



Veranstaltungskalender

für Seniorinnen & Senioren
in Sterkrade-Nord

April - Juni 2025

... zusammengetragen vom



Ihre  AWO

sozial

www.awo-oberhausen.de
0208 - 85 000 80



Ambulante Pflege 24/7

Grundpflege - Behandlungspflege - hauswirtschaftliche Versorgung - Hausnotrufsystem
Wundversorgung - Medikamentenservice - Beschaffung von Pflegehilfsmitteln ...

Wir sind für Sie da!

Arbeiterwohlfahrt Oberhausen e.V.

Tel. 0208 4396930 www.awo-oberhausen.de

Regelmäßige Angebote für Senior*innen in „Sterkrade-Nord“, 2. Quartal 2025

AWO-Begegnungsstätte „Sterkrade-Nord“, Julius-Brecht-Anger 33

ÖFFNUNGSZEITEN:

**9.30-13.00 Uhr, 14.30-17.00 Uhr (dienstags bis freitags),
montags geschlossen**

1. und 3. Samstag im Monat: 9.30-13.00 Uhr

2. und 4. Sonntag im Monat: 15.00-18.00 Uhr

MONTAGS

montags 9.00 bis 10.00 und 10.15 bis 11.15 Uhr

FIT & VITAL - Ein Sportangebot mit leichten Übungen für Ältere (AWO, Julius-Brecht-Anger 33, Gruppenraum im Keller) - Info: Heinz Bolz, 0208 - 63 49 43 64

montags 9.30 bis 11.30 Uhr

NÄHCAFÉ - In einer gemütlichen Runde kommen wir bei Kaffee und Tee zusammen. Dabei nähen wir, was das Zeug hält. Was am Ende durch unsere Hände entsteht, können wir gemeinsam besprechen. Friedensdorf, Lanterstraße 21, 46539 Dinslaken, Anmeldung unter: bildungswerk@friedensdorf.de oder 02064 4974 141

montags 10.00 bis 11.30 Uhr

IN BEWEGUNG MIT TANZ – Im Mittelpunkt des Kurses "Einführung in den Senior*innentanz" steht das Erlernen der rhythmischen Körperbewegungen, um die Vorteile des Tanzens unmittelbar erlebbar zu machen. Senior*innentanz fördert die Beweglichkeit und die Konzentration. St. Franziskus, Sozialkirche St. Jakobus, Tackenbergstraße 144, Infos und Anmeldung: KEFB Oberhausen, 0208 8599641, E-Mail: oberhausen@kefb.info

montags (14-tägig) 15.30 bis 17.00 Uhr

VOLKSHOCHSCHULE - Ein Informations- und Diskussionsangebot für Ältere zu aktuellen Themen (Begegnungsstätte Sterkrade-Nord, Julius-Brecht-Anger 33), Info: Ruth Barfeld, 0172 5369073

montags (14-tägig) 15.00 bis 17.30 Uhr

SPIELENACHMITTAG - Brettspiele, Kartenspiele, Würfelspiele ... Hauptsache es macht Spaß! (AWO-Begegnungsstätte, Julius-Brecht-Anger 33), Info: Hildegard Werner, 01578 1036346

montags 16.30-17.30 Uhr

FRAUENGYMNASTIK 70+... ein allgemeines Sportangebot des RSV Adler 1914 e.V. für Ausdauer, Kraft und Entspannung, Hirschkampfschule, Zum Ravenhorst 295, Anmeldung: Ursula Augenstein, 0208 684853 oder mail@rsv-adler1914.de

montags 17.45 bis 18.45 Uhr

FUNKTIONSGYMNASTIK 70+ des RSV Adler 1914 e.V. Diese funktionelle Gymnastik ist eine Form der Gymnastik, bei der Gelenke und Bänder moderat belastet werden. Ein Teil der Übungen finden auf der Matte statt.

Hirschkampfschule, Zum Ravenhorst 295, Anmeldung: Ursula Augenstein, 0208 684853 oder mail@rsv-adler1914.de

montags ab 18.15 Uhr

SCHACH-TRAINING... der Sportvereinigung Sterkrade-Nord 1920/25 e.V., Mensa Heinrich-Böll Gesamtschule, Schmachtendorfer Str. 165, 46147 Oberhausen, Anmeldung: Christian Hibbeln, 0163 2521566

montags 19.00-20.30 Uhr

AUSGLEICHSGYMNASTIK FÜR MÄNNER 70+ - Inhalt: Wir starten mit einem leichten Aufwärmtraining und Mobilisierung der Gelenke. Nach der Aufwärmphase beginnt ein moderates Herz-Kreislauf Training, im Anschluß folgt eine Kräftigungsphase mit Hanteln, Med. Bällen und Gymnastik Bändern. Kleine Spiele lockern die Stunde auf.

