



Ausgabe
2017

Netzwerk der Generationen · Arbeitsgemeinschaft Dümpten

Wegweiser für Dümptener Seniorinnen und Senioren

Arbeitsgemeinschaft Dümpten
Mail: netzwerk-duempten@email.de

Gefördert durch:



→ Mein Hausarzt Tel.: _____

→ Mein Zahnarzt Tel.: _____

→ Mein Nachbar Tel.: _____

→ Mein Taxi Tel.: _____

→ Mein Pflegedienst Tel.: _____

Inhaltsverzeichnis

Netzwerk der Generationen AG Dümpten	4
Wichtige Telefonnummern	6–10
Kirchengemeinden	10–15
Dümptener Vereine	15–16
Sport Vereine	17–18
Büchereien / Nachbarschaftshilfe	18
Beratung & Pflege	19–20
Kultur & Service	21–23
Hilfreiche Broschüren	24

Impressum

Herausgeber:

Netzwerk der Generationen –
AG Dümpten

Mitarbeiter der Redaktion:

Volker Johannsen
Holger Förster

Gestaltung und Satz:

Mülheimer Stadtmarketing
und Tourismus GmbH (MST)

Druck:

Stadtdruckerei

Stand: 2017

Aktivitäten des Netzwerkes der Generationen – AG Dümpten

Netzwerktreffen

jeden 2. Dienstag im Monat von 16 bis 17.30 Uhr im
„Haus Auf dem Bruch“, Auf dem Bruch 70

Organisation der Bürgerlotsen von Dümpten

Spaziergehgruppe

1. Dienstag im Monat um 15 Uhr

Treffpunkt ist an der Endhaltestelle „Oberdümpten“

3. Dienstag im Monat um 11 Uhr

Treffpunkt Haltestelle „Friedhof Dümpten“

Kalendertreff für aktive Seniorinnen und Senioren

Eine jahreszeitliche Veranstaltung in der Stadtteilbibliothek
Informationen: Diana Hellmuth, Tel.: 455 4293

Herausgeber des Wegweiser für Dümptener Seniorerinnen und Senioren

Aktion „Dümpten grüßt“

Finden Sie dieses Engagement interessant?

Könnten Sie sich vorstellen dort mitzuwirken?

Dann machen Sie mit!

Melden Sie sich beim Netzwerkkordinator für Dümpten,
Holger Förster, Tel.: 455 5059.

Dümtener Bürgerlotsen in den Servicepunkten

Welche Aufgaben haben die Bürgerlotsen?

Bürgerlotsen sind ehrenamtlich tätige Dümtener, die sich Ihre Fragen rund um die Themen Alter, Gesundheit und Wohlbefinden anhören und mit Ihnen gemeinsam überlegen, was zu tun ist.

Wo finde ich die Bürgerlotsen?

Die Bürgerlotsen erreichen Sie jeden 2. Dienstag im Monat von 10 bis 12 Uhr im alten Bürgermeisteramt auf der Mellinghofer Straße 275 und am 4. Dienstag im Monat von 10 bis 12 Uhr im Gemeindehaus der Evangelischen Lukaskirchengemeinde auf der Oberheidstraße 231.



Bürgermeisteramt



Gemeindehaus

Polizei Tel.: 110

Feuerwehr (Rettungswagen) Tel.: 112

Apotheken-Notdienst kostenlos Tel.: 0800 / 002 28 33
Apotheken-Notdienst vom Handy Tel.: 22833

Ärzte-Notdienst Bundesweit Tel.: 116 117
Zahnärztlicher Notdienst Tel.: 0180 5986700

Evangelisches Krankenhaus Mülheim an der Ruhr Tel.: 30 90
St. Marien-Hospital Mülheim an der Ruhr Tel.: 30 50

Notfall-Praxis St. Marien-Hospital

Kaiserstraße 50

Montag, Dienstag und Donnerstag: 19 bis 22 Uhr

Mittwoch und Freitag: 14 bis 22 Uhr

Samstag, Sonntag und Feiertage: 9 bis 22 Uhr

Ambulatorium Suchtkrankenhilfe Tel.: 300 32 23

Mülheimer Kontakte e.V. –

Verein für sozial-psychiatrische Hilfe

Geschäftsstelle Beutherstraße 9

Tel.: 75 72 41

Regine Braun

Tel.: 40 93 40 20

Gehörlosen-Telefon Stadt Mülheim an der Ruhr Tel.: 455 37 09
Gehörlosen-Notfallfax Fax: 47 21 78
Gehörlosenseelsorge Kirchenkreis Ruhr Fax: 0208 / 75 62 35 oder
Fax: 0201 / 70 14 24

