

Sportfuchs, Plattdeutsches & Termine

Sportfuchs:

- Auf der vorderen Stuhlkante sicher (!) sitzen. Oberkörper aufrichten, Ellenbogen seitlich am Oberkörper anlegen und abwechselnd mit den Unterarmen 12 kleine schnelle Hackbewegungen ausführen (Bauch dabei anspannen).
- Arme seitlich ausstrecken, einatmen und Arme über Kopf als „O“ zusammenführen, ausatmen und dabei zurückführen.



Plattdeutsche Sprüche

- Hei es bekannt at`n bunten Rügen.
→ *Er ist bekannt wie ein bunter Hund (überall bekannt).*
- Binn di ne Katte vör` t Knei, dann kannste better seihn.
→ *Binde dir eine Katze vor das Knie, dann kannst du besser sehen.*
- Hei fällt öawer de äigenen Schoacken.
→ *Er fällt über die eigenen Beine.*



Jutta Fuchs

Termine (Juni bis Oktober 2024)

- 13. Juni, 04. Juli, 29. August**
jeweils 10–12 Uhr
Informationsstand rund um Tipps, Hinweise und Hilfsangebote im Umgang mit Hitze – Wochenmarkt, Aplerbecker Marktplatz, 44287 Dortmund,
Veranstaltet durch Seniorenbüro Aplerbeck,
Anmeldung: nicht erforderlich
- 17. Juni, 16. September**
jeweils 15–16 Uhr
Lesecafé in der Stadtteilbibliothek Aplerbeck – Köln-Berliner-Straße 31, 44287 Dortmund,
Anmeldung Seniorenbüro Aplerbeck: 0231-50 29390 oder seniorenbuero.aplerbeck@dortmund.de
- 15. Juli**
16–17 Uhr oder 17–18 Uhr
Smartphonesprechstunde Aplerbeck (outdoor) im Rodenbergpark – Treffpunkt: Aplerbecker Marktplatz, 44287 Dortmund,
Anmeldung Seniorenbüro Aplerbeck: 0231-50 29390 oder seniorenbuero.aplerbeck@dortmund.de

Termine

- 18. Juli**
14–17 Uhr
Fahrradtour zur Emscherquelle – Treffpunkt: Aplerbecker Marktplatz
Veranstaltet durch: Aplerbecker Geschichtsverein e.V. und Begegnung VorOrt Aplerbeck
Anmeldung bei Gudrun Schwehn: 0173 1857911 oder begegnungaplerbeck@caritas-dortmund.de
- 08. August, 26. September**
ab 14 Uhr
Waffelnachmittag – Städt. Begegnungszentrum Berghofen, Am Oldendieck 6, 44269 Dortmund,
Kostenbeitrag: 2,50 €, **Anmeldung:** 0231-50 29100 oder bz_berghofen@dortmund.de
- 06. September**
ab 15 Uhr
Sommerfest Haus am Lohbach – Bethel.regional, Haus am Lohbach, Am Lohbach 120, 44269 Dortmund,
Anmeldung: nicht erforderlich
- 28. September**
10–15 Uhr
Das Seniorenbüro Aplerbeck und das Netzwerk Runder Tisch für Senior*innen lädt ein: Informationstag rund um das Thema Hilfsmittel, Gemeindehaus der St. Ewaldi Gemeinde Aplerbeck, Egbertstraße 10–12, 44287 Dortmund.
Der Hilfsmitteltag soll Interessierten eine Möglichkeit bieten, um sich zu den unterschiedlichsten Hilfsmitteln erste Informationen einzuholen, Anbieter*innen kennenzulernen oder im besten Falle sogar das ein oder andere Hilfsmittel direkt ausprobieren zu können. Für das leibliche Wohl ist ebenfalls gesorgt.
- 10. Oktober**
15–17 Uhr
Vortrag zum Thema „Probleme mit den Ohren?“ von Andrea Walla von Hörsysteme Schüren, Städt. Begegnungszentrum Berghofen, Am Oldendieck 6, 44269 Dortmund,
Anmeldung: 0231-50 29100 oder bz_berghofen@dortmund.de