Hirschkampfschule im Gymnastikraum, Zum Ravenhorst 295, 46147 Oberhausen. RSV Adler 1914 e.V. Geschäftsstelle: Ursula Augenstein Tel.:0208/684853 mail@rsv-adler1914.de

DIENSTAGS

dienstags 9.30 Uhr bis 11.00 Uhr (letzter Dienstag des Monats)

FRAUENGESPRÄCHSKREIS der Ev. Kirchengemeinde Königshardt-Schmachtendorf, 29.04.2025: Musikalische Stunde mit Euphorium, 27.05.2025: Tanzen im Sitzen, 24.06.2025: Trauern- Warum ist das so wichtig für unsere Psyche? Evangelisches Gemeindehaus, Forststr. 71, 46147 Oberhausen, Anmeldung unter: 0208-682434

dienstags 14.30 Uhr

SKATNACHMITTAG - Alle Skatfreunde und -freundinnen sind herzlich willkommen! (Ein Angebot der katholischen Kirchengemeinde St. Josef Schmachtendorf im Wunschcafé, Kempkenstr. 43), Info: Egon Tepas, 0173 5325893

dienstags 14.30 bis 17.00 Uhr

CLUBNACHMITTAG - Eine gesellige Runde netter Menschen (Begegnungsstätte, Julius-Brecht-Anger), Info: Ruth Barfeld, 0172 5369073

dienstags 16.15 bis 17.00 Uhr

HOCKERGYMNASTIK 1 ... ein Angebot des RSV Adler 1914. Hockergymnastik ist für alle Menschen die Probleme haben längere Zeit zu stehen. Eventuell nicht mehr von der Gymnastik-Matte hoch kommen, aber nicht auf Sport verzichten möchten. Hirschkampfschule, Zum Ravenhorst 295, Anmeldung: Ursula Augenstein, 0208/684853 oder mail@rsv-adler1914.de

dienstags 16.30 bis 20.00 Uhr (14-tägig)

SKATCLUB - Spielbegeisterte sind zum „Reinschnuppern“ herzlich willkommen! (AWO-Begegnungsstätte, Julius-Brecht-Anger 33), Info: Wilfried Brennemann, 0208 681050

dienstags, 17:00 Uhr in geraden Wochen, 20:00 Uhr in ungeraden Wochen

CHORPROBE „CANTO BARBARA“. Der Königshardter Chor „Canto Barbara“ probt unter der Leitung von Stefanie Melitsch. Neue Sängerinnen und Sänger sind herzlich willkommen. Gemeindezentrum St. Barbara, Hartmannstr. 83, 46145 Oberhausen, Kontakt: Bernd Seidel, Tel.: 67 78 04 oder Gregor Bungardt, Tel.: 0151/ 42858621

MITTWOCHS

mittwochs 09.00 bis 11.30 Uhr (14-tägig)

HANDARBEITSKREIS... der Evangelischen Kirchengemeinde Königshardt-Schmachtendorf, Info/Anmeldung bei Rita Gaul, 0208 681259

mittwochs ab 10.00 Uhr

WALKING ... ein Plus für Ihre Gesundheit! (Treffpunkt: AWO-Schaukasten, Julius-Brecht-Anger), Info: Hannelore Bolz, 0208 63494364

mittwochs, 11.00-12.00 Uhr, (23.04-02.07.2025)

SITZGYMNASTIK, Die körperliche Fitness und das Wohlbefinden auch im Alter steigern! Ob mit Gehhilfe, Rollator oder im Rollstuhl – alle sind herzlich willkommen, um gemeinsam mit einer geschulten Kursleitung in Bewegung zu kommen. Friedensdorf Zentrale, Lanterstr. 21, 46539 Dinslaken (Grenze Oberhausen), Kontakt: Friedensdorf Bildungswerk, bildungswerk@friedesndorf.de , 02064 – 4974141

mittwochs 14.00 bis 16.00 Uhr (1. und 3. Mi. / Monat)

OFFENE SPIELEGRUPPE - Brettspiele, Kartenspiele, Würfelspiele ... Hauptsache es macht Spaß! Info: Erika Schreiber, 0208 - 63 30 21 (AWO-Begegnungsstätte, Julius-Brecht-Anger 33)

mittwochs 14.30 bis 16.30 Uhr (2. und 4. Mi. / Monat)

QUARTIERSTAMMTISCH - Ein Angebot für Ältere, um sich auszutauschen und einzubringen ... (AWO-Begegnungsstätte, Julius-Brecht-Anger 33)

