

Senioren *Heute*

Zeitschrift des Seniorenbeirates der Stadt Dortmund



mit Veranstaltungskalender

Herbst 2019

DORTMUND... hier möchte ich **alt** werden!

Leben

Alles aus einer Hand!

in den Senioreneinrichtungen
der Familie Mohring



In Dortmund

Seniorenhaus Gartenstadt, Kohlgartenstrasse. 5
Seniorenhaus Kurler Busch, Kurler Straße 134

In Lünen

Seniorenhaus Wethmar Mark, Wethmar Mark 76

In Holzwickede

Seniorenhaus Neue Caroline, Carolinenallee 15
Betreutes Wohnen in Holzwickede
Ambulanter Pflegedienst Caroline

In Iserlohn

Seniorenheim Gerlingsen

In Selm

Seniorenresidenz Selm, Ludgeristr. 123
mit Tagespflege und Service-Wohnen;
ab Mai Pflege-Wohngemeinschaften mit ambulanten
Pflegedienst im neuen Ärztehaus

Ansprechpartner bei der Zentralen Verwaltung
in Lünen, Merschstr. 20
Unsere kostenlose Servicenummer: 0800 7923256

www.pflege-mohring.de



Senioreneinrichtungen
Mohring

STADTBEZIRKE

TELEFON

Aplerbeck

Martin Fischer (0231) 44 76 13
 Ursel Alice Lenz (0231) 40 22 73
 Rüdiger Pelzer (0231) 44 54 48

Brackel

Franz Kannenberg (0231) 21 05 58
 Reinhard Preuß (0231) 21 13 30
 Klaus-Dieter Uhlig (0231) 21 78 561

Eving

Helmut Adden (0231) 80 77 00
 Hans J. Unterkötter (0231) 85 84 09

Hombruch

Elisabeth Beyna (0231) 73 58 89
 Prof. Dr. E.-W. Schwarze (0231) 7 02 05
 Walter Wille (0231) 73 12 36

Hörde

Karl-Otto Clemens (0231) 46 63 62
 Rosemarie Liedschulte (0231) 48 44 15

Huckarde

Günter Scheller (0231) 39 40 02
 Dieter Siegmund (0231) 31 04 09

Innenstadt-Nord

Kristina Kalamajka (0231) 81 94 32

Innenstadt-Ost

Margit Hartmann (0231) 92 73 331
 Horst Johann Wesnigk (0231) 13 70 315

Innenstadt-West

Gerda Haus (0231) 17 36 25
 Monika Köster (0231) 17 57 24

Lütgendortmund

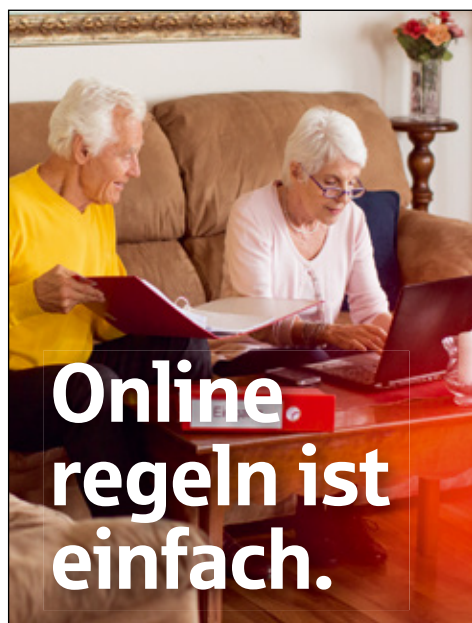
Hannelore Bauer (0231) 60 17 82
 Günter Brangenberg (0231) 63 83 90

Mengede

Horst Erdmanski (0231) 33 76 66
 Bruno Wisbar (0231) 37 07 02

Scharnhorst

Klaus Ahrenhöfer (0231) 23 15 57
 Gertrud Löhken-Mehring (0231) 89 20 20



**Online
regeln ist
einfach.**



sparkasse-dortmund.de

Wenn alles klar und deutlich ist. Mit dem barrierefreien Online-Banking Ihrer Sparkasse zuverlässig von zu Hause aus.

Wir zeigen Ihnen gerne, wie es geht.

 Sparkasse
Dortmund



Der Mensch mit seinen Möglichkeiten und Fähigkeiten steht bei unseren Diensten und Einrichtungen im Mittelpunkt.

Unsere Hilfen sind bedarfsgerecht, verlässlich und kompetent.

- Beratung und Begleitung älterer Menschen
- Hilfen für Menschen mit Behinderungen
- Unterstützung bei psychischen Erkrankungen
- Hilfe in allen pflegerischen Belangen
- Beratung und Entlastung pflegender Angehöriger
- Freizeitangebote für Senioren
- Selbsthilfeunterstützung

Kontakt über

Paritätischer Wohlfahrtsverband NRW
Kreisgruppe Dortmund
Ostenhellweg 42-48/Eingang Moritzgasse
44135 Dortmund
Telefon: (02 31) 189989-0, Fax: -30
dortmund@paritaet-nrw.org
www.dortmund.paritaet-nrw.org

Unter dem Dach des Paritätischen Wohlfahrtsverbandes in Dortmund haben sich rund 200 gemeinnützige Vereine, Organisationen und Initiativen zusammengeschlossen. Sie bieten Unterstützungsleistungen in allen Lebensbereichen an.

Für Seniorinnen und Senioren stehen Ihnen u.a. folgende Mitgliedsorganisationen und Einrichtungen mit Rat und Tat zur Seite:

Alzheimer-Gesellschaft
Arbeiter-Samariter-Bund
Bund Deutscher Pfadfinder
Elfi Pflegeteam
Frauenzentrum Huckarde
Humanitas
Kommunikationszentrum Ruhr (KCR)
Kurzzeitpflege Goethestraße
Lebenshilfe
Mobiles Krankenpflegeteam
Paritätisches Altenwohnheim (Hermann-Keiner-Haus)

prompt gGmbH
Selbsthilfe-Kontaktstelle
Seniorenbüro Innenstadt-Nord
Seniorenwohnungen im Hermann-Keiner-Haus
Soziales Zentrum
VdK
Verein für internationale Freundschaften
Wohnberatung (Kreuzviertel-Verein)
W.I.R. – generationsübergreifendes Wohnprojekt
Zentrum für Gehörlosenkultur

Stadtbezirk Aplerbeck

- *Jeden 1. Donnerstag im Monat von 15.00 bis 16.00 Uhr*
Gemeindehaus der St. Marien-Kirche, Sölder Str. 130
- *Jeden 2. Donnerstag im Monat von 10.00 bis 12.00 Uhr*
Bezirksverwaltungsstelle Aplerbeck, Aplerbecker Marktplatz 21, im Erdgeschoss, Raum 5
- *Jeden 3. Donnerstag im Monat von 14.30 bis 15.30 Uhr*
Städt. Begegnungszentrum Berghofen Am Oldendieck 6
- *Jeden 4. Mittwoch im Monat von 9.30 bis 10.30 Uhr*
Gemeindehaus der Katholischen Kirchengemeinde St. Bonifatius, Gevelsbergstr. 36

Stadtbezirk Brackel

- *Jeden 3. Donnerstag im Monat von 15.00 bis 16.00 Uhr*
Franz-Stock-Haus, Flughafenstr. 56 A
- *Jeden 3. Donnerstag im Monat von 11.30 bis 12.30 Uhr*
Evangelisches Begegnungszentrum der Johanneskirche in Wickede, Hellweg 82-84
- *Jeden 3. Donnerstag im Monat von 14.00 bis 16.00 Uhr*
Begegnungsstätte der Arbeiterwohlfahrt Dortmund-Asseln, Flegelstr. 42
- *AWO, Wambeler Hellweg 7 von 15.00 bis 16.00 Uhr*
(Termin wird in der Presse bekannt gegeben)

Stadtbezirk Eving

- *Jeden 2. Montag im Monat von 15.00 bis 16.00 Uhr*
Städtisches Begegnungszentrum Eving, Deutsche Str. 27
Gemeinsame Beratung mit den Seniorenbeiratsmitgliedern Helmut Adden und Hans Jürgen Unterkötter zu allen Fragen rund ums Thema „Älter werden!“ in der AWO Begegnungsstätte in Dortmund-Brechten, Brambauerstr. 49. Jeweils dienstags ab 15.00 Uhr (Termin wird in der Presse bekannt gegeben)

Stadtbezirk Hörde

- *Jeden 2. Dienstag im Monat von 11.00 bis 12.00 Uhr,*
Bezirksverwaltungsstelle Hörde, Hörder Bahnhofstr. 16, 5. Ebene, Zimmer 518

Stadtbezirk Hombruch

- *Jeden 2. Mittwoch im Monat von 10.00 bis 12.00 Uhr*
Bezirksverwaltungsstelle Hombruch, Eingang Domänenstr., 1. Obergeschoss, Sitzungssaal

Stadtbezirk Huckarde

- *Jeden 2. Dienstag im Monat von 9.00 bis 10.30 Uhr*
Miriam Gemeindehaus, Rahmer Str. 383, gemeinsame Sprechstunde des Seniorenbüros, der Polizei und des Seniorenbeirates

Stadtbezirk Innenstadt-Nord

- *Jeden 1. Dienstag im Quartal Sprechstunde für Senioren von 15.00 bis 16.00 Uhr*
AWO Begegnungsstätte Schumannstr. 6

Stadtbezirk Innenstadt-Ost

- *Jeden 3. Donnerstag im Monat von 11.00 bis 12.00 Uhr*
Wohnstift "Auf der Kronenburg", Märkische Str. 100
- *Jeden 2. Mittwoch im Monat von 10.30 bis 11.30 Uhr*
Ev. Paul-Gerhardt-Kirchengemeinde, Markgrafenstr. 123
- *AWO-Gartenstadt-Kaiserhain, Geßlerstr. 13-15 (ehemaliges Sparkassengebäude), 44141 Dortmund*
(Termin wird in der Presse bekannt gegeben)

Stadtbezirk Innenstadt-West

- *Jeden 3. Dienstag im Monat von 10.00 bis 11.00 Uhr*
im Nachbarschaftstreff im Althoffblock, Steubenstr. 16 (Eingang Neuer Graben)

Stadtbezirk Lütgendortmund

- *Jeden 1. Mittwoch im Monat von 10.00 bis 11.00 Uhr*
Städt. Seniorenbegegnungszentrum, Werner Str. 10

Stadtbezirk Mengede

- *Jeden 2. Donnerstag im Monat von 16.00 bis 17.00 Uhr*
Städt. Begegnungszentrum, Bürenstr. 1

Stadtbezirk Scharnhorst

- *Jeden 1. Donnerstag im Monat von 10.00 bis 12.00 Uhr*
Städt. Begegnungszentrum, Gleiwitzstr. 277 ■

Schlaganfall ein Notfall

Schlaganfall-Hilfe Dortmund e.V.



stroke@klinikumdo.de • www.schlaganfall-hilfe-dortmund.de

Kostenfreie Informationsabende

zum Thema Schlaganfall im Wilhelm-Hansmann-Haus, Märkische Straße 21, 44141 Dortmund

Termine für 2019

Mi., 04.09.2019, Mi., 02.10.2019

Die Themen werden in der nächsten Ausgabe von Senioren Heute bekanntgegeben.

Helfen Sie mit!

**Sie können unsere Arbeit mit einer
Spende unterstützen.**

Spendenkonto: Sparkasse Dortmund
IBAN DE52 4405 0199 0001 2233 30
BIC DORTDE33XXX

Dreifach kommt die Zeit: Zögernd kommt die Zukunft herangezogen,
pfeilschnell ist das Jetzt entfliegen, ewig still steht die Vergangenheit.

Friedrich von Schiller

LATEGAHN

Familienbetrieb seit 1894

Es geht immer um das Leben.

Hochofenstraße 12
44263 Dortmund-Hörde
Telefon 0231 41 11 22

Rathausstraße 14 a
58239 Schwerte
Telefon 02304 1 61 85

auch in Aplerbeck
und Berghofen

info@lategahn.de

schwerte@lategahn.de

www.lategahn.de

■ Ihre Ansprechpartnerin/Ihr Ansprechpartner in den Stadtbezirken	3
■ Sprechstunden des Seniorenbeirates in den Stadtbezirken	5

Zu Beginn 9

Aus der Tätigkeit des Seniorenbeirates 10

■ Wer in der Demokratie schläft, wacht in einer Diktatur auf	10
■ Smart Service Power / Altersgerechtes Wohnen durch intelligente Digitalisierung	11
■ Nachruf	11

Aus den Stadtbezirken 12

■ Nachbarschaft heute – wer wohnt eigentlich nebenan?	12
■ Offene Sprechstunde im Seniorenbüro Innenstadt-Ost	12
■ „Marten liebt Vielfalt – Musik stärkt den Gemeinsinn!“	13
■ „Lebensort Vielfalt“	14
■ Das ist Nachbarschaftshilfe für mich!	15
■ Rollatorentag für mehr Sicherheit im Straßenverkehr und bei der Nutzung von Bus und Bahn	16
■ Das Erzählcafé im Dietrich-Keuning-Haus	17

Informationen 18

■ Jugend backt für Senioren	18
■ Witwen- und Witwerrente – auch für Geschiedene	18
■ Erste Übergabe der Ehrenamtskarten NRW	19
■ Sprachlosigkeit in der medizinischen Versorgung und Pflege – die Beteiligten verstehen sich nicht	21
■ Seniorenkino in der Schauburg	22
■ Seniorenkino in der Filmbühne in Aplerbeck	22

Von Senioren – Für Senioren 23

■ Vereinsamung im Herbst des Lebens	23
■ Die Melodie, die in uns klingt	23
■ Denn die Freude, die wir geben...	23

Magazin – Unterhaltung – Termine 26

■ Die Geschichte mit dem Hammer	26
■ Das Ganze sehen	26
■ Bücherecke	27
■ Rezept	27
■ Schmunzelecke	28
■ Seniorensendungen in Funk und Fernsehen	28
■ Zu guter Letzt	29
■ Termine	29
■ Leserbrief	29
■ Impressum	32

Veranstaltungskalender vom 01.08. bis 31.10.2019 35–70

■ Impressum Veranstaltungskalender	70
------------------------------------	----

Das Titelbild zeigt: Phoenix-See, Fotograf: Dirk May

Wir bieten Ihnen
Stationäre Pflege und Kurzzeitpflege.



Seniorenzentren



SICHER, GEBORGEN UND ZU HAUSE.

Erna-David-Seniorenzentrum

Mergelteichstr. 27-35
44225 Dortmund (Brünninghausen)
Fon: 02 31 - 7 10 61
sz-do-bruenninghs-edz@awo-ww.de

Seniorenwohnstätte Dortmund-Eving

Süggelweg 2-4
44339 Dortmund (Eving)
Fon: 02 31 - 98 51 20-0
sz-do-evling@awo-ww.de

Karola-Zorwald-Seniorenzentrum

Sendstraße 67
44309 Dortmund (Brackel)
Fon: 02 31-92 55-154
sz-do-brackel@awo-ww.de

Seniorenzentrum Dortmund-Kirchlinde

Bockenfelder Str. 54
44379 Dortmund (Kirchlinde)
Fon: 02 31 - 96 70 13-0
sz-do-kirchlinde@awo-ww.de

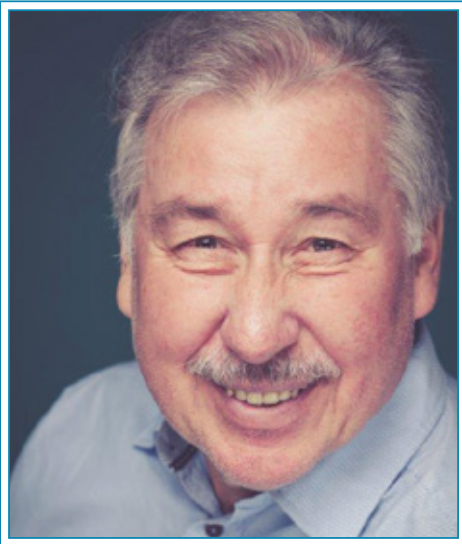
Minna-Sattler-Seniorenzentrum

Mergelteichstr. 10
44225 Dortmund (Brünninghausen)
Fon: 02 31 - 79 36-0
sz-do-bruenninghs-msz@awo-ww.de

Seniorenzentrum Rodenberg

Ringofenstr. 7
44287 Dortmund (Aplerbeck)
Fon: 02 31 - 47 54 88 0
sz-do-aplerbeck@awo-ww.de

Mehr zu uns unter: awo-seniorenzentren.awo-ww.de



Sehr geehrte Leserinnen und Leser,

ich hoffe, es geht Ihnen gut und Sie können den Spätsommer selbstbestimmt genießen. Ich wünsche Ihnen von ganzem Herzen, dass dieser Zustand noch lange, lange so erhalten bleibt.

Was aber ist, wenn plötzlich ein Unglücksfall, eine unerwartete Krankheit oder ein Ereignis im nahen Verwandtenbereich dieses Glück behindert oder gar zerstört? Wenn man auf die Hilfe von Verwandten oder gar wildfremden Menschen angewiesen ist? Von einem Tag zum anderen ist man quasi ausgeliefert. Nicht nur der Seniorenbeirat versucht, diese Schicksalsschläge abzufedern, indem Möglichkeiten gesucht und oft gefunden werden, die eingetretenen Nachteile auszugleichen. Auch die Stadt Dortmund ist sehr bemüht, Hilfen bereit zu stellen. Erste Anlaufstelle für Seniorinnen und Senioren sollten die städtischen Seniorenbüros sein, die in jedem Stadtbezirk vertreten sind.

Allein sind diese vielfältigen Aufgaben jedoch nicht zu bewältigen. Hauptamtliche Kräfte wären viel zu teuer. Man ist daher auf die Hilfe von Ehrenamtlichen angewiesen, die sich in ihrer Freizeit und oft unter Einsatz eigener finanzieller Mittel für ihre Mitmenschen einsetzen. Das kann im Rahmen von Nachbarschaftshilfe, von Besuchsdiensten, der Mithilfe in Begegnungsstätten usw. geschehen.

Haben Sie sich schon einmal überlegt, sich selbst ehrenamtlich einzubringen? Ich persönlich fände es gut, wenn es ein gegenseitiges Geben und Nehmen gäbe. Wenn man sich selbst jahrzehntelang nicht um ein soziales Miteinander kümmert, wird man im Notfall kaum jemanden finden, der einem Gutes tun will. Dann kommt es zu der Situation, die man nicht haben will, Betroffene sitzen einsam und allein in ihrer Wohnung und werden krank.

Keiner kann gezwungen werden, seine Wohnung zu verlassen. Werden Sie also aktiv und schließen sich den unterschiedlichen Gruppen an, helfen Sie mit, andere zu motivieren. In diesem Jahr wurde in Dortmund die Landesehrenamtskarte eingeführt. Ich bin froh, dass es endlich geklappt hat und die vielen Ehrenamtlichen auf diese Weise eine kleine Wertschätzung erfahren. Ich wünsche mir, dass die Skeptiker dieser Karte bald zu der Überzeugung kommen, dass hier etwas Sinnvolles eingeführt wurde.

Abschließend möchte ich nicht versäumen, den hauptamtlichen Kräften, die nahe am Menschen arbeiten, einen herzlichen Dank auszusprechen. Am eigenen Leib konnte ich erfahren, dass im Pflegebereich von Krankenhäusern Personal am Limit arbeitet und dabei deutlich erkannt werden konnte, dass bei den meisten Kräften das Menschliche an allererster Stelle steht. Oftmals geschehen diese herausragenden Tätigkeiten im Hintergrund, der Patient bekommt es nicht mit. Dankbarkeit wird daher wenig erlebt. Ich wünsche dem Pflegepersonal zukünftig eine gute Bezahlung, eine gute personelle Ausstattung und ausreichend Lob von Vorgesetzten.

Ihnen, verehrte Leserinnen und Leser, wünsche ich eine gute Zeit, eine stabile Gesundheit und viel Glück und Zufriedenheit.

Ihr Franz Kannenberg

Aus der Tätigkeit des Seniorenbeirates

■ Wer in der Demokratie schläft, wacht in einer Diktatur auf

Der Seniorenbeirat der Stadt Dortmund vertritt die Interessen der älteren Einwohner*innen in der städtischen Verwaltung, der Politik, gegenüber allen gesellschaftlich relevanten Gruppen und Vereinigungen.

Mit großer Sorge nehmen wir die seit Jahren sich stärker ausprägenden Entwicklungen zur Entsolidarisierung unserer Gesellschaft wahr.

Politische Extreme, rechts- wie linksmotivierte, werden offensichtlich zunehmend gesellschaftsfähig, wählbar und somit legitimiert, die soziale, kulturelle und wirtschaftliche Entwicklung unserer Gesellschaft in ihrem ideologischen Sinn zu gestalten. Insbesondere der Rechtsextremismus ist derzeit die Herausforderung für unsere Gesellschaft.

Er bedroht unsere freiheitliche demokratische Grundordnung und negiert offen die hohen Werte unseres Grundgesetzes (GG). „Die Würde des Menschen ist unantastbar. Sie zu achten und zu schützen ist die Verpflichtung aller staatlicher Gewalt“ (Artikel 1 GG). „Das Deutsche Volk bekennt sich darum zu unverletzlichen und unveräußerlichen Menschenrechten als Grundlage jeder menschlichen Gemeinschaft, des Friedens und der Gerechtigkeit in der Welt“ (Artikel 2 GG).

Als die Verfasser*innen des Grundgesetzes an den Verfassungstexten arbeiteten, waren sie geprägt vom 1. Weltkrieg, der Weimarer Republik, der Unmenschlichkeit des Nationalsozialismus und dem daraus resultierenden 2. Weltkrieg. Die besondere Herausstellung der Unantastbarkeit der Menschenwürde war geboren aus der Unmenschlichkeit. Diese humanistischen Werte sieht der Seniorenbeirat zunehmend bedrängt oder in Frage gestellt.

Aus dieser Sorge heraus stellen wir uns ausdrücklich gegen Gesinnungen und Taten, die Menschen in ihrer Würde, ihrer eigenen Lebensweise, ihrer politischen, religiösen oder sexuellen Orientierung verletzen und ihr Menschsein bedrängen oder beschädigen.

Wir als ältere Generationen sehen uns in einer besonderen Verpflichtung, uns einzubringen und die Diskussion zu führen mit unseren Kindern, Enkeln und Urenkeln zur Bewahrung unseres freiheitlich demokratischen Rechtsstaates.

Wir lehnen jegliche Form von Gewalt ab und würdigen die Einzigartigkeit jedes Menschen.

Eine Erklärung des Seniorenbeirates der Stadt Dortmund. ■

Wenn der Mensch sich etwas vornimmt,
so ist ihm mehr möglich, als er glaubt!

Pestalozzi

Begleitung zu kulturellen Veranstaltungen und Ausflügen gewünscht? Bitte sprechen Sie uns an!



ZeitGut
Ambulanter Betreuungsdienst GmbH

Gesundheits-Service

- Beratung zu Pflegeleistungen
- Individuelle Demenzbetreuung
- Arzt- und Krankenhausbegleitung

Alltagsbegleitung

- Häusliche Betreuung
- Alltagsassistenz
- Besuchs- und Begleitsdienste

Unsere Leistungen können mit Ihrer Pflegekasse abgerechnet werden.



Jagdhausstr. 1a (im Gebäude der Fleming-Apotheke), 44225 Dortmund
Tel. 0231-2 22 51 35 • E-Mail: info@zeitgut-dortmund.de • www.zeitgut-dortmund.de

■ Smart Service Power / Altersgerechtes Wohnen durch intelligente Digitalisierung *Martin Fischer*

Vorstellung des Projektes „Smart Service Power“ durch Frau Dr. Horster

Die Bevölkerung in Deutschland wird, bedingt durch den medizinischen Fortschritt, immer älter. Dadurch nimmt auch der Bedarf an Hilfestellungen immer mehr zu. Die nachwachsende jüngere Generation, die diese Hilfestellung leisten könnte, fehlt zunehmend.

Bereits heute wird von einem „Pflegenotstand“ gesprochen. Dabei wünschen sich die älteren Bürger, so lange wie möglich in ihren eigenen vier Wänden verbleiben zu können. Es gibt bereits Pflegedienste, die keine neuen Patienten mehr aufnehmen können. Und die Angehörigen, die nicht in der Nähe wohnen, machen sich Sorgen, wie die Betreuung sichergestellt werden kann.

Es gibt zwar heute schon Notfallrufsysteme, bei denen am Handgelenk oder an einer Halskette ein entsprechendes Rufsystem ausgelöst werden muss. Da stellt sich dann die Frage, ob der Betroffene dieses Rufsystem auch ständig in Reichweite hat und ist er oder sie körperlich und geistig in der Lage, dieses System auszulösen. Diese Systeme können hilfreich sein, sind aber nur eingeschränkt hilfreich.

Die Frage stellt sich, ob durch weitergehende technologische Unterstützung der längere Verbleib in den eigenen vier Wänden sichergestellt werden kann. Diese Frage wird man sicherlich mit ja beantworten können. Unter Berücksichtigung der Anforderung, dass diese Systeme auch bezahlbar bleiben müssen, wird die Antwort schwieriger werden.

Ein Projekt-Konsortium unter Leitung der Firma VIVAI Software AG und unter Mitarbeit verschiedenster Einrichtungen aus Forschung, Wohnungsunternehmen, Praxisanwendern, Krankenkassen u.a. (um nur einige zu nennen), will die Frage der technologischen Unterstützung klären. Das Projekt wird als so vielversprechend angesehen, dass es bereits mehrere Preise erhalten hat.

Es geht darum, dem Bewohner bzw. der Bewohnerin technische Hilfestellungen zur Verfügung zu stellen, z.B. Sensoren, die die alltäglichen Bewegungen erfassen und auf Besonderheiten, z.B. Stürze reagieren, Pflaster, die die Hautspannung kontrollieren und an das Trinken erinnern, Tabletenspender, die gegebenenfalls an die Einnahme der Medikamente erinnern, an Personenwaagen, die Gewichtsveränderungen registrieren und die In-

formation weiterleiten und nicht zuletzt ein Sprachsystem, über das die Bewohnerin bzw. der Bewohner kommunizieren kann. Smart Service Power fasst hierfür die Daten aus den verschiedenen Sensoren und Geräten auf einer Datenplattform zusammen und wertet sie aus. Durch die Zusammenführung von verschiedenen Daten der Bewohnerin bzw. des Bewohners in Kombination mit intelligenten Analysen und Auswertungen können Bedarfe erkannt und an die entsprechenden Stellen weitergegeben werden.

Durch die Datennutzungskontrolle können Bewohner und Angehörige die Kontrolle über die Daten behalten und entscheiden, welche Daten, wann und in welchem Umfang das Haus verlassen und in die Datencloud gehen. Differenzierte Zugriffsberechtigungen durch sogenannte Rechte- und Rollenkonzepte sorgen dafür, dass Notfalldienste, Ärzte, Pflegedienste, Dienstleister und Krankenkassen rechtlich sicher nur auf ein für sie bestimmtes Datenpaket zugreifen können.

Ein spannendes und vielversprechendes Konzept, das nach Frau Dr. Horster im nächsten Jahr auf dem Markt angeboten werden wird. ■

■ Nachruf

Am 29. April 2019 verstarb Theo Schröder, Träger des Bundesverdienstkreuzes und Inhaber der Ehrennadel der Stadt Dortmund. Theo Schröder war von 2005 bis 2015 Mitglied des Seniorenbeirates der Stadt Dortmund für den Stadtbezirk Innenstadt-Nord. Er hat sein Amt stets mit großem Sachverstand und persönlichem Engagement im Interesse des Seniorenbeirates ausgeübt.

Mit großer Dankbarkeit verbinden wir unsere Trauer um einen geschätzten Menschen, dem wir ein ehrendes Andenken bewahren werden. ■

Hinter jeder Wolke der Trübsal
glänzt doch immer auch ein Stern
der Verheißung.

Karl Heinrich Waggerl

Aus den Stadtbezirken

■ Nachbarschaft heute – wer wohnt eigentlich nebenan?



Begegnungszentrum Mengede und Seniorenbüro Mengede

Sie sind keine Freunde und gehören nicht zur Familie. Und dennoch können sie uns den Alltag erleichtern oder das Leben bis zur Unerträglichkeit vermiesen: unsere Nachbarn.

Ob Nothilfe in Krisenzeiten, kurzfristige Kinderbetreuung oder das Tragen der Einkaufstasche, die doch schwerer geworden ist als geplant – in der Nachbarschaft kann man schnelle Unterstützung oder auch ein freundliches Wort finden. Gute Nachbarschaften bieten Heimatgefühl und lehren Toleranz. Für manche werden zufällige Nachbarn auch zu Freunden oder zur Wahlfamilie, die das eigene Leben bunter und glücklicher machen.

Doch der Spagat aus Nähe und Distanz, aus Toleranz und Eigensinn gelingt längst nicht immer. Nachbarschaft kann nur dann funktionieren, wenn diese Beziehungen im gegenseitigen Einvernehmen und vorurteilsfrei gepflegt werden.

Welche Bedeutung hat Nachbarschaft heute noch?
Heute, wo viele Menschen ständig umziehen, ihre Mitmenschen kaum noch wahrnehmen oder Vor-

urteile und Ängste unser Nebeneinander prägen. Wer kennt seine Nachbarn heutzutage überhaupt noch? Wer macht sich die Mühe, mehr zu erfahren, wie der andere lebt. Wie kann Gemeinschaft gelingen, wenn auch die Herkunftsländer unserer neuen Nachbarn immer vielfältiger werden?

Unsere Frage ist: Wer wohnt eigentlich nebenan?

Das städt. Begegnungszentrum Mengede und das Seniorenbüro Mengede luden in Kooperation mit Lokal Willkommen Mengede/Huckarde und IBB e.V. Dortmund zu einer mehrteiligen Veranstaltungsreihe ein. Seniorinnen und Senioren sowie Zugewanderte waren Zielgruppe dieses Begegnungsangebotes: Wie ist das Ankommen in Dortmund gelungen? Welche Fluchtgeschichten gibt es? Wie sind unterschiedliche Lebensentwürfe und kulturelle Prägungen in die Gemeinschaft einzubringen? Referentin Dr. Katja Sündermann brachte die Teilnehmenden ins Gespräch und unterstützte beim regen Austausch über Familienmodelle, Rollenverteilung, Lebensbiografien, Fluchterlebnisse und den Alltag in der neuen Heimat.

Es entstand – bei selbst gebackenem syrischem Gebäck – eine vertrauliche Atmosphäre, in der jeder dem anderen aufmerksam zuhörte. Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer wollen sich weiterhin treffen und ein gemeinsames Format der Freizeitgestaltung finden. Zunächst wird eine gemeinsame, nachhaltige Pflanzaktion im Mengeder Zentrum geplant.

Jung und Alt, neu zugezogen oder alteingesessen – nur gemeinsam gestalten wir unsere Nachbarschaft!

■ Offene Sprechstunde im Seniorenbüro Innenstadt-Ost

Foto und Text: Seniorenbüro Innenstadt-Ost

Das Seniorenbüro Innenstadt-Ost bietet seit Mai 2019 an jedem 2. Mittwoch im Monat eine offene Sprechstunde in der Kaiserstraße 75 an. Dort befindet sich der Projektraum „KA!SERN“, einem früheren Ladenlokal, das nun offen steht für unterschiedlichste Aktivitäten aus der Nachbarschaft. Er wird von der Nachbarschaftsinitiative „KA!SERN“ zur Verfügung gestellt, die aus engagierten Anwohnern der Kaiserstraße und Umgebung besteht.

