
BETEILIGTE PARTNER:INNEN

AWO Gartenstadt/Kaiserhain

Kreuzviertelverein - Wohnberatung -

Bezirksdienst der
Polizeiinspektion 3 in Körne

Stadtsporbund

Zehnthof Apotheke

Wohn- und Begegnungszentrum
Zehnthof (WBZ)

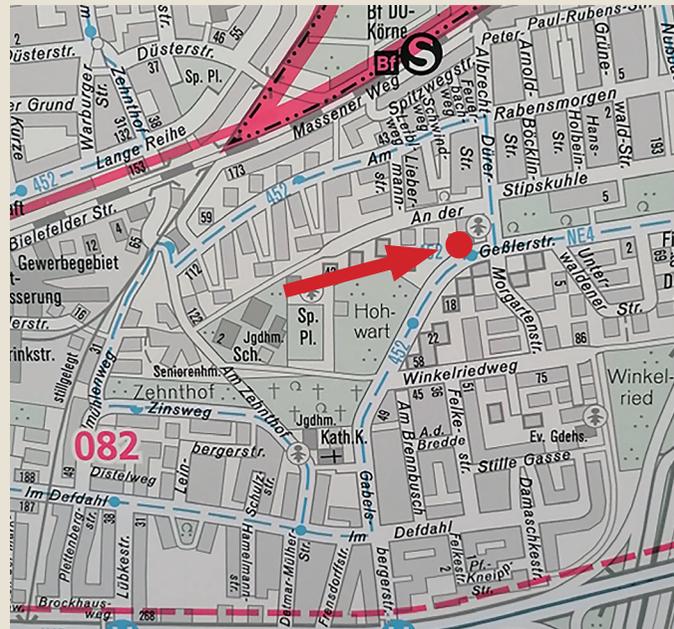
Seniorenbüro Innenstadt-Ost

Nachbarschaftsagentur Wambel

Und die weiteren Aktiven in der
Ideenwerkstatt Gartenstadt-Nord

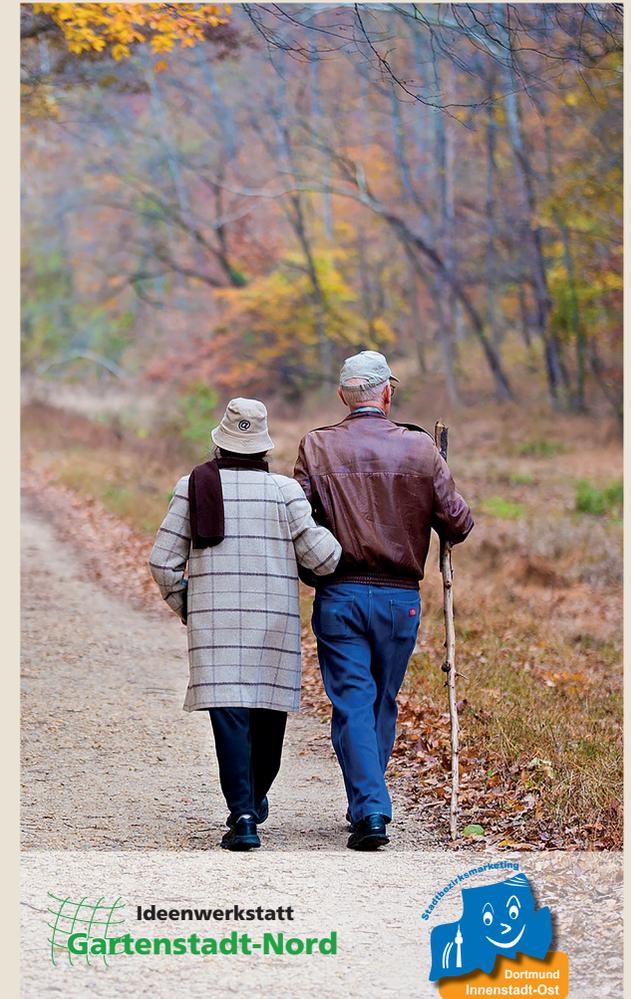
Veranstaltungsort

Die Vorträge finden statt
in den Räumen des
Begegnungszentrums der
AWO Gartenstadt/Kaiserhain
Geßlerstraße 13, 44141 Dortmund
Der Zugang ist barrierefrei.
Erreichbar mit dem ÖPNV
Buslinie 452, Haltestelle Geßlerstraße



IMPRESSUM:
IDEENWERKSTATT
GARTENSTADT-NORD
V. i. S. d. P.: Udo Dammer
Ideenwerkstatt Gartenstadt-Nord
in Kooperation mit dem
Stadtbezirksmarketing Innenstadt-Ost
Fotos Pixabay, Geodatenbank

GUT ÄLTER WERDEN IN INNENSTADT-OST



Ideenwerkstatt
Gartenstadt-Nord



Veranstaltungsreihe für
EinwohnerInnen des
Stadtbezirks Innenstadt-Ost und
andere Interessierte
2. Halbjahr 2023

GUT GEWAPPNET IN DIE DUNKLE JAHRESZEIT

Die Tage werden wieder kürzer, der Herbst beginnt. Helles Licht verscheucht dunkle Gestalten, Bewegung mit Kopf und Körper vertreibt dunkle Gedanken und Begegnung und Austausch beleben das Herz. Machen Sie sich gemeinsam mit anderen auf den Weg.

Diese Veranstaltungsreihe richtet sich an Senioren und Seniorinnen und deren Angehörige. Sie erhalten Informationen und lebenspraktische Tipps, können sich selbst einbringen, und gemeinsam schließen wir die Reihe mit einem Aktionstag in der nördlichen Gartenstadt ab, bei dem Sie die ortsansässigen Akteure kennenlernen können.



Freitag 03.11.23 von 14:00 bis 17:00 Uhr
Aktionstag des Netzwerkes –
Gemeinsam ist unsere Stärke!

Wohn- und Begegnungszentrum Zehnthof (WBZ)
Am Zehnthof 119, 44141 Dortmund
Der Zugang ist barrierefrei.

Termine

Alle Veranstaltungen sind kostenfrei

Die geschützte Wohnung - sicher zu Hause

Mi 04.10.23 - 16:00 bis 17:00 Uhr

Referentin: Petra Bank von der Wohnberatung Dortmund des Kreuzviertelvereins zeigt Unfallgefahren im eigenen Wohnumfeld.



Sicherheit im Umfeld - die Polizei informiert

Mi 11.10.23 - 16:00 bis 17:00 Uhr

Referent: Herr Pein, Wache Körne



Stark durch Bewegung - Stadtsportbund

Mi 18.10.23 - 16:00 bis 17:00 Uhr

Referentin: Iris Peters vom Stadtsportbund erläutert die Bedeutung von Bewegung für Senioren mit dem Schwerpunkt Sturzprophylaxe.



Medikamenteneinnahme, aber sicher!

Mi 25.10.23 - 16:00 bis 17:00 Uhr

Referentin: Frau Bockermann von der Zehnthof Apotheke beleuchtet das WIE und WARUM beim Umgang mit Medikamenten.



Infos unter AWO: Tel.: 33 89 1960
und Seniorenbüro: Tel.: 50-27800