

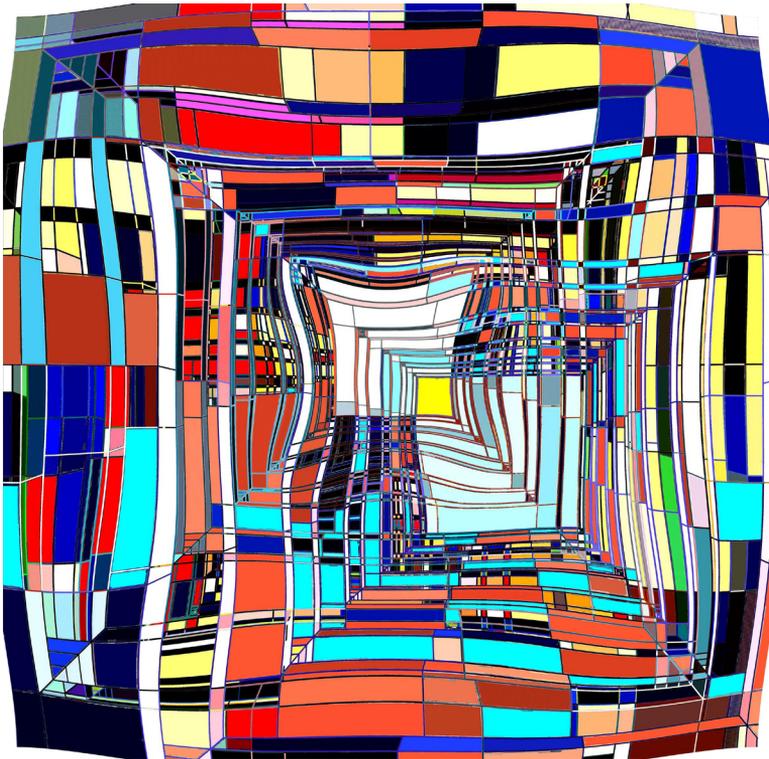
Nachbarschaftstreff

im Althoffblock

Das Althoffblättchen

Sommer 2023 | 97. Ausgabe

Eine Veröffentlichung der Redaktionsgruppe vom Nachbarschaftstreff im Althoffblock



Ein Kooperationsprojekt der Caritas Dortmund und der Spar- und Bauverein eG

SPARBAU *seit 1893*
Spar- und Bauverein eG Dortmund

 **SPARBAU** *Stiftung*
Helfen. Fördern. Unterstützen.



Respekt - der Ton macht die Musik...



Haben wir den Respekt vor unseren Mitmenschen verloren?

Manche mögen denken: „Höflichkeit ist eine Zier, doch weiter kommt man ohne ihr.“

Wie wohltuend ist es, Menschen mit Respekt, Empathie und Freundlichkeit auf Augenhöhe zu begegnen oder einfach mal „danke“ zu sagen.

Ich möchte mich bei allen bedanken, die auch jetzt noch nach Corona respektvoll und verantwortungsvoll miteinander umgehen.

Wir wünschen allen einen herrlichen Sommer mit vielen freundlichen Begegnungen und schönen Momenten,

Ute Bohnet für das Redaktionsteam

Unsere Sammelaktionen

Wir danken Ihnen, dass Sie sich sehr an unseren Sammelaktionen von Kron- und Weinkorken, Briefmarken für Bethel, alten Brillen und Hörgeräten, Kerzenreste, leeren Teelichthüllen sowie alten Handys und Handyzubehör beteiligen.



Und wir danken „Stacy“. Seit Beginn der Corona-Pandemie sammelt sie Kronkorken, um die Umwelt zu schützen und um an der frischen Luft zu sein. Seit Mai 2020 hat sie ungefähr 3.000 kg, das sind 1,5 Mio. Kronkorken, gesammelt. Diese bringt sie mit ihrem „Hackenporsche“ in einem großen Seesack mit der S-Bahn nach Unna-Königsborn zu einem Schrotthändler. Dort werden die Kronkorken gewogen und in einem gesonderten Container gesammelt. Seit Ende letzten Jahres transportiert „Stacy“ auch die bei uns im Nachbarschaftstreff gesammelten Kronkorken; das sind monatlich zwischen 30 und 40 kg. Der Erlös von 150 € für eine Tonne Weißblech geht übrigens an den Ambulanten Kinder- und Jugendhospizdienst in Unna.

