

# Frauen Termine Dortmund

Vortrag Kurs Workshop Beratung Ausstellung Lesung Film Treffen Aktion Fest Führung  
Fahrt Besichtigung Kurs Workshop Beratung Ausstellung Lesung Film Treffen Aktion Fest Führung  
Vortrag Kurs Workshop Beratung Fahrt Workshop Beratung Ausstellung Vortrag Kurs Workshop  
Beratung Ausstellung Vortrag Kurs Workshop Lesung Film Treffen Aktion Fest Beratung Lesung  
Film Treffen Aktion Fest Führung Fahrt Besichtigung Ausstellung Lesung Film Treffen Aktion  
Fest Fahrt Besichtigung Lesung Film Treffen Aktion Fest Führung Fahrt Besichtigung Film  
Treffen Aktion Fest Führung Fahrt Besichtigung Treffen Aktion Fest Führung Fahrt Besichtigung  
Aktion Fest Führung Fahrt Fest Führung Fahrt Besichtigung Führung Fahrt Besichtigung  
Vortrag Kurs Workshop Vortrag Kurs Workshop Fahrt Besichtigung Vortrag Kurs Workshop Führung  
Führung Besichtigung Vortrag Kurs Workshop Beratung Ausstellung Lesung Film Treffen Aktion

1. Halbjahr 2023

Stadt Dortmund  
Gleichstellungsbüro



# Impressum

## **Herausgeberin**

Stadt Dortmund  
Gleichstellungsbüro  
Kleppingstraße 21–23  
44135 Dortmund

## **Redaktion**

Gleichstellungsbeauftragte: Maresa Feldmann (verantwortlich), Franziska Block, Julia Chafik

## **Konzept und Gestaltung**

Dortmund-Agentur – 01/2023

## **Erscheinungsweise**

halbjährlich

Bei den abgedruckten Terminen und Veranstaltungen handelt es sich um Angaben der Veranstalter\*innen. Für die Richtigkeit der von Veranstalter\*innen eingereichten Inhalte übernimmt die Herausgeberin keine Gewähr.

# Inhalt

# Seite

Vorwort	4
Kalender	5
So funktionieren die FrauenTermineDortmund	6
FrauenTermine 1. Halbjahr 2023	7
Januar	8
Februar	14
März	20
April	43
Mai	48
Juni	53
Regelmäßige Termine	55
Die Veranstalter*innen	77
Mit eigenen Terminen dabei sein	84

# Vorwort



## **Liebe Dortmunderinnen,**

die FrauenTermineDortmund halten wieder eine Fülle spannender, informativer und inspirierende Veranstaltungen bereit, welche sich mit ihrem umfangreichen Angebot insbesondere an Frauen der Stadt richtet.

Die Themenvielfalt ist beeindruckend und das hohe Engagement, welches hinsichtlich Organisation und Durchführung dieser vielen Veranstaltungen steckt, ist bewundernswert! Dortmund kann zurecht stolz sein auf die vielen Frauenverbände, -vereine und weitere frauenpolitisch aktive Institutionen, die sich mit ihren Angeboten für Chancengerechtigkeit, ein friedliches Miteinander in der Gesellschaft, für Diversität und

Weltoffenheit einsetzen.

Auch das Gleichstellungsbüro startet engagiert ins neue Jahr und hat ein reichhaltiges Bündel an gleichstellungspolitisch interessanten Veranstaltungen zusammengestellt. Notieren Sie sich schon jetzt den Internationalen Frauentag im Brauturm im Dortmunder U, das Stadtfest DortBunt und den Equal Pay Day in Ihrem neuen Kalender.

Wir wünschen Ihnen, dass in den neuen FrauenTerminenDortmund für Sie viel Interessantes und Spannendes dabei ist.

Starten Sie gut ins Jahr 2023!

Maresa Feldmann  
Gleichstellungsbeauftragte Stadt Dortmund

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

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

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

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

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

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

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

## Wichtige Internationale

### Frauen- und Mädchentage:

Internationaler Tag gegen weibliche

Genitalverstümmelung • Mo 06.02.2023

One Billion Rising: Gegen Gewalt an

Frauen • Di 14.02.2023

Equal Pay Day • Di 07.03.2023

Internationaler Frauentag • Mi 08.03.2023

Girls' Day • Do 27.04.2023

Diversity Tag • Di 23.05.2023

## Feiertage

Karfreitag:

Ostermontag:

Tag der Arbeit:

Chr. Himmelfahrt:

Pfingstmontag:

Fronleichnam:

Fr 07.04.2023

Mo 10.04.2023

Mo 01.05.2023

Do 18.05.2023

Mo 29.05.2023

Do 08.06.2023

## Ferien

Ostern: 03.04.–15.04.2023

Pfingsten: 30.05.2023

Sommer: 22.06.–04.08.2023

# So funktionieren die FrauenTermineDortmund

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

Sofern Sie weiterführende Informationen wünschen, wenden Sie sich bitte direkt an die Veranstaltenden. Deren (Internet-)Adresse und Kontaktdaten finden Sie anhand der Nummerierung (z. B. **7**) hinter dem Titel in der Auflistung der Veranstaltenden ab Seite 79. Die Farbigkeit der Nummerierung gibt Ihnen Auskunft über die Art der Veranstaltung/des Termins und erleichtert Ihnen die Orientierung:

 **Vortrag/Lesung/Film**

 **Kurs/Workshop**

 **Fahrt/Exkursion**

 **Führung/Ausstellung**

 **Beratung**

 **Treffen/Aktion/Fest**

 **Sonstiges**

 **Barrierefrei**

 **Nicht barrierefrei**

Unter folgendem Link können Sie sich den Kalender auch als pdf-Dokument im Internet herunterladen: **[frauentermine.dortmund.de](http://frauentermine.dortmund.de)**

# Einzelne Termine

---

# Januar

## Datum/Uhrzeit    Veranstaltung

### Di 10.01.2023    **Rat und Recht der Verbraucherzentrale**

15.00–16.30 Uhr    Alexandra Kopetzki, Leiterin der Verbraucherzentrale NRW, stellt die Arbeit der Beratungsstelle vor.

**Ort:** Kongress Dortmund • Rheinlanddamm 200 • Raum 16

**Anmeldung:** DHB-Netzwerk Haushalt • Doris Kischel • Tel. (0231) 5 58 56 14  
d.kischel@dhb-dortmund.de • dhb-dortmund.de

**Kosten:** 3 €

14



### Mo 16.01.2023    **Schnupperabend Kunsttherapiegruppe**

17.30–20.00 Uhr    Der Abend bietet Frauen, die sich für einen Kunsttherapiekurs interessieren und die Arbeit einer Kunsttherapeutin kennenlernen wollen, Einblick und Erleben. Inhalt: Atemübungen und Entspannung, Tanz/Bewegung, Malen/künstlerischer Ausdruck, Austausch und Information. Keine Vorkenntnisse erforderlich.

**Ort:** Frauenberatungsstelle Dortmund • Märkische Straße 212–218

**Anmeldung:** Frauenberatungsstelle Dortmund • Gabriele Dembski  
Tel. (0231) 52 10 08 • frauen@frauenberatungsstelle-dortmund.de  
frauenberatungsstelle-dortmund.de

**Kosten:** 30 € inklusive Materialgeld

24



### Mi 18.01.2023    **Raus aus der Jogginghose, ran an den Schreibtisch – so gelingt ein produktiver Tag im Homeoffice**

16.00–18.00 Uhr

**Zielgruppe:** Gründerinnen und diejenigen, die es werden wollen.

Wie schaffe ich für mich wertvolle Zeit? Wann bin ich am kreativsten? Wie grenze ich mich ab, wenn auch die Familie zu Hause ist? Was ist meine Struktur, die für mich gut funktioniert und ich damit leistungsfähig bin?

In diesem Seminar lernt Ihr, wie Euch auch im Homeoffice gutes Arbeiten leicht von der Hand geht und Ihr in Eurem Business gut vorankommt.

**Ort:** e-port-dortmund • Mallinckrodtstraße 320

**Anmeldung:** Die Teilnehmeranzahl ist begrenzt!

Anmeldungen bitte unter Angabe des Namens und einer Telefonnummer unter gruenderin-nenzzentrum@stadtdo.de

**Kosten:** kostenfrei

33





## Datum/Uhrzeit    Veranstaltung

<p><b>Do 19.01.2023</b> 17.00 Uhr</p>	<p><b>Politischer überparteilicher Stammtisch</b> Wir leben Tür an Tür und wissen oft wenig voneinander – das wollen wir ändern! Wir sind zu Gast bei der Jüdischen Kultusgemeinde Dortmund. Neben einer Führung durchs Haus und durch die Synagoge wird Leonid Chraga, Geschäftsführer der Jüdischen Gemeinde, uns das jüdische Leben in Dortmund von der Vergangenheit bis zur Gegenwart näherbringen und über das vielfältige Gemeindeleben sowie über die bisherigen Entwicklungen und weiteren Pläne der Gemeinde informieren. <b>Ort:</b> Jüdische Kultusgemeinde • Prinz-Friedrich-Karl-Straße 9 <b>Anmeldung:</b> Verbindliche Anmeldung bis 14.01.2023 erbeten: Ulla Pulpanek-Seidel Tel. (0173) 2 12 18 12 • ursulapulpanek@aol.com • facebook.com/ASFDortmund <b>Kosten:</b> kostenfrei. Kosten für den Verzehr sind selbst zu tragen.</p>	<p>5 </p>
<p><b>Fr 20.01.2023</b> 17.30–19.00 Uhr</p>	<p><b>Frauenthemenabend</b> Bei diesem Abend, zu dem Frauen herzlich eingeladen sind, wird das jeweilige Thema erörtert und aus verschiedenen Perspektiven beleuchtet und diskutiert. Wir achten darauf, eine angenehme Umgebung zu schaffen, um ohne Schwierigkeiten zu kommunizieren und Meinungen zu äußern. <b>Ort:</b> Train of Hope Dortmund e. V. • Münsterstraße 54 <b>Anmeldung:</b> Train of Hope Dortmund e. V. • Ciara Reilly • Tel. (0231) 97 06 26 47 ciara@trainofhope-do.de • trainofhope-do.de <b>Kosten:</b> kostenfrei</p>	<p>67 </p>

# Januar

Datum/Uhrzeit    Veranstaltung

**So 22.01.2023**

15.00 Uhr

**KinoWeltsichten: Kirschblüten und rote Bohnen**

Dorayaki-Pfannkuchen heißt das von Japaner\*innen heißgeliebte Gebäck, das mit einer roten Bohnenpaste (An) gefüllt ist. Der junge Sentaro betreibt in Tokio einen kleinen Dorayaki-Imbiss, obwohl er die süßen Pfannkuchen nicht mag. Ihm gelingt die Bohnenpaste nicht und die Geschäfte laufen schlecht. Die alte Tokue bietet ihre Hilfe an, doch Sentaro geht nur zögerlich auf ihr Angebot ein. Aber der Erfolg lässt nicht lange auf sich warten und zwischen den beiden entsteht eine tiefe Freundschaft. Doch Sentaro ahnt, dass Tokue ein Geheimnis umgibt.

Japan / Frankreich / Deutschland 2015, Regie: Naomi Kawase, 113 Minuten, Japanisch mit deutschen Untertiteln, empfohlen ab 14 Jahren

**Ort:** Kino im U • Leonie-Reygers-Terrasse

**Anmeldung:** keine Anmeldung erforderlich

**Kosten:** kostenfrei

16  
31  
36



## Datum/Uhrzeit    Veranstaltung

**Di 24.01.2023    Jin, Jiyan, Azadi! – Frau, Leben, Freiheit!**

19.00–21.00 Uhr

Eine informative Begegnung mit der Protestbewegung im Iran.

Die Ermordung der 22-jährigen Kurdin Jina Mahsā Amīnī im September 2022 durch die iranische Sittenpolizei hat dem dortigen Kampf um Frauenrechte eine erneute, weltweite Sichtbarkeit gegeben. Trotz größter Gefahr gehen insbesondere junge Frauen auf die Straße, um eine der misogynsten Staatsformen der Welt zu stürzen – angetrieben von der Wut jahrzehntelanger Diskriminierung und Gewalterfahrung.

Wir erklären unsere Solidarität mit den Protestierenden und möchten in dieser Veranstaltung über die aktuelle Lage sowie die historischen Hintergründe informieren und diskutieren. In ihrer Keynote gibt die Journalistin und LGBTQ-Aktivistin Mina Khani einen Einblick in die Geschichte des Widerstandes und der Frauenrechtsbewegung im Iran. In der anschließenden Podiumsdiskussion, moderiert von Nahid Farshi, betrachten Mina Khani und Behshid Najafi (Mitgründerin der Informations- und Beratungsstelle für Menschenrechte von Migrant\*innen und geflüchtete Frauen „agisra e.V.“) die Entwicklungen von über vier Jahrzehnten Protestbewegung, welche Rolle der Kopftuchzwang dabei spielt und was wir aus der Ferne tun können, um zu helfen.

Die Veranstaltung wird musikalisch und künstlerisch begleitet vom iranischen Chor Essen und Mitgliedern der Dortmunder Bürger\*innenOper. Die Veranstaltung wird gefördert im Programm „360°– Fonds für Kulturen der neuen Stadtgesellschaft“.

**Ort:** Opernfoyer • Opernhaus Dortmund


**Anmeldung:** Dany Handschuh • [dhandschuh@theaterdo.de](mailto:dhandschuh@theaterdo.de)

**Kosten:** kostenfrei

31  
66

# Januar

## Datum/Uhrzeit    Veranstaltung

<b>Mi 25.01.2023</b> 17.00–18.30 Uhr	<b>Dortmunderinnen stellen sich vor mit Jutta Reiter, Vorsitzende des DGB Dortmund-Hellweg</b> In der Reihe „Dortmunderinnen stellen sich vor“ lädt das Gleichstellungsbüro der Stadt Dortmund zu einem moderierten Gespräch mit Jutta Reiter, der Vorsitzenden des DGB Dortmund-Hellweg, ein. Interessierte Frauen sind eingeladen, mehr über ihr gewerkschaftliches Engagement zu erfahren. Sie wird berichten, wie ihr beruflicher Werdegang aussah, wie sie ihre Arbeit als Vorsitzende des DGB Dortmund-Hellweg erlebt, was ihre Ziele sind und was ihr im gesellschaftspolitischen Wirken wichtig ist. Welche Gleichstellungsthemen sind ihr ein besonderes Anliegen, welche Visionen und Ansprüche und welche zukünftigen Handlungsbedarfe bestehen aus ihrer Sicht? <b>Ort:</b> ver.di Dortmund • Königswall 36 <b>Anmeldung:</b> Gleichstellungsbüro der Stadt Dortmund • Tel. (0231) 50-2 33 00 gleichstellungsbuero@stadtdo.de • dortmund.de/gleichstellungsbuero <b>Kosten:</b> kostenfrei	31
<b>Do 26.01.2023</b> 18.00–19.30 Uhr	<b>Einführung für ehrenamtliche Betreuer*innen</b> Neu bestellte ehrenamtliche Betreuer*innen, aber auch am Thema Interessierte, bekommen einen Einblick in das Betreuungsrecht. Behandelt werden die Rechte und Pflichten der Betreuer*innen, welche Aufgabenkreise und welche betreuungsgerichtliche Genehmigungen es gibt. Einzelfragen werden selbstverständlich berücksichtigt. <b>Ort:</b> BISS Dortmund • Propsteihof 10 <b>Anmeldung:</b> BISS Dortmund • Tel. (0231) 1 84 83 31 • info@biss-dortmund.de biss-dortmund.de <b>Kosten:</b> kostenfrei	57 

## Datum/Uhrzeit    Veranstaltung

<p><b>Fr 27.01.2023</b> 18.30–21.00 Uhr</p>	<p><b>Schnupperabend Frauentempel</b> Wer bist du, wenn die gut geübten Rollen abfallen dürfen? Wer steckt hinter uns Ehefrauen, Müttern, alltagstauglichen Superfrauen und Multitasking-Expertinnen? Wir laden Sie ein, im Kreis der Frauen einfach zu sein. Hier geht es um ein Erinnern an unsere wahre Essenz, das Freilegen der Weisheit, die bereits jede Frau in sich trägt. <b>Ort:</b> Kulturort DEPOT • Immermannstraße 29 <b>Anmeldung:</b> KOBISeminare • Tel. (0231) 53 45 25 0 • info@kobi.de • kobi.de <b>Kosten:</b> 22 €, ermäßigt 20 €</p>	<p>42 </p>
<p><b>Fr 27.01.2023</b> 20.00–22.00 Uhr</p>	<p><b>Am Rande des Lichtes</b> <b>Komponistinnen gestern und heute</b> Hier stehen die Komponistinnen im Mittelpunkt: Ausgehend von Clara Schumanns Klavierkonzert begeben wir uns auf eine klanglich-räumliche Sinnesreise durch die Musikwelten europäischer Musikerinnen des 15. bis 20. Jahrhunderts – von der überbordenden Fülle eines großen Orchesters über flirrende Klänge und verwobene Streichermelodien hin zu solistischer Intimität. <b>Ort:</b> Konzerthaus Dortmund • Brückstraße 21 <b>Anmeldung:</b> Konzerthaus Dortmund • Tel. (0231) 22 69 62 00 info@konzerthaus-dortmund.de • konzerthaus-dortmund.de <b>Kosten:</b> 35 €</p>	<p>4 31 45 72 </p>
<p><b>Sa 28.01.2023</b> 10.30–13.30 Uhr</p>	<p><b>Den Beckenboden stärken!</b> Ist der Beckenboden zu schwach, kann es beim Lachen, Husten, Niesen, Springen und Heben von schweren Gegenständen zu Inkontinenz kommen. In diesem Workshop lernen Sie gezielt, Ihren Beckenboden zu stärken. <b>Ort:</b> VHS • Hansastraße 2–4 <b>Anmeldung:</b> VHS Dortmund • Ester Schütz • Tel. (0231) 50-2 46 08 eschuetz@staddo.de • vhs.dortmund.de <b>Kosten:</b> 19,60 €</p>	<p>70 </p>

# Januar/Februar

Datum/Uhrzeit    Veranstaltung

## Mo 30.01.2023    **Von der Vision zur Umsetzung – die Stiftung Aufmüpfige Frauen in Dortmund**

17.45–19.15 Uhr

Gemeinnützige Stiftungen beteiligen sich an der privaten Umverteilung von Ressourcen. Stiftungen von Frauen, die sich gezielt für die Gleichstellung der Geschlechter einsetzen, sind ein recht neues Phänomen. Was motiviert Frauen, Stifterinnen zu werden? Muss man oder frau reich sein, um eine Stiftung zu gründen? Sigrid Metz-Göckel war mehr als 40 Jahre lang Professorin an der Universität Dortmund. Sie berichtet in dieser Veranstaltung, was sie bewegt hat, die Stiftung Aufmüpfige Frauen 2004 zu gründen und wie sie dafür Geld gesammelt hat. Als vaterlose Tochter hat sie sich in der Wissenschaft und Politik für gleiche Rechte und Chancen von Frauen eingesetzt. Sie versteht ihre Stiftung als Beitrag zum Gemeinwohl, indem sie mit einem Geldpreis aufmüpfige Frauen unterstützt, die gegen den Strom schwimmen können und kreative Potenziale des Feminismus repräsentieren. Einige Preisträgerinnen werden abschließend von ihren Projekten berichten. Moderiert wird die Diskussion von Laura-Celine Chlebos.

**Ort:** VHS Dortmund • Kampstraße 47

**Anmeldung:** vhs.dortmund.de • Veranstaltung Nr. 23-51101

**Kosten:** kostenfrei

31  
64  
70



## Mi 01.02.2023    **Meine Stärken stärken!**

von 18.30–  
20.30 Uhr

Inklusives Online-Seminar zum Thema eigene Stärken und Selbstbehauptung – Die meisten Frauen kennen das gut: Es fällt ihnen leicht, anderen zu helfen. Sie unterstützen gerne andere und vergessen sich selbst dabei. In unserem Seminar üben Sie, sich selbst in den Mittelpunkt zu stellen. So können Sie aus Ihrer eigenen Mitte heraus freudvoll leben und arbeiten, ohne sich dabei zu erschöpfen.

**Ort:** Online-Seminar via Zoom

**Anmeldung:** Zentrum für inklusive Bildung und Beratung (ZIBB e. V.)



Rosa Schneider • Tel. (0231) 18 97 10 9 • zibb-beratung.de

**Kosten:** 15 €, Ermäßigung für Frauen mit Behinderung: 10 €

71



## Datum/Uhrzeit    Veranstaltung

<p><b>Sa 04.02.2023</b> 09.00–11.30 Uhr</p>	<p><b>Dein Leben ist, was Gedanken daraus machen</b> Die Veranstaltung ist ein Forum, um über ein Referat mit Lebens- und Glaubensfragen, einem Frühstück und Musik ins Gespräch zu kommen. <b>Referentin:</b> Wilhelmine Baumgarten. <b>Ort:</b> St. Mariengemeinde • Saal • Kleppingstraße 5 <b>Anmeldung:</b> Frühstückstreffen für Frauen • Beate Weckelmann Tel. (0231) 1 67 38 37 • fff-do@gmx.de • fff-do.de.tl <b>Kosten:</b> 15 €</p>	<p>29</p> 
<p><b>Di 07.02.2023</b> 10.00–11.30 Uhr</p>	<p><b>Einblicke in die Arbeit der Frauenberatungsstelle</b> Wir laden interessierte Frauen ein, die Frauenberatungsstelle sowie ihre Angebote und Arbeitsweisen näher kennenzulernen. Im Online-Vortrag stellen die Mitarbeiterinnen die Fachberatung zu häuslicher und sexualisierter Gewalt vor und geben Einblicke in die stabilisierende Beratung. <b>Ort:</b> online via Zoom <b>Anmeldung:</b> Frauenberatungsstelle Dortmund • Anke Urbanczyk Tel. (0231) 52 10 08 • frauen@frauenberatungsstelle-dortmund.de frauenberatungsstelle-dortmund.de <b>Kosten:</b> kostenfrei</p>	<p>24</p> 

### Do 09.02.2023    **Selbstzweifel in der Existenzgründung**

10.00–16.00 Uhr

Häufig begegnen wir bei neuen Herausforderungen Selbstzweifeln, die uns daran hindern wollen, uns selbstsicher aus der Komfortzone zu bewegen. Als Existenzgründerin bleibt es nicht aus, durch die Angstzone zu gehen, um in die Lern- und Wachstumszone zu gelangen. Neue Herausforderungen erfordern auch neue Prozesse und Handlungen. Wie kann man diesen aber begegnen, wenn die Selbstzweifel aufkommen und man sich unsicher, entmutigt fühlt und anfängt, sein Vorhaben zu hinterfragen?

