

## 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:

09:00 - 10:00 Uhr **Bürgertreff Gymnastikgruppe**  
Irmfriede Nold, Reni Wittkamp, Inge Braun,  
Andrea Gütle, Harald Hedemann

18:00 - 18:45 Uhr **Wirbelsäulengymnastik**  
Fußballverein Bottenau, Kindergarten Haslach

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

### MITTWOCH:

09:00 - 10:00 Uhr **Verein für Gesundheitsförderung e. V.**  
Sport in der Krebsnachsorge  
Freiwalddhalle Zusenhofen

10:00 - 11:00 Uhr **Verein für Gesundheitsförderung e. V.**  
Sport in der Krebsnachsorge  
Freiwalddhalle Zusenhofen

14:00 - 17:00 Uhr **DRK-Spiele-Nachmittag**  
**(1.+3. Mittwoch im Monat)** mit Bewirtung  
im DRK-Haus, Eisenbahnstraße  
(Bewirtung zum Selbstkostenpreis)

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

### DONNERSTAG:

18:00 - 19:00 Uhr **Verein für Gesundheitsförderung e. V.**  
Bewegen statt Schonen  
Prisca Schuler, Freiwalddhalle Zusenhofen

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

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

### FREITAG:

09:30 - 11:30 Uhr **Beratung an Laptop, Handy, etc.**  
durch das Seniorennetzwerk  
„Von Mensch zu Mensch“ im Bürgertreff

UNSERE REGELMÄSSIGE TREFFEN VON MONTAG BIS FREITAG

## Regelmäßige Treffen

### Jeden zweiten Montag im Monat:

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

### Jeden ersten Mittwoch im Monat:

9:00 Uhr **Gemeinsam kreativ im Bürgertreff**  
mit Marianne Hoferer  
Unkostenbeitrag 5,- €  
Anmeldung erforderlich (Tel. 07802/82-169)

### Jeden zweiten Mittwoch im Monat:

11:30 Uhr **Seniorenmittagstisch im Bürgertreff**  
Anmeldung erforderlich (Tel. 07802/82-444)

### Jeden dritten Mittwoch im Monat:

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

- **Seniorengruppe Ödsbach:** Maria Huber
- **Seniorenwerk Nußbach/Bottenau:** Johanna Welle & Maria Wiegele
- **DRK – Mittwochstreff:** Klaus Hurst
- **Spielenachmittag Stadelhofen:** Resel Wimmer
- **VdK Ortsgruppe Oberkirch:** Wolfgang Lacherbauer,  
Telefon: 0781/63929905
- **DRK - Bewegungsgymnastik:** Irmfriede Nold & Harald Hedemann
- **Evangelische Kirchengemeinde Oberkirch:** Gisela Benekaa  
(Informationen oder Änderungen im Schaukasten der Kirche  
oder auf der Homepage)
- **Seniorentreff Ringelbach/Wolfhag:** Petra Vogt



### Öffnungszeiten:

Dienstag und Freitag: 14:30 - 17:00 Uhr  
Donnerstag: 08:00 - 11:30 Uhr

### Herausgeber:

Seniorenarbeit der  
Stadt Oberkirch,  
Sabrina Lusch,  
Seniorenbeauftragte,  
Tel. 82-169  
Mail: sabrina.lusch@oberkirch.de

### 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/innen.



**Telefon: 07802/82-444**  
**Wo Senioren geholfen wird!**

Das Telefon des Seniorennetzwerkes Oberkirch ist am **Dienstag- und Donnerstagnachmittag in der Zeit von 15:00-17:00 Uhr besetzt.**

Hier können Personen, die Unterstützung 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.

