

18:00 – Wirbelsäulengymnastik
18:45 Uhr Fußballverein Bottenau,
Kindergarten Haslach

18:45 – Wirbelsäulengymnastik
19:30 Uhr Fußballverein Bottenau,
Kindergarten Haslach

Mittwoch:

Verein für Gesundheitsförderung e. V.
Sport i. d. Krebsnachsorge
10:00 Uhr Freiwaldhalle Zusenhofen

Verein für Gesundheitsförderung e. V.
Sport i. d. Krebsnachsorge
10:00 – 11:00 Uhr Freiwaldhalle Zusenhofen

14:00 – **DRK-Spiele-Nachmittag** mit Bewirtung
17:00 Uhr im DRK-Haus, Eisenbahnstraße
Hildegard Mennle
(Bewirtung zum Selbstkostenpreis)

Verein für Gesundheitsförderung e. V.
19:00 - Prävention und Reha
20:00 Prisca Schuler, Freiwaldhalle Zusenhofen

Donnerstag:

Verein für Gesundheitsförderung e. V.
18:00 – Bewegen statt Schonen
19:00 Uhr Prisca Schuler, Freiwaldhalle Zusenhofen

Verein für Gesundheitsförderung e. V.
19:00 - Herzsportgruppe
20:00 Uhr Carina Ludwig, Freiwaldhalle Zusenhofen

Verein für Gesundheitsförderung e. V.
20:00 - Herzsportgruppe
21:00 Uhr Carina Ludwig, Freiwaldhalle Zusenhofen

Freitag:

09:30 - Beratung an Laptop, Handy, etc. durch das
11:30 Uhr Seniorennetzwerk im Bürgertreff

Jeden zweiten Montag im Monat:

18:30 Uhr Treffen der Altersabteilg. Freiw. Feuerwehr
Oberkirch Stadt,
(Ort wird bekannt gegeben)

Jeden zweiten Mittwoch im Monat:

11:30 Uhr Seniorenmittagstisch im Bürgertreff
Anmeldung erforderlich (Tel. 82-444)

Jeden dritten Mittwoch im Monat:

9:00 Uhr **Gemeinsam kreativ Im Bürgertreff**
mit Marianne Hoferer
Unkostenbeitrag 5,00 Euro , Anmeldung
erforderlich (Tel. 82 – 169)

Uhrzeit / **Seniorenwanderungen,**
Presse Schwarzwaldverein
Treffpunkt: Postparkplatz

Jeden ersten Samstag im Monat:

15:00 Uhr **Seniorentreffen**
Freie Christengemeinde Oberkirch
Gemeindezentrum, Fernacher Höhe 1

Oberkircher Seniorenorganisationen / Ansprechpartnerinnen und Ansprechpartner

- **Senioren-gemeinschaft Ödsbach**
Maria Huber

- **Seniorenwerk Nußbach/Bottenau**
Johanna Welle und Maria Wiegele

- **Seniorenwerk St. Wendelin, Stadelhofen**
Heinrich Eil

- **DRK – Mittwochstreff**
Hildegard Mennle

Spielenachmittag Stadelhofen
Resel Wimmer

- **VdK Ortsgruppe Oberkirch,** Tel. 0781 63929905
Wolfgang Lacherbauer

- **DRK - Bewegungsgymnastik**
Irmfriede Nold und Harald Hededmann

- **Evangelische Kirchengemeinde, Oberkirch**
Gemeindediakon R. Deusch, Tel. 07802 2291

- **Seniorentreff Ringelbach/Wolfhag**
Petra Vogt

BürgerTreff
Am Marktplatz
OBERKIRCH
Öffnungszeiten:
Montag und Dienstag
14:30 - 17:00 Uhr
Donnerstag
8:00 - 11:00 Uhr

Jeder ist willkommen,

- * egal welchen Alters
- * egal wo wohnhaft
- * egal ob Mann oder Frau

schauen Sie doch mal rein!

Gerne können auch SIE sich einbringen.

**Wir suchen neue ehrenamtliche
Mitarbeiter.**



Telefon: 07802 82-444

Wo Senioren geholfen wird: 82-444

Das Seniorennetzwerk Oberkirch vermittelt Hilfsangebote

Das Telefon des Seniorennetzwerkes Oberkirch ist am
Dienstag- und Donnerstagnachmittag in der Zeit von 15:00
bis 17:00 Uhr besetzt. Hier können Personen, die Unter-
stützung und Hilfe in alltäglichen Bedürfnissen und Aufgaben
benötigen, ihre Anliegen vorbringen.
Die ehrenamtlichen Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter des
Seniorennetzwerkes vermitteln Helferinnen und Helfer im
Sinne einer Nachbarschaftshilfe von Mensch zu Mensch.

Bleib fit mach mit!