Gerlind Domnick

Lachyoga

im Nachbarschaftstreff

Der Einladung zum ersten Workshop „Lachyoga am Samstagvormittag“ sind im April 2023 elf Frauen aus dem Althoffblock gefolgt.

Wir hatten viel Freude und sind tief in das Thema „Lachyoga“ mit seinen Wirkungen eingestiegen.

Lachyoga ist eine Methode, die das grundlose Lachen trainiert. Es hat viele gesundheitliche Vorteile und kann u. a. dabei unterstützen, den Blutdruck zu senken und das Immunsystem zu stärken. Die Atemwege werden gereinigt, so dass tiefes, heilsames Atmen ermöglicht wird.

Spielerisches Tun dient dazu, die Stimmung zu heben und ein freundvolles Miteinander zu unterstützen.

Die Arbeit als Lachyoga-Lehrerin praktiziere ich seit über sechs Jahren mit viel Freude und Überzeugung.

Ich bedanke mich, dass ich Lachyoga im Nachbarschaftstreff vorstellen durfte und freue mich dort auf weitere lachende Begegnungen.

Der nächste Lachyoga-Workshop findet statt am Samstag, 10.06.2023, 11.00 – ca. 13.00 Uhr. Anmeldungen bitte im Büro!

Sabine Gebhardt



Impressum

Herausgeber:

Nachbarschaftstreff im Althoffblock, Steubenstr. 16/Eingang Neuer Graben, 44137 Dortmund
Redaktionsgruppe: Ute Bohnet, Gerlind Domnick, Uta Jankowski, Heike Jordan, Elke Landeskreiner, Ilse Mittendorf

Tel.: 0231/721 49 70 | Fax: 0231/533 08 77 | E-Mail: nachbarschaftstreff@caritas-dortmund.de
www.nachbarschaftstreff-althoffblock.de | Bürozeiten: Mo bis Fr: 9-13 Uhr sowie nach Vereinbarung

Fotos: Werner Bedorf, Sabine Gebhardt, Heike Jordan, Dieter Schütze, Patrick Temme, stock.adobe.com/Fahkamram (S. 8),

Gestaltung und Layout: Spar- und Bauverein eG

Nächste Ausgabe: September 2023; Auflage: 2.500 Exemplare

Druck: Scholz-Druck, Dortmund

Unsere Innenhöfe –

Ein Blick hinter die Kulissen



Ich möchte Ihnen meinen Innenhof vorstellen. Alle kennen ihn eigentlich, aber darüber erzähle ich dann etwas später. Wenn Männer, Frauen und vor allen Dingen Kinder durch die Hoftüren gehen, haben alle die Möglichkeit, diesen großzügigen Raum zu genießen und sich zu bewegen oder auch nicht. Auf dem gepflasterten Außenkreis sehe ich plaudernde Nachbarn, Kinderwagen schiebende Väter und Mütter sowie die (ersten) Gehversuche der Kleinen und Großen, die das Laufen üben, wie auch ich. Daneben auf der Wiese sind Tautreten und Barfußlaufen angesagt. Der weichere Bereich im Innenkreis ist für Jogging geeignet. Bei einem Spaziergang im Frühjahr entdeckt man an einer Stelle einen großen Flecken gelber Blumen. Schlüsselblumen? Die lila Veilchen strahlen uns an. Die Buschwindröschen schauen einen durch mit Efeu bedeckten Boden an. Na gut, die 60 Osterglocken sind verblüht, aber die Akelei kommt. Vor den blühenden Obstbäumen in der Stadtstraße wächst Bärlauch. Auf unserer großen Wiese sind dann Sonnenbaden angesagt oder auch Ballspiele. Ein Kaffeeplätzchen auf der Bierzeltgarnitur im Schatten bietet sich an.

Sie fragen sich bestimmt, woher Sie den Hof kennen sollten? Vor Corona gab es Hof-Flohmärkte. Als Sparbau 125 Jahre alt wurde, gab es ein Mitbring-Picknick von Nachbarn für Nachbarn. Und im Sommer 2022 hatten wir hier zum ersten Mal ein Quartierskino. Am 2.06.2023 ist übrigens wieder Kino bei uns im Innenhof. Und wir freuen uns auf den nächsten Hof-Flohmarkt am 12.08.2023. Dann ist in unserem Innenhof wieder richtig was los.



