



## HERZBLATT - ONLINE



Newsletter des AWO-Ortsvereins Dortmund-Asseln/Husen/Kurl

Kalenderwoche 14/26

28. März 2026



Öffnungszeiten Büro Marie-Juchacz-Haus

in der Osterzeit ist das Büro nur am Montag, 30.03. und am Freitag, 10.04.2025

**geöffnet**

**Mo. : 10.00 - 12.00 Uhr**

**Mi. : 10.00 - 12.00 Uhr**

**Fr. : 10.00 - 12.00 Uhr**

Ansonsten ist das Büro über Anrufbeantworter ([Tel. 2 75 74](tel:27574))

oder per E-Mail an [awo-asseln@dokom.net](mailto:awo-asseln@dokom.net) erreichbar.

+++ Die Begegnungsstätte Husen ist telefonisch zu erreichen: 0162-530 5110 +++

=====  
**Inhalt dieser Ausgabe:**

1. Aktuelle Informationen:
2. Der wöchentliche Mittagstisch in Asseln und Husen **entfällt am 03.04.2026**
- 3. Ankündigungen April 2026**
  - \* Vernissage in Asseln am 12. April 2026
  - \* Bunter Nachmittag in Asseln am 16. April 2026
  - \* Kulinarisches Sonntagsbuffet in Husen am 19. April 2026
  - \* Modenschau in Husen am 28. April 2026
4. Bericht aus vorhergehender Woche -entfällt-
5. Wiederkehrende Angebote in Asseln und Husen
6. Pressemitteilungen Seniorenbüro Brackel/Scharnhorst sowie  
Infos des Unterbezirks
7. Vorankündigungen und Informationen
8. Was zum Schmunzeln und Nachdenken
9. Allgemeine Infos zur Mitgliedschaft und zum Newsletter

=====  
**1. Aktuelle Informationen**

**Der Vorstand des AWO Ortsvereins, des Fördervereins sowie des KiJu wünschen allen Mitgliedern eine angenehme Zeit und frohe Ostern.**



**Der nächste Newsletter kommt am 13.04.2026**

## **2. Der wöchentliche Mittagstisch in Asseln und Husen/Kurl**

**Freitag, 03. April 2026**

**Karfreitag**

**DER MITTAGSTISCH ENTFÄLLT**

---

## **3. Neuigkeiten und Events im April 2026:**

### **\* Vernissage in Asseln am 12. April 2026**

Ulrike und Vera stellen mit den Montags-Malkursen ihre erschaffenen Bilder aus.

Ab 14.00 Uhr im Marie-Juchacz-Haus.



---

### **\* Bunter Nachmittag in Asseln**

Wieder gibt es viel Spaß und Unterhaltung, Lieder zum Mitsingen und Schunkeln am **16.04.2026 ab 14.30 Uhr**



mit D.J. Günther Ziethoff

---

\* **Kulinarisches Sonntagsbuffet** am **19. April 2026** in Husen



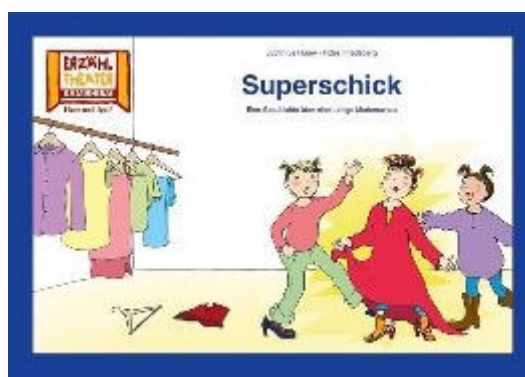
**Kostenbeitrag: € 14,00 €, Anmeldungen 0162-3105110**

---

\* **Modenschau der AWO Asseln-Husen/Kurl**

Mode, die zu Euch kommt.  
Die Kollektion wie auf Maß geschneidert.

**28.04.2026, 15.00 Uhr**



in der Begegnungsstätte Husener Str. 69

Freut Euch auf einen angenehmen Nachmittag in **Husen**.  
Barrierefrei erreicht Ihr die Präsentation der Modekollektion.  
Es gibt Kaffee und Kuchen bzw. Waffeln.  
Anmeldung erforderlich, im Büro oder bei Gisela, Tel. 0176-22659803

---

## 4. Berichte aus den vergangenen Wochen:

-entfällt-

## 5. Wiederkehrende Veranstaltungen bei der AWO Asseln-Husen/ Kurl

Rund um die **Asselner Begegnungsstätte Marie-Juchacz-Haus** (MJHs), Flegelstr. 42, und der **Begegnungsstätte Husen**, Husener Str. 69, finden regelmäßig folgende Veranstaltungen statt:

