Seniorenbüro Aplerbeck

Was? Informationsstand rund um Tipps, Hinweise und Hilfsangebote im Umgang mit Hitze.

Wann? 12.06.2025 und 31.07.2025 von 10.00–12.00 Uhr

Wo? Wochenmarkt, Aplerbecker Marktplatz 21, 44287 Dortmund

Veranstaltet durch: Seniorenbüro Aplerbeck

Anmeldung: Nicht erforderlich

Seniorenbüro Brackel

Was? Informationsstand zum Thema „Umgang und Verhaltensweisen bei Hitze“ im Rahmen der Ehrenamtsbörse Wickede

Wann? 10.05.2025 von 11.00–13.00 Uhr

Wo? Levi-Cohen-Platz, Wickeder Hellweg 93–97, 44319 Dortmund

Veranstaltet durch: Seniorenbüro Brackel, Begegnung VorOrt Brackel

Anmeldung: Nicht erforderlich

Seniorenbüro Eving

Was? Vortrag von Frau Dr. Streich (Streich Apotheke) zum Thema: Hitze und Medikamente – So bleiben Sie im Sommer gesund.

Wann? 14.07.2025 um 14.00 Uhr

Wo? Stadtteilbibliothek Eving, August-Wagner-Platz 2–4, 44339 Dortmund

Veranstaltet durch: Seniorenbüro Eving in Kooperation mit der Streich Apotheke und der Stadtteilbibliothek Eving

Anmeldung: Tel. (0231) 50-2 96 60 oder per E-Mail: seniorenbuero.eving@dortmund.de

Seniorenbüro Hörde

Was? Informationsstand zum Thema Hitze auf dem „Markt der Möglichkeiten“.

Wann? 23.05.2025 von 9.00–13.00 Uhr

Wo? In der Fußgängerzone Hörde, Hermannstr., 44263 Dortmund

Veranstaltet durch: Seniorenbüro Hörde und Netzwerkpartner

Anmeldung: Nicht erforderlich

Seniorenbüro Hombruch

Was? Informationsveranstaltung zum Thema „Gesund im Sommer: So bleiben Medikamente auch bei Hitze wirksam“ mit Fr. Herzog von der Löwen-Apotheke. Im Anschluss ist Zeit für Fragen und einen gemeinsamen Austausch geplant.

Wo? Harkortsaal in der Bezirksverwaltungsstelle, Eingang Domänenstr. 1, 44225 Dortmund

Wann? 18.06.2025 von 17.00–18.30 Uhr

Veranstaltet durch: Seniorenbüro Hombruch in Kooperation mit der Löwen-Apotheke

Anmeldung: Bis zum 11.06.2025
Tel. (0231) 50-2 83 90 oder per E-Mail: seniorenbuero.hombruch@dortmund.de

Die Dortmunder Seniorenbüros bieten zahlreiche stadtteilbezogene Veranstaltungen zum Thema „Hitze“ in allen Dortmunder Stadtbezirken zur kostenfreien Teilnahme an. Eingeladen sind Senior*innen sowie alle weiteren interessierten Bürger*innen.

Informationen zum Thema Hitze und Gesundheit:

www.dortmund.de/hitze

https://www.dortmund.de/themen/senior-innen/seniorenbueros-in-dortmund/

Impressum
Herausgeberin: Sozialamt, Kleppingstr. 26, 44135 Dortmund
Redaktion: Julia Banach (inhaltlich), Martin Rutha (verantwortlich)
Illustrationen: Teelke Limbeck
Gestaltung, Satz und Produktion:
Stadt Dortmund, Marketing + Kommunikation – 04/2025
Der Umwelt zuliebe: Wir verwenden ausschließlich FSC/PEFC-zertifiziertes Papier, alkoholfreie Druckchemie & Druckfarben auf Pflanzenölbasis.

DER HITZEHELFER DORTMUND 2025

Tipps, Hinweise und Hilfsangebote im Umgang mit Hitze in Dortmund

SeniorenBüro

Stadt Dortmund

AWO · caritas · Diakonie Diakonisches Werk Dortmund und Lünen gGmbH · Deutsches Rotes Kreuz · PARITÄT · SHDO

Seniorenbüro Huckarde

Was? Himbeer-Rosmarin oder Zitrone-Minze? Bei einer Trinkpause laden wir Sie auf ein Glas erfrischend aromatisiertes Wasser ein.

Wir informieren zu Tipps und Tricks, damit Sie „cool“ durch den Sommer kommen. Zudem können Sie bei einem Wasser-Quiz Ihr Wissen auffrischen! Wer weiß, vielleicht gewinnen Sie sogar einen kleinen Hitzehelfer?