Die Existenzgründungszeit ist eine sehr spannende und aufregende Zeit, in der sich Gründerinnen endlich verwirklichen können, um ihre Visionen in die Realität umzusetzen. Während dieser Phase ist auch der Leistungsdruck auf Grund der Eigenverantwortlichkeit enorm hoch. Dieser interaktive Praxisworkshop soll dazu dienen, den Druck rauszunehmen und den Gründerinnen helfen, den neuen Alltag erfolgreich und mit Leichtigkeit zu meistern, um ihre Ressourcen und Stärken im Alltag gut einzusetzen.

Die Referentin Yamina Hammoud ist zertifizierte Happiness Trainerin und Beraterin für positive Psychologie und bietet effiziente stärken- und ressourcenorientierte Methoden an, um die Teilnehmerinnen mental zu unterstützen und zu stärken.

**Ort:** Projektor der Wirtschaftsförderung Dortmund • Westenhellweg 136

**Anmeldung:** Die Teilnehmendenzahl ist begrenzt!

Anmeldungen bitte unter Angabe des Namens und einer Telefonnummer unter [gruenderinnenzentrum@staddtdo.de](mailto:gruenderinnenzentrum@staddtdo.de)

**Kosten:** kostenfrei

33



### Do 09.02.2023    **Vorsorgevollmacht – Betreuungsverfügung**

18.00–19.30 Uhr

Rechtzeitig vorsorgen – Leben selbst bestimmen

**Ort:** BISS Dortmund • Propsteihof 10

**Anmeldung:** BISS Dortmund • Tel. (0231) 1 84 83 31 • [info@biss-dortmund.de](mailto:info@biss-dortmund.de)  
[biss-dortmund.de](http://biss-dortmund.de)



**Kosten:** kostenfrei

57








## Datum/Uhrzeit    Veranstaltung

<p><b>Di 14.02.2023</b> 17.00–18.00 Uhr</p>	<p><b>One Billion Rising</b> One Billion Rising – Tanz im Takt der Gerechtigkeit! Am 14. Februar protestieren weltweit Frauen für ein selbstbestimmtes und gewaltfreies Leben. Wir laden euch dazu ein, im Rahmen der Tanzaktion „One Billion Rising“ auch hier in der Dortmunder Innenstadt ein Zeichen gegen Gewalt und Unterdrückung von Frauen und Mädchen zu setzen. <b>Ort:</b> Platz der Deutschen Einheit (vor dem Deutschen Fußballmuseum unterhalb der Katharinentreppe) <b>Anmeldung:</b> keine Anmeldung erforderlich <b>Kosten:</b> kostenfrei</p>	<p>23</p> 
<p><b>Di 14.02.2023</b> 19.00–20.00 Uhr</p>	<p><b>Feministischer Frauen-Stammtisch (online)</b> Anlässlich des Int. Tages gegen weibliche Genitalverstümmelung schauen wir auf die Jungen. Auch die männliche Genitalbeschneidung verstößt gegen das Recht des Kindes auf sexuelle Selbstbestimmung und kann gravierende Folgen für die körperliche und seelische Gesundheit des männlichen Kindes haben. Gemeinsam mit Victor Schiering von MOGIS e.V. gehen wir der Frage nach: Wie können wir die weibliche Genitalverstümmelung vermindern, wenn wir keinen Blick auf die männliche Beschneidung werfen? Diskutieren Sie mit uns über das spannende Thema! <b>Ort:</b> Online via Zoom. Der Link wird nach der Anmeldung versandt. <b>Anmeldung:</b> TERRE DES FEMMES e. V. – Städtegruppe Dortmund • Simone Kleinert Tel. (0176) 82 61 44 45 • dortmund@frauenrechte.org • frauenrechte.de <b>Kosten:</b> kostenfrei</p>	<p>65</p> 

# Februar

## Datum/Uhrzeit    Veranstaltung

<b>Mi 15.02.2023</b> 15.00–18.00 Uhr	<b>Patientinnennachmittag</b> Vorträge zu unterschiedlichen Themen aus dem Bereich Onkologie (genaues Thema wird jeweils zeitnah zum Termin bekanntgegeben), anschl. Diskussion, Austausch unter Betroffenen und Interessierten, gemütliches Beisammensein bei Kaffee und Kuchen <b>Ort:</b> Klinikum Dortmund Mitte • Frauenklinik • Beurhausstraße 40 • Gebäude E Vortragsraum <b>Anmeldung:</b> keine Anmeldung erforderlich <b>Kosten:</b> kostenfrei	40 
<b>Fr 17.02.2023</b> 18.00–20.00 Uhr	<b>Frauenfilmabend</b> Im Februar organisieren wir eine Filmvorführung in unserer Organisation. Der Film wird zu einem vorher festgelegten Thema ausgewählt, das unserem täglichen Leben oder unseren Problemen entspricht. Wichtige Themen stehen auf der Tagesordnung. <b>Ort:</b> Train of Hope Dortmund e.V. • Münsterstraße 54 <b>Anmeldung:</b> Train of Hope Dortmund e. V. • Ciara Reilly • Tel. (0231) 97 06 26 47 ciara@trainofhope-do.de • trainofhope-do.de <b>Kosten:</b> kostenfrei	67 
<b>Sa 18.02.–</b> <b>So 19.02.2023</b> jeweils 10.00–18.00 Uhr	<b>DancingSoul@ – Der Tanz der weiblichen Seele</b> Der orientalische Tanz in seiner ursprünglichen Form ist ein erdiger, anmutiger und urweiblicher Tanz. Frauen, die auf genussvolle Weise ihre Weiblichkeit entfalten möchten, können in den fließenden, organischen Figuren eine neue Bewegungssprache finden, die dem femininen Körper und seinen Formen entspricht. <b>Ort:</b> Kulturort DEPOT • Immermannstraße 29 <b>Anmeldung:</b> KOBISeminare • Tel. (0231) 53 45 25 0 • info@kobi.de • kobi.de <b>Kosten:</b> 162 €, ermäßigt 144 €	42 

## Datum/Uhrzeit    Veranstaltung

**So 19.02.2023**

15.00 Uhr

### KinoWeltsichten

#### **Get – Der Prozess der Viviane Amsalem**

Fünf Jahre lang kämpft Viviane Amsalem um ihre Scheidung. Ein Gerichts-drama, das das Verhältnis zwischen orthodoxen und weltlichen Juden in Israel analysiert. Viviane Amsalem möchte die Scheidung von ihrem Mann Elisha. Seit Jahren leben die beiden schon getrennt. In Israel können Eheschließung sowie deren Auflösung ausschließlich von Rabbinern vollzogen werden und, dass nur mit dem vollen Einverständnis des Ehemanns. Da Elisha sich jedoch weigert, in die Scheidung einzuwilligen, beginnt ein langer Prozess vor dem Rabbinatsgericht. Zeugen werden aufgerufen, der Prozess nimmt kein Ende, während Viviane verzweifelt um ihre Würde und ihre Freiheit kämpft.

Ein Gast zum Filmgespräch ist angefragt.

Frankreich/Deutschland/Israel 2014, Spielfilm, Regie: Shlomi Elkabetz, Ronit Elkabetz, 115 Minuten, Hebräisch mit deutschen Untertiteln, empfohlen ab 14 Jahren

**Ort:** Kino im U • Leonie-Reygers-Terrasse

**Anmeldung:** keine Anmeldung erforderlich

**Kosten:** kostenfrei

16  
30  
31  
36



**Do 23.02.2023**

18.00–19.30 Uhr

### Betreuungsrechtsreform

Am 1. Januar 2023 ist das neue Betreuungsrecht in Kraft getreten. Die Fortbildungsveranstaltung gibt einen Überblick über die Neuerungen für ehrenamtlich bestellte Betreuer\*innen.

**Ort:** BISS Dortmund • Propsteihof 10

**Anmeldung:** BISS Dortmund • Tel. (0231) 18 48 33 1 • [info@biss-dortmund.de](mailto:info@biss-dortmund.de)  
[biss-dortmund.de](http://biss-dortmund.de)

**Kosten:** kostenfrei

56



# Februar/März

Datum/Uhrzeit    Veranstaltung

**Fr 24.02.2023**

17.30 Uhr

## Politischer überparteilicher Stammtisch

Über Epilepsie spricht man nicht! Auch im 21. Jahrhundert müssen Betroffene noch mit Diskriminierung und Stigmatisierung rechnen. Deshalb wird die Krankheit verheimlicht. Etwa ein Prozent der Bevölkerung leidet an einer von über 30 verschiedenen Epilepsieformen. In Dortmund sind mehr als 6.000 Menschen betroffen.

Mireille Schauer, Pädagogin und Epilepsiefachberaterin, berichtet über das Leben mit Epilepsie. Ihr Ziel ist, mehr Aufmerksamkeit für die Erkrankung zu erlangen und Multiplikator\*innen zu gewinnen.

**Ort:** Die Örtlichkeit wird rechtzeitig auf Facebook und der Homepage bekanntgegeben.

**Anmeldung:** Verbindliche Anmeldung bis 19.02.2023 erbeten: Ulla Pulpanek-Seidel  
Tel. (0173) 2 12 18 12 • [ursulapulpanek@aol.com](mailto:ursulapulpanek@aol.com) • [facebook.com/ASFDortmund](https://www.facebook.com/ASFDortmund)

**Kosten:** kostenfrei. Kosten für den Verzehr sind selbst zu tragen.

5



**Fr 24.02.2023**

von 18.30–  
21.00 Uhr  
(es handelt sich  
um einen Kurs)

## Frauentempel

Wer bist du, wenn die gut geübten Rollen abfallen dürfen? Wer steckt hinter uns Ehefrauen, Müttern, alltagstauglichen Superfrauen und Multitasking-Expertinnen? Wir laden Sie ein, im Kreis der Frauen einfach zu sein. Hier geht es um ein Erinnern an unsere wahre Essenz, das Freilegen der Weisheit, die bereits jede Frau in sich trägt.

**Ort:** Kulturort DEPOT • Immermannstraße 29

**Anmeldung:** KOBIseminare • Tel. (0231) 5 34 52 50 • [info@kobi.de](mailto:info@kobi.de) • [kobi.de](https://www.kobi.de)

**Kosten:** 81 €, ermäßigt 72 €

42



**Do 02.03.2023**

10.30–12.30 Uhr

## Workshop – Bildungssystem in Deutschland

Referierende werden bei diesem Frauenfrühstück über das Bildungssystem in Deutschland sprechen. Die Teilnehmerinnen bekommen darüber hinaus Informationen zu den vorhandenen Möglichkeiten, sich selbst weiterzubilden.

Weitere Informationen und Veranstaltungen gibt es auf [my-way-do.de](https://my-way-do.de).

**Ort:** Train of Hope Dortmund e.V. • Münsterstraße 54

**Anmeldung:** Ciara Reilly • [reilly@my-way-do.de](mailto:reilly@my-way-do.de) • Tel. (0231) 97 06 26 47

Die maximale Gruppengröße liegt bei 15 Frauen.

**Kosten:** kostenfrei

20

## Datum/Uhrzeit    Veranstaltung

**Do 02.03.2023    Vortrag zum Weltfrauentag 2023**

19.00–21.15 Uhr

„Each for Equal“: The future is female – die Vergangenheit war es auch!  
Was wir von mutigen Pionierinnen und Vorreiterinnen lernen können.

**Ort:** digital per Zoom

**Anmeldung:** Frauenkolleg der Konrad-Adenauer-Stiftung e. V. • Beate Kaiser  
Tel. (0231) 1 08 77 75 • beate.kaiser@kas.de • kas.de/frauenkolleg

**Kosten:** kostenfrei

44

**Sa 04.03.2023    Frauen im Bergbau**

15.00–16.30 Uhr

Bergbau war und ist männerdominiert. Auch hier im Ruhrgebiet hören wir die Geschichten von tapferen Kumpels, die mit ihrer heldenhaften Arbeit Deutschland zu dem gemacht haben, was es ist. Doch waren es nur Männer, die ihren Beitrag zu unserem Wohlstand leisteten? In dem Vortrag zum Internationalen Weltfrauentag legt die Städtegruppe Dortmund von TERRE DES FEMMES den Fokus auf die Geschichte der Frauen im Bergbau vom Mittelalter bis heute.

**Ort:** Zeche Zollern • Grubenweg 5 • Treffpunkt im Foyer

**Anmeldung:** keine Anmeldung erforderlich

**Kosten:** Die Führung ist kostenlos. Es entstehen hingegen Kosten in Höhe von 5 € für den Museumseintritt.

65

**Sa 04.03.2023    Gepflegtes Äußeres 50 +**

10.00–14.00 Uhr

Ein gepflegtes Äußeres hilft Ihnen in privaten und beruflichen Situationen und steigert Ihr Wohlbefinden. Dieser Workshop richtet sich gezielt an Frauen ab dem Alter 50 plus, es dürfen aber auch gerne jüngere Frauen teilnehmen.

**Ort:** VHS • Kampstraße 47

**Anmeldung:** VHS Dortmund • Ester Schütz • Tel. (0231) 50-2 46 08  
eschuetz@stadtdo.de • vhs.dortmund.de

**Kosten:** 23,50 €

70



# März

## Datum/Uhrzeit Veranstaltung

**Di 07.03.2023**  
10.00–13.00 Uhr

**Grundlagen: Erstellen von Bewerbungen am PC**

Deckblatt, Anschreiben, Lebenslauf, Anhang – klingt einfach, aber allein vor dem PC, ist es oftmals schwieriger als gedacht. Gemeinsam können Sie in diesem Workshop die Grundlagen zum Erstellen von Bewerbungen am PC erlernen. Ziel ist, dass jede Teilnehmerin eine eigene Vorlage für weitere Bewerbungen erstellen kann. Ein USB-Stick oder Zugangsdaten zu Ihrem E-Mail-Anbieter sind hilfreich.

**Ort:** Beratungsstelle Arbeit • Leopoldstraße 16–20

**Anmeldung:** Beratungsstelle Arbeit eine Einrichtung der Arbeiterwohlfahrt Dortmund Christian Urlaub • Tel. (0231) 81 21 24 • [beratung-arbeit@awo-dortmund.de](mailto:beratung-arbeit@awo-dortmund.de) [awo-dortmund.de/ba](http://awo-dortmund.de/ba)

**Kosten:** kostenfrei

6



**Di 07.03.2023**  
15.00–16.30 Uhr

**Frauenübernachtungsstelle**

Ilda Kolenda, Leiterin der Frauenübernachtungsstelle des Diakonischen Werkes Dortmund&Lünen berichtet über ihre Arbeit.

**Ort:** Kongress Dortmund • Rheinlanddamm 200 • Raum 16

**Anmeldung:** DHB-Netzwerk Haushalt • Doris Kischel • Tel. (0231) 55 85 61 4 [d.kischel@dhb-dortmund.de](mailto:d.kischel@dhb-dortmund.de) • [dhb-dortmund.de](http://dhb-dortmund.de)

**Kosten:** 3 €

14



**Di 07.03.2023**  
17.45–20.15 Uhr

**Deutschkurs – Was ist Gendersprache? Einführung und Anwendungsbeispiele**

Sie lernen Deutsch und begegnen in offiziellen Texten und in der Werbung immer häufiger Formen wie „Abonnent\*innen“ oder „LeserInnen“ und fragen sich, was es damit auf sich hat? Oder Sie sollen diese Formen beruflich selbst verwenden? Gendergerechte Sprache ist in Deutschland derzeit ein wichtiges und viel diskutiertes Thema, das viele Vorteile, aber auch viele Probleme mit sich bringt. In diesem Kurs lernen Sie verschiedene Varianten des Genderns kennen und lernen diese zu verstehen und zu verwenden. Voraussetzung sind gute Deutschkenntnisse (mind. sicheres A2). Material wird gestellt.

**Ort:** VHS • Hansastraße 2–4

**Anmeldung:** [vhs.dortmund.de](http://vhs.dortmund.de) • Kurs 23-30715

**Kosten:** 8 €

70



## Datum/Uhrzeit Veranstaltung

**Di 07.03.2023**

18.00 Uhr

**Feierabendkino meets FrauenKinoAbend „Wunderschön“**

Frauke findet sich „kurz vor der 60“ nicht mehr begehrenswert, während ihr pensionierter Mann Wolfi ohne Arbeit nicht weiß, wohin mit sich. Ihre Tochter Julie will als Model endlich den Durchbruch schaffen und versucht verbissen, ihren Körper in das Schönheitsideal der Branche zu pressen. Das verfolgt wiederum Schülerin Leyla, die überzeugt ist, mit Julies Aussehen ein besseres Leben führen zu können, und selbst keinen Bezug zu sich findet. Auch Julies Schwägerin Sonja hat mit ihrem Körper zu kämpfen, der nach zwei Schwangerschaften zum Ausdruck einer Lebenskrise wird. Ihr Mann Milan hat dabei nicht im Blick, welchen Druck sie sich als junge Mutter auferlegt. Das ist jedoch für Sonjas beste Freundin Vicky keine große Überraschung, ist sie doch überzeugt davon, dass Frauen und Männer niemals gleichberechtigt auf Augenhöhe zusammenfinden werden, zumindest nicht in der Liebe. Ihr neuer Kollege Franz würde sie allerdings gern vom Gegenteil überzeugen. Deutschland 2020, FSK ab 6, Länge 131 Minuten.

**Ort:** Kino im U • Leonie-Reygers-Terrasse**Anmeldung:** keine Anmeldung erforderlich**Kosten:** 5 Euro, ermäßigt 3 EuroTickets unter [dortmunder-u.de/tickets](https://dortmunder-u.de/tickets) oder an der Abendkasse31  
39**Mi 08.03.2023**

09.00–12.00 Uhr

**Tschüss Vereinbarkeitsmonster, hallo Leichtigkeit**

Digitaler Workshop für berufstätige Frauen.

Das Vereinbarkeitsmonster – viele fürchten es, denn den Wenigsten gelingt es, Familie und Beruf unter einen Hut zu bekommen. Aber woran liegt das eigentlich? Referentin Sarah Rimmel verdeutlicht, wie unser individuelles Energiefass mit Energiespendern und Energieräubern aussieht und gibt den Teilnehmerinnen Strategien für mehr Balance und eine „leichtere“ Vereinbarkeit an die Hand. Mut- und Kreativimpulse regen an, neue Wege zu gehen, so dass das Monster uns nicht mehr erschrecken kann.

**Ort:** Zoom-Link wird nach der Anmeldung versendet**Anmeldung:** Gleichstellungsbüro der Stadt Dortmund • [dortmund.de/ift2023](https://dortmund.de/ift2023)**Kosten:** kostenfrei

31



**Mi 08.03.2023**

10.00–13.00 Uhr

### **Lego® Serious Play®-Methode: Work-Life Balance zum Anfassen**

Wir leben in verrückten Zeiten. Job, Familie, Freundschaft, Umwelt: alles wandelt sich rasant. ‚Balance‘ ist wichtiger – und schwieriger – denn je. Sie entgleitet nur zu schnell. Dieser Workshop adressiert alle Frauen, egal in welcher Lebenssituation, die Lust haben, dieses Thema in die Hand zu nehmen und neu zu betrachten. Genutzt wird dafür die Lego® Serious Play®-Methode. Nach einer kurzen Einführung geht es los. Es wird gebaut und geteilt, was wichtig ist, was nervt und wie ein Ausgleich gefunden werden kann ... Wir freuen uns auf einen plastischen, inspirierenden Austausch! Referentin ist Evelyn Wolf.

(Lego, Lego® Serious Play® ist eine Marke der Lego-Gruppe, die dieses Angebot nicht sponsert, autorisiert oder unterstützt. © 2022 Die Lego Gruppe)

**Ort:** Projektor • Westenhellweg 136

**Anmeldung:** Kompetenzzentrum Frau & Beruf Westfälisches Ruhrgebiet/  
Wirtschaftsförderung Dortmund • [wirtschaftsfoerderung-dortmund.de](http://wirtschaftsfoerderung-dortmund.de)

**Kosten:** kostenfrei

43

**Mi 08.03.2023**

15.00–16.30 Uhr

### **StadtPilgerTour zum Internationalen Frauentag**

Im Fokus der Pilgertour stehen Orte in der Dortmunder Innenstadt, an denen sich Schicksale von damals und Fragen von heute zu den Themen Gleichstellung und Geschlechtergerechtigkeit ablesen lassen. Die Tour lädt zum Mitmachen ein, u.a. werden Tools wie die App ActionBound eingebunden.

Die Veranstaltung findet in Kooperation mit dem Institut für Kirche und Gesellschaft, Fachbereich Frauen Männer Vielfalt, den StadtPilgerTouren und dem Gleichstellungsbüro der Stadt Dortmund statt.