Die Bewegungstreffs:

- Alter Stadtgarten – Pavillon
Montag, 9:30 Uhr
- Alter Stadtgarten – Pavillon
Dienstag, 10:00 Uhr
- Krautschollen Kommunikations-
platz Mörikeweg
Mittwoch, 9:30 Uhr
- Mehrgenerationenplatz bei der-
Freiwaldhalle in Zusenhofen
Mittwoch, 08:45 Uhr
- Bushaltestelle Hans-Furler-
Gymnasium
Nordic-Walking
Freitag, 14:00 Uhr

Herausgeber:

Seniorenarbeit der Stadt Oberkirch,
Sabrina Lusch, Seniorenbeauftragte, Tel. 82-169

OBERKIRCH

Große Kreisstadt in der Ortenau

Termine & Veranstaltungen für Ältere & Junggebliebene



Januar bis Juli 2025

Januar 2025

| Termin | Art der Veranstaltung/ Thema | Veranstalter |
|----------------------------------|--|--|
| Dienstag, 07.01. 14:30 Uhr | Spielenachmittag im Pfarrsaal in Stadelhofen | Team Spiele- nachmittag |
| Mittwoch, 08.01. 11:30 Uhr | Mittagstisch im Bürgertreff „Pastete mit Putenfleisch, Champignon-Erbsen-Soße und Salat“ Anmeldung erforderlich! | Senioren- netzwerk Oberkirch |
| Dienstag, 14.01. 15:00 Uhr | Ein Nachmittag rund um die Jahreslosung 2025 Seniorenachmittag im evang. Gemeindehaus | Ev. Kirchengemeinde Ober- kirch |
| Mittwoch, 15.01. 14:30 Uhr | Seniorenachmittag Kastelberghalle | Seniorentreff Ringelbach / Wolfhag |
| Mittwoch, 15.01. 14:30 Uhr | Beweglich, fit und selbst- ständig bleiben. Kerstin Schreiber Gasthaus Krone | Seniorenge- meinschaft Ödsbach |
| Dienstag, 21.01 14:30 Uhr | Spielenachmittag im Pfarrsaal in Stadelhofen | Team Spiele- nachmittag |

Februar 2025

| Termin | Art der Veranstaltung/ Thema | Veranstalter |
|----------------------------------|--|--|
| Dienstag, 04.02. 14:30 Uhr | Spielenachmittag im Pfarrsaal in Stadelhofen | Team Spiele- nachmittag |
| Dienstag, 11.02. 15:00 Uhr | Bingo und mehr – Spiele- nachmittag Seniorenachmittag im evang. Gemeindehaus | Ev. Kirchengemeinde Ober- kirch |
| Mittwoch, 12.02. 11:30 Uhr | Mittagstisch im Bürgertreff „Kartoffelsuppe mit Wie- nerle und Apfelküchle“ Anmeldung erforderlich! | Senioren- netzwerk Oberkirch |
| Mittwoch, 12.02. 14:30 Uhr | Seniorenachmittag Kastelberghalle | Seniorentreff Ringelbach / Wolfhag |
| Dienstag, 18.02. 14:30 Uhr | Spielenachmittag im Pfarrsaal in Stadelhofen | Team Spiele- nachmittag |
| Mittwoch, 19.02. 14:30 Uhr | „Tipps für einen gesunden Schlaf.“ Dr. Celia König Hotel die Alm | Seniorenge- meinschaft Ödsbach |

März 2025

| Termin | Art der Veranstaltung/ Thema | Veranstalter |
|----------------------------------|---|--|
| Dienstag, 11.03. 14:30 Uhr | Spielenachmittag im Pfarrsaal in Stadelhofen | Team Spiele- nachmittag |
| Mittwoch, 12.03. 14:30 Uhr | „Wir dürfen staunen über Zaubertricks“ Monsieur Filou Ferienhof Giedensbach | Seniorenge- meinschaft Ödsbach |
| Mittwoch, 12.03. 11:30 Uhr | Mittagstisch im Bürgertreff „Matjes mit Kartoffeln, Dip und Rote-Bete-Salat“ Anmeldung erforderlich! | Senioren- netzwerk Oberkirch |
| Mittwoch, 12.03 14:30 Uhr | Seniorenachmittag Kastelberghalle | Seniorentreff Ringelbach / Wolfhag |
| Dienstag, 18.03. 15:00 Uhr | „Fit im Kopf – Gedächtnis- training“ Gisela Benekaa und Roland Deusch Seniorenachmittag im evang. Gemeindehaus | Ev. Kirchengemeinde Ober- kirch |
| Freitag 21.03. 14:00 | Begegnungstag „Heilige Messe“ St. Marien Nußbach | Seniorenwerk Nußbach/ Bottenau |
| Dienstag, 25.03. 14:30 | Spielenachmittag im Pfarrsaal in Stadelhofen | Team Spiele- nachmittag |

