



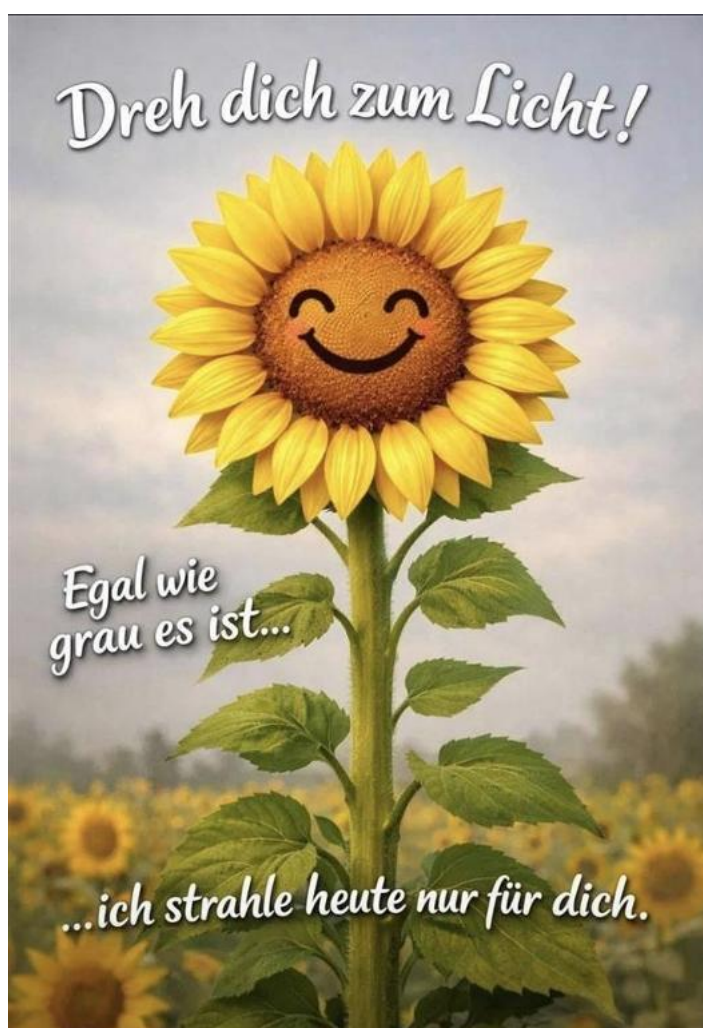
HERZBLATT - ONLINE



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

Kalenderwoche 17/26

20. April 2026



Öffnungszeiten Büro Marie-Juchacz-Haus

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 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
3. Ankündigungen April/Mai 2026
- * Modenschau in Husen am 28. April 2026
- Plätze in den Begegnungsstätten buchbar -
- * Italienischer Abend am 08. Mai 2026 -ausgebucht-
4. Berichte aus der vergangenen Woche/n:
- ** Bericht Bunter Nachmittag in Asseln
- ** Bericht Kulinarisches Sonntagsbuffet in Husen
5. Wiederkehrende Angebote in Asseln und Husen
und **Informationen des AWO Lauftreffs**
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

**Ab 22. April 2026 findet in Husen ein weiterer Yoga-Kurs statt. Nähere
Informationen folgen in Kürze.**

=====

2. Der wöchentliche Mittagstisch in Asseln und Husen/Kurl

Freitag, 24. April 2026, 12.00 Uhr

Marie-Juchacz-Haus Asseln

Spitzkohl-Bratwurst-Pfanne

Kokosmilchkuchen

Anmeldung bis 21.04.2026
Dagmar Vollrath 0176-32448169

Begegnungsstätte Husen

Leipziger Allerlei mit Bockwurst

Stracciatella Quark

Anmeldung bis 23.04.2026
Helga Fischer 0162-5305110

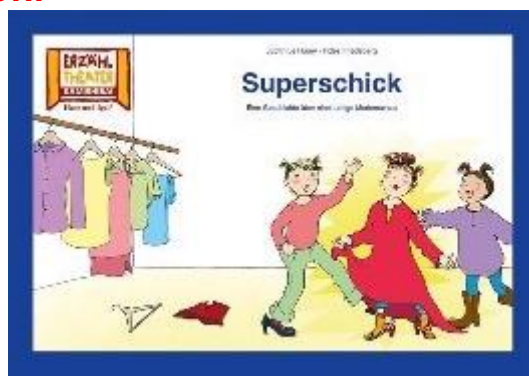
Fisch inkl. Dessert € 7,00, ansonsten € 6,00

3. Neuigkeiten und Events im April/Mai 2026:

*** 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.
Mitfahranfragen können mit Gisela abgesprochen werden.
Anmeldung erforderlich, im Büro oder bei Gisela, Tel. 0176-22659803 oder
bei Helga Tel. 0172-5674538

*** Italienischer Abend in Asseln am 08. Mai 2026 - ausgebucht -**

Küchenchef Giovanni kocht für uns!