Erstmalig startete die offene Sprechstunde am 08. Mai 2019. In der Zeit von 16.30 Uhr bis 18.00 Uhr bot Annette Simmgen-Schmude pflegenden Angehörigen die Möglichkeit einer Beratung.

Am 12. Juni 2019 fand dann die nächste offene Sprechstunde mit Dorothea Börner in der Zeit von 14.30 Uhr bis 16.00 Uhr statt. Schwerpunkt war diesmal die Beratung von Seniorinnen und Senioren

rund um das Kaiserstraßenviertel, z.B. durch das Vorstellen und Vermitteln von Hilfen und Unterstützung im Alltagsleben.

Diese beiden Angebote der offenen Sprechstunde finden zunächst bis Ende des Jahres jeweils im Wechsel statt. „Wir wollen im nächsten halben Jahr sehen, wie die Resonanz auf das Angebot ist und planen dann für 2020,“ sagt Frau Simmgen-Schmude und fügt hinzu, „eine vorherige Anmeldung ist übrigens nicht nötig – jeder ist willkommen!“

Weitere Termine erfragen Sie bitte im Seniorenbüro Innenstadt-Ost unter Tel. 50 – 2 96 90. (siehe auch Veranstaltungskalender). ■



v.l.n.r.: Frau Börner, Frau Simmgen-Schmude

■ „Marten liebt Vielfalt – Musik stärkt den Gemeinsinn!“ Foto und Text: Ingo Rößler



Unter dem Motto „Marten liebt Vielfalt – Musik stärkt den Gemeinsinn!“ startete das Martener Forum eine sehr erfolgreiche Konzertreihe in Marten. Unterstützt wurde das Martener Forum von den Kirchengemeinden im Stadtteil: der Kath. Kirche Hl. Familie, der Ev. Elias-Kirchengemeinde und der Neuapostolischen Kirche.

Anliegen der Konzertreihe ist es, durch das emotionale Medium der Musik Vielfalt als Bereicherung erlebbar zu machen. Es sollen Verbindungen zwischen Menschen, insbesondere jungen Menschen, herge-

stellt werden, die sich für ein friedvolles Zusammenleben aller in Dortmund Lebenden einsetzen.

Initiiert wurde die Konzertreihe von Gerhard Stranz, der auf das Martener Forum Anfang 2019 auf Grund der Presseberichterstattung zukam.

Für den Unterstützerkreis dieser Konzertreihe konnten weiter die Koordinierungsstelle der Stadt Dortmund für Vielfalt, Toleranz und Demokratie, die Galeria Kaufhof, die Musikschule Dortmund, das Orchesterzentrum NRW, die Auslandsgesellschaft NRW und das Ministerium für Familie, Kinder, Jugend, Kultur und Sport gewonnen werden.

Kommende Veranstaltungen der Konzertreihe:

- 06.10.2019 Erntedankfest der Kath. Kirchengemeinde Hl. Familie, Kinderliedermacher Wolfgang Hering lädt zum Mitsingen und Mitmachen ein.
- 12.10.2019 Chorfest – Ev. Immanuelkirche in Marten.

Infos zu aktuellen Veranstaltungen unter www.dortmund-marten.de. ■

Den Menschen
FÜHLBAR
machen

eine gemeinsame Sache

BESTATTUNGSHAUS Weber
BESTATTUNGEN für Dortmund

Unternehmen der Friedhofsgärtner Dortmund eG,
Treuhandstelle für Dauergrabpflege und Bestattungsvorsorge

☎ 92 50 500 & 56 22 93 33

■ „Lebensort Vielfalt“ Manuela Balkenohl



Wohn- und Begegnungszentrum Zehnthof

Das Wohn- und Begegnungszentrum Zehnthof (WBZ) im Dortmunder Stadtbezirk Innenstadt-Ost ist vielen Bürgerinnen und Bürgern seit langem als Pflegeheim der Städtischen Seniorenheime Dortmund gemeinnützige GmbH bekannt.

Das WBZ hat im Laufe der Jahre den Schwerpunkt von der Seniorenpflege auf die „Junge Pflege“ gelegt. Nun leben hier überwiegend jüngere, pflegebedürftige Menschen.

Manuela Balkenohl sagt als Leiterin der Einrichtung: Bei uns sind alle pflegebedürftigen Menschen herzlich willkommen. Dies ist unabhängig von der religiösen, kulturellen oder geschlechtlichen Identität. Mit dieser Grundeinstellung lag es nahe, dass die Einrichtung sich um das Qualitätssiegel „Lebensort Vielfalt“ bemühte.

Das Qualitätssiegel des Bundesministeriums für Familie, Senioren, Frauen und Jugend, erhalten Einrichtungen dann, wenn sie sexuelle und geschlechtliche Minderheiten integrieren und dazu die strukturellen, organisatorischen und personellen

Voraussetzungen schaffen. Letztendlich geht es um eine kultursensible Pflege für Alle.

Wie geht man im Pflegeheim mit Minderheiten um? Wie kann eine kultursensible Pflege bei Menschen, die häufig Diskriminierungen ausgesetzt sind, stattfinden? Was bedeutet die Abkürzung LSBTI (Lesben, Schwule, Bisexuelle, Transgender, Intergeschlechtliche)? Diese Fragen beschäftigten die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter des WBZ in Fortbildungen und Infoveranstaltungen sowie Arbeitskreise innerhalb eines einjährigen Projektes. Nach der ausführlichen Siegelprüfung durch eine vom Bundesministerium bestellte Fachkommission wurde am 20. März 2019 das Zertifikat ausgegeben.

Der Geschäftsführer der Städtischen Seniorenheime Dortmund, Martin Kaiser, Maria Luig als Prokuristin und Manuela Balkenohl konnten die Urkunde, stellvertretend für die Leistung aller Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter, entgegennehmen. Die feierliche Zertifikatsübergabe, bei der Martin Kaiser die Moderation übernahm, war gleichzeitig auch Anlass für eine Party mit Bewohnerinnen und Bewohnern sowie Gäste des WBZ. Die Travestiekünstlerin Carolina del Rio und der bekannte Comiczeichner Ralf König passten gut in den Rahmen des Nachmittags. Ralf König präsentierte seine Comics im Großleinwandformat und Carolina del Rio begeisterte mit ihrer Performancegruppe mit Tanz und Musik. Dass das leibliche Wohl bei der Party nicht zu kurz kam, ist für das WBZ selbstverständlich. Kaffee und Kuchen wie auch das abendliche Buffet waren sehr willkommen.

Das Zertifikat „Lebensort Vielfalt“ ist für alle Beteiligten eine weitere Motivation für eine weltoffene, einfühlsame wie auch individuelle Pflege und Betreuung. Das Wohn- und Begegnungszentrum Zehnthof ist ein guter Ort hierfür. ■



Goethestr. 66 | 44147 Dortmund
Telefon: 0231 98 65 48 48 | kontakt@nak-pflege.de

www.nak-pflege.de

Wir versorgen Sie freundlich, gewissenhaft und professionell insbesondere bei den Pflegethemen:

- ◆ Ambulante Intensivpflege
- ◆ Hauswirtschaftlicher Dienst
- ◆ Betreuung
- ◆ Pflegeberatung/-schulung

■ „Das ist Nachbarschaftshilfe für mich!“

Neue Nachbarschaftshelfer-Kampagne startet in Innenstadt-Nord *Sabrina Tohouegnon*

„Was bedeutet für Sie heute Nachbarschaftshilfe?“ Dieser Frage geht das Seniorenbüro Innenstadt-Nord gemeinsam mit seinen Netzwerkpartnern sowie der Integrationsagentur der Caritas Dortmund durch eine Postkarten-Aktion ab Herbst 2019 auf den Grund.

In vielen Einrichtungen in der Innenstadt-Nord sind ab September Briefkästen aufgestellt, in die ausliegende Postkarten mit Vorschlägen und Gesuchen zur Nachbarschaftshilfe unter dem Motto „Das ist Nachbarschaftshilfe für mich!“ eingeworfen werden können. Mit der Aktion soll auf die vielen Möglichkeiten nachbarschaftlichen Engagements aufmerksam gemacht werden: Senioren, die zum Beispiel für berufstätige Familien an zwei Tagen in der Woche vorkochen oder Familien, welche für Senioren mitkochen: Bei der Nachbarschaftshilfe geht es nicht nur um zeitliche Entlastung, sondern auch um Gemeinschaft und generationsinterne oder generationsübergreifende Unterstützung im Alltag.

In Zeiten der Digitalisierung nutzen auch Nachbarschaftshelfer moderne Kommunikationsmittel: eine

Einkaufsliste schnell mal über WhatsApp versandt und der Einkauf der wenig mobilen Rentnerin wird schnell mal bei dem Familien-Einkauf miterledigt. Zudem gilt es, die Besonderheiten der Innenstadt-Nord zu bedenken. Die besondere kulturelle Vielfalt findet auch Ausdruck in der Nachbarschaftshilfe. Warum also nicht bei einem persönlichen Besuch etwas über türkische Kochrezepte erfahren?

Weil Nachbarschaftshilfe vielfältig ist, fragt die Aktion auch nach guten Beispielen und Ideen. So ist auf der Vorderseite der Postkarte Platz für ein Foto oder ein Statement unter dem Motto: „Das ist Nachbarschaftshilfe für mich“.

Das Seniorenbüro Innenstadt-Nord und die Integrationsagentur der Caritas Dortmund vermitteln zwischen denen, die Hilfe suchen und denen, die Unterstützung bieten.

Infos erhalten Sie beim Seniorenbüro Innenstadt-Nord, Tel. 0231/50-1 13 50 oder der Integrationsagentur der Caritas Dortmund 0231/86 10 80-20. ■



Was ist Nachbarschaft für Sie?*

**Wir suchen Beispiele guter Nachbarschaft und unterstützen diese.
Nachbarschaftshelfer-Briefkästen jetzt auch in Ihrem Quartier!**

**Das ist
Nachbarschaftshilfe
für mich!**

(*Hier ist Platz für ein Foto)

#Packenwiresan!

wohltuend. menschlich.



■ Rollatorentag für mehr Sicherheit im Straßenverkehr und bei der Nutzung von Bus und Bahn *Elke Meyer und Thomas Brandt*

Fast 30 teilnehmende RollatorenfahrerInnen aus dem gesamten Stadtbezirk Brackel und Umgebung wurden am Donnerstag (09.06.) auf dem Parkplatz des Ev. Begegnungszentrums an der Johannes-Kirche in Dortmund-Wickede mit dem richtigen Ein- und Aussteigen nach einer kurzen, allgemeinen Einführung zum Verhalten an der Bushaltestelle und der zielgerichteten Kontaktaufnahme zum Fahrer des beabsichtigten Mitfahrens geschult.

Ralf Becker, Mitarbeiter von DSW21, fand dabei stets die richtigen Worte für die praktischen Anweisungen und individuelle Hilfestellungen:

„Rollator anheben, zuerst mit den Vorderrädern in den Bus, danach die Bremse feststellen wenn der gesamte Rollator steht, an den Türgriffen beim Einsteigen festhalten, Bremse wieder lösen, im Anschluss einen sicheren Platz nach Abstellen des Rollators aufsuchen.“

Nach dem praktischen Teil konnten von den Teilnehmenden noch Fragen gestellt und Alltagserfahrungen mit dem Rollator geschildert werden, bevor es für einige hiernach zur knapp einstündigen Rollatorenwanderung, geführt von Gisela Erdmann, Mitglied im SGV Wickede/Asseln, ging.



Eine kleinere Gruppe nutzte die Gelegenheit, um das Prozedere beim rückwärtigen Aussteigen aus dem Bus einzuüben. Parallel hierzu waren die Nichtwanderer zu Kaffee und Kuchen von der Frauenhilfe Johannes im Begegnungszentrum eingeladen.

Dabei erhielten sie vom örtlichen Bezirksbeamten Polizeihauptkommissar Klaus Senf und von Sevrige Agca und ihrem Mitarbeiter vom gleichnamigen Sanitätshaus Agca wichtige Informationen zum Umgang mit dem Rollator im Alltag, z. B. worauf beim Kauf zu achten ist und wie und wofür der Rollator beim Einkaufen zu nutzen bzw. besser nicht zu nutzen ist.

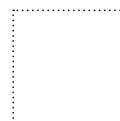
Das ist Nachbarschaftshilfe für mich:

Ich ☐ suche / ☐ biete:

- ☐ Hilfe bei leichten Haushaltstätigkeiten:
-
- ☐ Gespräche und Unternehmungen, persönliche Besuche:
-
- ☐ Vorkochen für Berufstätige/Senioren
- ☐ Gelegentliche Kinderbetreuung
- ☐ Hausaufgabenhilfe
- ☐ Hilfe bei Einkäufen oder im Garten, z.B. Obst pflücken
- ☐ Sonstige Ideen? Vorschläge willkommen:
-
- ☐ Absender
-
-

Info-Telefon 0231 501 1350

**Seniorenbüro
Innenstadt-Nord
Westhoffstraße 8-12
44145 Dortmund**



Auch Gefahrenpunkte mit dem Rollator im Straßenverkehr wurden angesprochen.

Vielfach musste leider festgestellt werden, dass die Rollatoren in ihrer Höhe nicht richtig eingestellt waren, was nicht selten zu Schulter- und Rückenschmerzen bei den jeweiligen BesitzerInnen führte. Glücklicherweise konnte mit wenigen fachkundigen Handgriffen das Problem schnell gelöst werden und eine viel entspanntere und aufgerichtetere Körperhaltung war daraufhin schon nach kurzer Zeit unverkennbar.



Dass es auch bei Rollatoren Gewichts- und Qualitätsunterschiede gibt wurde ebenso vorgestellt wie notwendiges Zubehör und die Leistungen der gesetzlichen Krankenkassen für einen Rollator.

Nach einer knappen Stunde konnten die eintreffenden Wanderer sich ebenfalls bei Kaffee und Kuchen stärken und ihrerseits Fragen zum Rollator stellen oder kleinere Probleme benennen.

Das Team der Frauenhilfe Johannes, Gisela Erdmann, Mitglied im SGV Wickede/Asseln, Elke Meyer und Thomas Brandt, beide vom Seniorenbüro Brackel, waren sich nach der Veranstaltung mit mehr als 50 Besucherinnen und Besucher einig, dass ein derartiges Angebot im Stadtbezirk Brackel auch zukünftig wiederholt werden sollte.

Dies nicht zuletzt auch aufgrund der Prognose, dass die Zahl der RollatorenfahrerInnen in den kommenden Jahren weiter ansteigen und somit unser Stadt- und Straßenbild noch stärker als bislang prägen wird. ■

■ Das Erzählcafé im Dietrich-Keuning-Haus

Kristina Kalamajka

Mit dem Seniorenbeiratsmitglied Kristina Kalamajka haben Sie auch weiterhin die Gelegenheit, sich auszutauschen über das „Gestern, Heute und Morgen“.

Termine:

- Donnerstag, 19. September
- Donnerstag, 17. Oktober
- Donnerstag, 21. November
- Donnerstag, 19. Dezember

von 14.30 bis 16.00 Uhr im Dietrich-Keuning-Haus. ■



**So hilfreich wie nötig,
so individuell wie möglich!**

**Ausgezeichnet mit dem
Unternehmerinnenpreis 2017**

ased – ambulanter Pflegedienst Gabriele Doeppner OHG
Bissenkamp 6 · 44135 Dortmund
ased-Mobil: 0171-3221675 · kontakt@ased.de · www.ased.de

Informationen

■ Jugend backt für Senioren

Kristina Kalamajka

An einem „Buntem Nachmittag“ für Senioren im Begegnungszentrum der Markus-Kirche waren auch Jugendliche der Lydia-Gemeinde anwesend. Als zum Ende der Veranstaltung die Senioren einen kleinen finanziellen Beitrag für Kaffee und Kuchen leisten sollten, waren die Jugendlichen etwas empört. Das wollten sie ändern. Einer der Jugendlichen hatte die spontane Idee, Plätzchen zu backen, diese zu verkaufen und von dem Erlös die Kosten des Nachmittags zu übernehmen. Tatsächlich kam ein beachtlicher Betrag zusammen, so dass die nächsten Nachmittage finanziell gesichert waren.

Erreichen möchte ich, liebe Leserin, lieber Leser, mit diesem Beitrag, dass das Verhalten der Jugendlichen anerkannt wird. Natürlich sind die Senioren in der Lage, die geringen Kosten für Kaffee und Kuchen selbst zu tragen.

Nein, im Vordergrund soll stehen: Auch so ist sie, „Die Jugend von Heute“. ■

■ Witwen- und Witwerrente – auch für Geschiedene *Martin Fischer*

Ja, Sie haben richtig gelesen. Auch Geschiedene können aus ihrer früheren Ehe Anspruch auf Rente haben. Das gilt auch dann, wenn sie auf Unterhaltszahlungen ihres früheren Ehegatten verzichtet haben.

Es sind allerdings einige wichtige Voraussetzungen für einen Rentenanspruch zu erfüllen:

1. Die Ehe muss vor dem 01. Juli 1977 geschieden sein,
2. Sie selbst nach der Ehescheidung zu Lebzeiten ihres früheren Partners nicht wieder geheiratet oder eine eingetragene Lebenspartnerschaft begründet haben und
3. Sie im letzten Jahr vor dem Tod des früheren Ehepartners von diesem Unterhalt erhalten haben oder einen Unterhaltsanspruch gegen ihn hatten.

Deshalb nehmen Sie, falls Sie den Eindruck haben, diese Bedingungen treffen auf Sie zu, Kontakt zu Ihrem Rentenversicherungsträger auf und lassen Sie sich beraten. Es gilt auf jeden Fall, dass Sie erst einen Anspruch nach Antragstellung haben. Deshalb ist es wichtig, so früh wie möglich einen Antrag zu stellen.

Die Beratung ist wichtig, weil die Bedingungen im Detail geprüft werden müssen und die Berechnung des Anspruchs von den Details abhängen.

Und zögern Sie nicht, sich beraten zu lassen. Der o.a. Termin 01. Juli 1977 deutet darauf hin, dass es nicht die Jüngsten sind, die hier einen Anspruch haben könnten.

Das Urteil des Bundessozialgerichtes Berlin von 1986 mit dem Aktenzeichen AZ 5/5b RJ.100/86 gibt ebenfalls einen Hinweis auf eine Anspruchsberechtigung. ■

Was zählt ist Verantwortung.

Beratung zu Themen, die Sie bewegen.

Jeder Mensch hat etwas, das ihn antreibt.

Wir machen den Weg frei.

- Unterstützung z.B. bei Fragen zu erbrechtlichen Überlegungen, Vollmachten und Bestattungsvorsorge
- Persönliches Kassengeschäft
- Verständliche, faire und individuelle Beratung
- Hilfestellung an den Automaten
- Bequeme Wartebereiche
- Unterstützung beim Ausfüllen von Formularen
- Bereitstellung von Sehhilfen

www.dovoba.de

Dortmunder Volksbank



Jede Freude ist ein Gewinn und bleibt es, auch wenn er noch so klein ist.

Robert Browning

■ Erste Übergabe der Ehrenamtskarten NRW

Foto: Katharina Kavermann



Nachdem das Dortmunder Modell zur Förderung der Anerkennungskultur im März vom Rat der Stadt Dortmund verabschiedet wurde, konnten nun die ersten Ehrenamtskarten NRW durch den Vorsitzenden des Vereins zur Förderung der freiwilligen Tätigkeit in Dortmund, Frank Ortmann, übergeben werden.

Über 25 Bewerbungen, die die Voraussetzungen des Landes erfüllen, sind bereits eingegangen, „Wir freuen uns, dass das Interesse bei den Ehrenamtlichen groß ist und wir auf diese Art und Weise Danke sagen können“, so Karola Jaschewski, Geschäftsführerin der FreiwilligenAgentur Dortmund.

Die Ehrenamtskarte soll insbesondere denjenigen Dank und Anerkennung aussprechen, die für ihr

Engagement keine finanziellen Zuwendungen in Form von pauschalen Aufwandsentschädigungen oder Ehrenamtszuschüssen erhalten und durchschnittlich wenigstens fünf Stunden pro Woche bzw. 250 Stunden im Jahr in einem Verein oder einer sozialen Einrichtung ehrenamtlich tätig sind. Auch sind schon die ersten Vergünstigungen, die Dortmunder Unternehmen gewähren, eingegangen.

Über die Ehrenamtskarte hinaus hat der Rat der Stadt Dortmund sich für ein weitreichendes Konzept zur Förderung der Anerkennungskultur ausgesprochen. Hier die Eckpunkte der verschiedenen Bausteine:

Das Dortmunder Modell

- **Ehrenamtskarte NRW**, die Anträge und Unterlagen dazu liegen in der FreiwilligenAgentur aus und können unter www.freiwilligenagenturdortmund.de heruntergeladen werden. Ehrenamtliche, die über zwei Jahre mindestens 5 Stunden pro Woche oder 250 Stunden im Jahr ohne Aufwandsentschädigung in Dortmund tätig sind, haben die Möglichkeit die Ehrenamtskarte NRW zu beantragen. Die Organisationen bestätigen das Engagement entsprechend auf dem Antragsformular.



- **Möglichkeiten zur Wertschätzungskultur**, um auch denjenigen ehrenamtlich Tätigen eine Wertschätzung zukommen zu lassen, welche die Bedingungen der Ehrenamtskarte NRW nicht/ oder noch nicht erfüllen, werden weitere Möglichkeiten zur Anerkennung geschaffen. Diese werden den Verbänden, Vereinen und Organisationen zur Verfügung gestellt.
- **Ehrenamtsnadel:** Ehrung für besonderen persönlichen und ehrenamtlichen Einsatz für die Stadt Dortmund. Die Nadel wird jährlich für ehrenamtliches Engagement im Vorjahr vergeben.
- **Engagementnachweis:** Dokumentation und Bescheinigung fachlicher und sozialer Kompetenzen der im Engagement erworbenen Fähigkeiten.
- **Der Förderfonds für bürgerschaftliches Engagement**, eine konkrete Stärkung und Verbesserung der Rahmenbedingungen für ehrenamtlich Tätige in Organisationen und Vereinen. Mit der Einführung eines Förderfonds erhalten gemeinnützige Organisationen Unterstützungsmöglichkeiten für ihre Ehrenamtlichen in drei Bereichen:

- Aufwandsentschädigungen (Bargelderstattung für Fort- und Weiterbildungen)
- Qualifizierung und Fortbildung von ehrenamtlich tätigen Menschen
- Anerkennung der ehrenamtlich Tätigen durch die jeweilige Organisation (Helferfeste, Weihnachtsfeiern...)

Die Antragstellungen erfolgen gebündelt über die jeweiligen Organisationen.

„Mit dem „Dortmunder Modell“ wird das ehrenamtliche Engagement nachhaltig unterstützt. Wir freuen uns, dass die Bausteine neue Möglichkeiten mit sich bringen, das Ehrenamt noch weiter in den Mittelpunkt zu setzen“, sagt Frank Ortmann.

Weitere Informationen erhalten Sie unter:
www.freiwilligenagenturdortmund.de ■



Die Comunita Seniorenhäuser bieten Ihnen individuelle Tages-, Nacht-, Kurzzeit- und Dauerpflege, Junge Pflege, Palliative Versorgung und Pflege bei Demenz an. Rufen Sie an, wir beraten Sie gerne!

Seniorenhaus Coldinne Stift | Tel. 02306/910 11-0
 Alstedder Straße 150 | 44534 Lünen

Seniorenhaus Josefa | Tel. 0231/206 45-0
 Heinrich-Schmitz-Platz 1 | 44137 Dortmund

Seniorenhaus Lucia | Tel. 0231/829 76-0
 Wickeder Hellweg 93 | 44319 Dortmund

Seniorenhaus Vinzenz | Tel. 0231/999 59-0
 Vogelpothsweg 17 | 44149 Dortmund

Seniorenhaus Zeppelinstraße | Tel. 0231/533 10-0
 Zeppelinstraße 3 | 44369 Dortmund

Seniorenhaus Crefeld | Tel. 0231/17 69 80
 Mörser Straße 1-3 | 47799 Krefeld

Service Wohnen Crefeld | Tel. 0231/17 69 80
 Jungfernweg 13 | 47799 Krefeld

Comunita
 Seniorenhäuser



■ Sprachlosigkeit in der medizinischen Versorgung und Pflege – die Beteiligten verstehen sich nicht *Gertrud Löhken-Mehring, Sprecherin AK Demografischer Wandel*

Mangelnde Deutschkenntnisse in der medizinischen und pflegerischen Versorgung sind ein ernst zu nehmendes Problem.

In den Sprechstunden des Seniorenbeirates, bei Kontakten zu medizinischen und pflegerischen Einrichtungen oder bei Seniorentagen in den Stadtbezirken werden zunehmend Klagen laut, dass Patienten ihren Arzt, ihre Therapeuten in der Rehabilitation oder Pflegebedürftige und deren Angehörige im ambulanten und stationären Bereich beschäftigte ausländische Fachkräfte immer weniger verstehen. Radebrechendes Personal arbeitet mit Menschen. Das verunsichert, bereitet Angst und untergräbt das notwendige Vertrauensverhältnis zwischen Arzt und Patient, zwischen Pflegefachkräften und Gepflegten. Mehr noch, mangelnde Sprachkompetenz gefährdet eine solide Diagnostik, falsche Therapieentscheidungen können Menschenleben gefährden. Die Pflege, ob ambulant oder stationär, lebt von der Sprache und kulturellen Kenntnissen.

Angenommen sein, aufgehoben sein und unter Wahrung der persönlichen Bedürfnisse würdevoll in Pflegeabhängigkeit zu leben, setzen Verständigung, Zugewandtheit und eine Biografie bezogene Gestaltung des Pflegealltages voraus.

Wie funktioniert das in den Kliniken oder Senioreneinrichtungen, wollte der Arbeitskreis Demografischer Wandel des Seniorenbeirates wissen.

Im Gespräch mit der Ärztekammer Westfalen-Lippe, Verwaltungsbezirk Dortmund, konnte in einem sehr offenen und angenehmen Gespräch die aktuelle Lage erörtert werden.

Die Problematik der mangelnden Sprachkompetenz ist bekannt und wird aktiv bearbeitet. Seitens der Ärztekammer werden die geltenden Zulassungsbestimmungen für eine Arbeitserlaubnis durchaus kritisch bewertet. Neben der Anerkennung der ärztlichen Ausbildung sind auch Sprachkompetenzen vorgeschrieben. Die Anforderungen an die sprachliche Kompetenz (mündlich, schriftlich und fachlich) sind von Bundesland zu Bundesland unterschiedlich. Es gibt bundesweit sechs sogenannte Kompetenzniveaus, die auf dem europäischen Referenzrahmen für Sprachen basieren. In NRW wurden 2014 seitens des Landes die Anforderungen angehoben und in die Sprachkurse eingearbeitet. Wird die Prüfung in NRW nicht bestanden, kann diese in einem anderen Bundesland mit einem niedrigeren Standard nachge-

holt werden. Bestanden heißt bestanden, dann auch in NRW.

In unserem Bundesland wird vorausgesetzt, dass Ärzte / Ärztinnen sich „sprachlich flexibel und dynamisch in beruflichen Alltagssituationen bewegen können. Die Sprachinhalte müssen so verstanden und - mündlich wie schriftlich - weitergegeben und erklärt werden können, dass Missverständnisse vermieden werden, Patientinnen und Patienten sprachlich empathisch begegnet werden kann und ärztliche Kolleg*innen aus den Angaben die medizinisch richtigen Schlussfolgerungen ziehen können. Zu einer solchen berufsspezifischen Sprachkompetenz gehören daher nicht nur das Beherrschen medizinischer Terminologien, sondern auch das sprachlich sichere Erfassen und Transferieren von geschilderten Krankheitsverläufen und Unfallhergängen sowie Zustandsveränderungen und die über die unmittelbare Leitsymptomatik hinausgehenden Aspekte wie Vorerkrankungen oder die Familien- und Sozialanamnese“ (Zitat aus dem Flyer „Heilkunst braucht Sprachkunst“ der Ärztekammer WL). Diese Anforderungen teilt der Seniorenbeirat uneingeschränkt.

Wie ist dann erklärlich, dass die Klagen über mangelnde Sprachkunst in den Krankenhäusern zunehmen?

Wie schon dargestellt, ist die bestandene Sprachprüfung auf einem niedrigeren Niveau eines anderen Bundeslandes kein rechtlicher Grund, eine Beschäftigung in NRW zu verbieten.

Der ausgeprägte Fachkräftemangel zwingt zur Sicherung der medizinischen Versorgung zur Anstellung von ausländischen Fachkräften. Mit Stand Februar 2019 verzeichnet die Ärztekammer für die Stadt Dortmund den Beschäftigtenstand ausländischer Ärzt*innen im stationären Bereich mit 25 %. Der Anteil wird in der Zukunft zwangsläufig steigen müssen.

Wie in jedem anderen Beruf reicht eine einmalig erworbene Qualifikation im Verlauf des Berufslebens jedoch nicht aus. Anpassungen der Kenntnisse an den technischen Fortschritt sind unerlässlich. So wie Arbeitgeber in betrieblichen Angelegenheiten fortbilden, diese Fortbildungen bezahlen und ihre Mitarbeiter*innen hierzu verpflichten und freistellen, fordern wir als Seniorenbeirat die Arbeitgeber auf, bei der Weiterentwicklung der Sprachkompetenz

ebenso zu verfahren. Die Kliniken haben Ressourcen, ihr Personal zu schulen. Darüber hinaus stehen sie in der Haftungs- und Organisationsverantwortung.

Wie sieht es eigentlich in den Pflegeeinrichtungen aus? Als Ansprechpartner schien uns die Heimaufsicht richtig. Die Heimaufsicht ist gesetzlich verpflichtet, die Einrichtungen unangemeldet zu kontrollieren und zu beraten. Ihre Aufgabe ist es vordringlich, die Würde, die Interessen und die Bedürfnisse der Menschen in stationärer Betreuung zu schätzen. Die Menschen sollen ein möglichst selbstbestimmtes Leben führen können.

Hierzu bilden die Sprache und Kenntnisse über kulturelle Eigenschaften eine wesentliche Grundlage. Unser Gespräch mit der Heimaufsicht war ernüchternd. Kenntnisse zum Beschäftigungsgrad ausländischer Mitarbeiter*innen liegen nicht vor. Die Qualität der Sprachbeherrschung ist nicht bekannt und wird auch nicht überprüft. Prüfkriterien sind, ob die Anzahl der jeweils Beschäftigten nach Qualifikation seitens des Arbeitgebers eingehalten wird. Das

Pflegeverständnis satt und sauber haben wir längst überwunden, die Heimaufsicht offensichtlich nicht. Na dann, ist ja alles in Ordnung - bei Weitem nicht! Pflege betrifft die intimsten Bereiche des Menschen. Sich verstanden fühlen bedeutet angenommen sein. Von den deutschen Beschäftigten wird zu Recht gefordert, dass sie kultursensibel pflegen. Sich also damit auseinandersetzen, wie der einzelne Pflegebedürftige gepflegt werden möchte, welche kulturellen, ethnischen oder religiösen Besonderheiten in die Pflege und Alltagsgestaltung einfließen müssen. Das fordern wir auch von ausländischen Beschäftigten! Auch hier stehen die Arbeitgeber in der Verantwortung, den pflegebedürftigen Menschen ein würdevolles Leben zu sichern. Dazu gehört neben den pflegerischen Fachkenntnissen ganz zwingend die Steigerung der Sprachkompetenz.

