



SENIORENTAGE DETMOLD 2026

FÜR DICH.
FÜR DETMOLD.



DETMOLD
Kulturstadt
im Teutoburger Wald

VERANSTALTUNGSREIHE
FÜR SENIORINNEN UND SENIOREN
VON MAI BIS OKTOBER 2026

VORWORT

Liebe Seniorinnen und Senioren,

Sie sind ganz herzlich eingeladen, die Veranstaltungen der „Seniorentage 2026“ zu besuchen.

Ich wünsche Ihnen ganz viel Spaß an schönen Begegnungen und lade Sie ein, sich bei den Vorträgen und Lesungen zu den vielen unterschiedlichen Themen zu informieren. Nehmen Sie gerne an den Rundgängen teil, die uns unbekannte Orte näherbringen und probieren Sie sich auch gerne in den Veranstaltungen der digitalen Erlebnisreihe aus.

Besuchen Sie ein Konzert in der Hochschule für Musik oder schwingen Sie Ihr Tanzbein bei „Schwofen wie in alten Zeiten“ im Begegnungszentrum Paulinenstraße 65.

Viel Freude beim Stöbern im Programm der Seniorentage 2026 wünscht Ihnen

Gabi Disse

Stadt Detmold

Koordinatorin für kommunale Seniorinnen- und Seniorenarbeit



RUNDGANG: TWETEN, HÖFE, LIEBLINGSPLÄTZE

DIENSTAG, 19. MAI 2026 // 14:30 UHR

Randvoll mit Geschichten sind die alten Gassen und Höfe der historischen Detmolder Innenstadt. Verborgene Oasen, liebevoll gepflegte stille Gartenplätze, Luxus und Ruinen – mitten in der Altstadt erschließt sich ein Nebeneinander ganz eigener Welten.

Spazieren Sie mit uns durch 800 Jahre Geschichte und Geschichten und entdecken Sie dabei die versteckten Schönheiten der alten Residenz.

Gästeführerin: Renate Hoffmann

TREFFPUNKT Tourist Information Lippe & Detmold
Markplatz 5, 32756 Detmold

KOSTEN 5,00 € (zahlbar vor Ort)
Anmeldung erbeten unter ☎ 05231 / 977-580

SIT - SENIOREN INFO TREFF

DONNERSTAG, 21. MAI 2026 // 11:00 UHR

Betreuung und Vorsorgevollmacht – Unterschiede

Referent: Ingo Wendt – Leitung Betreuungsbehörde Stadt Detmold

ORT Begegnungszentrum // Paulinenstr. 65, 32756 Detmold

KOSTEN Keine // Anmeldung nicht erforderlich

DIGITALE ERLEBNISREIHE: APPMOLD

DIENSTAG, 26. MAI 2026 // 14:00 BIS 15:30 UHR

Möchten Sie lernen, wie Sie die digitale StadtApp der Stadt Detmold sicher und einfach nutzen können? In unserer Schulung der „Digitalen Erlebnisreihe“ zeigen wir Ihnen, wie Sie spielend leicht Informationen zu Veranstaltungen, städtischen Dienstleistungen, dem Abfallkalender und mehr auf Ihrem Mobiltelefon abrufen. Wir machen Sie fit für das „digitale Cockpit der Stadt“. Melden Sie sich jetzt an und entdecken Sie die Vorteile der digitalen Welt! Mit der App haben Sie alle Informationen der Stadt immer auf Ihrem Mobiltelefon bei sich.

Mit dem neuen Marktplatz in der Appmold können Sie außerdem bei vielen Detmolder Geschäften bares Geld sparen.

 Bitte bringen Sie Ihr eigenes Smartphone mit.

ORT Rathaus am Markt // Großer Sitzungssaal

KOSTEN Keine // Anmeldung erbeten unter ☎ 05231 / 977-580

NOSTALGIE-NACHMITTAG

DONNERSTAG, 28. MAI 2026 // 15:00 UHR

Spiele-Nachmittag in der Stadtbibliothek. Bei Kaffee und Tee können neue Spiele ausprobiert oder bekannte Spiele in geselliger Runde gespielt werden.

ORT Stadtbibliothek Detmold // Leopoldstr. 5, 32756 Detmold

KOSTEN Keine // Anmeldung erbeten unter ☎ 05231 / 977-580


ADFC: FAHR SICHERHEITSTRAINING FÜR FAHR RAD & PEDELEC

FREITAG, 29. MAI 2026 // 15:00 BIS 17:00 UHR


Der ADFC Kreis Lippe wendet sich bei diesem Termin an Radfahrende, die ihre Fahrtechnik verbessern wollen.

Nach einer kurzen Erläuterung der aktuellen Straßenverkehrsordnung geht es an den praktischen Teil. Dazu fahren die Teilnehmenden zum Schulhof der Gustav-Heinemann-Schule. Übungen zum sicheren Aufsteigen und Anfahren, insbesondere mit den Pedelecs, werden ebenso angeboten wie zum Bremsverhalten und Durchfahren von Engstellen. Nähere Informationen zu dem Termin entnehmen Sie gerne der Internetseite des ADFC:

 touren-termine.adfc.de

 **Mitzubringen sind ein technisch einwandfreies Fahrrad, Fahrradhandschuhe, festes Schuhwerk und ein Fahrradhelm.**

ORT ADFC // Bahnhofstr. 2c, 32756 Detmold


KOSTEN 15,00 € vor Ort zu entrichten // ADFC-Mitglieder: 5,00 €
Anmeldung erbeten unter  05231 / 977-580

UNBEKANNTES LAND – AFGHANISTAN

MITTWOCH, 3. JUNI 2026 // 14:30 UHR

Afghanistan ist ein Land mit Bergen, Seen und lebendiger Kultur. Wir tauschen uns an diesem Nachmittag bei afghanischem Tee und afghanischem Kuchen über Speisen und Gewürze, Natur, Geschichte und Tradition des Landes aus. Kommen Sie gerne dazu.