 Seniorenbüro Aplerbeck in der Bezirksverwaltungsstelle Aplerbecker Marktplatz 21, 44287 Dortmund
Beratungszeiten: Mo–Fr von 10–12 Uhr und nach Vereinbarung
Bei Bedarf besteht ebenfalls die Möglichkeit eines Hausbesuches.
E-Mail: seniorenbuero.aplerbeck@dortmund.de
Telefon: 0231-50 29390

Impressum
Herausgeber: Stadt Dortmund, Sozialamt und Caritasverband Dortmund e.V. und Runder Tisch für Senioren
Redaktion: Seniorenbüro und Seniorenbeirat Aplerbeck, Aplerbecker Marktplatz 21, 44287 Dortmund (inhaltlich) Martin Rutha (verantwortlich)
Herstellung: OCM GmbH, Dortmund Sölde

Daheim im Stadtbezirk Aplerbeck



Bild: Die heiligen Ewalde von Ina Heckeler (www.inaheckeler.de)

Juni 2024 – Oktober 2024

Ausgabe 17



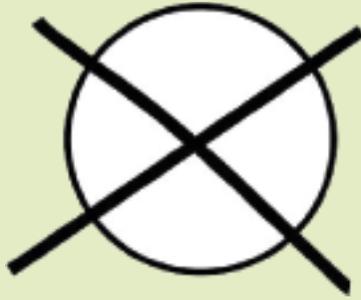
SeniorenBüro Aplerbeck



Wahlen zum Seniorenbeirat

Liebe*r Leser*in,

was macht der Seniorenbeirat der Stadt Dortmund eigentlich, der Anfang des nächsten Jahres zur Wahl steht? Nach dem Willen des Rates setzt er sich für die Interessen der älteren Bevölkerung in Dortmund ein. Dabei geht es z.B. um Beleuchtung, Wegegestaltung, Bänke oder auch um die Sicherstellung der Teilhabe in der Stadtgesellschaft.



Die Wahlen zum Seniorenbeirat in Dortmund, bei der alle Einwohner*innen ab 60 berechtigt sind teilzunehmen, stehen im 1. Quartal des Jahres 2025 an. Wichtig ist aber auch, dass Sie als Wahlberechtigte die Möglichkeit zur Wahl haben, d.h. es müssen sich Kandidat*innen finden, unter denen Sie eine Wahl treffen können. Hätten Sie als Dortmunder*in ab 60 Spaß daran, sich für die Interessen der Seniorinnen und Senioren in Dortmund einzusetzen? Wenn Sie sich das vorstellen könnten, wenden Sie sich bitte an die derzeitigen Mitglieder*innen des Seniorenbeirates im Stadtbezirk Aplerbeck, die Ihnen aus ihrer Arbeit in diesem Gremium berichten können. Die Kontaktdaten erhalten Sie in der Zeitschrift „Senioren Heute“, über das Seniorenbüro in Aplerbeck (Tel.: 0231-50 29 390) oder über die Geschäftsstelle des Seniorenbeirates Dortmund (Tel.: 0231-50 24 887).

Voraussichtlich sind für den Stadtbezirk Aplerbeck drei Personen zu wählen. Lassen Sie sich als Kandidat*in für die Wahl des Seniorenbeirates aufstellen, um auch in der Zukunft die Interessen und Teilhabemöglichkeiten der Menschen ab 60 Jahre im Stadtbezirk Aplerbeck zu vertreten.

Martin Fischer
Vorsitzender des Seniorenbeirates Dortmund

Sütterlin

Können Sie Sütterlin?

Auß einem Brief von Irmgard
Kazuba vom 16.02.2024.

