

Briefmarken und einen Briefkasten finden Sie z.B. hier ...

In Körne

Lotto Wilkes im Kaufland,
Körner Hellweg 142, 44143 Dortmund,
Mo-Fr 8-18 und Sa 8-12

Deutsche Post, Tel. 59 72 74,
Körner Hellweg 84, 44143 Dortmund,
Mo-Fr 8-18 und Sa 8-13

Im Kaiserviertel

Stift+Papier Schreibwaren, Tel. 44 65 197,
Kaiserstr. 49, 44135 Dortmund,
Mo-Fr 9-18 und Sa 9-13

In der nördlichen Gartenstadt

Post- und Schreibwaren Puzik,
Tel. 59 65 33, Obere Brinkstr. 20,
44141 Dortmund,
Mo-Do 8-13/14.30-18, Fr 8-18 und Sa 8-13

Im Saarlandstraßenviertel


Post und Schreibwaren Dogan,
Hohe Str. 84, 44139 Dortmund,
Mo-Fr 9-12.30/14.30-18.00 und Sa 9-12.30

(alle Angaben sind ohne Gewähr)



Wichtige Rufnummern


 **Notfalldienst** niedergelassener Ärzte in Westfalen-Lippe
116-117
(bundesweit gebührenfrei)

 **112** Krankenwagen/Feuerwehr/
Schlaganfallhilfe


 **110** Polizei Notruf


 **POLIZEI**
Nordrhein-Westfalen
Dortmund
Vermittlung der Polizei
z.B. bei Verdachtsfällen
Tel. 02 31 / 13 2 - 0

 **Senioren**
büro
Innenstadt-Ost
Märkische Straße 21
Tel. 50 - 2 96 90
seniorenbuero.ost@stadtdo.de

 **Stadt Dortmund**
Seniorenbeirat
Innenstadt-Ost
Frau Hartmann, **Tel. 92 73 331**
info@sb-hartmann.de
Herr Wesnigk, **Tel. 1 37 03 15**
horst.wesnigk@unitybox.de

 **TelefonSeelsorge**
Telefonseelsorge
0800 - 111 0 111
0800 - 111 0 222

 **COMPASS**
Private Pflegeberatung
Pflegeberatung für privat
Versicherte **0800 -101 88 00**
(bundesweit gebührenfrei)

 **SPERR-NOTRUF**
116 116
EC-Kartensperrzentrale
(bundesweit gebührenfrei)

Herausgeber: Ein Kooperationsprojekt des Netzwerks für Senioren
und der Bezirksvertretung Innenstadt-Ost
Verantwortlich: Bezirksbürgermeister Udo Dammer
Gest. u. Druck: Druckerei Kleff, 09/2018
Fotos: Annette Simmgen-Schmude

Seniorenbrief

für den Stadtbezirk Innenstadt-Ost



Körne, Kaiserstraßenviertel,
Saarlandstraßenviertel, Gartenstadt

Ausgabe 17
Okt.-März
2018-2019

 **Senioren**
büro



Die Geschichte von „Doris Blum“

Im Leben der Doris Blum hat sich vieles geändert. Jetzt wo sie 75 Jahre alt ist, sieht sie zurück. Als sie 35 Jahre alt war, hatte sie heranwachsende Kinder, war verheiratet, eingebunden in Beruf und Elternrat der Schule, kümmerte sich um ihre Eltern und ging verschiedenen Hobbies nach. Durch ihre vielen Bekannten, die sie beim Einkaufen traf, dauerten die Einkäufe oft viel länger als geplant. Später, als sie und ihr Mann in Rente gingen, waren einige der Geschäfte, in denen sie oft einkaufte und Bekannte traf, geschlossen. Die Kinder waren aus dem Haus und hatten eigene Familien, die Eltern waren schon verstorben. Manchmal hütete sie die Enkelkinder, allerdings nur selten, weil diese in einer anderen Stadt wohnen. Im Alltag hatte sie kaum noch Kontakte außer zum Pfarrer und einer Nachbarin im selben Haus. Zu ihrem 75. Geburtstag hatten die Kinder eine Feier organisiert, zu der die Bekannten und Freunde von früher eingeladen worden waren.

Erstaunt und überrascht stellte Frau Blum fest, dass sie viele davon aus den Augen verloren hatte.



Termine

- Montag 8. Okt. Ab 14 Uhr** „Aktionstag Vorsorge heute – reden wir drüber!“
An zahlreichen Ständen und bei Kurzvorträgen können Sie sich informieren, welche Vorsorge man treffen kann und sollte.
Melanchthon-Kirche, Melanchthonstr. 6, Infos im Seniorenbüro, Tel. 50 – 2 96 90
- Mittwoch 21. Nov. Ab 14 Uhr** „Die Schatzkiste der Doris Blum“
Sich neue Kontakte erschließen-wie geht das? Informationen dazu in der Altenbegegnungsstätte „Am Kloostergarten“ Melanchthonstr. 17, Infos im Seniorenbüro, Tel. 50-2 96 90
- Im Dezember Vom 1.-22. Dez.** „ökum. lebendiger Adventskalender“
Bei warmen Getränken und adventlichem Gesang kommt man bei Familien und Gruppen ins Gespräch. Ansprechpartner: Herr Hippler, Tel. 59 90 26
- Jeden 3. Mittwoch 15.30-18 Uhr** „Spieletreff für jung und alt“
Ab 17. Oktober treffen sich alle, die Spaß am Spielen haben.
Melanchthon Zentrum, Melanchthonstr. 6, Ansprechpartnerin: Diakonin Frau Wenkstern, Tel. 0172/68 63 927
- Donnerstags 15.30-17.30 Uhr** „Offenes Gemeindecafé“
Im Gemeindesaal der St. Martin Gemeinde, steht Kaffee für Sie bereit.
Gabelsberger Str. 32, Ansprechpartner: Herr Hippler, Tel. 59 90 26
- Donnerstags Ab 15.30 Uhr** „Senioren-Tanz“
Wer Spaß an der Bewegung hat, der tanzt. In den Räumen der Paul-Gerhardt-Gemeinde, Markgrafen Str. 125, Infos im Gemeindebüro, Tel. 50-2 96 90

Nehmen Sie doch mal wieder Kontakt auf ...



Bestimmt haben auch Sie jemanden, den Sie aus den Augen verloren haben und bei dem Sie sich melden wollten, aber immer kam etwas dazwischen.

Genau für diesen Fall haben wir Postkarten vorbereitet, die Sie nur noch beschriften und unter dem Motto: „Ich wollte mich mal melden...“ verschicken können.

Die Karten bekommen Sie im Seniorenbüro. Falls Sie die Postkarte zum nächsten gelegenen Briefkasten bringen wollen, können wir Ihnen sagen, wo dieser steht. Und wenn es Ihnen nicht möglich ist, die Karte einzuwerfen, melden Sie sich bei uns, wir helfen dabei!

Rufen Sie uns einfach an unter Tel. 50-2 96 90.