### Die Bewegungstreffs:

**Alter Stadtgarten – Pavillon**  
Montag, 9:30 Uhr

**Alter Stadtgarten – Pavillon**  
Dienstag, 10:00 Uhr

**Krautschollen Kommunikationsplatz Mörikeweg**  
Mittwoch, 9:30 Uhr

**Mehrgenerationenplatz bei der Freiwalddhalle in Zusenhofen**  
Mittwoch, 8:45 Uhr

**Bushaltestelle Hans-Furler-Gymnasium**  
Nordic-Walking - Freitag, 14:00 Uhr



**Oberkirch**   
Wo Gutes entsteht



**TERMINE UND  
VERANSTALTUNGEN**  
für Ältere & Junggebliebene

Januar bis August 2026

## Januar 2026

Termin	Art der Veranstaltung/ Thema	Veranstalter
<b>Dienstag, 13.01.26</b> 14:00 Uhr	Spielenachmittag im Pfarrsaal in Stadelhofen	Team Spielenachmittag
<b>Dienstag, 13.01.26</b> 15:00 Uhr	Nachmittag mit Gerhard Hahn Seniorennachmittag im evang. Gemeindehaus	Evang. Kirchengemeinde Oberkirch
<b>Mittwoch, 14.01.26</b> 11:30 Uhr	Mittagstisch im Bürgertreff „Curry-Putengeschnetzelt“ Anmeldung erforderlich!	Seniorennetzwerk Oberkirch
<b>Mittwoch, 14.01.26</b> 11:30 Uhr	Eine Reise durch Israel Referent: Lothar Wöfl Gasthaus Krone	Senioren-gemeinschaft Ödsbach
<b>Mittwoch, 21.01.26</b> 14:30 Uhr	Themenvortrag digital Seniorennachmittag Kastelberghalle	Seniorentreff Ringelbach/ Wolfhag
<b>Dienstag, 27.01.26</b> 14:00 Uhr	Spielenachmittag im Pfarrsaal in Stadelhofen	Team Spielenachmittag

## Februar 2026

Termin	Art der Veranstaltung/ Thema	Veranstalter
<b>Mittwoch, 04.02.26</b> 12:00 Uhr	Mittagstisch „Ferienhof Giedensbach“ - Im Anschluss fröhliches Beisammensein	Senioren-gemeinschaft Ödsbach
<b>Dienstag, 10.02.26</b> 14:00 Uhr	Spielenachmittag im Pfarrsaal in Stadelhofen	Team Spielenachmittag
<b>Dienstag, 10.02.26</b> 15:00 Uhr	Spielenachmittag Seniorennachmittag im evang. Gemeindehaus	Evang. Kirchengemeinde Oberkirch
<b>Mittwoch, 11.02.26</b> 11:30 Uhr	Mittagstisch im Bürgertreff „Hexensuppe mit Brötchen“ Anmeldung erforderlich!	Seniorennetzwerk Oberkirch
<b>Mittwoch, 11.02.26</b> 14:30 Uhr	Fasnacht Seniorennachmittag Kastelberghalle	Seniorentreff Ringelbach/ Wolfhag
<b>Dienstag, 24.02.26</b> 14:00 Uhr	Spielenachmittag im Pfarrsaal in Stadelhofen	Team Spielenachmittag

## März 2026

Termin	Art der Veranstaltung/ Thema	Veranstalter
<b>Dienstag, 03.03.26</b> 14:00 Uhr	Spielenachmittag im Pfarrsaal in Stadelhofen	Team Spielenachmittag
<b>Dienstag, 10.03.26</b> 15:00 Uhr	Reisebericht von Karl Streif über Argentinien - Seniorennachmittag im evang. Gemeindehaus	Evang. Kirchengemeinde Oberkirch
<b>Mittwoch, 11.03.26</b> 11:30 Uhr	Mittagstisch im Bürgertreff „Fleischküchle mit Karottenstampf“-Anmeldung erforderlich!	Seniorennetzwerk Oberkirch
<b>Dienstag, 17.03.26</b> 14:00 Uhr	Spielenachmittag im Pfarrsaal in Stadelhofen	Team Spielenachmittag
<b>Mittwoch, 18.03.26</b> 14:30 Uhr	Kreuzweg St. Jakobus Kirche mit den Stubenmusikanten Im Anschluss Vortrag über Indien mit Pater Shinto - Gasthaus Krone	Senioren-gemeinschaft Ödsbach
<b>Mittwoch, 18.03.26</b> 14:30 Uhr	Vortrag über Indien Seniorennachmittag Kastelberghalle	Seniorentreff Ringelbach/ Wolfhag
<b>Donnerstag, 26.03.26</b> 08:00 Uhr	Ganztagesausflug „Schuhmuseum Hauenstein“	Seniorenwerk Nußbach/ Bottenau

## April 2026

Termin	Art der Veranstaltung/ Thema	Veranstalter
<b>Dienstag, 07.04.26</b> 14:00 Uhr	Spielenachmittag im Pfarrsaal in Stadelhofen	Team Spielenachmittag
<b>Mittwoch, 08.04.26</b> 11:30 Uhr	Mittagstisch im Bürgertreff „Maultaschen mit Kartoffelsalat“ Anmeldung erforderlich!	Seniorennetzwerk Oberkirch
<b>Dienstag, 14.04.26</b> 15:00 Uhr	Vortrag Ernährungszentrum Oberkirch „Ernährung und Lebensstil im Alter“ Seniorennachmittag im evang. Gemeindehaus	Evang. Kirchengemeinde Oberkirch
<b>Mittwoch, 15.04.26</b> 13:30 Uhr	Halbtagesfahrt nach Baiersbronn Glashütte Buhlach mit Führung und Kaffeepause Abschluss: „Hotel die Alm“	Senioren-gemeinschaft Ödsbach