Ute Bohnet

SPARBAU informiert

Spar- und Bauverein schreibt 130 Jahre Stadtgeschichte



Auch 130 Jahre nach ihrer Gründung setzt die Spar- und Bauverein eG Dortmund, trotz schwieriger Rahmenbedingungen am Markt, den Fokus weiter auf einen substanzerhaltenden und wertsteigernden Umgang mit dem Immobilienbestand in Dortmund. Auch im laufenden Jahr sollen 40 Mio. Euro in Instandhaltung, Modernisierung und Neubau investiert werden – trotz herausfordernden Rahmenbedingungen, wie der Zinsexplosion, der Energieversorgung und knappen Baustoffen. Anfang März feierte die Genossenschaft den runden Geburtstag im engen Kreis der Genossenschaftsgremien mit Partnern aus Politik, Wirtschaft sowie der Wohnungswirtschaft im Deutschen Fußballmuseum in Dortmund.

In einer Festrede betonte Ingeborg Esser, Hauptgeschäftsführerin des Spitzenverbandes der Wohnungswirtschaft in Deutschland, GdW, die Bedeutung der Spar- und Bauverein eG und ihrer Strahlkraft für die gesamte deutsche Wohnungswirtschaft. In einer anschließenden Podiumsrunde wurde über das aktuelle Geschehen in der Branche und Lösungsansätze in der Krise diskutiert. Im Rahmen des Festaktes im deutschen Fußballmuseum in Dortmund feierten gut 250 Gäste 130 Jahre Wohnungsbaugeschichte in Dortmund.

Im Sinne des Zukunftsgedankens und der Standortförderung in Dortmund läuft zur Unterstützung von Dortmunder Jugendfußballvereinen ein Jubiläumsspendenaufwurf. Mit Spenden an die genossenschaftseigene SPARBAU Stiftung gGmbH sollen Jugendmannschaften in den Quartieren vor Ort unterstützt werden.

Das Jubiläumsbuch und den Jubiläumsfilm finden Sie hier:
<https://www.sparbau-dortmund.de/130-jahre>



Termine Juni 2023

Do	1.06.	12.30	Gemeinsames Essen
		14.00	Spiele
		15.00	Singen im Innenhof
Fr	2.06.	9.15	Nacktenmobilisation
		10.30	Nacktenmobilisation
		15.00	Schreiben verbindet
		18.00	Queerles
Sa	3.06.	11.00	DASA „Foodprints“
		11.15	Workshop „Der Atem im Yoga“
		17.00	Lagerfeuer-Musik
So	4.06.	11.00	Radtour zum Rombergpark
		14.00	Spiele
Mo	5.06.	10.00	Krabbelgruppe
		17.00	Feldenkrais
		19.00	Schach
Di	6.06.	10.00	Spaziergang Tremonia
		10.00	Konzeptgruppe
		15.00	Plaudercafé ab 60 mit Kaffee und Kuchen
		15.00	Boccia
		17.00	Rommée
		18.00	Nordic Walking
Mi	7.06.	15.00	Gott und die Welt
		16.30	Smartphone-Tandems
		18.00	Dart
Do	8.06.		Fronleichnam
Fr	9.06.	9.15	Nacktenmobilisation
		10.30	Nacktenmobilisation
		15.00	Bingo
		20.00	Doppelkopf
Sa	10.06.	11.00	Lachyoga
		15.00	Aquarell-Malen
So	11.06.	14.00	Spiele
Mo	12.06.	10.00	Krabbelgruppe
		10.00	Mitbring-Frühstück
		17.00	Feldenkrais
		19.00	Schach
Di	13.06.	9.00	Kreatives Gestalten
		15.00	Plaudercafé ab 60 mit Kaffee und Kuchen
		15.00	Boccia
		18.00	Nordic Walking
		19.00	Klangschalen

