



**Kurse,  
Treffs &  
Reihen**

# Afrikanische Kultur



## **Bunt und gesund – Am Herd mit Natalie**

Tauche ein in unsere spannende Kochwelt! Essen ist für jede\*n von uns eine Selbstverständlichkeit, aber was essen und wie kochen wir? Nehmen wir uns Zeit für eine ausgewogene Ernährung und warum ist das überhaupt wichtig? Lerne gemeinsam mit Natalie und anderen Kids die bunte Welt des Kochens kennen.

Anmeldung: [bmfebe-muanabi@stadtdo.de](mailto:bmfebe-muanabi@stadtdo.de) oder Natalie Lezsko, Tel.: 0152- 14643293  
Kostenfrei, von 7 bis 18 Jahren

In Kooperation mit dem Dietrich-Keuning-Haus

**Freitag, 24.01. | 07.02. | 21.02. | 07.03. | 21.03. | 04.04. | 09.05. | 23.05.  
| 06.06 | 20.06.25, von 16.00 bis 18.30 Uhr im DKH**

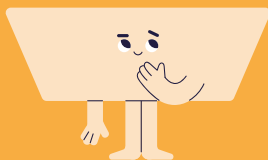
## **Dance like a Pro – Dance4U**

*Mit Rosy und Nadia*

Tanzen ist nicht nur eine tolle Art, sich fit zu halten, sondern auch ein Weg, um die Kreativität und das eigene Potenzial zu fördern. Unsere erfahrenen Lehrer\*innen werden euch helfen, eure Tanzelemente zu verbessern und euch bei der Entfaltung eures Potenzials zu unterstützen, egal ob ihr Anfänger\*innen oder bereits fortgeschrittene Tänzer\*innen seid. Dance like a Pro – Dance4U! Lasst uns tanzen!

Anmeldung: Rosemary Mbongo Fokong, Tel.: 0176- 57668228  
kostenfrei, von 6 bis 16 Jahren

**Sa, 25.01. | 08.02. | 22.02. im FHH | 08.03. | 22.03. | 12.04. im FHH | 26.04.  
| 10.05. | 31.05. | 07. 06. | 21.06.25 von 14.00 bis 18.00 Uhr im DKH**



# Café/Treffs

## Café, Wlan & mehr

Bei uns kann man einfach chillen, ohne etwas kaufen zu müssen – kostenfreies WLAN inklusive. Ansonsten halten wir aber auch Heiß- und Kaltgetränke, belegte Brötchen und Snacks für euch bereit.

Jeden Dienstag, Mittwoch, Freitag von 08.00 bis 12.00 Uhr,  
außer in den Schulferien

## Guten-Morgen-Musik im KiTaPe Café

Im Café des Fritz-Henßler-Haus können Babys und Kleinkinder Musik erleben. Es wird gesungen und gespielt. Die Kinder dürfen Instrumente ausprobieren, selbst Klänge machen und sich dabei bewegen. Instrumente stehen im Café zur Verfügung. Du musst kein Instrument spielen oder Noten lesen können.

Veranstalter: Konzerthaus Dortmund

Jeden Donnerstag, außer in den Schulferien,  
09.00 Uhr Krabbelkinder / 10.00 Uhr Laufkinder im FHH  
kostenfrei, ohne Anmeldung



## Begegnungsort – Kindertreff mit Beatrice

Unser zwangloser, beaufsichtigter Kindertreff sorgt für Spaß und Abenteuer. Bei uns kannst du zum Beispiel kickern, malen, basteln oder puzzeln. Darüber hinaus bieten wir dir Unterstützung bei deiner schulischen oder beruflichen Ausbildung. Komm vorbei – wir freuen uns darauf, dich kennenzulernen.

kostenfrei, ohne Anmeldung, von 8 bis 16 Jahren

Freitag, 17.01. | 14.02. | 28.02. | 14.03. | 28.03. | 11.04. | 25.04. | 09.05.  
| 23.05. | 06.06. | 20.06.25, von 15.00 bis 18.00 Uhr im FHH

## Youth Talk Café – Zusammenhalt,

## Aufklärung und gegenseitige Stärkung

Das Youth Talk Café ist ein regelmäßiger, offener Treffpunkt für alle zwischen 13 und 18 Jahren. Bei uns kannst du dich über die Erlebnisse und Herausforderungen des Alltags austauschen oder auch einfach nur mal mit Gleichgesinnten chillen. Wenn du magst, bring mit, was dich begeistert und zeig uns deine Welt!