Bezirksvertretung 2/Rechtsruhr-Nord

Heinz-Werner Czechatka-Simon

Tel.: 40 05 11

www.muelheim-ruhr.de

Facharzttermin

Tel.: 0211 / 59 70 89 90

Operationstermin/Zweitmeinung

Tel.: 0800 / 222 22 07

Mülheimer Verkehrs-Gesellschaft (MVG)

MVG-Begleitservice

Tel.: 451 14 51

Tel.: 451 11 33

www.mhvg.de

Fundbüro

Tel.: 455 31 85

Am Rathaus 1, Zimmer B.321

Montag, Dienstag und Freitag: 8 bis 12.30 Uhr

Donnerstag: 14 bis 17 Uhr

Fahrplan-Auskunft Deutsche Bahn AG

Tel.: 0800 / 150 70 90

www.bahn.de

Publicar, Radstation

Tel.: 84 85 70

Frauenhaus

Tel.: 99 70 86

Verein Hilfe für Frauen e.V.

Tel.: 39 01 39

Hans-Böckler-Platz 9

Beratungsstelle zur Bewältigung von Alltagsproblemen

Patienteninformation der Kassenärztlichen Vereinigung Nordrhein (gebührenfrei)

Tel.: 0800 / 622 44 88

AWO-Schuldnerberatung

Tel.: 43 96 93 10

Bürgeragentur

Schollenstraße 2

Montag bis Donnerstag: 8 bis 17 Uhr

Freitag: 8 bis 15 Uhr

Tel.: 455 16 44

Stadt Mülheim an der Ruhr

Am Rathaus 1

www.muelheim-ruhr.de

Tel.: 455 0

Bürgeramt Stadt Mülheim an der Ruhr

Löhstraße 22–26

Öffnungszeiten:

Montag: 8 bis 13 Uhr (mit Termin: 14.30 bis 16 Uhr)

Dienstag: 8 bis 13 Uhr (mit Termin: 14.30 bis 18 Uhr)

Mittwoch: 8 bis 13 Uhr

Donnerstag: 8 bis 13 Uhr (mit Termin: 14.30 bis 18 Uhr)

Freitag: 8 bis 12 Uhr

Tel.: 455 0

Stadt Mülheim an der Ruhr in Dümpten

Sozialamt, Mellinghofer Straße 275

Jugendhilfe

Senioren- und Wohnberatung

Holger Förster

Tel.: 455 51 78

Tel.: 455 50 59

Stadtteilkonferenz Dümpten

Schwerpunkt Kinder und Jugendliche

4 Mal im Jahr donnerstags: 17 Uhr, wechselnde Orte

Minka Gerent

Tel.: 455 45 03

Gesundheitstelefon Stadt Mülheim an der Ruhr

Tel.: 455 53 60

„Echo Mülheim“

Hörzeitung für Blinde und Sehbehinderte

Tel.: 455 42 88

Redaktion der Seniorenzeitung „Alt? Na und“

Tel.: 455 43 57

Seniorenbeirat Stadt Mülheim an der Ruhr

Tel.: 455 50 05

Integrationsrat Stadt Mülheim an der Ruhr

Menschen aus 130 Nationen leben in Mülheim an der Ruhr.

Shop and Go

Der zuverlässige Heimlieferservice in Mülheim an der Ruhr
Wir bringen Ihren Einkauf preiswert nach Hause.
In Dümpten trifft das für beide EDEKA-Läden zu!

Tel.: 848 57 23

Verbraucherberatung

Leineweberstraße 54

Tel.: 320 25

CBE – Zentrum für bürgerschaftliches Engagement

Wallstraße 7 – Infos rund ums Ehrenamt –

Tel.: 97 06 80

Öffnungszeiten:

Montag bis Mittwoch: 10 bis 13 Uhr, Mittwoch: 14 bis 17 Uhr
Donnerstag: 10 bis 16 Uhr

www.cbe-mh.de

Schiedsmann – Bezirk 6 = Dümpten

Barbarastraße 6

Klaus Heuser

Tel.: 47 55 18

Sicher leben in Mülheim!