ORT Begegnungszentrum // Paulinenstr. 65, 32756 Detmold

KOSTEN Keine // Anmeldung erbeten unter  05231 / 977-580

SIT – SENIOREN INFO TREFF

DONNERSTAG, 11. JUNI 2026 // 11:00 UHR

Die Detmolder Nachhaltigkeitsstrategie – Dachmarke Nachhaltigkeit in der Stadt Detmold

Referentin: Dr. Miriam Mikus – 1. Beigeordnete und Kämmerin der Stadt Detmold

ORT Begegnungszentrum // Paulinenstr. 65, 32756 Detmold

KOSTEN Keine // Anmeldung nicht erforderlich

MUSEUM FÜR RUSSLANDDEUTSCHE KULTURGESCHICHTE

DIENSTAG, 16. JUNI 2026 // 14:00 UHR

Russlanddeutsche – Wer sind sie, wo kommen sie her und wie haben sie gelebt? Mit diesen Fragen beschäftigt sich das Museum für russlanddeutsche Kulturgeschichte in Detmold. Das Museum ist ein lebendiger Ort der Begegnung und des Austauschs. Im Rahmen einer Führung erhalten wir Antworten auf die Fragen.

DAUER 90 Minuten

ORT Georgstr. 24, 32756 Detmold

KOSTEN 5,00 € in bar (zahlbar vor Ort)

Anmeldung erbeten unter ☎ 05231 / 977-580

DIGITALE ERLEBNISREIHE: QR-CODES ENTDECKEN & NUTZEN

DONNERSTAG, 18. JUNI 2026 // 11:00 BIS 12:30 UHR

Im Rahmen der „Digitalen Erlebnisreihe“ möchten wir Ihnen zeigen, wie QR-Codes funktionieren und wie Sie diese im Alltag verwenden können. QR-Codes sind kleine schwarz-weiße Quadrate mit Punkten, die Sie mit Ihrem Mobiltelefon scannen können, um schnell zu wichtigen Informationen zu gelangen. Wir erklären Ihnen, wo Sie diese Codes finden und wie einfach es ist, sie zu nutzen. So können Sie zum Beispiel Informationen zu Veranstaltungen und Produkten erhalten oder beim Arzt einen Termin vereinbaren. Melden Sie sich an und lernen Sie, wie QR-Codes Ihnen das Leben erleichtern können!

i Bitte bringen Sie Ihr eigenes Smartphone mit.

ORT Begegnungszentrum // Paulinenstr. 65, 32756 Detmold

KOSTEN Keine // Anmeldung erbeten unter ☎ 05231 / 977-580

GARTENSPAZIERGANG – SCHLOSS DETMOLD

DONNERSTAG, 18. JUNI 2026 // 15:00 UHR

Prinzessin Maria zur Lippe lädt zum Spaziergang durch den Fürstlichen Schlossgarten ein.

TREFFPUNKT Gartentor zum Schlossgarten

KOSTEN Keine // Anmeldung erforderlich unter ☎ 05231 / 977-580

GARTENSPAZIERGANG – SCHLOSS DETMOLD

FREITAG, 19. JUNI 2026 // 15:00 UHR

Prinzessin Maria zur Lippe lädt zum Spaziergang durch den Fürstlichen Schlossgarten ein.

TREFFPUNKT Gartentor zum Schlossgarten

KOSTEN Keine // Anmeldung erforderlich unter ☎ 05231 / 977-580

BESICHTIGUNG – LANDESTHEATER

DIENSTAG, 23. JUNI 2026 // 14:00 UHR

Die Teilnehmenden erhalten einen Einblick in die Werkstätten (Tischlerei | Malsaal | Dekowerkstatt) des Landestheaters. Anschließend geht es über die Seitenbühne auf die Hauptbühne und weiter zu den Garderoben der Künstler. Die Besichtigung des umfangreichen Herrenfundus rundet den Besuch im Landestheater ab.

ORT Pforte Landestheater Detmold

KOSTEN Keine // Anmeldung erbeten unter ☎ 05231 / 977-580

🗉 Begrenzte Teilnehmendenzahl

VORTRAG – DARMGESUNDHEIT

MITTWOCH, 24. JUNI 2026 // 10:00 UHR

Zum Thema Darmgesundheit erfahren Sie heute, wie sich die Darmflora im Alter verändert und welche Bedeutung sie für unsere Gesundheit hat. Sie erhalten wertvolle Ernährungstipps zur Förderung einer gesunden Verdauung sowie Informationen zur wichtigen Rolle von Ballaststoffen, Probiotika und Präbiotika. Effektive Strategien zur Vorbeugung von Darmbeschwerden werden vorgestellt.

Referentin: Apothekerin Ulrike Grün

ORT Kongresszentrum Detmold // Campus 9
Robert-Koch-Str. 2a, 32756 Detmold

KOSTEN Keine // Anmeldung erbeten unter ☎ 05231 / 977-580

NOSTALGIE-NACHMITTAG

DONNERSTAG, 25. JUNI 2026 // 15:00 UHR

Vortrag „Naturnahe Gärten“

Gärtnermeister Matthias Lang erzählt an diesem Nachmittag, warum naturnahe Gärten so wichtig und wertvoll für Mensch und Tier sind. Darüber hinaus gibt er praktische Beispiele, wie man seinen eigenen Garten der Natur anpassen kann.