**Ort:** Dortmunder U • Leonie-Reyggers-Terrasse • Haupteingang

**Anmeldung:** Institut für Kirche und Gesellschaft • Anke Engelmann  
[anke.engelmann@kircheundgesellschaft.de](mailto:anke.engelmann@kircheundgesellschaft.de) • Tel. (02304) 7 55-2 30

**Kosten:** kostenfrei

31

35



## Datum/Uhrzeit Veranstaltung

<b>Mi 08.03.2023</b> 17.00–18.45 Uhr	<b>Internationaler Frauentag im Brauturm</b> <b>Podiumsgespräch mit Frauen aus der Kulturszene</b> Das Gleichstellungsbüro der Stadt Dortmund lädt interessierte Frauen zu einem bunten Programm anlässlich des Internationalen Frauentages ein. Den Auftakt macht ein spannend besetztes Podium mit Frauen aus der Kultur. Mit dabei sind Dr. Maxa Zoller (Künstlerische Leiterin des Internationalen FrauenFilm-Festivals Dortmund   Köln), Regina Selter und Dr. Florence Thurmes (Direktorinnen Museum Ostwall) u.a. Mit diesen im Kultursektor wichtigen Protagonistinnen sollen engagierte und feministische Kulturschaffende in Dortmund sichtbar gemacht werden. Die Besucherinnen erfahren mehr über ihre Werdegänge, lernen ihre Tätigkeitsfelder kennen und erhalten einen Einblick in ihre (feministischen) Visionen und Zielsetzungen. Moderiert wird das Gespräch von Christiane Pertgen (bekannt aus der WDR-Lokalzeit). <b>Ort:</b> Dortmunder U • Brauturm <b>Anmeldung:</b> Gleichstellungsbüro der Stadt Dortmund • <a href="http://dortmund.de/ift2023">dortmund.de/ift2023</a> <b>Kosten:</b> kostenfrei	31 
<b>Mi 08.03.2023</b> 19.00–19.45 Uhr	<b>Feierliche Preisverleihung des Dr. Edith Peritz-Preises</b> Ein Highlight des Dortmunder Frauentages ist die Verleihung des Dr. Edith Peritz-Preises. Dieser vom Soroptimist-Club Dortmund RuhrRegion und dem Gleichstellungsbüro der Stadt Dortmund ausgeschriebene Preis würdigt Verdienste um die Verbesserung der Stellung der Frau in der Gesellschaft. Seien Sie gespannt auf die Preisträger*innen! Die Laudatio hält Oberbürgermeister Thomas Westphal. Ein Nachfahre von Dr. Edith Peritz, Joseph Pearce, wird vor Ort sein und ein Grußwort sprechen. Musikalisch begleitet wird der Festakt vom Jugendmädchenchor der CHORAKADEMIE am Konzerthaus Dortmund e.V. <b>Ort:</b> Dortmunder U • Brauturm <b>Anmeldung:</b> Gleichstellungsbüro der Stadt Dortmund • <a href="http://dortmund.de/ift2023">dortmund.de/ift2023</a> <b>Kosten:</b> kostenfrei	31 73 

# März

## Datum/Uhrzeit Veranstaltung

**Mi 08.03.2023**

20.00 Uhr

### **Einer Löwin ist egal, was die Antilopen hinter ihrem Rücken reden!**

Ein Mut- und Mitmachvortrag mit Herz, Humor und Verstand  
Dieser Vortrag gibt Einblicke in die Themen Resilienz, Self-Empowerment und Potentialentfaltung.  
Die Teilnehmerinnen begeben sich zusammen mit der Referentin, Esther Auer-Lammert, auf eine „kleine Reise“ in die Welt der Löwin. Dort schauen sie sich gemeinsam an (natürlich alles mit einem kleinen Augenzwinkern), wie diese ihren „Alltag“ gestaltet und worauf sie dabei Wert legt.  
Was macht die Löwin so besonders? Was können wir von ihr lernen? Und wie stricken wir uns ein dickes „Löwinnenfell“?

**Ort:** Dortmunder U • Brauturm

**Anmeldung:** Gleichstellungsbüro der Stadt Dortmund • [dortmund.de/ift2023](http://dortmund.de/ift2023)

**Kosten:** kostenfrei

31



**Do 09.03.–**

**Mo 27.03.2023**

### **Ausstellung: TrikotTausch**

Die Wanderausstellung „TrikotTausch“ stellt die zwei Seiten der Sportbekleidungsproduktion vor: Einerseits die Vermarktung von Sportbekleidung und unser Kaufverhalten hier – andererseits die Arbeitsbedingungen der Näher\*innen in den Weltmarktfabriken, von denen ca. 80 Prozent weiblich sind. Anschaulich erfahren die Besucher\*innen, wie jede\*r Einzelne für die Verbesserung der Lebens- und Arbeitsbedingungen der Näher\*innen in den Produktionsländern aktiv werden kann. ALLE Näher\*innen und ihre Familien sollen durch ein existenzsicherndes Einkommen dauerhaft ein würdiges Leben führen können.

**Ort:** Dietrich-Keuning-Haus • Agora • Leopoldstraße 50–58

**Anmeldung:** keine Anmeldung erforderlich

**Kosten:** kostenfrei

9

68



## Datum/Uhrzeit Veranstaltung

**Do 09.03.2023 Besonderes Frauenfrühstück**

10.00–12.00 Uhr

Anlässlich des internationalen Frauentages lädt Train of Hope Dortmund e. V. zu einem gemeinsamen Frauenfrühstück ein.

Wir werden uns einen Vortrag über Empowerment in der Arbeitswelt von Asyegül Dökmeci anhören.

**Ort:** Train of Hope Dortmund e. V. • Münsterstraße 54

**Anmeldung:** Train of Hope Dortmund e. V. • Ciara Reilly • Tel. (0231) 97 06 26 47  
ciara@trainofhope-do.de • trainofhope-do.de

**Kosten:** kostenfrei

67

**Do 09.03.2023 Die erfolgreiche Kommunikation von Morgen – Social Media Marketing**

16.00–18.00 Uhr

**Zielgruppe:** Gründerinnen und diejenigen, die es werden wollen.

In diesem Seminar geht es um das Verständnis der unterschiedlichen Plattformen und ihrem Nutzen, weil gerade Social Media vor allen Dingen in der Gründungsphase und bei jungen Unternehmen extrem wichtig ist.

Welche Plattformen gibt es und welche ist für mein Unternehmen die richtige?

Wie adaptiere ich meine Unternehmensidentität adäquat auf Social Media? Wo finde ich meine Zielgruppe und wie spreche ich Sie an? 1 x 1 für Instagram und Facebook. Die wichtigsten Funktionen der Plattform. Start Set up für einen professionellen Business-Account. Wie produziere ich Bilder und Videos im richtigen Format (Do's and Dont's). Hier erfahrt ihr die Grundlagen um Euch gut aufzustellen.

Die Referentin Jessy Pohler ist studierte Kommunikationsdesignerin und Expertin für SEO und Sichtbarkeit im WWW sowie das Thema Communitybuilding.

**Ort:** Webinar tool: Zoom • Die Zugangsdaten erhalten Sie 1–2 Tage vor der Veranstaltung

**Anmeldung:** Die Teilnehmerzahl ist begrenzt! Anmeldungen bitte unter Angabe des Namens und einer Telefonnummer unter gruenderinnenzentrum@stadtdo.de

**Kosten:** kostenfrei

33



# März

## Datum/Uhrzeit Veranstaltung

**Do 09.03.2023**

18.00 Uhr  
(Einlass  
17.30 Uhr)

### **Equal pay for all – Fair auf dem Fußball-Platz und in der Produktion**

Zur Eröffnung der Wanderausstellung „TrikotTausch“ kommen fachkundige Gäste zusammen, um über faire Bezahlung auf dem Fußballplatz, aber auch in der Produktion zu diskutieren.

**Ort:** Dietrich-Keuning-Haus • Agora • Leopoldstraße 50–58

**Anmeldung:** international@stadtdo.de

**Kosten:** kostenfrei

9  
22  
52  
74



**Do 09.03.2023**

19.30–21.45 Uhr

### **Frauen und Finanzen**

Zahlreiche Studien zeigen, dass sich Frauen weniger um Geldthemen und Vermögensaufbau kümmern als Männer. Tradierte Rollenbilder, mangelndes Selbstvertrauen, Desinteresse – die Ursachen sind vielfältig. Geld und Finanzen sind schon lange nicht mehr „Männersache“; Frauen haben andere Finanz- und Erwerbsbiographien als Männer und müssen daher anders planen. Im Durchschnitt verdienen Frauen leider immer noch weniger als Männer. Das hat Auswirkungen auf ihre Altersvorsorge und Rente. Zudem leben sie im Durchschnitt fünf Jahre länger als Männer – auch dieser zusätzliche Zeitraum sollte im Rahmen der privaten Altersvorsorge unbedingt abgedeckt werden.

Der Vortrag soll Frauen in die Thematik einführen und lädt sie ein, sich aktiv mit den Themen Geldanlage, Finanzplanung und Altersvorsorge auseinanderzusetzen. Denn: Das Thema ist wichtig und kann auch Spaß machen!

**Ort:** VHS • Kampstraße 47



**Anmeldung:** vhs.dortmund.de • Kurs 23-51263

**Kosten:** 8 €

70



## Datum/Uhrzeit    Veranstaltung

<b>Fr 10.03.2023</b> 16.00–17.00 Uhr	<b>Mental Load verringern. Gleichberechtigte Elternschaft stärken</b> Berufstätig oder nicht – meist sind die Frauen Managerinnen der Familie, die den gemeinsamen Alltag organisieren. Sie haben alles im Kopf – vom Schultermin über die überraschende Kitaschließung bis hin zu Geburtstagsgeschenken für Freunde und Familie. Die To Do-Liste ist schier unendlich und die Belastung, für alles Organisatorische verantwortlich zu sein – oder das zumindest anzunehmen – riesig. Das ist „Mental Load“! Wie wir die Zuständigkeiten in der Familie gerechter verteilen und Aufgaben loslassen können, darum geht es im Workshop vom Mütterzentrum Dortmund e.V. <b>Ort:</b> Mütterzentrum Dortmund e.V. • Hospitalstraße 6 <b>Anmeldung:</b> Mütterzentrum Dortmund • kontakt@muetterzentrum-dortmund.de <b>Kosten:</b> kostenfrei	51 
<b>Fr 10.03.2023</b> 16.30–19.30 Uhr	<b>Synagogenführung</b> Rosa Rappoport berichtet von der bewegenden Geschichte und Gegenwart der jüdischen Gemeinde in Dortmund. Wir werden durch das Haus und die Synagoge geführt und erfahren wesentliche Elemente eines Schabbat-Gottesdienstes, zu dem wir im Anschluss (ab ca. 18 Uhr) eingeladen sind. Ein besonderer Schwerpunkt wird bei dieser Führung das Thema Frauen im Judentum sein. Bitte einen Personalausweis mitbringen. <b>Ort:</b> Jüdische Kultusgemeinde • Prinz-Friedrich-Karl-Straße 9 <b>Anmeldung:</b> Evangelisches Schulreferat • schulreferat.de <b>Kosten:</b> kostenfrei	30 31 

# März

Datum/Uhrzeit    Veranstaltung

**Fr 10.03.2023**

16.30–19.30 Uhr

## „Women Go Green“ – Frauen schützen das Klima.

### Unternehmer\*innen und Aktivist\*innen im Dialog

Die Klimakrise erfordert jede Anstrengung. Frauen stellen die Mehrzahl der Aktivist\*innen bei Klimaprotesten wie Fridays for Future. Sie arbeiten aber auch in ihrer täglichen Arbeit ganz praktisch als Unternehmerin, Handwerkerin, Fachkraft oder Managerin daran, das Klima zu schützen. In der Veranstaltung berichten diese Klimaschützerinnen davon, wie sie Klimaschutz praktisch und jenseits von Greenwashing umsetzen. Im Dialog miteinander und mit dem Publikum geht es in diesem Forum darum, wie Frauen in der notwendigen sozial-ökologischen Transformation aktiv werden und welche Chancen im praktischen Klimaschutz für Frauen stecken. Die Veranstaltung richtet sich an alle, die die sozial-ökologische Transformation mitgestalten wollen.

**Ort:** TU Dortmund • Sozialforschungsstelle • Evinger Platz 17

**Anmeldung:** Dortmunder Forum Frau & Wirtschaft e.V. • Tel. (0176) 64 04 38 34  
info@dffw.de

**Kosten:** kostenfrei

16



**Fr 10.03.2023**

17.00 Uhr

## Interkultureller Kochabend für Frauen

Sophia e.V. lädt Frauen herzlich zu einem interkulturellen Kochabend ein. Wir werden gemeinsam verschiedene orientalische Rezepte zubereiten und anschließend zusammen in gemütlicher Atmosphäre essen.

**Ort:** Dortmunder Kulturhaus • Geschwister-Scholl-Straße 18

**Anmeldung:** Sophia e.V. • info@sophia.de

**Kosten:** 10 €

58



## Datum/Uhrzeit    Veranstaltung

**Sa 11.03.2023**

12.00 Uhr

**Auf Spurensuche zur Dortmunder Frauengeschichte**

In der über 1.100-jährigen Geschichte der Hansestadt Dortmund kamen Frauen lange kaum vor. Dortmunder Frauen haben Aufzeichnungen, längst vergessene Chroniken über das Leben und Wirken ihrer Geschlechtsgenossinnen zu Tage gebracht. Beim politischen AWO-Frauenrundgang mit Heike Wulf und Susanne Meyer stehen Frauengeschichten vom Mittelalter bis zur Neuzeit, von der Hexenverfolgung, über die Prostitution, jüdischem Frauenleben und die Frauenbewegung der 70er und 80er Jahre im Mittelpunkt mit dem Schwerpunkt Religion und Kultur.

**Ort:** Der Treffpunkt wird mit der Anmeldebestätigung bekannt gegeben

**Anmeldung:** AWO Unterbezirk Dortmund • Tel. (0231) 99 34-3 10  
c.koenen@awo-dortmund.de

**Kosten:** kostenfrei

3

**Sa 11.03.2023**

10.00–14.30 Uhr

**Workshop: Gendergerechte Sprache**

Kaum ein eigentlich sprachwissenschaftliches Thema wurde öffentlich bislang so erregt diskutiert wie das der gendergerechten Sprache. Was teils ironisch als „Krieg der Sterne“ betitelt wird oder mit der Frage, ob es denn auch bald Kugelschreiber\*in oder Kinder\*innen heißen müsse, diskreditiert wird, spitzt sich derzeit zu einer hitzigen Debatte zu.

Ziel des Workshops ist ein differenziertes Kennenlernen mit der Gendersprache und der aktuellen Problematik unter Berücksichtigung einiger relevanter Ebenen (z.B. Soziologie, Politik, Psychologie). Es soll zudem Raum für offene Diskussionen geben. Eine offene und respektvolle Debattierkultur ist eine Grundvoraussetzung für die Teilnahme. Ziel soll es nämlich weder sein, die Gendergerechte Sprache zu verteufeln noch sie zu beschönigen. Um alle Vor- und Nachteile zielführend diskutieren zu können, sollten alle Teilnehmenden bereit sein, ihre eventuell schon bestehenden Meinungen zu hinterfragen.

**Ort:** VHS Dortmund • Kampstraße 47

**Anmeldung:** vhs.dortmund.de • Kurs 23-51127

**Kosten:** 12 €

70



# März

## Datum/Uhrzeit    Veranstaltung

**So 12.03.2023**

8.30 Uhr

### **Ausflug zum Frauenmuseum Bonn**

Sophia e.V. organisiert anlässlich des internationalen Frauentages einen Ausflug zum Frauenmuseum in Bonn. Es ist ein Haus der aktiven Teilhabe, der Frauenkultur und zeitgenössischen Kunst.

In umfassenden Projekt-Ausstellungen werden die Themen unserer Zeit und der Geschichte aus dem Blickwinkel der Frauen erörtert, wissenschaftlich fundiert und künstlerisch interpretiert. Ein umfangreiches Archiv bietet einen Überblick über die Geschichte der Frauenbewegung, Künstler\*innen und Politiker\*innen der Gegenwart.

**Ort:** Treffpunkt ist der Haupteingang des Dortmunder Hauptbahnhofes

**Anmeldung:** Sophia e.V. • info@sophia.de

**Kosten:** Fahrt und Eintritt: 20 €

58



**Mo 13.03.2023**

17.45–19.15 Uhr

### **Voller Hindernisse – Lesbische Liebe in der Bundesrepublik**

Frauen, die Frauen liebten, waren im 20. Jahrhundert in Deutschland nicht durch spezielle Paragrafen des Strafrechts bedroht. Aber sie wurden durch andere Dinge gehindert, z.B. sehr geringe Löhne bzw. Gehälter, fehlende Vorbilder oder auch Hürden, eine Ehe zu verlassen. Bis 1977 konnte ein Ehemann in der BRD eine Scheidung verhindern. Auch verloren offen lesbisch liebende Mütter bei einer Scheidung bis in die 1990er Jahre hinein das Sorgerecht für ihre Kinder.

Dr. Kirsten Plötz studierte Geschichte und Politik an der Universität Hannover. Seitdem veröffentlichte sie Verschiedenes zur Geschlechtergeschichte, etwa über unverheiratete Frauen in der frühen Bundesrepublik. In verschiedenen Bundesländern forscht sie über Diskriminierungen gleichgeschlechtlicher Liebe.

**Ort:** VHS • Kampstraße 47

**Anmeldung:** vhs.dortmund.de • Kurs 23-51125

**Kosten:** kostenfrei

46

70





## Datum/Uhrzeit    Veranstaltung

**Di 14.03.2023    Achtsamkeitsspaziergang für Frauen**

10.00–11.30 Uhr

Achtsamkeit ist eine wirksame Methode, sich seiner Stärken wieder bewusst zu werden. Gemeinsam wollen wir die Sorgen des Alltags ein wenig beiseiteschieben und den Augenblick mit allen Sinnen genießen. Es erwartet Sie ein Spaziergang mit Anleitung zu kleinen Achtsamkeitsübungen, um das eigene Wohlbefinden zu fördern.

**Ort:** Frauenberatungsstelle Dortmund • Märkische Straße 212–218

**Anmeldung:** Frauenberatungsstelle Dortmund • Anke Urbanczyk  
Tel. (0231) 52 10 08 • frauen@frauenberatungsstelle-dortmund.de  
frauenberatungsstelle-dortmund .de

**Kosten:** kostenfrei

24

**Di 14.03.2023    Engagement in Zeiten des Umbruchs**

16.00–18.30 Uhr

Freiwilliges soziales und bürgerschaftliches Engagement scheint immer selbstverständlicher. Trotzdem klagen verfasste Vereine und Verbände über Nachwuchsmangel. Wie passt das zusammen? Wie zeitgemäß sind unsere Menschen- und Frauenbilder noch? Auf welchen Gebieten haben sich Frauenorganisationen überholt und auf welchen Gebieten sind sie (leider) immer noch hochaktuell? In ihrem Impulsvortrag stellt Anne Rossenbach Thesen aus Wissenschaft und praktischer Arbeit zur Diskussion und zum Austausch über aktuelle Fragestellungen aus dem Alltag Dortmunder Frauenorganisationen, anderer Vereine und Parteien. Dabei stehen generationsübergreifende Fragen und Good Practice im Vordergrund. Der Beitrag richtet sich sowohl an Interessierte aus Frauenorganisationen als auch an andere Personen aus dem Ehrenamt.

**Ort:** Propsteihof 10

**Anmeldung:** Bis zum 08.03.2023 an info@frauenverbaende-dortmund.de

**Kosten:** kostenfrei

4

61



# März

## Datum/Uhrzeit    Veranstaltung

**Di, 14.03.2023**

19.00 Uhr

### **Viva la Vulva**

Bianca Guth beschäftigt sich in ihrem Vortrag ausführlich mit „unserem besten Stück“ – der Vulva. Zeit, über Mythen aufzuklären. Zeit, sich den Aufbau der Klitoris einmal genau anzusehen. Zeit, die Vulva als Gesamtkunstwerk zu betrachten. Die Referentin der TERRE DES FEMMES Städtegruppe Dortmund wird sie vorstellen. Und versprochen – wer das Wunderwerk noch nicht liebt, wird es nach dem Vortrag auf jeden Fall tun!

**Ort:** Online / Zoom Link wird nach Anmeldung versendet

**Anmeldung:** TERRE DES FEMMES Städtegruppe Dortmund  
dortmund@frauenrechte.org

**Kosten:** Kostenfrei

65

**Do 16.03.2023**

18.30 Uhr

(Einlass

18.00 Uhr)

### **Interkultureller Musik- und Gesangsabend für Frauen**

Anlässlich des internationalen Frauentages möchten wir mit der universellen Sprache der Musik zusammenkommen. Sophia e. V. lädt Sie herzlich zu einem interkulturellen Musik- und Gesangsabend für Frauen ein. Musik ist eines der schönsten Werkzeuge, die die Sprache der Emotionen und Kulturen widerspiegelt. Sophia e. V. wird talentierten Frauen einen Raum geben, um ihr Potenzial auf der Bühne vorzustellen.

**Ort:** Dietrich-Keuning-Haus • Leopoldstraße 50–58

**Anmeldung:** Sophia e. V. • info@sophia.de

**Kosten:** kostenfrei

58



## Datum/Uhrzeit    Veranstaltung

**Do 16.03.2023    Workshop – Empowerment für Frauen**

10.30–12.30 Uhr    Bei diesem Frühstück wird Ana Trancota über ihre Erfahrungen in Deutschland erzählen und Techniken zur Stressbewältigung vermitteln, um die Teilnehmerinnen bei der Überwindung ihrer Probleme zu unterstützen. Gruppengröße ist auf 15 Frauen beschränkt. Weitere Informationen und Veranstaltungen gibt es auf my-way-do.de.

**Ort:** Train of Hope Dortmund e.V. • Münsterstraße 54

**Anmeldung:** Ciara Reilly • reilly@my-way-do.de • Tel. (0231) 97 06 26 47

**Kosten:** kostenfrei

20

**Do 16.03.2023    Tschüss Falten – Ayurvedische Selbstmassage**

18.00–21.00 Uhr    Die ayurvedische Gesichtsmassage ist leicht zu erlernen und eignet sich wegen des geringen Aufwands hervorragend für die tägliche Selbstbehandlung. Im Gesicht und in den Ohren befinden sich laut dieser Lehre die Reflexzonen sämtlicher Organe.