Info: Gabi Kandelbinder, 0175 8679202

mittwochs 14.30 bis 16.30 Uhr

EVANGELISCHE FRAUENHILFE HOLTEN

02.04.: Der Mensch als Wunder der Evolution, 09.04.: Spielenachmittag, 16.04.:
Passionsandacht mit Abendmahl, 23.04.2025.: Lieder und Geschichten, 07.05.: Aktuelle
Stunde, 14.05.: Menschen, die im Ruhrgebiet Geschichte machten, 21.05.:
Spülenachmittag, Ev. Gemeindehaus, Schulstr. 3, Infos/Anmeldung: Dagmar Lutz,
Tel. 0160 7763507

mittwochs 15.00 bis 17.00 Uhr (14-tägig)

FRAUENHILFE KÖNIGSHARDT ... der Evangelischen Kirchengemeinde Königshardt-
Schmachtendorf, Anmeldung bei Doris Palm, 0208 670862

mittwochs 15.00 bis 17.00 Uhr (14-tägig)

FRAUENHILFE SCHMACHTENDORF ... der Evangelischen Kirchengemeinde
Königshardt-Schmachtendorf, Anmeldung bei Andrea Schäfer, 0208 688032

mittwochs 15.00 bis 17.00 Uhr

KÖB BÜCHEREI ST. JOSEF SCHMACHTENDORF ... Eichendorffstr. 11 (hinter der
Kirche St. Josef), Kontakt: Christiane Holletschek, 0208/685858

mittwochs 17.00 bis 18.30 (jeden 2. Mittwoch im Monat)

BLEIBEN SIE MIT IHRER TRAUER NICHT ALLEIN! Gemeinsam lachen, Geschichten
hören, kreativ sein, sich austauschen, etwas Neues planen, gemeinsam etwas erleben.
Ein Angebot der ev. Kirchengemeinde Königshardt-Schmachtendorf.
Anmeldung: Gabriele Drießen, 0157 58422969

mittwochs 19.00 Uhr (jeden 2. Mittwoch im Monat)

KREATIVKREIS ... der Evangelischen Kirchengemeinde Königshardt-Schmachtendorf,
Anmeldung bei Ilse Schulz, 0208 672602 oder Kathrin Beck, 0208 670813

mittwochs 20.00 bis 21.30 Uhr

Probe der **CHORGRUPPE NORD** der Kirchenchöre St. Theresia v. K. Jesu und St. Josef
Schmachtendorf. Die Proben finden wechselnd im Gemeindesaal St. Josef und St.
Theresia statt.

Infos: Claudia Langenberg Tel.0208 672922 und Angela Hardt Tel. 0208 680876

DONNERSTAGS

donnerstags, 9.30 (jeden 3. Donnerstag im Monat)

KATH. GOTTESDIENST, Gottesdienst in der Königshardter Senioreneinrichtung Haus
Gottesdank“ Haus Gottesdank, Kirchhellener Str. 190, 46145 Oberhausen

donnerstags 10.00 bis 13.00 Uhr

QUARTIERSPRECHSTUNDE DES QUARTIERSBÜROS STERKRADE-NORD - Hier sind Sie
richtig mit Ihren Fragen rund um's Älterwerden.

1. / 3. / 4. Donnerstag im Monat in der AWO-Begegnungsstätte, Julius-Brecht-Anger 33

donnerstags 10.00 bis 13.00 Uhr (2. Do./Monat)

AWO-ORTSVEREIN: „GEMEINSAM DIE ZUKUNFT GESTALTEN“ - Eine Ideenwerkstatt zur Weiterentwicklung der Arbeit des AWO-Ortsvereins Königshardt-Neukölln, AWO-Begegnungsstätte Sterkrade-Nord, Julius-Brecht-Anger 33, 46147 Oberhausen

donnerstags 15.00-17.00 Uhr

PLAUDERBANK - Für Menschen, die Kontakt und Gespräch suchen. Gegenüber dem Eingang zum Barbarafriedhof, Krähenstraße, 46145 Oberhausen. Ein Angebot der katholischen Kirchengemeinde St. Barbara.

donnerstags 14.30 bis 17.30 Uhr (1./3./5. Do./Monat) **HANDARBEITSKREIS** -

Stricken, häkeln, klönen ... (AWO, Julius-Brecht-Anger 33), Info: Hannelore Bolz, 0208 63494364

donnerstags 15.00 bis 17.00 Uhr (jeden 2. Donnerstag im Monat)

SENIORENCAFÉ - Für alle, die Lust haben, nach Kaffee und Kuchen eine Partie Skat oder Doppelkopf zu spielen oder sich einfach nur zu unterhalten, Begegnungsstätte St. Barbara, Krähenstr. 46145, Oberhausen

donnerstags 16.15 bis 17.00 Uhr

HOCKERGYMNASTIK 2 ... ein Angebot des RSV Adler 1914. Hier besteht die Möglichkeit auf dem Hocker oder Stuhl aktiv zu werden. Hirschkampfschule, Zum Ravenhorst 295, Anmeldung: Ursula Augenstein, 0208 684853 oder mail@rsv-adler1914.de

donnerstags 17.00 bis 18.45 Uhr (jeden 2. Donnerstag im Monat)