### Marie-Juchacz-Haus, Asseln, Flegelstr. 42:

#### Montag

**Seniorenclub**, 14.00 bis 17.00 Uhr

**Spiel und Spaß** mit der Wii und Bingo mit Gisela, im Wechsel, 14tägig, 15.00 Uhr

**Rommè-Club**, jeden ersten Montag ab 17.00 Uhr

**Doppelkopf** mit Uwe v. Koblinski, 18 Uhr

#### Dienstag

**Dagmars Frühstück**, jeden ersten Dienstag im Monat, 09.30 Uhr, Anmeldung

Tel. 0176-32448169

**Asselner Helferteam-Frühstück**, jeden dritten Dienstag im Monat, 09.30 Uhr, Anmeldung im Büro zu den Öffnungszeiten (Vorkasse 7,00 €), **es sind für den 17.03. noch Plätze frei**

**Walking mit Susanne**, 10.00 Uhr

**Seniorenclub**, 14.00 bis 17.00 Uhr

**Waffeltag** jeden 2. Und 4. Dienstag, 14.00 Uhr

**Club 60 I**, jeder letzter Dienstag Monat, 18 Uhr

**Club 60 II**, jeden 1. Dienstag im Monat, 18 Uhr

#### Mittwoch

**Giovanni`s Tellerfrühstück**, jeden zweiten Mittwoch i.M., 09.30 Uhr, Anmeldung bei Giovanni oder Tel. 27574

**Guten Morgen Yoga**, 10.00 Uhr

**Fahrradgruppe**, Start im März 15:00h, ab April (Sommerzeit) 16:00h.

**Nordic Walking mit Christel**, 19.00 Uhr

#### Donnerstag

**Nordic Walking mit Christel**, 10.00 Uhr

**Seniorenclub**, 14.00 bis 17.00 Uhr

**Skattreff**, 17.30 Uhr

**Handarbeits-Wollstube** Okt-Mrz. 17.30-19 Uhr, Apr.-Sep. 18.30-20 Uhr

**Lauftreff**, 19.00 Uhr

#### Freitag

**Mittagstisch**, 12.00 Uhr, 6-7 €, mit Dagmar, Anmeldung Tel.0176-32448169

**Fifty-Fifty**, jeden 1. Freitag im Monat, 17.30 mit Beate Kotkewitz

**Fibromyalgie-Gruppe**, jeden 4. Freitag im Monat, 16.30 Uhr mit Gisela

#### Fr/Sa/So

**Übertragung aller BVB Pflichtspiele**, Tel. 0172-1751849

#### Samstag

**Lauftreff** 09.00 Uhr

#### Sonntag

**Briefmarkenfreunde** Asseln, jeden 3. Sonntag 10-13.00 Uhr, Volker Wirt, Tel. 9598994

### Begegnungsstätte Husen/Kurl, Husener Str. 69:

#### Montag

**Frühstücksbuffet** jede n 1. Montag im Monat, 09.30 Uhr, Anmeldung 0162-530 5110

**Doppelkopf** mit Ellen Schroer, 17,00 Uhr

**Außensprechstunde des Seniorenbüros Scharnhorst** jeden Montag, 08-9.00 Uhr

**Dienstag**

Seniorenachmittag mit Beate 14.00 bis 16.00 Uhr

Bingo jeden 3. Dienstag im Monat, 14.00 Uhr

Waffeltag jeden 4. Dienstag im Monat, 14.00 Uhr

Lauftreff, 19.00 Uhr

**Mittwoch**

Frühstücksbuffet Heimatverein Husen/Kurl jeden 3. Mittwoch im Monat, 09.30 Uhr (für Mitglieder des Heimatvereins, Infos Tel. 01523-3731684)

**Donnerstag**

Malen mit Christiane, 14.00 bis 16.00 Uhr

Spiele, 14.00 bis 16.00 Uhr

Yoga wöchentlich 19.30 Uhr, Tel. 0176-81709068

**Freitag**

Mittagstisch, 12.00 Uhr, Anmeldung Tel. 0162-530 5110

NEU NEU NEU NEU

Handarbeiten, 13.30 Uhr, vierzehntägig, nächstes Treffen 10.04.2026, Gäste willkommen