ORT Stadtbibliothek Detmold // Leopoldstr. 5, 32756 Detmold

KOSTEN Keine // Anmeldung erbeten unter ☎ 05231 / 977-580

RUNDGANG „DETMOLDER GEHEIMRATSECKEN“

MONTAG, 29. JUNI 2026 // 14:00 UHR

Kaum jemand ahnt, welche verborgenen Grundstücke oder Hinterhäuser die Detmolder Altstadt selbst vor seinen alteingesessenen Einwohnerinnen und Einwohnern versteckt hält. Einige Eigentümer- bzw. Bewohnerinnen öffnen exklusiv für diesen Rundgang ihre Pforten. Tauchen Sie mit Gästeführerin Birgit Stock in alte Hinterlassenschaften aus längst vergangener Zeit ein.

ORT Eingang zum Schlosspark, gegenüber dem Landestheater

KOSTEN Keine // Anmeldung erbeten unter ☎ 05231 / 977-580

BUSFAHRT – SENSORIA

„HAUS DER DÜFTE UND AROMEN“ IN HOLZMINDEN

DIENSTAG, 30. JUNI 2026 // 13:00 BIS CA. 18:00 UHR

Als Erlebnismuseum macht Sensoria die unsichtbare Welt von Geruch und Geschmack sinnlich mit interaktiven Stationen erfahrbar und rund 60 Düften zum Erleben. An der digitalen Duftorgel können Teilnehmende ihr eigenes Parfüm zusammenstellen.

KOSTEN 22,00 € (Busfahrt | Eintritt | Führung)

ABFAHRT 13:00 Uhr, Parkplatz P7 – Kronenplatz, Arminstr.

ANMELDUNG Anmeldung ab 1. Juni 2026 unter ☎ 05231 / 977-580
(Anmeldung vor Überweisung zwingend erforderlich)

Teilnahme durch Überweisung auf das Konto der Stadtkasse Detmold: IBAN: DE30 4765 0130 0000 0022 20.

Bitte folgenden Verwendungszweck angeben:
1721-WKF-0018171 – Name der Teilnehmenden

i Den Überweisungsbeleg als Quittung zur Busfahrt mitnehmen!

TANZEN – SCHWOFEN WIE IN ALTEN ZEITEN

DONNERSTAG, 2. JULI 2026 // 10:30 UHR

Kommen Sie vorbei zu unserem geselligen Tanzvergnügen im Begegnungszentrum Paulinenstraße 65. Bei vertrauten Melodien von damals und einer Tasse Kaffee lassen wir den Alltag draußen.

Angelika Ibrahim vom Tanzstudio Detmold begleitet das schwungvolle Tanzerlebnis.

ORT Begegnungszentrum // Paulinenstr. 65, 32756 Detmold

KOSTEN 5,00 € bar vor Ort

Anmeldung erbeten unter ☎ 05231 / 977-580

DETMOLDER KAMMERORCHESTER

DIENSTAG, 7. JULI 2026 // AB 11:30 BIS 13:15 UHR // KONZERT – 19:30 UHR

Das Detmolder Kammerorchester spielt am 7. Juli 2026 Werke von Kilar („Orawa“) und Herrmann („Fahrenheit 451 Suite“). Außerdem: Klebes Violinkonzert „Mignon“ mit Daniel Stabrawa sowie Händels Sinfonia aus „Saul“ unter Leitung von Stanley Dodds.

// Exklusiv-Besuch der **Generalprobe** am 7. Juli im Konzerthaus der HfM Detmold, Teilnahme ab der zweiten Probenhälfte **ab 11:30 Uhr**

// Im Anschluss an das Ende der Probe **gegen 13 Uhr** besteht die Möglichkeit einer **Fragerunde von ca. 15 Minuten**, in der der Dirigent Stanley Dodds und der künstlerische Leiter Daniel Stabrawa Rede und Antwort stehen

// Besuch des **Abendkonzertes ab 19.30 Uhr** im Konzerthaus HfM

ORT Konzerthaus Hochschule für Musik Detmold, Neustadt

KOSTEN 6,00 € vor Ort zahlbar

Anmeldung erbeten unter ☎ 05231 / 977-580

VORTRAG - ONLINEBANKING

MITTWOCH, 8. JULI 2026 // 14:00 BIS 17:00 UHR

Einfach und sicher – Onlinebanking bei der Sparkasse

Die Digitalisierung unseres Alltags nimmt weiter zu. Bereits vier von fünf Privatkunden führen ihre Konten online.

Welche Vorteile bietet mir das Onlinebanking? Welche Funktionen kann ich nutzen? Wie schütze ich meine Daten?

Diese Fragen beantworten die Experten der Sparkasse in der Loge der Sparkasse in Detmold ganz persönlich.

ORT Bielefelder Str. 2 (Loge), 32756 Detmold

KOSTEN Keine // Anmeldung erforderlich unter ☎ 05231 / 977-580

SIT – SENIOREN INFO TREFF

DONNERSTAG, 9. JULI 2026 // 11:00 UHR

3 Jahre SIT – Feiern Sie mit!

Gast: Frido Petig – Lustige Geschichten aus Lippe

ORT Begegnungszentrum // Paulinenstr. 65, 32756 Detmold

KOSTEN Keine // Anmeldung nicht erforderlich

RUNDGANG – CVUA-OWL

MITTWOCH, 15. JULI 2026 // 14:00 BIS 16:00 UHR

Das Chemische und Veterinäruntersuchungsamt Ostwestfalen-Lippe (CVUA-OWL) ist eines der fünf Untersuchungsämter im Land Nordrhein-Westfalen. Hier werden neben der Tierdiagnostik auch Lebensmittel, Tabak und Bedarfsgegenstände wie Schmuck, Kleidung und Besteck untersucht. Sie erfahren in einem kurzen Vortrag und einem Rundgang durch das Haus, wie das CVUA-OWL dabei hilft, Tierseuchen zu bekämpfen und Ihre Lebensmittel sicherer zu machen!