**Ort:** VHS • Kampstraße 47

**Anmeldung:** VHS Dortmund • Ester Schütz • Tel. (0231) 50 24 60 8  
eschuetz@stadtdo.de • vhs.dortmund.de


**Kosten:** 18,80 €

70



# März

## Datum/Uhrzeit    Veranstaltung

<b>Do 16.03.2023</b> 18.30-19.30 Uhr	<b>Financial Wellness – in 5 Schritten zum finanziellen Glück</b> Die Veranstaltung richtet sich an alle Dortmunder Frauen, die gut für sich (vor-)sorgen und keine Angst mehr vor Geld haben wollen. Ob und wie wir lernen mit Geld umzugehen, ist in Deutschland dem Zufall überlassen. Daher sind die Themen Geld und Finanzen oftmals mit Schuldgefühlen und einem schlechten Gewissen verbunden. Wer sich davon lösen und dem Thema eine neue Chance geben möchte, ist eingeladen, sich auf eine neue Reise zu begeben: mit Financial Wellness in fünf Schritten zu geregelten Finanzen und einem neuen Money Mindset. Im Anschluss an den Impulsvortrag bleibt Gelegenheit für Rückfragen und Austausch. Referentin ist Prof. Dr. Kathrin Löhr, Professorin für Finanzwirtschaft. <b>Ort:</b> Fachhochschule Dortmund • Sonnenstraße 96–100 • Raum F 212 <b>Anmeldung:</b> Über das Formular auf der Webseite <a href="http://fh-dortmund.de/finwellness">fh-dortmund.de/finwellness</a> <b>Kosten:</b> kostenfrei	21
<b>Fr 17.03.2023</b> 15.00–16.30 Uhr	<b>Equal Pay Day Dortmunder Aktionstag – Marsch durch die Stadt</b> Das Dortmunder Aktionsbündnis zum Equal Pay Day, bestehend aus rund 40 Partnerorganisationen, lädt ein, an den vielfältigen Aktionen am 17. März teilzunehmen und gemeinsam Flagge zu zeigen gegen Entgeltungleichheit zu Lasten der Frauen. Macht mit beim großen, bunten Marsch durch die Stadt mit der Samba Gruppe Atè Logo. Wir starten um 15 Uhr auf dem Friedensplatz und werden unterwegs vielfältige Aktionen durchführen. Ziel ist das Dortmunder U, dort findet eine Kundgebung statt, bevor es weitergeht mit Vortrag, Podium und dem Film „Keiner schiebt uns weg“ (siehe auch die weiteren Termine hier im Kalender) <b>Ort:</b> Friedensplatz <b>Anmeldung:</b> keine Anmeldung erforderlich <b>Kosten:</b> kostenfrei	31 

## Datum/Uhrzeit    Veranstaltung

**Fr 17.03.2023    Equal Pay Day Dortmund Aktionstag – WERTSACHE Arbeit!**

17.00–18.00 Uhr

Vortrag und Podiumsdiskussion

Frauen bekommen vielfach bei gleichen beruflichen Anforderungen und Belastungen weniger Geld als Männer. Das erklärt einen großen Teil des Gender Pay Gaps. Der Dortmund Equal Pay Day steht in diesem Jahr unter dem Slogan „WERTSACHE Arbeit!“. Anhand eines von der Hans-Böckler-Stiftung entwickelten Index lassen sich Anforderungen und Belastungen von Arbeit geschlechtsneutral vergleichen und den Einfluss des Geschlechts auf die Bezahlung abbilden. Die Ergebnisse einer mit diesem Index durchgeführten Studie zeigen, wie unterschiedlich gleichwertige Arbeit von Frauen und Männern entlohnt wird – und wie ungerechtfertigt die Unterschiede sind. Sarah Lillemeier, Mit-Autorin der Studie wird in ihrem Vortrag u.a. belegen, wie hoch die Anforderungen z.B. in Pflegeberufen bei häufig schlechter Bezahlung sind – und wie Tätigkeiten geschlechtsunabhängig bewertet werden können.

Am anschließenden Podiumsgespräch nehmen teil: Oberbürgermeister Thomas Westphal, DGB Dortmund-Hellweg Vorsitzende Jutta Reiter und ein Vertreter von ver.di NRW.

**Ort:** Dortmund U • Kino im U • Leonie-Reygers-Terrasse

**Anmeldung:** Gleichstellungsbüro der Stadt Dortmund • [dortmund.de/equalpayday](http://dortmund.de/equalpayday)

**Kosten:** kostenfrei

4  
31

## Datum/Uhrzeit    Veranstaltung

**Fr 17.03.2023**  
18.15–19.45 Uhr

### **Equal Pay Day Dortmund Aktionstag – Kinofilm: Keiner schiebt uns weg!**

Gelsenkirchen, 1979. Drei Mitarbeiterinnen eines Fotolabors erfahren durch Zufall, dass sie für ihre Arbeit viel schlechter bezahlt werden als ihre männlichen Kollegen. Dabei haben die drei schon genug Probleme. Lilli kämpft mit dem frustrierten Vater ihrer beiden Kinder, ihrer selbstverliebten Mutter Charly, den unbezahlten Rechnungen und einem kaputten Auto. Rosi arbeitet heimlich und gegen den Willen ihres Mannes, um das heile Bild vom Familienglück aufrechtzuerhalten, denn das Geld ihres Mannes Wolfgang reicht für ihren Lebensstandard nicht aus. Und Gerda fristet nach dem Tod ihres Mannes ein recht einsames Dasein in ihrer Gartenlaube.

Doch die Frauen wollen sich nicht länger unterbuttern lassen. Sie sammeln Unterschriften und verklagen ihren Arbeitgeber mit Hilfe des Betriebsratsmitglieds Ritschi und der Gewerkschaft. Dabei legen sie sich nicht nur mit der gesamten Chefetage ihrer Firma, sondern auch mit den männlichen Kollegen im Betrieb und ihren Familien an. Zuletzt geraten die Frauen auch noch untereinander in Streit. Doch eine alleine kann es nicht schaffen. Nur zusammen haben sie eine Chance.  
(ARD/film pool fiction 2018).

Ein Film von Wolfgang Murnberger.

Mit viel ruhrpottischer Durchsetzungskraft und Solidarität unter Frauen zeigt der Film, wie die Frauenbewegung Ende der 70er Jahre den Weg in Richtung „Equal Pay Day“ ebneten.

**Ort:** Dortmund U • Kino im U • Leonie-Reygers-Terrasse

**Anmeldung:** Gleichstellungsbüro der Stadt Dortmund • Tel. (0231) 50-2 33 00  
gleichstellungsbuero@stadtdo.de • dortmund.de/gleichstellungsbuero

**Kosten:** kostenfrei

4  
31  
36



## Datum/Uhrzeit    Veranstaltung

**So 19.03.2023**

15.00 Uhr

**KinoWeltsichten: Wie im echten Leben**

Ein warmerziger Film, der die Frage aufwirft, ob Freundschaft über Klassengrenzen hinweg möglich ist.

Die Autorin Marianne recherchiert zum Thema prekärer Arbeitsverhältnisse. Sie will selbst erfahren, wie es den Menschen geht, die schwere, notwendige Arbeit leisten und dennoch kaum genug zum Leben verdienen. In der Hafenstadt Caen gerät sie in eine Putzkolonne, die im Akkord Fähren reinigen muss. Hier erfährt sie von den Hoffnungen und Träumen der Kolleg\*innen und schließt Freundschaft mit der alleinerziehenden Christèle. Diese Beziehung wird durch Mariannes wahre Identität in Frage gestellt.

Frankreich 2021, Spielfilm, Regie: Emmanuel Carrère, 106 Minuten, Französisch mit deutschen Untertiteln, empfohlen ab 14 Jahren

**Ort:** Kino im U • Leonie-Reygers-Terrasse

**Anmeldung:** keine Anmeldung erforderlich

**Kosten:** kostenfrei

16  
31  
36**So 19.03.2023**

17.00–19.30 Uhr

**#SidebySide – 4. Deutsches Mädchenchorfestival zum Weltfrauentag**

Vom 17.–19. März 2023 wird die CHORAKADEMIE am Konzerthaus Dortmund e. V. erneut zum Treffpunkt für Mädchenchöre aus Nah und Fern: Im Rahmen des 4. Deutschen Mädchenchorfestivals zum Weltfrauentag kommen unter dem Motto #SidebySide rund 200 Sänger\*innen zusammen und lassen ihre Stimmen erklingen. Doch es wird nicht nur zusammen gesungen, sondern in vielen Workshops und Vortragsreihen auch ein Austausch zwischen den jungen Sänger\*innen und weiteren Gästen rund ums Thema Frausein und (Chor-)Singen angeregt. Das stimmungswaltige Finale wird dann am Sonntag, den 19. März um 17.00 Uhr in einem großen Abschlusskonzert im Konzerthaus Dortmund gefeiert.

Tickets gibt es ab sofort unter [www.konzerthaus-dortmund.de](http://www.konzerthaus-dortmund.de).

**Ort:** Konzerthaus Dortmund • Brückstraße 21

**Anmeldung:** Tickets unter: [konzerthaus-dortmund.de](http://konzerthaus-dortmund.de)

**Kosten:** 14 € bis 29 €

11



# März

## Datum/Uhrzeit    Veranstaltung

**Fr 24.03.**

ab 18.00 Uhr

– **So 26.03.2023**

bis 18.00 Uhr

### **Ponyhof-Wochenende für Mädchen**

Mädchen ab 8 Jahren sind herzlich eingeladen, ein Wochenende auf dem Ponyhof Werl Hilbeck zu erleben. Das Reiten, Striegeln und Pflegen der Ponys stehen im Mittelpunkt des Programms.

**Ort:** Jugendferienheim Ponyhof Hilbeck • Höhenweg 4 • 59457 Werl

**Anmeldung:** PSG Mädchen- und Frauentreff Kratzbürste • Mandy Hadert

Tel. (0231) 14 93 13 • [info@psg-paderborn.de](mailto:info@psg-paderborn.de) • [psg-paderborn.de](http://psg-paderborn.de)

**Kosten:** 105 € / 84 € ermäßigt für Mitglieder

53



**Fr 24.03.2023**

ab 19.00 Uhr

### **Zonta Phoenix-Night 2023**

Endlich mal wieder richtig abtanzen, das ist die Idee hinter der Zonta Phoenix-Night 2023. Dafür hat sich der Zonta Club Dortmund Phoenix eine der besten Party-Locations Dortmunds ausgesucht: das Strobels. Mit dem Erlös der Party unterstützt der Zonta Club Dortmund Phoenix lokale Projekte gegen Gewalt an Frauen und Mädchen. Zonta International ist ein weltweiter Zusammenschluss berufstätiger Frauen, der sich gemeinsam mit UN, WHO und UNESCO für die Verbesserung der rechtlichen, politischen und wirtschaftlichen Situation von Frauen und Mädchen in der ganzen Welt einsetzt.

**Ort:** Strobels • Strobelallee 50

**Anmeldung:** [zonta-dortmund-phoenix.de](http://zonta-dortmund-phoenix.de)

**Kosten:** 20 €, Benefiz-Veranstaltung zzgl. VVK-Gebühr

72



**Sa 25.03.**

09.30–18.00 Uhr

bis

**So 26.03.2023**

09.30–16.30 Uhr

### **Yoga Intensiv für Frauen – Hormon Yoga**

Yoga-Intensiv für Frauen ist eine Übungsmethode zur positiven Beeinflussung des Hormonhaushalts vor, während und nach der Menopause sowie auch für jüngere Frauen bei hormonellen Problemen. Hormon-Yoga stellt eine natürliche Alternative zur konventionellen Hormon-Ersatztherapie dar.

**Ort:** KOBIseminare • Adlerstraße 83

**Anmeldung:** KOBIseminare • Tel. (0231) 53 45 25 0 • [info@kobi.de](mailto:info@kobi.de) • [kobi.de](http://kobi.de)

**Kosten:** 160 €, ermäßigt 152 €

42





## Datum/Uhrzeit    Veranstaltung

**Sa 25.03.–****So 26.03.2023**

ganztäglich

**Konfettilauf 2023**

Soroptimist International ist eine der weltweit größten Serviceorganisationen berufstätiger Frauen mit gesellschaftspolitischen Engagement. Jede achte Frau in Deutschland ist in ihrem Leben von Brustkrebs betroffen. Die Dortmunder Soroptimist Clubs wollen Aufmerksamkeit für das Thema Brustkrebs schaffen und sammeln durch die Anmeldungen zum Konfettilauf Geld zugunsten der Frauensebsthilfe Krebs. Während der Pandemie (als Abstand noch geboten war), wurde diese neue Form des Spendenlaufs geboren, der 2023 erstmals in Dortmund (parallel auch in Hamm, Werl, Gelsenkirchen, Recklinghausen und Essen) stattfinden wird. Bei diesem Charitylauf gibt es keine feste Strecke und keine feste Uhrzeit.

An beiden Veranstaltungstagen können die aufgehängten Banner besucht und dort Fotos mit dem ausgegebenen Blütenkonfetti gemacht werden. Fotos können in den sozialen Medien geteilt werden. Teilnehmen kann man zu Fuß, mit dem Rad, auf Inlinern, allein oder in der Gruppe. Nach der Anmeldung erhält man in der Woche vor dem Lauf an zentralen Ausgabestellen einen Laufbeutel mit Solidaritätsarmband, Übersichtskarte der Bannerstandorte und natürlich Blütenkonfetti.

**Ort:** Verschiedene Orte in Dortmund (Selfie Banner Standorte)

**Anmeldung:** [konfettilauf.de](http://konfettilauf.de)

**Kosten:** 7 € Anmeldegebühr für den Erhalt der Lauftüte mit Standorten

59

60

**Mi 29.03.2023**

18.00 Uhr

**Interreligiöses Frauenmahl**

Friedensstifterinnen in den Religionen

Frauen aus verschiedenen Religionen und Kulturen treffen sich einmal jährlich im Ramadan zum thematischen Austausch, zum Reden, Musik hören und zum gemeinsamen Mahl nach Sonnenuntergang. Interessierte Frauen sind herzlich eingeladen!

**Ort:** Evangelisches Gemeindehaus St. Remigius • Wiedenhof 2

**Anmeldung:** Gleichstellungsbüro der Stadt Dortmund • Tel. (0231) 50-2 33 00  
[gleichstellungsbuero@stadtdo.de](mailto:ggleichstellungsbuero@stadtdo.de)

**Kosten:** kostenfrei (Kostenbeitrag erwünscht)

18

30

31

38

58

# März

## Datum/Uhrzeit    Veranstaltung

**Mi 29.03.2023**

von 18.30–  
20.30 Uhr

### **Meine Stärken stärken!**

Inklusives Online-Seminar zum Thema eigene Stärken und Selbstbehauptung – Die meisten Frauen kennen das gut: Es fällt ihnen leicht, anderen zu helfen. Sie unterstützen gerne andere und vergessen sich selbst dabei. In unserem Seminar üben Sie, sich selbst in den Mittelpunkt zu stellen. So können Sie aus Ihrer eigenen Mitte heraus freudvoll leben und arbeiten, ohne sich dabei zu erschöpfen.

**Ort:** Online-Seminar via Zoom

**Anmeldung:** Zentrum für inklusive Bildung und Beratung (ZIBB e. V.)

Rosa Schneider • Tel. (0231) 18 97 10 9 • zibb-beratung.de

**Kosten:** 15 €, Ermäßigung für Frauen mit Behinderung: 10 €

72



**Do 30.03.2023**

10.00–11.00 Uhr

### **Einblicke in die Arbeit des Frauenhauses**

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

**Ort:** online

**Anmeldung:** Frauenhaus Dortmund • frauen@frauenhaus-dortmund.de  
frauenhaus-dortmund.de

**Kosten:** kostenfrei

25



**Do 30.03.2023**

18.00–19.30 Uhr

### **Einführung für ehrenamtliche Betreuer\*innen**

Neu bestellte ehrenamtliche Betreuer\*innen, aber auch am Thema Interessierte, bekommen einen Einblick in das Betreuungsrecht. Behandelt werden die Rechte und Pflichten der Betreuer\*innen, welche Aufgabenkreise und welche betreuungsgerichtliche, Genehmigungen es gibt. Einzelfragen werden selbstverständlich berücksichtigt.

**Ort:** BISS Dortmund • Propsteihof 10

**Anmeldung:** BISS Dortmund • Tel. (0231) 1 84 83 31 • info@biss-dortmund.de  
biss-dortmund.de

**Kosten:** kostenfrei

56



## Datum/Uhrzeit    Veranstaltung

<p><b>Fr 31.03.2023</b> 17.00–19.15 Uhr und</p>	<p><b>Starkes Auftreten: klar.souverän.authentisch</b> Wirkungsvolles Auftreten ist eng verbunden mit Körpersprache und Stimme. Sie entwickeln unsere Persönlichkeit und sind die wirkungsvollsten Instrumente der Kommunikation. In diesem Seminar lernen Sie, wie Sie selbstbewusst auftreten!</p>	<p>44 </p>
<p><b>Sa 01.04.2023</b> 09.00–17.00 Uhr</p>	<p><b>Ort:</b> Steigenberger Hotel Dortmund • Berswordtstraße 2 <b>Anmeldung:</b> Frauenkolleg der Konrad-Adenauer-Stiftung • Beate Kaiser Tel. (0231) 1 08 77 75 • beate.kaiser@kas.de • kas.de/frauenkolleg <b>Kosten:</b> 100 €, ermäßigter Beitrag ggf. möglich</p>	<p></p>
<p><b>Fr 31.03.2023</b> von 18.30– 21.00 Uhr (es handelt sich um einen Kurs)</p>	<p><b>Frauentempel</b> Wer bist du, wenn die gut geübten Rollen abfallen dürfen? Wer steckt hinter uns Ehefrauen, Müttern, alltagstauglichen Superfrauen und Multitasking-Expertinnen? Wir laden Sie ein, im Kreis der Frauen einfach zu sein. Hier geht es um ein Erinnern an unsere wahre Essenz, das Freilegen der Weisheit, die bereits jede Frau in sich trägt. <b>Ort:</b> Kulturort DEPOT • Immermannstraße 29 <b>Anmeldung:</b> KOBISeminare • Tel. (0231) 5 34 52 50 • info@kobi.de • kobi.de <b>Kosten:</b> 81 €, ermäßigt 72 €</p>	<p>42 </p>
<p><b>Mo, 03.04.–</b> <b>Fr, 07.04.2023</b> 18.00–20.15 Uhr</p>	<p><b>Ferienprojekt Frauenchor</b> Möchtest du mit anderen Frauen gemeinsam singen? Einfach weil es Spaß macht, gut tut und entspannt? Dann bist du hier richtig! Wir erlernen gemeinsam mehrstimmige Lieder aus aller Welt, aber auch mal einen Popsong oder Jazzstandard. <b>Ort:</b> Der kleine Salon, Alter Hellweg 98a <b>Anmeldung:</b> KOBISeminare Tel (0231) 53 45 25 0 info@kobi.de <b>Kosten:</b> 160 €, ermäßigt 140 €</p>	<p>52 </p>

# April

Datum/Uhrzeit    Veranstaltung

**Mo 03.04.2023**  
**– Fr 07.04.2023**  
jeweils  
18.00–20.15 Uhr

## **Deine Zeit – Ferienprojekt für Mädchen**

Mädchen ab 6 Jahre sind herzlich eingeladen, die Ferienzeit in einer Mädchen-gruppe zu erleben. Gemeinsames Essen, Ausflüge ins Kino oder in den Kletterpark, Chillen, Filme schauen und kreative Zeiten erwarten dich.

**Ort:** PSG Mädchen- und Frauentreff Kratzbürste • Hakenstraße 13  
44139 Dortmund

**Anmeldung:** PSG Mädchen- und Frauentreff Kratzbürste • Mandy Hadert  
Tel. (0231) 14 93 13 • [info@psg-paderborn.de](mailto:info@psg-paderborn.de) • [psg-paderborn.de](http://psg-paderborn.de)

**Kosten:** pro Tag 4,00 €/3,20 € ermäßigt für Mitglieder

53



**Di 11.04.2022**  
19.00–20.00 Uhr

## **Feministischer Frauen-Stammtisch (online)**

Brauchen wir Feminismus – vielleicht dringender denn je? Dieser Frage wollen wir mit Inge Bell, stellv. Vorstandsvorsitzende von TERRE DES FEMMES, nachgehen. Ist immer Feminismus drin, wo es draufsteht? Gibt es Strömungen und Gegenströmungen, die mit einer falschen Etikettierung daherkommen?

**Ort:** Online via Zoom. Der Link wird nach der Anmeldung versandt.

**Anmeldung:** TERRE DES FEMMES e. V. - Städtegruppe Dortmund • Simone Kleinert  
Tel. (0176) 82 61 44 45 • [dortmund@frauenrechte.org](mailto:dortmund@frauenrechte.org) • [frauenrechte.de](http://frauenrechte.de)

**Kosten:** kostenfrei

65



**Di 11.04.–**  
**Fr 14.04.2023**  
jeweils  
10.00–16.00 Uhr

## **Deine Zeit – Ferienprojekt für Mädchen**

Mädchen ab 6 Jahren sind herzlich eingeladen, die Ferienzeit in einer Mädchen-gruppe zu erleben. Gemeinsames Essen, Ausflüge ins Kino oder in den Kletterpark, Chillen, Filme schauen und kreative Zeiten erwarten dich.

**Ort:** PSG Mädchen- und Frauentreff Kratzbürste • Hakenstraße 13

**Anmeldung:** PSG Mädchen- und Frauentreff Kratzbürste • Mandy Hadert  
Tel. (0231) 14 93 13 • [info@psg-paderborn.de](mailto:info@psg-paderborn.de) • [psg-paderborn.de](http://psg-paderborn.de)

**Kosten:** pro Tag 4 € / 3,20 € ermäßigt für Mitglieder

53



## Datum/Uhrzeit    Veranstaltung

**So 16.04.2023**

15.00 Uhr

### **KinoWeltsichten: Vier Wände für zwei**

Der Mensch schmiedet Pläne und Gott lacht. Weil nichts jemals so läuft, wie man es sich erhofft.