Wir hoffen sehr, mit unserem Gespräch auf Seiten der Heimaufsicht den Blick für diesen sensiblen Bereich geöffnet zu haben und die Heimaufsicht ihrerseits die Beratung der Träger zum besseren Spracherwerb ausländischer Beschäftigter aufnimmt. ■

■ Seniorenkino in der Schauburg

Elisabeth Beyna

Die Schauburg in der Innenstadt, Brückstr. 66, bietet unter dem Motto „Aktuell und nicht alt“ an jedem 4. Sonntag im Monat Seniorenkino an.

Es wird ein Film zum attraktiven Preis von 7,50 Euro, incl. Kaffee oder Tee und Gebäck, gezeigt. Einlass: ab 11.15 Uhr, Beginn: 12.00 Uhr. ■

■ Seniorenkino in der Filmbühne in Aplerbeck

Martin Fischer

Die Filmbühne in Aplerbeck, Schürerstraße 330 bietet an jedem letzten Mittwoch im Monat Kino nicht nur für Senioren an.

Es wird ein Film zum attraktiven Preis von 6,50 Euro, incl. Kaffee und Gebäck gezeigt. Einlass: ab 13.30 Uhr, Beginn: 14.30 Uhr. ■



Med-DoCare

Ambulanter Pflegedienst

- Grundpflege
- Behandlungspflege
- Wundmanagement
- Verhinderungspflege
- zusätzliche Betreuungsleistungen (Entlastungsleistungen 125 € mtl.)
- individuelle Versorgung
- Hauswirtschaft
- 24-h Präsenzkraft *Neu!*

Für Sie kostenlose Beratung unter: **Tel. 0231/4 8823 45**



E-Mail: info@med-docare.de ■ www.med-docare.de
Med-DoCare GmbH ■ Steinkühlerweg 76 ■ 44263 Dortmund

■ Vereinsamung im Herbst des Lebens

Beate Caßau

Der demografische Wandel ist nicht zu leugnen. Der Mensch wird älter und bleibt irgendwann allein zurück. Das ist der Lauf der Zeit und dann beginnt häufig die Vereinsamung, der wir entkommen wollen und die wir nicht akzeptieren müssen. Es gibt viele Möglichkeiten, den bunten Herbst des Lebens nicht allein zu verbringen.

Cafe's und Tanzlokale zum Kennenlernen eines Partners, einer Partnerin sind kaum noch zu finden. So kommt das Medium des Internets zum Einsatz – anonym, zu Hause gemütlich im Sessel sitzend und auf den unendlich vielen Katalogseiten nach den Partner/die Partnerin zu suchen. Hochglanzdarstellungen mit ebensolchen Beschreibungen. Wer beschreibt sich selbst schon nachteilig oder gar objektiv und die jeweilige Motivation der Suche mit der Frage, welche Rolle im jetzigen Leben besetzt werden soll, wird nicht gestellt. Es soll lediglich nach den jeweiligen Bedürfnissen einsetzbar und austauschbar sein, möglichst ohne Verpflichtung und Anstrengung. Entsprechend kritisch sollten die Bilder und Darstellungen von den vielen Einsamen eingeordnet werden. Im Dating-Menü des Lebens, also der Wirklichkeit, wird nur noch ein Speiserest benötigt, als Sättigung, Befriedigung von Bedürfnissen meist untergeordneter Art. Ein Füllmittel für Augenblicke des Fühlens von Einsamkeit oder des Alleinseins, des Mangels an körperlicher Nähe. Eine Momentaufnahme, Momentbefriedigung, um danach wieder in den ansonsten sicher gestalteten Alltag mit all den Kleinigkeiten zurückzukehren. Die Hoffnung auf ein Leben in Zweisamkeit kann illusionär sein, möglicherweise wie eine Seifenblase wieder zerplatzen.

Die Jagd nach dem vermeintlichen „Glück“ im bunten Herbst des Lebens ist häufig nur kurzfristig, damit unserer temporeichen Zeit geschuldet und kann aufgrund von erlebten Enttäuschungen weiter in die Vereinsamung führen. Denn bei der Jagd danach werden u. U. Freunde, Hobbys und Aufgaben vernachlässigt.

Der sorgsame Blick darf, sollte bei allem Tun, egal wo, nicht verloren gehen. Die Lebenserfahrung wird helfen, das Unechte vom Echten zu trennen, ohne allem mit Misstrauen zu begegnen. Das Leben gibt uns tausend Chancen, es gilt nur herauszufinden, welchen Weg wir gehen wollen, im Herbst des Lebens. ■

■ Die Melodie, die in uns klingt

Beate Caßau

Blenden wir alles Laute der Zeit einmal aus und lauschen auf die leisen Töne. Sanfte Momente, ein Augenblick, ein Hauch von Verzückung. Spüren die Perlen der Melodie auf unserer Haut, all unseren Sinnen.

Klang einer Stimme, Geschmack einer Speise, Geruch von Gewürzen aus fernen Ländern oder von ganz nahe. Spüren die Berührung einer Hand auf unserer Hand, lauschen den Tönen einer Melodie aus vergangener Zeit, atmen tief die frische winterliche Luft ein und fühlen uns lebendig, ganz voller Freude. Verankern diesen Moment des Glücks tief in uns, wohl wissend, dass dieses Gefühl, diese Melodie in uns, so nicht wiederkommen wird – dafür jedoch etwas Neues. Jede Zeit des Jahres ist eine gute Zeit, wenn wir sie dazu machen. ■

■ Denn die Freude, die wir geben...

Mechthild Schettke

Gerne unternehme ich gelegentlich mal einen Städtetrip, und so war ich im letzten Herbst mal in Chemnitz. Auf der Rückfahrt gönnte ich mir eine Pause in Jena, landschaftlich reizvoll gelegen. Es ist die zweitgrößte Stadt Thüringens, Universitätsstadt und u.a. auch bekannt durch das Zeiss Planetarium. In einem kleinen Café fand ich in einem Regal einige Ausgaben des AWO Magazins „Meine Chance“, u.a. mit aktuellen Beiträgen zur Selbsthilfe, Gesundheit und Prävention.

Interessiert blätterte ich im Heft und entschied mich dann, es mit nach Hause zu nehmen, wo ich es dann ausgiebig unter die Lupe nahm und großen Gefallen daran fand. Danach verspürte ich Lust, meine Wertschätzung zum Ausdruck zu bringen und schickte umgehend den beiden Frauen in der Redaktion eine Mail. Schon Tage später erhielt ich die Antwort: sie hätten sich sehr über mein Feedback gefreut und regten einen Ost-West-Dialog an, was mich wiederum sehr erfreute! Kurze Zeit später erhielt ich die neue Ausgabe des Magazins zugeschickt, in dem unser Dialog und ein Foto von mir, vor dem Café stehend, veröffentlicht worden war. Jetzt bin ich "wieder am Zug" und gespannt, wie es weitergeht. Ich habe ihnen kürzlich das "Althoffblättchen" zugeschickt, ein kleines Heft für die Nachbarschaft im Althoffblock, an dem ich mich beteilige. ■



Christinenstift

Seniorenpflegeeinrichtung
Kath. St.-Johannes-Gesellschaft Dortmund gGmbH



St. Josefinenstift

Seniorenpflegeeinrichtung
Kath. St.-Johannes-Gesellschaft Dortmund gGmbH



St.-Elisabeth-Altenpflege

Seniorenpflegeeinrichtung
Kath. St.-Johannes-Gesellschaft Dortmund gGmbH



**BESUCHEN
SIE UNS!**

Die Senioreneinrichtungen der Kath. St.-Johannes-Gesellschaft Dortmund gGmbH liegen an zwei Standorten in der Dortmunder Innenstadt sowie in Dortmund-Kurl. Das Selbstverständnis der Betreuung ist von unserem christlichen Leitbild getragen. „Wirken von Mensch zu Mensch“ heißt für uns, ein individuelles Betreuungskonzept zu leben, das die Selbstbestimmung der Bewohner respektiert und fördert.

Das Christinenstift und das St. Josefinenstift liegen in der Dortmunder City und bieten durch ihre zentrale Lage mannigfaltige Aktivitäten. Der Gang über den Wochenmarkt wird ebenso gerne wahrgenommen wie der Besuch des Theaters. Die vielen Cafés und Geschäfte sind ebenfalls in unmittelbarer Nähe fußläufig zu erreichen. Trotz der Stadtlage verfügen diese Einrichtungen über große Innengärten mit grünen Oasen. Wer dagegen die Ruhe der Natur schätzt und den weiten Blick über Felder und Wiesen sowie einen Spaziergang durch den Sinnesgarten genießt, findet in der St.-Elisabeth-Altenpflege die passende Umgebung in Dortmund-Kurl. Die Senioreneinrichtung ist an das St.-Elisabeth-Krankenhaus mit dem Schwerpunkt Geriatrie (Altersmedizin) angebunden.

Christinenstift, Eisenmarkt 2-6,
44137 Dortmund
Telefon: (0231) 18 201-0,
www.christinenstift.de

St. Josefinenstift, Ostwall 8-10,
44135 Dortmund
Telefon: (0231) 55 69 05-0,
www.josefinenstift-dortmund.de

St.-Elisabeth-Altenpflege, Kurler
Str. 130, 44319 Dortmund
Telefon: (0231) 2892-0,
www.elisabeth-dortmund.de

www.st-johannes.de



**KATH. ST.-JOHANNES-GESELLSCHAFT
DORTMUND gGmbH**

Kranken- und Pflegeeinrichtungen

Anzeige Kath. St.-Johannes-Gesellschaft Dortmund gGmbH

Ein Zuhause im Alter

Wohnen in den Einrichtungen der Kath. St.-Johannes Gesellschaft Dortmund

Die Senioreneinrichtungen der Kath. St.-Johannes-Gesellschaft Dortmund gGmbH liegen sowohl in der Dortmunder Innenstadt als auch in Dortmund Kurl. Das Selbstverständnis in der Betreuung ist von unserem christlichen Leitbild getragen. Wir arbeiten mit einem individuellen Betreuungskonzept, das die Selbstbestimmung der Bewohner respektiert und fördert.

Christinenstift

Das Christinenstift, in der City Dortmund gelegen, bietet Aktivitäten, wie den Besuch des Wochenmarktes, des Theaters der Museen oder Cafés. Die Einbeziehung der Angehörigen in verschiedenste Freizeit-Aktivitäten und Feierlichkeiten ist selbstverständlich. Im Innenhof liegt ein großer wunderschöner Garten. Kontakt: (0231) 18 201-0

St. Josefinenstift

Das St. Josefinenstift ist ein Damenstift, direkt am Ostwall gelegen. Durch die zentrale Lage bietet es vielerlei Aktivitäten. Die Fest- und Feierkultur bieten Bewohnerinnen, Angehörigen und Freunden des Hauses ein abwechslungsreiches Programm. Der geschützte Garten ist eine grüne Oase. Kontakt: (0231) 55 69 05-0

St.-Elisabeth-Altenpflege

Die St.-Elisabeth-Altenpflege in Dortmund-Kurl liegt am Stadtrand mit hohem Naherholungswert durch die Ruhe der Natur. Ein weitläufiger Garten lädt zu Spaziergängen im Sinnesgarten ein. Die Einrichtung ist an das St.-Elisabeth-Krankenhaus mit geriatrischem Schwerpunkt angebunden. Kontakt: (0231) 2892-0



Pflegebedürftige werden in professioneller Betreuung stundenweise versorgt

Auszeit für Angehörige

Angehörige, die ein Familienmitglied betreuen, pflegen und unterstützen, leisten über einen sehr langen Zeitraum unendlich viel und vernachlässigen dabei häufig ihre eigenen Bedürfnisse. Es mangelt oft an Zeit, um neue Kraft zu tanken. Die Senioreneinrichtung Christinenstift in der Dortmunder Innenstadt, gegenüber der Thier-Galerie gelegen, bietet pflegenden Angehörigen die Möglichkeit „Zeit für mich“ zu nehmen. An jedem zweiten und vierten Samstag im Monat, von 10 bis 16 Uhr, werden bei diesem Angebot die Angehörigen für einige Stunden aufgenommen, damit Sie Zeit zum Durchatmen haben. Durch die Lage in der Innenstadt bieten sich fußläufig ein Bummel durch die Geschäfte, der Besuch von Cafés oder Restaurants an.

Die Kosten für eine Rundum-Betreuung mit vielen verschiedenen Aktivitäten wie Spielen und Singen, Mittagessen und Kaffeetrinken betragen 8 Euro pro Stunde. Eine vorherige Anmeldung ist bis zum Freitag davor um 12 Uhr im Christinenstift unter der Telefonnummer (0231) 18 201-0 erforderlich. Weitere Infos zur Einrichtung unter www.christinenstift.de

■ Die Geschichte mit dem Hammer *gefunden von Walter Wille*

Ein Mann will ein Bild aufhängen. Den Nagel hat er, nicht aber einen Hammer. Der Nachbar hat einen. Also beschließt unser Mann, hinüberzugehen und ihn auszuborgen.

Doch da kommt ihm ein Zweifel: Was, wenn der Nachbar mir den Hammer nicht leihen will? Gestern schon grüßte er mich nur flüchtig. Vielleicht war er in Eile. Aber vielleicht war die Eile nur vorgeschützt, und er hat etwas gegen mich. Und was? Ich habe ihm nichts angetan; der bildet sich da etwas ein.

Wenn jemand von mir ein Werkzeug borgen wollte, ich gäbe es ihm sofort. Und warum er nicht? Wie kann man einem Mitmenschen einen so einfachen Gefallen abschlagen? Leute wie dieser Kerl vergiften einem das Leben. Und dann bildet er sich noch ein, ich sei auf ihn angewiesen, bloß weil er einen Hammer hat.

Jetzt reicht's mir wirklich. – Und so stürmt er hinüber, läutet, der Nachbar öffnet, doch noch bevor er „Guten Tag“ sagen kann, schreit ihn unser Mann an: „Behalten Sie Ihren Hammer, Sie Rüpel!“ ■

■ Das Ganze sehen *von Walter Wille*

Vor einigen Tagen fiel mir beim Aufräumen unseres Kellers ein altes Schulbuch in die Hände. Ich blätterte darin herum und stieß dabei auf eine Tiergeschichte des Schriftstellers Rudolf Kirsten.

Aufmerksam geworden, las ich das Folgende: „Der Adler hörte viel Schönes über die Nachtigall und er hätte gerne gewusst, ob das auch alles stimmte. Darum sandte er zwei Boten aus – den Pfau und die Lerche. Die beiden sollten das Federkleid der Nachtigall betrachten und ihren Gesang belauschen“.

Nach ihrer Rückkehr sprach der Pfau: „Als ich ihren erbärmlichen Kittel sah, da war ich so enttäuscht, dass ich ihren Gesang gar nicht mehr gehört habe“.

Die Lerche dagegen berichtete: „Ihr Gesang hat mich so begeistert, dass ich ganz vergaß, auf ihr Federkleid zu achten“.

Die kleine, aber doch so geistreiche Geschichte machte mich nachdenklich, denn lassen wir uns nicht allzu oft von unseren ganz persönlichen Erwartungen und Vorstellungen verleiten und können deshalb „das Ganze“ nicht sehen?

Spontan erinnerte ich mich hierzu an ein Erlebnis, das damals mein Denken und Handeln ganz wesentlich veränderte. Ich hatte seinerzeit die Verantwortung für Vertrieb und Marketing eines großen Unternehmens in Süddeutschland. In einem Seminar für Führungskräfte wies uns der Seminarleiter an, oben auf ein leeres Blatt den Namen unseres schlechtesten Mitarbeiters zu schreiben. Ich brauchte nicht lange zu überlegen und schrieb den Namen aufs Papier.

Sodann wurden wir wie folgt aufgefordert:

„Schreiben Sie nun auf, wie es bestellt ist um Familienstand des Mitarbeiters, hat er Kinder, treibt er Sport, hat er bestimmte Hobbies, wo verbrachte er seinen letzten Urlaub, wie ist es um seine beruflichen Ziele bestellt, hat er besondere Stärken und ... und ... und ...“

Schließlich ging der Seminarleiter um das große Tischquadrat herum und schaute auf die größtenteils fast leeren Blätter. Auch auf meinem stand außer dem Namen fast nichts.

Er schwieg lange, dann sagte er mit zutiefst enttäuschter Stimme: „Sie wollen Führungspersönlichkeiten sein und wagen es, Menschen zu verurteilen, die Sie offenbar gar nicht kennen!“.

Damals nahm ich mir vor, im Umgang mit meinen Mitarbeitern etwas zu ändern und das habe ich auch mit großem Erfolg getan. Das Ergebnis waren eine deutliche Verbesserung der Arbeitsergebnisse und ein freudiges gutes Arbeitsklima.

Zum Schluss ein weiteres kleines Beispiel:

Stellen wir uns einmal vor, wir stünden vor einem Wiesenhang. Direkt vor dem Hang stehend kann es sein, dass uns ein verdorrtes Distelgestrüpp missfällt – treten wir aber ein paar Schritte zurück, dann sehen wir die blühende Wiese in ihrer vollen Pracht.

„Das Ganze sehen“ sollte uns deshalb immer wieder ein Auftrag sein vor allem, im Umgang mit unseren Mitmenschen. ■

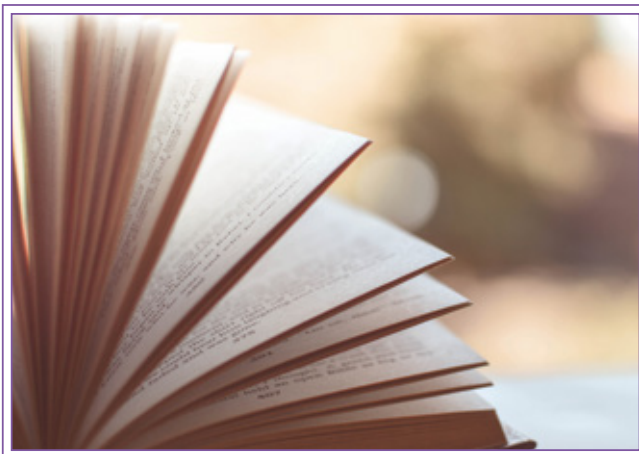
■ Bücherecke gefunden von Kristina Kalamajka

Titel:	Lieber spät als nie Wenn Mütter flügge werden
Autor:	Michaela Seul
Verlag:	Bastei Lübbe, Köln
Preis:	16,00 Euro

Kurzbeschreibung:

Ein aufgeregtes „Ich habe es getan“ dröhnt in den Ohren von Michaela Seul. Was ist passiert? Ihre Mutter war zum ersten Mal mit dem Wagen in der Waschanlage. Das hat bisher immer Papa gemacht. Aber weil der nicht mehr so kann, muss Mama jetzt ran.

Ein liebevoll-amüsantes Buch darüber, wie die eigene Mutter mit Mitte 70 lernt, auf eigenen Füßen zu stehen, sich vom Ehemann zu emanzipieren – und Auto zu fahren. ■



■ Rezept

Himmel und Erde gefunden von Kristina Kalamajka in „Mein Ruhrgebiets-Kochbuch“, WAZ 1994

Zutaten:

- 1 kg saure Äpfel (Boskop oder Klarapfel)
- 1 kg Kartoffeln (mehlig)
- Salz, Pfeffer, Zucker und evtl. Zitronensaft
- 100 g Räucherspeck
- 1 große Zwiebel
- Blutwurst oder Grützwurst oder Panhas

Zubereitung:

Kartoffeln und Äpfel schälen und in Stücke schneiden. **Zusammen** (wichtig!) in wenig Salzwasser garen, kurz stampfen, aber nicht zu Mus.

Mit Salz, Pfeffer, Zucker und Zitronensaft kräftig abschmecken und auf einer Servierplatte hügelartig anrichten und warmstellen.

Dann den Speck würfeln, ausbraten, klein geschnittene Zwiebel darin bräunen und über das Gemüse geben.

Ringsherum das Gericht mit **gebratener** Blutwurst oder Grützwurst oder Panhas belegen. Schmeckt vorzüglich!

„Himmel und Erde“ war ursprünglich ein Gericht der armen Leute. In mageren Zeiten wurde gekocht, was die Speisekammer an Vorräten hergab. So ist auch dieses Gericht entstanden, ca. um die Jahrhundertwende. ■



ICH BIN FÜR DICH DA WENN DU MICH BRAUCHST

- Hausnotruf für Ihre Sicherheit zu Hause
- auch bei Ihnen vor Ort
- monatliche Miete 23,00 €
- Kostenübernahme durch die Pflegekasse möglich
- kostenlose Beratung unter 0 59 71 - 93 43 56

www.vitakt.com

Vitakt[®]
Hausnotruf

■ Schmunzelecke *gefunden von Dieter Siegmund*

Techniker und Kaufleute

Eine Gruppe von Technikern und eine Gruppe von Kaufleuten fahren mit dem Zug zu einer Tagung. Jeder Kaufmann besitzt eine Fahrkarte. Die ganze Gruppe der Techniker hat aber nur eine einzige Karte gelöst. Die Kaufleute schütteln darüber nur den Kopf und freuen sich insgeheim darauf, dass die arroganten Techniker mal eins auf die Mütze bekommen.

Plötzlich ruft einer der Techniker: „Der Schaffner kommt!“ Daraufhin springen alle Techniker auf und zwängen sich in eine Toilette. Der Schaffner kontrolliert die Kaufleute. Als er sieht, dass das WC besetzt ist, klopft er an die Tür: „Die Fahrkarte bitte!“ Einer der Techniker schiebt die Fahrkarte unter der Tür durch, der Schaffner zieht zufrieden ab.

Auf der Rückfahrt beschließen die Kaufleute, den selben Trick anzuwenden. Sie kaufen nur eine Karte für die ganze Gruppe und sind sehr verwundert, als sie merken, dass die Techniker diesmal überhaupt keine Fahrkarte haben. Nach einiger Zeit ruft wieder einer der Techniker: „Der Schaffner kommt!“ Sofort stürzen die Kaufleute in eine der Toiletten und schließen sich ein.

Die Techniker machen sich etwas gemächlicher auf den Weg zum anderen WC. Bevor der letzte Techniker die Toilette betritt, klopft er bei den Kaufleuten an: „Die Fahrkarte bitte!“ ■

Und die Moral von der Geschichte?

Kaufleute wenden zwar gern die Methoden der Techniker an.

Aber sie verstehen sie nicht wirklich!

■ Seniorensendungen in Funk und Fernsehen

Fernsehsender: WDR Fernsehen	Servicezeit Gesundheit Jeden 1. und 3. Montag ab 18.20 Uhr
Radiosender: WDR 4	„Mittendrin“ Begegnungen und Informationen Jeden Samstag 8.00 bis 8.55 Uhr
WDR 5	Erlebte Geschichten Sonn- und an Feiertagen 18.04 bis 18.30 Uhr 22.35 bis 23.00 Uhr
Radio 91,2	„Spätlese“ Seniorengruppe der Altenakademie Dortmund zu aktuellen Themen Jeden 4. Sonntag im Monat im Rahmen der Sendung Bürgerfunk um 19.04 Uhr

■ Zu guter Letzt gefunden von Kristina Kalamajka

1929 im Schneetreiben

Die Tage waren wir eingeladen, meine Frau und ich, auf einem 90. Geburtstag. Das Geburtstagskind hatte die Menschen eingeladen, die ihr wichtig waren, da kam eine ganze Menge zusammen. Mehrheitlich ein bisschen älter.

Wenn man mit 45 Jahren auf einen 90. Geburtstag geht, hat das mehrere Effekte: Man kann sich wieder wie ein Teenager fühlen, denn dass man zu den Jüngsten im Saal gehört, ist ja in meinem Alter auch eher eine Seltenheit. Man kann, wenn mehrere Menschen zusammensitzen, die die 90 überschritten haben, wahnsinnige Rechenaufgaben ausknobeln, wie viele Tage Lebenserfahrung da gerade zusammensitzen und mit diesen Rechenaufgaben später die eigenen Kinder piesacken. Man kann aber auch ganz einfach ein bisschen ehrfürchtig werden. 1929 geboren. Wahnsinn. Es ist ja nur ein langes Menschenleben und in der Geschichte der Menschheit oder der Welt eigentlich nur ein Zucken.

Aber was in diesen 90 Jahren alles passiert ist. Die Welt hat sich komplett geändert. Die Frau, die eingeladen hatte, erzählte, was ihr von ihrer Geburt erzählt worden war: Schneetreiben, die Hebamme sollte geholt werden, kein Auto, alles dauerte und als dann die Hebamme da war, war das Kind schon geboren.

Das ist wahrscheinlich 1929, zumal bei Schnee, vielen Menschen passiert, aber denken Sie an eine Geburt heute: Vorbereitungskurs, Beleg-Hebamme, Kinderzimmer vorher eingerichtet, meterweise Eltern-Literatur, in denen dann so Sachen stehen wie: Fisch in der Schwangerschaft ist gut für das Gehirn des Kindes. Das mag ja auch richtig sein, aber einen nach Grönland vergebenen Nobelpreis, da habe ich jetzt auch noch nichts von gehört. Und da essen sie, so sagt man, viel Fisch. Als mir das mal durch den Kopf ging, habe ich die Lektüre von Elternratgebern an den Nagel gehangen und mehr nach Gefühl agiert. Fühlt sich gut an.

Mit 90 fühlt man sich jetzt vielleicht nicht mehr so sensationell, körperlich gesehen. Altern soll ja nichts für Feiglinge sein und die mit einem goldenen und trügerischen Schimmer versehene Erinnerung an das, was man mal war, macht die Sache bestimmt nicht besser.

Was aber mit 90 oder darüber offenbar zunimmt, scheint eine Gelassenheit zu sein. Zu der Frage, was andere Menschen über einen denken, wie sie einen

selbst bewerten, was für einen selber wichtig ist. Wir leben ja gerade in sehr aufgeregten Zeiten, alle haben Meinungen und natürlich immer recht und dummerweise kann es offenbar nur schwer ertragen werden, wenn jemand eine andere Meinung hat, der ist dann gleich Feind und muss bekämpft werden. Mit 90 Jahren hat man wahrscheinlich jeden Mumpitz schon einmal gehört, kann das einordnen und hat vor allen Dingen zivilisierte Umgangsformen, wenn man sich denn auseinandersetzen will. Die werden ja auch Mangelware, die Umgangsformen. Ich weiß, ich höre mich selber schon wie ein alter Nörgelgreis an: „Jammerjammer, keine Umgangsformen, alle aufgereg, heulheul.“ Aber wenn man wie ich Anhänger der Theorie ist, dass der ganze Mist damit angefangen hat, dass Affen von den Bäumen kletterten und anfangen, aufrecht zu gehen, dann kann es durchaus heilsam sein, ältere Menschen zu sehen, die gelassen sind und Manieren haben und immer noch neugierig sind auf neue Menschen. Trotz oder eben wegen dieser 90 Jahre. Danke für ein schönes Fest.

Tobias Großkemper,
Reporter der Ruhr Nachrichten, Lokalredaktion
Dortmund

■ Termine

Der diesjährige Seniorenachmittag im Rathaus findet am 20. Oktober 2019 statt.

Öffentliche Sitzung des Seniorenbeirates:

- Donnerstag, 29.08.2019
- Donnerstag, 31.10.2019
- Donnerstag, 05.12.2019

Beginn: 14.00 Uhr, Rathaus, Saal der Partnerstädte ■

■ Leserbriefe

Möchten Sie uns etwas mitteilen oder haben Sie Fragen? Wir freuen uns auf Zuschriften an die Redaktion:

Stadt Dortmund

Geschäftsstelle des Seniorenbeirates
Südwall 2-4, 44122 Dortmund
E-Mail: seniorenbeirat@dortmund.de ■



Altersmedizin für Dortmund: Menschlich. Herzlich. Kompetent.

Das Hüttenhospital ist ein traditionsreiches Krankenhaus im Dortmunder Stadtteil Hörde. 1858 als Werkskrankenhaus der Hermannshütte gegründet und seit 1913 am heutigen Standort, hat sich das Hüttenhospital seitdem ständig weiterentwickelt. Die aktuell 164 Betten verteilen sich auf die Fachabteilungen Geriatrie (mit Tagesklinik) und Innere Medizin (mit Intensivstation). Mit mehr als 30 Jahren Erfahrung und circa 3.600 behandelten Patienten pro Jahr verfügt das Hüttenhospital über eine ausgewiesene Expertise für die gesundheitlichen Bedürfnisse älterer Menschen und ist damit das Geriatriische Zentrum der Region.

Seit 2011 wurden Intensivstation, Ambulanz, Endoskopie und Physikalische Therapie um- bzw. komplett neu gebaut. Im Juni 2015 wurde ein vollständig neuer Komfortbereich mit 26 Betten seiner Bestimmung übergeben. Seit Ende 2016 sind alle vorhandenen Patientenzimmer renoviert und auf dem neuesten Stand hinsichtlich Aufteilung und Ausstattung.

In der Behandlung der Patienten setzt das Hüttenhospital auf einen engen Austausch zwischen den verschiedenen Berufsgruppen. Im interdisziplinären Team mit den Ärzten, welche über spezifische Qualifikationen, bspw. in den Bereichen Innere Medizin, Physikalische Therapie, Klinische Geriatrie, suchtmmedizinische Grundversorgung und Palliativmedizin verfügen, steht die Behandlung durch Physiotherapeuten, Ergotherapeuten, Sozialarbeitern, Logopä-

den und der therapeutisch-aktivierenden Pflege im Vordergrund. Das funktionell-aktivierende Konzept ist interdisziplinär aufgestellt, um die verschiedenen Perspektiven der Alltagskompetenz zu berücksichtigen und das optimale Ergebnis für den Patienten zu erreichen. Das Konzept ist geprägt von einem Beziehungsprozess mit zielgerichtete Maßnahmen für die Betroffenen und deren Angehörigen. Schwerpunkte der pflegerischen Tätigkeiten sind der Erhalt der Selbstpflegefähigkeit der Patienten sowie das alltagsorientierte Training bei Selbstpflege-defiziten. Dieses unterstützt die Patienten durch tägliche Motivation, Erlerntes zu wiederholen und weiterzuentwickeln.

Das ganzheitliche Konzept der Klinik: Nicht nur einzelne Erkrankungen und Fähigkeiten stehen im Vordergrund – Komponenten wie die Vorgeschichte eines Patienten, seine Wünsche und Ziele, sein Umfeld u.v.m. fließen ebenfalls in die Therapie ein. So bietet das Hüttenhospital eine individuelle Behandlung, die die Patienten getreu dem Motto des Hauses „zurück ins Leben“ führen kann. Die gute Qualität unserer Leistungen ist 2017 zum bereits fünften Mal mit dem anerkannten KTQ-Zertifikat und 2018 mit dem Qualitätssiegel Geriatrie Add-on des Bundesverband Geriatrie bestätigt worden.