ORT CVUA-OWL // Westerfeldstr. 1, 32758 Detmold

KOSTEN Keine // Anmeldung erbeten unter ☎ 05231 / 977-580

AWO BEGEGNUNGSZENTRUM: GEDÄCHTNISTRAINING

DONNERSTAG, 16. JULI 2026 // 10:00 BIS 11:30 UHR

Mit viel Spaß und Abwechslung wollen wir das logische Denken trainieren. Ziel ist es, die geistige Fitness im Alter zu stärken, das Erinnerungsvermögen zu verbessern und mit spielerischen Übungen das Denken in Schwung zu halten.

Vorkenntnisse sind nicht erforderlich – jeder kann mitmachen.

ORT AWO-Begegnungszentrum // Elisabethstr. 45 - 47, 32756 Detmold

KOSTEN Keine // Anmeldung unter ☎ 05231 / 977-580

i Begrenzte Personenzahl

RUNDGANG: PALAISGARTEN

MONTAG, 20. JULI 2026 // 14:00 UHR

Historisches und Florales - Gartenkultur mit besonderer Note

War die barocke Prachtentfaltung im Abglanz des Sonnenkönigs die Vision des Lippischen Herrschers Friedrich Adolf, so wandelten sich Schloss und Garten über die Jahrhunderte zu einem Hort der Musen und einer Oase der Erholung. Cornelia Müller-Hisje führt durch diese wunderschöne Parkanlage.

TREFFPUNKT Brücke // Ampel zum Palais

KOSTEN 5,00 € bar vor Ort zu zahlen

Anmeldung unter ☎ 05231 / 977-580

VORTRAG DER POLIZEI: „LOVE SCAMMING“

MITTWOCH, 22. JULI 2026 // 14:30 UHR

Sei klüger als Betrüger!

Betrugsmaschen wie z.B. das sogenannte Love Scamming sind Themen dieser Veranstaltung. Des Weiteren wird auf das Thema „Künstliche Intelligenz (KI) in der Kriminalität“ eingegangen, zum Beispiel Anlagebetrug im Internet. Es wird erläutert wie Algorithmen funktionieren und warum man sich beim Surfen im Internet manchmal in einer Art „Blase“ wiederfindet.

Referenten: Polizeibeamte Annette Kukkuk und Arnd Begemann

ORT Rathaus am Markt // Großer Sitzungssaal

KOSTEN Keine // Anmeldung unter ☎ 05231 / 977-580

NOSTALGIE-NACHMITTAG

DONNERSTAG, 23. JULI 2026 // 15:00 UHR

Film: „Die Köchin und der Präsident“

Der Elysée-Palast fragt an, ob die Köchin Hortense Laborie als Leibköchin des französischen Präsidenten für dessen persönliche Speisekarte zuständig sein möchte. Ihre authentische und bodenständige Küche verückt das französische Staatsoberhaupt und versetzt ihn zurück in längst vergessene Kindertage...

ORT Stadtbibliothek Detmold // Leopoldstr. 5, 32756 Detmold

KOSTEN Keine // Anmeldung unter ☎ 05231 / 977-580

BUSFAHRT – FREILICHTBÜHNE BELLENBERG

„UND ES HAT ZOOM GEMACHT“

SONNTAG, 26. JULI 2026 // 13:30 BIS CA. 18:00 UHR

Ein farbenfrohes Musical über Freiheit, Sehnsucht und die pure Lust am Leben mit viel Humor und zahlreichen deutschen Pop-Hits der 80er Jahre.

KOSTEN 20,00 € (Busfahrt | Eintritt)

ABFAHRT 13:30 Uhr, Parkplatz P7 – Kronenplatz, Arminstr.

ANMELDUNG **Anmeldung ab 29. Juni 2026** unter ☎ 05231 / 977-580
(Anmeldung vor Überweisung zwingend erforderlich)
Teilnahme durch Überweisung auf das Konto der Stadtkasse Detmold: IBAN: DE30 4765 0130 0000 0022 20.
Bitte folgenden Verwendungszweck angeben:
1721-WKF-0018173 – Name der Teilnehmenden

 **Den Überweisungsbeleg als Quittung zur Busfahrt mitnehmen!**

VORTRAG – PATIENTENVERFÜGUNG

MITTWOCH, 29. JULI 2026 // 14:00 UHR

Immer mehr Menschen wollen bei schwerster Erkrankung nicht unbegrenzt medizintechnische Möglichkeiten zur Lebens- und Leidensverlängerung annehmen. Um dieses Anliegen treffend zu formulieren, suchen viele nach Hilfestellungen.

Über die Möglichkeit lebensverlängernde Maßnahmen zu begrenzen informiert Birgit Bleibaum vom „Ambulanten Hospiz- und Palliativ-Beratungsdienst Lippe e.V.“.

ORT Stadt Detmold // FB 4 – Soziales, Integration und Bürgerservice
Wittekindstr. 7, 32758 Detmold // Raum 001

KOSTEN Keine // Anmeldung erbeten unter ☎ 05231 / 977-580

VORTRAG – VERBRAUCHERZENTRALE

DONNERSTAG, 30. JULI 2026 // 10:00 UHR

KI im Verbraucheralltag

Künstliche Intelligenz wird unseren Verbraucheralltag immer mehr bestimmen. Viele Angebote sind praktisch und nützlich, andere bergen jedoch auch Risiken. Der Vortrag gibt einen ersten Einblick in das Thema KI und klärt über die Funktionsweise solcher Angebote auf und weist dabei auf Vorteile und Fallstricke hin.

