
Senior*innen Quartiersarbeit Sterkrade-Nord /
Begegnungsstätte
Julius-Brecht-Anger 33, 46147 Oberhausen

ZAQ-Projekt „SoDi - Soziale Dienstleistungen
für SeniorInnen“, Tel. 0208 - 46 84 09-13

AWO-Quartiersbüro, Tel.: 0208 - 85 000 81

Veranstaltungen

montags bis freitags

„**Frühstück**“, 9.00 bis 11.30 Uhr

„**Mittagstisch**“ - Wir freuen uns auf Ihre Anmeldung: Tel. 0208 – 46 84 09 13
(Begegnungsstätte, Julius-Brecht-Anger 33)

montags bis freitags 8.⁰⁰ bis 15.⁰⁰ Uhr (freitags bis 13.⁰⁰ Uhr)

„**Gemeinnützige Seniorenunterstützung**“ – Das vielfältige und
kostenlose Hilfsangebot für Ältere in Sterkrade-Nord
(Begegnungsstätte, Julius-Brecht-Anger 33) (Info: 0208 - 46 84 09-13)

montags 9.³⁰ bis 10.³⁰ Uhr

„**Fit & Vital**“ – Ein Sportangebot mit leichten Übungen für Ältere
(Begegnungsstätte, Julius-Brecht-Anger 33)
(Info: Heinz Bolz, 0208 - 63 49 43 64)

montags 12.⁰⁰ bis 13.³⁰ Uhr (MIT ANMELDUNG!)

„**Pflegeberatung**“ – Eine spezielle Sprechstunde für Ältere und
deren Angehörige zum Thema „Pflege“ (Anmeldung: 0208 – 4 39 69 30)

montags 13.⁰⁰ bis 15.⁰⁰ Uhr

„**Tablet-Schulung**“ – Internet und mehr am Tablet
Infos und Anmeldung unter Tel. 0208 - 46 84 09-13

montags (14-tägig) 15.³⁰ bis 17.⁰⁰ Uhr

„**Volkshochschule**“ – Ein Informations- und Diskussionsangebot für
Ältere zu aktuellen Themen (Saal, Julius-Brecht-Anger 33)
(Info: Ruth Barfeld, 0172 - 5 36 90 73)

montags (14-tägig) 15.³⁰ bis 17.⁰⁰ Uhr

„**Spielemittag**“ – Brettspiele, Kartenspiele, Würfelspiele ... -
Hauptsache es macht Spaß!
(Info: Frau Kampmann, 0160 - 93 72 16 59)

dienstags 9.⁰⁰ (jeden 2. Dienstag im Monat)

„**Gottesdienst**“ (Saal, Julius-Brecht-Anger 33)
(Info: Ruth Barfeld, 0172 - 5 36 90 73)

dienstags 14.³⁰ bis 17.⁰⁰ Uhr

„**Clubmittag**“ – Eine gesellige Runde netter Menschen
(Info: Ruth Barfeld, 0172 - 5 36 90 73)

dienstags 17.⁰⁰ bis 20.⁰⁰ Uhr

„**Skatclub**“ – Spielbegeisterte sind zum „Reinschnuppern“ herzlich
willkommen! (Info: Wilfried Brennemann, 0208 - 68 10 50)

mittwochs ab 10.⁰⁰

„**Walking**“ ... ein Plus für Ihre Gesundheit! Seien Sie dabei, wir
freuen uns auf Sie! (Treffpunkt: Schaukasten, Julius-Brecht-Anger 33)
(Info: Hannelore Bolz, 0208 - 63 49 43 64)

mittwochs 14.³⁰ bis 16.³⁰ Uhr (jeden 2. und 4. Mittwoch im Monat)

„**Quartierstammtisch**“ – Ein Angebot für Ältere um sich auszutauschen
und einzubringen ... Sie sind herzlich willkommen!
(Info: Gabi Kandelbinder, 0175 - 8 67 92 02)

donnerstags 9.⁰⁰ bis 13.⁰⁰ Uhr

„**Quartiersprechstunde**“ – Hier sind Sie richtig mit Ihren Fragen
rund um's älter werden. (Begegnungsstätte, Julius-Brecht-Anger 33)

donnerstags 14.⁰⁰ bis 17.⁰⁰ Uhr (14-tägig: jeden 2., 4. und ggf. 5. Donnerstag/Monat)

„**Handarbeitskreis**“ – Mal wieder stricken, häkeln, klönen? Schauen
Sie doch mal vorbei! (Begegnungsstätte, Julius-Brecht-Anger 33)
(Info: Hannelore Bolz, 0208 - 63 49 43 64)

donnerstags nachmittags (14-tägig: jeden 1. und 3. Donnerstag/Monat)

„**wechselnde Veranstaltungen**“ – z.B. Tanztee, Konzerte, Bildungs-
oder Infoveranstaltungen. (Begegnungsstätte, Julius-Brecht-Anger 33)
(Info: 0208 - 46 84 09-13)

freitags 10.⁰⁰ bis 12.⁰⁰

„**Handysprechstunde**“ – Probleme mit der Handnutzung? Hier wird
Ihnen geholfen. Infos unter Tel. 0208 - 46 84 09-13