Mehr Generationen Haus
Miteinander – Füreinander

Stadtteilbüro HÖRDE
Büro für soziale Arbeit & Beratung

SkF

Begegnung · Betreuung · Beratung

dafür stehen die drei Institutionen

Sozialdienst kath. Frauen Hörde
Stadtteilbüro Hörde
Nachbarschaftshilfe Hörde

mit ihren Angeboten für die BewohnerInnen des Stadtteils. Seit 2012 ist das B3 ein vom Bund anerkanntes Mehrgenerationenhaus.

Sollten wir Ihr Interesse geweckt haben, schauen Sie doch einfach mal rein.

Möchten Sie gerne ein neues Angebot oder eine Idee für den Stadtteil und deren Bewohner anbieten, rufen Sie im Stadtteilbüro Hörde oder im Mehrgenerationenhaus an:

Herr Kebekus Tel.: 0231/42579966
mehrgenerationenhaus@skf-hoerde.de

Stadtteilbüro:
Frau Ackermann Tel.: 0231 · 427 08 19
Frau Aleksić Tel.: 0231 · 427 08 17

Wir freuen uns !!!

Ansprechpartner/-innen

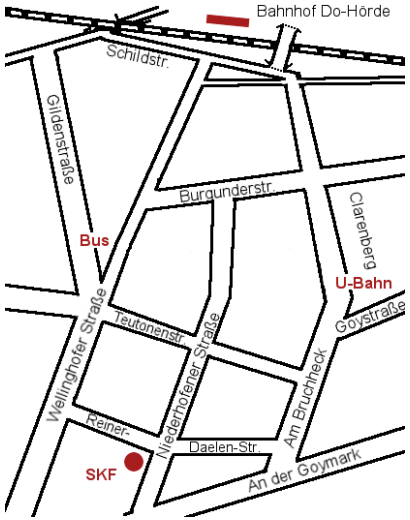
Sozialdienst kath. Frauen Hörde e.V.
Frau Smolén 0231 · 425799 60

Mehrgenerationenhaus
Herr Kebekus 0231 · 425799 66

Gesundheitskurse und Sportangebote
Frau Eggert 0231 · 1848222

Seniorenberatung
Frau Wittler 0231 · 425799 64

Schuldnerberatung
Frau Hazar-Izci 0231 · 425799 69



Adresse:

Niederhofener Str. 52, 44263 Dortmund

www.skf-hoerde.de

Sozialdienst kath. Frauen e.V. Dortmund Hörde

Angebote und Veranstaltungen

SkF

Januar - März

Montag

Windelcafé
10:00 bis 11:30 Uhr
für Kinder bis 2 Jahre

Literaturkreis
08.01. / 12.02./ 18.03.
Infos: Hr. Kebekus

Viniyoga (*)
17:00—18:30 Uhr
12.02.—18.03.
Anmeldung erforderlich

Dienstag

Yoga 50+ (*)
9:00 bis 10:30 Uhr
09.01.—19.03.2024
Anmeldung erforderlich

Seniorenfrühstück
9:30 bis 12:00 Uhr
jeden 3. Dienstag
Anmeldung erforderlich

Offenes Stadtteilcafé
15:00 bis 17:00 Uhr
Dienstag den
09.01. / 06.02. / 05.03.2024

Mittwoch

Fitness 60+ (*)
(A) 09:30 - 11:00 Uhr
(B) 11:15 - 12:45 Uhr
10.01.—13.03.2024
Anmeldung erforderlich

Sprechstunde „Behördenhilfe“ -Hilfe beim Ausfüllen Ihrer Formulare
Nach Bedarf auf Anfrage

Café Herzstück
14:00 bis 16:00 Uhr
kostenfrei Kaffee / Kuchen
Beisammensein in netter Runde

Spieletreff „Rummikub“
13:30 bis 16:15 Uhr

Donnerstag

Digital Kompass
17:00 bis 18:00 Uhr

Offenes Café mit Beratung zu Smartphoneproblemen am
18.01. / 01.02. / 15.02. / 29.02. / 14.03. / 28.03.

Digital Kompass
Vorträge zu diversen Themen rund um digitale Angebote:
11.01. / 25.01. / 08.02. / 22.02. / 07.03. / 21.03.

Freitag

Yoga 50+ (*)
09:00 bis 10:30 Uhr
12.01.—15.03.2024
Anmeldung erforderlich

„Fitness im Alter“(*)
11:00 bis 12:30 Uhr
12.01.—15.03.2024
Anmeldung erforderlich

Yoga 50+ (*)
16:15 bis 17:45 Uhr
18:00 bis 19:30 Uhr
12.01.—15.03.2024
Anmeldung erforderlich

Alle Sportangebote gekennzeichnet mit (*) sind kostenpflichtig. Alle anderen Angebote des B3 sind kostenfrei

Einzelveranstaltungen

Repair Café

16.01.
20.02.
19.03.
Wir reparieren Ihre def. Haushaltskleingeräte ehrenamtlich

von 14:00 bis 16:00 Uhr
Nur mit Anmeldung!

Ausstellung „Wasser“

Unsere Jahreskampagne behandelt die Themen rund um „Rohstoffe und Ressourcen“. Wir freuen uns sehr über die Fotoausstellung zum Thema „Wasser“ durch Frau Graßhoff im ersten Quartal 2024!

Einzelaktionen

Hier finden Sie bald eine Liste unserer Aktionen im ersten Quartal

Nacht der Lichter 02.02.2024

Vorträge / Aktionen

Trennung und Scheidung

Energieberatung

Patientenverfügung

„Wenn Eltern pflegebedürftig werden“

Die Termine stehen noch nicht alle fest, daher melden Sie sich einfach bei uns unter 023142579960

+++ Jahreskampagne: Ressourcen +++