Als Sara die Möglichkeit erhält, das Haus ihrer Träume zu kaufen, kann sie ihr Glück kaum fassen. Es gibt nur einen kleinen Haken: Lola, die 74-jährige derzeitige Besitzerin, wird bis zu ihrem Tod weiterhin im Haus leben und zu Saras ungeplanter Mitbewohnerin. Zwischen der konservativen und karriereorientierten Sara und der freigeistigen Lola entwickelt sich eine ungewöhnliche Freundschaft, von der beide Frauen gleichermaßen profitieren. Der Film erzählt komisch und mit feiner Melancholie von Wohnungsnot, Existenzängsten in Wirtschaftskrise und Leistungsgesellschaft, Einsamkeit und Vereinzelung.

Spanien 2020, Regie: Bernabé Rico, 94 Minuten, Spanisch mit deutschen Untertiteln, empfohlen ab 14 Jahren

**Ort:** Kino im U • Leonie-Reygers-Terrasse

**Anmeldung:** keine Anmeldung erforderlich

**Kosten:** kostenfrei

16  
31  
36



**Di 18.04.–**

**So 23.04.2023**

### **40. Ausgabe des IFFF Dortmund+Köln**

Das Internationale Frauen Film Fest Dortmund+Köln ist Deutschlands größtes Forum für Frauen in der Filmbranche und präsentiert herausragende Filme von Frauen aller Genres und Stilrichtungen. Seit über 40 Jahren trägt das Festival aktiv dazu bei, dass Filme von Regisseur\*innen mehr gesehen, geschätzt und im feministischen Filmgedächtnis kanonisiert werden. Infos zur Barrierefreiheit, Akkreditierung und den Ticketpreisen sowie das finale Programm stehen vor dem Festival auf [www.frauenfilmfest.com](http://www.frauenfilmfest.com) bereit.




**Ort:** Dortmunder Veranstaltungsorte: Lichtspiel und Kunsttheater Schauburg  
Dortmunder U / Innogy Forum • Roxy • sweetSixteen

**Anmeldung:** keine Anmeldung erforderlich

36

# April

## Datum/Uhrzeit    Veranstaltung

<b>Do 20.04.2023</b> 18.00–21.00 Uhr	<b>Bindegewebsschwäche und Krampfadern</b> Die natürliche Behandlung soll an diesem Abend zum Thema werden. Bitte bringen Sie sich Schreibzeug und Wasser mit, da durch Übungen auch die Entgiftung angeregt wird. <b>Ort:</b> VHS • Kampstraße 47 <b>Anmeldung:</b> VHS Dortmund • Ester Schütz • Tel. (0231) 50-2 46 08 eschuetz@stadtdo.de • vhs.dortmund.de <b>Kosten:</b> 18,80 €	70 
<b>Fr 21.04.2023</b> 17.00 Uhr	<b>Politischer überparteilicher Stammtisch</b> „Faire Bezahlung 2.0 – Fehlanzeige!“ Aktive Gewerkschafterinnen berichten von den großen Herausforderungen im Kampf zur Lohngerechtigkeit für Frauen durch immer schwierigere Tarifverhandlungen und der zunehmenden Tariffucht der Arbeitgeber, und wie wichtig es ist, diesen Kampf auf gute und faire Löhne und Tarifbindung weiter zu führen und sich gewerkschaftlich zu organisieren – gerade vor dem Hintergrund der stetig steigenden Inflation. <b>Ort:</b> Die Örtlichkeit wird rechtzeitig auf Facebook und der Homepage bekanntgegeben <b>Anmeldung:</b> Verbindliche Anmeldung bis 14.04.2023 erbeten: Ulla Pulpanek-Seidel • Tel. (0173) 2 12 18 12 • ursulapulpanek@aol.com facebook.com/ASFDortmund <b>Kosten:</b> kostenfrei. Kosten für den Verzehr sind selbst zu tragen.	5 
<b>Sa 22.04.2023</b> 14.00–19.00 Uhr	<b>Frühlingserwachen</b> Die Natur erwacht – ein guter Zeitpunkt, sich selbst achtsam und liebevoll Aufmerksamkeit zu schenken. In einem kunsttherapeutischen Workshop wollen wir mit allen Sinnen bewusst wahrnehmen, uns ausdrücken und einander im Schonraum der Gruppe begegnen. <b>Ort:</b> Frauenberatungsstelle Dortmund • Märkische Straße 212-218 <b>Anmeldung:</b> Frauenberatungsstelle Dortmund • Gabriele Dembski Tel. (0231) 52 10 08 • frauen@frauenberatungsstelle-dortmund.de frauenberatungsstelle-dortmund.de <b>Kosten:</b> 50 € inklusive Material	24 

## Datum/Uhrzeit    Veranstaltung

**Di 25.04.2023**

17.00–18.30 Uhr

**Dortmunderinnen stellen sich vor: Monika Nienaber-Willaredt, Dezerntin für Schule, Jugend und Familie**

Am 1. September hat Monika Nienaber-Willaredt das Dezernat für Schule, Jugend und Familie in der Dortmunder Stadtverwaltung übernommen. Neben den Fachbereichen des Schulverwaltungsamtes und dem Jugendamt ist sie verantwortlich für den städtischen Eigenbetrieb FABIDO mit rund 100 Tageseinrichtungen. Eine Herausforderung, der sich die ehemalige Abteilungsleiterin der Bezirksregierung Arnsberg gerne stellt, denn mit den brennenden Themen in Dortmund ist sie durch ihre vorherige Tätigkeit bestens vertraut. Mit großem Engagement widmet sie sich nun ihren neuen Aufgaben. Ganz weit vorne auf ihrer To-Do-Liste stehen der Abbau der Warteliste für Schulkinder von Flüchtlingsfamilien, aber auch der Ausbau der offenen Ganztagsbetreuung und Kindertagesstätten im U3 und Ü3-Bereich.

In der Veranstaltungsreihe „Dortmunderinnen stellen sich vor“ berichtet Monika Nienaber-Willaredt über ihren beruflichen Werdegang, was sie erreichen möchte und was ihr – persönlich aber auch beruflich – wichtig ist.

**Ort:** Robert-Schumann-Berufskolleg • Emil-Moog-Platz 15

**Anmeldung:** Gleichstellungsbüro der Stadt Dortmund • Tel. (0231) 50-2 33 00  
gleichstellungsbuero@stadtdo.de

**Kosten:** kostenfrei

31

**Mi 26.04.–****Do 27.04.2023**

jeweils

18.00–21.00 Uhr

**Der Ton macht die Musik**

Öffentlichkeitsarbeit: Der Ton macht die Musik – Schreiben für das Internet.

Ein Facebook-Profil, Instagram- oder Twitter-Account ist schnell eingerichtet. Aber jetzt fängt die eigentliche Arbeit erst an. Schreiben im Internet unterscheidet sich stark von klassischen Formen der Kommunikation. Deswegen lohnt es, sich genauer anzuschauen, wie Sprache, Plattform und Zielgruppe zusammenhängen.

**Ort:** digital per Zoom

**Anmeldung:** Frauenkolleg der Konrad-Adenauer-Stiftung e. V. • Beate Kaiser  
Tel. (0231) 1 08 77 75 • beate.kaiser@kas.de • kas.de/frauenkolleg

**Kosten:** 30 €, Ermäßigung ggf. möglich

44



## Datum/Uhrzeit    Veranstaltung

**Fr 28.04.–**

**Sa 29.04.2023**

jeweils

17.30–19.00 Uhr

### **Backworkshop für Frauen**

Die Nahrung beeinflusst unsere Fruchtbarkeit, die Gesundheit des Kindes während der Schwangerschaft und die Symptome während der Periode. Mit den richtigen Nährstoffen kannst du dich richtig vorbereiten. Nicht alles muss teuer gekauft werden. Wir können auch alles selbst machen. Deshalb empfehlen wir, die ersten Schritte des Brotbackens kennenzulernen.

**Ort:** Train of Hope Dortmund e.V. • Münsterstraße 54

**Anmeldung:** Train of Hope Dortmund e. V. • Ciara Reilly • Tel. (0231) 97 06 26 47  
ciara@trainofhope-do.de • trainofhope-do.de

**Kosten:** kostenfrei

67



**Fr 28.04.2023**

von 18.30–

21.00 Uhr

(es handelt sich  
um einen Kurs)

### **Frauentempel**

Wer bist du, wenn die gut geübten Rollen abfallen dürfen? Wer steckt hinter uns Ehefrauen, Müttern, alltagstauglichen Superfrauen und Multitasking-Expertinnen? Wir laden Sie ein, im Kreis der Frauen einfach zu sein. Hier geht es um ein Erinnern an unsere wahre Essenz, das Freilegen der Weisheit, die bereits jede Frau in sich trägt.

**Ort:** Kulturort DEPOT • Immermannstraße 29

**Anmeldung:** KOBISeminare • Tel. (0231) 5 34 52 50 • info@kobi.de • kobi.de

**Kosten:** 81 €, ermäßigt 72 €

42



**So 07.05.2023**

12.00–18.00 Uhr

### **DortBunt**

Das Gleichstellungsbüro der Stadt Dortmund wird sich bei DortBunt gemeinsam mit Kooperationspartner\*innen (AG Dortmunder Frauenverbände, Frauenberatungsstelle, Frauenhaus Dortmund, Frauenzentrum Dortmund, Mitternachtsmission Dortmund, Stadtverband Dortmund der kfd und Sophia e.V.) mit vielfältigen frauenpolitischen Themen präsentieren. Lassen Sie sich über die Angebote dieser Institutionen bei einer Tasse Kaffee informieren, gewinnen Sie Preise und beteiligen Sie sich an Mitmach-Aktionen! Es wird gemalt, gespielt und und und ... zu Themen, die (nicht nur) Frauen beschäftigen und betreffen. Informationen zu DortBunt: [www.dortbunt.de](http://www.dortbunt.de)

**Ort:** wird noch bekannt gegeben



**Anmeldung:** keine Anmeldung erforderlich

**Kosten:** keine

31



## Datum/Uhrzeit    Veranstaltung

<b>Di 09.05.2023</b> 10.00–13.00 Uhr	<b>Vorbereitung auf Vorstellungsgespräche</b> Sie haben schon Vorstellungsgespräche hinter oder vor sich und möchten Ihr Auftreten optimieren? Dann ist dieser Workshop eine gute Möglichkeit, sich vorzubereiten. Wir gehen den Ablauf eines Vorstellungsgesprächs durch und besprechen auch die kritischen und „verbotenen Fragen“, die manche Arbeitgeber*innen immer noch stellen. Abschließend wird mindestens ein Vorstellungsgespräch simuliert. So sind Sie gut gewappnet. <b>Ort:</b> Beratungsstelle Arbeit • Leopoldstraße 16–20 <b>Anmeldung:</b> Beratungsstelle Arbeit eine Einrichtung der Arbeiterwohlfahrt Dortmund • Christian Urlaub Tel. (0231) 81 21 24 • <a href="mailto:beratung-arbeit@awo-dortmund.de">beratung-arbeit@awo-dortmund.de</a> • <a href="http://awo-dortmund.de/ba">awo-dortmund.de/ba</a> <b>Kosten:</b> kostenfrei	6 
<b>Di 09.05.2023</b> 19.00–20.00 Uhr	<b>Feministischer Frauen-Stammtisch (online)</b> Endometriose zählt zu den häufigsten Unterleibs-Erkrankungen bei Frauen. Obwohl Endometriose zehn bis 15 Prozent aller Frauen mit Uterus betrifft, wird die Erkrankung oft nicht erkannt. Das bedeutet, dass Frauen oft einen langen und schmerzhaften Leidensweg hinter sich haben. Mara, selbst Betroffene, wird uns etwas über die Krankheit erzählen und uns wertvolle Hinweise geben. <b>Ort:</b> Online via Zoom. Der Link wird nach der Anmeldung versandt. <b>Anmeldung:</b> TERRE DES FEMMES e. V. – Städtegruppe Dortmund • Simone Kleinert Tel. (0176) 82 61 44 45 • <a href="mailto:dortmund@frauenrechte.org">dortmund@frauenrechte.org</a> • <a href="http://frauenrechte.de">frauenrechte.de</a> <b>Kosten:</b> kostenfrei	65 

# Mai

## Datum/Uhrzeit    Veranstaltung

**Mi 10.05.2023**    **Patientinnennachmittag**  
15.00–18.00 Uhr    Vorträge zu unterschiedlichen Themen aus dem Bereich Onkologie (genaues Thema wird jeweils zeitnah zum Termin bekanntgegeben), anschl. Diskussion, Austausch unter Betroffenen und Interessierten, gemütliches Beisammensein bei Kaffee und Kuchen  
**Ort:** Klinikum Dortmund Mitte • Frauenklinik • Beurhausstraße 40 • Gebäude E Vortragsraum  
**Anmeldung:** keine Anmeldung erforderlich  
**Kosten:** kostenfrei

40



**Sa 13.05.2023**    **Grenzen setzen: Training für Frauen**  
10.00–15.30 Uhr    „Wer nicht Nein sagen kann, wird krank“, „Du musst mal auf den Tisch hauen“, „Bis hierher und nicht weiter“. Diese Redensarten kennen wir alle. Sie fordern uns auf, aktiv Grenzen zu setzen und diese auch zu schützen. Im täglichen Miteinander erleben wir häufig, wie schwer es uns fällt, „Nein“ zu sagen und auf die eigenen Grenzen zu achten. Ein Training mit Austausch, Reflexion und systemischen Methoden.  
**Ort:** KOBISeminare • Adlerstraße 83  
**Anmeldung:** KOBISeminare • Tel. (0231) 53 45 25 0 • info@kobi.de • kobi.de  
**Kosten:** 80 €, ermäßigt 72 €

42



## Datum/Uhrzeit    Veranstaltung

**So 21.05.2023**

15.00 Uhr

**KinoWeltsichten: Trans – I Got Life**

„Trans ist kein Fluch und keine Krankheit, sondern ein Weg.“

Sieben Protagonist\*innen sprechen über ihre Transsexualität.

Der Film beschreibt anhand der Lebensgeschichten von sieben Menschen das weite Spektrum transsexueller Identität. Er bietet selten gesehene, ehrliche Einblicke in das häufig zerrissene Lebensgefühl von Transmenschen und in die komplexen psychischen, hormonellen und chirurgischen Aspekte ihrer Transition. Einfühlsam lassen die Filmemacherinnen die Frauen und Männer von ihren Erlebnissen, Rückschlägen, Entbehrungen und ihrer Sexualität erzählen. Ein informativer Dokumentarfilm, der emotional und spannend zu unterhalten versteht.

Ein Gast zum Filmgespräch ist angefragt.

Deutschland / Russland / USA 2021, Dokumentarfilm

Regie: Doris Metz &amp; Imogen Kimmel, 95 Minuten, Deutsch, Englisch mit deutschen und englischen Untertiteln, empfohlen ab 16 Jahren

**Ort:** Kino im U • Leonie-Reygers-Terrasse**Anmeldung:** keine Anmeldung erforderlich**Kosten:** kostenfrei

16

31

36

**Di 23.05.2023**

18.00–21.00 Uhr

**Körperöl, Creme und Pflegestift herstellen**

Sie bekommen Informationen über antibakteriell wirkende Pflanzen und Schüssler-Salze, die neben dem Hautbild auch die Funktion der Organe verbessern. Sie können je nach Geschmack duftende ätherische Öle in unser Körperöl, die Creme und den farblosen Pflegestift hinzufügen. Am Ende des Kurses können Sie Ihre selbstgemachten Pflegeprodukte mit nach Hause nehmen.

**Ort:** VHS • Kampstraße 47**Anmeldung:** VHS Dortmund • Ester Schütz • Tel. (0231) 50-2 46 08

eschuetz@stadtdo.de • vhs.dortmund.de

**Kosten:** 38,80 €

70



## Datum/Uhrzeit    Veranstaltung

**Mi 31.05.2023**

10.00–13.00 Uhr

### **Gleichstellung in NRW – ein Jahr nach der Landtagswahl**

Die Landesarbeitsgemeinschaft kommunaler Gleichstellungsstellen in NRW, ver.di Frauen- und Gleichstellungspolitik NRW, die Landeskonferenz der Gleichstellungsbeauftragten der Hochschulen und Universitätsklinika des Landes NRW und der FrauenRat NRW laden ins Haus der Universität ein. Auch das Gleichstellungsbüro der Stadt Dortmund ist als Kooperationspartner involviert.

Die Veranstaltenden möchten einen kritischen Blick auf die in den gleichstellungspolitischen Wahlprüfsteinen zur Landtagswahl 2022 angesprochenen Fragen und damaligen Antworten der Parteien werfen:

- Welche Fortschritte wurden in der Gleichstellungspolitik in NRW im vergangenen Jahr gemacht?
- Welche Vorhaben wurden umgesetzt? Welche nicht und warum?
- Gibt es neue gleichstellungsrelevante Themen, die aufgrund aktueller Entwicklungen besonders im Fokus stehen?

Als Keynote ist Lisi Maier, Direktorin der Bundesstiftung Gleichstellung, angefragt. Moderiert wird die Veranstaltung von der Journalistin und Hörfunk- und Fernsehmoderatorin Judith Schulte-Loh.

**Ort:** Haus der Universität • Schadowplatz 14 • 40212 Düsseldorf sowie im Livestream auf dem YouTube-Kanal der LAG kommunaler Gleichstellungsstellen NRW


**Anmeldung:** Landesarbeitsgemeinschaft kommunaler Gleichstellungsstellen NRW  
• Tel. (0211) 59 81 43 84 • [info@frauenbueros-nrw.de](mailto:info@frauenbueros-nrw.de)

**Kosten:** kostenfrei

26  
48  
49





## Datum/Uhrzeit    Veranstaltung

<b>Di 13.06.2023</b> 17.00–20.00 Uhr	<b>After-Work-Treffen</b> Die Arbeitsgemeinschaft Dortmunder Frauenverbände und Hofius laden zu einem ganz besonderen Event ein. Neben der Vorstellung des Unternehmens und seiner Philosophie erleben wir in einer Modenschau hautnah die selbst kreierten farbenfrohen Muster und Stoffe der Produzentinnen. Zudem berichten die Unternehmerinnen von ihren neuesten Aktivitäten aus dem Bereich Stadt und Handel in ihrem Quartier. Sie sind intensiv in Aktivitäten zur Belebung der Innenstadt und bei den „Qualitätsrouten“ engagiert. Hofius ist ein Familienunternehmen, das inzwischen von zwei Generationen geprägt wird. Sie entwerfen und produzieren tragbare, langlebige Kleidung für Frauen und stehen mit ihrer Slow-Fashion-Kollektion aus Strick, Interlock-Jersey und Leinen für Qualität, eine tolle Passform und farbenfrohe Muster. <b>Ort:</b> Sabine Hofius Design GmbH • Olpe 19 <b>Anmeldung:</b> info@frauenverbaende-dortmund.de <b>Kosten:</b> kostenfrei	4
<b>Di 13.06.2023</b> 19.00–20.00 Uhr	<b>Feministischer Frauen-Stammtisch (online)</b> Menschenhandel und Prostitution lassen sich voneinander trennen. Wirklich? Nein! Die Verschärfung der Menschenhandelsparagrafen taugt nicht, wie die Evaluation ergeben hat. Was taugt also dann? International werden die Stimmen immer lauter, dass nur durch die Kriminalisierung der Nachfrage, also durch die Freier-Bestrafung, Menschenhandel wirksam bekämpft werden kann. <b>Ort:</b> Online via Zoom. Der Link wird nach der Anmeldung versandt. <b>Anmeldung:</b> TERRE DES FEMMES e. V. – Städtegruppe Dortmund • Simone Kleinert Tel. (0176) 82 61 44 45 • dortmund@frauenrechte.org • frauenrechte.de <b>Kosten:</b> kostenfrei	65 

# Juni

## Datum/Uhrzeit    Veranstaltung

<b>Do 15.06.2023</b> 18.30–20.45 Uhr	<b>LGBTQ – Queerfeindlichen Vorurteilen begegnen</b> Wie schnell aus Gedanken Taten werden, hat der queerfeindliche Angriff auf einen 25-jährigen Mann beim CSD in Münster gezeigt. Leider sind queerfeindliche Aussagen alltäglich. Eine scheinbare Normalität, mit der es sich nicht abzufinden gilt. Wir reflektieren, wie sich derartige Vorurteile äußern und besprechen Strategien zur gewaltfreien Entgegnung. Referentin: Cassandra Speer. <b>Ort:</b> Reinoldinum • Schwanenwall 34 <b>Anmeldung:</b> Ev. Bildungswerk Dortmund • Christel Schürmann christel.schuermann@ekkdo.de • bwdo.de <b>Kosten:</b> 12 €	19 
<b>Fr 16.06.2023</b> 17.00 Uhr	<b>Politischer überparteilicher Stammtisch</b> GrünFrau, ein Projekt der GrünBau gGmbH, hat im Sommer 2022 in Dortmund-Schüren seine Pforten geöffnet. Die erste Frauengärtnerei in Dortmund ist ein ganz besonderer Ort, der Lebensmittelherstellung mit sozialer Teilhabe verbindet und Frauen für den ersten Arbeitsmarkt qualifiziert. Abgesehen von dem Anleiter, Jörg Lüling, arbeiten hier nur Frauen. Jörg Lüling und seine Kollegin, Carina Hebestreit, stellen das Konzept vor und geben Einblicke in die Entstehungsgeschichte. Neben Informationen für den Geist gibt es auch Kostproben für die Sinne – lassen Sie sich überraschen! <b>Ort:</b> Gärtnerei GrünFrau • Obere Pekingstraße 71 <b>Anmeldung:</b> Verbindliche Anmeldung bis 11.06.2023 erbeten: Ulla Pulpanek-Seidel Tel. (0173) 2 12 18 12 • ursulapulpanek@aol.com facebook.com/ASFDortmund <b>Kosten:</b> kostenfrei. Kosten für den Verzehr sind selbst zu tragen.	5 

## Datum/Uhrzeit    Veranstaltung

**So 18.06.2023**

15.00 Uhr

**KinoWeltsichten: Lauras Stern – Kinderfilm**

Laura freut sich, einen Freund gefunden zu haben – selbst wenn es sich dabei um einen vom Himmel gestürzten Stern handelt.