HÜTTENHOSPITAL
Zurück ins Leben





ALTERSMEDIZIN FÜR DORTMUND

MENSCHLICH.
HERZLICH.
KOMPETENT.

Innere Medizin • Geriatrie
Tagesklinik für Geriatrie

Wir kümmern uns -
als Geriatisches
Zentrum Ihrer Region

Unser Team informiert Sie gerne über unsere
medizinischen Angebote.

Am Marksbach 28, 44269 Dortmund-Hörde
Tel. 0231 4619-0, Fax 0231 4619-603
www.huettenhospital.de



HÜTTENHOSPITAL
Zurück ins Leben



Für Senioren da sein

Sie möchten etwas von Ihrer Zeit abgeben und sich für ältere Dortmunder Bürgerinnen und Bürger freiwillig engagieren? Einen interessanten Aufgabenbereich bietet der Besuchs- und Begleitservice für Seniorinnen und Senioren.

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

Informationen:

Stadt Dortmund, Sozialamt, Fachbereich für Senioren,
Kleppingstraße 26, 44122 Dortmund

Ansprechpartner:

Frau Kampmann, Tel. (0231) 50 – 2 70 94

Ehrenamtlicher Seniorenbegleitservice der Stadt Dortmund



Mobiler Bibliotheksdienst

Sie sind vielseitig interessiert und können wegen einer Behinderung, einer Krankheit oder aus Altersgründen die Bibliothek nicht aufsuchen?

Der mobile Bibliotheksdienst bringt Ihnen Bücher und andere Medien ins Haus.

Tel. (0231) 50-2 32 20

E-Mail: Mobiler.Bibliotheksdienst@stadtdo.de

Senioren und Bibliothek

Herr Fabian Köser,

Tel. (0231) 50-2 57 44

E-Mail: fkoeser@stadtdo.de

Stadt Dortmund
Kulturbetriebe



Wer sich an guten Tagen richtig freuen kann,
der ist auch an schlechten Tagen
besser dran.

Phil Bosmans

Impressum

Herausgeber:

Seniorenbeirat der Stadt Dortmund,
Vorsitzender: Franz Kannenberg
E-Mail: seniorenbeirat@dortmund.de

Geschäftsstelle des Seniorenbeirates:

Südwall 2 - 4, 44122 Dortmund
Telefon: 0231/50 – 2 48 87
Telefax: 0231/50 – 2 65 69
E-Mail: seniorenbeirat@dortmund.de

Verantwortlich für die Redaktion:

Elisabeth Beyna, Martin Fischer,
Kristina Kalamajka, Franz Kannenberg,
Günter Scheller, Dieter Siegmund
und Walter Wille

Konzeption:

Werbeagentur L. Kapp
Heiliger Weg 99, 44141 Dortmund

Gestaltung und Layout:

ideen.manufaktur | Agentur Saiko, www.ideemafa.de

Druck:

Stadt Dortmund, Dortmund-Agentur

Nächste Ausgabe: 23. Oktober 2019

Redaktionsschluss für Leserbeteiligungen
und -zuschriften: 23. August 2019

Der Seniorenbeirat ist auch online zu erreichen:
Adresse: www.seniorenbeirat.dortmund.de



Wir sorgen vor – in Ihrem Ohr

SoniTon ist die ganze Welt modernster Hörsysteme. Jetzt kostenloses Testgerät erhalten und bequem zu Hause ausprobieren: individuell konfiguriert und exakt angepasst an Ihre Bedürfnisse. Erleben Sie Ihren Alltag neu!

Tierisch gut hören



Flughafenstraße 2
44309 Do-Brackel
☎ 0231/5452744

Kühlkamp 2–4
44319 Do-Husen
☎ 0231/271210

Körner Hellweg 63
44143 Do-Körne
☎ 0231/8640802

NEUERÖFFNUNG
Siegburgstraße 19
44359 Do-Mengede

Die Hörbiene
Gestochen scharf hören 

Haus & Heimbefuche

Wir tun alles dafür, damit Sie weiterhin gestochen scharf hören. Wenn Sie mögen, machen wir es uns gerne zur Aufgabe, Sie regelmäßig zuhause zu besuchen. Wir überprüfen dann den Zustand Ihrer Hörgeräte.

Fahrservice & Vor-Ort-Service

Wir bringen Sie mit unserem Hörbiene-Bus zügig und sicher in unser Fachgeschäft. Wir versorgen Sie mit Batterien und allem notwendigen Zubehör für die kleinen Helfer.

Kompetent & Seniorengerecht

Alle unsere Leistungen sind seniorengerecht. Jeder unserer Mitarbeiter nimmt sich die Zeit, sich in Ihre Situation individuell hineinzusetzen.

Rundum Service

Falls Ihre Krankenkasse nicht alle Leistungen übernimmt, werden wir vorher mit Ihnen, Ihrer Familie oder dem autorisierten Personal darüber sprechen.

Ach, und Übrigens. Erwarten Sie ruhig, jede Weihnachten von uns süß überrascht zu werden.

Unsere Service-Leistungen sind teils kostenfrei und teils kostenpflichtig. Fragen Sie unser Personal nach eventuell anfallenden Kosten.

Die Hörbiene
Gestochen scharf hören 



DAMIT SIE MIT EINEM LÄCHELN NACH HAUSE GEHEN

Mit Kompetenz und Leidenschaft



An neun Standorten, die sich auf das gesamte Stadtgebiet verteilen, bieten wir professionelle Pflege und individuelles Wohnen mit ungezwungenem Zusammenleben in einer angenehmen Atmosphäre an.

	Seniorenpflege	Tagespflege	Kurzzeitpflege
Seniorenheim Mengede, Mengede	0231 / 33 20-0	0231 / 33 20-5 21	0231 / 33 20-0
Seniorenheim WEISSE TAUBE, Kirchhörde	0231 / 73 82-2 01		0231 / 73 82-2 01
Seniorenwohnpark Burgholz, Innenstadt-Nord	0231 / 47 64 19-0	0231 / 47 64 19-0	0231 / 47 64 19-0
Seniorenwohnsitz Nord, Innenstadt-Nord	0231 / 50-2 60 96		0231 / 50-2 60 96
Seniorenwohnsitz WESTHOLZ, Scharnhorst	0231 / 47 64 34-0		0231 / 47 64 34-0
Seniorenzentrum Haus Am Tiefenbach, Eichlinghofen	0231 / 97 02-0	0231 / 97 02-0	0231 / 97 02-0
Seniorenzentrum Rosenheim, Sölde	0231 / 44 20 44-30	0231 / 44 20 44-30	0231 / 44 20 44-30
Wohn- u. Begegnungszentrum Zehnthof, Innenstadt-Ost	0231 / 56 49-1 05	0231 / 56 49-1 05	0231 / 56 49-1 05
Tagespflege im Wilhelm-Hansmann-Haus, Innenstadt		0231 / 50-2 59 61	

	Service-Wohnen
Friederike Gertrud-Haus, Mengede	0231 / 50-2 66 33
Wohnpark Mengede, Mengede	0231 / 50-2 66 33
Seniorenheim WEISSE TAUBE, Kirchhörde	0231 / 73 82-2 01
Wohnpark Am WESTHOLZ, Scharnhorst	0231 / 47 64 34-0
Seniorenwohnanlage Rosenstraße, Sölde	0231 / 44 20 44-30
Villa Rosenstraße – Wohnen in Wohngemeinschaften, Sölde	0231 / 87 80 30



Unsere Häuser haben das Gütesiegel „Verbraucherfreundliche Einrichtung“ des ISIS erhalten.

Pflege im beschützenden Bereich	
Seniorenzentrum Haus Am Tiefenbach, Eichlinghofen	0231 / 97 02-0

Jüngere Pflegebedürftige	
Wohn- u. Begegnungszentrum Zehnthof, Innenstadt-Ost	0231 / 56 49-1 05



www.shdo.de



Senioren

*Veranstaltungshinweise
für die Stadtbezirke*

*vom
01. August bis
31. Oktober 2019*

*Bildung, Freizeit, Kultur
Beratungsstellen*

„Kraftquellen wiederentdecken - Entspannung und Stressbewältigung für pflegende Angehörige und Angehörige von Demenzerkrankten“

Angehörige, die ein erkranktes Familienmitglied betreuen, unterstützen oder pflegen leisten oftmals über einen langen Zeitraum unendlich viel. Eine Möglichkeit, sich von der anstrengenden Pflege und Betreuung zu entspannen, Stress abzubauen und zu erlernen im Alltag gelassener reagieren zu können, sind unsere speziell für pflegende und betreuende Angehörige entwickelten Entspannungs- und Stressbewältigungskurse.

In unseren Kursen können pflegende Angehörige in angenehmer, störungsfreier Atmosphäre sich selbst und ihre eigene Gesundheit wieder achtsamer wahrnehmen und lernen, ihre eigenen Stärken zu entdecken und zu nutzen. Neben dem Einüben einer Entspannungsmethode zum Stressabbau erfahren die Teilnehmerinnen und Teilnehmer über den Austausch mit anderen Betroffenen Unterstützung und Wertschätzung.

Alle Kurse werden von der Barmer Pflegekasse getragen und sind für pflegende Angehörige, Freunde, Nachbarn aller Pflegekassen kostenfrei! Um allen Interessierten eine Kursteilnahme zu ermöglichen, kann nach Rücksprache während des Trainings eine Betreuung der Pflegebedürftigen vermittelt werden.

Informationen erteilen die jeweils genannten Seniorenbüros.

Kursinhalte:

- eine Entspannungsmethode zum Stressabbau erlernen,
- sich selbst wieder voller Achtsamkeit wahrzunehmen,
- eigene Stärken entdecken und nutzen,
- über den Austausch mit anderen Betroffenen Unterstützung und Wertschätzung erfahren.

Kursleitung:

Angelika Bammann
Praxis für Soziotherapie, Dipl. Pädagogin,
Soziotherapeutin, Krankenschwester,
Pflegeberaterin
Tel. 0231 – 10 18 98

Kursinformationen/Rückfragen:

In den jeweiligen Seniorenbüros

Verantwortliche Durchführung:

Angelika Bammann (Praxis für Soziotherapie) in jeweiliger Zusammenarbeit mit: Barmer Pflegekasse, den Seniorenbüros Brackel, Hombruch, Huckarde, Lütgendortmund, Mengede, Innenstadt-Ost, Innenstadt-West, Innenstadt-Nord, der Caritas, dem Altenzentrum St. Antonius, den AWO Tagespflegen im Eugen-Krautscheid-Haus, in Wickede, im Möllershof und der Westhoffstrasse, der städt. Begegnungsstätte und der Demenzgruppe Lütgendortmund, der Ev. Noah-Kirchengemeinde Nette, dem WHH, der DOGEWO21, dem städt. Begegnungszentrum Mengede,

1. „Ein Schnupperangebot zum Kennenlernen - Entspannung und Stressbewältigung für Angehörige von Demenzerkrankten“

Thema des Angehörigencafés für pflegende und sorgende Familienangehörige im Oktober ist auf Wunsch der TeilnehmerInnen Entspannung und Stressbewältigung im Pflegealltag

AWO Tagespflege Möllershof

Hohle Eiche 81, 44229 Dortmund

Zeit: 17. Oktober 2019, 16.30 – 18.30 Uhr

Sofern für die Zeit des zweistündigen Treffens eine Betreuung der zu pflegenden oder zu betreuenden Angehörigen notwendig ist und diese mitgebracht werden möchten, werden die Betroffenen gebeten sich bitte direkt mit der AWO Tagespflege Möllershof in Verbindung zu setzen. An Demenz Erkrankte können nach Rücksprache, während der Kurszeiten in der Demenzgruppe oder der Tagespflege betreut werden.

NETTE MIETER WILLKOMMEN!

WIR bieten Ihnen, neben der hervorragenden Lage an der Kleppingstraße, eine individuelle Lebensgestaltung in einer barrierefreien, gut ausgestatteten und sicheren Wohnung, in einem anspruchsvollen neuen Gebäude.

SIE können unser detailliertes Informationsmaterial anfordern oder einen persönlichen Beratungstermin vereinbaren.



**DOMIZIL
SCHOEME**

Olpe 8 – 12 • 44135 Dortmund (Haupteingang Olpe 12)
Telefon **0231-52 56 66** oder **0231-94 15 30 26**
www.domizil-schoeme.de
E-Mail: domizil-schoeme@dokom.net

Anmeldungen:**AWO Tagespflege Möllershof:** Tel.: 0231 – 72 73 944**Seniorenbüro Hombruch:** Tel. 0231 - 50-2 83 90**Kneipp –Verein Dortmund e.V.**

Veranstaltungsort: Kneipp-Zentrum, Karl-Marx-Str. 32

Vorträge am 1. Mittwoch im Monat um 17.00 Uhr

Homöopathischer Gesprächskreis

Ort: DO-Mitte, Kneipp-Zentrum, Karl-Marx-Str. 32

Die Homöopathie, bekannt als eine Therapie der „kleinen weißen Globuli“ kennt irgendwie jeder, doch was ist das eigentlich genau und wie wird es richtig angewandt. Früher gab es unter den Homöopathen die gute Tradition, sich in regelmäßigen Abständen mit interessierten Menschen zu treffen und Gesetzmäßigkeiten der Homöopathie sowie einzelne Arzneimittelbilder ausführlich an einem Abend zu besprechen. Dieser Gesprächskreis will diese gute Tradition der Homöopathen wieder aufgreifen und fortsetzen und richtet sich an alle Menschen die sich für Homöopathie, ihre Anwendung und einzelne Arzneimittelbilder interessieren. Jeder ist herzlich willkommen.

An den einzelnen Abenden wird immer ein besonderes homöopathisches Thema behandelt. Zu Beginn des Gesprächskreises gibt es immer eine Einführung in das jeweilige Thema durch die anwesende Homöopathin. Durch das offene Gespräch werden Themen der Homöopathie und das Verständnis dazu lebendig! Jeder Teilnehmer und jede Frage ist herzlich willkommen um sich im Gesprächskreis auszutauschen.

Leitung:Marianne Diel, Heilpraktikerin und Homöopathin, F: 9834850, www.heilpraktikerin-in-dortmund.de**Kosten:** 2 Euro bei Anwesenheit (für die Auslagen der Referentin z.B. für Fotokopien)**Termine:**

am 2. Mittwoch im Monat

Uhrzeit: 18.00 Uhr bis 19.30 Uhr und

am 1. Mittwoch im Monat

Uhrzeit: 17.00 bis 18.30 Uhr**Termine:**

Mittwoch, den 14. August 2019

Mittwoch, den 11. September 2019

Mittwoch, den 09. Oktober 2019

Mittwoch, den 13. November 2019

Veranstaltungsort:

Kneipp-Zentrum, Karl-Marx-Str. 32

Vorträge am 1. Mittwoch im Monat**in der Zeit von 17 bis 18.30 Uhr****Veranstaltungsort:** Kneipp-Zentrum, Karl-Marx-Str. 32**Uhrzeit:** 17 bis 18.30 Uhr**07. August****Krank nach Zeckenstich - die Borreliose**

Ref.: Frau Susanne Fink, Heilpraktikerin Naturheilverfahren und Reflexzonentherapie, Dortmund

04. September**Immunfit forever**

- wie teste und stärke ich mein Immunsystem

Ref.: Frau Dr. med. Petra Sommer, Chefarztin des Kurhauses „Am Maasberg“, Bad Sobernheim

02. Oktober - kein Vortrag**Stadt- und Landesbibliothek Dortmund,
– Senioren und Bibliothek –**

Max-von-der-Grün-Platz 1 – 3, 44137 Dortmund

Tel.: (0231) 50 – 2 57 44

Jeden zweiten Samstag ab 11.00 Uhr im Studio B**„Am Samstag vorgelesen“**

Die Stadt- und Landesbibliothek und die „Wirtschaftsjunioren lesen“ laden herzlich zu einer Vorlesestunde ein.

„... und was haben Sie gelesen?“

Literaturtreff für Menschen ab 60 in der Bibliothek
Über Bücher sprechen, Meinungen austauschen oder Leseanregungen erhalten ist erwünscht beim Literaturtreff. Der findet jeden **dritten Mittwoch im Monat, um 15.00 Uhr im Studio B der Stadt- und Landesbibliothek, Max-von-der-Grün-Platz 1 – 3**, statt. Besucher/Innen können zuhören und auch zur Diskussion über Bücher beitragen die von drei Ehrenamtlichen vorgestellt werden. Die Teilnahme an der Veranstaltung ist kostenlos. Der Literaturtreff ist eine Veranstaltung des Fachbereichs „Senioren und Bibliothek“ der Stadt- und Landesbibliothek Dortmund und des Vereins proKultur. Nähere Informationen unter: Senioren und Bibliothek, (0231) 50 – 2 57 44.

AltenAkademie**Forum für Bildung und Begegnung**

Westfalenpark Florianstr. 2, Eingang: Baurat Marx Allee

Nähere Infos montags bis freitags von 9.00-12.30 Uhr unter

Tel.: (0231) 12 10 35 oder www.altenakademie.de

Anmerkung: Der Teilnehmerbeitrag beläuft sich auf 7,00 Euro zzgl. Parkeintritt Ausnahme: Film-Café jeweils 12,80 Euro zzgl. Parkeintritt, Ägyptologie: jeweils 9,50 Euro zzgl. Parkeintritt

Dienstag, 20. August

**Verkehrswege in Europa –
Der Gotthard Basistunnel**

Beginn: 17.00 Uhr

Referenten: Florian Guballa + Gerd Hölscher

Teilnehmerbeitrag: kostenfrei, jedoch Parkeintritt.

Samstag, 24. August

Semestereröffnung mit Sommerfestcharakter

Beginn: 12.00 Uhr

Teilnehmerbeitrag: kostenfrei, jedoch Parkeintritt.

Freitag, 30. August

Ahnenforschung

Beginn: 14.00 Uhr |

Referent: Roland zu Dortmund e.V.

Teilnehmerbeitrag: 10,00 Euro, zzgl. Parkeintritt.

Hildegard von Bingen

Beginn: 15.00 Uhr | **Referentin:** Monika Henkel

Teilnehmerbeitrag: 7,00 Euro, zzgl. Parkeintritt.

Dienstag, 03. September

Henri Matisse

Beginn: 16.30 Uhr | **Referent:** Frank Scheidemann

Teilnehmerbeitrag: 7,00 Euro, zzgl. Parkeintritt.

Freitag, 06. September

Artenvielfalt

Beginn: 15.00 Uhr | **Referent:** Herr Lemm

Teilnehmerbeitrag: 7,00 Euro, zzgl. Parkeintritt.

Wohnen im Schatten des Förderturms

Beginn: 15.30 Uhr | **Referentin:** Gabriele Unverferth

Teilnehmerbeitrag: 7,00 Euro, zzgl. Parkeintritt.

Dienstag, 10. September

Pablo Picasso

Beginn: 16.30 Uhr | **Referent:** Frank Scheidemann

Teilnehmerbeitrag: 7,00 Euro, zzgl. Parkeintritt.

Freitag, 13. September

Führung durch die Stadt- und Landesbibliothek

Dortmund

Beginn: 11.00 Uhr

Teilnehmerbeitrag: 10,00 Euro, zzgl. Parkeintritt.

Filmcafé: Der Vorleser

Beginn: 14.30 Uhr | **Referent:** Wolfgang Hoffmann

Teilnehmerbeitrag: 12,80 Euro, zzgl. Parkeintritt

Immobilienbewertung

Beginn: 16.30 Uhr | **Referent:** Frank Westholt

Teilnehmerbeitrag: 7,00 Euro, zzgl. Parkeintritt

Montag, 16. September

Gehört Russland zu Europa?

Beginn: 15.00 Uhr | **Referentin:** Frau Dr. Stolberg

Teilnehmerbeitrag: 7,00 Euro, zzgl. Parkeintritt.

Dienstag, 17. September

Apollo 11

Beginn: 19.00 Uhr | **Referent:** Dr. Tom Fliege

Teilnehmerbeitrag: 7,00 Euro, zzgl. Parkeintritt.

Montag, 23. September

Flandern – im Schatten der europäischen Hauptstadt

Beginn: 15.00 Uhr | **Referent:** Hartmut Neumann

Teilnehmerbeitrag: 7,00 Euro, zzgl. Parkeintritt.

Dienstag, 24. September

Die Arbeit des Gast-Hauses

Beginn: 19.00 Uhr | **Referentin:** Frau Lauterborn

Teilnehmerbeitrag: 7,00 Euro, zzgl. Parkeintritt.

Freitag, 27. September

100 Jahre Frauenwahlrecht

Beginn: 15.00 Uhr

Referentinnen: Frau Henkel u. Frau Leyh

Teilnehmerbeitrag: 7,00 Euro, zzgl. Parkeintritt.

Alte Seidenstraße

Beginn: 15.30 Uhr | **Referent:** Dr. Hartwig Gielisch

Teilnehmerbeitrag: 7,00 Euro, zzgl. Parkeintritt

Freitag, 04. Oktober

Peking

Beginn: 15.30 Uhr | **Referent:** Dr. Hartwig Gielisch

Teilnehmerbeitrag: 7,00 Euro, zzgl. Parkeintritt

Dienstag, 08. Oktober

Quo vadis Europa

Beginn: 16.30 Uhr | **Referent:** Dr. Hartwig Gielisch

Teilnehmerbeitrag: 7,00 Euro, zzgl. Parkeintritt

Die Hausapotheke

Beginn: 19.00 Uhr | **Referentin:** Frau Diel

Teilnehmerbeitrag: 7,00 Euro, zzgl. Parkeintritt.

Freitag, 11. Oktober

Filmcafé: Die Brücke

Beginn: 14.30 Uhr | **Referent:** Wolfgang Hoffmann

Teilnehmerbeitrag: 12,80 Euro, zzgl. Parkeintritt

Dienstag, 29. Oktober

Das Bauhaus: Von der Vorgeschichte bis zur Auflösung

Beginn: 16.30 Uhr | **Referent:** Frank Scheidemann

Teilnehmerbeitrag: 7,00 Euro, zzgl. Parkeintritt.

Seniorenbüro Innenstadt-Ost

Märkische Straße 21, 44141 Dortmund
Anmeldung und nähere Informationen:
Tel.: (0231) 50 - 2 96 90

Ab Mai 2019

Eröffnung des neuen Repaircafés im Stadtbezirk Innenstadt-Ost

Interessenten für eine freiwillige Mitarbeit im Reparatur-Team sind eingeladen, sich im Seniorenbüro Innenstadt-Ost oder bei der Nachbarschaftsinitiative Ka!sern unter post@kaiser.de zwecks näherer Information zu melden. Oder Sie kommen persönlich vorbei. An jedem 20igsten des Monats trifft sich das Projektteam um 19.00 Uhr in der Kaiserstraße 75, 44135 Dortmund."

Jeden 2. Mittwoch im Monat

Außensprechstunde des Seniorenbüros Innenstadt-Ost im Projektraum „Ka!sern“

Ort: Kaiserstraße 75, 44135 Dortmund

Uhrzeit: in den ungeraden Monaten
von 16.30 – 18.00 Uhr

Termine: 11. September, 13. November

Uhrzeit: in den geraden Monaten
von 14.30 – 16.00 Uhr

Termine: 14. August, 09. Oktober, 11. Dezember

In der frühen Sprechstunde sollen Seniorinnen und Senioren aus der Umgebung sich angesprochen fühlen, denen der Weg ins Wilhelm-Hansmann-Haus zu weit ist.

Sprechstunde: Frau Börner

Die späte Sprechstunde ist für pflegende Angehörige gedacht, die noch berufstätig sind und daher zu den „normalen“ Öffnungszeiten nicht zur Beratung kommen können.

Sprechstunde: Frau Simmgen-Schmude

Für Rückfragen: Seniorenbüro Innenstadt-Ost, Tel. 50-29690 oder Email: seniorenbuero.ost@dortmund.de

Seniorenbüro Innenstadt-West

Lange Str. 42, 44137 Dortmund
Anmeldung und nähere Informationen:
Tel.: (0231) 39 57 214#

Jeden 1. Freitag im Monat

Hilfe für an Demenz erkrankte Menschen und Angehörige: Stadtbezirk Innenstadt: Pflegepause - Frühstückstreff und Gesprächskreis für Angehörige von Menschen, die an Demenz erkrankt sind

Die AWO Tagespflege und das Seniorenbüro Innenstadt-West laden herzlich zum Frühstückstreff ein,

um Fragen los zu werden und Tipps auszutauschen. Demenzerkrankte Angehörige können während dieses Treffens in der Betreuungsgruppe des Eugen-Krautscheid-Hauses betreut werden.

Zeit: 09.00 – 11.00 Uhr

Ort: Eugen-Krautscheid-Haus

Lange Str. 42, 44137 Dortmund

Kostenbeitrag: 3,- Euro.

Um Anmeldung wird gebeten! Das Angebot wird immer von einer Fachkraft begleitet.

Frau Jung, AWO-Tagespflege, Tel.: 39572-18,

Frau Tenholt, Seniorenbüro Innenstadt-West,

Tel. 39572-14

Forum Dunkelbunt. Lasst uns reden über das Sterben, den Tod, die Trauer e.V.

Beate Schwedler

Saarbrücker Straße 40, 44135 Dortmund

Tel: 0231 – 533 00 880, E-Mail: kontakt@forum-dunkelbunt.de

Web: forum-dunkelbunt-verein.de

Blog: forum-dunkelbunt.de

Bürozeiten: montags, dienstags, mittwochs, freitags 9 Uhr bis 12 Uhr / mittwochs auch 13 bis 17 Uhr

Das Forum Dunkelbunt ist auch Träger des Ambulanten

Kinder- und Jugendhospizdienstes Löwenzahn

E-Mail: hospizdienst@forum-dunkelbunt.de

Web: ambulanter-kinderhospizdienst-dortmund.de

Forum Dunkelbunt e.V. präsentiert neue Form von Trauerbegleitung

Zurück ins Leben: Das Forum Dunkelbunt e.V. lädt ein zu einer neuen Form der Trauerbegleitung. Wir erleben einen schönen Abend und sprechen hierbei mit interessanten Gästen über aktuelle Themen – aber nicht (!) über die Trauer. Nicht jeder, der sich in der ersten Zeit der Trauer nach dem Verlust eines wichtigen Menschen findet, fühlt sich in der Lage, in einer Trauergruppe oder einem Trauercafé mit anderen über die Trauer zu sprechen. Manchen ist dies zu intim, manche suchen einfach in dieser Zeit schlicht etwas anderes, nämlich etwas, das behutsam wieder zurückführt ins Leben.

Nicht jeder möchte öffentlich über seine Trauer sprechen

Nicht jeder Trauernde möchte sich in einer Gruppe über die Trauer auseinandersetzen. „Vielen geht es vor allem darum, wieder in das Leben zurückzufinden, einerseits mit anderen Menschen und andererseits aber durchaus in einem Schonraum – denn man fühlt sich dem normalen Leben einfach noch nicht ganz gewachsen“. Diesen Schonraum bieten die „Dunkelbunt-Abenden.“

Die Dunkelbunt-Abende

Das neue Angebot für Trauernde sind die „Dunkelbunt-Abende“ in Räumen des Bier Café West am Westpark, die jeweils einmal im Monat an einem Mittwohabend stattfinden und verschiedene Themen haben. Hier geht es um Themen des alltäglichen Lebens, zu denen interessante Gäste eingeladen und in einer Art Talk-Show interviewt werden. Natürlich können auch die Besucher Fragen stellen und mit den Gästen des Abends in Austausch kommen.

Premiere: Dunkelbunt-Abend mit Stehaufmännchen

Als Premiere lädt das Forum Dunkelbunt e.V. ein zum „Dunkelbunt-Abend mit Stehaufmännchen“ am Mittwoch, 5. September, ab 19 Uhr im Bier Café West. An diesem Abend geht es darum, wie es ist, nach einem Fall wieder aufzustehen, bzw., wie man dies hinbekommt. Gäste sind zwei, die den Dortmundern vermutlich nicht unbekannt sind: Zum Einen Andrea Kessler, die auf dem Dortmunder Wochenmarkt an einem Stand frisch gefilterten Kaffee verkauft und zum anderen das Dortmunder **Lasst uns reden über das Sterben, den Tod, die Trauer e.V.**

AWO Eugen-Krautscheid-Haus

Lange Str. 42, 44137 Dortmund

Kartenreservierung, Anmeldung und nähere Informationen:

Tel.: (0231) 39 57 20

Polizeiberatung:

Die Bezirksbeamtin der Dortmunder Polizei Bereich Innenstadt West steht **jeden 1. Mittwoch im Monat in der Zeit von 11.00 – 12.00 Uhr** für eine offene Sprechstunde zu Verfügung.

Lebensläufe e.V. „Von Frauen für Frauen“

Treffen der Reha Gruppe im Eugen-Krautscheid-Haus, Lange Str. 42.

Jeden Freitag 10:00 – 11:30 & 11:30 – 13:00

Spezielles Sportangebot für krebserkrankte und nicht erkrankte Frauen zur aktiven Krebsprävention.

Info & Anmeldung: Brigitte Dillenhöfer

Telefon: 0231- 63 57 13.

Gesprächskreise:

Mittwoch, 07. August, 04. September und 02. Oktober „Philosophisches Gespräch“

Beginn: 14.30 Uhr

An jedem 1. Mittwoch im Monat bietet das Eugen-Krautscheid-Haus einen moderierten Gesprächskreis an. Die TeilnehmerInnen diskutieren über selbst gewählte Themen. *Die Teilnahme ist kostenfrei! Um vorherige Anmeldung unter 39 57 20 wird gebeten.*

Donnerstag, 01. August, 15. August, 05. September, 19. September und 17. Oktober

Politik-Treff

Beginn: 14.00

Moderierter Gesprächskreis zu aktuellen politischen Themen. Die TeilnehmerInnen diskutieren über selbst gewählte Themen. *Die Teilnahme ist kostenfrei! Um vorherige Anmeldung unter 39 57 20 wird gebeten.*

Mittwoch, 14. August, 11. September und 09. Oktober

Stammtisch „English Spoken“

Beginn: 15.00 Uhr

Stammtisch für alle, die gern Englisch sprechen und so ihren Sprachschatz erhalten und auffrischen möchten. *Die Teilnahme ist kostenfrei! Infos unter 39 57 20*

Veranstaltungen:

Donnerstag, 01. August, 15. August, 05. September, 19. September und 17. Oktober

Handarbeitstreff

Beginn: 13.30 Uhr

In geselliger Runde kann jede/-r machen, was sie/er will: stricken, häkeln, basteln.... *Die Teilnahme ist kostenfrei! Um vorherige Anmeldung unter 39 57 20 wird gebeten.*

Montag, 12. + 26. August, 09. + 23. September, 14. + 28. Oktober

Singen mit Andreas

Beginn: 14.30 Uhr

In netter Runde werden beliebte Volks- und Wanderlieder gesungen, begleitet mit Gitarre und Mundharmonika. *Die Teilnahme ist kostenfrei! Um vorherige Anmeldung unter 39 57 20 wird gebeten.*

Das neue Programm 2/2019

Mit über 1.800 Veranstaltungen bietet die VHS Dortmund wieder ein abwechslungsreiches Programm. Das aktuelle Programmheft ist 240 Seiten stark und präsentiert neben den Klassikern natürlich auch aktuelle Highlights wie z. B.

