

WOCHENPLAN

- KOSTENLOSE -
FREIZEITANGEBOTE IN DER NORDSTADT

FÜR ERWACHSENE



EINE BUDE FÜR ALLE

MUSIK

SPORT

KREATIV

**GESELLIGKEIT
& BILDUNG**

Montag

Trommelkurs Djembe

18:30

Machbarschaft Borsig 11
Dreifaltigkeitskirche
Flurstraße 8
Tel.: 0163 7711499

Sing, Sing, Sing

11:00-12:30

Community Music im
Konzerthaus
Brückstraße 21
Tel.: 0231 22696200

Community Chor

17:30

pdL - Weiterbildungs-
institut Ruhr,
Münsterstraße 9-11
Tel.: 0231 22696200

Walking für Frauen

18:00-19:00

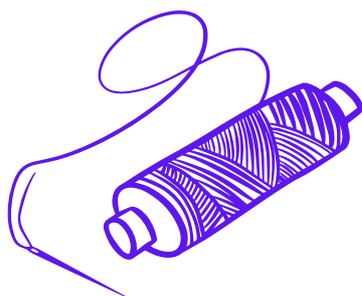
Quartierstreff Concordia
Wamblerstr. 4
Tel.: 0231 1372082



Boxgruppe

14 bis 27 Jahren
18:00-20:00

Treffpunkt Stollenpark
Bergmannstraße 51



Sticken und Stricken für Frauen

Mo. & Do. 18:00-20:00
Quartierstreff Concordia
Wamblerstr. 4
Tel.: 0231 1372082

Computerkurs

17:00-19:00
Train of hope
Münsterstraße 54

VeloKitchen

Selbsthilfe
Fahrradwerkstatt und
veganes Kochen
Ab 18:00
Bornstraße 138
hallo@velokitchen-
dortmund.de



Englisch-Club

17:00-19:00
Train of Hope
Münsterstraße 54
Tel.: 0231 97062647

Dienstag



Yoga

10:00-11:30
Train of Hope
Münsterstraße 54
Tel.: 0231 97062647

Griechischer Tanz

18:30 - 20:30
Train of Hope
Münsterstraße 54
Tel.: 0231 97062647

Tango Argentino

19:00-22:00
Amigo Tango &
Keuning.haus | Studio K
Leopoldstraße 50-58
amigotango@gmx.de

Frauentheater

18:00-21:00
Migrantinnenverein
Dortmund e.V. &
Keuning.haus | Raum 204
Leopoldstraße 50-58
Tel.: 0231 50-25141

Offene Nähwerkstatt

16:00-18:00
Nachbarschaft Borsig 11
Quartierstreif Concodria
Wambeler Str. 4
Tel.: 0231 80418150

Kreativprojekt für Frauen

18:00-10:30
Quartierstreif Concodria
Wambeler Str. 4
Tel.: 0231 80418150

Offener Treff

14:00-16:00
(sowie Donnerstags)
Kaffe & Kuchen
gegen Spende
Quartierstreif Concordia
Wambelerstr. 4
Tel.: 0231 1372082

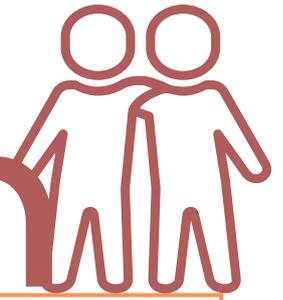
Sprachcafé

17:00-19:00
Train of Hope
Münsterstraße 54
Tel.: 0231 97062647

Computerkurs

10:00-12:15
Raum vor Ort
Schleswigerstr. 12
Tel.: 0231 56788148

Mittwoch



	<p>Singkreis für Senior*innen 9:30 Keuning.haus Raum 204 Leopoldstr. 50-58 Tel.: 0231 5025141</p>	
<p>Golden Swingings Tanzkurs ab 13:30 Keuning.haus Gymnastikraum Leopoldstraße 50-58 Tel.: 0231 5025141</p>		<p>Yoga - Gesundheit und Stressbewältigung 17:00-18:30 (Bitte Anmelden) Quartierstreff Concordia Wamblerstr. 4 Tel.: 0231 1372082</p>
<p>Türkisch Kurs Offenes Zentrum & Raum vor Ort</p>	<p>Digitalwerkstatt 15:00-17:00 Grünbau Osterholzstr. 85-91 Tel.: 0152 38254181</p>	<p>Nähkurs 15:30-17:45 Raum vor Ort Missundestraße 8 Tel.: 0231 56788148</p>
<p>Hofcafé 16:30-18:00 Uhr Raum vor Ort Missundestraße 8</p>	<p>Cafem Workshops, Vorträge, Filmabende 19:00-21:00 (2x im Monat) Offenes Zentrum Schleswiger Str. 12 mail@offeneszentrum.de</p>	<p>Queers of Hope Gemeinsame Aktivitäten 18:00-20:00 Train of Hope Münsterstraße 54 Tel.: 0231 97062647</p>