**AWO Lauftreff - TERMINE 2026**

- 31.01.2026 Start Anfängerkurs
- 04.01.2026 Neujahrslauf am Phönix See
- 07.03.2026 ab 10.00 Uhr FITNESSFRÜHSTÜCK
- 02.04.2026 ab 19.00 Uhr Lauftreff Stammtisch  
(Training findet in Eigenregie statt)**
- 18.04.2026 Abschlusslauf Anfängerkurs 2026  
mit Übergabe der Urkunden und Grillfest**
- 01.05.2026 Volks- und Straßenlauf in Kaiserau**
- 10.07.2026 ab 17.00 Uhr "ITALIENISCHE PARTY"**
- 10.09.2026 ab 19.00 Uhr Lauftreff Stammtisch  
(Training findet in Eigenregie statt)**
- 10.10.2026 MAMMUT Marsch in Dortmund**
- 08.11.2026 Bottroper Herbstwaldlauf**
- 17.12.2026 ab 18.00 Uhr Glühweinabend**

Dies ist die Übersicht der zurzeit geplanten Veranstaltungen, zusätzlich zu unseren festen Trainingszeiten. Weitere Infos findet ihr regelmäßig auf unserer Homepage oder aktuell im Chat.

Weitere Infos unter: [www.awo-lauftreff-dortmund.de](http://www.awo-lauftreff-dortmund.de)

---

**6. Pressemitteilungen und Infos aus den Stadtbezirken Brackel und Scharnhorst sowie des AWO Unterbezirks Dortmund**

# Lesung



silvia-fischer.de

## “Vom Leben ohne Geld - Der Vagabundenblog” mit Silvia Fischer

*Autorin, Bibliothekarin, Bloggerin und Youtuberin  
weitgereist und mehrsprachig - das ist Silvia Fischer.*

*Sie liest und erzählt aus ihrem Buch als sie (fast) ohne  
Geld in Südfrankreich gelebt hat.*



**Freitag, 24. April 2026 18:30 Uhr**

DRK-Begegnungsstätte/Bredowstraße 49a/44309 Dortmund

**Eintritt frei!**

Anmeldung unter 0231-1810 443 oder [begegnungsstaetten@drk-dortmund.de](mailto:begegnungsstaetten@drk-dortmund.de)

## BALOU - Dortmund-Brackel

### Eine künstlerische Zeitreise im Kulturzentrum Balou

Mit der Ausstellung „**RE-VISION – Grafik aus Dortmund**“ wird im Kulturzentrum balou eine außergewöhnliche Retrospektive präsentiert, die sieben Jahrzehnte künstlerischer Entwicklung sichtbar macht. Anlass ist das 70-jährige Jubiläum des Westfälischen Künstlerbundes Dortmund e.V. sowie der Dortmunder Gruppe. Die Vernissage findet am Sonntag, den 15. März um 14:00 Uhr in der galerie balou statt. Hendrikje Spengler, *Leiterin des Kulturbüros Dortmund, wird zu Besuch sein. Die Einführung übernimmt Dr. Rudolf Preuss. Für die musikalische Begleitung sorgt Pianist Harald Schollmeyer.*

Seit vielen Jahren wird der Wettbewerb „Grafik aus Dortmund“ mit Unterstützung der Sparkasse Dortmund vom Kulturbüro ausgelobt und hat die lokale Kunstszene nachhaltig geprägt. Die Ausstellung RE-VISION greift diesen reichen Fundus auf und zeigt eine Auswahl von Kalenderblättern der Künstlerinnen und Künstler beider Vereinigungen – von den Anfängen bis ins Jahr 2023.

Die Besucher erwartet eine eindrucksvolle Zeitreise durch unterschiedlichste grafische Ausdrucksformen und technische Entwicklungen. Über Jahrzehnte hinweg spiegeln die Werke nicht nur individuelle Handschriften wider, sondern dokumentieren zugleich künstlerische Zeitzeugenschaft unserer Stadt. RE-VISION ist dabei mehr als ein Rückblick: Die Ausstellung verweist ebenso auf die lebendige, kreativ-innovative Gegenwart der Dortmunder Kunstszene und lädt dazu ein, Tradition und Aufbruch gemeinsam zu entdecken.

Die **Ausstellung ist bis zum 7. Juni in der galerie balou DI – FR: 14:30 – 18:0 Uhr** kostenfrei

zu besuchen. Es bedarf keiner Anmeldung.

---

### **BALOU-Dortmund-Brackel**

Eine wohltuende Pause vom Alltag, frische Waldluft und neue Energie für Körper und Geist: Mit einem inspirierenden Waldbaden-Kurs erhalten Interessierte am Samstag, den **28. März 26** zwischen 10:00 - 13:00 Uhr die Gelegenheit, die heilsame Wirkung der Natur intensiv zu erleben.