- Körperschulung, Bewegung,
- Kochen und Ernährung,
- Sprachen
- Politik, Gesellschaft, Ökologie,
- EDV,
- interessante Vorträge und Exkursionen.



Vorträge:

Mittwoch, 25. September

Vortrag:

„Vorsorgevollmacht & Patientenverfügung“

Beginn: 14.30 Uhr

Kerstin Jung & Marion Koslowski vom Seniorenbüro Innenstadt-West informieren rund um die Themen Vorsorgevollmacht und Patientenverfügung.

Teilnahme ist kostenfrei, um Anmeldung unter Tel.: 39 57 20 wird gebeten

Mittwoch, 16. Oktober

Vortrag: „Unfallgefahren und Unfälle im Haushalt vermeiden“

Beginn: 14.30 Uhr

Jan Hoppmann von der Wohnberatung Dortmund/Kreuzviertelverein weist in seinem Vortrag auf Unfallgefahren im Haushalt hin und gibt Tipps zur Unfallvermeidung. Teilnahme ist kostenfrei, um Anmeldung unter Tel.: 39 57 20 wird gebeten

Tagesfahrten:

Das Eugen-Krautscheid-Haus bietet von August bis Oktober verschiedene Tagesfahrten an. Die Teilnehmergebühr ist abhängig von den Kosten für Eintritte bzw. Führungen.

Mittwoch, 07. August, 08:30 Uhr

Besichtigungsfahrt: Ahrweiler

TN-Gebühr: 22,00 Euro (einschl. Stadtführung)

Kartenvorverkauf beginnt am 26.06., Tel. 39 57 20

Dienstag, 20. August, 08:15 Uhr

Besichtigungsfahrt: Hannoversch Münden

TN-Gebühr: 22,00 Euro (einschl. Stadtführung)

Kartenvorverkauf beginnt am 09.07., Tel. 39 57 20

Donnerstag, 05. September, 08:30 Uhr

Besichtigungsfahrt: Rheine

TN-Gebühr: 22,00 Euro (einschl. Stadtführung)

Kartenvorverkauf beginnt am 25.07., Tel. 39 57 20

Dienstag, 17. September, 08:15 Uhr

Besichtigungsfahrt: Schloss Corvey & Höxter

TN-Gebühr: 22,00 Euro (einschl. Stadtführung)

Kartenvorverkauf beginnt am 06.08., Tel. 39 57 20

Sonntag, 15. September

Rollstuhllun – Rund & Roll

Laufen, Gehen oder Rollen für den guten Zweck! Ein inklusives, integratives und internationales Fest!

Ort: Botanischer Garten Rombergpark

(um den großen Teich)

Beginn: ab 14.00 Uhr

Der Rollstuhllun- Run & Roll geht in die 4. Runde! Unter der Schirmherrschaft der Dortmunder Bürgermeisterin Birgit Jörder veranstaltet das gemeinnützige Projekt „Den Kindern zuliebe“ mit Hilfe von vielen Sponsoren und Freiwilligen einen Spendenlauf. Der gesamte Erlös wird zugunsten von 4500 Waisen- und Schulkindern in Bangladesch gespendet.

Eine integrative und kulturelle Begegnung zwischen Jung und Alt und Menschen mit und ohne Rollstuhl. Vielfältiges Unterhaltungsprogramm mit Musik, Kinderaktionen, Infoständen und Essen aus aller Welt. Zur Auswahl stehen 1,5 km oder 5 km. Alle sind herzlich willkommen! Rollstuhlfahrer werden, wenn gewünscht, von Helfern unterstützt.

Weitere Informationen und Anmeldung bis zum 12.09.2019 online über <https://www.forkidssake.net/rollstuhllun> oder telefonisch unter 0231-1762578. Den Kindern zuliebe * Am Hülsenberg 170 * 44227 Dortmund * Email: denkindernzuliebe@web.de

APLERBECK

Begegnungszentrum Berghofen

Am Oldendieck 6, 44269 Dortmund

Leitung: Burkhard Wulf

Tel.: (0231) 48 67 78, Fax: (0231) 2 22 61 13

E-Mail: bwulf@stadtdo.de

Skat

Die Skatgruppe trifft sich jeden **Donnerstag ab 13.00 Uhr.**

Skat ist nicht nur Männersache, Damen sind bei uns gern gesehene Mitspielerinnen. Alle Interessierten sind herzlich willkommen. Wir freuen uns auf Sie!

Doppelkopf

Die Doppelkopfgruppe trifft sich jeden 2. und 4. Montag im Monat ab 14.00 Uhr.

Genaue Termine erfragen Sie bitte im Begegnungszentrum

Treffen der Rummikubgruppe

Rummikub ist ein leicht zu erlernendes Gesellschaftsspiel. Die Gruppe trifft sich jeden 2. Mittwoch im Monat im städt. Begegnungszentrum. Am Oldendieck 6 in der Zeit von 14.00–16.30 Uhr. Ansprechpartnerin ist die ehrenamtliche Mitarbeiterin Heidi Schirra.

APLERBECK

Arbeitsgemeinschaft Schneidern

Die Arbeitsgemeinschaft trifft sich jeden Freitag in der Zeit von 9.00–12.00 Uhr.

Jeden Montag

Seniorenkreis

Zeit: 15.00 Uhr | **Ort:** Ev. Kirchengemeinde Schüren
Gemeindezentrum, Schürener Str. 63
Tel.: (0231) 45 55 23

Jeden Dienstag (außer in den Schulferien)

Geselliges Tanzen für Jung und Alt

Zeit: 16.00 Uhr | **Ort:** Ev. Kirchengemeinde Schüren
Gemeindezentrum, Schürener Str. 63
Tel.: (0231) 45 55 23

Jeden Donnerstag (außer in den Schulferien)

Offener Mittagstisch

Zeit: 12.00 Uhr | **Ort:** Ev. Kirchengemeinde Schüren

Hildegard-Maas-Haus, Gevelsbergstr. 98

Tel.: (0231) 45 55 23

Evangelische Georgs-Kirchengemeinde Aplerbeck

Ruinenstr. 37, 44287 Dortmund

Kontakt Frau Marlis Demski,

Köln-Berliner Str. 58, 44287 Dortmund

Tel.: (0231) 44 37 42

Jeden Donnerstag

Gemeindecafé mit Frau Marlis Demski

Zeit: ab 14:30 Uhr | **Ort:** im Gemeindehaus

Städtisches Seniorenzentrum Rosenheim

Rosenstr. 61, 44289 Dortmund

Tel.: (0231) 44 20 44-0

Café Rose

Öffnungszeiten: täglich von 15:00 bis 17:30 Uhr

BRACKEL

Jeden 1. Freitag im Monat

Cafe Leselust 60 plus

Zeit: 10.00 – 12.00 Uhr

In der Bibliothek Brackel,

Oberdorfstr. 23, 44309 Dortmund

(in den ungeraden Monaten eines Jahres)

An wechselnden Orten im Stadtbezirk Brackel

(in den geraden Monaten eines Jahres)

Ansprechpartner: Julia Klüber

Tel.: (0231) 25 96 90, E-Mail: jklueber@stadtdo.de

und Seniorenbüro Brackel /Elke Meyer & Thomas Brandt, **Tel.:** (0231) 50 – 2 96 40, E-Mail: seniorenbuero.brackel@dortmund.de

Jeden 3. Freitag im Monat

Treffen der Arbeitsgemeinschaft 60 plus

Zeit: 16.30 Uhr im Seniorenhaus Lucia, Wickeder Hellweg 93, in der 3. Etage (Fahrstuhl vorhanden)

Ansprechpartner: Friedhelm Sohn

Tel.: (0231) 21 66 60, Email: fsohn@stadtdo.de

Alle 6 Wochen freitags

Repair Cafe Wambel

Zeit: 16.00 -19.00 Uhr

NEU! Anmeldungen jeweils vor Ort in der ersten Stunde von 16.00 -17.00 Uhr

Ansprechpartner: Pfarrer Jens Giesler

Tel.: (0231) 40 02 33

Familienbüro Brackel Ulrike Käseberg

Tel.: (0231) 50 24 889

Seniorenbüro Brackel Elke Meyer & Thomas Brandt

Tel.: (0231) 50 29 640

Email: seniorenbuero.brackel@dortmund.de

Jeden 1. Dienstag im Monat*

Seniorenbüro vor Ort in Wambel

Beratung und Information

vertraulich und persönlich

Zeit: 14.30 – 16.00 Uhr

Ort: Im Ev. Jakobus Gemeindehaus Wambel, Eichendorffstr. 31, 44143 Dortmund

Ansprechpartner: Thomas Brandt

Tel.: (0231) 50 29 640,

E-Mail: seniorenbuero.brackel@dortmund.de

*an gesetzl. Feiertagen findet das Beratungsangebot eine Woche später statt.

Jeden 1. Mittwoch im Monat*

Seniorenbüro vor Ort in Neuasseln

Beratung und Information

vertraulich und persönlich

Zeit: 14.00 – 16.00 Uhr

In der Begegnungsstätte vom Deutschen Roten Kreuz (DRK), Bredowstr. 49a, 44309 Dortmund

Ansprechpartner: Elke Meyer, **Tel.:** (0231) 50 29 640,

E-Mail: seniorenbuero.brackel@dortmund.de

*an gesetzl. Feiertagen findet das Beratungsangebot eine Woche später statt.

Jeden 3. Mittwoch im Monat***Seniorenbüro vor Ort in Asseln**

Beratung und Information
vertraulich und persönlich

Zeit: 13.00 -15.00 Uhr

Im Ev. Gemeindehaus Asseln

Asselner Hellweg 161, 44319 Dortmund

Ansprechpartner: Thomas Brandt

Tel.: (0231) 50 29 640

Email: seniorenbuero.brackel@dortmund.de

* an gesetzl. Feiertagen findet das Beratungsangebot eine Woche später statt.

Jeden 2. Donnerstag im Monat***Seniorenbüro vor Ort in Wickede**

Beratung und Information
vertraulich und persönlich

Zeit: 14.00 – 16.00 Uhr

Ort: Im Ev. Begegnungszentrum an der Johannes Kirche, Wickeder Hellweg 82 – 84, 44319 Dortmund

Ansprechpartner: Elke Meyer & Thomas Brandt

Tel.: (0231) 50 – 2 96 40,

E-Mail: seniorenbuero.brackel@dortmund.de

*an gesetzl. Feiertagen findet das Beratungsangebot eine Woche später statt.

Jeden letzten Dienstag im Monat**Cafe „Spiel mit Spaß“**

für Senioren ab 70 Jahre mit den NachbarschaftshelferInnen

im Stadtbezirk Brackel

Zeit: 14.30 -16.30 Uhr

in Haus Beckhoff,

Brackeler Hellweg 140, 44309 Dortmund

Ansprechspartner:

Seniorenbüro Brackel Elke Meyer & Thomas Brandt

Tel.: (0231) 50 29 640

Email: seniorenbuero.brackel@dortmund.de

Arbeiterwohlfahrt Karola-Zorwald-Zentrum

Sendstr. 67, 44309 Dortmund

Tel: (0231) 9255 – 0, Fax: (0231) 9255 – 222

Email: sz-do-brackel@awo-www.de

Ansprechpartner: Sozialer Dienst, Frau Sperling, Frau Sesztak

Donnerstag, 19. September**Aktionstag im Arent-Rupe-Haus**

Auch in diesem Jahr wirkt das Karola-Zorwald-Seniorenzentrum mit

Zeit: 11.30 – 16.00 Uhr

Ort: Ev. Kirchengemeinde

Flughafenstr. 7 – 9, 44309 Dortmund

Kosten für Verzeehr

Donnerstag, 10. Oktober**Herbstfest**

Mit Musik und ausgelassener Stimmung

Zeit: 15.00 – 17.00 Uhr

Kosten für Verzeehr

Samstag, 23. November**Novemberfest**

mit buntem Rahmenprogramm, u. a. jahreszeitlich passenden Verkaufsständen, Unterhaltung, Kaffee und Kuchen.

Kosten für Verzeehr



Unbeschwert Wohnen mit Vonovia.

Wir bieten barrierefreie/ barrierearme Wohnungen in Dortmund.

Tel.: **0231 / 577 04-100**

www.vonovia.de

VONOVIA

Noch heute Besichtigungstermin buchen!

Städt. Begegnungszentrum Eving

Deutsche Straße 27, 44339 Dortmund, Andrea Pradel

Tel: (0231) 85 89 94, Fax (0231) 8 78 00 98

E-Mail: andreapradel@stadtdo.de

Der Energiesparservice ESS des Caritasverbands Dortmund e. V. – kostenlose Beratung

Energiesparen im Haushalt – die Energiesparberater informieren. Künftig können auch Rentnerinnen/Rentner und Alleinerziehende mit geringeren Einkommen davon profitieren. Rund 17.000 Dortmunder Haushalte nahmen ihre Beratungsangebote bereits in Anspruch und konnten hierdurch, je nach Haushaltsgröße, ca. 200,00 Euro Energiekosten im Jahr sparen.

Zusätzlich bieten die Energiesparberater eine monatliche Beratungsstunde im Begegnungszentrum Eving an. Sie können also gerne mit Ihrer Nebenkostenabrechnung vorbei kommen und sich diese erklären lassen. Das Angebot ist kostenfrei und findet jeden ersten Montag im Monat ab 10.00 Uhr statt.

Neue Kursangebote im Begegnungszentrum „Kreatives Gestalten“

Ob jahreszeitliche Tischdekorationen, individuelle Geschenkverpackungen oder Grußkarten – der Kurs bietet Ihnen die Möglichkeit, Ihre eigene Kreativität zu fördern. Unter fachlicher Anleitung der Floristin, Eike Bonk, entstehen so schöne Dinge für Zuhause oder auch zum Verschenken.

Der Kurs kostet 20,00 Euro für 12 Stunden. Termin bitte erfragen. Anmeldungen nehmen wir gerne auch schon vorher entgegen. Bitte beachten Sie, die Plätze sind begrenzt!

Zumba light

Zumba light ist ein Tanz – Fitnessprogramm, das speziell für aktive Erwachsene konzipiert wurde. Der Spaß an der Bewegung steht im Vordergrund. Die Intensität, Bewegungen und Tempo sind entsprechend angepasst. Trotzdem werden alle Elemente beibehalten, die diesen Zumba Fitness-Kurs so beliebt machen: fetzige lateinamerikanische Musik, anregende und leicht erlernbare Choreographien und eine mitreißende Atmosphäre. Termin bitte erfragen.

Beginn: 18.00 Uhr. Er findet einmal wöchentlich, freitags statt und kostet bei einer Dauer von zehn Wochen, 30,00 Euro.

Anmeldungen werden auch vorab gerne im Begegnungszentrum entgegen genommen.

Englisch für Wiedereinsteiger

Sie hatten mal Englisch in der Volksschule, aber das ist lange her? Sie reisen gerne ins Ausland und möchten sicherer sein, wenn Sie nach dem Weg fragen müssen?

Der Kurs ist für Menschen mit geringen oder vergessenen Englischkenntnissen. Die Kursleiterin, Anne Matschuck geht gerne auf Ihre Fähigkeiten, Interessen und Wünsche ein. Trauen Sie sich und versuchen Sie es.

Der Kurs startet am 01.11.2019 um 16.00 Uhr. Er findet einmal wöchentlich, freitags statt und kostet bei einer Dauer von 10 Wochen, 30,00 Euro.

Anmeldungen werden auch vorab gerne im Begegnungszentrum entgegen genommen.

Nähtreff

Jeden **Donnerstag ab 14.00 Uhr** treffen sich interessierte Frauen in einer lockeren Runde und nähen zusammen an ihren eigenen Projekten.

Das Treffen ist kostenlos und man kann ohne Anmeldung daran teilnehmen.

Herrenrunde – mehr als ein Skatabend oder ein Kneipenbesuch

Angesprochen sind Herren ab 60, die Interesse an gemeinsamen Gesprächen haben, neue soziale Kontakte knüpfen wollen oder einfach etwas gemeinsam unternehmen möchten.

Zeit: jeweils montags ab 14.00 Uhr

Interkultureller Treff

Deutsche und türkische Mitbürgerinnen und Mitbürger treffen sich zum gemeinsamen Frühstück mit den jeweiligen Landesspezialitäten. Über die Begegnung hinaus werden in loser Folge unterschiedliche Vorträge in deutscher und türkischer Sprache durch Referenten angeboten. Die Themen erfahren Sie über die Ansprechpartner. Die Veranstaltung möchte „ein Fenster öffnen“, um Berührungsängste und Vorurteile abzubauen und das Zusammenleben zwischen deutschen und ausländischen Mitbürgern zu fördern.

Die Gruppe ist für alle Interessierten offen. Der interkulturelle Treff ist eine Kooperationsveranstaltung zwischen dem Begegnungszentrum und dem Verein Brücke der Kulturen.

Ansprechpartner: Hadi Kamisli, Tel. (0231) 85 88 79 (AWO, Ortsverein Eving – Brücke der Kulturen)

Treff: jeden Freitag, 10.00–12.00 Uhr

Offener Spiele-Treff

Tag: dienstags | **Beginn:** 14.00 Uhr

Skat

Tag: dienstags | **Beginn:** 14.00 Uhr

Rommee

Tag: dienstags und donnerstags | **Beginn:** 14.00 Uhr

Beratung – Seniorenbüro

Jeden dritten Mittwoch im Monat berät Sie das Seniorenbüro Eving auf Anfrage in unseren Räumlichkeiten.

Ansprechpartner: Isabell Strunk und Peter Fischer
Terminabsprachen über das Begegnungszentrum
Tel. (0231) 85 89 94

Kreativtreff

Tag: jeden Montag | **Zeit:** 14.00–16.30 Uhr

NaturFreunde Deutschlands, Ortsgruppe Eving

Jeweils mittwochs ab 18.00 Uhr

Termine bitte erfragen

ZWAR-Gruppe

jeweils mittwochs um 14.30 Uhr

Termine bitte erfragen

Seniorentanz – Lebensfreude durch Tanz

Tag: jeden Mittwoch | **Zeit:** 10.00 – 11.00 Uhr

Leitung: Monika Knabe

Seniorenbüro Eving

Kurs: „Fit für Selbstverteidigung“

der Kurs besteht seit Februar 2018, neue Teilnehmer sind herzlich willkommen
Montags 15:30-16:45 Uhr, im Raum „Evinger Treff“, August-Wagner-Platz 2-4, 44339 Dortmund
Selbstverteidigungskurse werden nicht nur für jüngere Leute immer attraktiver, denn auch ältere Altersgruppen profitieren davon, sich „fit für Selbstverteidigung“ zu machen. Es schult die Gelenke, die Koordination und die Muskulatur. Insbesondere wird das Reaktionsvermögen deutlich gestärkt. Der Kurs beinhaltet Stockübungen, gefolgt von Abwehrbewegungen, einfachen Befreiungen und Griffen und die Verteidigung mit Alltagsgegenständen.

Projektbeteiligte: der Landessportbund und der nordrhein-westfälischer TaeKwon-Do Verband

Kursleiter: Wilfried Peters

Anmeldungen und weitere Informationen im Seniorenbüro Eving: 0231 50-29660

HOMBRUCH

„Pause für Pflegende Angehörige“

Jeden Donnerstag im Life Center Barop,
Stockumer Str. 259, 44225 Dortmund
Yogakurs für Pflegende Angehörige
Zeit: 14.00-15.30 Uhr, kostenfrei

Städtische Seniorenheime Dortmund gemeinnützige GmbH

Seniorenheim WEISSE TAUBE
Weiße Taube 54, 44229 Dortmund
Tel.: (0231) 73 82 179, Fax: (0231) 73 82 202

Mittwoch, 21. August

„Pfannkuchentag“

süß und herzhaft

Zeit: 11.00 – 14.00 Uhr

Mittwoch, 18. September

„Kürbistag“

Im Mehrzweckraum zaubern BewohnerInnen
Leckeres rund um den Kürbis

Beginn: 10.00 Uhr

Donnerstag, 10. Oktober

„Weinfest“

mit dem Duo „Silver Stones“

Zeit: 15.00 – 17.00 Uhr

Eintritt und Verzehr für Gäste 3,00 Euro

Mittwoch, 16. Oktober

„Kartoffeltag“

BewohnerInnen bereiten alles rund um die Kartoffel, von Kartoffelkuchen, Reibepätzchen und Kartoffeln vom Grill bis hin zum Kartoffelbrot zu.

Beginn: 10.00 Uhr

Donnerstag, 14. November

Modenschau mit Verkauf bei Kaffee und Kuchen

Zeit: 15.00 bis 17.00 Uhr

Ort: Seniorenheim WEISSE TAUBE

Kosten für Verzehr

Außerdem werden jeden Freitag ab 15.30 Uhr „frische Waffeln“ in der Cafeteria des Hauses angeboten.

Nachbarschaftsagentur Löttringhausen

Eichhoffstr. 4, 44227 Dortmund

Tel.: (0231) 47 60 17 00

Email: heike.rolfsmeier@nachbarschafts-agentur.de

www.nachbarschafts-agentur.de

Jeden Montag

Hilfe beim Ausfüllen von Formularen und Anträgen
durch Behördenhelferin Frau Bünger in der Zeit von 11.00 -12.00 Uhr

Offener Englisch-Treff

zum Erlernen und Auffrischen der englischen Sprache in der Zeit von 14.30 -15.30 Uhr

Nordic-Walking-Treff

in der Zeit von 16.00 -17.30 Uhr

Offener Französisch-Treff

zum Erlernen und Auffrischen der französischen Sprache in der Zeit von 17.45 -19.15 Uhr

Jeden Dienstag

Beratung zu Gesundheit und Pflege

in der Zeit von 9.00 -11.00 Uhr

Suppentag

in der Zeit von 11.30 -13.30 Uhr

Kosten: 2,00 Euro

Meditation

in der Zeit von 18.00 -19.00 Uhr

Jeden Donnerstag

Computersprechstunde

in der Zeit von 10.00 -12.00 Uhr

Walkingtreff

in der Zeit von 10.00 -11.00 Uhr

Nachbarschafts-Café

in der Zeit von 15.00 -17.00 Uhr

Pilates/Zumba

in der Zeit von 19.30 -20.30 Uhr,

Kosten: 3,00 Euro mit vorheriger Anmeldung

An jedem letzten Donnerstag im Monat

Frühstück

in der Zeit von 9.00 -11.00 Uhr

Kosten: 3,50 Euro

Städtische Seniorenheime

Diakonisches Werk Dortmund und Lünen gGmbH

Nachbarschaftstreff Menglinghausen

Am Sturmwald 16, 44227 Dortmund

Tel.: 0178/6617503, Email: klotz@diakoniedortmund.de

www.diakoniedortmund.de

Montags

Gymnastik im Sitzen (ohne Trainer)

Zeit: 10.00 – 10.45 Uhr

Dienstags

Sprechstunde

Zeit: 10.00 – 12.00 Uhr

Handarbeitstreff

Klönen inklusive

Zeit: 10.00 – 12.00 Uhr

Mittwochs

Spaziergang mit und ohne Rollator

Zeit: 11.00 – 12.00 Uhr

Freitags

Zeit für Angebote nach ihren Wünschen

Bitte erfragen!



Wir von alle-pflege.de sind ein starkes Team und bringen täglich bei der Pflege Lebensfreude in ihren Alltag. Unser Team sucht Verstärkung!

**Pflege, Wundmanagement,
Betreuung, Verhinderungspflege,
Hauswirtschaft.**

alle-pflege.de

Ambulanter Pflegedienst für Dortmund



Jeder Mensch ist individuell, daher gestalten wir unsere Pflege- und Betreuungsleistungen ganz persönlich.

Lassen Sie sich von uns beraten!



Harkortstraße 96
44225 Dortmund
0231.5 34 08 44
Mo-Fr: 9:00–16:00 Uhr

Jeden 1. und 3. Dienstag**Frühstück****Zeit:** 10.00 – 12.00 Uhr**Jeden 2. Dienstag****Kaffeetrinken****Zeit:** 15.00 – 16.30 Uhr

**Städtische Seniorenheime Dortmund
gemeinnützige GmbH
Seniorenzentrum Haus Am Tiefenbach**

Stockumer Str. 380, 44227 Dortmund

Tel.: (0231) 9702 305, Fax: (0231) 9702 303

E-Mail: smathiak@shdo.de

Regelmäßige Termine:**Gottesdienste**

jeweils um 11.15 Uhr im Saal

barrierefreier Zugang,

Behindertentoiletten vorhanden

1. + 3. Freitag: ev. Gottesdienst**3. Freitag:** Kath. Gottesdienst**Singkreis mit Klavierbegleitung**

16.00 Uhr, Saal

1. + 3. Dienstag

Cafe Tiefenbach im Saal

unser Cafe Tiefenbach ist von dienstags – sonntags
von 15.00 Uhr – 17.00 Uhr geöffnet.

Jeden Sonntag bieten wir frische Waffeln an

HÖRDE**Jeden Dienstag**

Präventions-Gymnastik beim SSC Hörde

Unter dem Motto: "Gutes für den Rücken"

stärken wir verschiedene Muskulaturgruppen, sorgen für Kraftaufbau, Ausdauer, Beweglichkeit, Koordination, Entspannungsfähigkeit usw. Soziale Kontakte werden durch kleinere Zusammenkünfte nach dem Sport oder beim gemeinsamen Grillen, Feiern gepflegt.

Zeit: 19.00 - 20.00 Uhr

Alte Turnhalle Phönix-Gymnasium DO-Hörde

Info: Tel.: (02304) 8 37 12

**Sozialdienst kath. Frauen Skf e.V. Hörde
Mehrgenerationenhaus B3**

Niederhofener Str. 52, 44263 Dortmund

Ansprechpartnerin: Martina Braun-Wattenberg

Tel.: (0231) 42 57 99 66, Fax (0231) 42 57 99 65

E-Mail: mehrgenerationenhaus@skf-hoerde.de

NEU Seniorenberatung

Die Seniorenberatung des SkF Hörde bietet allen Senioren im Dortmunder Süden aufsuchende Beratungsleistungen im häuslichen Umfeld an. Dabei handelt es sich hauptsächlich um Unterstützung und Beratung in den Bereichen - Verbesserung und Entlastung im häuslichen Alltag (z.B. Pflegesituation oder Schwerbehinderung) - Patientenverfügung/Vorsorgevollmacht (keine Rechtsberatung) - niederschwellige Angebote zur Unterstützung im Alltag.

Das Angebot ist kostenlos. Die Seniorenberatung ist montags, dienstags und freitags von 8.00 bis 12.00 unter 0231-4257996-4 zu erreichen.

Dienstag, 17. September und 15. Oktober**Repair Café****Zeit:** 14.00 – 17.00 Uhr

(Keine Annahme von Handys & Computer)



KÖTTER
BESTATTUNGEN

*Der letzte Weg in guten Händen***SENIOREN-SERVICES**

- **Bestattungsvorsorge**
bedeutet selbst zu bestimmen – Notwendiges regeln
- **Treuhandverträge**
- **Bestattungsvorsorge**
Bestattung · Grabgebühren · Grabmal · Legat-Grabpflege
- **Unverbindliche Information zu Hause**
- **Kostenlose Vorsorgeordner**
- **Information Sterbegeldversicherungen**

24 Std. erreichbar – Tel. für alle Filialen
0231 – 46 42 76 / 46 43 37

**44267 Dortmund-Benninghofen · Overgünne 89**

Wellinghofen · Hörde · Hörde/Schüren · Hombruch · Aplerbeck · Sölderholz · Holzen

www.bestattungen-koetter.de

Jeden 1. Dienstag im Monat

gemeinsames singen

Zeit: 17:30 – 19:00 Uhr

Jeden 2. und 4. Mittwoch im Monat mit vorheriger Anmeldung

Behördenhelfer

(Beratung / Hilfe beim Ausfüllen von Formularen etc.)

Zeit: 10:00 – 12:00 Uhr

Anmeldung erforderlich, kostenfrei, Spende erwünscht

Offenes Stadtteilcafé

Dienstag, den 06. August „Rund um die Erdbeere“,

03. September „trommeln für Leib & Seele“,

01. Oktober - Fr. Seidel spricht über „Tagespflege“

Zeit: 15:00-17:00 Uhr

Dienstag, 17. September und 15. Oktober

Frühstück 50+ (Frühstück und Klönen)

Zeit: 9:30 -12:00 Uhr

Montags

Literaturkreis

Zeit: 15.00 – 16.00 Uhr

Sommerpause im August

Weitere Termine bitte erfragen. Herzliche Einladung an ALLE, die sich gerne mit Literatur beschäftigen. Nähere Infos und Termine unter Tel.: 0231/ 4257996-6

18. September und 09. Oktober

Smartphone Sprechstunde

Zeit: 16:30 – 18:30 Uhr

nur mit Anmeldung unter Tel.: 0231/ 4257996-6

Fortlaufende Gesundheitskurse

Information und Anmeldung bei Sabine Eggert:

Tel.: (0231/ 4270819):

Email: stadtteilbuerohoerde@gmx.de

Bei jeglicher Anmeldung zu Gesundheitskursen werden 20.-Euro Anzahlung fällig, ansonsten ent-

steht keine verbindliche Anmeldung. Bitte überweisen Sie die Anmelde-/ Kursgebühren unter Angabe des Kurstitels an den Sozialdienst kath. Frauen e.V. Ortsverein Hörde (SkF)

Sparkasse Dortmund

IBAN DE30 4405 0199 0021 0049 36

BIC DORTDE33XXX

Dienstags, 03. September bis 10. Dezember

Yoga 50+

Zeit: 09.15 – 10.45 Uhr | **12x / Gebühr:** 96 Euro

nicht in den Herbstferien und am 03.12.19

Mittwochs, 25. September bis 11. Dezember

Fitness 60+ (altersgerechte Gymnastik)

Zeit: 11.00 – 12.30 Uhr | **12x / Gebühr:** 96 Euro

Donnerstags, 26. September bis 05. Dezember

Sumba-50 + Einsteiger

Zeit: 13.00 – 14.00 Uhr

Sumba-light 50 +

Zeit: 14.00 -15.00 Uhr | **12x / Gebühr:** 55 Euro

Freitags, 06. September bis 06. Dezember

Yoga 50+

Zeit: 08.45 – 10.15 Uhr | **12x / Gebühr:** 80 Euro

(nicht am 04.10. und in den Herbstferien)

Fitness im Alter Mix

(Gymnastik, Entspannung und Sitztanz)

Zeit: 11.00 -12.30 Uhr | **12x / Gebühr:** 80 Euro

(nicht am 04.10. und in den Herbstferien)

Yoga für Berufstätige

Zeit: 16.15 – 17.45 Uhr

(nicht am 04.10. und in den Herbstferien)

Zeit: 18.00 – 19.30 Uhr | **12x / Gebühr:** 96 Euro

(nicht am 04.10. und in den Herbstferien)

CMS Pflegestift Hörde



- 80 vollstationäre Pflegeplätze
- Tagespflege für 12 Gäste
- Bistro/Café, Friseur, ambulanter Dienst
- Qualifizierte Pflege und Soziale Betreuung.