FORUM FÜR GESELLSCHAFT UND EVANGELIUM ... der ev. Kirchengemeinde Königshardt-Schmachtendorf, Anmeldung bei Dieter Langnese, 0208 684343

donnerstags 19.00 Uhr (jeden 2. Donnerstag im Monat)

MÄNNERSTAMMTISCH ... der Evangelischen Kirchengemeinde Königshardt-Schmachtendorf, Anmeldung bei Reinhard Dreßler, 0208 6980144 oder Manfred Schubert, 0208 672969

FREITAGS

freitags 9.00 bis 14.00 Uhr

TREFF FÜR SENIOR*INNEN - Eine gesellige Runde, die Zeit und Raum für Gespräche, Gesellschaftsspiele und kreatives Werken lässt. Ein Angebot des Friedensdorfes Oberhausen. Rua Hiroshima 1
Anmeldung unter: bildungswerk@friedensdorf.de oder 02064 4974141

freitags 9.00 Uhr (jeden 2. Freitag im Monat)

KATHOLISCHER GOTTESDIENST in der AWO-Begegnungsstätte Sterkrade-Nord, Julius- Brecht-Anger 33, anschließend Gelegenheit zum gemeinsamen Frühstück

freitags 15.00 bis 18.00 Uhr (jeden 1. Fr. im Monat)

TANZTEE - Schwingen Sie mal wieder das Tanzbein zu guter Livemusik und in netter Gesellschaft. (AWO-Begegnungsstätte, Julius-Brecht-Anger 33)

freitags 15.00 bis 18.00 Uhr

OFFENE KAFFEESTUBE ... der evangelischen Kirchengemeinde Königshardt-Schmachtendorf, Gemeindehaus, Forststraße 71

freitags 17.00 Uhr (jeder 3. Freitag im Monat)

FREITAGSKREIS ... der Evangelischen Kirchengemeinde Königshardt-Schmachtendorf, Anmeldung bei Jutta Maaß, 0208 672385

freitags 18.30 bis 20.00 Uhr

CHORPROBE GOSPELCHOR „GOOD NEWS“ ... der Evangelischen Kirchengemeinde Königshardt-Schmachtendorf, Infos bei Susanne Friedrich-Bode, Tel: 01573 3946436

SAMSTAGS

samstags 10:30-11:30 (jeden 4. Samstag im Monat)

MATINEE, Klaviermusik von Barpiano bis Kaffeehausmusik. Anmeldung erwünscht bei Sabine Agethen, Sozialer Dienst ASB, Seniorenzentrum Holten, Tel.: 0151 50480527 oder:s.agethen@asb-oberhausen.de

samstags 15.00 Uhr

TANZTEE MIT KAFFEE UND KUCHEN – 12.04., 10.05.,14.06.2025

Zum fröhlichen Gesellschaftstanz sind alle interessierten Bürgerinnen und Bürger herzlich eingeladen. Herrliche alte und neue Schlagerlieder, Gassenhauer und bekannte Volkslieder sind im Musikrepertoire, gespielt von Otto Flögel. Der Eintritt beträgt 5,50€, inkl. Kaffee und Kuchen. In den Räumlichkeiten der Tagespflege des Hauses Gottesdank, Kirchhellener Straße 190a, 46145 Oberhausen, Anmeldung unter: 0208 882643113 oder per Mail an d.platt@HausGottesdank.de

SONNTAGS

sonntags 10.30 bis 12.30 Uhr

KÖB BÜCHEREI ST. JOSEF SCHMACHTENDORF ... Eichendorffstr. 11 (hinter der Kirche St. Josef), Kontakt: Christiane Holletschek, 0208/685858

sonntags 10.30 bis 12.30 Uhr

KATH. ÖFFENTLICHE BÜCHEREI ST. BARBARA - Als Ort der Begegnung bietet die Bücherei ein kostenfreies Angebot an Büchern für Kinder, Jugendliche und Erwachsene. Gemeindezentrum St. Barbara, Hartmannstr. 83

Senior*innen-Veranstaltungen in „Sterkrade-Nord“ im 2. Quartal 2025

April

- ➔ **01.04.-21.04.2025, Fastenzeit und Ostern**, verschiedene Gottesdienste, spirituelle Angebote, Auszeiten in den Nordgemeinen der Pfarrerei St. Clemens. Näheres in den Pfarrnachrichten oder unter: www.pfarrei-stclemens.de