Mi	14.06.	18.00	Dart
Do	15.06.	14.00	Spiele
		18.00	Yoga
Fr	16.06.	9.15	Nacktenmobilisation
		10.30	Nacktenmobilisation
		15.00	Schreiben verbindet
		18.00	Queerles
Sa	17.06.	18.00	Strategie-Spiele
So	18.06.	14.00	Spiele
Mo	19.06.	10.00	Krabbelgruppe
		17.00	Feldenkrais
		19.00	Schach
Di	20.06.	10.00	Sprechstunde Seniorenbeirat
		15.00	Plaudercafé ab 60 mit Kaffee und Kuchen
		15.00	Boccia
		17.00	Rommée
		18.00	Nordic Walking
Mi	21.06.	14.00	Ilse liest vor
		18.00	Dart
Do	22.06.	12.30	Vegetarisches Essen
		14.00	Spiele
Fr	23.06.	9.15	Nacktenmobilisation
		10.30	Nacktenmobilisation
		17.00	Gemeinsames Kochen
Sa	24.06.	15.00	Aquarell-Malen
So	25.06.	14.00	Spiele
Mo	26.06.	10.00	Krabbelgruppe
		10.00	Mitbring-Frühstück
		17.00	Feldenkrais
		19.00	Schach
Di	27.06.	9.00	Kreatives Gestalten
		15.00	Plaudercafé ab 60 mit Kaffee und Kuchen
		15.00	Boccia
		18.00	Nordic Walking
		19.00	Klangschalen
Mi	28.06.	12.30	Andere Länder, andere Eintöpfe
		18.00	Dart
Do	29.06.	14.00	Spiele
		16.00	Ohrwurm-Schlager-Singen
		18.00	Yoga
Fr	30.06.	9.15	Nacktenmobilisation
		10.30	Nacktenmobilisation

Worte für die Seele

SOMMER

lange Abende auf dem Balkon, schöne Waldspaziergänge,
Eis essen, Glühwürmchen- Nächte, Urlaub, fröhliche
Gesichter, schwimmen gehen, Hand in Hand unterwegs
über die Felder, Sonne und Festivals.

Sommer - Zeit der offenen Herzen.

Hab eine schöne Zeit!

Das wünsche ich dir...



Blütentraum

*bin ich ein Elf
eine Fee
eine Waldkönigin
ein Faun
im Sommernachtstraum
ein Grün
seit Anbeginn
eine Braut
den Bäumen vertraut
ein seltsamer Puck
lachend im Gras
setz dich zu mir
und ich erzähle
dir was
von Käfern die
in Nächten glühen
und Krähen die fliehen
vor Wölfen
und Fuchs
von Monden in einsamen
Nächten*

*setz dich zu mir
und dann
mach keinen Mucks
lass auch die Gräser erzählen
in den Windchorälen
flüsternd
und rauschend
sich biegend
sich wiegend
so weit und so schön
wie das Meer
und in der Abendrotstille
gesättigt von
Grillengezirpe in
all der lebendigen Fülle
wird es dir sein
wie eine inn're
Heimkehr.*

Heike Jordan



Ein Blick über den Tellerrand



Grüne Initiativen in Europa und anderen Kontinenten

In dieser Ausgabe verlassen wir den Mikrokosmos unseres Althoffblocks und stellen eine kleine Auswahl interessanter Projekte in Metropolen der Welt vor, die zum Einen die Lebensqualität ihrer Bürger:innen erhöhen sollen und zum

Anderen einen Beitrag zum Klimaschutz leisten wollen.

In den benachbarten Niederlanden hat die Stadt Utrecht mehr als 300 Bushaltestellen begrünt. Die Dächer werden mit Pflanzen besetzt, um Bienen und andere Insekten anzulocken. Damit soll dem Artensterben in städtischen Zonen entgegengewirkt werden. Zudem leisten die Gründächer einen Beitrag zur Bekämpfung der Feinstaubbelastung und zur Verbesserung des Klimas.

Einige europäische Großstädte wie z.B. Oslo und auch Berlin setzen auf das Konzept der sogenannten „CITY TREES“, um die Luftqualität zu verbessern. In kleinen Verweilzonen für die Bürger:innen werden Holzbänke und -wände mit speziellen Mooskulturen bepflanzt, die mit ihren vielen Verästelungen Feinstäube und Stickoxide aufnehmen und gleichzeitig Sauerstoff produzieren.

Und die schwedische Hauptstadt Stockholm nutzt sogar die Körperwärme von uns Menschen. Der Zentralbahnhof mit seinem Gewimmel von Menschen, die hin- und herrennen und dabei Wärme erzeugen, ist mit einem Lüftungssystem ausgestattet, das die Körperwärme aufnimmt und unterirdische mit Wasser gefüllte Tanks erhitzt. Die gespeicherte Wärme wird zum Heizen von benachbarten Bürogebäuden genutzt.