Kontakt: Beate Fischer, Einrichtungsleitung
CMS Pflegestift Hörde
Am Heedbrink 84 | 44263 Dortmund

Fon: 0231-4257680
E-mail: cms-hoerde@cms-verbund.de
Web: cms-verbund.de/pflege-und-wohnen/cms-pflegestift-hoerde

Besuchen Sie unser Haus auf Facebook unter dem Suchbegriff „CMS Pflegestift Hörde“

Städt. Begegnungszentrum Huckarde

Parsevalstraße 170, 44369 Dortmund

Tel.: (0231) 39 42 74, Fax (0231) 3 96 01 50,

E-Mail: umaefers@stadtdo.de

Sprech- und Beratungsstunde

zum Thema Renten-, Pflege- und Krankenversicherung

Tag: Donnerstag, 14-tägig (siehe Aushang)

Zeit: 14.00–16.00 Uhr

Ansprechpartner: Arnold Pothmann

(0231) 3 95 60 50, Versicherungsfachberater

Jeden Dienstag von 13.00-17.00 Uhr

Skat für Frauen und Männer

Neue Spielerinnen und Spieler sind herzlich willkommen. Nähere Informationen erhalten Sie im Begegnungszentrum oder unter Tel. (0231) 39 42 74

Montags und donnerstags, 14.00 Uhr

Canasta

Zum Canastaspiele treffen sich interessierte Damen und Herren.

Offenes Trauercafé „Wege zurück ins Leben“

Willkommen ist JEDER, der um einen lieben Menschen trauert. Die Treffen finden im wöchentlichen Wechsel in Dortmund-Hörde und Schwerte, jeweils im Café Begegnung, statt. Die Teilnahme ist kostenlos.

Die nächsten Termine:

Do-Hörde, Hochofenstraße 16, Beginn 15.30 Uhr

Mittwoch, 10. 07. 2019 um 15.30 Uhr

Mittwoch, 24. 07. 2019 um 15.30 Uhr

Mittwoch, 07. 08. 2019 um 15.30 Uhr

Mittwoch, 21. 08. 2019 um 15.30 Uhr

danach weiter im 14-tägigen Rhythmus

Die nächsten Termine:

Schwerte, Rathausstraße 14 a, Beginn 16.15 Uhr

Donnerstag, 04. 07. 2019 um 16.15 Uhr

Donnerstag, 18. 07. 2019 um 16.15 Uhr

Donnerstag, 01. 08. 2019 um 16.15 Uhr

Donnerstag, 15. 08. 2019 um 16.15 Uhr

Melange im Café Begegnung:

Sonntag, 29.09.2019, 11 Uhr

„Willkommen im Cabaret!“ Eine Musical-Revue im Duett mit Sabine Haas (Gesang, Text) und Ralf Gscheidle (Akkordeon).

Eintritt: 18 Euro (inkl. Bewirtung)

Einlass: 10.00 Uhr

Veranstaltungsort: Café Begegnung,

Hochofenstr. 16, 44263 Dortmund

Vorverkauf: Lategahn Bestattungen,

Hochofenstr. 12, Tel. 0231/ 411122

Sonntag, 27.10.2019, 11 Uhr

Ruhrpott-Solo.

Chansons und Lieder aus der Heimatstadt mit Maegie Koreen (Gesang, Gitarre).

Eintritt: 18 Euro (inkl. Bewirtung)

Einlass: 10.00 Uhr

Veranstaltungsort: Café Begegnung,

Hochofenstr. 16, 44263 Dortmund

Vorverkauf: Lategahn Bestattungen,

Hochofenstr. 12, Tel. 0231/ 411122

Sonntag, 08.12.2019, 11 Uhr

Drei Monarchen mit dem Weihrauchfass.

Eine musikalisch-satirische Weihnachtsshow von und mit Leslie Sternenfeld und Stefan Keim.

Eintritt: 18 Euro (inkl. Bewirtung)

Einlass: 10.00 Uhr

Veranstaltungsort: Café Begegnung,

Hochofenstr. 16, 44263 Dortmund

Vorverkauf: Lategahn Bestattungen,

Hochofenstr. 12, Tel. 0231/ 411122

Sonntag, 24.11.2019 Gedenkandacht zum

Toten Sonntag in Do-Hörde und Schwerte

gehalten von Robert Geßmann, Pfarrer der Alt-Katholischen Kirche. Musikalische Begleitung. Anschließend Beisammensein bei Kaffee und Kuchen im Café Begegnung. Die Teilnahme ist kostenlos, um Anmeldung wird gebeten.

Die Anfangszeiten werden noch bekannt gegeben.

Bestattungshaus Lategahn,
Rathausstr. 14a, 58239 Schwerte

Bestattungshaus Lategahn,
Hochofenstr. 12, 44263 Dortmund-Hörde

jeden Donnerstag

@ Computercafé und mehr

In entspannter Atmosphäre können PC-Interessierte gemeinsam Neues am Computer erlernen, sich miteinander austauschen und in der Gruppe Kenntnisse vertiefen. Bitte den eigenen Laptop mitbringen.

Leitung: Marianne Leitgeb

Zeit: 16.30–18.00 Uhr

Jeden Mittwoch

„TangoBeat“

Die Musikgruppe „TangoBeat“ sucht Verstärkung. Wer ein Instrument spielt und gerne in der Gemeinschaft musizieren oder singen möchte, ist herzlich zum Mitmachen eingeladen.

Treffen: 15.30 bis 17.30 Uhr **Nähere Informationen erhalten Sie im Begegnungszentrum oder unter Tel. (0231) 39 42 74.**

Schach und Brettspiel AG

In dieser Arbeitsgruppe werden Spiele wie Schach, Mühle, Dame usw. angeboten. Ziel ist es strategisch zu denken, und zu handeln. Hierbei werden die kognitiven Fähigkeiten besonders geschult.

Bei Interesse kann auch Memory zur Entspannung gespielt werden. Angesprochen sollen Anfänger, Wiedereinsteiger und vorgeschrittene Spieler sein. Der Spieltag findet freitags zwischen 10.00–12.00 Uhr statt. **Nähere Informationen können Sie vom Leiter der Einrichtung, Uli Mäfers, Tel. (0231) 39 42 74 erhalten.**

Tischtennis

Die ZWAR (Zwischen Arbeit und Ruhestand) Tischtennis-Gruppe trifft sich regelmäßig. Dienstags von 18.00 bis 21.00 Uhr

Gemischter Chor Huckarde 1959

Der gemischte Chor Huckarde besteht aus rund 30 Frauen und Männern mit viel Spaß am Singen. Jeden Dienstagabend wird gemeinsam im Begegnungszentrum geprobt. Der gemischte Chor freut sich über jede engagierte neue Stimme. Kommen Sie einfach vorbei und schauen Sie bei einer Chorprobe vorbei. Dienstags von 19.15 bis 20.45 Uhr

Briefmarkenfreunde Dortmund-Huckarde e. V.

Die Briefmarkenfreunde treffen sich an jedem 1. und 3. Sonntag im Monat. Neue Interessenten sind herzlich willkommen. Sonntag, 10.00 bis 12.00 Uhr

Kohlenpott-Hoppers Dortmund e. V.

Ob Singles oder Paare, Mann oder Frau jeder ist herzlich willkommen. Squaredance macht Spaß und hält körperlich und geistig fit. Donnerstags, 20.00 bis 22.00 Uhr. www.kohlenpott-hoppers.de

Skatrunde sucht Verstärkung

Die bestehenden Skatrunde, des Begegnungszentrums Huckarde, sucht noch Verstärkung zum „Kartenkloppen“. Jeden Dienstag trifft sich die Gruppe ab 13.00 Uhr. Die Teilnahme ist kostenlos.

Spielenachmittag mit Emily Bohr

Am Dienstagnachmittag kann gespielt werden. Ziel ist es strategisch zu denken und zu handeln. Hierbei werden die kognitiven Fähigkeiten besonders geschult. Bei Interesse kann auch Memory zur Entspannung gespielt werden. Angesprochen sollen Anfänger, Wiedereinsteiger und vorgeschrittene Spieler sein. Der Spieltag findet dienstags zwischen 13.30–15.00 Uhr statt. **Nähere Informationen können Sie von dem Leiter der Einrichtung, Uli Mäfers, Tel. (0231) 39 42 74 erhalten. Gebühren fallen nicht an**



Unsere ambulanten Leistungen

- Pflegerische und medizinische Versorgung zuhause
- Betreuung zuhause
- Kostenlose Beratung
- Unterstützung im Haushalt

**Wir beraten Sie gerne kostenlos!
Bitte rufen Sie uns an!**

**CMS Ambulant GmbH
CMS Pflegedienst Rodenbergtor**

Ihre Ansprechpartnerin

Frau Martina Schnepfer

0231 / 77 660 395

Märtmannstraße 7 • 44289 Dortmund
martina-schnepfer@cms-verbund.de • www.cms-verbund.de

Ihr Ambulanter Pflegedienst für Dortmund-Aplerbeck, Hagen-Haspe und Umgebung – für eine würdevolle Pflege zuhause...

Städt. Begegnungszentrum Lütgendortmund

Werner Str. 10, 44388 Dortmund,

Katja Kremer, Tel.: (0231) 50 – 2 89 89, Fax: (0231) 50-28997

E-Mail: kkremer@stadtdo.deNähere Auskünfte zu den Terminen erfahren Sie
im Begegnungszentrum**Interessen-, Hobby- und Selbsthilfegruppen:
„Herren unter sich“****Treffen:** Jeden Dienstag im Monat,
von 14.00-16.00 Uhr**„Theater-, Konzert- und Kinobesuche“**Nähere Informationen erhalten Sie bei Gabriele Ott
im Begegnungszentrum oder telefonisch unter der
Telefonnummer: 50- 2 89 89**„walking“****Treffen:** Jeden Freitag im Monat, 15.00 Uhr,
Eingang Volksgarten, Volksgartenstraße**Jeden Dienstag****Herren unter sich**

Diese Runde richtet sich an alle interessierten Männer, die Lust und Laune haben, sich zwanglos und regelmäßig mit anderen Männern zu treffen, um abseits vom täglichen Geschehen sich austauschen zu können, einfach nur zu reden oder auch nur mit dabei sein möchten. Auch werden gemeinsame Aktionen geplant.

Zeit: 14.00 - 16.00 Uhr | **Leitung:** Ulrich KlodaNähere Informationen erhalten Sie im Begegnungszentrum
oder telefonisch.**Theater- und Konzertbesuche und
auch Kinobesuche**

Möchten Sie ins Theater oder Kino gehen, aber nicht alleine? Dann ist diese Gruppe genau richtig für Sie! Gemeinsame Theaterbesuche oder Konzertbesuche machen mehr Spaß und Freude. Sie können sich mit Gleichgesinnten über Ihre Interessen austauschen und gemeinsam den nächsten Theaterbesuch planen. Nähere Informationen erhalten Sie bei Gabriele Ott im Begegnungszentrum oder telefonisch.

Freitags**„Walking“**

Eine neue Gruppe „walking“ interessierter Seniorinnen und Senioren trifft sich im Begegnungszentrum. Leichtes Ausdauertraining beeinflusst positiv den Körper.

Zeit: 15.00 Uhr | **Leitung:** Günter Lentner
Eingang Volksgarten, Volksgartenstraße**Radtouren**

Ausgearbeitete Radtouren

Leitung: Günter LentnerGenaue Termine erfahren Sie im Begegnungszentrum
Lütgendortmund.**Offener Treff: „Plauderstündchen“**mittwochs von 13.30 –15.30 Uhr, alle vierzehn Tage
statt. Nähere Informationen erhalten Sie im Begegnungszentrum.**Neue Arbeitsgemeinschaft: „PC – Club“**Alles rund um Computer, Internet und Co
Diese neue Arbeitsgemeinschaft richtet sich an alle interessierte PC Anfänger, die sich in lockerer Runde austauschen, gemeinsam „fachsimpeln“ und neue Erkenntnisse über Hard- und Software, gewinnen möchten.**Ansprechpartner:** Heiner Pörtner**Termin:** donnerstags, alle 14 Tage, 14.30 –16.30 Uhr**Bingo!**

Spielen Sie mit!

Termin: donnerstags, 15.00 Uhr**Leitung:** Irene Stabenau, Hiltrud Schmidt und
Rosemarie Hübner**Karten spielen, Gesellschafts – und Brettspiele**

mittwochs, 14-täg. 13.00 –17.00 Uhr

Senioren sport an der Wii Konsole

Spielen Sie mit uns Bowling, Kegeln, Tennis oder Golf und das ganz bequem im Begegnungszentrum. Der Sport ist auch für mobil eingeschränkte Senioren bestens geeignet.

Termin: jeden 4. Dienstag im Monat,
15.00 –16.30 Uhr**Leitung:** Rolf Rothholz.**Seniorentanz**

freitags, 15.00 –16.30 Uhr.

Die Leitung: Angela Haase.

Square-Dance-Gruppe Belles & Beaux

jeden Mittwoch ab 19.00 Uhr

Interessengruppe mit haupt- und ehrenamtlicher
Leitung**Neue Medien und Technik –
Arbeitsgemeinschaft Video**

Analog und digital für Anfänger und Fortgeschrittene. Wenn bereits vorhanden, eigene Videokamera bitte mitbringen. Die Gruppe trifft sich jeden Donnerstag von 9.30 –11.30 Uhr.

Treffen der Wander- und Freizeitgruppe

Wanderungen bis maximal 12 Kilometer interessiert sind, sollten Sie dienstags um 18.00 Uhr Gruppentreffen dienstags 18.00 Uhr im Begegnungszentrum. Die Ausgangspunkte der Wanderungen werden mit öffentlichen Verkehrsmitteln (Gruppenkarte) angefahren. Wegen der begrenzten Teilnehmerzahl bitte bei Winfried Kowalski, Tel. (0231) 35 26 89, vorher anmelden! Gruppentreffen im Begegnungszentrum, jeden 2. Dienstag im Monat

Zwar-Gruppe Lütgendortmund

Die Gruppe trifft sich 14-tägig mittwochs ab 16.00 Uhr in unserem Begegnungszentrum und ist für neue Gruppenmitglieder offen.

Nähere Informationen im Begegnungszentrum Lütgendortmund, Tel: 50 2 89 89, E-mail:kkremer@stadtdo.de

Lachyoga – der Lachclub

Körperübungen, Atmungs- und Entspannungstechniken.

Termin: immer montags, 10.15 –11.00 Uhr

Hardanger Stickerei

montags, 14.00 –17.00 Uhr

Handarbeitstreff: Stricken und Häkeln

Dienstags, 14.00 –16.00 Uhr

Wir bitten um Voranmeldung

Handarbeitstreff:

Stricken, Häkeln, Spielen und mehr

Freitags, 14.00 –17.00 Uhr

Wir bitten um Voranmeldung

Neue Interessensgemeinschaft : „Spaziergehen“ Mit Hund und ohne Hund

Ob Einkaufsbummel, Shoppen, „eine kleine Runde durch den Ort gehen“ oder einen ausgedehnten Waldspaziergang, frische Luft und nette Leute treffen tut gut, egal, welche Jahreszeit. Haben Sie Lust sich uns anzuschließen?

Termin: dienstags ab 14.00 Uhr

Genaue Termine bitte im Begegnungszentrum erfragen

Neue Arbeitsgemeinschaft: „PC – Club“

Alles rund um Computer, Internet und Co. Diese neue Arbeitsgemeinschaft richtet sich an alle interessierte PC Anfänger, die sich in lockerer Runde austauschen, gemeinsam „fachsimpeln“ und neue Erkenntnisse über Hard-und Software, gewinnen möchten. Außerdem besteht immer die Möglichkeit, sich gegenseitig bei auftretenden Fragen zu

beraten.

Ansprechpartner: Heiner Pörtner

Termin: Donnerstag, alle 14 Tage, 14.30 –16.30 Uhr

Französisch, ein erster Einstieg

Die wichtigsten Begriffe und Sätze für einen Einstieg in die französische Sprache. Mittwochs, für Anfänger mit Vorkenntnissen 14.00 –15.00 Uhr
Mittwochs, für Anfänger ohne Vorkenntnissen 15.15 –16.15 Uhr

Leitung: Barbara Nölling

Nähere Informationen im Begegnungszentrum

Voranmeldung erforderlich

Games people play ...!

Spiele macht Spaß, man lernt nette Leute kennen und regt das Gedächtnis an – ganz besonders, wenn man mit einer Fremdsprache spielt. Wir wollen mit vielfältigen Spielen spielerisch unser Gehirn fordern und fördern – und ganz nebenbei ein paar neue Worte Englisch lernen: Fremdsprachenkenntnisse werden nicht vorausgesetzt. Ob mit breakfast Bingo, Häuser würfeln, washing machine oder shopping list: let's have fun playing!

Leitung: Barbara Nölling

Voranmeldung erforderlich

A slightly English breakfast

Für alle ehemaligen Englisch Lernenden und für alle, die sich informieren möchten, ein reichhaltiges und gut schmeckendes „English breakfast“. Die richtige Gelegenheit, sich auf Englisch auszutauschen und seine Kenntnisse aufzufrischen.

Leitung: Barbara Nölling

Nähere Informationen erhalten Sie im Begegnungszentrum Lütgendortmund. Voranmeldung erforderlich

Freude an der Fremdsprache – Arbeitsgemeinschaft Englisch

In kleinen Gruppen Gleichgesinnter das Gehirn trainieren und Bekanntes mit Neuem verbinden – das bieten die Arbeitsgemeinschaften Englisch, unter der Leitung von Barbara Nölling. Jeweils 60 Minuten. Voranmeldung erforderlich

Lachyoga: - der Lachclub -

Lachen macht glücklich, zufrieden und gesund. Die Teilnahme ist kostenlos – aber nicht umsonst, denn Körper und Geist werden angeregt. Inhalt des Lachclubs sind Körperübungen, Atmungs- und Entspannungstechniken.
Termin: immer montags, 10.15 –11.00 Uhr
Leitung: Anne-Doris Schreivogel



BAUHAUS®

www.bauhaus.info

Wenn's gut werden muss.



thyssenkrupp

ab

4.995,-

Treppenlift 'Levant Classic' für gerade Treppen

Festpreis inkl. Beratung, Aufmaß, Lieferung, Montage und Einweisung in den Treppenlift. Der Festpreis gilt für bis zu 17 Treppenstufen (ca. 5 m Fahrseile). Der Treppenlift 'Levant Classic' eignet sich für gerade Treppenverläufe und erfüllt höchste Sicherheitsansprüche. Zudem ist er sehr einfach zu bedienen und durch seine Park- und Klappfunktion äußerst platzsparend. So ist Ihre Treppe weiterhin für alle übrigen Bewohner optimal nutzbar.

OS 116761 – Bestellprodukt

Beachten Sie außerdem die mögliche Bezuschussung durch die Pflegeversicherung. Bei Vorliegen eines Pflegegrads kann die Pflegeversicherung einen Zuschuss von bis zu 4.000 € pro Person gewähren. Voraussetzung: Die Beantragung eines Zuschusses muss vor dem Einbau des Treppenlifts erfolgen.

bis zu 4.000,- €
je pflegebedürftiger Einzelperson

bis zu 8.000,- €
z.B. bei pflegebedürftigen Eheleuten

bis zu 16.000,- €
bei einer Wohngemeinschaft mit vier oder mehr pflegebedürftigen Personen

BAUHAUS®

44145 Dortmund, Bornstraße 333

44287 Dortmund-Aplerbeck, Eggensteinstraße 7

Firma: BAUHAUS GmbH & Co. KG West, Sitz: Theodor-Heuss-Str. 80–86, 51149 Köln

Jeden 1. Montag im Monat*

Cafe Hand in Hand

für Senioren ab 70 Jahre

Zeit: 15.00 -17.00 Uhr

Ort: Kath. Gemeindehaus Nette

Friedrich Naumann Str. 9, 44359 Dortmund

Ansprechpartner: Pfarrerin Renate Jäckel,

Tel.: (0231) 63 23 96

Seniorenbüro Mengede - Thomas Brandt

Tel.: (0231) 47 70 77 60

Email: seniorenbuero.mengede@dortmund.de

* an gesetzl. Feiertagen findet das Beratungsangebot eine Woche später statt.

Alle 6 Wochen freitags

Repair Cafe Nette

Zeit: 15.00 -18.00 Uhr

NEU! Anmeldungen jeweils vor Ort

in der ersten Stunde von 15.00 -16.00 Uhr

Ort: Kath. Gemeindehaus Nette

Friedrich Naumann Str. 9, 44359 Dortmund

Ansprechpartner: Pfarrerin Renate Jäckel,

Tel.: (0231) 63 23 96

Aktionsraumbeauftragte für Nette - Claudia Schroth

Tel.: (0231) 50 280 30

Seniorenbüro Mengede - Thomas Brandt

Tel.: (0231) 47 70 77 60

Email: seniorenbuero.mengede@dortmund.de

Jeden 1. und 3. Montag im Monat

Mittagstisch Nette:

Gemeinsam Essen macht mehr Spaß

Zeit: 12.00 Uhr

Ort: Kath. Gemeindehaus Nette

Friedrich Naumann Str. 9, 44359 Dortmund

Anmeldungen: mo -fr. von 9.00 -11.30 Uhr

beim Dortmunder Menüservice

Tel.: (0231) 96 330 90

Ansprechpartner: Pfarrerin Renate Jäckel,

Tel.: (0231) 63 23 96

Seniorenbüro Mengede - Thomas Brandt

Tel.: (0231) 47 70 77 60

Email: seniorenbuero.mengede@dortmund.de

Jeden 2. und 3. Montag im Monat*

Seniorenbüro vor Ort in Nette

Beratung und Information:

vertraulich und persönlich

Zeit: 14.00 -16.00 Uhr

Ort: Kath. Gemeindehaus Nette

Friedrich Naumann Str. 9 44359 Dortmund

Ansprechpartner: Thomas Brandt

Tel.: (0231) 47 70 77 60

Email: seniorenbuero.mengede@dortmund.de

* an gesetzl. Feiertagen findet das Beratungsangebot eine Woche später statt.

Jeden 1. Mittwoch im Monat

Seniorenbüro Mengede vor Ort in Westerfilde

Beratung und Information:

persönlich, vertraulich und kostenfrei

Zeit: 14:00 - 16:00 Uhr

Ort: Gemeindehaus der ev. Noah-Kirchengemeinde

Westerfilder Straße 11 a

Ansprechpartner: Sylvia Peschke und

Heike Rolfsmeier

Telefon: 50-28090

Email: seniorenbuero.mengede@dortmund.de

25. Oktober

Westerfilder Wohlfühltag - ein Tag Urlaub ohne

Gepäck

Zeit: 10.00 – 15.00 Uhr

Ort: Gemeindehaus der ev. Noah-Kirchengemeinde

Westerfilder Straße 11 a

Zum dritten Mal findet in Westerfilde der Aktionstag für Senioren und Seniorinnen statt. Veranstalter ist das Seniorenbüro Dortmund Mengede gemeinsam mit dem NetzWerkSenioren des Stadtbezirkes.

Der Aktionstag im Quartier soll gezielt Senioren und Seniorinnen aus der Nachbarschaft ansprechen: gegen Vereinsamung und zur Aufrechterhaltung gewachsener nachbarschaftlicher Strukturen.

Kostenfreie Angebote

des Seniorenbüro's Mengede:

- Seniorentänze, Gymnastik, Sitzgymnastik
- Neue und alte Tischspiele

Der Johanniter-Hausnotruf. Macht Sie selbstständig und sicher!



Das Hausnotrufsystem der Johanniter sorgt seit 30 Jahren dafür, dass sich Menschen zuhause sicher aufgehoben fühlen. Wir beraten Sie gerne!

Service-Telefon:
0800 32 33 800 (gebührenfrei)
www.johanniter.de/hausnotruf

DIE JOHANNITER
Aus Liebe zum Leben



- Vorträge und DSW-Rollatoren-Schulung
- Gedächtnistraining
- Massagen
- Entspannungsangebote für Körper und Seele
- Kreativangebote: Basteln und Malen
- Gemeinsames Singen mit Gitarre
- Tombola
- gemeinsames Mittagessen
- Schlager-Café mit Markus Malchow

Kontakt: Seniorenbüro Mengede
Bürenstraße 1, 44359 Dortmund,
Telefon: 50-28090

Städtisches Begegnungszentrum Mengede

Bürenstr. 1, 44359 Dortmund, Ute Stasinski
Tel.: (0231) 50 - 2 80 20 Fax (0231) 50 - 1 08 80
E-Mail: ustasinski@stadtdo.de

14-tägig donnerstags

Wandern

Beginn: 9.30 Uhr

Treffpunkt: Städtisches Begegnungszentrum Mengede

Für alle, die sich gerne in Gemeinschaft bewegen. Aktuelle Informationen zu der geplanten Wanderstrecke hängen mindestens eine Woche vorher im Begegnungszentrum aus. Wenn erforderlich, erfolgt die Anfahrt zum Wandergebiet mit öffentlichen Verkehrsmitteln. Kosten für Anfahrt und eventueller Verzehr bei einer Einkehr müssen selbst getragen werden. Für Wanderungen empfehlen wir festes Schuhwerk.

Die Teilnahme an der Wanderung erfolgt auf eigene Gefahr.

Ansprechpartner: Werner Sommerfeld

Tel.: 0176 / 41 83 01 96

Für alle, die sich gerne in Gemeinschaft bewegen.

Fit und mobil in der Gruppe

Bewegungsförderung als besonders betreutes Gruppenangebot

Regelmäßige körperliche Bewegung trainiert die Muskeln, Knochen und Gelenke, die Gefäße, und den Stoffwechsel und nicht zuletzt das Gehirn. Mit unserem Angebot „Fit in der Gruppe“ wollen wir die allgemeine Beweglichkeit fördern und trainieren dazu Kraft, Gleichgewicht, Ausdauer und Koordinationsfähigkeit. Natürlich immer individuell angepasst.

Geeignet ist die Gruppe für:

- interessierte und auch bewegungsungeübte Menschen

- Pflegebedürftige mit leichten körperlichen Einschränkungen
- Menschen mit neurologischen Erkrankungen. Dazu zählen u.a. Schlaganfall, Parkinson, Multiple Sklerose, beginnende Demenz

Angeleitet werden die Übungen durch eine Übungsleiterin, die von Ehrenamtlichen unterstützt wird, die eine Zusatzausbildung als Bewegungssistenten erhalten haben.

Termin: montags von 14.00 – 16.00 Uhr

Aufwandsentschädigung: 16,00 Euro

Eine begleitende Person kann kostenfrei teilnehmen. Soweit Ansprüche bestehen, übernehmen die Pflegekassen nach SGB XI § 45b die Kosten für dieses Angebot.

Mobil und sicher im Straßenverkehr – Rollatorentraining

mit der DSW21

Gemeinsam mit dem Seniorenbüro Mengede, dem NetzWerkSenioren und den Dortmunder Stadtwerken planen wir an unterschiedlichen Stadtorten im Stadtbezirk Mengede. Rollatorentaining für Senioren anzubieten. Trainiert wird alles rund um den sicheren Ein- und Ausstieg in den Bus.

Sie erhalten Informationen u. a. zu häufig gestellten Fragen wie:

- Wie komme ich mit meinem Rollator in den Bus und durch welche Tür steige ich ein?
- Wie muss ich während der Fahrt meinen Rollator sichern?
- Wo sitze ich während der Fahrt am sichersten?
- Wie kaufe ich mit Rollator ein Ticket im Bus?

*Zeit für
Krankenpflege*

**Ambulanter Pflegedienst
Zeit für Krankenpflege**
Alexander Künast

Mengeder Str. 705
44359 Dortmund

Telefon 0231 - 33 55 55
info@zeit-fuer-krankenpflege.de

„Von Außen unscheinbar!!“ „Von Innen ganz anders!!“

Wer erstmal den Weg in die Park Residenz gefunden hat, erkennt unschwer den Hotelcharakter. Die Uhren ticken anders in der Park Residenz. Der Tagesablauf und das Freizeitprogramm wird nicht durch unpersönliche und pauschale Vorgaben geregelt. Die Bedürfnisse der Gäste stehen uneingeschränkt im Mittelpunkt sämtlichen Handelns. Das qualifizierte Team um Einrichtungsleiterin Heike Kopperschläger lebt den Leitgedanken „Was möchten Sie, dass wir für Sie tun?“ In stilvollem Ambiente werden Menschen mit verschiedenen Pflegegraden betreut. Darüber hinaus bieten die Experten Krankenversorgung, intensive Pflege von demenziell erkrankten Menschen sowie schmerz- und palliative Geriatrie.

Die Park Residenz verfügt über 104 Pflegeplätze in geräumigen, luxuriös eingerichteten Einzel- und Doppelzimmern oder Suiten für Ehepaare. Das neue Zuhause kann gerne auch mit eigenen Möbeln ausgestattet und persönlich gestaltet werden. Das Haus entspricht allen Anforderungen einer anspruchsvollen und zeitgemäßen Pflegeeinrichtung mit familiären Charakter. Für Menschen im palliativen Bereich stehen Fachärzte an 7 Tagen / 24 Stunden zur Verfügung. Ein Friseur und die medizinischen Fußpflege kommen regelmäßig in die Park Residenz. Ergo- und Physiotherapeuten befinden sich im Haus.

In der hausinternen Tagesbetreuung erfahren demenziell erkrankte Menschen eine besondere Förderung. Dank intensiver Zuwendung sowie speziellen Angeboten erleben auch Schwerstkranke schöne Momente. Aromatherapie und „Snoezelen“ gehören ebenso wie die seelsorgerische Beratung zum Angebot. Die Gäste können mittags zwischen zwei Menüs

auswählen, für Schwerstkranke ist die Bestellung eines Wunschmenüs möglich. Individuelle Wünsche werden auch hier berücksichtigt, damit sich jeder Gast in seinem Zuhause wohlfühlt. Neben der pflegerischen Betreuung bietet die Park Residenz ein buntes Freizeitprogramm: Hundebesuche, Tanz- und Erzählcafé, Skatrunde, Bingo, Dämmerchoppen, Livemusik, Konzerte von Dortmunder Chören und Einzelkünstlern sind einige Beispiele.

Für Bewohner und Angehörige kommt es zum regelmäßigen Zusammentreffen zu den BVB-Spielen. Gemeinsames „Gucken auf Sky“ steht dann auf dem Programm. Für die fußballbegeisterten Gäste wurde der Fanclub „Die Schwarz-Gelben-Parkresidenten“ gegründet, der auch gelegentlich in das benachbarte Stadion zieht, um live mit dem BVB zu fiebern. Langeweile ist ein Fremdwort in der Park Residenz. Wer dann doch einmal ein ruhiges Plätzchen sucht, kann auf der schönen Dachterrasse die Seele baumeln lassen oder im hausinternen Café selbst gebackenen Kuchen und Kaffee genießen.

Die Park Residenz liegt an der Wittekindstraße, zentral in der Nachbarschaft des Westfalen- und Rombergparks und des Dortmunder Zoos. Kurz – mitten im Leben. Selbstbestimmt heißt auch hier, Ausflüge zu unternehmen. Gäste, die gerne in der Gruppe unterwegs sind, kommen nicht zu kurz. Gleich vor der Tür ist die U-Bahn-Haltestelle. Zudem steht ein behindertengerechter Kleinbus zur Verfügung.

Haben Sie Fragen? Wir freuen uns auf Ihren Anruf, Ihre E-Mail oder Ihren Besuch.