ORT Begegnungszentrum // Paulinenstr. 65, 32756 Detmold

KOSTEN Keine // Anmeldung erbeten unter ☎ 05231 / 977-580

VORTRAG – AWO BEGEGNUNGSZENTRUM

DIENSTAG, 4. AUGUST 2026 // 15:00 BIS 16:00 UHR

Hausmittel – Mythos, Legende oder wirklich wahr?

Hausmittel begleiten uns seit Generationen. Unsere Großeltern schworen darauf. Honig gegen Husten, Zwiebeln bei Ohrenschmerzen, usw. Doch was davon hilft wirklich und was gehört in die Welt der Mythen und Legenden? Ein spannender Austausch zwischen Erfahrungen und Fakten.

ORT AWO-Begegnungszentrum // Elisabethstr. 45 - 47, 32756 Detmold

KOSTEN Keine // Anmeldung unter ☎ 05231 / 977-580

i Begrenzte Personenzahl

PRAKTISCHE ANLEITUNG – DHL PACKSTATION

MITTWOCH, 5. AUGUST 2026 // 11:00 UHR

Wie bediene ich die Packstation um mein Päckchen zu entnehmen? Direkt an der Packstation in Detmold Heiligenkirchen – auf dem Gelände vom REWE-Markt – wird die Bedienung vor Ort erläutert! Fragen können vor Ort gerne gestellt werden.

ORT Packstation Detmold-Heiligenkirchen
Denkmalstr. 4–8, 32760 Detmold
Erreichbar mit der Buslinie 701 – Haltestelle Heiligenkirchen-Mitte

KOSTEN Keine // Anmeldung erbeten unter ☎ 05231 / 977-580

DIGITALE ERLEBNISREIHE: DEN NEUEN CHATBOT KENNENLERNEN

DONNERSTAG, 6. AUGUST 2026 // 11:00 UHR

Ein Chatbot ist ein „digitaler Helfer“, der Ihnen im Internet rund um die Uhr bei Fragen zur Stadt Detmold und den Servicedienstleistungen zur Seite steht. Sie finden ihn direkt auf der Startseite der Website der Stadt (🌐 detmold.de). Dort hilft er Ihnen schnell und einfach Antworten zu finden – ganz ohne kompliziertes Suchen. Kommen Sie vorbei und lassen Sie sich zeigen, wie der Chatbot Ihnen das Leben erleichtern kann!

i Bitte bringen Sie Ihr eigenes Smartphone oder ein Tablet mit.

ORT Begegnungszentrum // Paulinenstr. 65, 32756 Detmold

KOSTEN Keine // Anmeldung erbeten unter ☎ 05231 / 977-580

VORTRAG – VERBRAUCHERZENTRALE

MITTWOCH, 12. AUGUST 2026 // 14:00 UHR

Individuelle Gesundheitsleistungen (IgeL)

Angebote von Zusatzleistungen beim Arzt oder im Krankenhaus, sind sog. IgeL Leistungen und werden separat abgerechnet. Damit Patientinnen und Patienten für den Erhalt ihrer Gesundheit nicht über Gebühr zur Kasse gebeten werden, vermittelt der Vortrag das nötige Rüstzeug zur Kostenreduktion und gibt Informationen zu IGeL-Leistungen, um dem Arzt und der Ärztin auf Augenhöhe begegnen zu können.

ORT DRK // Hornsche Str. 29 + 31, 32756 Detmold

KOSTEN Keine // Anmeldung erbeten unter ☎ 05231 / 977-580

SIT – SENIOREN INFO TREFF

DONNERSTAG, 13. AUGUST 2026 // 11:00 UHR

Die Polizei-Wache Detmold stellt sich vor!

ORT Begegnungszentrum // Paulinenstr. 65, 32756 Detmold

KOSTEN Keine // Anmeldung nicht erforderlich

FÜHRUNG – MUSIKBIBLIOTHEK HfM

MITTWOCH, 19. AUGUST 2026 // 11:00 UHR

Die Musikbibliothek der Hochschule für Musik (HfM) Detmold befindet sich nun bereits seit mehr als zehn Jahren im Gebäude an der Hornschen Straße und steckt mitten im Digitalen Wandel. Viele Digitale Angebote bis hin zum Einsatz von Tablets im Konzert sind in den letzten Jahren hinzugekommen. Doch gedruckte Noten bleiben weiter unverzichtbar. Die Führung eröffnet auch Einblicke in sonst für den Publikumsverkehr nicht zugängliche Bereiche.

TREFFPUNKT Foyer // Hornsche Str. 39, 32756 Detmold

KOSTEN Keine // Anmeldung erbeten unter ☎ 05231 / 977-580

DIGITALE ERLEBNISREIHE: LIPPISCHE LANDESZEITUNG – DIGITAL**DONNERSTAG, 20. AUGUST 2026 // 10:30 UHR**

Wie funktioniert das digitale Zeitungsformat und welche praktischen Vorteile bringt es. Sie haben bei dieser Veranstaltung die Gelegenheit, Fragen und Anregungen zu den digitalen Produkten direkt mit Mitarbeitenden der LZ zu besprechen und direkt am Gerät zu testen. Kommen Sie gerne gemeinsam mit den Mitarbeitenden der LZ in den Austausch und erleben Sie digitales Zeitungslesen.

