

Wir stehen Ihnen mit Rat und Tat zur Seite – für ein selbstbestimmtes Leben im Alter! Im Seniorenbüro bekommen Sie wohnortnahe Beratung und Hilfe zu allen Fragen rund ums Älterwerden. Von Montag bis Freitag von 10 – 12 Uhr oder nach Terminabsprache!

→ Sie erreichen uns im Seniorenbüro Hörde, Hörder Bahnhofstr. 16, 44263 Dortmund, Tel. 50 - 2 33 11, E-Mail: seniorenbuero.hoerde@dortmund.de

→ Außerdem: Jeweils am 2. Dienstag im Monat von 11–12 Uhr findet hier (Zimmer 518) die Sprechstunde des Seniorenbeirats statt! Frau Liedschulte und Herr Clemens freuen sich auf Sie!



Großer Fotowettbewerb im Frühjahr:

Das Seniorenbüro sucht Ihre schönsten Fotos zum Thema „Begegnung in Hörde“. Teilnehmen kann jeder, der uns ein Bild schickt, welches veröffentlicht werden darf. Die Preisträger werden am Thementag Begegnung, dem 06.04.2019, bekannt gegeben – es winkt ein hohes Preisgeld! Die Bilder sollen im Seniorenbrief und in einem Hörder Fotokalender veröffentlicht werden. Bitte senden Sie Ihre Fotos an das Seniorenbüro Hörde (s. o.). Dort erhalten Sie auch weitere Infos insbesondere zu Veröffentlichung und Datenschutz, sowie genaue Teilnahmebedingungen.

Herausgeber:

Runder Tisch für Seniorenarbeit und Seniorenbüro Hörde
Kontaktinfos siehe oben (→)



Bild-/Urhebernachweis:
Fotos: shutterstock (Titel)
Sabine Eggert/SkF (innen oben)
AWO (Hauptartikel)

Gestaltung: Peter Lohde | www.lohdesign.de



**Netzwerk
Seniorenarbeit**



AWO Begegnungsstätten im Stadtbezirk (Zentrale) ..	99 34-0
Demenzbetreuungsgruppe Diakonie	50-2 33 11
Denkabenteuer	4 87 9 27
Evangelische Kirchengemeinde Hörde	3 95 03 38
Evangelische Kirchengemeinde Wellinghofen	46 40 56
Kath. Pfarrbüros im Pastoralverbund Hörde	8 78 00 60
Sozialdienst katholischer Frauen Hörde	42 57 99 60
Stadtteilbüro (GWS/SkF)	4 27 08-19 /-17
lokal willkommen	50 111-38/-39

Johanniter-Stift Dortmund	94 91-0
CMS Pflegestift Hörde	42 57 68-0
Johanniter-Haus Hörde	56 77 06-0

Hüttenhospital	46 19-0
Patientenfürsprecher Hüttenhospital	46 19-178
Johanniter Kliniken Rombergpark	61 06 09-0
St. Josefs-Hospital	43 42-0
Patientenfürsprecher St. Josefs-Hospital	43 42-0

Seniorenbeirat Hörde	46 63 62
Seniorenbüro Hörde	50-2 33 11

Ambulante Haus-Krankenpflege G. Holland	42 33 76
Caritas-Sozialstation Hörde	41 83 80
Diakoniestation Süd	43 78 78
Häusliche Kranken- & Altenpflege, Elke Krane	46 81 02
HISB Betreuungsdienst Dortmund-Süd GmbH	53 47 96 40
Pflegedienst pro retis	99 32 84 33
Physiotherapiepraxis Freund	42 48 65
Naturheilpraxis Fink	56 89 962

GrünBau QuartierService	0152 38 25 42 43
IKK Classic	22 56 85 70
Nachbarschaftshilfe Hörde e.V.	4 96 59 88
Hörder Stadtteilagentur	22 20-23 13
VdK Hörde (Zentrale)	14 57 19



Ärztlicher Notdienst	116 117
Krankenzug / Feuerwehr	112
Polizei Dortmund (Zentrale)	132-0
Notfall / Polizei	110
Telefonseelsorge	0800 111 0 111



DO60+

Neu & nützlich!

„Schön Sie zu sehen“

AWO-Treffs im Hörder Stadtbezirk:

- Ehrenamtlich organisiert – offen – generationsübergreifend



es Kreativgruppen wie Malen und Basteln, Bewegungsangebote oder Gesprächsgruppen. Kurse wechseln sich ab mit lockeren, geselligen und generationsübergreifenden Gemeinschaftsveranstaltungen: Bei Nachmittagen mit Kaffee und Kuchen laden die gemütlich ausgestatteten Orte der Begegnung zum gemeinsamen Plausch ein, zum Singen, Tanzen oder zu anderen Veranstaltungen.