„Ich habe die Schrift als I-Männchen 1935
gelernt und beherrsche sie immer noch gerne.
Schon aus hygienischen Gründen war uns aber aus
politischen Gründen auf die Normalschrift
umstellen. Diese gleicht mehr der lateinischen
Schrift und besteht heute auch noch.
Später hat ja jeder seine persönliche
ausgeprägte Handschrift.“

Das Team vom Seniorenbeirat wünscht viel
Spaß beim Lesen!

Irmgard Kazuba und Jutta Fuchs
(Irmgard Kazuba und Jutta Fuchs)

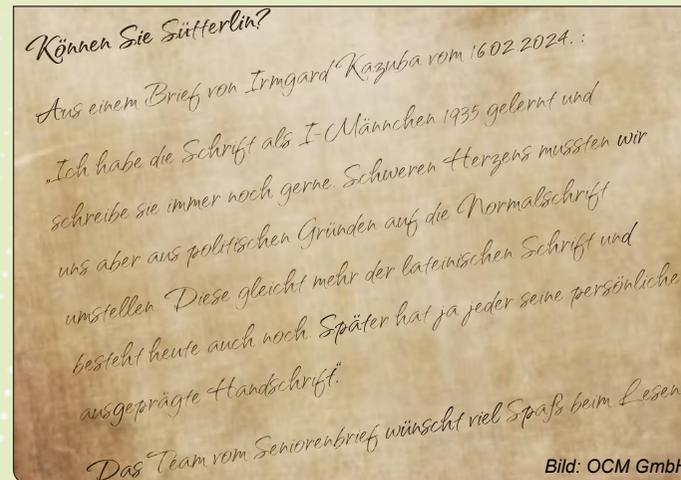


Bild: OCM GmbH

Aplerbeck klingt

Der September steht im Zeichen der Musik in Aplerbeck

Dass der Stadtbezirk Aplerbeck und auch umliegende Ortschaften viele gute Musiker*innen und Sänger*innen quer durch alle Musikrichtungen hat, ist stadtwie bekannt. Warum daraus nicht ein jährlich wiederkehrendes Festival machen mit Veranstaltungen, bei denen Musizierende und Zuhörer*innen zusätzlich auch ins Gespräch kommen? Diese Idee hatte Ulrich Finger vom Stadtbezirksmarketing Aplerbeck. Und er holte sich Birgit Mader, ebenfalls Stadtbezirksmarketing, sowie den Kantor der evangelischen Georgs-Kirchengemeinde, Norbert Staschik, mit ins Boot.

Bild: Stadtbezirksmarketing



Herausgekommen ist dabei das Musikfestival „Aplerbeck klingt“. In der Zeit vom 6. bis 21. September finden jeweils an den Freitagen, Samstagen und Sonntagen Konzerte für jeden Musikgeschmack statt. Akkordeon, Cello, Orgel, Chöre oder verschiedene Bands (Pop-Rock-Oldies) sorgen in den unterschiedlichsten Spielstätten für eine bunte musikalische Vielfalt.

Am 7. September findet in der Großen Kirche das Auftaktkonzert mit einer Vielzahl von Chören statt und auch eine Mitsingaktion ist geplant.

Der beliebte Orgelherbst ist ins Festival integriert und findet seinen Höhepunkt bei der Museumsnacht am 21. September. Führungen in der Großen Kirche, eine Ausstellung zum Thema Orgel, Orgelkonzerte und die Verfolgung des Livespiels sind durch modernste Videotechnik ermöglicht.

Das Stadtbezirksmarketing Aplerbeck stellte finanzielle Mittel zur Verfügung, ebenso zahlreiche Sponsoren.

Bei allen Veranstaltungen ist der Eintritt frei – außer bei der Veranstaltung der Museumsnacht.

Alle Termine und Veranstaltungen des Festivals finden Sie unter: www.aplerbeck-klingt.de

Susanne Knoller