Heike Kopperschläger
Geschäfts- und Heimleitung
Rosemeyerstraße 2–4 (Besuchereingang)
44139 Dortmund

Telefon: 0231 4778-0
Fax: 0231 4778-300

info@seniorenheim-dortmund.de
www.seniorenheim-dortmund.de



PFLEGE-FACHZENTRUM

PARK RESIDENZ
DORTMUND

Termine und Orte dieser kostenfreien Veranstaltung lagen bei Redaktionsschluss noch nicht vor.

Sie sind interessiert? Dann rufen Sie uns an!

Tel. (0231) 33 64 60.

Jeden Freitag

@ Betreutes Internet-Café

Informationsbeschaffung durch Surfen im Netz, Schreiben und Abrufen von E-Mails, ... Austausch und Unterstützung. Auch hier können Sie Ihren eigenen Laptop mitbringen.

Zeit: 10.00 – 12.00 Uhr

Ansprechpartner: Robert Overheid und Helmut Steeger

Jeder 3. Samstag im Monat

Mengede spielt

unter dem Motto „Gemeinsames Spielen verbindet Generationen“. Eingeladen sind alle, von Familien mit Kindern bis zu Senioren mit und ohne ihre Enkelkinder, die Lust haben Brett-, Karten- und Würfelspiele auszuprobieren. Ob Altbewährtes oder völlig Neues, ob ein kurzes Spielchen, ein langes Strategie- oder Fantasy-Spiel, für jeden Geschmack ist etwas dabei. Wer ein neues Spiel ausprobieren

möchte, kann auf die Unterstützung eines Spieleerklärers zählen.

Ansprechpartner: Anja und Bernd Emter

Beginn: 14.00 Uhr

Dienstags

Senioren-sport an der Wii-Konsole

Interessierte verabreden sich zum Bowling, Kegeln, Tennis, Golf, ...

Leitung: Robert Overheid, Betty und Helmut Steeger

Beginn: 15.00 Uhr

Jeder 3. Dienstag im Monat

Englisch – Stammtisch

Für alle, die an der englischen Sprache interessiert sind und sich gerne mit Gleichgesinnten treffen.

Beginn: 18.00 Uhr

Ansprechpartner: Robert Overheid

Tel. (0231) 33 17 14

Ständige Angebote • Spiel, Spaß und Geselligkeit

Frühstückskreis

Tag: montags | **Zeit:** 9.30 Uhr | **Termine:** auf Anfrage

Leitung: Ursula Link, Tel. (0231) 33 42 37



PFLEGE-FACHZENTRUM

PARK RESIDENZ

DORTMUND

Ob Pflege im Allgemeinen oder in der Schwerpunktpflege „Palliativ und Demenz werden wir gekuschelt und man hat uns lieb gewonnen, so drehen die Haushunde Filou und Shippy jeden Tag ihre Runde im Haus mit der Heimleiterin und Geschäftsführung Frau Kopperschläger. Sie ergänzen so die wöchentliche Hundebesuch von ihren Kollegen und tragen zum Wohlbefinden der Bewohner bei.

Lernen auch Sie unsere tierischen Pfleger kennen, wir freuen uns auf Ihren Besuch.



**Pflege - Fachzentrum für Schmerz- und Palliative Geriatrie
Park Residenz GmbH**

Wittekindstraße 105 / Rosemeyerstraße 2 – 4
44139 Dortmund

Tel.: 02 31 / 47 78 -0
Fax: 02 31 / 47 78 -3 00

info@seniorenheim-dortmund.de
www.seniorenheim-dortmund.de



Auf den Hund gekommen.

Skat für Frauen und Männer

Tag: 14-tägig montags | **Zeit:** 13.30 Uhr
Termine: auf Anfrage

Offener Spiele-Treff

Tag: dienstags und freitags | **Zeit:** 15.00 – 17.00 Uhr

Mengeder Spieletreff

Ein generationsübergreifendes Angebot.
Tag: dienstags | **Zeit:** 19.00 Uhr
Termin: auf Anfrage

Gehirnjogging

Tag: mittwochs | **Zeit:** 14.30 Uhr
Termin: auf Anfrage

Rommeeturniere

Tag: freitags | **Zeit:** 15.00 Uhr | **Termine:** auf Anfrage

Mengede spielt

unter dem Motto „Gemeinsames Spielen verbindet Generationen“. Eingeladen sind alle, von Familien mit Kindern bis zu Senioren mit und ohne ihre Enkelkinder, die Lust haben Brett-, Karten- und Würfelspiele auszuprobieren.
Tag: jeden 3. Samstag im Monat | **Zeit:** ab 15.00 Uhr

Doppelkopf

Tag: dienstags | **Zeit:** 15.00 Uhr
Ansprechpartner/-innen:
Erich Rimpler, Tel. (0231) 33 95 41
Ilse Breuer, Tel. (0231) 33 34 71
Günther Kreimel, Tel. (0231) 33 43 90

Schach

Tag: mittwochs | **Zeit:** 15.30 Uhr
Termine: auf Anfrage
Leitung: Robert Overheid, Tel. (0231) 33 17 14 und Manfred Riechert

Malen

mit Aquarell- oder Acrylfarbe, mit Pastellkreide oder ... auch noch ganz anders.
Tag: dienstags | **Zeit:** 10.00 – 12.00 Uhr
Ansprechpartnerin: Karin Heimann
Tel. (0231) 35 58 59

Aquarellmalen

Tag: dienstags | **Zeit:** 14.30 – 16.30 Uhr

Handarbeitstreff

Tag: mittwochs | **Zeit:** 14.00 – 16.30 Uhr
Stricken für einen guten Zweck
Familienhebammen in Dortmund unterstützen

Familien und alleinerziehende Mütter in sozial und gesundheitlich belasteten Lebenssituationen. Frauen des Begegnungszentrums strickten und Nähen viele schöne Babysachen, um die Arbeit der Familienhebammen zu unterstützen. Ihnen ein großes „Dankeschön“. Gerne dürfen auch sie mitmachen ... sprechen sie uns an.

Schneidern

Tag: donnerstags | **Zeit:** 10.00 – 13.00 Uhr
Begrenzte Teilnehmerzahl – Sie sind interessiert?
Bitte melden Sie sich im Büro.

Patchwork

Tag: freitags, 14-tägig | **Zeit:** 9.30 – 12.30 Uhr

Hardanger-Stickerei & mehr

Tag: montags | **Zeit:** 14.15 Uhr

Pen & Paper Rollenspiele

Tag: freitags | **Zeit:** 19.00 Uhr
Jeden Montag 14.00 – 16.00 Uhr

Kochtreff ... Männer unter sich

Unter dem Motto „Essen hält Leib und Seele zusammen“ – mitmachen kann „JederMann“ mit und ohne Kocherfahrung. Besonders Männer, die nicht nur Fertiggerichte aus dem Supermarkt ihr tägliches Essen bestimmen lassen wollen, können unter fachkundiger Anleitung und in geselliger Männerrunde die Grundlagen für die Zubereitung von schmackhaften Speisen erlernen. Die Treffen finden 14-tägig donnerstags ab 17.00 Uhr unter der Leitung von Uli Kluge in der Küche der Wilhelm-Rein-Schule, Castroper Straße 121, statt. Ansprechpartnerinnen für dieses gemeinschaftliche Angebot der Wilhelm-Rein-Schule und des Städtischen Begegnungszentrums sind Betty Steeger und Ute Stasinski, Tel. (0231) 33 64 60.

Jeden 1. Sonntag im Monat

Aktiv gemeinsam 70+
Beginn: 15.00 Uhr
Ansprechpartnerinnen: Hannelore Dybiona, Tel. (0231) 33 97 40 und Ilse Mihm, Tel. (0231) 33 78 38

Aktiv gemeinsam – Unternehmungen außer Haus Für Frauen 55 +

Tag: Jeden 3. Sonntag im Monat
Termine: auf Anfrage
Ansprechpartnerin: Gerda Mühlberger
Tel. (0231) 33 96 49

Wandern

Aktuelle Informationen zu der geplanten Wanderstrecke hängen mindestens eine Woche vorher im Begegnungszentrum aus. Wenn erforderlich, erfolgt die Anfahrt zum Wandergebiet mit öffentlichen Verkehrsmitteln. Kosten für Anfahrt und eventueller Verzehr bei einer Einkehr müssen selbst getragen werden. Die Teilnahme an der Wanderung erfolgt auf eigene Gefahr.

Ansprechpartner: Werner Sommerfeld

Tel. (0176) 41 83 01 96

Tag: donnerstags 14-tägig | **Uhrzeit:** 9.30 Uhr

Interessengruppen • Gesundheit und Bewegung
Der „fröhliche Beckenboden“

Fit und beweglich bleiben – Gymnastik für Frauen
jeden Dienstag 18.00 – 19.00 Uhr

Seniorenheim Mengede

Burgring 1 - 3, 44359 Dortmund

Tel.: (0231) 33 20 – 538, Fax (0231) 33 20 - 555

E-Mail: a.boseniuk@shdo.de

29. August

Sommerfest unter dem Motto „Südsee“

Beginn: ab 15.00 Uhr

Bei schönen Wetter vor dem Cafe Mokka

Kosten für Bewirtung

28. September

Candle Light Dinner im Festsaal

Beginn: 18.00 Uhr

Mehrgängiges Menü in festlicher Atmosphäre

Anmeldung unter Tel.: 0231 33205

01. Oktober

Konzert des Chores „Heimatmelodie“ unter Leitung von Frau Fischer

Beginn: 15:30 Uhr

Alle Gäste sind herzlich willkommen

REVIER



WOHNEN IN DORTMUND

DOGEWO21
Hier bleib ich!

WWW.DOGWO21.DE

Städtisches Begegnungszentrum Scharnhorst

Gleiwitzstr. 277, 44328 Dortmund, Melanie Wenang

Tel.: (0231) 2 88 59 Fax (0231) 50-28858

E-Mail: amanek@stadtdo.de

Jeden 1. Mittwoch im Monat

FreiwilligenAgentur

Dezentrale Sprechstunde und Beratung der FreiwilligenAgentur im Begegnungszentrum. Für an einem Ehrenamt Interessierte und für Ehrenamt Suchende. Ihre Organisation oder Ihr Verein ist auf der Suche nach Menschen, die sich freiwillig engagieren möchten? Teilen Sie uns Ihr Angebot für ein Engagement mit – wir unterstützen Sie bei der Suche nach interessierten freiwilligen Mitarbeitern/-innen.

- Sie suchen eine interessante Aufgabe, die Ihnen reude macht?
- Sie möchten gemeinsam mit anderen für eine gute Sache aktiv werden?
- Sie möchten Ihre Fähigkeiten einbringen und etwas Neues lernen?

Eine Kooperationsveranstaltung mit dem Aktionsplan Soziale Stadt

Zeit: 13.00 -15.00 Uhr

Jeden 1. Donnerstag im Monat

Sport an der Wii-Konsole

Beginn: 15.00 Uhr

Jeden Mittwoch

Gruppe Kunstgewebe

Kunstgewerbe steht für das Zusammenspiel unterschiedlicher Aktivitäten, die vom künstlerischen Gestalten über literarische Beiträge, wie Lesungen und Gesprächsrunden, bis hin zu eigenen Ausstellungen ebenso Inhalt sind, sowie Unternehmungen zu Zielen kreativer Inspiration.

Zeit: 14.00 -17.00 Uhr

Jeden 2. und 4. Mittwoch im Monat

Initiativkreis Naturlehrpfad

Hier haben sich naturverbundene Bürgerinnen und Bürger aus dem Stadtbezirk zusammengefunden. Bei den Treffen stehen die Themen Umweltschutz, Natur und Ökologie im Fokus. Der Naturlehrpfad „Alte Körne“ ist hier von zentralem Interesse und spiegelt in besonderer Weise das bürgerschaftliche Engagement wieder.

Zeit: 9.30 –12.30 Uhr

Jeden 2. Mittwoch im Monat

Börsenclub

Berichte, Analysen, Meinungen von der Börse über

„Bulle, Bär und DAX“ sowie Gespräche über das Geschehen in der Wirtschafts- und Finanzwelt.

Beginn: 17.30 Uhr | **Ansprechpartner:** Detlev Thissen

KunstStücke e. V. aktiv

Aquarell-Grundkurs: 12. und 19. Juni 2019

Einstieg in die Aquarellmalerei mit Frau Ingeborg Braun. Es werden Grundkenntnisse vermittelt und eigene kleine Werke erstellt. Aquarellpapier und Aquarellfarbe kann gegen einen Kostenbeitrag von 5,00 Euro für beide Tage gestellt werden.

Anleitung: Ingeborg Braun

Dienstag | Zeit: 15.00-17.00 Uhr

Jeden 1. Donnerstag im Monat

Hobbyclub Bildende Kunst e.V. lädt Sie ein: „Entdecken Sie ihr zeichnerisches Talent“

Die Mitglieder des Hobbyclub Bildende Kunst bieten Ihnen die Möglichkeit ihr zeichnerisches Talent zu testen und laden alle Interessierten herzlich ein. Erfahrende und bekannte Malerinnen und Maler werden Sie in die Technik des Zeichnens einführen.

Zeit: 17.00 –19.00 Uhr **Die Teilnahme ist kostenfrei. Bitte Papier und Bleistifte in verschiedenen Stärken mitbringen.**

KunstStücke e. V.

Regelmäßige Ausstellung und Präsentationen der Werke sind fester Bestandteil.

Tag: dienstags | **Zeit:** ab 15.00 Uhr

Jeden Dienstag

Initiative Internet-Kompetenz

Lernen Sie mit uns das Internet kennen! Wir stehen Ihnen mit Rat und Tat zur Seite und helfen Ihnen kostenlos und unverbindlich, das Internet kennenzulernen. Informationsbeschaffung durch Surfen im Netz ... Sie können Ihren eigenen Laptop mitbringen oder Sie nutzen den Laptop des Begegnungszentrums.

Beginn: 14.30 Uhr

Jeden Freitag

Schachclub Scharnhorst 2002

Schach für Jedermann/-frau/-kind

Dieser Tag soll Anfängern und Wiedereinsteigern die Möglichkeit geben, unseren Verein kennen zu lernen. Sie haben die Möglichkeit, mit erfahrenen Mitgliedern das Schachspiel zu erlernen oder Ihre Fähigkeiten weiterzuentwickeln. Dafür ist eine Mitgliedschaft nicht erforderlich.

Alle sind herzlich willkommen.

Beginn: 15.00 Uhr | **Ansprechpartner:** Friedrich Benz

Jeden Donnerstag

Geschichtskreis

Die Geschichte aus dem Dortmunder Nord-Osten ist sehr spannend. Wir sammeln Fakten und werten Quellen aus. Diese fügen sich zu einem Gesamtbild zusammen. Ein Buch entsteht und Sie können dabei sein.

Zeit: 19.00 – 21.00 Uhr

Hardanger-Stickerei

Tag: dienstags | **Zeit:** 13.00–15.00 Uhr

Handarbeitstreff

Tag: Dienstag | **Zeit:** 10.00–12.00 Uhr

Meditation mit Mandalas

Tag: donnerstags | **Zeit:** 14.00–16.00 Uhr

Nachbarschaftsfrühstück für die Mieter des Wohnparks am Westholz

Eine Kooperation mit den städtischen Seniorenheimen.

Tag: dienstags (2 x im Monat) | **Zeit:** 8.30 Uhr

Ansprechpartner: Ulrich Rönsch

ZWAR-Gruppen

Die Mitglieder dieser Gruppe treffen sich zum Kartenspielen und gemütlichem Beisammensein.

Tag: donnerstags | **Zeit:** ab 14.00 Uhr

Seniorenwohnsitz Westholz

Westholz 17, 44328 Dortmund

Tel.: (0231) 47 64 34 – 12, Fax: (0231) 47 64 34 – 11

E-Mail: a.sprenger-lux@shdo.de

Jeden Donnerstag

Schöne Stunden im Café bei Kaffee und Waffeln

Zeit: 14.30–17.00 Uhr, Kostenbeitrag für Bewirtung

BILDUNG – FREIZEIT – KULTUR

Städtische Begegnungszentren

Orte der Begegnung und Kommunikation

Die Begegnungszentren der Stadt Dortmund bieten geselliges Beisammensein und ein abwechslungsreiches Programm mit interessanten Vorträgen, Diskussionsrunden, Unterhaltung und Tanz, Gymnastik, Kochen, Malen, Töpfern, Computer- und Internetkurse, Ausflüge und vieles andere mehr. Neben den Kurs- und Veranstaltungsangeboten finden Seniorinnen und Senioren die Möglichkeit, sich in Eigeninitiative zu treffen und gemeinsame Aktivitäten zu planen. Dabei entstehen neue Freundschaften und kleine aber unterstützende Netzwerke.

Die Teams von hauptamtlichen Leitungskräften und ehrenamtlichen Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern unterstützen Sie dabei, stehen für alle Fragen oder Anregungen zur Verfügung und laden Sie ein, Neues mit Gleichgesinnten zu entdecken und mit anderen Besuchern Interessen zu teilen. Unsere Begegnungszentren sind montags bis freitags von 10.00 bis 18.00 Uhr geöffnet und bieten darüber hinaus immer wieder auch am Wochenende Veranstaltungen an. Die Termine entnehmen Sie bitte den Programmheften. Das zentral gelegene Wilhelm-Hansmann-Haus ist montags bis freitags von 07.00 bis 21.30 Uhr geöffnet.

Alle städtischen Begegnungszentren sind für Rollstuhlfahrer zugänglich und mit behinderten-

gerechten Sanitäreinrichtungen ausgestattet. Nähere Informationen zu den Angeboten der Begegnungszentren erfahren Sie unter den angegebenen Telefonnummern und Anschriften. Gern senden wir Ihnen das aktuelle Programmheft auf Wunsch auch nach Hause.

Städtisches Begegnungszentrum Aplerbeck/Berghofen

Am Oldendieck 6, 44269 Dortmund

Tel.: (0231) 48 67 78, Fax: (0231) 2 22 61 13

E-Mail: bwulf@stadtdo.de, www.dortmund.de

Städt. Begegnungszentrum Eving

Deutsche Straße 27, 44339 Dortmund

Andrea Pradel

Tel.: (0231) 85 89 94, Fax: (0231) 8 78 00 98

E-Mail: andreapradel@stadtdo.de

Städt. Begegnungszentrum Huckarde

Parsevalstraße 170, 44369 Dortmund

Ulrich Mäfers

Tel.: (0231) 39 42 74, Fax: (0231) 3 96 01 50

E-Mail: umaefers@stadtdo.de

Städt. Begegnungszentrum Mengede

Bürenstraße 1, 44359 Dortmund

Tel.: (0231) 50-28020, Fax: (0231) 50-10880

E-Mail: ustinowski@stadtdo.de

Städt. Begegnungszentrum Scharnhorst

Gleiwitzstraße 277, 44328 Dortmund

Tel.: (0231) 50 – 2 88 59, Fax: (0231) 50 – 2 88 59

E-Mail: amanek@stadtdo.de, www.dortmund.de

Städt. Begegnungszentrum Lütgendortmund

Werner Str. 10, 44388 Dortmund

Tel.: (0231) 50 – 2 89 89, Fax: (0231) 50 – 2 89 87

E-Mail: kkremer@stadtdo.de, www.dortmund.de

Wilhelm-Hansmann-Haus

Märkische Str. 21, 4141 Dortmund

Tel.: (0231) 50 – 2 33 58, Fax: (0231) 50 – 2 64 26

E-Mail: whh@dortmund.de, www.whh.dortmund.de

Stadtteilbibliotheken

Stadtteilbibliothek Aplerbeck,

Köln-Berliner-Str. 31, Telefon (0231) 44 50 41

E-Mail: bibliothek.aplerbeck@stadtdo.de

Stadtteilbibliothek Hombruch

Harkortstr. 58, Telefon (0231) 50-2 83 21

E-Mail: bibliothek.hombruch@stadtdo.de

Stadtteilbibliothek Hörde

Hermannstr. 33, Telefon (0231) 2 86 06 78

E-Mail: bibliothek.hoerde@stadtdo.de

Stadtteilbibliothek Scharnhorst

Mackenrothweg 15, Telefon (0231) 50- 2 81 49

E-Mail: bibliothek.scharnhorst@stadtdo.de

Das Weiterbildende Studium für Seniorinnen und Senioren an der Technischen Universität Dortmund

ist ein Angebot der wissenschaftlichen Weiterbildung für Erwachsene, die in der Zeit nach der Berufs- oder Familienphase eine bewusste Lebensplanung für das Alter beabsichtigen.

- Das Studienangebot steht Interessierten ab dem 50. Lebensjahr offen.
- Das Abitur ist nicht Voraussetzung zur Teilnahme.
- Jeweils zum Wintersemester (Beginn Mitte Oktober) werden 50 Studienplätze vergeben.
- Die Gebühren betragen 100,00 Euro pro Semester.

TU Dortmund, Fakultät 12, Emil-Figge-Straße 50, Raum 2.450, 44227 Dortmund

Studienberatung: Service und Beratungsteam

Sprechzeiten: Dienstag und Donnerstag

von 10.00 - 12.00 Uhr

Tel.: (0231) 7 55 – 41 28

www.seniorenstudium.tu-dortmund.de

ZWAR Netzwerke in Dortmund

Die Abkürzung ZWAR steht für „Zwischen Arbeit und Ruhestand“. Das Netzwerk Dortmund besteht aus Basisgruppen und stadtteilübergreifenden Netzen wie die Theatergruppe „Hassenichgesehen“, die ZWAR- Zeitungsgruppe, die Hörder Maler oder die Segelgruppe „Vertrauen“. Die Gruppentreffen der Netzwerke fördern das Kennenlernen der Teilnehmer/-innen, und es werden Aktivitäten geplant, die in kleineren Gruppen durchgeführt werden. Die Teilnehmer/-innen knüpfen untereinander ein dichtes soziales Netz, das auch diejenigen auffängt, die nicht mehr mobil genug sind, um den Weg zum Basistreffen auf sich zu nehmen. In regelmäßigen Besuchen und Telefonaten wird der Unterstützungsbedarf erfragt, und Lösungen werden gemeinsam mit Unterstützung des örtlichen Seniorenbüros gefunden.

Nähere Informationen und Auskünfte erhalten Sie bei:

ZWAR Netzwerk Dortmund

Steinhammer Str. 3, 44379 Dortmund

Tel.: (0231) 9 61 31 70

Ansprechpartnerin: Vera Romberg

E-Mail: frankreinemann@gmail.com

Internet: www.vertrauen.de

ZWAR Gruppe Segeln „Vertrauen“

Zeit: donnerstags, 10.00 – 13.00 Uhr

Ort: Schmiedingshafen,

hinter Speicherstraße 100, 44147 Dortmund

E-Mail: frankreinemann@gmail.com

www.zwar-vertrauen.jimdo.com

ZWAR Gruppe Dortmund Eving

Zeit: Jeden zweiten Mittwoch im Monat 14.30 Uhr

Ort: Begegnungszentrum Eving,

Deutsche Straße 27, 44339 Dortmund

Ansprechpartner: Dieter Förster,

Tel.: (0231) 80 74 72

ZWAR Gruppe Dortmund Lütgendortmund

Zeit: mittwochs, 14-tägig, 16.00 Uhr

Ort: Begegnungszentrum,

Werner Str. 10, 44388 Dortmund

Ansprechpartnerin: Uschi Zurek,

Tel.: (0231) 69 13 77

ZWAR Gruppe Hörder Malgruppe**Zeit:** mittwochs 15.00 – 17.30 Uhr**Ort:** Diakonie Wohnheim Dortmund Hörde,
Virchowstr.3 , 44236 Dortmund**Ansprechpartner:** Franz Wiorek**Tel.:** (0231) 41 53 06**ZWAR Gruppe Marten****Zeit:** Jeden ersten und dritten Donnerstag im Monat, 15.30 – 18.00 Uhr**Ort:** Martener Str.352, Dortmund Marten**ZWAR Gruppe Dortmund****Hombruch/Brünninghausen****Ort:** AWO Begegnungsstätte, Mergelteichstr. 31,
44225 Dortmund-Brünninghausen,
im großen Veranstaltungssaal**Zeit:** donnerstags, 14-tägig, 18.00-20.00 Uhr**Ansprechpartner:** Detlef Weiß,**Tel.:** (0231) 79 79 696**ZWAR Gruppe Dortmund Hörde****Zeit:** Jeden zweiten und vierten Mittwoch im Monat, 16.30 – 18.30 Uhr**Ort:** AWO Begegnungsstätte,
Gildenstr. 5, Dortmund Hörde**Ansprechpartnerin:** Sigrid Kirchner,**Tel.:** (0231) 41 36 66**ZWAR Gruppe Dortmund Ost****Zeit:** donnerstags, 14-tägig, 18.00 Uhr**Ort:** ZWAR-Begegnungszentrum Süd-Ost-Gartenstadt, Geßlerstr. 15 – 17, Dortmund Gartenstadt**Ansprechpartnerin:** Erika Michels,**Tel.:** (0231) 41 36 70**ZWAR Gruppe Dortmund Brackel-Neuasseln****Zeit:** montags, 14-tägig, 18.30 – 20.15 Uhr**Nächster Termin:** 17.10.2016**Ort:** Bredowstr. 49, 44309 Dortmund**Ansprechpartnerin:** Ingrid Okunick,**Tel.:** (0231) 20 72 69

BERATUNGSTELLEN – SENIORENBÜROS IN DORTMUND

**Pflegestützpunkte in Dortmund**

In den gemeinsam eingerichteten vier neuen Pflegestützpunkten und in den zwölf Seniorenbüros der Dortmunder Stadtbezirke erhalten Sie eine wohnort- und bürgernahe Beratung und Hilfe sowie kompetente Unterstützung rund um das Thema Pflege. Die Beratungszeiten der (mobilen) Pflegestützpunkte erfahren Sie in den Seniorenbüros

Seniorenbüros in zwölf Dortmunder Stadtbezirken
Beratung, Vermittlung, Vernetzung**Wir bieten Ihnen**

- Trägerunabhängige Information und Beratung zu allen Fragen der Altenhilfe und Pflege
- Überblick zu den lokalen Service und Pflegediensten der jeweiligen Dortmunder Stadtbezirke
- Wohnortnahe Sprechstunden für Einzelberatung

Wir helfen Ihnen bei

- Planung von passgenauen Hilfen
- Kontaktaufnahme zu Pflege- und Hilfsdiensten im Wohnquartier

- Kostenregulierung mit den Pflegekassen und dem Sozialamt

Wir geben Ihnen Tipps und Ratschläge

- zur Pflegeeinstufung des Medizinischen Dienstes der Pflegekassen
- worauf es bei guter Pflege ankommt

Beratungszeiten der Seniorenbüros:

montags bis freitags 10.00 – 12.00 Uhr

Die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der Seniorenbüros beraten bei Bedarf auch gerne zu Hause.

Standorte:**Seniorenbüro Innenstadt West**

(im Eugen-Krautscheid-Haus)

Lange Str. 42, 44137 Dortmund

Tel.: (0231) 3 95 72-14

seniorenbuero.west@dortmund.de

Seniorenbüro Innenstadt Ost

(im Wilhelm-Hansmann-Haus)

Märkische Str. 21, 44141 Dortmund

Tel.: (0231) 50 – 2 96 90

seniorenbuero.ost@dortmund.de

Seniorenbüro Innenstadt Nord

(im Sozialen Zentrum e.V.)
Westhoffstr. 8 – 12, 44145 Dortmund
Tel.: (0231) 4 77 52 40
seniorenbuero.nord@dortmund.de

Seniorenbüro Dortmund–Aplerbeck

(im Gebäude der Bezirksverwaltungsstelle)
Aplerbecker Marktplatz 21, 44287 Dortmund
Tel.: (0231) 50-2 93 90
seniorenbuero.aplerbeck@dortmund.de

Seniorenbüro Dortmund–Brackel

(im Gebäude der Bezirksverwaltungsstelle)
Brackeler Hellweg 170, 44309 Dortmund
Tel.: (0231) 50 – 2 96 40
seniorenbuero.brackel@dortmund.de

Seniorenbüro Dortmund–Eving

(im Gebäude der Bezirksverwaltungsstelle)
August-Wagner-Platz 2 - 8, 44339 Dortmund
Tel.: (0231) 50 – 2 96 60
seniorenbuero.ewing@dortmund.de

Seniorenbüro Dortmund–Hörde

(im Gebäude der Bezirksverwaltungsstelle)
Hörder Bahnhofstr. 16, 44263 Dortmund
Tel.: (0231) 50 – 2 33 11
seniorenbuero.hoerde@dortmund.de

Seniorenbüro Dortmund–Hombruch

(im Gebäude der Bezirksverwaltungsstelle)
Harkortstr. 58, 44225 Dortmund
Tel.: (0231) 50 – 2 83 90
seniorenbuero.hombruch@dortmund.de

Seniorenbüro Dortmund–Huckarde

(im Gebäude der Bezirksverwaltungsstelle)
Urbanusstr. 5, 44369 Dortmund
Tel.: (0231) 50 – 2 84 90
seniorenbuero.huckarde@dortmund.de

Seniorenbüro Dortmund–Lütgendortmund

Limbecker Str. 31, 44388 Dortmund
Tel.: (0231) 50 – 2 96 70
seniorenbuero.luetgendortmund@dortmund.de

Seniorenbüro Dortmund–Mengede

(im Gebäude des Begegnungszentrums Mengede)
Bürenstr. 1, 44359 Dortmund
Tel.: (0231) 47 70 77 60
seniorenbuero.mengede@dortmund.de

Seniorenbüro Dortmund–Scharnhorst

(im Gebäude des Begegnungszentrums Scharnhorst)
Gleiwitzstr. 277, 44328 Dortmund
Tel.: (0231) 50 – 2 96 80
seniorenbuero.scharnhorst@dortmund.de

Hilfe für an Demenz erkrankte Menschen und Angehörige



Demenz-Servicezentrum Nordrhein-Westfalen, Region Dortmund

Das Demenz-Servicezentrum NRW Region Dortmund ist eines von 13 Zentren dieser Art in Nordrhein-Westfalen und Teil der Landesinitiative Demenz-Service NRW. Alle Zentren werden vom Ministerium für Gesundheit, Emanzipation, Pflege und Alter des Landes Nordrhein-Westfalen sowie den Landespflegekassen gefördert. Ziel der Arbeit ist es, die häusliche Situation demenziell Erkrankter und der sie unterstützenden Angehörigen zu verbessern, damit die Menschen mit einer Demenz möglichst lange in ihrem vertrauten Umfeld leben können. Dazu entwickeln die Zentren wohnortnahe Informations- und Unterstützungsangebote, damit die Menschen

mit einer Demenz möglichst lange in ihrem vertrauten Umfeld leben können.