Die letzten beiden Projekte führen uns nach Südostasien und in die USA: Der Stadtstaat Singapur hat ein riesiges Ökologieprojekt angelegt, das die Lebensqualität in der 6-Millionen-Metropole verbessern soll. Auf einem circa 100 Hektar großen Gelände kann man außergewöhnliche Gartenanlagen und Gewächshäuser besichtigen, deren Highlight die Supertrees sind. Dabei handelt es sich um bis zu 50 Meter hohe Stahlgestelle, die mit Pflanzen bewachsen sind. Die Gestelle dienen auch zur Aufzucht seltener Pflanzen, außerdem wird mittels Photovoltaik Energie erzeugt und nicht zuletzt haben die Supertrees die Funktion von Kühltürmen. In New York hat man eine stillgelegte Viadukt-Bahnlinie, die durch Häuserschluchten führte, in einen Naturpark transformiert. Im Stadtteil Manhattan befindet sich der High-Lane-Park, der mit angesiedelten Bäumen und Pflanzen, Kunst- und Theaterveranstaltungen viele Besucher anzieht.

Zurück in unserem Quartier stellt sich mir die Frage, was hier wohl zukünftig noch an Ideen und Initiativen auf den Weg gebracht werden kann

Uta Jankowski

Es grüßt

ein tierischer Bewohner aus den Innenhöfen...

Gestatten, mein Name ist Rotkehlchen, woanders heiße ich auch Wintererrötel oder Wintererröschchen, das sind allerdings eher seltene, alte Namen. Hier bin ich bekannt als Rotkehlchen.

Der Name rührt von meiner orangeroten Brust, die bis zur Kehle leuchtet. Ich bin etwas rundlich, um nicht pummelig zu sagen, gebaut und habe große braune Kulleraugen.



Das Aussehen von Mann und Weib ist bei uns nicht vom Geschlecht abhängig, was sehr selten in der Tierwelt ist. Wir haben das gleiche Federkleid. Von daher sind wir nicht zu unterscheiden.

Wir wohnen in Bodennähe. Dort bauen wir in dichten Hecken oder Büschen auch unsere Nester. Wir bauen sie im Frühjahr.

Zur Brutzeit habe ich viel Arbeit, ich muss unentwegt singen, zur Verteidigung unseres Reviers. Das tue ich zwar nicht allein, „mein holdes Weib“ singt kräftig mit. Das ist gleichzeitig Unterstützung, und mit dem gleichen Federkleid nähern wir uns verdächtig der Gleichberechtigung.

Nach der anstrengenden Bruterei und Fütterei ziehe ich mich zur Mauser zurück, und mein Weib fliegt zur Erholung in den warmen Süden. Ich bleibe mit meinen Geschlechtsgenossen hier.

Im Winter ernähre ich mich von den Beeren und Samenstängeln, und im Frühjahr, wenn ihr eure Gärten umgrabt, sind Würmer, Spinnen und Insekten unser Futter. An manchen Tagen feiern wir dann ein wahres „Wurmfest“. Ich kann sehr zutraulich werden, bin nicht wirklich scheu, dennoch bin ich gern in meinem Versteck, in meinem Zuhause im Reisighaufen oder im Brombeergebüsch.

Was ich mir von den menschlichen Bewohner*innen wünsche, hängt mit meiner Nahrung zusammen. Ich freue mich über insektenfreundliche Balkone und Gärten mit Blumen und Beerensträuchern, auch Steinmauern gefallen mir, nur keine sauberen, super aufgeräumten Gärten, in denen Biozide gespritzt werden. Bitte macht das nicht, davon werde ich krank und andere Tiere auch.

Aber zu Futterhäuschen mit Beeren und Nüssen komme ich gern im Winter!

Gruß und Dank für blühende Balkone und Gärten vom Rotkehlchen!

ELA

Unsere Kultur-Ecke

Unsere Gruppe „Schreiben verbindet“

Wir sind eine Gruppe von meist zwölf Frauen zwischen 55 und 85 Jahren, die sich an jedem ersten und dritten Freitagnachmittag eines Monats treffen. Unser Schreibkurs besteht unter meiner Leitung schon seit vielen Jahren. Wir genießen die angenehme, inspirierende Atmosphäre im Nachbarschaftstreff sehr. Wir schreiben meistens nach Vorschlägen, die abgestimmt werden, ohne uns auf bestimmte Methoden festzulegen.