- ➔ **Samstag, 05.04.2025, 14.00-17.00 Uhr, „Oster,- / Frühlingsbasar“**- Geboten werden diverse Verkaufsstände mit dekorativen, kreativ gestalteten und schmackhaften Waren sowie passender Floristik rund um die farbenfrohe Jahreszeit. Außerdem gibt es an diesem Tag auch noch einmal die Möglichkeit, sich mit entsprechender Frühjahrs- und Sommerbekleidung ausstatten zu lassen. Alle Bürgerinnen und Bürger sind herzlich eingeladen. In den Räumlichkeiten der Tagespflege des Hauses Gottesdank, Kirchhellener Straße 190a, 46145 Oberhausen, Anmeldung unter: 0208 882643113 oder per Mail an d.platt@HausGottesdank.de

- ➔ **Sonntag, 06.04.2025, 17 Uhr, „Good News 2025“**- Gospelkonzert zugunsten des „Amazonas-Projekt“ mit den Oberhausener Chören „Canto Barbara“, „Good News“, „Remixed“ und „S(w)ing and Praise“, Gemeindezentrum St. Barbara, Hartmannstr. 83, 46145 Oberhausen

- ➔ **Dienstag, 08.04.2025, 16.00 Uhr, Bastelnachmittag**, Bastelnachmittag Tischdeko Frühlingsfest Caritas, St. Theresia, Gemeindesaal, Kontakt: Weiland/Walter, 6281965/644142

- ➔ **Donnerstag, 10.04.2025, 9.00-11.00 Uhr, Frühstückscafe Holten**, Frühstückscafe im Gemeindehaus der ev. Kirche Holten für Jedermann und Jedefrau! Gemeindehaus der ev. Kirche Holten, Schulstr. 3, Info: Gemeindebüro Tel.680256

- ➔ **Freitag, 11.04.2025. 9.00-11.00 Uhr, Mehrgenerationentag der AWO-Oberhausen**, Kinder aus verschiedenen AWO- Kindergärten aus Oberhausen besuchen die AWO-Begegnungsstätte Sterkrade-Nord. Es findet eine gemeinsame Bastelaktion mit anschließender Ostereiersuche mit den Kindern und Senior*innen statt.
Wir laden Sie herzlich zu einem Tag voller Freude und bleibenden Erinnerungen ein! Info: 0208/46840910

- ➔ **Freitag, 11.04.2025, 16-19 Uhr, Experimenteller Malworkshop**, In freier Gestaltung erschaffen die Teilnehmenden unter Anleitung Kunstwerke mit Pigmenten, Sand, Acryl- und Aquarellfarben. Auch Collage- oder Drucktechnik ist willkommen. Keine Vorkenntnisse erforderlich. Barrierefreier Zugang ist vorhanden. Begegnungscafé des Alsbachtals, Erzbergerstr. 49, 46145 Oberhausen, Friedensdorf Bildungswerk, bildungswerk@friedensdorf.de, 02064 - 4974141
- ➔ **Samstag, 19.04.2025, 20 Uhr Osterbasteln, 21 Uhr, Osternacht in Osterfeld**, offenes Angebot für alle Interessierten, Auferstehungskirche, Vestische Str. 86
- ➔ **Sonntag, 20.04.2025, Osterfeuer**, Jung und Alt treffen sich am Ostersonntag am Osterfeuer auf der Pfarrwiese in Königshardt, Gemeindezentrum St. Barbara, Hartmannstr. 83, 46145 Oberhausen
- ➔ **Donnerstag, 24.04.2025, ab 15 Uhr, Kochnachmittag**, Gemeinsam werden ausgewählte Rezepte gekocht und anschließend verzehrt. AWO-Begegnungsstätte Sterkrade-Nord, Julius-Brecht-Anger 33. Anmeldung: 0208/46840910

Mai

- ➔ **Samstag, 03.05.2025, Bücherflohmarkt**, Auf über 60 Quadratmeter empfangen Sie das ehrenamtliche Team der KÖB St. Josef Schmachtdorf im Pastorat. Tausende von Büchern warten auf neue Leser*innen. Kinder-, Sachbücher, Romane und mehr finden Sie hier in reichlicher Auswahl, Pfarrhaus Kaplan-Mertens-Weg 6, Innenhof St. Josef Schmachtdorf, Kontakt: Christiane Holletschek, Tel.: 0208/685858
- ➔ **Donnerstag, 08.05.2025, 16 Uhr, Frühlingskonzert**- Freuen Sie sich auf ein Konzert der Bratschistin Barbara Ravenstein-Holländer und der Gitarristin Gabriele Richter. Es werden ausgewählte Stücke zum Mitsingen in bester Stimmung präsentiert. AWO-Begegnungsstätte Sterkrade- Nord, Julius-Brecht-Anger 33, Info: 0208/46840910
- ➔ **Sonntag, 11.05.2025, 17 Uhr, Musik zum Muttertag**, Das Akkordeonorchester „Fröhliche Musikanten“ präsentiert aus Film und Fernsehen bekannte Melodien, Gemeindezentrum St. Barbara, Hartmannstr. 83, 46145 Oberhausen
- ➔ **Sonntag, 18.05.2025, 18 Uhr, Kirche Plus Chor**, Chorkonzert mit der Camerata Madrigale, Ltg. Wolfgang Schwering, Eintritt frei, Kirche am Buchenweg

