleitservice@stadtdo.de](mailto:seniorenbegleitservice@stadtdo.de)



## Seniorenbüros in Dortmund

In den Seniorenbüros der zwölf Dortmunder Stadtbezirke erhalten Sie wohnortnahe Beratung und Unterstützung.

### Unser Angebot:

#### Beratung

- Informationen zu den verschiedenen Leistungsträgern wie z. B. Kranken- und Pflegekassen, Sozialamt
- Überblick zu den lokalen Service-, Wohn- und Pflegeangeboten im Stadtbezirk
- Informationen zu Anträgen und Formularen
- Entlastungsmöglichkeiten für pflegende Angehörige
- Erstberatung zum Thema Demenz
- Vorsorge im Alter (Vorsorgevollmacht, Patientenverfügung)
- Wohnraumanpassung
- Bildungsangebote und Freizeitgestaltung

#### Vermittlung

- Wir unterstützen und begleiten Sie bei der Planung von individuellen Hilfen und der Kontaktaufnahme zu den entsprechenden Diensten und Angeboten.

#### Vernetzung

- Wir vernetzen uns unter anderem im Rahmen von Runden Tischen mit ehrenamtlich Engagierten und professionellen Dienstleister\*innen.

### Aktivsein im bürgerschaftlichen Engagement

- Wir sind Ansprechpartner\*innen für alle, die sich im Stadtbezirk engagieren möchten. Wir informieren über bestehende Projekte und unterstützen Sie dabei, eigene Ideen zu entwickeln.

### Gemeinsame Beratung mit den Pflegekassen

Um Ihnen den Weg zur Pflegekasse zu ersparen, arbeiten die Seniorenbüros mit den gesetzlichen und privaten Pflegekassen zusammen (Pflegestützpunkte). Vereinbaren Sie mit uns einen gemeinsamen Termin. Die Pflegeberater\*innen der Kassen kommen dann in unsere Seniorenbüros.

Beratungszeiten der Seniorenbüros: montags bis freitags, 10:00–12:00 Uhr Die Mitarbeiter\*innen der Seniorenbüros beraten bei Bedarf auch gerne zu Hause. Die Anschrift und Telefonnummer des für Ihren Stadtbezirk zuständigen Seniorenbüros finden Sie unterhalb der Ortsnamen..

## Die Seniorenbüros in den Dortmunder Stadtbezirken finden Sie:



DORTMUND

### Aplerbeck

Aplerbecker Marktplatz 21 • 44287 Dortmund  
(im Gebäude der Bezirksverwaltungsstelle)

☎ 0231 50-29390

✉ seniorenbuero.aplerbeck@dortmund.de

### Brackel

Niedersachsenweg 13-15 • 44143 Dortmund  
(im Gebäude der Bezirksverwaltungsstelle)

☎ 0231 50-29640

✉ seniorenbuero.brackel@dortmund.de

Meylantstraße 89 a • 44319 Dortmund

☎ 0231 50-29370

✉ seniorenbuero.brackel@dortmund.de

### Innenstadt-West

Lange Straße 42 • 44137 Dortmund • (im Eugen-Krautscheid-Haus)

☎ 0231 50-11340

✉ seniorenbuero.west@dortmund.de

### Innenstadt-Ost

Märkische Straße 21 • 44141 Dortmund • (im Wilhelm-Hansmann-Haus)

☎ 0231 50-29690

✉ seniorenbuero.ost@dortmund.de

Untere Brinkstraße 80 • 44141 Dortmund

(im Gebäude des Versorgungsamtes)

☎ 0231 50-27800

✉ seniorenbuero.ost@dortmund.de

**Innenstadt-Nord**

Bornstraße 83 • 44145 Dortmund • (im Hannibal 1)

☎ 0231 50-11350

✉ seniorenbuero.nord@dortmund.de

**Eving**

August-Wagner-Platz 2-4 • 44339 Dortmund

(im Gebäude der Bezirksverwaltungsstelle)

☎ 0231 50-29660

✉ seniorenbuero.eving@dortmund.de

**Hörde**

Hörder Bahnhofstraße 16 • 44263 Dortmund

(im Gebäude der Bezirksverwaltungsstelle)

☎ 0231 50-23311

✉ seniorenbuero.hoerde@dortmund.de

**Hombruch**

Harkortstraße 58 • 44225 Dortmund

(im Gebäude der Bezirksverwaltungsstelle)

☎ 0231 50-28390

✉ seniorenbuero.hombruch@dortmund.de

**Huckarde**

Urbanusstraße 5 • 44369 Dortmund

(im Gebäude der Bezirksverwaltungsstelle)

☎ 0231 50-28490

✉ seniorenbuero.huckarde@dortmund.de

**Lütgendortmund**

Limbecker Straße 31 • 44388 Dortmund

(im Nebengebäude der Bezirksverwaltungsstelle)

☎ 0231 50-29670

✉ seniorenbuero.luetgendortmund@dortmund.de

**Mengede**

Bürenstraße 1 • 44359 Dortmund

(im Gebäude des Begegnungszentrums Mengede)

☎ 0231 50-28090

✉ seniorenbuero.mengede@dortmund.de

**Scharnhorst**

Gleiwitzstraße 277 • 44328 Dortmund

(im Gebäude des Begegnungszentrums Scharnhorst)

☎ 0231 50-29680

✉ seniorenbuero.scharnhorst@dortmund.de

## **Die Begegnungszentren der Stadt Dortmund in der Übersicht:**

### **Berghofen**

Am Oldendieck 6, 44269 Dortmund

☎ 0231 50-29100 • ✉ [bz\\_berghofen@dortmund.de](mailto:bz_berghofen@dortmund.de)

### **Eving**

Deutsche Straße 27, 44339 Dortmund

☎ 0231 50-19490 • ✉ [bz\\_eving@dortmund.de](mailto:bz_eving@dortmund.de)

### **Huckarde**

Parsevalstraße 170, 44369 Dortmund

☎ 0231 50-19495 • ✉ [bz\\_huckarde@dortmund.de](mailto:bz_huckarde@dortmund.de)

### **Lütgendortmund**

Werner Straße 10, 44388 Dortmund

☎ 0231 50-28989 • ✉ [bz\\_luetgendortmund@dortmund.de](mailto:bz_luetgendortmund@dortmund.de)

### **Mengede**

Bürenstraße 1, 44359 Dortmund

☎ 0231 50-28020 • ✉ [bz\\_mengede@dortmund.de](mailto:bz_mengede@dortmund.de)

### **Scharnhorst**

Gleiwitzstraße 277, 44328 Dortmund

☎ 0231 50-28859 • ✉ [bz\\_scharnhorst@dortmund.de](mailto:bz_scharnhorst@dortmund.de)