<b>Mittwoch, 15.04.26</b> 14:30 Uhr	Kaffeeahrt nach Oppenau	Seniorentreff Ringelbach/ Wolfhag
<b>Donnerstag, 16.04.26</b> 15:00 Uhr	Begegnungstag St. Marien	Seniorenwerk Nußbach/ Bottenau
<b>Di, 21.04.26</b> 14:00 Uhr	Spielenachmittag im Pfarrsaal in Stadelhofen	Team Spielenachmittag

## Mai 2026

Termin	Art der Veranstaltung/ Thema	Veranstalter
<b>Di, 05.05.26</b> 14:00 Uhr	Spielenachmittag im Pfarrsaal in Stadelhofen	Team Spielenachmittag
<b>Mittwoch, 06.05.26</b> 12:00 Uhr	Mittagstisch im Gasthaus Kronen	Senioren-gemeinschaft Ödsbach
<b>Mittwoch, 06.05.26</b> 15:00 Uhr	Maiandacht in Wolfhag, mit Führung	Seniorentreff Ringelbach/ Wolfhag
<b>Dienstag, 12.05.26</b> 15:00 Uhr	Wisst ihr noch wie es früher war? Seniorennachmittag im evang. Gemeindehaus	Evang. Kirchengemeinde Oberkirch
<b>Mittwoch, 13.05.26</b> 11:30 Uhr	Mittagstisch im Bürgertreff „Kartoffeln mit Bibeleskäs“ Anmeldung erforderlich!	Seniorennetzwerk Oberkirch
<b>Freitag, 16.05.26</b>	Maiandacht Kirche Urloffen-Zimmern	Seniorenwerk Nußbach/ Bottenau
<b>Di, 19.05.26</b> 14:00 Uhr	Spielenachmittag im Pfarrsaal in Stadelhofen	Team Spielenachmittag
<b>Mittwoch, 20.05.26</b> 14:30 Uhr	Maiandacht Marienfried Pfarrer Dr. Wolf und Frauensingkreis Im Anschluss gemütliches Beisammensein	Senioren-gemeinschaft Ödsbach

## Juni 2026

Termin	Art der Veranstaltung/ Thema	Veranstalter
<b>Di, 02.06.26</b> 14:30 Uhr	Spielenachmittag im Pfarrsaal in Stadelhofen	Team Spielenachmittag

<b>Mittwoch, 10.06.26</b> 11:30 Uhr	Mittagstisch im Bürgertreff „Spargel mit Pfannkuchen, Schinken und Sauce Hollandaise“ Anmeldung erforderlich!	Seniorennetzwerk Oberkirch
<b>Sa, 13.06.26</b> 15:00 Uhr	Fest der Generationen mit der KLJB	Seniorentreff Ringelbach/ Wolfhag
<b>Di, 16.06.26</b> 14:30 Uhr	Spielenachmittag im Pfarrsaal in Stadelhofen	Team Spielenachmittag
<b>Mittwoch, 17.06.26</b> 14:30 Uhr	Unterhaltsamer Nachmittag mit Vesper Familie Vogt Laibach	Senioren-gemeinschaft Ödsbach
<b>Donnerstag, 18.06.26</b> 13:00 Uhr	Halbtagesausflug Ausflugsziel noch offen	Seniorenwerk Nußbach/ Bottenau

## Juli 2026

Termin	Art der Veranstaltung/ Thema	Veranstalter
<b>Freitag, 04.07.26</b> 08:00 Uhr	Tagesfahrt Ausflugsziel noch offen	Seniorenwerk Nußbach/ Bottenau
<b>Mittwoch, 08.07.26</b> 16:00 Uhr	Mittagstisch im Bürgertreff „Sommerfest“ Anmeldung erforderlich!	Seniorennetzwerk Oberkirch
<b>Dienstag, 14.07.26</b> 15:00 Uhr	Besuch und Vortrag vom Eine Welt Laden	Evang. Kirchengemeinde Oberkirch
<b>Mittwoch, 15.07.26</b> ca. 14:00 Uhr	Fahrt ins Blaue	Seniorentreff Ringelbach / Wolfhag
<b>Mittwoch, 15.07.26</b> 14:30 Uhr	Grillen bei Halter´s Mit „Hons und Fronz“	Senioren-gemeinschaft Ödsbach

## August 2026

Termin	Art der Veranstaltung/ Thema	Veranstalter
<b>Mittwoch, 12.08.26</b> 12:00 Uhr	Mittagstisch Gasthaus Krone	Senioren-gemeinschaft Ödsbach
<b>Donnerstag, 27.08.26</b> 13:00 Uhr	Halbtagesausflug Ausflugsziel noch offen	Seniorenwerk Nußbach/ Bottenau