Basierend auf dem aus Japan stammenden Konzept des Shinrin-Yoku (Waldbaden) verbindet das Angebot gezielte Bewegung mit achtsamer Wahrnehmung und bewusstem Eintauchen in die Atmosphäre des Waldes. Die Teilnehmenden erfahren, wie sich Naturerlebnisse positiv auf Konzentration, innere Ruhe sowie mentale und körperliche Fitness auswirken können – und wie sich dadurch die eigene Stressresilienz nachhaltig stärken lässt.

Einführende Impulse zum Waldbaden werden durch praktische Übungen ergänzt: Achtsamkeits- und Wahrnehmungseinheiten schärfen die Sinne und fördern Gelassenheit. Moderate Bewegungsformen wie Indian Balance und KAHHA unterstützen den natürlichen Energiefluss, kräftigen die Muskulatur und aktivieren das Herz-Kreislauf-System – sanft, aber wirkungsvoll.

Neben der gesundheitsfördernden Wirkung steht auch das gemeinschaftliche Naturerlebnis im Mittelpunkt: In der Gruppe entsteht ein achtsamer Raum für Austausch, Motivation und gemeinsames Naturcoaching.

#### **Hinweis für Teilnehmende:**

Bitte tragen Sie festes Schuhwerk und wetterfeste Kleidung. Außerdem wird empfohlen, ein Getränk sowie eine Sitzunterlage mitzubringen. Die Teilnahmegebühr beträgt 18 Euro.

**Treffpunkt:** Aplerbecker Wald, Schwerter Str. 238, 44287 Dortmund, Parkplatz Apl. Wald, ÖPNV Linie 431

**Eine Anmeldung ist ab sofort auf der** Homepage des Kulturzentrums [balou-dortmund.de](http://balou-dortmund.de), telefonisch unter 0231/99773630 (Mo-Fr: 9-12 Uhr, Mo-Do: 14-16 Uhr) oder via E-Mail an [post@balou-dortmund.de](mailto:post@balou-dortmund.de) möglich.

---

### **„Café Spiel mit Spaß“ in Wickede für Menschen ab 60 Jahren.**

Das „Café Spiel mit Spaß“ in Wickede sucht neue Mitspieler\*innen. Seit 2 Jahren spielen Senior\*innen in den Räumen des Pflegedienstes Pflug. Bei Getränken und Gebäck werden Gesellschaftsspiele wie Mensch ärgere Dich nicht, Rummykub, Kniffel etc. gespielt. Die ehrenamtlichen Nachbarschaftshelfer\*innen, die dieses Angebot begleiten, würden sich ebenfalls über Verstärkung freuen. Gesucht wird jemand, der sich an einem Mittwoch im Monat an der Organisation beteiligt.

„Café Spiel mit Spaß“ findet **jeden Mittwoch**, von **14.00 – 16.00 Uhr** beim Pflegedienst Pflug, Meylantstr. 91, 44319 Dortmund statt. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.

Nähere Informationen erhalten Sie bei Begegnung VorOrt Brackel, Tel.: 0178 6617 503, Mail: [klotz@diakoniedortmund.de](mailto:klotz@diakoniedortmund.de) oder beim Seniorenbüro Brackel, Tel.: 0231 5029370 E-Mail: [seniorenbuero.brackel@dortmund.de](mailto:seniorenbuero.brackel@dortmund.de)

---

### **Wiederkehrende Angebote im Stadtbezirk Brackel**

Für **Rommé-Spielende** bietet der AWO-Ortsvereins in seiner Begegnungsstätte ein **zusätzliches Angebot** an:

**Jeden Donnerstag** besteht in der Zeit **von 14-16 Uhr** die Möglichkeit in netter Runde Rommé zuzuspielen.

Die AWO Begegnungsstätte Wambel ist mit der Stadtbahn U43 oder mit dem Bus 422, Haltestelle Juchostraße, gut erreichbar.

Das Seniorenbüro Brackel ist von Mo.-Fr. von 10-12 Uhr für Informationen und Rückfragen erreichbar.

Kontakt: telefonisch unter 50 29 640 oder per E-Mail an [seniorenbuero.brackel@dortmund.de](mailto:seniorenbuero.brackel@dortmund.de)

---

Leitfaden für Soziale Organisationen zur Teilnahme am 1. Dortmunder Tatendrang „**Café Spiel mit Spaß**“ in Wickede **für Menschen ab 60 Jahren.**

Das „Café Spiel mit Spaß“ in Wickede sucht neue Mitspieler\*innen. Seit 2 Jahren spielen Senior\*innen in den Räumen des Pflegedienstes Pflug. Bei Getränken und Gebäck werden Gesellschaftsspiele wie Mensch ärgere Dich nicht, Rummykub, Kniffel etc. gespielt. Die ehrenamtlichen Nachbarschaftshelfer\*innen, die dieses Angebot begleiten, würden sich ebenfalls über Verstärkung freuen. Gesucht wird jemand, der sich an einem Mittwoch im Monat an der Organisation beteiligt.