Einzige Vorgabe: maximal eine Maschinenseite, die dann vorgelesen und diskutiert wird, damit wir auch noch Neues in den beiden Stunden erlernen können.

Unsere vielen im Laufe der Jahre erarbeiteten Geschichten haben wir im Dezember 2022 in einem gemeinsamen Buch „Alte Schachteln erzählen“ veröffentlicht und haben dazu auch eine Lesung im Treff veranstaltet. Diesen Titel haben wir bewusst gewählt, weil wir zum Teil alte Schachteln sind und kein Pardon kennen. Für das Buch haben wir zum Teil Selbsterlebtes, Fiktives und auch Phantastisches niedergeschrieben.

Es schrieben Bettina Bartsch, Sabine Elvers, Ursula Gelzinnus, Heidi Hollmann, Brigitte Jeismann, Chrissi Kimmel, Erika Kremser, Claudia Sebald und Dietlind Urban. Das Buch ist in verschiedenen Buchhandlungen zu kaufen und kostet 13,99 €.

Momentan arbeiten wir an unserem zweiten Buch, dessen Titel noch nicht bekannt ist. Interessierte sind herzlich willkommen!

Heidi Hollmann



Kennen Sie den KulturPott.Ruhr?

Der in 2010 gegründete Verein setzt sich aktiv dafür ein, den im Ruhrgebiet lebenden Menschen den Zugang zu Kunst und Kultur zu eröffnen, insbesondere wenn die finanziellen Bedingungen dies erschweren.

Gast werden können Personen, die monatlich weniger als 1.250 € zur Verfügung haben (dieser Wert gilt für einen Einpersonenhaushalt) oder Empfänger einer Transferleistung des Staates sind (z. B. ALG-II, Grundsicherung, Wohngeld, BAföG). Weil Freude sich verdoppelt, wenn man sie teilt, vergibt der KulturPott.Ruhr immer zwei Tickets pro Gast. Flyer liegen auch bei uns im Nachbarschaftstreff. **Gerlind Domnick**

Unsere Sommer-Ausstellung im Nachbarschaftstreff

Digitalkunst / Digital art engineering



Mein Name ist **Werner Bedorf**, ich bin Jahrgang 1951 und Diplom-Physiker. Beruflich war ich als Manager im Bereich der Informationstechnologie tätig, heute engagiere ich mich ausschließlich künstlerisch.

Nach frühen Anfängen in der Malerei und langen Schaffenspausen während des Berufslebens beschäftige ich mich seit 2017 intensiv mit der digitalen Kunst. Bei meiner Neigung zu exakten Formen und Strukturen war es für mich nur konsequent, den Computer als künstlerisches Hilfsmittel einzusetzen.

Meine digitalen Kunstwerke entstehen ausschließlich durch eigene Programmierung, d. h. ohne konventionelle Grafiksoftware. Diese von mir ausschließlich für künstlerische Zwecke entwickelte Software ist integraler Bestandteil meiner gesamten künstlerischen Arbeit und ermöglicht mir, mit einfallsreicher Experimentierfreude die Grenzen des Machbaren ohne Einschränkungen zu erkunden.

Nach längerem Suchen nach einem Begriff, der diese ungewöhnliche Methodik des Kunstschaffens zutreffend beschreibt, habe ich mich für „Digital art engineering“ entschieden. Da meine Ideen und Visionen oft nur den Weg, die Vorgehensweise oder den mathematischen Algorithmus beschreiben, sind die Ergebnisse nicht immer vorhersehbar und zum Teil auch für mich überraschend. Hier bestehen deutliche Ähnlichkeiten mit der generativen Kunst. Die Bewertung und die Auswahl der so erzielten Ergebnisse sind daher unabdingbarer Bestandteil des künstlerischen Gesamtprozesses.

Alle meine digitalen Kunstwerke entstehen ausschließlich auf Basis eigener Vorstellungen und Ideen. Eventuell wahrgenommene Ähnlichkeiten mit Werken anderer Künstler sind rein zufälliger Natur, wenn auch nicht vollständig auszuschließen.

**Die Vernissage ist am Mittwoch,
19.07.2023, um 14.30 Uhr. Die Ausstellung
läuft bis Ende September 2023.**

Kommen Sie gern vorbei!