Verdächtige Beobachtungen? Wähle 110!
Kriminalpolizeiliche Beratungsstelle

Tel.: 0201 / 82 94 44

Polizeiwache Dümpten

Tel.: 751 04 01

Mellinghofer Straße 242

Bürgersprechstunde: Montag bis Freitag: 9 bis 11 Uhr

Polizeiinspektion Mülheim an der Ruhr
(Zentrale Essen/Mülheim)

Tel.: 0208 / 30 10 und
0201 / 82 90

Johanniter Unfallhilfe

Tel.: 74 07 40

Denkhauser Höfe 44

Med. Transportdienst • Haus-Notruf-Dienst • Katastrophenschutz •

Ausbildung • Krankentransport • Rettungsdienst • Menüservice

Zentraler Sperrnotruf für EC-und Kreditkarten

Tel.: 116 116

Telefonseelsorge evangelisch

Tel.: 0800 / 111 01 11

Telefonseelsorge katholisch

Tel.: 0800 / 111 02 22

Anrufe sind kostenfrei!

Die Telefonnummer des Anrufenden wird nicht angezeigt.

Evangelische Lukaskirchengemeinde Mülheim an der Ruhr – Bezirk Dümpten

Pfarrerin Gundula Zühlke

Tel.: 713 95

Pfarrerin Esther Kocherscheidt

Tel.: 715 11

Evangelische Kirche Oberheidstraße 229

Gottesdienst – jeden Sonntag um 11 Uhr

Anschließend Kirchencafé im Gemeindehaus

Offene Kirche Oberheidstraße 229

Montag: 10.30 bis 12 Uhr

Mittwoch: 16 bis 18 Uhr

Freitag: 15 bis 17 Uhr

Gemeindehaus Oberheidstraße 231

Bibel getantzt

Leitung: Sigrid Lemke

Tel.: 75 34 16

Frauenhilfe

Leitung: Helga Severin

Tel.: 75 24 47

Frauen-Nachmittagskreis

Leitung: Marlene Schimmann

Tel.: 731 31

Frauenkreis Helenenstraße

Leitung: Isolde Volkenborn

Tel.: 75 23 15

Aktiv sein 55+

Leitung: Gerda Klasmeier

Tel.: 75 83 91

Frauenkreis am Donnerstag

Leitung: Pfarrerin Esther Kocherscheidt

Tel.: 715 11

Die Donnerstagsfrauen

Leitung: Silke Hüßelmann

Tel.: 75 93 76

Trauerbegleitung

Pfarrerin Esther Kocherscheidt

Tel.: 715 11

Seniorenfreizeiten

Pfarrerin Gundula Zühlke

Tel.: 713 95

Anonyme Alkoholiker

Jeden Montag 19.30 Uhr

Tel.: 0157 / 38 52 72 11

Handarbeitsgruppe

Leitung: Nora-Elfie Pollex

Tel.: 75 23 23

Infos für unsere ausländischen Mitbewohner

Gottesdienst der evangelisch-italienischen Gemeinde im
Gemeindehaus an der Oberheidstraße 231

Tel.: 720 19

Markuskirchengemeinde Bezirk Papenbusch

Gemeindezentrum Springweg

Springweg 10

Pfarrerin Petra Jäger

Gottesdienst: jeden Sonntag um 11 Uhr

Tel.: 703 36

Seniorenfreizeit Bad Driburg

Leitung: Helga Kребber

Tel.: 725 95

Offene Markuskirche

Jeden Dienstag 11 bis 12 Uhr
(außer in den Ferien)