„Café Spiel mit Spaß“ findet **jeden Mittwoch**, von **14.00 – 16.00 Uhr** beim Pflegedienst Pflug, Meylantstr. 91, 44319 Dortmund statt. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.

Nähere Informationen erhalten Sie bei Begegnung VorOrt Brackel, Tel.: 0178 6617 503, Mail: [klotz@diakoniedortmund.de](mailto:klotz@diakoniedortmund.de) oder beim Seniorenbüro Brackel, Tel.: 0231 5029370 E-Mail: [seniorenbuero.brackel@dortmund.de](mailto:seniorenbuero.brackel@dortmund.de)

---

## **7. Vorankündigungen Mai 2026:**

08.05.2026 - Italienischer Abend in Asseln -ausgebucht-  
31.05.2026 - Erdbeerfest in Husen

---

**8.**



---

## 9. Infos rund um Newsletter und Mitgliedschaft bei der AWO

### Asseln-Husen/Kurl

**Besuchen Sie uns auf unserer HOMEPAGE oder bei Facebook**

Alle Infos rund um unseren Ortsverein inklusiv Kontaktdaten, Programmangeboten und

Impressionen von Veranstaltungen findet man im **Internet** unter

**<http://www.awo-asseln.de>**

---

## Werden auch SIE Mitglied der AWO

**z.B. im Ortsverein Dortmund-Asseln/Husen/Kurl!**

Antragsformular **hier** ausdrucken, ausfüllen und per Post oder eingescannt per E-Mail senden an

**AWO Ortsverein Asseln/Husen/Kurl**

**Flegelstr. 42**

**44319 Dortmund**

**E-Mail: [awo-asseln@dokom.net](mailto:awo-asseln@dokom.net)**

Der AWO-Newsletter HERZBLATT-ONLINE

für die über 1.000 Abonnenten informiert mit aktuellen Nachrichten aus der Arbeiterwohlfahrt (AWO), dem kommunalen Bereich, den Vereinen, Kultur, (Sozial-)Politik und Gesellschaft.

Termine oder sonstige Textbeiträge, Linkhinweise aber auch konstruktive Kritik (oder auch Lob...) sind herzlich willkommen. Redaktionsfremde Artikel müssen nicht der Meinung des Redaktionsteams entsprechen.

**Erscheinungsweise:**

Der Newsletter HERZBLATT-ONLINE erscheint im Regelfall immer wöchentlich montags (bzw. dienstags nach einem Feiertag). Redaktionsschluss ist immer der Sonntag vor dem Erscheinungsdatum, 17.00 Uhr.

**Haftungshinweis:**

Trotz sorgfältiger Kontrolle übernimmt die Redaktion keine Haftung für die Inhalte redaktionsfremder Beiträge und externer Links. Für den Inhalt redaktionsfremder Beiträge und extern verlinkter Seiten sind ausschließlich deren Verfasser bzw. Betreiber verantwortlich.

**Datenschutz:**

Bitte beachten Sie die über folgenden Link erreichbaren Hinweise zum Datenschutz:

[http://www.awo-asseln.de/Datenschutzerklaerung\\_awo-asseln\\_de.pdf](http://www.awo-asseln.de/Datenschutzerklaerung_awo-asseln_de.pdf)

Anfragen und Hinweise sowie eigene Beiträge für das HERZBLATT-ONLINE sendet bitte an

[awo-asseln@dokom.net](mailto:awo-asseln@dokom.net)

Mit freundschaftlichen Grüßen  
Redaktion von HERZBLATT - ONLINE  
V.i.S.d.P.:  
AWO-OV DO-Asseln/Husen/Kurl  
Flegelstr. 42  
44319 Dortmund

[E-Mail im Browser anzeigen](#)

Sie erhalten diese E-Mail aufgrund Ihrer Beziehung mit Arbeiterwohlfahrt Ortsverein DO-Asseln/Husen/Kurl. Bitte

[bestätigen](#) Sie Ihr Interesse, weiterhin E-Mails von uns zu erhalten. Wenn Sie keine E-Mails mehr erhalten

möchten, können Sie diese [hier abbestellen](#).

Flegelstr. 42, Dortmund, Deutschland, 44319

[Abmeldung](#)