ORT Begegnungszentrum // Paulinenstr. 65, 32756 Detmold**KOSTEN** Keine // Anmeldung erbeten unter ☎ 05231 / 977-580**VORTRAG – APOTHEKER CHRISTIAN SCHMIDT – MEDIKAMENTE****MITTWOCH, 26. AUGUST 2026 // 10:00 UHR**

In diesem informativen Vortrag erfahren Sie, wie Nahrung die Resorption von Arzneistoffen beeinflussen kann und welche Rolle Hemmstoffe der Metabolisierung dabei spielen. Wir beleuchten die Interaktionen zwischen Arzneimitteln und Nahrungsbestandteilen sowie die optimalen Einnahmezeitpunkte – ob vor, zu oder nach der Mahlzeit. Zudem werden besonders erklärungsbedürftige Darreichungsformen behandelt, um Ihnen ein umfassendes Verständnis für dieses wichtige Thema zu vermitteln. Seien Sie dabei und lernen Sie, wie Sie Arzneimittel und Ernährung optimal aufeinander abstimmen können, um Ihre Gesundheit zu fördern!

ORT Kongresszentrum Detmold // Campus 9
Robert-Koch-Str. 2a, 32756 Detmold**KOSTEN** Keine // Anmeldung erbeten unter ☎ 05231 / 977-580

NOSTALGIE-NACHMITTAG

DONNERSTAG, 27. AUGUST 2026 // 15:00 UHR

Digitaler Spiele-Nachmittag

Haben Sie sich schon mal gefragt, wie man Tennis auf dem Computer spielt? Probieren Sie es doch mal aus. Bei Kaffee und Tee können bei diesem Spiele-Nachmittag digitale Spiele auf einem Tablet ausprobiert werden. Für Bewegungs-Liebhaber wird ein digitales Tennisspiel über den Beamer an die Wand projiziert. Mit einem Controller kann man dann ein digitales Tennis-Match ausfechten.

ORT Stadtbibliothek Detmold // Leopoldstr. 5, 32756 Detmold

KOSTEN Keine // Anmeldung erbeten unter ☎ 05231 / 977-580

RUNDGANG – KUPFERBERG – GARTEN DER STILLE

FREITAG, 28. AUGUST 2026 // 14:00 UHR

Erleben Sie einen Ort, den viele Detmolder gar nicht kennen! Bei der Führung erwartet Sie ein erster Einblick in den „Garten der Stille Kupferberg“, eine wunderschöne alte Park- und Gartenanlage mit Kunstinstallationen und spirituellen Impulsstationen, eine kurze Führung in der Kapelle des Instituts St. Bonifatius, und zum Abschluss der Veranstaltung Kaffee und Kuchen im gemütlichen „Foyer Kupferberg“.

TREFFPUNKT Eingang „Garten der Stille Kupferberg“
Auf dem Kupferberg, 32758 Detmold

KOSTEN 8,00 € vor Ort zu zahlen
Anmeldung erbeten unter ☎ 05231 / 977-580

VORTRAG – STÄDTEPARTNERSCHAFT

50 JAHRE STÄDTEPARTNERSCHAFT – HASSELT UND DETMOLD

DIENSTAG, 1. SEPTEMBER 2026 // 14:30 UHR

Entdecken Sie die faszinierende Geschichte von 50 Jahren Städtepartnerschaft zwischen Hasselt und Detmold! Wussten Sie, dass eine Aufführung der Oper „Die Zauberflöte“ von Wolfgang Amadeus Mozart der unerwartete Ausgangspunkt für diese besondere Verbindung war? In diesem spannenden Vortrag nimmt Zygmond Krzywania Sie mit auf eine Reise durch die Zeit und zeigt Ihnen, wie aus dieser kulturellen Begegnung eine erfolgreiche und lebendige Städtepartnerschaft entstand. Lassen Sie sich von einzigartigen Fotos, authentischen Dokumenten und berührenden Geschichten begeistern, die diese besondere Geschichte lebendig werden lassen.

Referent: Zygmond Krzywania, Seniorenrat Hasselt

ORT Rathaus am Markt // Großer Sitzungssaal

KOSTEN Keine // Anmeldung unter ☎ 05231 / 977-580

DIGITALE ERLEBNISREIHE: APPMOLD

DONNERSTAG, 3. SEPTEMBER 2026 // 11:00 BIS 12:30 UHR

Möchten Sie lernen, wie Sie die digitale StadtApp der Stadt Detmold sicher und einfach nutzen können? In unserer Schulung der „Digitalen Erlebnisreihe“ zeigen wir Ihnen, wie Sie spielend leicht Informationen zu Veranstaltungen, städtischen Dienstleistungen, dem Abfallkalender und mehr auf Ihrem Mobiltelefon abrufen. Wir machen Sie fit für das „digitale Cockpit der Stadt“. Melden Sie sich jetzt an und entdecken Sie die Vorteile der digitalen Welt! Mit der App haben Sie alle Informationen der Stadt immer auf Ihrem Mobiltelefon bei sich. Mit dem neuen Marktplatz in der Appmold können Sie außerdem bei vielen Detmolder Geschäften bares Geld sparen.

i Bitte bringen Sie Ihr eigenes Smartphone mit.

ORT Begegnungszentrum // Paulinenstr. 65, 32756 Detmold

KOSTEN Keine // Anmeldung erbeten unter ☎ 05231 / 977-580

BESICHTIGUNG DER WASSERAUFBEREITUNGSANLAGE BERLEBECK

MONTAG, 7. SEPTEMBER 2026 // 10:00 UHR

Aus zwei Quellvorkommen stammt das aufzubereitende Trinkwasser. Die Aufbereitung in der Anlage in Berlebeck erfolgt über eine moderne zwei-stufige Filteranlage. Dirk Kornhoff, Bereichsleiter Wasserversorgung der Stadtwerke Detmold, erläutert vor Ort die moderne Wasseraufbereitungs-anlage. Bitte auf festes Schuhwerk achten und eine Jacke mitbringen, da die Temperatur in der Anlage immer recht kühl ist, auch im Sommer.