- ➔ **Mittwoch, 21.05.2025, 15.00 Uhr, Frühlingsfest der Caritas**, Beginn in der Kirche, anschl. Kaffee, Kuchen und Programm, St. Theresia
- ➔ **Donnerstag, 22.05.2025, 15 Uhr, Outdoor-Spielenachmittag**, Ob Wikingerschach, Boule oder Dosenwerfen - ein abwechslungsreicher Parcours aus verschiedenen Outdoorspielen wird für ein außergewöhnliches Spielerlebnis sorgen. Freuen Sie sich auf einen Nachmittag voller Spaß in toller Gesellschaft. Bei schlechtem Wetter findet das Angebot indoor statt. Ein Angebot des Quartiers-Büros rund um die AWO- Begegnungsstätte Sterkrade-Nord, Julius-Brecht-Anger 33, Info: 0208/46840910
- ➔ **20.-23.05.2025, 8- 17 Uhr, Kleidersammlung für Bethel**, durch die Ev. Kirchengemeinde Königshardt-Schmachtendorf, Abgabestelle: Anhänger am ev. Gemeindezentrum Schmachtendorf, Forststr. 71, 46147 Oberhausen
- ➔ **Samstag, 24.05.2025, 10.00- 17.00 Uhr, 3. Königshardter Kräutertag**, In Kooperation mit weiteren Dienstleistern und Privatpersonen veranstaltet das Haus Gottesdank auf dem Gelände der Einrichtung den 3. Königshardter Kräutertag. Geboten werden allerlei Produkte rund um die Kräuterthematik. Darunter Geschenkartikel, frische Kräuter zum Erwerb, Gewürze, Öle, Honig, Lavendel, Teespezialitäten, pflanzlich eingefärbte Wollprodukte, Floristik, Literatur und weitere Besonderheiten. Außerdem wird das Angebot mit kulinarischen Köstlichkeiten aber auch Wissenswertem zur Thematik abgerundet. An diesem Tag finden auch 2 geführte Schnupper-Wildkräuter-Exkursionen im angrenzenden Parkgelände statt. Im Innenhof der Senioreneinrichtung Haus Gottesdank, Kirchhellener Str. 190a, 46145 Oberhausen. Info: d.platt@HausGottesdank.de, 0208/882643-113

Juni

- ➔ **Sonntag, 01.06.2025, 14.15-16.30 Uhr, Qi Gong & Meditation**, Qi Gong verbindet Atem, Bewegung & Achtsamkeit & bietet so eine kraftvolle Möglichkeit innere Ruhe & Vitalität zu stärken. Durch Übungen im Sitzen & Stehen werden Körperwahrnehmung & Entspannung aktiviert. Friedensdorf Zentrale, Lanterstr. 21, 46539 Dinslaken (Grenze Oberhausen), Friedensdorf Bildungswerk, bildungswerk@friedensdorf.de, 02064 – 4974141
- ➔ **Dienstag, 03.06.2025, ab 10.00 Uhr, Packtag**, Für freiwillige Helfer, Briefaktion Sommersammlung Caritas, eintüten der Briefe, St. Theresia Gemeindesaal

- ➔ **Mittwoch, 04.06.2025, 19:30 Uhr, Abendmusik**, Musik aus Nordamerika mit dem Posaunenchor der Evangelischen Kirchengemeinde Königsahardt-Schmachtendorf, Gemeindezentrum St. Barbara, Hartmannstr. 83, 46145 Oberhausen

- ➔ **Montag, 09.06.2025, Pfingstfrühshoppen**, Traditioneller Frühschoppen am Pfingstmontag auf dem Vorhof der Barbarakirche im Anschluss an den um 11.15 Uhr beginnenden Gottesdienst, Gemeindezentrum St. Barbara, Hartmannstr. 83, 46145 Oberhausen

- ➔ **Montag, 09.06.2025, Ökumenischer Pfingstgottesdienst**, Marktplatz Schmachtendorf, Kontakt: Gemeindebüro St. Josef