Menüfolge

- | | |
|---------|--|
| 1. Gang | Aubergine mit Parmesan-Käse überbacken,
kleiner Salat |
| 2. Gang | Nudeln mit Lachs |
| 3. Gang | Hähnchen-Filet in Tomaten-Sahne Sauce
Kartoffeln und Spinat |
| 4. Gang | frische Erdbeeren mit Mascarpone-Creme |
-

* Erdbeerfest in Husen am 31. Mai 2026

**Das Team Husen lädt wieder ein zum
Erdbeerfest
am 31. Mai 2026, ab 14.00 Uhr**

**Feine Kuchen rund um die Erdbeere und
deftige Grillspezialitäten nebst Dips und Salate**

**sowie Erdbeerbowle mit und ohne Alkohol
sorgen für den kulinarischen Genuss
Kostenbeitrag für Speisen € 14,00 inklusive
Kaffee
mit Voranmeldung unter Tel. 0172-567 4538**



4. Berichte aus den vergangenen Wochen:

**** Bunter Nachmittag in Asseln**

Am Donnerstag, 16.04.2026, haben wir unseren Bunten Nachmittag mit D.J. Günther Ziethoff.

Nachdem wir uns (22 Gäste) mit Kaffee und Kuchen gestärkt haben, ging es los. Die Stimmung war sehr gut. Wir haben gesungen, getanzt und gelacht. Es war ein gelungener Nachmittag (Gisela).



**** Kulinarischer Sonntagsbrunch**

Am gestrigen Sonntag, 19.04.2026, fanden sich 44 Besucher in Husen ein und labten sich an den zahlreichen Leckereien, die das Buffet hergab. Voll des Lobes über die abwechslungsreichen Speisen verließen um 17.30 Uhr die letzten Gäste die AWO Husen.

Wir bedanken uns recht herzlich bei den Helferinnen Beate, Ursel, Mechthild und Helga.



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, 14-tägig, 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
Spielen, 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 27.03.2026, Gäste willkommen



Informationen und Termine

Abschluss des Anfängerkurses 2026!

von Jenny / 18. April 2026

Wie schnell die Wochen vergehen...heute konnten unsere diesjährigen Anfängerinnen und Anfänger schon ihren erfolgreichen Abschluss feiern. Am 31. Januar standen viele von ihnen vor unserem Marie-Juchacz-Haus und konnten sich kaum vorstellen, am Ende des Kurses eine Stunde durchlaufen zu können und heute war es soweit.

Nachdem sie wie immer um kurz nach 9 Uhr unter Begleitung zahlreicher Lauftreff-Mitglieder zu ihrem Abschlusslauf aufgebrochen sind, wurde schon alles für die Feier vorbereitet.

Nach 60 Minuten wurden sie dann unter großem Jubel und Applaus „im Ziel“ begrüßt und durften nach kurzer Verschnaufpause ihre Urkunden und DLV-Laufpässe entgegennehmen.

Dann wurde noch gemeinsam gegrillt, gefeiert und die nächsten Pläne geschmiedet. Viele unserer jetzt ehemaligen Anfängerinnen und Anfänger haben sich bereits für den Volkslauf in Kaiserau am 1. Mai angemeldet, sodass wir dort erneut mit einer großen Gruppe gemeinsam antreten werden, wir freuen uns total darauf.

Im nächsten Jahr können wir dann dreifaches Jubiläum zelebrieren. Es wird unser 30. Anfängerkurs sein, der zum 10. Mal von „unserem“ Kalle geleitet wird und das auch noch in unserem 20. Lauftreff-Jahr. Wenn das kein Grund zum Feiern sein wird!





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

=====

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

Vortrag: Die Patientenverfügung

Referent: Dr.med. Johannes Wunderlich

Ort: Städt. Begegnungszentrum, Gleiwitzstr. 277 in 44328 Dortmund

Datum: **21.04.2026**

Beginn: 16:00 Uhr

Die Patientenverfügung

Ein Vortrag von Dr. med. Johannes Wunderlich

Mit einer schriftlichen Patientenverfügung können Patientinnen und Patienten für den Fall ihrer Einwilligungsunfähigkeit in medizinischen Angelegenheiten vorsorglich festlegen, dass in einer bestimmten Situation bestimmte medizinische Maßnahmen durchzuführen oder zu unterlassen sind. Damit wird sichergestellt, dass der Patientenwille umgesetzt wird, auch wenn dieser in der aktuellen Situation nicht mehr geäußert werden kann.

Gute Beratung ist für das Verfassen einer Patientenverfügung wichtig. Das Seniorenbüro Scharnhorst bietet hierzu einen Vortrag an, der Grundkenntnisse vermitteln soll. Mit Herrn Dr.med. Johannes Wunderlich steht ein erfahrener Mediziner als Referent zur Verfügung.