Laura ist ein glückliches und munteres Kind, bis sie jedoch gemeinsam mit ihrer Familie in die Großstadt zieht. Denn nach dem Umzug verspürt sie enorme Sehnsucht und vermisst ihr altes Zuhause. Als sie eines Abends einen kleinen, vom Himmel herabstürzenden Stern beobachtet und ihn daraufhin mit abgebrochener Zacke wiederfindet, tröstet sie ihn und pflegt ihn fürsorglich. Gemeinsam erleben sie und der Stern wunderbare Abenteuer, die Lauras fantasievollsten Träume wahr werden lassen.

Deutschland 2021, Kinderfilm, Regie: Joya Thome, 79 Minuten

Deutsche Sprachfassung, empfohlen ab 6 Jahren

**Ort:** Kino im U • Leonie-Reygers-Terrasse

**Anmeldung:** keine Anmeldung erforderlich

**Kosten:** kostenfrei

16  
31  
36

# Regelmäßige Termine

---



# Regelmäßige Termine

## Kurs / Workshop

**Jeden 1. und  
3. Montag im  
Monat**

16.15–17.45 Uhr

### **Alleinerziehende mit psychischen Belastungen**

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

**Ort:** Mehrgenerationenhaus Mütterzentrum Dortmund e. V. • Hospitalstraße 6

**Anmeldung:** Mehrgenerationenhaus Mütterzentrum Dortmund e. V.

Tel. (0231) 9 97 89 60 • buero@muetterzentrum-dortmund.de

muetterzentrum-dortmund.de

**Kosten:** kostenfrei

51  
55



**Termine ab  
März bis zu den  
Sommerferien**

### **Radfahrerschule für Frauen**

Frauen lernen Fahrradfahren von Ende März bis zu den Sommerferien an mehreren Terminen wöchentlich.

**Ort:** Jugendverkehrsgarten im Fredenbaumpark • Adresse für das Navi:

Münsterstraße 270 oder Parkplatz der Klinik Nord

**Anmeldung:** Termine auf Anfrage • Helga Steinmaier • Tel. (0176) 48 35 84 88

**Kosten:** 2 € pro Termin

1



**Dienstags,  
mittwochs und  
donnerstags**

10.00–14.30 Uhr

### **Analoge und digitale Kompetenzen stärken**

Dieser Kurs richtet sich an migrantisch gelesene Menschen sowie Personen mit Fluchterfahrung, die ihre analogen und digitalen Kompetenzen stärken möchten.

Diese sollen ihnen einen guten Einstieg in die Erwerbswelt ermöglichen.

**Ort:** Haus der Vielfalt • Zur Vielfalt 21

**Anmeldung:** Haus der Vielfalt • Tel. (0231) 28 67 81 65

bildungswerk-vielfalt@vmdo.de • bildungswerk-vielfalt.de

**Kosten:** kostenfrei

8



# Regelmäßige Termine

<b>Donnerstags</b> 09.30–10.30 Uhr	<b>Denksport treiben – denkfit bleiben</b> Mit abwechslungsreichen Themen werden die Gehirnzellen beim Denksport in Bewegung gebracht, um neu und anders als alltäglich zu denken. Neue Sichtweisen bringen Flexibilität ins Denken. Zudem verbessert Denksport die Konzentration und steigert die Merkfähigkeit. Mit Spaß und Freude frischt wir Wissen auf, erweitern unsere Allgemeinbildung und lassen kreative Ideen gedeihen. Machen Sie mit! <b>Ort:</b> KT-Zentrum (Eingang im Hof) • Schillingstraße 36 <b>Anmeldung:</b> Denkabenteuer® • Monika Richardt Tel. (0231) 48 79 27 • mentoring@denkabenteuer.de • denkabenteuer.de <b>Kosten:</b> 17 € pro Gruppenstunde	12 
<b>Montags</b> 17.30–20.00 Uhr	<b>Kunsttherapiegruppe</b> Die Gruppe richtet sich an Frauen, die sich Unterstützung bei der Wahrnehmung und Verwirklichung ihrer eigenen Fähigkeiten wünschen, Orientierung in einer schwierigen Lebensphase suchen, aktiv für ihr Wohlbefinden sorgen wollen und Freude an Bewegung und kreativem Ausdruck haben. <b>Ort:</b> Frauenberatungsstelle Dortmund • Märkische Straße 212–218 <b>Anmeldung:</b> Frauenberatungsstelle Dortmund • Gabriele Dembski Tel. (0231) 52 10 08 • frauen@frauenberatungsstelle-dortmund.de frauenberatungsstelle-dortmund.de <b>Kosten:</b> 15 € / Sitzung plus 25 € Materialgeld im Quartal	24 

## Termine nach Vereinbarung

### Modellprojekt für Frauen mit Migrationshintergrund und Familienverantwortung (MiA)

Projekt zur beruflichen und sozialen Teilhabe von Frauen mit Migrationshintergrund und Familienverantwortung aus dem Rechtskreis SGB II  
Die Mitarbeiterinnen vom MiA-Projekt helfen teilnehmenden Frauen, unabhängig von ihrer Lebens- und Familiensituation, den Weg zur gesellschaftlichen und beruflichen Teilhabe, wirtschaftlicher Selbstständigkeit und Unabhängigkeit zu ebnen. Die teilnehmenden Frauen werden individuell beraten, begleitet, gefördert und qualifiziert mit den Zielen:

- ihre deutschen Sprachkenntnisse zu verbessern und sie an einen geeigneten Deutschkurs zu vermitteln.
- ihr persönliches Rollenbild und Familiensystem zu reflektieren.
- an einer beruflichen Perspektive zu arbeiten und sie bei der Arbeits- und Ausbildungssuche zu unterstützen.

**Ort:** IN VIA Dortmund e. V. – MiA – • Haus der sozialen Dienste • Münsterstraße 57 (3. Etage)

**Anmeldung:** IN VIA Dortmund e. V. • Katrin Hörnemann und Ilknur Yorulmaz (0231) 98 12 87 – 13/14 • k.hoernemann@invia-dortmund.de und mia@invia-dortmund.de • invia-dortmund.de

**Kosten:** kostenfrei

34



## Mittwochs

18.30–20.00 Uhr

### MammaCare®-Programm: Selbstuntersuchung der Brust

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

18.01.2023

22.02.2023

15.03.2023

12.04.2023

03.05.2023

14.06.2023

**Ort:** Klinikum Dortmund • Frauenklinik • Beurhausstraße 40 • Gebäude E

**Anmeldung:** Klinikum Dortmund Frauenklinik • Susanne Hartmann




Tel. (0152) 21 87 16 31 • susanne.hartmann@klinikumdo.de • klinikumdo.de

**Kosten:** kostenfrei

40



# Regelmäßige Termine

<b>Freitags</b> 17.30–19.00 Uhr 7x vom 13.01.– 24.02.2023 (außer Brückentage und Ferien)	<b>Orientalischer Tanz</b> Wir improvisieren zu orientalischer Musik und finden dabei unsere ganz eigenen Bewegungen ohne Leistungsdruck – also auch ohne Choreographie. Spaß am Tanzen steht im Vordergrund. Die Kurse sind fortlaufend. Fortgeschrittene und Anfängerinnen entwickeln sich gemeinsam. Einstieg ist jederzeit möglich. Keine Altersbeschränkung. Jede Frau bewegt sich im Rahmen ihrer individuellen Möglichkeiten. <b>Ort:</b> Kneipp-Zentrum • Karl-Marx-Straße 32 <b>Anmeldung:</b> Kneipp-Verein Dortmund e.V. • Ulrike Güreli • Tel. (0231) 65 12 18 info@kneipp-verein-dortmund.de • kneipp-verein-dortmund.de <b>Kosten:</b> 50 €, Mitglieder 42 €	41 
<b>Freitags</b> 17.30–19.00 Uhr 5x vom 03.03.– 31.03.2023 (außer Brückentage und Ferien)	<b>Orientalischer Tanz</b> Wir improvisieren zu orientalischer Musik und finden dabei unsere ganz eigenen Bewegungen ohne Leistungsdruck – also auch ohne Choreographie. Spaß am Tanzen steht im Vordergrund. Die Kurse sind fortlaufend. Fortgeschrittene und Anfängerinnen entwickeln sich gemeinsam. Einstieg ist jederzeit möglich. Keine Altersbeschränkung. Jede Frau bewegt sich im Rahmen ihrer individuellen Möglichkeiten. <b>Ort:</b> Kneipp-Zentrum • Karl-Marx-Straße 32 <b>Anmeldung:</b> Kneipp-Verein Dortmund e.V. • Ulrike Güreli • Tel. (0231) 65 12 18 info@kneipp-verein-dortmund.de • kneipp-verein-dortmund.de <b>Kosten:</b> 44 €, Mitglieder 36 €	41 
<b>Freitags</b> 17.30–19.00 Uhr 7x vom 21.04.– 16.06.2023 (außer Brückentage und Ferien)	<b>Orientalischer Tanz</b> Wir improvisieren zu orientalischer Musik und finden dabei unsere ganz eigenen Bewegungen ohne Leistungsdruck – also auch ohne Choreographie. Spaß am Tanzen steht im Vordergrund. Die Kurse sind fortlaufend. Fortgeschrittene und Anfängerinnen entwickeln sich gemeinsam. Einstieg ist jederzeit möglich. Keine Altersbeschränkung. Jede Frau bewegt sich im Rahmen ihrer individuellen Möglichkeiten. <b>Ort:</b> Kneipp-Zentrum • Karl-Marx-Straße 32 <b>Anmeldung:</b> Kneipp-Verein Dortmund e.V. • Ulrike Güreli • Tel. (0231) 65 12 18 info@kneipp-verein-dortmund.de • kneipp-verein-dortmund.de <b>Kosten:</b> 50 €, Mitglieder 42 €	41 




# Regelmäßige Termine

<b>Montags</b> 09.45–10.30 Uhr  09.01.– 20.03.2023	<b>Fit mit Baby</b> Dank dieses Workouts müssen (frischgebackene) Mütter nicht mehr auf ihr Fitness-training verzichten! Zu unserem Mix aus Ausdauer-, Kraft- und Beweglichkeitstraining bringen Sie Ihren Nachwuchs einfach mit! <b>Ort:</b> Kulturzentrum balou e.V. • Oberdorfstraße 23 <b>Anmeldung:</b> balou-dortmund.de <b>Kosten:</b> 45,50 €	47 
<b>Dienstags</b> 09.00–10.00 Uhr  10.01.– 14.03.2023	<b>Gymnastik für Frauen 60+</b> Erleben Sie gemeinsam Freude an Bewegung: Gymnastik erhält und verbessert die Fitness, fördert die Beweglichkeit der Gelenke und stärkt die Muskulatur. Darüber hinaus erlernen Sie Entspannungstechniken zum Relaxen. Die rückengerechten Übungen werden im Stehen, Gehen, Sitzen, Liegen, mal mit und mal ohne Kleingeräte oder Musik angeboten. Ein Einstieg in den Kurs ist jederzeit möglich! <b>Ort:</b> Kulturzentrum balou e.V. • Oberdorfstraße 23 <b>Anmeldung:</b> balou-dortmund.de <b>Kosten:</b> 55 €	47 
<b>Freitags</b> 17.30–18.30 Uhr  21.04.– 09.06.2023	<b>Schwangerschaftsyoga</b> <b>Ort:</b> Kulturzentrum balou e.V. • Oberdorfstraße 23 <b>Anmeldung:</b> balou-dortmund.de <b>Kosten:</b> 59 €	47 
<b>Freitags</b> 10.00–10.45 Uhr	<b>Reha Kurs</b> Moderates Ausdauertraining, Bewegungsübungen, Atemgymnastik, Entspannungstechniken u.v.m. <b>Ort:</b> Eugen-Krautscheid-Haus • Lange Straße 42 <b>Anmeldung:</b> Lebensläufe e.V. • Brigitte Dillenhöfer • Tel. (0231) 63 57 13 lebens-laeufe@gmx.de • lebenslaufe-dortmund.de <b>Kosten:</b> 10 € im Monat oder eine Reha Verordnung	50 




# Regelmäßige Termine

<b>Dienstags</b> 09.30–11.30 Uhr	<b>Einfach lesen!</b> Wir lesen zusammen, was schwer verständlich ist: Briefe, Verträge und alles, was Sie zu uns bringen! Auch beim Ausfüllen von Formularen können wir Ihnen helfen. Wer besser lesen und schreiben üben möchte, ist auch herzlich willkommen. Eine Kinderbetreuung während des Angebotes ist möglich. <b>Ort:</b> Mehrgenerationenhaus Mütterzentrum Dortmund e. V. • Hospitalstraße 6 <b>Anmeldung:</b> Mehrgenerationenhaus Mütterzentrum Dortmund e. V. Tel. (0231) 9 97 89 60 • buero@muetterzentrum-dortmund.de muetterzentrum-dortmund.de <b>Kosten:</b> kostenfrei	51 
<b>Donnerstags</b> 10.00–12.00 Uhr	<b>Sprachspiele – Deutsch lernen und üben</b> Das Angebot richtet sich an Frauen und Männer aller Nationalitäten, die ihre deutsche Sprache in einer entspannten Atmosphäre aufbauen oder erweitern möchten. Dieses Angebot ersetzt keinen Sprachkurs! <b>Ort:</b> Mehrgenerationenhaus Mütterzentrum Dortmund e. V. • Hospitalstraße 6 <b>Anmeldung:</b> Mehrgenerationenhaus Mütterzentrum Dortmund e. V. Tel. (0231) 9 97 89 60 • buero@muetterzentrum-dortmund.de muetterzentrum-dortmund.de <b>Kosten:</b> kostenfrei	51 
<b>Jeden 1. und 3. Freitag im Monat</b> 16.00–17.30 Uhr	<b>Treff für Frühchen-Eltern</b> Du bist Frühchenmama oder -papa und möchtest dich über deine Sorgen und Ängste, Erlebnisse und Erfahrungen austauschen? Dann komm in unseren Treff für Frühchen-Eltern! <b>Ort:</b> Mehrgenerationenhaus Mütterzentrum Dortmund e. V. • Hospitalstraße 6 <b>Anmeldung:</b> keine Anmeldung erforderlich <b>Kosten:</b> kostenfrei	51 

# Regelmäßige Termine

<b>Montags und mittwochs</b> 19.00–20.00 Uhr	<b>ZUMBA-Kurs</b> ZUMBA ist Fitness ohne Anstrengung, gemixt mit Partylaune und heißer Musik. Montags und mittwochs finden im Partykeller des Mütterzentrums unter der Anleitung von Kursleiterin Ute Immich ZUMBA-Kurse statt. <b>Ort:</b> Mehrgenerationenhaus Mütterzentrum Dortmund e.V. • Hospitalstraße 6 <b>Anmeldung:</b> Mehrgenerationenhaus Mütterzentrum Dortmund e.V. Tel. (0231) 9 97 89 60 • buero@muetterzentrum-dortmund.de muetterzentrum-dortmund.de <b>Kosten:</b> 5 € pro Abend	51 
<b>Dienstags</b> 16.30–18.30 Uhr  außer in den Ferien	<b>#Schön, dass du da bist!</b> Ein kostenloses Projekt für Mädchen mit und ohne Fluchterfahrungen ab 10 Jahren. Die Teilnehmerinnen teilen ihre Wünsche, Erfahrungen und Träume. Chillen, Gestalten, Kochen, Basteln, Backen, Ausflüge und Übernachtungspartys stehen auf dem Plan. <b>Ort:</b> PSG Mädchen- und Frauentreff Kratzbürste • Hakenstraße 13 <b>Anmeldung:</b> PSG Mädchen- und Frauentreff Kratzbürste • Mandy Hadert Tel. (0231) 14 93 13 • info@psg-paderborn.de • psg-paderborn.de <b>Kosten:</b> 3 €/2,40 € ermäßigt für Mitglieder	53 
<b>Mittwochs</b> 16.30–18.30 Uhr  außer in den Ferien	<b>Kunstworkshop für Mädchen</b> Ein kostenloses Kunstprojekt für Mädchen mit und ohne Fluchterfahrungen ab 12 Jahren. Die Teilnehmerinnen drücken sich in Formen und Farben aus. Innere Eindrücke und Erfahrungen können laut oder leise, meditativ oder bewegend zum Ausdruck gebracht werden. Das Malen und Zeichnen soll auch Anfängerinnen zugutekommen. <b>Ort:</b> PSG Mädchen- und Frauentreff Kratzbürste • Hakenstraße 13 <b>Anmeldung:</b> PSG Mädchen- und Frauentreff Kratzbürste • Mandy Hadert Tel. (0231) 14 93 13 • info@psg-paderborn.de • psg-paderborn.de <b>Kosten:</b> 3 €/2,40 € ermäßigt für Mitglieder	53 

# Regelmäßige Termine




<b>Montags</b> 16.30–18.30 Uhr  außer in den Ferien	<b>Wichtelalarm – jetzt wird's wild!</b> Wichtel sind Mädchen ab 6 bis 10 Jahren. Sie lassen ihrer Fantasie freien Lauf und erleben tollkühne Abenteuer. Im Mittelpunkt des Nachmittags steht das gemeinsame Spiel, bei dem Bewegung und Spaß nicht zu kurz kommen. <b>Ort:</b> PSG Mädchen- und Frauentreff Kratzbürste • Hakenstraße 13 <b>Anmeldung:</b> PSG Mädchen- und Frauentreff Kratzbürste • Mandy Hadert Tel. (0231) 14 93 13 • info@psg-paderborn.de • psg-paderborn.de <b>Kosten:</b> 3 € / 2,40 € ermäßigt für Mitglieder	53 
<b>Donnerstags</b> 16.30–18.30 Uhr  außer in den Ferien	<b>Wilde Mädchen – ein Projekt für Mädchen</b> Mädchen ab 8 Jahren sind hier herzlich willkommen zum Mitmachen und Mitbestimmen. Das Freizeitangebot wird von den Wünschen und Ideen der Teilnehmerinnen bestimmt. Es kann getanzt, gebastelt, gekocht, gemalt und gemeinsam gegessen werden. <b>Ort:</b> PSG Mädchen- und Frauentreff Kratzbürste • Hakenstraße 13 <b>Anmeldung:</b> PSG Mädchen- und Frauentreff Kratzbürste • Mandy Hadert Tel. (0231) 14 93 13 • info@psg-paderborn.de • psg-paderborn.de <b>Kosten:</b> 3 € / 2,40 € ermäßigt für Mitglieder	53 
<b>Dienstags</b> 18.00–20.00 Uhr  außer in den Ferien	<b>Lass uns kreativ werden</b> Stärkung des Vertrauens in die eigenen Fähigkeiten, Förderung von Kreativität und des sozialen Miteinanders und Entfaltung der Individualität. <b>Ort:</b> Quartierstreff Concordia • Wambeler Straße 4 <b>Anmeldung:</b> Quartierstreff Concordia • Meryem Fidan • Tel. (0231) 13 72 02 82 quartierstreff-concordia@planerladen.de • planerladen.de <b>Kosten:</b> 2 € je Veranstaltungstag	54 




# Regelmäßige Termine

<b>Donnerstags</b>	<b>Yoga für Einsteigerinnen</b>	54
09.00–10.00 Uhr	Die Teilnehmerinnen lernen, auf ihren Körper und Geist zu hören, indem sie durch verschiedene Yoga- und Tanzformen aus ihrem alltäglichen Stress rauskommen und mehr in sich gehen. Dabei lernen sie mehrere Übungen kennen und kommen darüber ins Gespräch, wie sich die Übungen mit der Zeit auf ihr Leben im Alltag auswirken.	
10x ab dem 12.01.2023	<b>Ort:</b> Quartierstreff Concordia • Wambeler Straße 4 <b>Anmeldung:</b> Quartierstreff Concordia • Meryem Fidan • Tel. (0231) 13 72 02 82 quartierstreff-concordia@planerladen.de • planerladen.de <b>Kosten:</b> 2 € je Veranstaltungstag	
<b>Freitags</b>	<b>Tanz und Bewegung</b>	63
15.00–16.15 Uhr	Bewegen und Tanzen zu unterschiedlichen Rhythmen, Konditionstraining, Dehn- und Gleichgewichtsübungen, Tanzchoreographien, Geh- und Kreistänze.	
ab 20.01.2023	<b>Ort:</b> Turnhalle Oesterholz-Grundschule • Oesterholzstraße 69 <b>Anmeldung:</b> Stadtteil-Schule Dortmund e.V. • Gabriele Frohnert Tel. (0160) 99 26 18 43 • gfrohnert@stadtteil-schule.de • stadtteil-schule.de <b>Kosten:</b> kostenfrei	
<b>Montags</b>	<b>Deutsch für den Alltag</b>	67
09.30–11.30 Uhr	Der Kurs „Deutsch für den Alltag“ dient dem gemeinsamen Austausch der Teilnehmerinnen. Zunächst wird über gesunde Ernährung gesprochen und gemeinsam gekocht und gegessen. Der Kurs wird von einer Dozentin geleitet, die bei der Entwicklung der sprachlichen Kompetenzen behilflich sein wird.	
	<b>Ort:</b> Train of Hope Dortmund e.V. • Münsterstraße 54 <b>Anmeldung:</b> Train of Hope Dortmund e.V. • Ciara Reilly • Tel. (0231) 97 06 26 47 ciara@trainofhope-do.de • trainofhope-do.de <b>Kosten:</b> kostenfrei	