Das Demenz-Servicezentrum ist eine Kooperation der Stadt Dortmund, Fachabteilung für Seniorenarbeit und der LWL-Klinik Dortmund, Abteilung Gerontopsychiatrie. Zum Expertenteam gehören u. a. eine Oberärztin für Gerontopsychiatrie, ein Pflegeexperte und Diplom-Pädagoge sowie eine Diplom-Pädagogin. Der Einzugsbereich umfasst neben der Stadt Dortmund den Landkreis Unna, die Stadt Hagen und den Märkischen Kreis. Dabei arbeitet das Demenz-Servicezentrum eng mit den Trägern der Altenhilfe vor Ort zusammen. In Kooperation mit vorhandenen Einrichtungen, Diensten und kommunalen Dienststellen

- initiiert das Demenz-Servicezentrum wohnortnahe Informations-, Beratungs- und Schulungsangebote
- fördert das Demenz-Servicezentrum ehrenamtliche, nachbarschaftliche und hauptamtliche Unterstützungsideen

MITGLIEDER DER TREUHANDSTELLE FÜR DAUERGRABPFLEGE

FRIEDHOFSGÄRTNEREI ROLF BERGER

Breierspfad 188, 44309 Do
Telefon (0231) 2 06 13 95
www.friedhofsgaertner-berger.de

BLUMENGARTEN BERNDT

• Wischlinger Weg 63, 44369 Do
Telefon (0231) 17 85 75
• Brechtener Str. 37, 44339 Do
Telefon (0231) 85 36 98
www.blumengartenberndt.de

FRIEDHOFSGÄRTNEREI BLUMENHOF DREISTEIN

Inh. Volker Off
Asselburgstr. 20, 44319 Do
Telefon (0231) 27 09 53
www.blumenhof-dreistein.de

FRIEDHOFSGÄRTNEREI BARBARA ENGEL

Overgünne 6-8, 44265 Do
Telefon (0231) 46 43 62

FRIEDHOFSGÄRTNEREI CHRISTIAN GIESELMANN

Roonstr. 15, 44143 Do
Telefon (0231) 51 63 38

FRIEDHOFSGÄRTNEREI ANDREAS HERTER

Bez. Friedh. Menglinghausen
Friedhöfe Eichlinghofen
Hinter Holtein 22, 44227 Do
Telefon (0231) 75 07 84
www.blumen-herter.de

BLUMEN KIRCHHELLE

Keplerstr. 35a, 44388 Do
Telefon (0231) 63 52 26

FRIEDHOFSGÄRTNEREI KIRCHHELLE

Wittener Str. 201
44577 Castrop-Rauxel
Telefon (02305) 44 04 49
www.kirchhelle.de

FRIEDHOFSGÄRTNEREI FRIEDHELM KOCH

Stadtgärtnerei 43, 44309 Do
Telefon (0231) 20 12 80

FRIEDHOFSGÄRTNEREI MANUEL KOCH

Sendstr. 32, 44309 Do
Telefon (0231) 9 25 33 40

FRIEDHOFSGÄRTNEREI MICHAEL KUKUK

Bezirksfriedhof Menglinghausen
Am Surck 3, 44225 Do
Telefon (0231) 9 75 25 20
www.blumen-kukuk.de

FRIEDHOFSGÄRTNEREI JENS LUDWIG

Südwestfriedhof
Große Heimstr. 117, 44137 Do
Telefon (0231) 10 22 59
www.gaertnerei-ludwig.de

FRIEDHOFSGÄRTNEREI OLIVER LUDWIG

In der Liethe 102, 44329 Do
Telefon (0231) 7 22 35 34
www.gaertnereiludwig.de

FRIEDHOFSGÄRTNEREI NEUENDORFF

In der Heide 5, 44532 Lünen
Telefon (02306) 4 47 14
www.blumen-neuendorff.de

FRIEDHOFSGÄRTNEREI RALF NEUHAUS

Brechtener Str. 35, 44339 Do
Telefon (0231) 85 10 39
Nordfriedhof Tel. (0231) 85 91 65

FRIEDHOFSGÄRTNEREI ANDREAS NEUHOF

Auf den Porten 12, 44265 Do
Telefon (0231) 46 78 40
www.gaertnerei-neuhoff.de

FRIEDHOFSGÄRTNEREI THORSTEN RITTERSWÜRDEN

Untermarktstr. 16, 44267 Do
Telefon (0231) 48 54 81
www.ritterswuerden.de

FRIEDHOFSGÄRTNEREI OLIVER RUDKE

Am Gottesacker 28, 44143 Do
Telefon (0231) 51 21 32
www.friedhofsgaertnerei-
rudke-dortmund.de

FRIEDHOFSGÄRTNEREI RALF SCHMITZ

Schmerkottenstr. 18, 44287 Do
Telefon (0231) 44 57 23
friedhofsgaertnerei-
schmitz@t-online.de

FRIEDHOFSGÄRTNEREI DIRK SCHOLZ

Wittbräucker Str. 282, 44267 Do
Telefon (0231) 48 09 32
www.gaertnerei-scholz.de

FRIEDHOFSGÄRTNEREI KARL-HEINZ SCHRÖN

Schlagbaumstr. 14-16, 44287 Do
Telefon (0231) 51 25 67
www.gaertnereischroen.de

FRIEDHOFSGÄRTNEREI NORBERT TOPPMÖLLER

Ostenfriedhof
Robert-Koch-Str. 45, 44143 Do
Telefon (0231) 59 52 56
Norbert.Toppmoeller@gmx.de

FRIEDHOFSGÄRTNEREI NICOLE MARTINA TOURNÉ

Martener Hellweg 66, 44379 Do
Telefon (0231) 6 11 19

FRIEDHOFSGÄRTNEREI HANS-BERND WEHLING

Am Oelpfad 50, 44263 Do
Telefon (0231) 41 21 15

FRIEDHOFSGÄRTNEREI BLUMEN WERNER

Am Gottesacker 42, 44143 Do
Telefon (0231) 59 01 92
www.blumenwerner.com

FRIEDHOFSGÄRTNEREI JÖRG WROCKLAGE

Am Oelpfad 39, 44263 Do
Telefon (0231) 43 19 89
wrocklage@dokom.net

Wir gestalten Licht wo Schatten ist.

Anzeige der Friedhofsgärtner Dortmund eG



Sorgen Sie vor, denn Leben braucht Erinnerung!

Friedhofsgärtner Dortmund eG

Treuhandstelle für Dauergrabpflege
und Bestattungsvorsorge

Am Gottesacker 52 · 44143 Dortmund
Telefon (0231) 56 22 93-0 · Fax (0231) 56 22 93-20
kontakt@fg-do.de · www.fuer-dortmund.de



Unternehmen der Friedhofsgärtner Dortmund eG:

Bestattungen für Dortmund

Am Gottesacker 52 · 44143 Dortmund
Asselner Hellweg 121 · 44319 Dortmund
Tel (0231) 56 22 93-0 · www.befdo.de

Bestattungshaus Weber

Brackeler Hellweg 51 · 44309 Dortmund
Tel (0231) 92 50 500 · www.bestattungshaus-weber.de



Hilfe für an Demenz erkrankte Menschen und Angehörige

- arbeitet das Demenz-Servicezentrum an der Verbesserung der Zusammenarbeit von Hausärzten, Krankenhäusern und Pflegeheimen.

Das Dortmunder Demenz-Servicezentrum führt zudem spezielle Schulungen für betroffene Angehörige, Interessierte und Ehrenamtliche durch und initiiert Fortbildungen für Fachpersonal aus dem Gesundheits- und Pflegebereich. Abgerundet wird das Angebot durch persönliche Sprechstunden für Ratsuchende.

Demenz-Servicezentrum NRW, Region Dortmund Stadt Dortmund Sozialamt - Fachdienst für Senioren (50-5)

Kleppingstr. 26, 44122 Dortmund
Tel.: (0231) 50 – 2 56 94, Fax: (0231) 50 – 2 60 16
E-Mail: demenz-service@dortmund.de
www.demenz-service-dortmund.de
Sprechzeiten: dienstags 13.00 – 17.00 Uhr, donnerstags 09.00 – 13.00 Uhr

Betreuungs- und Unterstützungsangebote Stundenweise Entlastung zu Hause für pflegende Angehörige:

Wir vermitteln Ihnen sozial engagierte Helferinnen und Helfer, die speziell geschult wurden und die Betreuungsaufgaben verantwortungsvoll übernehmen. Die Aufwandsentschädigung für die Helferinnen und Helfer beträgt 7,50 Euro pro Stunde. Die Auswahl der Helferinnen und Helfer erfolgt mit Ihnen gemeinsam. Kontakt und nähere Informationen: Sabine Dahlmann, Tel.: (0231) 50 – 2 70 94

Betreuungsangebote in den Stadtbezirken:

Falls nicht anders vermerkt beträgt die Betreuungsgebühr pro Treffen 20,00 Euro zzgl. 3,00 Euro für Verbrauchsmaterial, Speisen und Getränke

Innenstadt:

Alzheimer Gesellschaft Dortmund e.V.
im Wilhelm-Hansmann-Haus,
Märkische Str. 21, 44141 Dortmund

Betreuung durch Fachpersonal:

Jeden Donnerstag von 15.00 – 18.00 Uhr
AnsprechpartnerIn für den Betreuungsnachmittag:
Herr Pelzer (Vorsitzender)
Marlis Langkeit, Mobil: 0173/ 288 2215
Betreuungskosten: 5,00 Euro pro Nachmittag
(Abrechnung mit der Pflegekasse möglich)
Bewirtschaftungspauschale: 2,00 Euro
für Kaffee/Mineralwasser

Termine des Gesprächskreises (jeweils 18.30 – 20.00 Uhr). Jeder erste und dritte Dienstag im Monat. Im August fällt der Gesprächskreis aus – Sommerpause.

Kontakt:

Alzheimer Gesellschaft Dortmund e.V., im Eugen-Krautscheid-Haus, Lange Str. 42, 44137 Dortmund
Tel.: (0231) 7 24 66 11, Fax: (0231) 7 24 66 22
E-Mail: alzheimerdortmund@aol.com
www.alzheimer-dortmund.de

AWO Eugen-Krautscheid-Haus

Lange Str. 42, 44137 Dortmund
Ansprechpartner: Kerstin Jung
Tel.: (0231) 39 572 – 18
E-Mail: k.jung@awo-dortmund.de
Betreuungsgruppe: Jeden Freitag
von 09.00 – 13.00 Uhr

• Betreuungsgruppe der AWO im EKH

AWO Eugen-Krautscheid-Haus
Lange Str. 42, 44137 Dortmund
Ansprechpartnerin: Carla Cailean,
Tel.: (0231) 880 881 25
E-Mail: c.cailean@awo-dortmund.de
Jeden Freitag von 9.00-13.00 Uhr
Kosten: 20,- Euro zzgl. 3,-Euro Verzehrpauschale

• Pflegepause - Frühstückstreff und Gesprächskreis für Angehörige von Menschen, die an Demenz erkrankt sind

AWO Eugen-Krautscheid-Haus
Lange Str. 42, 44137 Dortmund
Ansprechpartnerin: Kerstin Jung
Tel.: (0231) 50-11340
E-Mail: k.jung@awo-dortmund.de
Jeden 1. Freitag im Monat von 9.00-11.00 Uhr
Kosten: 3,- Euro

Familienunterstützender Dienst und Assistenz Lebenshilfe Kinder, Jugend und Familie gGmbH

Brüderweg 22-24, 44135 Dortmund
Tel.: (0231) 1 38 89 - 150
E-Mail: leitung-fud@lebenshilfe-dortmund.de
www.lebenshilfe-dortmund.de

Wir bieten:

- Allgemeine Beratung
- Beantragung von Betreuungs- und Entlastungsleistungen
- Stundenweise Betreuungs- und Entlastungsleistungen in der eigenen Häuslichkeit

Kosten:

20,00 pro Stunde inklusive Fahrtkosten.
Kann bei Vorliegen eines Pflegegrades durch die Pflegekasse übernommen werden.

Skat

Die Skatgruppe trifft sich jeden Donnerstag ab 13.00 Uhr. Skat ist nicht nur Männersache, Damen sind bei uns gern gesehene Mitspielerinnen. Alle Interessierten sind herzlich willkommen. Wir freuen uns auf Sie!

Doppelkopf

Die Doppelkopfgruppe trifft sich jeden 2. und 4. Montag im Monat ab 14.00 Uhr.

Genaue Termine erfragen Sie bitte im Begegnungszentrum

Betreuungsgruppe des Caritas – Dienstes „Brücken bauen“

Gemeindehaus der Katholischen

Kirchengemeinde St. Ewaldi

Egbertstraße 15, 44287 Dortmund

Ansprechpartnerin: Petra Herrmann,

Tel.: (0231) 713818

E-Mail: petra.herrmann@caritas-dortmund.de

Betreuungsgruppe: Jeden Montag von 9.00 – 13.00 Uhr

Kosten: 4 Stunden 33,00 Euro (incl. Frühstück und Mittagessen)

Stadtbezirk Brackel

AusZeit Cafe

AWO Tagespflege Wickede

Meylanthstraße 85, 44319 Dortmund

Ansprechpartner: Kerstin Jung

Tel.: (0231) 39 572 – 18

E-Mail: k.jung@awo-dortmund.de

Und Seniorenbüro Brackel: Elke Meyer & Thomas Brandt, Tel.: (0231) 50 – 2 96 40

E-Mail: seniorenbuero.brackel@dortmund.de
jeden letzten Montag im Monat von 16.30 – 18.30 Uhr

Stadtbezirk Eving

Diakonische Pflege Dortmund gGmbH

Bergstr. 10a, 44339 Dortmund

Ansprechpartnerin: Frau Kangowski, Fachbereichsleitung, Tel. (0231) 84 94 711, Frau Wendt, Leitung Diakoniestation, Tel.: (0231) 85 74 14

AnsprechpartnerIn: 1. Herr Fischer, Frau Strunk, Seniorenbüro Dortmund-Eving, Tel.: (0231) 50 – 2 96 60

Betreuungsgruppe: Jeden Montag und Mittwoch von 11.00 – 16.00 Uhr

Bitte um Anmeldung.

Betreuungsgebühr: 30,00 Euro pro Gruppentreffen zzgl. 4,00 Euro Verzehrpauschale (Getränke, Mittagessen, Nachspeise, Kuchen oder Gebäck). Abrechnungsfähig bei der Pflegekasse (gem. § 45b SGB XI). Betreuungsgruppen für Menschen mit Demenz tragen dazu bei, dass pflegende Angehörige ein paar Stunden in der Woche freie Zeit erhalten und sich von der täglichen Pflege und Betreuung entlasten können. Wöchentlich montags und mittwochs bietet die Diakonische Pflege Dortmund gemeinnützige GmbH im Sonnenhof in Eving Betreuung für demenziell erkrankte Menschen an. An diesen Tag übernehmen ausgebildete Fachkräfte und speziell geschulte Helfer und Helferinnen die Betreuung. Ein wiederkehrender Ablauf, der sich an den Bedürfnissen, Gefühlen und Fähigkeiten der Gäste orientiert, sorgt für Sicherheit und Wohlbefühl. In geselliger Atmosphäre stehen gemeinsames Mittagessen und Kaffeetrinken, Singen, leichte Bewegungsübungen und Spiele auf dem Programm. Geistige und körperliche Aktivität soll gefördert werden, bzw. weitestgehend erhalten bleiben.



„Jeder Mensch braucht einmal Zeit für sich. Ich auch.“

Sie genießen Ihre Freizeit, wir betreuen Ihre Angehörigen.

Unsere Leistungen:

- **Betreuung zuhause**
- **Begleitung außer Haus**
- **Hilfen im Haushalt**
- **Grundpflege**
- **Demenzbetreuung**
- **Entlastung pflegender Angehöriger**

Sie bestimmen die Zeit. Auf die Minute. Von wenigen Stunden bis zu ganzen Tagen. Pflegegrad vorhanden? Nutzen Sie Ihren Anspruch.

Gerne beraten wir Sie kostenlos und unverbindlich:

0231 545038 -10
dortmund-nord@homeinstead.de

0231 534796 -40
dortmund-sued@homeinstead.de

Home Instead®
Seniorenbetreuung

Zuhause umsorgt

www.homeinstead.de

Hilfe für an Demenz erkrankte Menschen und Angehörige

Stadtbezirk Hombruch

Caritas – Dienst „Brücken bauen“

Luisenglück 47, 44225 Dortmund

Tel.: (0231) 713818

E-Mail: petra.herrmann@caritas-dortmund.de

Leistungen:

- Häusliche Betreuung durch qualifizierte, ehrenamtliche Helferinnen und Helfer
- Betreuungsgruppe für Menschen mit Demenz
- Demenz – und Pflegeberatung (Hausbesuche möglich)
- Vorträge zum Thema Demenz auf Anfrage
- Qualifizierungskurse für Demenzbegleiter gem. § 45 SGB XI
- Workshops zum Thema Demenz an Dortmunder Schulen (ab Klasse 9)

ZeitGut - Ambulanter Betreuungsdienst für Senioren und Menschen mit Behinderungen

Jagdhausstr. 1a, 44225 Dortmund

(im Gebäude der Fleming-Apotheke)

Ansprechpartnerin: Ingrid Siebel-Achenbach/

Heike Tourbier, Tel.: 0231 - 222 51 35

E-Mail: info@zeitgut-dortmund.de

www.zeitgut-dortmund.de

Leistungen:

- Häusliche Betreuung und Begleitung
- Demenz- und Pflegeberatung
- Beantragung von Pflegeleistungen
- Hauswirtschaftliche Versorgung
- Hilfe bei demenziellen Erkrankungen
- Arzt- und Krankenhausbegleitung
- Entlastung von Angehörigen
- Filme, Malkurse und Gesprächskreise für Angehörige
- Filme für demenziell veränderte Menschen
- Kleingruppe „Sonnenuhr“ für demenziell veränderte Menschen

Stadtbezirk Hörde

Diakonische Pflege Dortmund gGmbH

Werks- und Begegnungszentrum

Eckardtstraße 4a, 44263 Dortmund

Ansprechpartnerin: Frau Kangowski, Fachbereichsleitung, Tel.: (0231) 84 94 711,

Frau Herrmann, Leitung Diakoniestation,

Tel.: (0231) 43 78 78

Ansprechpartnerinnen: Frau Urban, Frau Müller, Seniorenbüro Dortmund-Hörde,

Tel.: (0231) 50 – 2 33 11

Betreuungsgruppe: jeden Montag, Dienstag und

Donnerstag von 11.00 – 16.00 Uhr

Betreuungsgebühr: je Tag 30,00 Euro zzgl. 4,00 Euro für Verbrauchsmaterial, Speisen und Getränke

Stadtbezirk Huckarde

Begleitung, Beratung und Unterstützung von Seniorinnen und Senioren durch das Frauenzentrum Huckarde 1980 e.V. Varzinerstr. 1-3, 44369 Dortmund (stadtteilübergreifend)

Informationen und Anmeldung: Jacqueline Nwofor

Tel.: (0231) 3 96 02 45, Fax: (0231) 86 42 18 64

E-Mail: j.nwofor@frauenzentrum-huckarde.de

RuStadtbezirk Scharnhorst

Begegnungszentrum Scharnhorst

Gleiwitzstr. 277, 44328 Dortmund

Leitung: Annegret Manek

Tel.: (0231) 50 – 2 88 59, Fax: (0231) 50 – 2 88 59

E-Mail: amaneke@stadtdo.de

Betreuungsgruppe: Jeden Montag

von 14.00 – 18.00 Uhr

Betreuungsgebühr: 20,00 Euro pro Gruppentreffen

Gesprächsgruppe: jeder zweite Montag im Monat

von 16.00 – 17.30 Uhr

Stadtbezirk Wellinghofen:

Ev. Gemeindehaus Wellinghofen

Cafe Atempause, Overgünne 5; 44265 Dortmund

Tel.: (0231) 46 40 56

Jeden 3. Mittwoch im Monat

von 14.30 bis 16.00 Uhr

Betreuungsgebühr: Kuchen zum Selbstkostenpreis

Eine zeitgleiche häusliche Betreuung wird im

Bedarfsfall über die Diakoniestation Süd organisiert.

Tel. (0231) 43 78 78

Mitnehmen können wir nichts auf unserem letzten Weg.

Aber wir können unseren Lieben eine ganze Menge mitgeben: das Gefühl, sich richtig verabschiedet zu haben.

Bestattungsvorsorge - für einen Abschied mit Herz und Verstand.

www.bestattungen-stoeber.de

Partner der Deutsche Bestattungsvorsorge Treuhand AG



Bestattungen Stöber

Chemnitzer Straße 18 • 44139 Dortmund • Tel. 0231 / 52 76 48

Sonstige Beratungsangebote:

Wohnberatung Dortmund

Der Kreuzviertel-Verein berät trägerneutral und kostenlos zu allen Fragen der altersgerechten Gestaltung der eigenen Wohnung, Fragen der Finanzierung und Bezuschussung. Der Verein unterstützt auf Wunsch bei der Beantragung der möglichen Leistungen und unterstützt Sie bei dem Gespräch mit dem Vermieter.

Kreuzviertel-Verein:

Petra Bank und Jan Hoppmann

Kreuzstr. 61, 44139 Dortmund

Tel.: und Fax: (0231) 12 46 76

Mail: kontakt@kreuzviertel-verein.de

Erreichbar ab 8.00 Uhr. Bei Abwesenheit kann eine Nachricht auf den Antwortbeantworter gesprochen werden.

Beratungsstelle des Kriminalkommissariats

Kriminalprävention und Opferschutz

Ziel:

- Stärkung des Sicherheitsgefühls
- Abbau von Kriminalitätsfurcht
- Verhinderung und Verringerung von Straftaten gegen ältere Menschen

Polizeipräsidium

Markgrafenstr. 102, 44139 Dortmund

Tel.: (0231) 1 32 79 53, www.polizei-dortmund.de

BISS

Beratungs- Informations- und Servicestelle der Dortmunder Betreuungsvereine

Propsteihof 10, 44137 Dortmund

Ansprechpartner: Frau Ewerth, Tel.: (0231) 1848-331

Zentrum für Gehörlosenkultur e.V.

Allgemeine Beratung für schwerhörige und er-taubte Menschen:

Die Beratungsstelle im Zentrum für Gehörlosenkultur e.V., Huckarder Str. 2 - 8, 44147 Dortmund berät kostenlos zu allen Fragen und Problemen rund um die Hörbeeinträchtigung (z. B. Umgang mit der Hörschädigung, Hörgeräteversorgung, Begleiterscheinungen wie Tinnitus oder Schwindel, etc.)

Ansprechpartnerin: Petra Uhlich

E-Mail: uhlich@zfg-dortmund.de

Tel.: (0231) 91 30 02 -40, Fax: (0231) 91 30 02 -33

Regelmäßige offene Sprechstunden:

Mittwoch, 10.00 – 12.00 Uhr

Donnerstag, 17.00 – 19.00 Uhr

Weitere Beratungstermine können auch außerhalb der Sprechzeiten vereinbart werden.

Selbsthilfe – Kontaktstelle

Informationen zu allen Dortmunder Selbsthilfegruppen von A – Z und Kontaktvermittlung

Ostenhellweg 42-28, Dortmund

(Eingang Moritzstrasse)

Tel.: (0231) 52 90 97

E-Mail: selbsthilfe-dortmund@paritaet-nrw.org
www.selbsthilfe-dortmund.de

Selbsthilfegruppe „Frauen nach Krebs“

Nähere Informationen:

Frau Czekalla, Tel.: (0231) 27 40 17

Treffpunkt: Begegnungsstätte der Arbeiterwohlfahrt in Dortmund Asseln

Marie-Juchaz-Haus, Flegelstr. 42, 44319 Dortmund.

Termin: jeder erste Freitag im Monat, 15.00 Uhr

Frauenselbsthilfe nach Krebs

Gruppe Dortmund Mitte:

kath. Familienbildungsstätte

Propsteihof 10, 44137 Dortmund

Jeder zweite Dienstag im Monat, 15.00 Uhr

www.frauenselbsthilfe.de/dortmund-mitte.html

Selbsthilfegruppe Blasenkrebserkrankungen in Dortmund

Nähere Informationen und Auskünfte:

K.-H. Bockelbrink

Tel.: (0231) 40 36 76

www.shg-blaskrebs-do.de

Treff: Bildungsstätte im Kath. Zentrum, Propsteihof 10, 44137 Dortmund

Termine: jeder erste Montag im Monat, 17.00 Uhr - 19.15 Uhr

Selbsthilfegruppe „Crohn und Colitis“ Dortmund

Jeder erste Montag im Monat um 19.30 Uhr im Wilhelm-Hansmann-Haus, Märkische Straße 21, 44141 Dortmund.

Fällt der erste Montag im Monat auf einen Feiertag, so findet das Gruppentreffen am zweiten Montag im Monat statt. Kontakt über die Selbsthilfe-Kontaktstelle, Tel.: (0231) 52 90 97
www.crohncolitis-do.de

BERATUNGSSTELLEN UND SELBSTHILFEGRUPPEN

Selbsthilfegruppe ILCO – Selbsthilfevereinigung für

Menschen mit Darmkrebs und Stomaträger
Regelmäßige Treffen finden an jedem ersten Freitag im Monat ab 19.00 Uhr und an jedem vierten Donnerstag im Monat ab 17.00 Uhr statt. Zusätzlich besteht an den Donnerstagen vor dem Gruppentreffen in der Zeit von 15.00 – 17.00 Uhr die Möglichkeit zur Einzelberatung.

Ort: Wilhelm-Hansmann-Haus, Märkische Straße 21, 44141 Dortmund

Nähere Information unter Tel.: (0231) 44 51 93

Angebote für ältere Lesben und Schwule:

SA'LEM – Die AG Älterer Lesben und Schwule im SLADO (schwul lesbischen Arbeitskreis)

Dortmund beschäftigt sich mit Fragen und Lebenswünschen älterer Lesben und Schwuler, z. B. gemeinschaftlicher Wohnformen oder einer generationsübergreifenden lesbisch-schwulen Begegnungsstätte im KCR Dortmund.

Treffpunkt: Jeder vierter Mittwoch im Monat, 19.00 Uhr im Kommunikationszentrum Ruhr e.V., Braunschweiger Str. 22, 44145 Dortmund.

Info: Richard Schmidt, Tel.: (0231) 9 41 71 56 oder

E-Mail: alter@slado.de

Gay & gray Dortmund

Offener Treff für Schwule ab 40 zur Kommunikation, gemeinsamen Unternehmungen, Themenabenden und vielem mehr.

Die Treffen finden jeden ersten und dritten Freitag im Monat im KCR Dortmund e.V., Braunschweiger Str. 22, 44145 Dortmund jeweils um 20.00 Uhr statt.
Tel.: (0231) 83 22 63

E-Mail: info@kcr-dortmund.de

Lesbian Summer

Die Treffen von Lesbian Summer finden jeden zweiten und vierten Freitag im Monat im KCR Dortmund e.V., Braunschweiger Str. 22, 44145 Dortmund, jeweils um 19.30 Uhr statt.

Für sämtliche Treffen entstehen den Teilnehmerinnen und Teilnehmern keine Kosten.

Rückfragen unter Tel.: 0176/ 516 38 421

E-Mail: lesbiansummer@kcr-dortmund.de

Impressum

Veranstaltungskalender:

Herausgeber: Stadt Dortmund, Dezernat für Arbeit, Gesundheit, Soziales, Sport und Freizeit

Geschäftsstelle Seniorenbeirat,
Südwall 2 – 4, 44122 Dortmund
Tel.: (0231) 50 – 2 48 87
Fax: (0231) 50 – 2 65 69
E-Mail: seniorenbeirat@dortmund.de

Redaktion: Sandra Galbierz (verantwortlich)

Konzeption: Werbeagentur L.Kapp,
Heiliger Weg 99, 44141 Dortmund

Anzeigenannahme: Frau Berndt
Telefon: +49 (0)231 58 44 85-25
E-Mail: berndt@werbeagentur-kapp.de

Gestaltung und Layout:
ideen.manufaktur | Agentur Saiko

Druck: Stadt Dortmund, Dortmund-Agentur

**Redaktionsschluss für die Aufnahme
in den Veranstaltungskalender:** 30.08.2019

drees
Bestattungen
tradition – innovation



Vorsorgen - und
das **Leben**
genießen.

Wir beraten Sie
gern in einem
persönlichen Gespräch.

Bodelschwingher Straße 216 - 44357 Dortmund

Telefon: 0231/370638

www.drees-bestattungen.de

Diakonische Altenhilfe in Dortmund



beraten, begleiten

- bei Pflegefragen in allen Diakoniestationen
- in Seniorenbüros Mengede, Hörde, Brackel
- Ambulanter Hospiz- und Palliativdienst

Mitten
im
Leben!



wohnen

- Service-Wohnen
- Nachbarschaftsagentur
- Passgenau integra
- Wohngemeinschaft für Menschen mit Demenz

pflegen

- 7 Diakoniestationen
- Betreuungsgruppen für Senioren
- Tagespflege
- Palliativ-Pflege-Team
- Ev. Altenzentren Der Gute Hirte, Fritz-Heuner-Heim

Info- und Servicetelefon
Tel. 0231 84 94 555

www.diakoniedortmund.de

Diakonie
Diakonisches Werk
Dortmund und
Lünen gGmbH

Diakonie
Diakonische Altenhilfe
Dortmund und Lünen
gemeinnützige GmbH

Diakonie
Diakonische
Pflege Dortmund
gemeinnützige GmbH



Weil gute Pflege
Zeit braucht!



Sonja Koschek
Geschäftsleitung

Pflege mit Niveau

Die Wahl des richtigen Pflegedienstes ist von zentraler Bedeutung für die Lebensqualität und das selbstbestimmte Leben in Ihrer vertrauten Umgebung. Unser Team bestehend aus examinierten Fachkräften und geschulten Betreuungskräften bietet Ihnen eine familiäre und würdevolle Atmosphäre sowie eine individuelle Pflege zur größtmöglichen Selbstständigkeit und Betreuung.

Sprechen Sie uns an, wir helfen Ihnen gerne!

**Wir sind gerne
persönlich für Sie da!**

- Ambulante Grund- & Behandlungspflege
- Hauswirtschaftliche Versorgung
- Betreuungsleistungen durch geschulte Betreuungskräfte
- Verhinderungs- & Urlaubspflege

- 24 - Stunden - Rufbereitschaft
- kostenlose Beratung
- Begleitung und Unterstützung bei MDK-Terminen
- Pflegeschulungen für pflegende Angehörige

- Beratungs- und Qualitätssicherungsbesuche
§ 373 SGB XI
- hauseigener gesunder Menüservice
- großes Serviceleistungsangebot

PflegeZeit 24 GmbH • Wieckesweg 8 • 44309 Dortmund

Tel.: 0231 - 610 38 474 • www.PflegeZeit-Dortmund.de • service@PflegeZeit-Dortmund.de

Bethel ambulant



Unsere Angebote

- Grund- und Behandlungspflege
- Verhinderungspflege
- Beratung und Betreuung
- Hauswirtschaftliche Hilfen
- Beratungsbesuche nach §37 SGB XI
- individuelle Schulungen von Betroffenen und Ihren Angehörigen

Seit dem

1. Januar 2019

Ambulanter Pflegedienst

Märkische Str. 59 | 44141 Dortmund



0231 534768-0

„Pflege - greifbar nah!“

Seit dem 1. Januar bietet unser Dienst insbesondere für Menschen mit Eingliederungshilfebedarf kompetente Pflege, Betreuung und Beratung in den eigenen vier Wänden. Sicher, selbst bestimmt und in Würde leben - trotz Beeinträchtigung, Alter oder Krankheit - das ist unser Ziel.“

Kontaktieren Sie uns!

v. Bodelschwingsche Stiftungen Bethel

Constance Gesing
Pflegedienstleitung

Märkische Straße 59 | 44141 Dortmund
Telefon 0231 534768-0
Fax 0231 534768-29
Mobil 0170 7145645
constance.gesing@bethel.de
www.bethel-ambulant.de