VERANSTALTUNGS-KALENDER

für Seniorinnen & Senioren in Sterkrade-Nord

Oktober – Dezember 2026

AWO Arbeiterwohlfahrt Oberhausen e.V.

Senioren & Seniorinnen QUARTIERS BÜRO





AWO-Begegnungsstätte „Sterkrade-Nord“
Julius-Brecht-Anger 33, 46147 Oberhausen

ÖFFNUNGSZEITEN:
dienstags - freitags: 09.30-13.00 Uhr, 14.30-17.00 Uhr (montags geschlossen)
1. und 3. Samstag im Monat: 09.30 - 13.00 Uhr
2. und 4. Sonntag im Monat: 15.00 - 18.00 Uhr

Quartiersbüro Sterkrade-Nord
donnerstags, 10.00 - 13.00 Uhr (an verschiedenen Standorten)
und nach Vereinbarung

Hier sind Sie richtig mit Ihren Fragen rund um’s Älterwerden.
Verabreden Sie gerne einen Termin mit uns.

AWO-Servicezentrum / Quartiersbüro, Julius-Brecht-Anger 42, 46147 Oberhausen
Tel. 0208 4684090 oder 0208 850000

Sie erreichen uns auch per WhatsApp-Textnachricht: 0172 4040853

AWO Arbeiterwohlfahrt Oberhausen e.V.

Senioren & Seniorinnen QUARTIERS BÜRO

REGELMÄSSIGE ANGEBOTE FÜR SENIOR*INNEN IN „STERKRADE-NORD“

4. QUARTAL 2026 >>>>>

MONTAGS >>>>>

09.00 – 10.00 und 10.15 – 11.15 Uhr

FIT & VITAL

Ein Sportangebot mit leichten Übungen für Ältere
(AWO, Julius-Brecht-Anger 33, Gruppenraum im Untergeschoss)

Info: Heinz Bolz, 0208 63494364

09.30 – 11.30 Uhr (zeitweise im Quartal)

NÄHCAFÉ

ein Kursangebot des Friedensdorf-Bildungswerks

Infos + Anmeldung: bildungswerk@friedensdorf.de oder Tel. 02064 4974141

10.00 – 11.30 Uhr (zeitweise im Quartal)

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 Konzentration.
(St. Franziskus, Sozialkirche St. Jakobus, Tackenbergstraße 144)

Infos + Anmeldung:
KEFB Oberhausen, 0208 8599641, E-Mail: oberhausen@kefb.info

13.30 – 15.00 Uhr (14-tägig)

VOLKSHOCHSCHULE

Ein Informations- und Diskussionsangebot für Ältere zu aktuellen Themen
(Begegnungsstätte Sterkrade-Nord, Julius-Brecht-Anger 33)

15.00 – 17.30 Uhr (14-tägig)

SPIELENACHMITTAG

Brettspiele, Kartenspiele, Würfelspiele ... Hauptsache es macht Spaß!
(AWO-Begegnungsstätte, Julius-Brecht-Anger 33)

Info: Hildegard Werner, 0208 62577057

16.30 – 17.30 Uhr

FRAUENGYMNASTIK 70+

ein allgemeines Sportangebot des RSV Adler 1914 e.V. für Ausdauer, Kraft und Entspannung
(Hirschkampschule, Zum Ravenhorst 295)

Anmeldung: Ursula Augenstein, 0208 684853 oder mail@rsv-adler1914.de

17.45 – 18.45 Uhr

FUNKTIONSGYMNASTIK 60+

… es wird ein funktionelles Training des Vereins RSV Adler 1914 e.V. angeboten aus den Bereichen: leichtes Herz-Kreislauf Training / Mobilisierung der Gelenke / Kraft- Koordination- und Rückentraining.
(Hirschkampschule, Zum Ravenhorst 295)