- ➔ **Montag, 09.06.2025, 18 Uhr, Kirche plus Blech**, Konzert mit dem Auswahlensemble „Con Spirito“ des Landesposaunenwerkes, Leitung: Jörg Häusler, Eintritt frei, Kirche am Buchenweg

- ➔ **Donnerstag, 12.06.2025, 9.00-11.00 Uhr, Frühstückscafe Holten**, Frühstückscafé im Gemeindehaus der ev. Kirche Holten für Jedermann und Jedefrau! Gemeindehaus der ev. Kirche Holten, Schulstr. 3, Info: Gemeindebüro Tel.680256

- ➔ **Donnerstag, 12.06.2025, 15 Uhr, Seniorencafé Spezial**: IGeL-Leistungen, Reinhard Bahr, ehrenamtlicher Scout der Verbraucherzentrale NRW, wird über Individuelle ärztliche Leistungen für Selbstzahler (IGeL-Leistungen) informieren und für Fragen zur Verfügung stehen, Gemeindezentrum St. Barbara, Hartmannstr. 83, 46145 Oberhausen

- ➔ **Donnerstag, 12.06.2025, ab 17 Uhr, Stockbrot**, Gemeinsam wird in angenehmer Atmosphäre rund um eine Feuerschale Stockbrot zubereitet. Neben dem Stockbrot werden noch andere Snacks gereicht. AWO-Begegnungsstätte Sterkrade-Nord, Julius-Brecht-Anger 33. Info: 0208/46840910

- ➔ **Samstag, 14.06.2025, 17 Uhr, Gemeinde-Abendfest 2025, „Sommer im Pott“**, Fröhliches Beisammensein, mit Musik, Essen, Trinken, Organisation: Stefan Züchner und Team, Gemeindezentrum, Forststr. 71

- ➔ **Donnerstag, 19.06.2025, Gottesdienst an Fronleichnam**, Marktplatz Schmachtendorf, Kontakt: Gemeindebüro St. Josef

- ➔ **Samstag, 21.06.2025, 11.00-14.30 Uhr, „Workshop: Grüne Kosmetik“**
 Entdecken Sie Kraft der Natur in diesem Indoor-Workshop zur DIY Naturkosmetik. Lernen Sie hochwertige Pflegeprodukte aus Frischpflanzen und weiteren Naturprodukten herzustellen. Erfahren Sie die Grundlagen der Naturkosmetik, lernen Sie Heilpflanzen kennen sowie die Verarbeitung. Gemeinsam stellen Sie Heilöl, Creme und Lippenpflege zum Mitnehmen her. Praktische Übungen und Rezepte ermöglichen Ihnen, diese Kräuterkosmetik auch zu Hause herzustellen. Gönnen Sie sich und Ihrer Haut eine gesunde, sanfte und nachhaltige Pflege mit selbstgemachter Kosmetik. Anmeldung erforderlich! **Preis pro Person: 65€**, (inkl. aller Materialien + Rezepte des Tages), In den Räumlichkeiten der Tagespflege Haus Gottesdank, Kirchhellener Straße 190a, 46145 Oberhausen, Frau Helga Westerhuis (Dipl. Umweltwiss., zert. Kräuterpädagogin, Grüne Kosmetik Pädagogin) info@wildbluehwerk.com oder: 0176 6196 0601
- ➔ **Mittwoch, 25.06.2025, ab 13.30 Uhr, Nachbarschaftsgrillen,**
 Das Haus Gottesdank lädt alle interessierten Bürgerinnen und Bürger zum gemütlichem „Nachbarschaftsgrillen“ in den Innenhof ein. Das Motto lautet: „Gemeinsam statt einsam!“ Die Veranstaltung ist kostenfrei! Es wird zwingend um eine Anmeldung bis zum 18.06.2025 gebeten. Im Innenhof der Senioreneinrichtung Haus Gottesdank, Kirchhellener Str. 190a, 46145 Oberhausen, Anmeldung: d.platt@HausGottesdank.de oder info@hausgottesdank.de , 0208/882643-113 oder 0208/882643-0
- ➔ **Donnerstag, 26.06.2025, 15 Uhr, Quiznachmittag,** Wir holen das Format der beliebten Fernsehshow nach Sterkrade-Nord. Beim Quiznachmittag können Sie alleine oder in Gruppe „antreten“ und nicht Millionär werden. Die Gewinner können sich über einen einmaligen Preis freuen. AWO-Begegnungsstätte Sterkrade-Nord, Julius-Brecht-Anger 33, Info: 0208/46840910
- ➔ **Donnerstag, 26.06.2025, 19 Uhr, Gemeindeversammlung,** Informationen über Neuigkeiten der Ev. Kirchengemeinde Königshardt-Schmachtendorf, Leitung: Stephanie Züchner, Gemeindezentrum, Forststr. 71
- ➔ **Samstag/ Sonntag, 28/29.06.2025, Gemeindefest,** Herzliche Einladung! Freuen Sie sich auf einen Tag voller Gemeinschaft, Spaß und inspirierenden Begegnungen. Es erwartet Sie ein buntes Programm mit Musik und leckerem Essen. Bringen Sie Familie und Freunde mit und feiern Sie mit uns! Wir freuen uns auf Ihr Kommen! Pfarrhaus Kaplan-Mertens- Weg 6, Innenhof St. Josef Schmachtendorf, Kontakt: Christiane Holletschek, Tel.: 0208/ 685858
- ➔ **Sonntag, 29.06.2025, 16 Uhr, Kirche Plus Musical, Kindermusical "Israel in Ägypten",** Ev. Kinderkantorei, Ltg. Susanne Friedrich-Bode, Eintritt frei, Kirche Buchenweg