Wann? 12.06.2025 von 13.30–15.30 Uhr

Wo? Städtisches Begegnungszentrum Huckarde, Parsevalstrasse 170, 44369 Dortmund

Veranstaltet durch: Seniorenbüro Huckarde in Kooperation mit dem städtischen Begegnungszentrum Huckarde

Anmeldung: Nicht erforderlich

Seniorenbüro Innenstadt – Nord

Was? Trinkpause im „Grünen Zimmer“

Wann? 13.05.2025 von 10.00–15.00 Uhr

Wo? Vor der St. Joseph Kirche Dortmund (auf der Münsterstr./ Ecke Heroldstr.)

Veranstaltet durch: Seniorenbüro Innenstadt-Nord

Anmeldung: Nicht erforderlich

Seniorenbüro Innenstadt – Ost

Was? Sommer in der Stadt–Hitze, Wasser und mehr... Eingebettet in ein sommerlich leichtes Programm des Wilhelm-Hansmann-Hauses stellt das Seniorenbüro Innenstadt-Ost praktische Alltagshilfen für heiße Tage vor. Testen Sie leckere Variationen zur Verfeinerung von Leitungswasser und probieren Sie Rezeptideen für heiße Tage aus.

Wann? 26.08.2025 von 12.30–15.00 Uhr

Wo? Im Wilhelm-Hansmann-Haus, Märkische Str. 21, 44141 Dortmund, bei gutem Wetter draußen auf der Terrasse

Veranstaltet durch: Wilhelm-Hansmann-Haus in Kooperation mit dem Seniorenbüro Innenstadt-Ost

Anmeldung: Nicht erforderlich

Seniorenbüro Innenstadt – West

Was? Informationsstand zum Thema Hitze auf dem Wochenmarkt – Hansaplatz
Informationen und richtiges Verhalten in den Hitzeperioden

Trinkverhalten- Wie kann ich Trinkwasser durch Aufwertung mit Obst oder Kräutern schmackhaft machen?

Wo? Hansaplatz Wochenmarkt, 44135 Dortmund

Wann? 25.06.2025 von 09.00–13.00 Uhr

Veranstaltet durch: Seniorenbüro Innenstadt-West in Kooperation mit Begegnung VorOrt und dem Seniorenbeirat

Anmeldung: Nicht erforderlich

Was? Informationsstand zum Thema Hitze.

Informationen und richtiges Verhalten in den Hitzeperioden, besonders für Senioren

Trinkverhalten – Wie kann ich Trinkwasser durch Aufwertung mit Obst oder Kräutern schmackhaft machen?

Wo? Wilhelmsplatz in Dorstfeld, Wittener Str., 44149 Dortmund

Wann? 18.07.2025 von 09.00–13.00 Uhr

Veranstaltet durch: Seniorenbüro Innenstadt-West in Kooperation mit Begegnung VorOrt und dem Seniorenbeirat

Anmeldung: Nicht erforderlich

Seniorenbüro Lütgendortmund

Was? Gemeinsam leben im Stadtbezirk Lütgendortmund

Zahlreiche Netzwerkpartner aus den Bereichen Pflege, Betreuung, Gesundheit, Mobilität, Bildung und Freizeitgestaltung für die Generation 50+ präsentieren sich bei einem Markt der Möglichkeiten. Das Seniorenbüro stellt sich vor, informiert über Verhaltenstipps im Umgang mit Hitze und hat „Hitzehelfer im Gepäck“.

Wann? 05.07.2025 09.00–12.30 Uhr

Wo? Heinrich–Sondermann–Platz, 44388 Dortmund

Veranstaltet durch: NetzWerkSenioren

Anmeldung: Nicht erforderlich

Seniorenbüro Mengede

Was? Gut gewappnet gegen Hitze! An einem Informationsstand des Seniorenbüros laden wir ein zum thematischen Austausch.

Wann? 17.05.2025 von 10.00–12.00 Uhr

Wo? Amtshauspark Mengede, Strünkedestr. 8, 44359 Dortmund

Veranstaltet durch: Das Angebot ist eingebettet in eine Veranstaltung des Vereins zur Förderung von Kunst und Kultur Mengede e.V., die zu dem Zeitpunkt im Amtshauspark stattfinden wird.

Anmeldung: Nicht erforderlich

Seniorenbüro Scharnhorst

Was? Informationsstand „Hitze“.

Wann? 15.05.2025 ab 09.00 Uhr

Wo? Auf dem Marktplatz Scharnhorst, 44328 Dortmund

Veranstaltet durch: Seniorenbüro Scharnhorst

Anmeldung: Nicht erforderlich

Was? Aktion „Müssen wir mehr trinken?“ – Hitze darf nicht krank machen

Infos rund um das Thema Hitze und „coole“ Getränke.

Wann? 02.07.2025 ab 14.00 Uhr

Wo? Städtisches Begegnungszentrum Scharnhorst, Gleiwitzstr. 277, 44328 Dortmund

Veranstaltet durch: Seniorenbüro Scharnhorst und Begegnungszentrum Scharnhorst

Anmeldung: Persönlich im Seniorenbüro, Tel. (0231) 50- 2 96 80 oder per E-Mail: seniorenbuero.scharnhorst@dortmund.de