Together Donnerstag

Brückviertel Community Jam

18:00
Konzerthaus
Brückstraße 21
Tel.: 0231 22 696 200

Termine:

08.02.24
07.03.24
11.04.24
18.04.24



Spanischer Tanzkurs

19:00-21:00
Misterio del Sur &
Keuning.haus | Raum 220
Leopoldstraße 50-58
Tel.: 0231 50-25141



Schreibwerkstatt

19:30 (alle 2 Wochen)
Offenes Zentrum
Schleswigerstr. 12
formlose Anmeldung an:
mailto:maileoffeneszentrum.de



Nähkurs

15:30-17:45
Raum vor Ort
Missundestraße 8
Tel.: 0231 56788148

Konversation auf Spanisch

17:00-19:00
Raum vor Ort
Missundestraße 8
Tel.: 0231 56788148

Frauenfrühstück - Gesunde Ernährung

10:30-15:30
Train of Hope
Münsterstraße 54
Tel.: 0231 97062647

Computerkurs

17:30-19:00
Train of Hope
Münsterstraße 54
Tel.: 0231 97062647

Freitag

Nordstadtessions

jeden 2. Freitag im Monat

19:00

Machbarschaft Borsig 11

Dreifaltigkeitskirche

Flurstraße 8

Tel.: 0231 80418150



Columbianischer Paartanz

17:00-19:00

Etnia y Folclor Colombia &

Keuning.haus | Raum 214

Leopoldstraße 50-58

Tel.: 0231 50-25141



Upcycling in Werkstatt

12:00-17:00

Die Wertstatt

Missunderstraße 10

Tel.: 0231 56788148



Frauentialog

10:00-11:30

Raum vor Ort

Mallinckrodtstr. 62

Tel.: 0231 56788148

HORT - Rollenspieltreff/ Pen and Paper

19:00

Train of Hope

Münsterstraße 54

hort@trainofhope-do.de

Termine HORT

09.02.24

23.02.24

Alle 2 Wochen!



NACHBARBUDE_DORTMUND_SKM

Du möchtest Leute aus der Nachbarschaft kennenlernen?

Du brauchst Hilfe beim Einkauf?

Du suchst kostenlose lokale Sport & Kulturangebote?

Du brauchst Hilfe bei Reparaturen oder einen Handwerker?

Du suchst Informationen oder jemanden, der dich beraten/ dir helfen kann?

Du wünschst dir Begleitung zu Terminen?

Hilfe

AUF ZUR NACHBARBUDE

WIR SIND DA.
Münsterstrasse 57
(Kirchplatz)



MO&DO 9:00-16:00
DI 9:00-18:00
MI 9:00-17:00
FR 9:00-15:00

LUST AUF EIN EHRENAMT?

WERD BUDENFREUND*IN!

Egal, wie alt du bist & woher du kommst.



RUF an, KOMM vorbei oder SCHREIB uns.

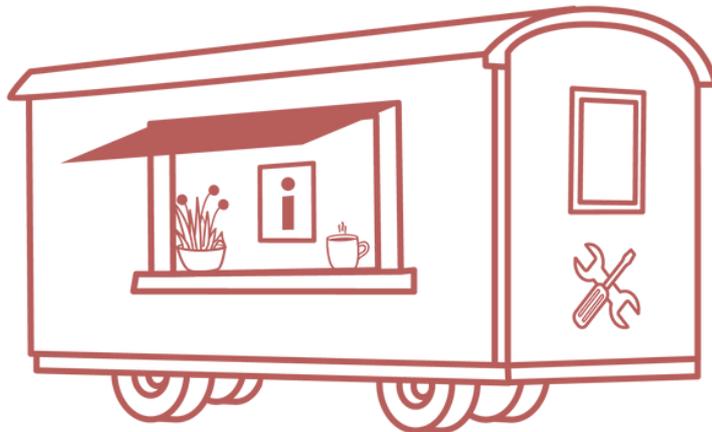
Du suchst eine sinnvolle Tätigkeit?

Du bist handwerklich begabt?

Du möchtest einfach helfen?

Du würdest gern neue Leute kennenlernen?

Ehrenamt



ÖFFNUNGSZEITEN

MO. 9:00-16:00

DI. 9:00-18:00

MI. 9:00-17:00

DO. 9:00-16:00

FR. 9:00-15:00

KONTAKT ZU DEN ÖFFNUNGSZEITEN

TEL.: 0157 531 159 37
MÜNSTERSTRASSE 57
KIRCHPLATZ ST. JOSEPH

PROJEKTKOORDINATORIN

SILVIA KOSLOWSKI
TEL.: 0178 112 68 69

EHRENAMTSKOORDINATORIN

ROMINA SKUPIN
TEL.: 0157 531 159 35