ZONTA



Lebensfreude möglich machen!

Der Zonta Club Oberhausen hat in Kooperation mit der Arbeiterwohlfahrt Oberhausen das Projekt „Glanzlichter – Finanzielle Sonderhilfen für Frauen ab 60 Jahren“ ins Leben gerufen.

Ziel des Projektes ist es, von Armut betroffenen Frauen über 60 Jahren, einen kleinen Herzenswunsch zu erfüllen und damit einen minimalen Beitrag zur Erleichterung ihres alltäglichen Lebens zu leisten. Anträge auf Unterstützung können ganz unbürokratisch über die Mitglieder der Arbeitsgemeinschaft der Freien Wohlfahrtsverbände an die AWO Oberhausen gestellt werden.

Angenommen wird dabei die Einkommensgrenze, die von der Stadt Oberhausen für die Auszahlung von Wohngeld ermittelt wird. Die Förderung kann im Einzelfall bis zu 300,- € betragen und innerhalb von 2 Jahren nicht mehrmals an eine Person ausgezahlt werden.

Bitte wenden Sie sich
bei Bedarf an das
AWO-Servicezentrum:
Thomas Heipcke
Alte Heid 13
46047 Oberhausen
Tel.: 0208- 85 000 81
theipcke@awo-oberhausen.de



ZONTA Club
Oberhausen/Rheinland



Taschengeldbörse Oberhausen

Sie suchen Hilfe bei Ihren alltäglichen Arbeiten? Dann holen Sie sich jetzt Unterstützung! Das Jugendparlament Oberhausen und die AWO haben die Taschengeldbörse Oberhausen ins Leben gerufen. Sie vermittelt unkompliziert engagierte Jugendliche aus Ihrer Stadt, die Ihnen bei alltäglichen Arbeiten rund um Haushalt und Garten helfen.

Rufen Sie uns einfach an!
Wir stellen den Kontakt zu jungen, hilfsbereiten Menschen her!

www.tabo.ruhr

Tel. 0208 85 000 85

Ein Projekt von



im Zuge des Aktionsprogramms



Mehr
Generationen
Haus
Mitmacherei - Zusammen

mit finanzieller Förderung durch



Bundesministerium
für Familie, Senioren, Frauen
und Jugend



Senioren & Seniorinnen
**QUARTIERS
BÜRO**
Sterkrade Nord



gefördert von der  stadt
oberhausen

Kontakt

Arbeiterwohlfahrt Oberhausen,
Begegnungsstätte, Julius-Brecht-Anger 33, 46147 Oberhausen

Sprechstunde: donnerstags (1. / 3. / 4. Donnerstag im Monat), **10-13 Uhr**

Telefonkontakt:

Quartiersentwicklung und Ehrenamt: 0208 8500081

Gesundheit und Pflege: 0208 4396930

Wohnen im Alter: 0208 8500084

Freizeit und Ausflüge: 0208 8500080

Veranstaltungen: 0208 46840910

quartiersbuero@awo-oberhausen.de

www.quartiersbueros.de/sterkrade-nord

www.awo-oberhausen.de



**Frühstück - Mittagstisch
Kaffee & Kuchen
Veranstaltungen**

... wir freuen uns auf Sie!

AWO-Begegnungsstätte Sterkrade-Nord

Julius-Brecht-Anger 33
46147 Oberhausen

Tel. 0208 - 46 84 09 10

Öffnungszeiten:

Dienstag bis Freitag: 9.30-13.00 Uhr, 14.30-17.00 Uhr,

1. und 3. Samstag im Monat: 9.30-13.00 Uhr

2. und 4. Sonntag im Monat: 15.00-18.00 Uhr

Sie erreichen uns auch mit öffentlichen Verkehrsmitteln. Die Linie SB98 hält an der Haltestelle „Julius-Brecht-Anger“ in unmittelbarer Nähe unseres Hauses.