ORT Paderborner Str. // Dorfplatz Berlebeck // Direkt an der Bushaltestelle „Kanne“ // Erreichbar über Buslinie 701 ab Bahnhof Detmold

KOSTEN Keine // Anmeldung erbeten unter ☎ 05231 / 977-580

i Begrenzte Teilnehmendenzahl

BUSFAHRT - KOPTISCHES KLOSTER BRENKHAUSEN

MITTWOCH, 9. SEPTEMBER 2026 // 9:30 BIS CA. 15:00 UHR

Das koptisch-orthodoxe Kloster in Brenkhausen bei Höxter ist ein ursprünglich im 13. Jahrhundert gegründetes Zisterzienserinnenkloster, das seit 1993 von der koptischen Kirche genutzt und aufwendig restauriert wird. Heute dient es als geistliches Zentrum und Sitz des koptischen Bischofs in Deutschland sowie als ökumenische Begegnungsstätte und beliebtes Ausflugsziel.

KOSTEN 35,00 € (Busfahrt | Führung | Mittagessen)

ABFAHRT 9:30 Uhr, Parkplatz P7 – Kronenplatz, Arminstr.

ANMELDUNG Anmeldung ab 10. August 2026 unter ☎ 05231 / 977-580 (Anmeldung vor Überweisung zwingend erforderlich)

Teilnahme durch Überweisung auf das Konto der Stadtkasse Detmold: IBAN: DE30 4765 0130 0000 0022 20.

Bitte folgenden Verwendungszweck angeben:
1721-WKF-0018170 – Name der Teilnehmenden

i Den Überweisungsbeleg als Quittung zur Busfahrt mitnehmen!

SIT – SENIOREN INFO TREFF

DONNERSTAG, 10. SEPTEMBER 2026 // 11:00 UHR

Klönen – nette Menschen treffen – Kaffee oder Tee trinken – Kekse naschen! Kommen Sie ins SIT und verbringen Sie Ihre Zeit mit uns in gemütlicher Atmosphäre.

STADT DETMOLD – WIR SIND FÜR SIE DA.

ORT Begegnungszentrum // Paulinenstr. 65, 32756 Detmold

KOSTEN Keine // Anmeldung nicht erforderlich

NOSTALGIE-NACHMITTAG

DONNERSTAG, 24. SEPTEMBER 2026 // 15:00 UHR

Vortrag „Die Falkenburg“ von Cornelia Müller-Hisje

Für manche interessierten Gäste ist der Aufstieg auf die ca. 370 m ü. NN. erbaute Falkenburg nicht mehr möglich. Dennoch wüssten sie gern, was dort inzwischen ergraben wurde.

Frau Müller-Hisje nimmt Sie mit in ihre ausgearbeitete Power-Point-Präsentation; diese begleitet Sie auf Ihrem Weg, gerade so, als würden Sie die Burg besuchen. Es ist weniger anstrengend, nicht so kalt und windig und die Aussicht und das Wetter sind immer gut.

ORT Stadtbibliothek Detmold // Leopoldstr. 5, 32756 Detmold

KOSTEN Keine // Anmeldung erbeten unter ☎ 05231 / 977-580

BASTELN MIT MARION

DONNERSTAG, 1. OKTOBER 2026 // 10:00 BIS 12:00 UHR

Herbstliche Dekoration aus Papier selber herstellen: Dazu lädt Marion H. Kettelhake Sie in das Begegnungszentrum Paulinenstraße 65 ein.

i Bringen Sie bitte eine kleine Bastelschere mit.

ORT Begegnungszentrum // Paulinenstr. 65, 32756 Detmold

KOSTEN Keine // Anmeldung erbeten unter ☎ 05231 / 977-580

BUSFAHRT - HAUS DER GESCHICHTE - BONN

DIENSTAG, 6. OKTOBER 2026 // 8:00 BIS CA. 19:00 UHR

Die neue Dauerausstellung im Haus der Geschichte „Du bist Teil der Geschichte. Deutschland seit 1945“ zeigt anhand von über 3.800 Objekten die Entwicklung Deutschlands bis in die Gegenwart –mit Fokus auf aktuelle Themen und persönliche Lebensgeschichten. Sie ist modern, interaktiv und lädt dazu ein, sich selbst als Teil der Geschichte zu verstehen und aktiv einzubringen. Im Rahmen einer Führung wird die Ausstellung erkundet.

KOSTEN 35,00 €

ABFAHRT 8:00 Uhr, Parkplatz P7 – Kronenplatz, Arminstr.

ANMELDUNG Anmeldung ab 1. September 2026 unter ☎ 05231 / 977-580 (Anmeldung vor Überweisung zwingend erforderlich)

Teilnahme durch Überweisung auf das Konto der Stadtkasse Detmold: IBAN: DE30 4765 0130 0000 0022 20.

Bitte folgenden Verwendungszweck angeben:
1721-WKF-0018172 – Name der Teilnehmenden

i Den Überweisungsbeleg als Quittung zur Busfahrt mitnehmen!

BESICHTIGUNG GEIGENBAUERWERKSTATT

MITTWOCH, 7. OKTOBER 2026 // 13:30 BIS 14:30 UHR

Matthias Weiken gibt Einblick in seine Werkstatt und führt ein in die hohe Handwerkskunst des Geigenbaus.

ORT Exterstr. 22, 32756 Detmold

KOSTEN Keine // Anmeldung erbeten unter ☎ 05231 / 977-580

📍 Begrenzte Teilnehmendenzahl

SIT – SENIOREN INFO TREFF

DONNERSTAG, 8. OKTOBER 2026 // 11:00 UHR

Bürgermeister Frank Hilker zu Gast

ORT Begegnungszentrum // Paulinenstr. 65, 32756 Detmold

KOSTEN Keine // Anmeldung nicht erforderlich

VORTRAG – VERBRAUCHERZENTRALE

MITTWOCH, 14. OKTOBER 2026 // 14:00 UHR

Fakeshops, Phishing und Seniorenabzocke im Internet und am Telefon
Der Vortrag informiert verständlich über typische Betrugsmaschen im Internet und am Telefon. Er zeigt wie Fakeshops erkannt werden und klärt über Phishing-Mails sowie gezielte Abzocke von Senioren auf. Zudem werden Strategien aufgezeigt, um Risiken zu minimieren.