Hilfe und Pflege im Alltag

Karin Degen

Gemeindehaus Springweg 10

Tel.: 0152 / 34 27 18 53

Tel.: 75 96 98

Seniorenkreis

Pfarrerin Petra Jäger

Tel.: 703 36

Skatrunde

Pfarrerin Petra Jäger

Tel.: 703 36

Kleine Bastelrunde

Leitung: Christel Fengler

Tel.: 702 34

Frauengesprächskreis

Leitung: Hildegard Schmidt

Tel.: 49 02 29

Suchtihilfegruppe Alkohol

Leitung: Horst

Tel.: 76 09 51

Frauenhilfe

Leitung: Helga Kребber

Tel.: 725 95

Pfarrerin Petra Jäger

Tel.: 703 36

Gedächtnistraining

Leitung: Sabine Dams

Tel.: 401 03 21

Frauenkreis ab 55 Jahre

Leitung: Pfarrerin Petra Jäger

Tel.: 703 36

Männerkreis

Pfarrerin Petra Jäger

Tel.: 703 36

Trauergesprächskreis

Leitung: Karin Degen

Tel.: 0152 / 34 27 18 53

Caféhaus Papenbusch für Senioren ab 70

Leitung: Ursel Meßmann / Karla Riemenschneider

Tel.: 708 54

Veeh-Harfen Kurse

Leitung: Renate Lindemann / Heike Wilde

Tel.: 0152 / 09 84 78 77

Kath. Kirchengemeinde St. Barbara

Schildberg 84 und Pfarrheim, Schildberg 93

Pfarrer Manfred von Schwartzenberg

Tel.: 713 13

KFD-Tanzkreis

Leitung: Anneliese Kemper

Tel.: 87 87 47

KFD-Gruppe Vergissmeinnicht

Treff für Frauen ab 70 Jahre

Leitung: Helga Gerhards

Tel.: 87 07 38

KFD-Gruppe Treff für Frauen ab 60 Jahre

Leitung: Christel Wentzel

Tel.: 87 07 79

Senioren-Rosenkranz:

Dienstag: 15 Uhr in der Kirche

Seniorengymnastik

im 14-tägigen Wechsel

Leitung: Ursel Schuhmacher

Tel.: 75 18 36

Kaffeetrinken

im 14-tägigen Wechsel Programm + Spiele

Leitung: Max Braun

Tel.: 872 730

Auferstehungskirche Hl. Kreuz

Tiegelstraße 100

Die Auferstehungskirche mit der integrierten Urnen-Beisetzungsstätte ist das Herzstück des pastoralen Trauerzentrums.

Ruth Borgwardt

Tel.: 969 19 19

Mobil: 0177 / 525 48 42

Sprechstunde vor Ort:

Montag 10 bis 12 Uhr in der Kirche

Jeden Sonntag um 19 Uhr Heilige Messe der Stadt Mülheim an der Ruhr zum Gedächtnis der Verstorbenen der vergangenen Woche.

Jeden Freitag um 15 Uhr Andacht zur Sterbestunde des Herrn für die Anliegen unserer Zeit.

Evangelische Freikirchliche Gemeinde

Schöltges Hof 25 a

Beate Röttger

Tel.: 757 77 37

Gottesdienst: Jeden Sonntag um 10.30 Uhr

Kirchencafé

Jeden ersten Donnerstag im Monat von 14 bis 17.30 Uhr

Seniorenkreis

Zweimal im Monat am Mittwoch von 16 bis 18 Uhr

Kreuzbundgruppe Mülheim-Dümpten

Selbsthilfe- und Helfergemeinschaft für Suchtkranke und

Angehörige, Mittwoch 18.30 Uhr

Gemeindehaus St. Barbara, Schildberg 93

Leitung: Ulla Schwarz

Tel.: 91 10 68 16

Seniorenclub Dümpten e.V. – gegründet 1968

Frintroper Straße 7 a

Vorsitzende: Ulla Scholten

Tel.: 75 43 33

Die Begegnungsstätte ist von Montag bis Samstag von 14 bis 18 Uhr geöffnet.

Computerkurse

Für die Generation 55+

Sitzgymnastik

Montag: 12 bis 13 Uhr

BINGO

Mittwoch (alle 14 Tage): ab 14.30 Uhr

Frühstück

Freitag: 9 Uhr

Sozialverband VdK Deutschland – Ortsverband Dümpfen

Stammtisch: Klaus Petershofer

Tel.: 713 01

Jeden 1. Dienstag im Monat um 16 Uhr

„Haus Dümpfen“, Auf dem Bruch 121

Dümtener Bürgerverein e.V.

Vorsitzender: Bernd Lüllau

Tel.: 750 823

Wandergruppe: Fritz Frings

Tel.: 715 10

Bürgerstammtisch im „Dümtener Treff“

Nikolaus-Ehlen-Straße 20

Termine entnehmen Sie bitte der Tagespresse

www.duemptener-buergerverein.de

Verkehrssicherheitsberatung für ältere, aktive Verkehrsteilnehmer

Ansprechpartnerin bis August 2017:

Frau Gutler

Tel.: 0201 / 829 41 32

Ansprechpartner Polizeipräsidium Essen:

Michael Seth

Tel.: 0201 / 829 41 31

Wilhelm Aufmhof

Tel.: 0201 / 829 41 33

Dümpfener Turnverein 1885 e.V (DTV)

Tel.: 751 05 60

Nikolaus-Ehlen-Straße 20

Walking ab 60, Gym & mehr, Fit werden –
Fit bleiben, Seniorengymnastik, Rücken aktiv,
Stuhlgymnastik, Frauengymnastik

Clubhaus Schildberg 41

Tel.: 299 85 45

Senioren-Yoga, Fahrradwandern, Jedermann-Turnen

www.dtv1885.de

DJK Tura 05 Dümpten e.V.