Dr. med. Wunderlich ist Chefarzt und Ärztlicher Direktor der Klinik für Akutgeriatrie und Frührehabilitation im St.-Elisabeth-Krankenhaus in Dortmund-Kurl und Experte in Sachen Patientenverfügung.

Der Vortrag findet im Städt. Begegnungszentrum Scharnhorst, Gleiwitzstr. 277 in 44328 Dortmund statt.

Beginn ist 16:00 Uhr. Um Anmeldung wird gebeten: Tel. 50 29680, Seniorenbüro Scharnhorst oder per E-Mail: seniorenbuero.scharnhorst@dortmund.de

Beim Schlaganfall kommt es auf Tempo an

Die Zahlen sind erschreckend: Etwa 270 000 Menschen erleiden jährlich in Deutschland einen Schlaganfall und jeder fünfte Betroffene stirbt in den ersten Wochen an den Folgen. Rund 70.000 Betroffene erleiden jährlich einen erneuten Schlaganfall (sog. Rezidiv) und 80 % unter den Patientinnen und Patienten sind 60 Jahre und älter. (Quelle: Deutsche Schlagabfall-Hilfe)

Grundgenug sich mit dem Thema zu beschäftigen, über die Erkrankung und Hintergründe aufzuklären und über Vor- und Nachsorge zu informieren

„Anlässlich des **bundesweiten Aktionstags gegen den Schlaganfall am 10. Mai 2026** laden Mitglieder das **NetzWerks Aktiv Älterwerden im Stadtbezirk Brackel** und das **Seniorenbüro Brackel** daher nach 2024 zum zweiten Mal zu unterschiedlichen Veranstaltungen ein, um das Thema „Schlaganfall“ näher in den Fokus von Betroffenen und deren Angehörige zu rücken.

Start ist am Dienstag, 5.05.2026:

Woran man einen Schlaganfall erkennt, wie er entsteht und wie man ihn effektiv behandeln kann, das erklärt **Chefarzt Prof Dr. Linnebank um 17 Uhr im Vortragssaal der Knappschafts Kliniken Dortmund**, Am Knappschaftskrankenhaus 1, 44309 Dortmund.

Dabei erfahren die Teilnehmerinnen und Teilnehmer auch, welche Risikofaktoren es gibt und wie man einem Schlaganfall durch gesunde Lebensführung vorbeugen kann.

Am **Mittwoch, 06. Mai**, folgen zwei Vorträge zum Thema **ambulante Nachsorge im logopädischen und ergo-/physiotherapeutischen Bereich nach einem Schlaganfall**.

Um **15 Uhr** referieren **Katrin Bennemann** aus der **Logopädischen Praxisgemeinschaft Afhüppe & Bennemann** und **Adam Bilik** von **Ortho Reha** in der **AWO-Begegnungsstätte Brackel**, Haferfeldstr. 3-5, 44309 Dortmund. Frau Bennemann wird i.R. ihres Vortrags zudem die neue Selbsthilfegruppe für Schlaganfallpatientinnen und-patienten vorstellen. Einlass ist ab 14 Uhr.

Im Rahmen von „**Frühstück mit Vortrag**“ informiert am **Samstag, 09. Mai** das **Sanitätshaus Tingelhoff** über **Hilfsmittel im Alltag** für an einem Schlaganfall erkrankte Menschen und deren unterstützende Angehörige, Freunde oder Nachbarn. Von **10 -12 Uhr** lädt das **Seniorenhaus Lucia**, Wickeder Hellweg 93, 44319 Dortmund ein und richtet an diesem Vormittag das Frühstück aus. Zur besseren **Planung der drei Veranstaltungen** bittet das Seniorenbüro Brackel um eine jeweilige **Anmeldung** unter Tel.: 50-29 640. E-Mail: seniorenbuero.brackel@dortmund.de
Die Teilnahme bei allen Veranstaltungen ist kostenfrei.

Smartphone und Handysprechstunde gemeinsam mit youngcaritas Dortmund

Parallel zum Repair Café können in der Zeit **von 16.00 - 18.00 Uhr Fragen, Unsicherheiten und Probleme mit dem eigenen Smartphone oder dem Handy kostenfrei** in Zweiergesprächen mit erfahrenen MitarbeiterInnen von **youngcaritas und des Repair Cafés** geklärt werden. Am **Montag, 09. März ab 9.00 Uhr** nimmt das Seniorenbüro Brackel (Tel.: 0231/ 50-29640) **verbindliche Anmeldungen für die Smartphone- und Handysprechstunde** entgegen.

„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 oder beim Seniorenbüro Brackel, Tel.: 0231 5029370 E-Mail: 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 zuspielden.

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

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

oder beim Seniorenbüro Brackel, Tel.: 0231 5029370 E-

Mail: seniorenbuero.brackel@dortmund.de

7. Vorankündigungen Juni 2026:

21.06.2026 - Zwei-Rad-Oldie-Treffen in Asseln

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

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

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

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](#)