April 2025

| Termin | Art der Veranstaltung/ Thema | Veranstalter |
|----------------------------------|---|--|
| Dienstag, 01.04. 14:30 Uhr | Spielenachmittag im Pfarrsaal in Stadelhofen | Team Spiele- nachmittag |
| Mittwoch, 02.04. 14:30 Uhr | „Kreuzweg St. Jakobus Kirche mit den Stubenmu- sikanten“ „Vorsorgevollmacht“ Tanja Stalhoff Gasthaus Krone | Seniorenge- meinschaft Ödsbach |
| Mittwoch, 09.04. 11:30 Uhr | Mittagstisch im Bürgertreff „Fleischkäse mit Spiegel- eiern und gemischten Sa- lat“ Anmeldung erforderlich! | Senioren- netzwerk Oberkirch |
| Mittwoch, 09.04 14:30 Uhr | Seniorenachmittag Kastelberghalle | Seniorentreff Ringelbach / Wolfhag |
| Dienstag, 15.04. | Spielenachmittag im Pfarrsaal in Stadelhofen | Team Spiele- nachmittag |

| | | |
|-------------------------------|--|------------------------------------|
| 14:30 Uhr | | |
| Dienstag, 15.04. 15 Uhr | „Allein über den Wolken – 4.000er in den Alpen Pfr. Martin Grab Seniorenachmittag im evang. Gemeindehaus | Ev. Kirchengemeinde Ober- kirch |

Mai 2025

| Termin | Art der Veranstaltung/ Thema | Veranstalter |
|----------------------------------|--|--|
| Dienstag, 06.05. 14:30 Uhr | Spielenachmittag im Pfarrsaal in Stadelhofen | Team Spiele- nachmittag |
| Dienstag, 13.05. 14:00 Uhr | Ausflug zur Partnerge- meinde Meinau | Ev. Kirchengemeinde Oberkirch |
| Mittwoch, 14.05. 11:30 Uhr | Mittagstisch im Bürgertreff „Kartoffeln mit Quark und Salat“ Anmeldung erforderlich! | Senioren- netzwerk Oberkirch |
| Mittwoch, 14.05. 14:30 Uhr | Maiandacht auf St. Wendel mit Pfarrer Dickerhof und Frauensingkreis „Führung in der Kapelle“ Alfons Knaus Hummelswälder | Seniorenge- meinschaft Ödsbach |
| Mittwoch, 14.05 14:30 Uhr | Seniorenachmittag Kastelberghalle | Seniorentreff Ringelbach / Wolfhag |
| Freitag, 16.05. | Maiandacht Kirche Urloffen-Zimmern | Seniorenwerk Nußbach/ Bottenau |
| Dienstag, 20.05. 14:30 | Spielenachmittag im Pfarrsaal in Stadelhofen | Team Spiele- nachmittag |

Juni 2025

| Termin | Art der Veranstaltung/ Thema | Veranstalter |
|----------------------------------|---|------------------------------------|
| Dienstag, 03.06 14:30 Uhr | Spielenachmittag im Pfarrsaal in Stadelhofen | Team Spiele- nachmittag |
| Mittwoch, 11.06. 11:30 Uhr | Mittagstisch im Bürgertreff „Spargel mit Pfannkuchen, Schinken und Sauce Hollandaise“ Anmeldung erforderlich! | Senioren- netzwerk Oberkirch |

| | | |
|----------------------------------|---|--------------------------------------|
| Mittwoch, 11.06. | „Tagesausflug Herzogen- weiler zu Schinken Pfau mit Führung anschließend Besuch des Klosters Al- pirsbach mit Führung“ Abschluss „Hotel die Alm“ | Senioren- gemeinschaft Ödsbach |
| Dienstag, 17.06 14:30 Uhr | Spielenachmittag im Pfarrsaal in Stadelhofen | Team Spiele- nachmittag |
| Dienstag, 24.06. 15:00 Uhr | Reisebericht Lothar Wölfl: „Israel“ Seniorenachmittag im evang. Gemeindehaus | Ev. Kirchengemeinde Ober- kirch |

Juli 2025

| Termin | Art der Veranstaltung/ Thema | Veranstalter |
|----------------------------------|---|---------------------------------------|
| Freitag, 04.07 08.00 Uhr | Tagesfahrt Ausflugsziel noch offen | Seniorenwerk Nußbach / Bottenau |
| Mittwoch, 09.07. 16:00 Uhr | Mittagstisch im Bürgertreff „Sommerfest“ Anmeldung erforderlich! | Senioren- netzwerk Oberkirch |
| Mittwoch, 09.07. 14:30 Uhr | Grillen bei Halter's Mit „Hons und Fronz“ | Senioren- gemeinschaft Ödsbach |
| Dienstag, 15.07. 14:00 Uhr | Ausflug nach Haslach i.K. Klosterkirche, Loretoka- pelle, Trachtenmuseum und Kaffee und Kuchen | Ev. Kirchengemeinde Ober- kirch |
| Freitag, 04.07 08.00 Uhr | Tagesfahrt Ausflugsziel noch offen | Seniorenwerk Nußbach / Bottenau |

Regelmäßige Treffen

| | |
|---|--|
| Montag: 15:00 - 16:00 Uhr | DRK-Bewegungsgymnastik im DRK-Haus, Eisenbahnstraße Irmfriede Nold und Harald Hedemann -beitragspflichtig- |
| 18:00 – 19:00 Uhr | Gymnastik Schwarzwaldverein Halle neben der Realschule |
| Dienstag: 9:00 - 10:00 Uhr | Bürgertreff Gymnastikgruppe Gerti Hättig, Irmfriede Nold, Reni Wittkamp, Inge Braun, Harald Hedemann |