Magdalenenstraße 4a

Montag bis Freitag: 18 bis 21 Uhr

Christel Schittek

Tel.: 0157 / 79 75 05 94

Rückengymnastik für Männer und Frauen

Montag: 19 bis 20 Uhr

Leitung: Norbert Saxe

Tel.: 467 81 54

Frauengymnastik

Dienstag: 20 bis 21 Uhr

Leitung: Helga Stoffel

Tel.: 86 58 29

Walking-Gruppe

Donnerstag: 9 Uhr

Leitung: Rosi Gerber

Tel.: 700 12

Fitnessgymnastik für Frauen und Männer

Donnerstag: 19 bis 20 Uhr

Leitung: Karin Reimers

Tel.: 75 89 26

Tennis-Mannschaft Ü50

Günther Briem

Tel.: 724 74

www.turao5.de

TV Einigkeit o6 Mülheim-Dümpten e.V.

Tel.: 75 89 46

Wenderfeld 74

Wirbelsäulengymnastik, Pluspunkt Gesundheit –

Sitzgymnastik für Senioren

www.tv-einigkeit-o6.de

Bücherei in der Gustav-Heinemann-Gesamtschule

Boverstraße 150

Leitung: Diana Hellmuth

Tel.: 455 41 95

Öffnungszeiten:

Montag: geschlossen

Dienstag und Freitag: 10 bis 13 Uhr und 14 bis 18.30 Uhr

Mittwoch: 10 bis 13 Uhr

Donnerstag: 14 bis 18.30 Uhr

Samstag: 10 bis 13 Uhr

St. Barbara Bücherei

Pfarrheim, Schildberg 93

Öffnungszeiten:

Mittwoch: 16 bis 19 Uhr

Freitag: 15.30 bis 16.30 Uhr

Sonntag: 11 bis 13 Uhr

Mülheimer Nachbarschaft e.V.

Tel.: 69 61 22 61

Friedrich-Ebert-Straße 6

Der Mülheimer Nachbarschaftsverein unterstützt das
Netzwerk der Generationen – AG Dümpten.

Pflegestützpunkte

Sozialamt Mülheim an der Ruhr

Bülowstraße 104 – 110

Wolfgang Wenner

Tel.: 455 35 15

AOK Rheinland

Friedrich-Ebert-Straße 65

Montag und Donnerstag: 8 bis 16 Uhr

Winfried Markowsky

Tel.: 0201 / 201 13 94

Senioren-und Wohnberatung

Stadt Mülheim an der Ruhr

Mellinghofer Straße 275, Zimmer 6a

Holger Förster

Tel.: 455 50 59

Öffnungszeiten:

Montag bis Donnerstag: 8 bis 12.30 Uhr

oder nach Terminabsprache

Pflege zu Hause – Ihr individueller Pflegedienst

Andrea & Martin Behmenburg

Tel.: 49 30 66

Brunshofstraße 6–8

Rund um die Uhr erreichbar!

Pflege-Beratungssprechstunde in Dümpten: „Pflege zu Hause“

Apotheke am Kirchplatz

Auf dem Bruch 106

Jeden Mittwoch: 11 bis 13 Uhr

Tel.: 729 33

Ambulanter Pflegedienst Vital

Gesundheits- und Krankenpflege Vital GmbH

Mellinghofer Straße 256

24 Stunden erreichbar

Pflege • Kostenlose Beratung • Betreuung •

Hauswirtschaft • Verordnete Behandlung

Kostenlose Pflegeberatung:

Denkhauser Höfe 128

Aktienstraße 259

www.krankenpflege-vital.de

Tel.: 38 68 47 44

Tel.: 38 68 47 45

Tel.: 38 68 47 45

Mike's Seniorendienst

Helenenstraße 33

Seniorenwohngemeinschaft „Haus Noah“

Seniorenservice • Hauswirtschaft

Pflegedienst ab Mai 2017

Tel.: 94 13 99 45

Mülheimer Senioreneinrichtungen

Pflegezentrum „Haus Auf dem Bruch“ und

Café für Jung und Alt

Auf dem Bruch 70

Leitung: Mira Neuhaus

Tel.: 308 14 00

Tel.: 308 14 81

Betreute Wohngemeinschaften in Dümpten für Menschen mit Demenz

Die Pflegepartner GmbH
Ruhrwerkstatt

Tel.: 44 99 97
Tel.: 85 75 68

Betreuung Schwerstkranker und Sterbender

Ambulantes Hospiz
Stationäres Hospiz

Tel.: 30 44 86 80
Tel.: 309 20 19
oder Mobil: 0160 / 786 88 45

Kulturloge Ruhr

Die Kulturloge vermittelt kostenfrei Plätze für kulturelle Veranstaltungen in Mülheim und Umgebung. Viele Veranstalter stellen nicht verkaufte Tickets für Menschen mit wenig Geld zur Verfügung: für Inhaber des Mülheim-Pass, SeniorInnen mit Grundsicherung, Menschen, die von der Tafel unterstützt werden.

Die Kulturloge Mülheim ist montags und freitags von 15 bis 17 Uhr im MedienHaus, Synagogenplatz, zu erreichen, dort können dann Anmeldungen getätigt werden und Veranstaltungen ausgesucht werden.

Herzlich willkommen!

Senioren-Kultur-Bus

Nähere Informationen und Programm
Diakoniewerk Arbeit & Kultur:
Nathalie Jacobi-Wiechert

Tel.: 459 53 15

Diakonisches Werk Arbeit & Kultur

Tel.: 459 53 13

Georgstraße 28

Verkauf Möbel • Hausrat • Bekleidung • Wohnungsaufösungen

Montag bis Freitag: 8 bis 18.30 Uhr, Samstag: 10 bis 16 Uhr

www.diakoniewerk-muelheim.de

Mülheimer Tafel

Georgstraße 28

Montag bis Freitag: 10.30 Uhr und um 12.30 Uhr

Das Heinzelerwerk

Diakonisches Werk

Tel.: 300 32 77

Hagdorn 1a

Die Heinzelerwerker erbringen einfache, handwerkliche Arbeiten für Menschen, die bedürftig sind und/oder aufgrund ihrer Lebenssituation (Alter, Behinderung o.ä.) zu solchen Arbeiten nicht selbst in der Lage sind.

www.heinzelerwerk-mh.de

Nah&Fair®

ist der Name einer bürgerorientierten Kooperationsgemeinschaft von über 30 Betrieben in Mülheim an der Ruhr, deren Inhaber/innen und Geschäftsführer/innen sich dazu verpflichten, ihre Leistungen nach besonderen Qualitätskriterien der Verbraucherzentrale NRW für haushaltsnahe Dienstleistungen auszurichten. Die Angebote reichen von Hilfen in Haus und Garten über Betreuungsdienste für Menschen mit Unterstützungsbedarf bis zu Angeboten von Handwerksbetrieben.

Weitere Informationen unter:

Jörg Marx

Tel.: 455 50 12

Anke.Klein@muelheim-ruhr.de

www.nahundfair-mh.de

**Alltagshilfe und Betreuung von Demenzerkrankten,
Beratung und Entlastung für Angehörige**

Sabine Dams

Tel.: 307 44 42

Mobil: 0157 / 76024015

Abrechnung mit den Pflegekassen möglich

PIA-Staddienste gGmbH

Tel.: 848 57 27

Alltagsassistenz für InhaberInnen des Mülheim-Pass

Ein Angebot für ältere Menschen,

Begleitung im Alltag und Freizeit

Vorstand der Türkischen Gemeinde Rhein Ruhr e.V.

Mustafa Okur

Tel.: 47 56 56

Mobil: 0172 / 424 28 24

Zeitzeugenbörse

Brigitte Reuß

Tel.: 412 8956

Lila Feen

Hilfe der Diakonie für berufstätige Alleinerziehende

Tel.: 3003 277

Senioren-Denksport

Anke Lindau

Tel.: 757 72 12

Diese Broschüren helfen Ihnen auch weiter:

Königreich Dümpten, Einkaufen in Dümpten (WIK)

www.wik-duempten.de

Familie in Mülheim an der Ruhr

Ein Kompass für Jung und Alt (Mülheimer Bündnis für Familie)

Informiert, Aktiv und Versorgt

Wegweiser nicht nur für die ältere Generation

(Stadt Mülheim an der Ruhr, Sozialamt)

Frauen in Mülheim Tipps und Adressen

(Gleichstellungsstelle)

Selbsthilfe-Wegweiser Mülheim an der Ruhr

(Paritätische Selbsthilfe Kontaktstelle)

www.selbsthilfenetz.de

Wer hilft wem?

