

Begegnen, bewegen, gemeinsam gesund bleiben in Eving!

Erleben Sie eine abwechslungsreiche Woche rund um die Themen Bewegung, Ernährung, Prävention, Krankheit und Einsamkeit. In spannenden Vorträgen, Mitmachangeboten und Gesprächsrunden erfahren Sie, wie Sie Ihre Gesundheit stärken und Ihr Wohlbefinden im Alltag fördern können.

Am 02. und 03. Februar

während der Öffnungszeiten

Hörtests und eine kleine Überraschung

GEERS Hörgeräte, Bayrische Str. 83

Am 03., 04. und 06. Februar

ab 14:00 Uhr

Sehtests

Brillen Heinz, Evinger Str. 202

Am 05. und 06. Februar

während der Öffnungszeiten

Blutdruck messen

Delta Apotheke, Evinger Str. 200

Über die gesamte Woche

während der Öffnungszeiten

Blutdruck messen und Blutzuckertests 0,50 €

Apotheke Streich Brechten, Evinger Str. 585

Blutdruck messen

Apotheke am Externberg, Evinger Str. 273

Neueinstellung des Rollators

Reha Sanitätshaus MA, Minister-Stein-Allee 2



Seniorenbüro Eving,
August-Wagner-Platz 2–4,
44339 Dortmund (Nebeneingang der
Bezirksverwaltungsstelle Eving)
Tel. 0231-5029660
seniorenbuero.eving@dortmund.de

Bei Angeboten ohne Anmeldungs-
aufforderung ist keine Anmeldung
notwendig.

Gesundheits- woche für Seniorinnen und Senioren in Eving

Gemeinsam aktiv –
für Körper, Geist und Wohlbefinden

Unter diesem Motto laden das
Seniorenbüro Eving und das
Netzwerk Senioren zu einer kostenlosen
Veranstaltungswoche ein.

Wir freuen uns auf Ihre Teilnahme
und anregende Begegnungen.

Alle Veranstaltungen finden in
44339 Dortmund-Eving statt.

Impressum

Herausgeber: Stadt Dortmund, Sozialamt
Redaktion: Seniorenbüro Eving (inhaltlich)
Martin Rutha (verantwortlich)
Gestaltung, Satz und Druck:
Stadt Dortmund, Marketing + Kommunikation
in Zusammenarbeit mit
Fortmann.Rohleder Grafik.Design – 11/2025



Gesundheitswoche für Seniorinnen und Senioren in Eving

Mittwoch, 28. Januar 2026

14–16 Uhr Auftaktveranstaltung

Vortrag Gesund und fit im Alter, Referentin Fr. Dr. Streich

Städtisches Begegnungszentrum, Deutsche Str. 27

Montag, 02. Februar 2026

10–12 Uhr Begegnungsangebot

Gesundes Frühstück

AWO-Nachbarschaftshaus, Herrekestr. 66
Anmeldung unter Tel. 0160-5802535 oder
per E-Mail: k.sonnet@awo-dortmund.de

13–16 Uhr Veranstaltung

Vortrag Wechselwirkung Arzneistoffe Nebenwirkungen, Referentin Fr. Dr. Streich

AWO-Seniorenwohnstätte, Süggelweg 2–4
Mit anschließendem Spaziergang zur
AWO-Tagespflege
Anmeldung unter Tel. 0231-985120-15 oder
per E-Mail d.pelzer@awo-dortmund.de

17–18 Uhr Bewegungsangebot

Stuhl-Pilates

Mittendrin, Stoppelheck 7
Anmeldung unter Tel. 0176-34371970
In Kooperation mit dem Aktionsplan Soziale Stadt
und „lokal willkommen“

Dienstag, 03. Februar 2026

12–13 Uhr Bewegungsangebot

Stuhl-Yoga

Gemeindehaus St. Marien, Alter Heideweg 5
Anmeldung unter Tel. 0231-855272 (AB)

15:30–17 Uhr Veranstaltung

Informationen zum Thema Pneumonieprophylaxe und gemeinsames Singen gegen Einsamkeit

In Kooperation mit der Diakoniestation Nord-Ost
Auferstehungskirche, Preußische Str. 96

Mittwoch, 04. Februar 2026

10–12 Uhr Veranstaltung

Vortrag zum Thema Demenz

Ab 9:00 Uhr findet ein Frühstücksangebot statt
AWO-Tagespflege, Holzheck 16

13–14 Uhr Bewegungsangebot

Seniorenolympiade mit mehreren Stationen

Durchgeführt vom Sozialen Zentrum
Städtisches Begegnungszentrum, Deutsche Str. 27

14:30–15:30 Uhr Bewegungsangebot

Ein Bewegungsangebot für Groß und Klein mit gesunder Erfrischung

In Kooperation mit dem Familienbüro Eving
AWO-Seniorenwohnstätte, Süggelweg 2–4
Anmeldung unter Tel. 0231-985120-15 oder
per E-Mail d.pelzer@awo-dortmund.de

17–18:30 Uhr Veranstaltung

Vortrag zum Thema Sturzprophylaxe in der Wohnung durch den Kreuzviertel Verein

SHDO Sonnenhof Pavillon, Bergstraße 10a
Anmeldung unter Tel. 0231-70094745

Donnerstag, 05. Februar 2026

9–10 Uhr Bewegungsangebot

Zumba Gold

10–11 Uhr Bewegungsangebot

Stuhl-Yoga

Gemeindehaus St. Marien, Alter Heideweg 5
Anmeldung unter Tel. 0231-855272 (AB)

9–12 Uhr Begegnungsangebot

Wir essen mit allen Sinnen

In Kooperation mit dem Familienbüro Eving
SHDO Sonnenhof Pavillon, Bergstraße 10a
Anmeldung unter Tel. 0231-5027923 oder
per E-Mail bjochheim@stadtdo.de

11–12 Uhr Veranstaltung

Infos vom Energiesparservice zum Thema Lüften und Büchertisch zum Thema Gesundheit

Stadtteilbibliothek Eving, August-Wagner-Platz 2–4

14–15 Uhr Bewegungsangebot

Zumba

SHDO Sonnenhof, Bergstraße 10f
Anmeldung unter Tel. 0231-70094745

Freitag, 06. Februar 2026

9:30–10:30 Uhr Bewegungsangebot

Rückenschule

Gemeindehaus St. Marien, Alter Heideweg 5
Anmeldung unter Tel. 0231-855272 (AB)

11–12 Uhr Veranstaltung

Türkischsprachiger Vortrag zum Thema Gesundheit für Senioren durch Fachärztin für Allgemeinmedizin Zeynep Azbak

In Kooperation mit dem AWO-Treff
Brücke der Kulturen
Städtisches Begegnungszentrum, Deutsche Str. 27

14:30–15:30 Uhr Bewegungsangebot

Bewegungstraining nach Froböse

SHDO Sonnenhof, Bergstraße 10f
Anmeldung unter Tel. 0231-70094745