Die AWO-Ehrenamtlichen sind erste Ansprechpartner bei Fragen rund ums Älterwerden und unterstützen bei der Suche nach der passenden Hilfe. *Isolation älterer Menschen mildern oder gar verhindern:* Dieser Zielsetzung entsprechend, werden in den AWO-Treffs durch die verschiedenen Aktivitäten soziale Kontakte gefördert und aufgebaut – mit einer direkten positiven Auswirkung auf Gesundheit und Wohlbefinden. Gäste sind herzlich willkommen!



Mehr unter:
www.awo-dortmund.de oder
☎ 0231 . 99 34-0



Arbeiterwohlfahrt
**Unterbezirk
Dortmund**

AWO-Ehrenamtliche organisieren in Dortmund 38 Begegnungsstätten, davon allein acht im Stadtbezirk Hörde. Es sind offene Treffpunkte für Menschen jeden Alters, besonders aber für Ältere und Menschen mit Behinderungsmerkmalen – selbstverständlich unabhängig von einer AWO-Mitgliedschaft. Auch als Netzwerk im vorpflegerischen Bereich genießen sie einen hohen Stellenwert.

- **Selbstbestimmungsrecht – Beteiligung – Engagement vor Ort**

Älter werden, ja, aber nicht automatisch als krank und pflegebedürftig angesehen werden, sondern als eigener Mensch mit seinen jeweiligen Bedürfnissen, Interessen und Möglichkeiten, das wünscht man sich im Alter. Die AWO-Ehrenamtlichen wollen das Selbstbestimmungsrecht eines jeden Einzelnen wahren und Beteiligung, auch im Hinblick auf die Angebotsgestaltung, fördern. Diesem Grundsatz folgend engagieren sie sich in den Treffpunkten und arbeiten mit allen Institutionen und Organisationen zusammen, um die Angebote vor Ort weiter zu entwickeln.

- **Dabei sein – mitmachen – Gemeinschaft erleben**

In der Begegnungsstättenarbeit sieht die AWO ihre Hauptaufgabe darin, wohnortnah soziale, gesundheitsfördernde und kulturelle Angebote zu organisieren. Das Programm richtet sich dabei immer auch nach den Wünschen der Menschen, die den Treff besuchen. Es geht vor allem um Lebensqualität: das Miteinander erleben und das Wiederentdecken eigener Fähigkeiten und Begabungen beispielsweise. Je nach Interesse gibt

Und sonst?

Di 11.12.2018 | 16 – 18 Uhr – „Sturz/Sturzprophylaxe“
Vortrag im Hüttenhospital, Am Marksbach 28
| → Anmeldung unter Tel. 4 61 91 18

Fr 14.12.2018 | 15 Uhr – Weihnachtsfeier, AWO Wichlinghofen, Vinklöther Mark 2
| → Anmeldung unter Tel. 0170 2 71 30 03

Sa 15.12.2018 | 16 Uhr – Konzert der Hörder Schulen für „Miteinander essen“ | → Lutherkirche

Di 25.12.2018 | 11 – 14 Uhr – Weihnachtsbrunch, im Bistro des CMS Pflegewohnstifts, Am Heedbrink 84
| → Anmeldung unter Tel. 4 25 76 80

Di 08.01. & 05.02.2019 | 17:30 – 18:30 Uhr – Singkreis für ALLE, die Lust am Singen haben | → Mehrgenerationenhaus, Niederhofenerstr. 52

ab Di 15.01.2019 | Denksportgruppe, Mehrgenerationenhaus, Niederhofener Str. 52 | → Infos: Tel. 48 79 27

Sa 09.02.2019 | 10 Uhr – *Homophon*, erster schwuler Männerchor Münster | → ev. Gemeindehaus, Wellinghofer Str. 21

Do 28.02.2019 | 14 Uhr – Weiberfastnacht, AWO Hörde Süd, Gildenstr. 5 | → Anmeldung unter Tel. 43 15 60

Sa 06.04.2019 | Großer Thementag des Netzwerks „Begegnung und Ehrenamt“, evangelisches Gemeindehaus, Wellinghofer Str. 21 | → Infos unter Tel. 50-2 33 11

↑ VORANKÜNDIGUNG! ● VORANKÜNDIGUNG! ↑