Bundesweiter Wegweiser im Sozial- und Behindertenbereich

Bürgerinfo – Das Innenleben einer Kommune

(Rat, Verwaltung und Bürgerservice der Stadt Mülheim an der Ruhr)

Erinnerung bewahren

Die Städtischen Friedhöfe in Mülheim an der Ruhr – Informationen,

Standorte, Geschichte und Adressen

Alles über Mülheim an der Ruhr

Adressbuch 2017

www.informiert.de

Mülheim Mobil

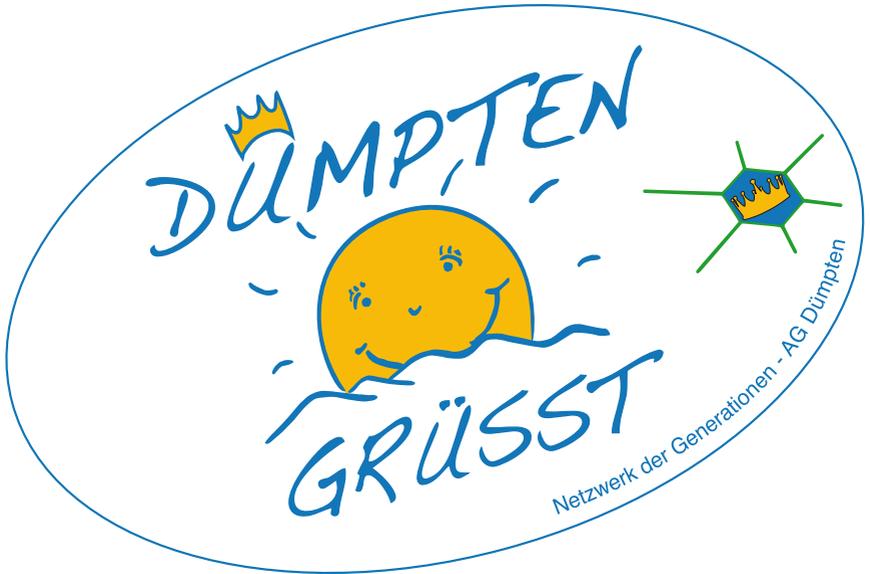
Wie, wohin und womit ... in Mülheim an der Ruhr

Diese Broschüren finden Sie in unseren Servicepunkten Dümpten, aber auch an anderen zentralen Stellen in unserer Stadt, wie z.B. Bürgeragentur, Touristinfo oder im MedienHaus.

„Dümpten grüßt“

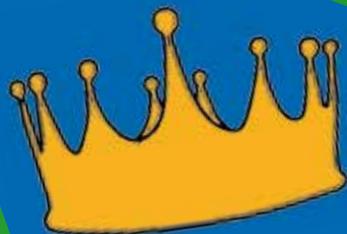
Wir nehmen uns vor, ab sofort jeden Menschen, dem wir auf unseren täglichen Gängen durch den Stadtteil begegnen, freundlich zu grüßen. So soll diese in Vergessenheit geratene Tugend neu belebt werden und unseren Mitmenschen ein Gefühl von Nachbarschaft geben.

Machen Sie auch mit! „Dümpten grüßt“ geht auf die Initiative einer Dümptener Bürgerin zurück, die diese Idee nun mit Unterstützung des „Netzwerkes der Generationen“ umsetzt.



NETZWERK DER GENERATIONEN

**Arbeitsgemeinschaft
Dümpten**



WIR TREFFEN UNS

**jeden 2. Dienstag im Monat
von 16.00 bis 17.30 Uhr
im „Haus Auf dem Bruch“
Auf dem Bruch 70**

Wann besuchen Sie uns mal?
Wir freuen uns auf Sie!
Herzlich willkommen!

GEFÖRDERT DURCH



**Mülheim
an der Ruhr**
Stadt am Fluss

www.muelheim-ruhr.de