# Regelmäßige Termine

<b>Dienstags</b> 16.00–17.30 Uhr  10 Termine ab dem 17.01.2023	<b>Hatha Yoga – Kurs für Frauen</b> Durch sanftes Üben, geleitet durch den eigenen Atemrhythmus, werden Spannungen abgebaut, die Muskulatur gestärkt und die Konzentration geschult. Eine positive Veränderung beginnt und allgemeines Wohlbefinden stellt sich ein. Körper, Atem und Geist werden in Einklang gebracht. <b>Ort:</b> VHS Dortmund • Kampstraße 47 <b>Anmeldung:</b> VHS Dortmund • Esther Schütz • Tel. (0231) 50-2 46 08 eschuetz@stadtdo.de • vhs.dortmund.de <b>Kosten:</b> 96 €	70 
<b>Dienstags</b> 17.45–19.15 Uhr  10 Termine ab dem 17.01.2023	<b>Hatha Yoga – Kurs für Frauen</b> Durch sanftes Üben, geleitet durch den eigenen Atemrhythmus, werden Spannungen abgebaut, die Muskulatur gestärkt und die Konzentration geschult. Eine positive Veränderung beginnt und allgemeines Wohlbefinden stellt sich ein. Körper, Atem und Geist werden in Einklang gebracht. <b>Ort:</b> VHS Dortmund • Kampstraße 47 <b>Anmeldung:</b> VHS Dortmund • Esther Schütz • Tel. (0231) 50-2 46 08 eschuetz@stadtdo.de • vhs.dortmund.de <b>Kosten:</b> 96 €	70 
<b>Dienstags</b> 16.00–17.30 Uhr  8 Termine ab dem 18.04.2023	<b>Hatha Yoga – Kurs für Frauen</b> Durch sanftes Üben, geleitet durch den eigenen Atemrhythmus, werden Spannungen abgebaut, die Muskulatur gestärkt und die Konzentration geschult. Eine positive Veränderung beginnt und allgemeines Wohlbefinden stellt sich ein. Körper, Atem und Geist werden in Einklang gebracht. <b>Ort:</b> VHS Dortmund • Hansastraße 2-4 <b>Anmeldung:</b> VHS Dortmund • Esther Schütz • Tel. (0231) 50-2 46 08 eschuetz@stadtdo.de • vhs.dortmund.de <b>Kosten:</b> 76,80 €	70 

# Regelmäßige Termine

<b>Dienstags</b> 17.45–19.15 Uhr  8 Termine ab dem 18.04.2023	<b>Hatha Yoga – Kurs für Frauen</b> Durch sanftes Üben, geleitet durch den eigenen Atemrhythmus, werden Spannungen abgebaut, die Muskulatur gestärkt und die Konzentration geschult. Eine positive Veränderung beginnt und allgemeines Wohlbefinden stellt sich ein. Körper, Atem und Geist werden in Einklang gebracht. <b>Ort:</b> VHS Dortmund • Hansastraße 2-4 <b>Anmeldung:</b> VHS Dortmund • Esther Schütz • Tel. (0231) 50 24 60 8 eschuetz@stadtdo.de • vhs.dortmund.de <b>Kosten:</b> 76,80 €	70 
<b>Dienstags und freitags</b> 16.00–18.00 Uhr	<b>Mädchenfußball</b> Mädchen ab 6 Jahren können bei SC STS Asteria Dortmund/STS Dortmund e.V. das Fußballspielen lernen und weiter entwickeln. Wir sind dabei, neue Mädchen- und Frauenfußballmannschaften zusammenzustellen, um in der kommenden Saison 2023/24 durchzustarten und wieder an den Kreisligaspielen teilnehmen zu können. Also nichts wie hin! <b>Ort:</b> Turnhalle Oesterholz-Grundschule • Oesterholzstraße 69 und Hoeschpark Dortmund • Kirchdernerstraße <b>Anmeldung:</b> Stadtteil-Schule Dortmund e.V. • Gabriele Frohnert Tel. (0160) 99 26 18 43 • gfrohnert@stadtteil-schule.de • stadtteil-schule.de <b>Kosten:</b> kostenfrei	63


# Regelmäßige Termine

Beratung		
<p><b>Jeden letzten Donnerstag im Monat</b> 09.00–12.00 Uhr</p>	<p><b>Meine berufliche Zukunft?!</b> Das Bündnis „Frau und Beruf Dortmund“ bietet kostenlos und ohne Anmeldung Beratung zu allen Themen rund um den beruflichen (Wieder-)Einstieg. Der Austausch und die Möglichkeiten der Vernetzung stehen im Vordergrund. Kinder sind herzlich willkommen – komm vorbei und check deine beruflichen Chancen! <b>Ort:</b> dobeq • Hansastraße 20 • 4. Etage <b>Anmeldung:</b> keine Anmeldung erforderlich. Fragen beantwortet Gabriele Herweg-Zaide • Beauftragte für Chancengleichheit am Arbeitsmarkt • Tel. (0231) 8 42 15 72 • jobcenter-Dortmund.BCA@jobcenter-ge.de <b>Kosten:</b> kostenfrei</p>	<p>2 7 15 20 31 32 34 37</p>
<p><b>Termine nach Vereinbarung</b></p>	<p><b>Beratung für Alleinerziehende</b> Persönliche Beratung und professionelle Hilfe für Alleinerziehende (alleinerziehend, getrenntlebend oder geschieden). <b>Ort:</b> IN VIA Dortmund e.V. / SkF Hörde e.V. • Haus der sozialen Dienste Münsterstraße 57 (4. Etage) <b>Anmeldung:</b> IN VIA Dortmund e.V. • Katrin Hörnemann und Sabrina Beerenberg Tel. (0231) 98 12 87 25 • k.hoernemann@invia-dortmund.de und alleinerziehend@skf-hoerde.de • invia-dortmund.de <b>Kosten:</b> kostenfrei</p>	<p>34 61</p> <p></p>
<p><b>Nach Terminvereinbarung</b></p> <p><b>Ohne Terminvereinbarung: Dienstags</b> 14.00–16.00 Uhr</p>	<p><b>Offene Beratung in der Beratungsstelle Arbeit</b> Wir bieten Unterstützung bei drohender oder bestehender Arbeitslosigkeit, schwierigen Arbeitsverhältnissen, bei Fragen zu Arbeitssuche, Arbeitslosigkeit, Leistungsbescheiden, Arbeitsverträgen, wirtschaftlicher Situation, Kontaktaufnahme mit weiteren Beratungsstellen oder Behörden. <b>Ort:</b> Beratungsstelle Arbeit eine Einrichtung der Arbeiterwohlfahrt Dortmund Leopoldstraße 16–20 <b>Anmeldung:</b> keine Anmeldung erforderlich <b>Kosten:</b> kostenfrei</p>	<p>6</p> <p></p>

# Regelmäßige Termine

<b>Montags bis donnerstags</b> 10.00–15.30 Uhr (auch Online-Beratung möglich)	<b>Sprechstunde: Energie sparen/Nebenkosten</b> Beim „Strom-Sparcheck“ beraten Serviceberater*innen für Energie- und Wasser- spartechnik des Caritasverbands Haushalte (bei geringem Einkommen kostenlos) zum Thema Energie. In der offenen Sprechstunde werden Fragen zu Strom- oder Heizkostenabrechnungen beantwortet. <b>Ort:</b> Caritasverband Dortmund e. V. • Energiesparservice • Minister-Stein-Allee 5 <b>Anmeldung:</b> keine Anmeldung erforderlich <b>Kosten:</b> kostenfrei	10 
<b>Termine nach Vereinbarung</b>	<b>Migrationsberatung für Erwachsene</b> Persönliche Beratung von Migrant*innen ab 27 Jahren, die in Dortmund leben. <b>Ort:</b> Deutsches Rotes Kreuz KV Dortmund e. V. • Beurhausstraße 71 <b>Anmeldung:</b> Deutsches Rotes Kreuz KV Dortmund e. V. • Tel. (0231) 18 10 0 migrationsberatung@drk-dortmund.de • drk-dortmund.de <b>Kosten:</b> kostenfrei	13
<b>Montags und donnerstags</b> 09.00–12.00 Uhr und 14.00.–16.00 Uhr	<b>Freiwilliges Soziales Jahr</b> Persönliche Beratung von jungen Menschen bis 27 Jahre zum Freiwilligen Sozialen Jahr <b>Ort:</b> IN VIA Dortmund e.V. – Katholisches Centrum • Propsteihof 10 <b>Anmeldung:</b> IN VIA Dortmund e.V. • Sabine Omlin • Tel. (0231) 18 48 13 9 beratungsstelle@invia-dortmund.de • invia-dortmund.de <b>Kosten:</b> kostenfrei	34 
<b>sowie nach Terminvereinbarung</b>		
<b>Termine nach Vereinbarung</b>	<b>Jugendmigrationsdienst – Außenstelle Nord</b> Persönliche Beratung von jungen Menschen mit Migrationshintergrund im Alter von 12 bis 27 Jahren, die in Dortmund leben. <b>Ort:</b> IN VIA Dortmund e. V. – Jugendmigrationsdienst – Außenstelle Nord Münsterstraße 57 (4. Etage) <b>Anmeldung:</b> IN VIA Dortmund e. V. • Edita Fischbuch • Tel. (0231) 98 12 87 18 info.jmd@invia-dortmund.de • invia-dortmund.de <b>Kosten:</b> kostenfrei	34 

# Regelmäßige Termine

<b>Termine nach Vereinbarung</b>	<b>Beratungsstelle Jugend und Beruf</b> Persönliche Beratung von Jugendlichen und jungen Erwachsenen bis 27 Jahre, Unterstützungsangebote im Übergang von Schule und Ausbildung/Beruf. <b>Ort:</b> IN VIA Dortmund e.V. • Propsteihof 10 <b>Anmeldung:</b> IN VIA Dortmund e.V. • Sabine Omlin • Tel. (0231) 18 48 13 9 beratungsstelle@invia-dortmund.de • invia-dortmund.de <b>Kosten:</b> kostenfrei	34 
<b>Donnerstags</b> 14.30–16.30 Uhr außer in den Ferien	<b>Migrationsberatung</b> Migrant*innen erhalten Unterstützung, um Inhalte von behördlichen Unterlagen zu verstehen oder werden an die entsprechend zuständigen Stellen weiter vermittelt. <b>Ort:</b> Quartierstreff Concordia • Wambeler Straße 4 <b>Anmeldung:</b> Quartierstreff Concordia • Meryem Fidan • Tel. (0231) 13 72 02 82 quartierstreff-concordia@planerladen.de • planerladen.de <b>Kosten:</b> kostenfrei	54 
<b>Täglich zu den Öffnungszeiten der Beratungsstelle</b>	<b>Schwangerschafts(konflikt)beratung</b> Jede Person hat das Recht, sich bei allen Fragen zu Schwangerschaft und Geburt Rat und Hilfe zu suchen sowie einen gesetzlichen Anspruch auf umfassende Beratung in einer anerkannten Schwangerschafts(konflikt)beratungsstelle, auf Wunsch auch anonym. Beratungsinhalte sind u.a. Schwangerschafts(konflikt), Familienplanung, finanzielle und rechtliche Fragen sowie sexuelle Bildung. <b>Ort:</b> Soziales Zentrum Dortmund e.V. • Westhoffstraße 8–12 Tel. (0231) 8 40 31 00 • westhoffstrasse@soziales-zentrum.org <b>Anmeldung:</b> keine Anmeldung erforderlich <b>Kosten:</b> kostenfrei	62 
<b>Termine nach Vereinbarung</b>	<b>Anbieterunabhängige Geld- und Altersvorsorgeberatung</b> Wir bewerten Ihre bisherige Altersvorsorgestrategie, stellen verschiedene Möglichkeiten der privaten Vorsorge vor und machen Vorschläge zur Optimierung. <b>Ort:</b> Verbraucherzentrale in Dortmund • Reinoldistraße 7-9 <b>Anmeldung:</b> Verbraucherzentrale in Dortmund • Dana Rittig • Tel. (0231) 72 09 17 01 dortmund@verbraucherzentrale.nrw • verbraucherzentrale.nrw/dortmund <b>Kosten:</b> 190 € für 1,5 Stunden	69 

# Regelmäßige Termine




<b>Termine nach Vereinbarung</b>	<b>Kein Geld für die Energierechnung?</b> Budget- und Rechtsberatung, wenn das Einkommen nicht ausreicht, die Energierechnung zu bezahlen. <b>Ort:</b> Verbraucherzentrale in Dortmund • Reinoldstraße 7-9 <b>Anmeldung:</b> Verbraucherzentrale in Dortmund • Claudia Kurz • Tel. (0231) 72 09 17 01 dortmund@verbraucherzentrale.nrw • verbraucherzentrale.nrw/dortmund <b>Kosten:</b> kostenfrei für 30 Minuten	69 
<b>Dienstags</b> 14.00–17.00 Uhr und <b>Freitags</b> 09.30–14.00 Uhr	<b>Umweltberatung – persönlich und unabhängig</b> Woran erkenne ich sicheres und schadstoffarmes Spielzeug? Wie vermeide ich Schadstoffe beim Renovieren? Wie werde ich den Schimmel in der Wohnung wieder los? Welchen Umweltzeichen kann ich vertrauen? Und wie entsorge ich ausgediente Energiesparlampen oder Handys? Diese und andere Fragen beantwortet Ihnen die Umweltberatung – persönlich, per Telefon oder E-Mail. <b>Ort:</b> Verbraucherzentrale in Dortmund • Reinoldstraße 7-9 <b>Anmeldung:</b> Verbraucherzentrale in Dortmund • Kerstin Ramsauer Tel. (0231) 72 09 17 01 • dortmund@verbraucherzentrale.nrw verbraucherzentrale.nrw/dortmund <b>Kosten:</b> kostenfrei für 90 Minuten	69 
<b>Donnerstags nach Vereinbarung</b>	<b>Unabhängige Versicherungsberatung</b> Unsere Versicherungsexpert*innen wissen die richtige Antwort auf die Frage nach sinnvollen privaten Versicherungen. <b>Ort:</b> Verbraucherzentrale in Dortmund • Reinoldstraße 7–9 <b>Anmeldung:</b> Verbraucherzentrale in Dortmund • Tel. (0231) 72 09 17 01 dortmund@verbraucherzentrale.nrw • verbraucherzentrale.nrw/dortmund <b>Kosten:</b> 45 € für 30 Minuten	69 

# Regelmäßige Termine


Treffen / Aktion / Fest		
<p><b>Mittwochs</b> 9.30–10.30 Uhr</p>	<p><b>Offener Treff für Mütter mit Babys</b> Mama zu sein ist ein großes Geschenk und gleichzeitig auch oft herausfordernd. Du und dein Baby habt beim Offenen Treff für Mütter die Möglichkeit andere, Mamas und Babys kennenzulernen, Fragen zu stellen, Tipps auszutauschen ... <b>Ort:</b> Mütterzentrum Dortmund e. V., Hospitalstraße 6 <b>Anmeldung:</b> keine Anmeldung erforderlich <b>Kosten:</b> kostenfrei</p>	<p>51</p> 
<p><b>Donnerstags</b> 10.00–12.30 Uhr</p>	<p><b>Frauengesprächskreis zum Thema „Gesunde Ernährung“</b> Frauen unterschiedlicher Herkunft diskutieren gemeinsam zum Thema „Gesunde Ernährung in der Familie“. Es werden dabei verschiedene Aspekte beleuchtet und über Angebote in der Stadt informiert. <b>Ort:</b> Quartierstreff Concordia • Wambeler Straße 4 <b>Anmeldung:</b> Quartierstreff Concordia • Meryem Fidan • Tel. (0231) 13 72 02 82 quartierstreff-concordia@planerladen.de • planerladen.de <b>Kosten:</b> 2 € je Veranstaltungstag</p>	<p>54</p> 
<p><b>Donnerstags</b> 18.00–20.00 Uhr  außer in den Ferien</p>	<p><b>Kreativcafé</b> Durch die gemeinsame Kreativität finden Frauen mit unterschiedlichen kulturellen und sprachlichen Hintergründen zusammen. Durch die Anleitung in deutscher Sprache werden die Frauen beim Spracherwerb unterstützt. Die teilnehmenden Frauen lernen dadurch, dass trotz sprachlicher Unterschiede eine gemeinsame Verständigung möglich ist und man voneinander lernt. <b>Ort:</b> Quartierstreff Concordia • Wambeler Straße 4 <b>Anmeldung:</b> Quartierstreff Concordia • Meryem Fidan • Tel. (0231) 13 72 02 82 quartierstreff-concordia@planerladen.de • planerladen.de <b>Kosten:</b> keine Kurskosten, aber es fallen Materialkosten an</p>	<p>54</p> 




# Regelmäßige Termine

<b>wöchentlich</b> von 09.30–10.30 Uhr	<b>Still- und Fläschchentreff</b> Möchtest du dich mit anderen Müttern austauschen? Egal wie du dich fühlst, ob du oder dein Kind gut drauf seid oder ihr einen schlechten Tag habt – du bist willkommen, mit all deinen Themen! <b>Ort:</b> Mehrgenerationenhaus Mütterzentrum Dortmund e. V. • Hospitalstraße 6 <b>Anmeldung:</b> keine Anmeldung erforderlich <b>Kosten:</b> kostenfrei	51 
<b>Jeden 3. Sonntag im Monat</b> 10.00–12.00 Uhr	<b>Treff für Ein-Eltern-Familien</b> Mit unserer Gruppe für alleinerziehende Mütter und Väter wollen wir der Verinselung von Alleinerziehenden entgegenwirken und den aktiven Austausch und gegenseitige Unterstützung ermöglichen. <b>Ort:</b> Mehrgenerationenhaus Mütterzentrum Dortmund e. V. • Hospitalstraße 6 <b>Anmeldung:</b> Mehrgenerationenhaus Mütterzentrum Dortmund e. V. Tel. (0231) 9 97 89 60 • buero@muetterzentrum-dortmund.de muetterzentrum-dortmund.de <b>Kosten:</b> kostenfrei	51 
<b>Mittwochs</b> 13.00–15.00 Uhr  außer in den Ferien	<b>Gesprächskreis mit Seniorinnen</b> Seniorinnen aus unterschiedlichen Ländern kommen zusammen und haben die Möglichkeit, sich kennenzulernen. Es werden gemeinsam Kaffee und Kuchen vorbereitet. Einmal im Monat wird auch gemeinsam gekocht. <b>Ort:</b> Quartierstreff Concordia • Wambeler Straße 4 <b>Anmeldung:</b> Quartierstreff Concordia • Meryem Fidan • Tel. (0231) 13 72 02 82 quartierstreff-concordia@planerladen.de • planerladen.de <b>Kosten:</b> kostenfrei	54 

# Regelmäßige Termine

<b>Dienstags</b> 10.00–12.00 Uhr	<b>Familientreff Westhoffstraße</b> Der Familientreff Westhoffstraße ist ein interkulturelles, offenes Gruppenangebot. Familien treffen sich bei dieser Veranstaltung zu einem kleinen Frühstück und erhalten Gelegenheit zum Austausch. Es finden u.a. Angebote im Rahmen der Erziehungsberatung, Ernährungs- und Bewegungsbildungen statt. <b>Ort:</b> Soziales Zentrum Dortmund e. V. • Westhoffstraße 8–12 <b>Anmeldung:</b> keine Anmeldung erforderlich <b>Kosten:</b> kostenfrei	62 
<b>Jeden 1. Samstag im Monat</b> 10.00–12.00 Uhr	<b>TERRE DES FEMMES Städtegruppen-Sitzung</b> Die Städtegruppe Dortmund des Mädchen- und Frauenrechtsvereins trifft sich jeden ersten Samstag im Monat. Wir besprechen aktuelle Themen und planen gemeinsam Aktionen; immer mit dem Blick auf eine Gesellschaft, in der Mädchen und Frauen gleichberechtigt, selbstbestimmt und frei leben können. <b>Ort:</b> Im Wechsel: Präsenz oder online via Zoom. Der Link wird nach der Anmeldung versandt. <b>Anmeldung:</b> TERRE DES FEMMES e. V. – Städtegruppe Dortmund • Simone Kleinert Tel. (0176) 82 61 44 45 • dortmund@frauenrechte.org • frauenrechte.de <b>Kosten:</b> kostenfrei	65 
<b>Donnerstags</b> 09.30–12.00 Uhr	<b>Gesunde Ernährung</b> Das Angebot „Gesunde Ernährung“ soll dazu dienen, Menschen zusammenzubringen, die gleiche Interessen vertreten, aber unterschiedliche Altersstufen haben und aus unterschiedlichen Kulturen kommen. Sie erhalten die Möglichkeit unter Anleitung zu kochen und sich dabei gemeinsam über ihre Esskulturen auszutauschen und Geschmäcker zu testen. Für viele ist es schwierig die eigene Essgewohnheit zu ändern – der Kurs gibt Anregungen für eine gesunde Ernährung. <b>Ort:</b> Train of Hope Dortmund e. V. • Münsterstraße 54 <b>Anmeldung:</b> Train of Hope Dortmund e. V. • Ciara Reilly • Tel. (0231) 97 06 26 47 ciara@trainofhope-do.de • trainofhope-do.de <b>Kosten:</b> kostenfrei	67 

# Regelmäßige Termine

<b>Montags</b> 12.00–14.00 Uhr	<b>Nähstunde</b> Wir bieten Nähstunden für Senior*innen an. Die Teilnehmenden erhalten die Möglichkeit, die Grundschritte des Nähens mit modernen Geräten zu erlernen. In den wöchentlichen Treffen können die Senior*innen für ein paar Stunden dem Alltag entfliehen, sich austauschen und gleichzeitig die alltagstaugliche Kunst des Nähens erlernen. <b>Ort:</b> Train of Hope Dortmund e. V. • Münsterstraße 54 <b>Anmeldung:</b> keine Anmeldung erforderlich <b>Kosten:</b> kostenfrei	67 
<b>Jeden 2. Montag im Monat</b> 10.30–13.00 Uhr  und <b>jeden letzten Freitag im Monat</b> 15.00–18.00 Uhr	<b>Treffen des Dortmunder Herzkissen e. V.</b> Der Verein verschenkt über die Dortmunder Kliniken Kissen in Herzform an Brustkrebspatientinnen. Wir treffen uns zum Kissenstopfen, Aktionen planen und Klönen. <b>Ort:</b> Gruppentreffen: Arndtstr. 23 (im DRK-Haus) <b>Anmeldung:</b> keine Anmeldung erforderlich <b>Kosten:</b> kostenfrei	17 
<b>Jeden 3. Donnerstag im Monat</b> 17.00–18.30 Uhr	<b>Gruppennachmittag der FSH NRW e.V.</b> Krebskrank? Hier finden Sie Hilfe! Die Treffen finden in kleinerer Runde statt, um Erfahrungen auszutauschen, Neuigkeiten des Gesundheitssystems zu erfahren und der Lebensfreude trotz Krebs Raum zu geben. Der persönliche Austausch steht im Vordergrund, Themen werden von den Teilnehmer*innen bestimmt. <b>Ort:</b> Frauenselbsthilfe Krebs NRW e.V. • Katholisches Gemeindehaus St. Kaiser Heinrich Höchstener Straße/ Ecke Obermarkstraße <b>Anmeldung:</b> Frauenselbsthilfe Krebs NRW e.V. • Gisela Schwesig Tel. (0231) 21 11 11 • otti.kahnert@gmail.com frauenselbsthilfe.de/dortmund-hoerde.html <b>Kosten:</b> kostenfrei	27 

# Regelmäßige Termine

## Jeden 2. Dienstag im Monat

15.00–17.00 Uhr

### Gruppennachmittag der FSH NRW e. V.

Krebskrank? Hier finden Sie Hilfe! Die Treffen finden in größerer Runde statt, um Erfahrungen auszutauschen, Neuigkeiten des Gesundheitssystems zu erfahren und der Lebensfreude trotz Krebs Raum zu geben. Vorträge von Expert\*innen aus allen onkologischen und weiteren Lebensbereichen werden organisiert.