ORT DRK // Hornsche Str. 29 + 31, 32756 Detmold

KOSTEN Keine // Anmeldung erbeten unter ☎ 05231 / 977-580

LESUNG – EISBERGE

DONNERSTAG, 15. OKTOBER 2026 // 10:30 UHR

Reise in die Welt der Eisberge – Lesung mit Fotovortrag

Astrid Götze-Happe präsentiert aus ihrem Buch „Magie der Nordwest-Passage, der ganz hohe Nordwesten“ die eindrucksvollen, grönländischen Eisberge, mit vielen Fotos und einigen Videoclips.

ORT Begegnungszentrum // Paulinenstr. 65, 32756 Detmold

KOSTEN Keine // Anmeldung erbeten unter ☎ 05231 / 977-580

VORTRAG – VITAMINE UND NAHRUNGSERGÄNZUNGSMITTEL

MITTWOCH, 21. OKTOBER 2026 // 10:00 UHR

In diesem aufschlussreichen Vortrag erfahren Sie alles über die häufigsten Nährstoffmängel im Alter und deren Auswirkungen auf die Gesundheit. Wir beleuchten die Bedeutung wichtiger Vitamine wie Vitamin D, B12 und C sowie essenzieller Mineralstoffe wie Calcium, Magnesium, Zink und Selen. Zudem werden die Vorteile von Omega-3-Fettsäuren thematisiert. Erhalten Sie wertvolle Tipps zur optimalen Ernährung und zur sinnvollen Supplementierung, um Ihre Vitalität und Lebensqualität im Alter zu fördern. Seien Sie dabei und lernen Sie, wie Sie Ihre Nährstoffversorgung gezielt unterstützen können!

Referentin: Apothekerin Ulrike Grün

ORT Kongresszentrum Detmold // Campus 9
Robert-Koch-Str. 2a, 32756 Detmold

KOSTEN Keine // Anmeldung erbeten unter ☎ 05231 / 977-580

NOSTALGIE-NACHMITTAG

DONNERSTAG, 22. OKTOBER 2026 // 15:00 UHR

Lesung „Die Kryptografin“ von Hanna Aden

München in den frühen 1950er Jahren: Die junge Margot ist stolz, als eine der wenigen Frauen einen Studienplatz für Mathematik bekommen zu haben. Aufgrund ihrer Begabung wird ihr eine Stelle in der Decodierungsabteilung angeboten, welche sie voller Aufregung annimmt. Doch die Freude über die neue Aufgabe weicht bald Ernüchterung.

Ein spannender und emotional bewegender Roman über eine junge Frau zwischen Pflicht und Freundschaft und über den Mut, seinen Träumen zu folgen.

ORT Stadtbibliothek Detmold // Leopoldstr. 5, 32756 Detmold

KOSTEN Keine // Anmeldung erbeten unter ☎ 05231 / 977-580

VORTRAG – DIGITALER NACHLASS

MITTWOCH, 28. OKTOBER 2026 // 14:00 UHR

Was passiert mit meinem Online-Leben? Fotos, E-Mails, Social-Media-Profile und Online-Konten? Im digitalen Zeitalter hinterlassen wir mehr als materielle Dinge. Was geschieht mit diesen Daten, wenn wir nicht mehr da sind?

Der Vortrag zielt darauf hin ab, wie Sie ihren digitalen Nachlass rechtzeitig regeln und Ihre Angehörigen entlasten können, aber auch Kriminalität mit Ihrem digitalen Besitz vorzubeugen. Die Polizei vermittelt gemeinsam mit der Verbraucherzentrale diese nachhaltigen Informationen.

ORT Stadt Detmold // FB 4 – Soziales, Integration und Bürgerservice
Braunenbrucher Weg 18, 32758 Detmold
Raum 143 // 1. Etage // Aufzug vorhanden

KOSTEN Keine // Anmeldung erbeten unter ☎ 05231 / 977-580

WIR SIND FÜR SIE DA

IHRE ANSPRECHPERSON FÜR FRAGEN ZUM PROGRAMM

STADT DETMOLD

Fachbereich 4 – Soziales, Integration und Bürgerservice

GABI DISSE

Koordinatorin für kommunale Seniorinnen- und Seniorenarbeit

Braunenbrucher Weg 18 // 32758 Detmold

Raum 143 // 1. Etage // Aufzug vorhanden

☎ 05231 / 977-537

✉ g.disse@detmold.de

🌐 detmold.de

TELEFONISCHE ANMELDUNGEN
BITTE UNTER ☎ 05231 / 977-580

Erreichbar zu folgenden Zeiten:

Mo. – Fr. 8:30 – 12:00 Uhr & 14:00 – 16:00 Uhr | Do. 14:00 – 17:00 Uhr

Außerhalb dieser Zeiten läuft eine Bandsage!

ERMÄßIGUNGEN

Für kostenpflichtige Veranstaltungen in dieser Broschüre erhalten Detmold-Pass-Inhaberinnen und -Inhaber eine Ermäßigung. Alle weiteren Infos hierzu erhalten Sie bei Gabi Disse. Rufen Sie gerne an.

Foto: Stadt Detmold © Dirk Schelpmeier

DETMOLD
Kulturstadt
im Teutoburger Wald



Layout, Satz & Erstellung:
Stadt Detmold // Team Marketing

www.detmold.de

