

Regelmäßige Treffen

- MONTAG:**
15:00 - 16:00 Uhr **DRK-Bewegungsgymnastik**
im DRK-Haus, Eisenbahnstraße 9b
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
- 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 9b
(Bewirtung zum Selbstkostenpreis)
- 20:00 - 21:00 Uhr **Verein für Gesundheitsförderung e. V.**
Ganzkörpertraining
Freiwalddhalle Zusenhofen
- DONNERSTAG:**
18:00 - 19:00 Uhr **Verein für Gesundheitsförderung e. V.**
Bewegen statt Schonen
Freiwalddhalle Zusenhofen
- 19:00 - 20:00 Uhr **Verein für Gesundheitsförderung e. V.**
Herzsportgruppe
Freiwalddhalle Zusenhofen
- 20:00 - 21:00 Uhr **Verein für Gesundheitsförderung e. V.**
Herzsportgruppe
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 des Seniorennetzwerkes 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
Am 5. September mit der Oldieband
- Oberkircher Seniorenorganisationen/ Ansprechpartnerinnen & Ansprechpartner**
- **Seniengemeinschaft Ödsbach:** Maria Huber
 - **Seniorenwerk Nußbach/Bottenau:**
Johanna Welle & Maria Wiegele
 - **DRK – Mittwochstreff:** Bettina Ehret
 - **Spielesachmittag 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: 14:30 - 17:00 Uhr
Donnerstag: 08:00 - 11:30 Uhr

- Bleib fit – mach mit!**
- Herausgeber:** Seniorenarbeit
der Stadt Oberkirch,
Sabrina Lusch,
Seniorenbeauftragte,
Tel. 82-169
- 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.

Oberkirch  **Telefon: 07802/82-444**
Netzwerk Senioren 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 Bewegungstreffe

- 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, 8:30 Uhr
- Bushaltestelle Hans-Furler-Gymnasium**
Nordic-Walking - Freitag, 14:00 Uhr



Oberkirch 
Wo Gutes entsteht



TERMINE UND VERANSTALTUNGEN
für Ältere & Junggebliebene

September bis Dezember 2026

September 2026		
Termin	Art der Veranstaltung/ Thema	Veranstalter
Dienstag, 01.09. 14:00 Uhr	Spielenachmittag im Pfarrsaal in Stadelhofen	Team Spiele-nachmittag
Mittwoch, 02.09. 9:00 Uhr	Gemeinsam kreativ im Bürgertreff Anmeldung erforderlich!	Bürgertreff
Mittwoch, 02.09. 14:00 Uhr	DRK-Spielenachmittag DRK Haus	Team DRK
Mittwoch, 09.09. 11:30 Uhr	Mittagstisch im Bürgertreff „Kartoffelsuppe mit Wienerle“ Anmeldung erforderlich!	Senioren-netzwerk Oberkirch
Dienstag, 15.09. 14:00 Uhr	Spielenachmittag im Pfarrsaal in Stadelhofen	Team Spiele-nachmittag
Dienstag, 15.09. 15:00 Uhr	Seniorenachmittag Frau Jüssel-Schweinfurth mit Gedichten, Liedern und Texten zur „guten alten Zeit“ Evang. Gemeindehaus	Evang. Kirchen-gemeinde Oberkirch
Mittwoch, 16.09. 14:00 Uhr	DRK-Spielenachmittag DRK Haus	Team DRK
Mittwoch, 16.09. 14:30 Uhr	Ausfahrt nach Durbach	Seniorentreff Ringelbach / Wolfhag
Donnerstag, 17.09. 13:30 Uhr	Halbtagesfahrt nach Gengenbach. Fahrt mit „GengenBahn Bähnle“. Abschluss Restaurant „Pfeffer und Salz“ Weingut Simon Huber	Seniorenge-meinschaft Ödsbach
Sonntag, 27.09. 14:30 Uhr	Seniorenachmittag der Ge-meinde in der Mooswaldhalle	Seniorenge-meinschaft Ödsbach
Mittwoch, 30.09 9:00 Uhr	Gemeinsam kreativ im Bürgertreff Anmeldung erforderlich!	Bürgertreff