**Ort:** Frauenselbsthilfe Krebs NRW e. V. • Propsteihof 10 • Nebensaal 2

**Anmeldung:** Frauenselbsthilfe Krebs NRW e. V. • Otti Kahnert  
Tel. (0211) 34 17 09 • [nrw@frauenselbsthilfe.de](mailto:nrw@frauenselbsthilfe.de) • [frauenselbsthilfe.de](http://frauenselbsthilfe.de)

**Kosten:** kostenfrei

27



## Jeden 1. Dienstag im Monat

18.30–20.30 Uhr

### Gruppentreffen Frauenverband Courage Dortmund e. V.

Wir diskutieren gern über aktuelle Themen wie Krieg, Umwelt oder Weltfrauenkonferenz der Basisfrauen. Wir planen Aktionen (z.B. zur Solidarität mit den Frauen im Iran oder Afghanistan), Ausflüge oder Besuche von Veranstaltungen. Kultur ist uns wichtig. Unser Anliegen: Stärkung und echte Gleichberechtigung von Frauen und Mädchen.

**Ort:** Dietrich-Keuning-Haus • Leopoldstraße 50–58



**Anmeldung:** Frauenverband Courage e. V. Dortmund • [courage.dortmund@web.de](mailto:courage.dortmund@web.de)  
Renate Kunze • Tel. (0157) 84 07 56 88

**Kosten:** kostenfrei

28



# Regelmäßige Termine

Sonstiges		
<b>Jeden letzten Freitag im Monat</b>	<b>Zukunftsfrauen</b> Im Podcast „Zukunftsfrauen“ erzählen Frauen, die etwas zu sagen haben, über ihr gesellschaftliches Engagement und ihre damit verbundenen Erfahrungen. Im Gespräch berichten sie über ihren persönlichen Weg, ihre eigene Geschichte und die Herausforderungen und Schwierigkeiten, die sich auf dem Pfad zu mehr Mitbestimmung und bei der Verwirklichung eigener Visionen und konkreter Ziele ergeben. <b>Ort:</b> auf allen gängigen Podcast-Plattformen <b>Anmeldung:</b> keine Anmeldung erforderlich <b>Kosten:</b> kostenfrei	44 
<b>Montags</b> 08.30–12.30 Uhr und <b>donnerstags</b> 14.00–16.00 Uhr	<b>Offener PC-Zugang in der Beratungsstelle Arbeit</b> Für das freie Arbeiten stehen immer montags und donnerstags Computer mit Internetzugang zur Stellensuche und zum Erstellen und Bearbeiten Ihrer Bewerbungsunterlagen zur Verfügung. Auch ein Scanner und Drucker ist bei Bedarf vorhanden. Gerne geben wir auch kurze Tipps zur Formulierung von Lebenslauf und Bewerbungsschreiben. Ist mehr als „mal drüber gucken“ gewünscht, vereinbaren wir gerne Einzeltermine. <b>Ort:</b> Beratungsstelle Arbeit eine Einrichtung der Arbeiterwohlfahrt Dortmund Leopoldstraße 16–20 <b>Anmeldung:</b> keine Anmeldung erforderlich <b>Kosten:</b> kostenfrei	6 

# Veranstalter\*innen

---

## 1 ADFC Dortmund

Graudenzer Straße 11 • 44263 Dortmund • Tel. (0231) 1 36 66 85 • buero@adfc-dortmund.de  
adfc-dortmund.de

---

## 2 Agentur für Arbeit – Beauftragte für Chancengleichheit am Arbeitsmarkt

Steinstraße 39 • 44147 Dortmund • Tel. (0231) 8 42 12 60 • dortmund.bca@arbeitsagentur.de

---

## 3 Arbeiterwohlfahrt Unterbezirk Dortmund

Klosterstraße 8–10 • 44135 Dortmund • Tel. (0231) 99 34 31 0 • c.koenen@awo-dortmund.de  
awo-dortmund.de

---

## 4 Arbeitsgemeinschaft Dortmunder Frauenverbände – c/o dffw e.V.

Evinger Platz 17 • 44339 Dortmund • info@frauenverbaende-dortmund.de • frauenverbaende-dortmund.de

---

## 5 Arbeitsgemeinschaft Sozialdemokratischer Frauen, Dortmund (ASF)

Tel. (0173) 2 12 18 12 • ursulapulpanek@aol.com • facebook.com/ASFDortmund

---

## 6 Beratungsstelle Arbeit – Eine Einrichtung der Arbeiterwohlfahrt Dortmund

Leopoldstraße 16–20 • 44147 Dortmund • Tel. (0231) 81 21 24 • beratung-arbeit@awo-dortmund.de  
awo-dortmund.de/ba

---

## 7 Bildungsinstitut Münster e.V. – Dortmund

Heiliger Weg 7–9 • 44135 Dortmund • Tel. (0231) 95 05 68 0 • lotz.do@bildungsinstitut.de  
bildungsinstitut.de/dortmund

---

## 8 Bildungswerk Vielfalt

Zur Vielfalt 21 • 44147 Dortmund • Tel. (0231) 28 67 81 65 • bildungswerk-vielfalt@vmdo.de  
bildungswerk-vielfalt.com

---

## 9 Büro für Internationale Beziehungen der Stadt Dortmund

Betenstraße 19 • 44122 Dortmund • international@stadtdo.de

---

## 10 Caritasverband Dortmund

Minister-Stein-Allee 5 • 44339 Dortmund • Tel. (0231) 72 60 14 60  
energiesparservice@caritas-dortmund.de • caritas-dortmund.de

---

## 11 Chorakademie am Konzerthaus Dortmund e.V.

Reinoldstraße 7–9 • 44135 Dortmund • Tel. (0231) 39 98 05 0 • sekretariat@chorakademie.de  
chorakademie.de

---

---

## 12 Denkabenteuer @

Schillingstraße 36 • 44139 Dortmund • Tel. (0231) 48 79 27 • mentoring@denkabenteuer.de  
denkabenteuer.de

---

## 13 Deutsches Rotes Kreuz KV Dortmund e. V.

Beurhausstraße 71 • 44137 Dortmund • Tel. (0231) 18 10 0 • migrationsberatung@drk-dortmund.de  
drk-dortmund.de

---

## 14 DHB-Netzwerk-Haushalt

Lavendelweg 27 • 44289 Dortmund • Tel. (0231) 5 58 56 14 • d.koschel@dhb-dortmund.de  
dhb-dortmund.de

---

## 15 Dortmunder Bildungs-, Qualifizierungs- und Entwicklungsgesellschaft mbH (dobeq)

Klosterstraße 8–10 • 44135 Dortmund • Tel. (0231) 99 34 0 • info@dobeq.de

---

## 16 Dortmunder Forum Frau & Wirtschaft e. V.

Evinger Platz 17 • 44339 Dortmund • Tel. (176) 64 04 38 34 • info@dffw.de • www.dffw.de

---

## 17 Dortmunder Herzkissen e. V.

Sperlingsweg 1 • 44534 Lünen • Tel. (0178) 2 30 19 34 • herzkissen.dortmund@gmail.com  
dortmunderherzkissen.de

---

## 18 Evangelische Noah-Kirchengemeinde Dortmund

Wiedenhof 2 • 44359 Dortmund • Tel. (0231) 33 37 01 • ev.buero@noahgemeinde.de • noahgemeinde.de

---

## 19 Evangelisches Bildungswerk Dortmund

Schwanenwall 34 • 44135 Dortmund • Tel. (0231) 8 49 44 01 • bildungswerk@ekkdo.de  
www.bwdo.de

---

## 20 EWZ Entwicklungszentrum für berufliche Qualifizierung und Integration GmbH (MY WAY Dortmund)

Evinger Platz 11 • 44339 Dortmund • Tel. (0231) 72 84 84-0 • zina@ewz-do.de

---

## 21 Fachhochschule Dortmund

Bettina Long • Tel. (0231) 91 12 97 14 • gleichstellungsbuero@fh-dortmund.de • fh-dortmund.de

---

## 22 Faire Metropole Ruhr e. V.

Overwegstraße 31 • 44625 Herne • Tel. (02323) 99 49 710 • info@faire-metropole.ruhr  
faire-metropole-ruhr.de

---

# Veranstalter\*innen

---

## 23 Frauen helfen Frauen e. V. Dortmund

frauen@frauenhaus-dortmund.de • frauenhaus-dortmund.de • frauenberatungsstelle-dortmund.de

---

## 24 Frauenberatungsstelle Dortmund

Märkische Straße 212–218 • 44141 Dortmund • Tel. (0231) 52 10 08  
frauen@frauenberatungsstelle-dortmund.de • frauenberatungsstelle-dortmund.de

---

## 25 Frauenhaus Dortmund

frauen@frauenhaus-dortmund.de • frauenhaus-dortmund.de

---

## 26 FrauenRat NRW e. V.

Graf-Adolf-Straße 76 • 40210 Düsseldorf • Tel. (0211) 17 93 34 57 • info@frauenrat-nrw.de

---

## 27 Frauenseלבsthilfe Krebs – Landesverband NRW e. V.

Kirchfeldstraße 149 • 40215 Düsseldorf • Tel. (0211) 34 17 09 • nrw@frauenseלבsthilfe.de  
frauenseלבsthilfe.de

---

## 28 Frauenverband Courage e. V. Dortmund

Tel. (0157) 84 07 56 88 • courage.dortmund@web.de

---

## 29 Frühstückstreffen für Frauen

Dortmund • fff-do@gmx.de • fff-do.de.tl

---

## 30 Gesellschaft für christlich-jüdische Zusammenarbeit Dortmund e. V.

Küpfersstraße 3 • 44135 Dortmund • Tel. (0231) 17 13 17 • info@gcjz-dortmund.de • gcjz-dortmund.de

---

## 31 Gleichstellungsbüro der Stadt Dortmund

Kleppingstraße 21–23 • 44135 Dortmund • Tel. (0231) 50-2 33 00 • gleichstellungsbuero@dortmund.de  
dortmund.de/gleichstellungsbuero

---

## 32 Grone Bildungszentren NRW gGmbH Niederlassung Dortmund

Freistuhl 3 • 44137 Dortmund • Tel. (0231) 9 14 55 00 • dortmund@grone.de • grone.de

---

## 33 Gründerinnenzentrum – Wirtschaftsförderung Dortmund

Grüne Straße 2–8 • 44147 Dortmund • Tel. (0231) 50 23 65 1 • doris.kasten@stadtdo.de  
www.gruenderinnenzentrum-dortmund.de und facebook.com/gruenderinnendo/

---

## 34 IN VIA Dortmund e. V.

Propsteihof 10 • 44137 Dortmund • Tel. (0231) 1 84 81 38 • info@invia-dortmund.de • invia-dortmund.de

---



- 
- 35 Institut für Kirche und Gesellschaft der EKvW Fachbereich „Frauen, Männer, Vielfalt“**  
Iserlohner Straße 25 • 58239 Schwerte • Tel. (0 23 04) 75 53 32 • info@kircheundgesellschaft.de  
kircheundgesellschaft.de
- 
- 36 Internationales Frauenfilmfestival Dortmund | Köln e. V. c/o Kulturbüro Stadt Dortmund**  
Küpfersstraße 3 • 44135 Dortmund • Tel. (0231) 50 2 51 62 • info@frauenfilmfest.com  
frauenfilmfest.com
- 
- 37 Jobcenter Dortmund – Beauftragte für Chancengleichheit am Arbeitsmarkt**  
Königshof 1 • 44147 Dortmund • Tel. (0231) 8 42-15 72 • jobcenter-Dortmund.BCA@jobcenter-ge.de
- 
- 38 Jüdische Kultusgemeinde Dortmund K.d.ö.R.**  
Prinz-Friedrich-Karl-Straße 9 • 44135 Dortmund • Tel. (0231) 5 57 47 17 • verwaltung@jkgd.de  
<https://jg-dortmund.de/de/allgemeine-informationen>
- 
- 39 Kino im U – DORTMUNDER U – Zentrum für Kunst und Kreativität**  
Leonie-Reygers-Terrasse • 44137 Dortmund • Tel. (0231) 50-2 54 86 • info@dortmunder-u.de  
dortmunder-u.de/partner/kino-im-u
- 
- 40 Klinikum Dortmund – Frauenklinik**  
Beurhausstraße 40 • 44137 Dortmund • Tel. (0152) 21 87 16 31 • susanne.hartmann@klinikum.de  
klinikumdo.de
- 
- 41 Kneipp-Verein Dortmund e. V.**  
Karl-Marx-Straße 32 • 44141 Dortmund • Tel. (0231) 5 86 00 48 • info@kneipp-verein-dortmund.de  
kneipp-verein-dortmund.de
- 
- 42 KOBseminare**  
Adlerstraße 83 • 44137 Dortmund • Tel. (0231) 5 34 52 50 • info@kobi.de • kobi.de
- 
- 43 Kompetenzzentrum Frau und Beruf Westf. Ruhrgebiet/Wirtschaftsförderung Dortmund, Wirtschaftsförderung Dortmund**  
Grüne Straße 2–8 • 44147 Dortmund • Tel. (0231) 50-2 57 87 • wirtschaftsfoerderung-dortmund.de
- 
- 44 Konrad-Adenauer-Stiftung e. V.**  
Kronenburgallee 2 • 44141 Dortmund • Tel. (0231) 1 08 77 77-0 • kas-westfalen@kas.de  
kas.de/westfalen
-

# Veranstalter\*innen

---

## 45 **Konzerthaus Dortmund GmbH**

Brückstraße 21 • 44135 Dortmund • Tel. (0231) 22 69 61 61 • anne-katrin.roehm@konzerthaus-dortmund.de  
konzerthaus-dortmund.de

---

## 46 **Koordinierungsstelle für LSBTIQ\*, Stadt Dortmund**

Betenstraße 19 • 44137 Dortmund • Tel. (0231) 50-2 75 59 • shildebrandt@stadtdo.de • dortmund.de/lbdtiq

---

## 47 **Kulturzentrum balou e.V.**

Oberdorfstraße 23 • 44309 Dortmund • Tel. (0231) 99 77 36 30 • post@balou-dortmund.de  
balou-dortmund.de

---

## 48 **Landesarbeitsgemeinschaft kommunaler Gleichstellungsstellen NRW**

Haroldstraße 14 • 40213 Düsseldorf • (0211) 59 81 43 83 • info@frauenbueros-nrw.de

---

## 49 **Landeskonzferenz der Gleichstellungsbeauftragten der Hochschulen und Universitätsklinika des Landes NRW**

An der RWTH Aachen University • Templergraben 55 • 52056 Aachen • Tel. (0241) 80 99 23 8 • lakofnrw.de

---

## 50 **Lebensläufe e.V.**

Lütgendortmunder Hellweg 102 • 44388 Dortmund • Tel. (0231) 63 57 13 • lebens-laeufe@gmx.de  
lebenslaeufe-dortmund.de

---

## 51 **Mehrgenerationenhaus Mütterzentrum Dortmund e.V.**

Hospitalstraße 6 • 44149 Dortmund • Tel. (0231) 99 78 96 0 • buero@muetterzentrum-dortmund.de  
muetterzentrum-dortmund

---

## 52 **oikos-Institut für Mission und Ökumene der Evangelischen Kirche von Westfalen**

Olpe 35 • 44135 Dortmund • oikos@ekvw.de

---

## 53 **Pfadfinderinnenschaft St. Georg, Diözesanverband Paderborn e.V.**

Hakenstraße 13 • 44139 Dortmund • Tel. (0231) 14 93 13 • info@psg-paderborn.de • psg-paderborn.de

---

## 54 **Planerladen gGmbH**

Rückertstraße 28 • 44145 Dortmund • Tel. (0231) 82 83 62 • info@planerladen.de • planerladen.de

---

## 55 **Selbsthilfe-Kontaktstelle Dortmund**

Ostenhellweg 42-48 • 44135 Dortmund • Tel. (0231) 52 90 97 • selbsthilfe-dortmund.de

---

## 56 **SkF Dortmund e.V.**

Joachimstraße 2 • 44147 Dortmund • Tel. (0231) 8 61 08 50 • k.knorn@skf-dortmund.de

---

# Veranstalter\*innen

- 
- 57 SKM e. V. Dortmund**  
Probsteihof 10 • 44137 Dortmund • Tel. (0231) 1 84 81 17 • ewerth@skm-dortmund.de
- 
- 58 Sophia e. V.**  
Zinkhüttenweg 1 • 44143 Dortmund • info@sophia-plattform.de • sophia-plattform.de
- 
- 59 Soroptimist International Club Dortmund Hellweg**  
info@clubdortmund-hellweg.soroptimist.de • clubdortmund-hellweg.soroptimist.de
- 
- 60 Soroptimist International Club Dortmund**  
info@clubdortmund.soroptimist.de • clubdortmund.soroptimist.de
- 
- 61 Sozialdienst katholischer Frauen e. V. Hörde**  
Niederhofener Straße 52 • 44263 Dortmund • Tel. (0231) 42 57 99 60 • anmeldung@skf-hoerde.de  
ksd-dortmund.de/skf-hoerde
- 
- 62 Soziales Zentrum Dortmund e. V.**  
Westhoffstraße 8–12 • 44145 Dortmund • Tel. (0231) 8 40 31 00 • westhoffstrasse@soziales-zentrum.org
- 
- 63 Stadtteil-Schule Dortmund e. V. / SC STS Asteria Dortmund**  
Oesterholzstraße 118-120 • 44145 Dortmund • Tel. (0231) 28 66 25 30 • gfrohner@stadtteil-schule.de  
stadtteil-schule.de
- 
- 64 Stiftung Aufmüpfige Frauen**  
Mimosenweg 18 • 44289 Dortmund • Tel. (0231) 40 29 29 • sigrid.metz-goekkel@tu-dortmund.de  
www.stiftung-aufmuepfige-frauen.de
- 
- 65 TERRE DES FEMMES e. V. – Städtegruppe Dortmund**  
Brunnenstraße 128 • 13355 Berlin • aktiv@frauenrechte.de • frauenrechte.de
- 
- 66 Theater Dortmund**  
Theaterkarreee 1–3 • 44122 Dortmund • dhandschuh@stadtdo.de • theaterdo.de
- 
- 67 Train of Hope Dortmund e. V.**  
Münsterstraße 54 • 44145 Dortmund • Tel. (0231) 97 06 26 47 • trainofhope-do.de
- 
- 68 VAMOS! e. V.**  
Gleiwitzstraße 283 • 44328 Dortmund • vamos.dortmund@gmx.de • vamos-ev.com
-

# Veranstalter\*innen

---

## 69 Verbraucherzentrale in Dortmund

Reinoldstraße 7–9 • 44135 Dortmund • Tel. (0231) 72 09 17 01 • dortmund@verbraucherzentrale.nrw  
verbraucherzentrale.nrw/dortmund

---

## 70 VHS Dortmund

Kampstraße 47 • 44137 Dortmund • Tel. (0231) 50-2 47 27 • vhs@dortmund.de • dortmund.de/vhs

---

## 71 Zentrum für inklusive Bildung und Beratung (ZiBB e. V.)

Generationenweg 5 • 44225 Dortmund • Tel. (0231) 1 89 71 09 • zibb-beratung.de • zibb-beratung.de

---

## 72 Zonta Club Dortmund-Phoenix, c/o Anne-Katrin Röhm

Salzwedeler Straße 7 • 44141 Dortmund • zonta.do.phoenix@gmail.com • zonta-dortmund-phoenix.de

---

## 73 Soroptimist International Club Dortmund RuhrRegion

preasidentin@si-ruhrregion.de • si-ruhrregion.de

---

## 74 Femnet e.V.

Kaiser-Friedrich-Straße 11 • 53113 Bonn • Tel. (0228) 18 03 81 16 • info@femnet.de • femnet.de

---

# Mit eigenen Terminen dabei sein

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

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

**Redaktionsschluss** für die Druckausgabe der FrauenTermine 2. Halbjahr 2023 ist der **30. April 2023**.

Veranstaltungen mit Gewinnerzielungsabsicht können wir leider nicht berücksichtigen.

Ihre Redaktion





Sie möchten gerne per E-Mail über Veranstaltungen des Gleichstellungsbüros auf dem Laufenden gehalten werden? Dann mailen Sie uns Ihre Adresse unter dem Stichwort „Interessierte Dortmunderin“ an [gleichstellungsbuero@dortmund.de](mailto:gleichstellungsbuero@dortmund.de)