Kontakt: Glen Akama Eseme, Tel.: 0163 6 15 82 05 / Fatou Mben-  
gue, Tel.: 0176 32 55 39 65 / Frank Enoh, Tel.: 0179 5 10 97 19

In Kooperation mit Ankoppeln e.V.

kostenfrei, von 13 bis 18 Jahren

Jeden Freitag, 17.01. | 31.01. | 14.02. | 21. 02. | 14. 03. | 28.03. | 11.04.  
| 25.04. | 09.05. | 23.05. | 06.06. | 20.06.25 von 17.00 bis 20.00 Uhr im FHH

# Comedy/Kleinkunst

## Comedywerkstatt

Die Comedy-Szene braucht dich! Wir, die Comedy-Werkstatt, suchen ständig junge Talente, die sich im Bereich Stand-Up-Comedy ausprobieren wollen. Inspiriert vom amerikanischen Stand-Up gelten drei einfache Regeln:

- Sieben Minuten auf der Bühne
- Nur selbst entwickeltes Material
- Jede\*r kann nach vorheriger Anmeldung bei uns auftreten.

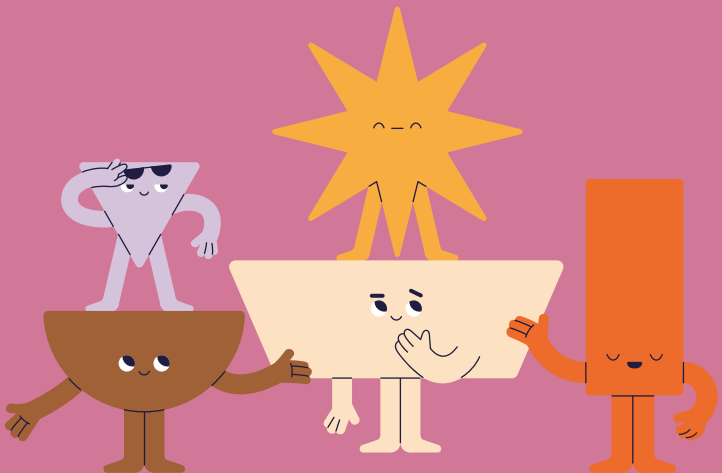
Am Abend erwartet die Zuschauer\*innen ein bunter Abend, bei dem niemand weiß, was passieren wird.

VVK / AK 10,00 €, ab 16 Jahren

In Kooperation mit Die Comedy Werkstatt, Köln

**Jeden 3. Mittwoch, 20.00 Uhr: 22.01. | 19.02. | 19.03. | 16.05.**

**Abschluss-Show Freischnauze | 18.06. im FHH**



# Gaming/Cosplay/Manga

## Tadaima Manga Convention

„Tadaima“ bedeutet so viel wie „Ich bin wieder zu Hause“. Die Manga und Anime Convention Tadaima ist ein Ort zum Wohlfühlen. Du begeisterst dich für Japan, liebst japanische Kultur, Cosplay und Manga? Hier findest du all das und mehr.



Du kannst neue Fertigkeiten in Workshops erlernen, deine Kostüme auf der Bühne präsentieren oder einfach neue Leute kennenlernen.

AK 5,00 €, ab 14 Jahren

In Kooperation mit Bijutsu e.V.

**Termine: So, 02.02. / 13.04., 12.00 Uhr im FHH**

## GAMES ZONE

Das ultimative Erlebnis für alle Gaming-Enthusiast\*innen: mit digitaler Kultur, Virtual Reality, Indie Expo Live-Game-Streaming, Arcade & Konsolen Gaming und Free-to-Play-Spielen. Die Games Zone im FZW lädt junge Gamer\*innen aus der Region zu einem kultigen Tag voller digitaler Game-Kultur.