Oktober 2026		
Termin	Art der Veranstaltung/ Thema	Veranstalter
Dienstag, 06.10. 14:00 Uhr	Spielenachmittag im Pfarrsaal in Stadelhofen	Team Spiele-nachmittag
Mittwoch, 07.10. 12:00 Uhr	Mittagstisch „Gasthaus Krone“	Senioren-gemeinschaft Ödsbach
Mittwoch, 07.10. 14:00 Uhr	DRK-Spielenachmittag DRK Haus	Team DRK
Dienstag, 13.10. 15:00 Uhr	Seniorenachmittag Kein bestimmtes Thema Evang. Gemeindehaus	Evang. Kirchen-gemeinde Oberkirch
Mittwoch, 14.10. 11:30 Uhr	Mittagstisch im Bürgertreff „Bratwurst mit Bayrisch-Kraut und Kartoffeln“ Anmeldung erforderlich!	Senioren-netzwerk Oberkirch
Donnerstag, 15.10. 15:00 Uhr	Herbstfest St. Marien	Seniorenwerk Nußbach / Bottenau
Dienstag, 20.10. 14:00 Uhr	Spielenachmittag im Pfarrsaal in Stadelhofen	Team Spiele-nachmittag
Mittwoch, 21.10. 14:00 Uhr	DRK-Spielenachmittag DRK Haus	Team DRK
Mittwoch 21.10. 14:30 Uhr	Rosenkranz St. Jakobus Kirche mit den Stubenmusikanten. Im Anschluss „Gasthaus Krone“	Seniorenge-meinschaft Ödsbach
Mittwoch, 21.10. 14:30 Uhr	Seniorentreffen Thema Äpfel / Erntedank Kastelberghalle	Seniorentreff Ringelbach / Wolfhag

November 2026		
Termin	Art der Veranstaltung/ Thema	Veranstalter
Dienstag, 03.11. 14:00 Uhr	Spielenachmittag im Pfarrsaal in Stadelhofen	Team Spiele-nachmittag
Mittwoch, 04.11. 14:00 Uhr	DRK-Spielenachmittag DRK Haus	Team DRK
Dienstag, 10.11. 15:00 Uhr	Seniorenachmittag Wir bewegen uns ohne uns zu bewegen! Evang. Gemeindehaus	Evang. Kirchen-gemeinde Oberkirch
Mittwoch, 11.11. 11:30 Uhr	Mittagstisch im Bürgertreff „Spaghetti Bolognese“ Anmeldung erforderlich!	Senioren-netzwerk Oberkirch
Dienstag, 17.11. 14:00 Uhr	Spielenachmittag im Pfarrsaal in Stadelhofen	Team Spiele-nachmittag
Mittwoch, 18.11. 12:00 Uhr	Mittagstisch „Ferienhof Giedensbach“ Im Anschluss das Geheimnis „der Raunächte“ Referentin: Agnes Vogt	Seniorenge-meinschaft Ödsbach
Mittwoch, 18.11. 14:00 Uhr	DRK-Spielenachmittag DRK Haus	Team DRK
Mittwoch, 18.11. 14:30 Uhr	Seniorentreffen Vortrag: Testament, Patienten-verfügung und Vollmacht Kastelberghalle	Seniorentreff Ringelbach / Wolfhag

Dezember 2026		
Termin	Art der Veranstaltung/ Thema	Veranstalter
Dienstag, 01.12. 14:00 Uhr	Spielenachmittag im Pfarrsaal in Stadelhofen	Team Spiele-nachmittag
Mittwoch, 02.12. 9:00 Uhr	Gemeinsam kreativ im Bürgertreff Anmeldung erforderlich!	Bürgertreff
Mittwoch, 02.12. 14:00 Uhr	DRK-Spielenachmittag DRK Haus	Team DRK
Freitag, 04.12. 15:00 Uhr	Nikolausfeier St. Marien	Seniorenwerk Nußbach / Bottenau
Dienstag, 08.12. 15:00 Uhr	Seniorenachmittag Weihnachtsfeier Evang. Gemeindehaus	Evang. Kirchen-gemeinde Oberkirch
Mittwoch, 09.12. 11:30 Uhr	Mittagstisch im Bürgertreff „Wild mit Nudeln, Preiselbeeren und Salat“ Anmeldung erforderlich!	Senioren-netzwerk Oberkirch
Mittwoch, 09.12. 14:30 Uhr	Adventsgottesdienst St. Jakobus Kirche mit Pfarrer Dickerhof und Frauensingkreis Abschl. „Gasthaus Krone“	Seniorenge-meinschaft Ödsbach
Samstag, 12.12. 14:00 Uhr	Adventsfeier in der Kastelberghalle	Seniorentreff Ringelbach / Wolfhag
Dienstag, 15.12. 14:00 Uhr	Spielenachmittag im Pfarrsaal in Stadelhofen	Team Spiele-nachmittag
Mittwoch, 16.12. 14:00 Uhr	DRK-Spielenachmittag DRK Haus	Team DRK