AK 5,00 €, ab 12 Jahren

In Kooperation mit Dwarfy Giants

**Termine: So, 16.03. | 25.05., 12.00 Uhr im FZW**



© Christian Kaeomat

# Musik

## **Dortmund DUB Club**

The crystal clear Black and Green. Das einzige heavyweight Soundsystem aus der Dortmunder City. In diesem Jahr rollen die Lokalmatadoren den Teppich ihres selbstgebauten Soundsystems für nationale wie internationale Gäste der Szene aus. Zusammen mit Massive and Crew wird das FZW zum neuen Zentrum für die Dub&Reggae Culture in Dortmund.

AK 10,00 €, ab 18 Jahren

**Termine: Fr, 03.01. | Do, 27.02.,  
20.00 Uhr im FZW**



## **Jamroulette**

Beim Jamroulette treffen sich Musiker\*innen und spielen miteinander Songs, die erst in diesem Moment, auf der Bühne und vor dem Publikum, entstehen. Im Gegensatz zu anderen Jamsessions wird diese jedoch wie ein Roulette-Spiel moderiert. Ein „Croupier“ bedient das eigens entworfene Roulette-Rad. Irgendwo zwischen entspannt und rasant entspinnen sich so Rhythmen, Texte, Harmonien und Melodien verschiedenster Stilrichtungen.

In Kooperation mit Jamroulette e.V.  
kostenfrei, ab 16 Jahren

**Jeden 1. Donnerstag, 20.00 Uhr: 09.01. (2. Do!) | 06.02. | 06.03. | 03.04. | 08.05.  
im FHH**

# Theater

## **Improvisationstheater mit Bernadette Gandaa**

Theater ohne Drehbuch und Auswendiglernen? Yes! Entdecke die Welt des improvisierten Theaters: Wie aus dem Nichts entstehen im gemeinsamen Spiel Szenen, die das Publikum mitreißen, es zum Lachen oder zum Nachdenken bringen. Du lernst deine Ausdrucksfähigkeit zu verbessern und sich miteinander auf der Bühne zu verständigen. Das macht Spaß und stärkt auch das Selbstbewusstsein.

**Jeden Dienstag, außer in den Schulferien, 16.00 bis 18.00 Uhr im FHH**  
kostenfrei, von 10 bis 14 Jahren

## **wichtigemenschen – offenes Kollektiv**

Das offene Kollektiv wichtigemenschen ist ein Zusammenschluss von kunstschaaffenden jungen Erwachsenen. In ihren Projekten vereinen sie Tanz, Theater, Musik, Video und vieles mehr. Gemeinschaftlich entwickelt das Kollektiv Ideen für Bühnenprojekte und Performances. Wenn du dich und deine Ideen in das Kollektiv einbringen möchtest, melde dich bei uns.

In Kooperation mit 4.D

**Jeden Dienstag, außer in den Schulferien, 19.30 bis 22.00 Uhr im FHH**  
kostenfrei, von 18 bis 25 Jahren

## **Junge Tanztheaterwerkstatt**

Du möchtest gerne auf einer Theaterbühne auftreten? Du willst in Rollen schlüpfen und dir spannende, lustige, nachdenkliche und verrückte Szenen mit uns ausdenken und daraus gemeinsam ein ganzes Theaterstück mit Schauspiel, Tanz und Musik auf die Bühne bringen? Du hast Lust zur Theatergruppe der Jungen Tanztheaterwerkstatt zu gehören? Dann melde dich an!

In Kooperation mit 4.D

**Jeden Mittwoch, außer in den Schulferien, 17.00 bis 19.00 Uhr im FHH**  
kostenfrei, von 11 bis 15 Jahren

## **Theaterspielgruppe Ich bin ich mit Julia Mohr**

Hat dir schon mal jemand gesagt: „Sowas macht man nicht“? Und hast du dich dann gefragt, ob das wirklich so ist? Liegst du manchmal im Bett und träumst jemand ganz anderes zu sein, aber du hast Angst, dass die Erwachsenen dir das nicht erlauben? In unserem Theaterprojekt kannst du Rollen ausprobieren und verrückte Dinge tun. Oder auch nicht. Du bist du. Wozu warten? Melde dich an!

**Jeden Freitag, außer in den Schulferien, 15.00 bis 16.30 Uhr im FHH**  
kostenfrei, von 6 bis 9 Jahren

# Literatur/Slam

## Bringe deine Texte ans Laufen!

### SCHREIBTISCH mit Evgenija Kosov

Bei der offenen Schreibwerkstatt begegnen sich Slam Poet\*innen, stille Dichter\*innen und die zukünftigen Comedians allen Alters. Unter der Leitung von Poetry Slammerin Evgenija Kosov und einem weiteren monatlich wechselnden Schreibprofi wird Inspiration gesammelt, geschrieben und performt. Bring deine Texte und/oder Ideen mit!

Anmeldung: Evgenija Kosov, kontakt@inliebeeffi.de

In Kooperation mit WoW Poetry Slam

Jeden 2. Samstag, 15.00 Uhr: 11.01. | 08.02. | 08.03. | 19.04. (3. Sa!) | 10.05. | 14.06. | 12.07. | 09.08. | 13.09. | 11.10. | 08.11. | 13.12. im FHH

Eintritt frei, ab 12 Jahren

## Poetry Slam im FZW

Egal ob Lyrik, Comedy, Kabarett, Dada oder Storytelling, egal ob Kurzgeschichte oder Gedicht, abgelesen oder auswendig dargeboten, geschrien oder geflüstert – alles, was der eigenen Feder entstammt und in ein schmales Zeitfenster von sechs Minuten passt, darf vorgetragen werden. Verkleidungen, Instrumente und sonstige Requisiten sind allerdings tabu. Slam-Poet\*innen aus dem gesamten Bundesgebiet kommen ins FZW und kämpfen nur mit Worten, Stimm- und Körpereinsatz um die Gunst des Publikums.

In Kooperation mit World of Wordcraft

VVK € 8,50, AK 10,00 €, ab 14 Jahren

Jeden 1. Mittwoch, 20.00 Uhr: 05.02. | 05.03. | 02.04. | 07.05. im FZW







# Zirkus

## **Kinder- und Jugend- zirkus Fritzantino**

Der Zirkus Fritzantino wurde 1977 im Fritz-Henßler-Haus gegründet und ist seither fester Bestandteil der Kinder- und Jugendkulturarbeit des Jugendamtes der Stadt Dortmund.



Er gehört somit zu den ältesten in Deutschland.

Wir möchten Kindern und Jugendlichen einen Ort der persönlichen Entwicklung, Mitbestimmung und kulturellen Bildung bieten. An fünf Tagen der Woche wird in unserem Zirkus auf unterschiedliche Niveaustufen miteinander trainiert und voneinander gelernt. Zurzeit sind 170 Teilnehmer\*innen im Alter zwischen 7 und 23 Jahren integriert.

Von Akrobatik über Jonglage bis hin zur Zauberei bieten wir in 20 verschiedenen Zirkusdisziplinen für alle Beteiligten nach Interesse und Können die passende Trainingsgruppe. Neben der individuellen Förderung jedes einzelnen Ensemblemitglieds steht die Gemeinschaft bei uns im Vordergrund. Unterstützt durch unseren Förderverein FritzantinoFreunde e.V. finden neben dem normalen Training und unseren jährlichen Auftrittswochenenden auch gemeinsame Feiern, Fahrten, Aktivitäten sowie Außenauftritte statt.

Informationen und Anmeldung: Nicole Voß, [nvoss@stadtdo.de](mailto:nvoss@stadtdo.de)  
Kostenfrei, ab 7 Jahren

## **Offenes Training im Zirkus Fritzantino**

Zusammen mit unseren Zirkustrainer\*innen hast du bei unserem Offenen Training die Gelegenheit auszuprobieren, was alles im Zirkus möglich ist.

Voranmeldung dringend notwendig unter: [fritzantino@stadtdo.de](mailto:fritzantino@stadtdo.de)  
kostenfrei, ab 11 Jahren

**Termine: Sa, 29.03. und 28.06.25 10.00 bis 14.00 Uhr im FHH**