Anmeldung: Ursula Augenstein, 0208 684853 (AB) oder mail@rsv-adler1914.de

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

19.00 – 20.00 Uhr

GYMNASTIK für Männer 60+

eine Ausgleichsgymnastik für Männer 60 plus des RSVAdler 1914 e.V., Hirschkampschule, Zum Ravenhorst 295

Anmeldung: Ursula Augenstein, 0208 684853 oder mail@rsv-adler1914.de

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 Tepaß, 0173 5325893

14.00 – 16.30 Uhr

CLUBNACHMITTAG / BINGO

Eine gesellige Runde netter Menschen
(AWO-Begegnungsstätte, Julius- Brecht-Anger 33)

Info: Erika Schreiber, 0208 633021

16.00 – 17.00 Uhr

HOCKERGYMNASTIK 1

Ein Angebot des RSV Adler 1914. Mit kleinen Handgeräten wie Therabändern, Brasils, kleinen Hanteln oder Redondo-Bällen und alternativem Material können Sie sich sportlich betätigen. (Hirschkampschule, Zum Ravenhorst 295)

Anmeldung: Ursula Augenstein, 0208 684853 (AB) oder mail@rsv-adler1914.de

16.30 – 20.00 Uhr (14-tägig)

SKATCLUB

Spielbegeisterte sind zum „Reinschnuppern“ herzlich willkommen!
(AWO-Begegnungsstätte, Julius-Brecht-Anger 33)

Info: Wilfried Brennemann, 0208 681050

18.00 Uhr (jeden 3. Dienstag / Monat)

VDK-TREFFEN, ORTSGRUPPE STERKRADE-NORD

... auf dem Gelände des Hauses Gottesdank Gottesdank, Kirchhellener Str. 190a. Zum Einlass bitte bei „Tagespflege“ klingeln.

Infos bei Martin Targus, Tel. 0152 02103614, Ulrike Schreibers, Tel. 0208-682434, Peter Hoefs, Tel. 0159 06718777

18.45 - 20.15 Uhr

Djembe spielen - Zeit zum Trommeln

Die Grundlagen des afrikanischen Trommelspiels auf der Djembe werden vermittelt

Friedensdorf Zentrale, Lanterstr. 21, 46539 Dinslaken, Tel. 02064-4974141

20.00 - 21.30 Uhr

CHORPROBE „CANTO BARBARA“

Der Königshardter Chor probt unter der Leitung von Stefanie Melitsch. Neue Sängerinnen und Sänger sind herzlich willkommen
(Gemeindezentrum St. Barbara, Hartmannstr. 83, Königshardt)

Info: Bernd Seidel, Tel.: 67 78 04 oder Email: bernd.salomon@posteo.de

Dieser Veranstaltungskalender ist ein Service Ihres

Senioren & Seniorinnen
QUARTIERS BÜRO
Sterkrade Nord

MITTWOCHS >>>>>

09.00 – 09.45 / 10.00 - 10.45 Uhr (zeitweise im Quartal)

RÜCKENFIT

Dieser Präventionskurs vermittelt die besten Techniken und Übungen, um die Stabilität der Wirbelsäule zu erhöhen und die richtige Haltung im Alltag zu fördern (Friedensdorf Zentrale, Lanterstraße 21, 46539 Dinslaken)

Anmeldung: bildungswerk@friedensdorf.de oder Tel. 02064 4974141

ab 10.00 Uhr

WALKING

Ein Plus für Ihre Gesundheit!
(Treffpunkt: AWO-Schaukasten, Julius-Brecht-Anger 33)

Info: Hannelore Bolz, 0208 63494364

09.00 Uhr // 10.00 Uhr

BEWEGUNG MIT MUSIK

... auch auf dem Stuhl möglich - Kräftigung und Mobilisation mit z.B. Gymnastikstangen, Gummibändern und Bällen. Zwei Kurse im AWO Gemeinschaftsraum, Julius-Brecht-Anger 33, Untergeschoss

Info: Melanie Felske, 0163 2075575

11.00 Uhr - 12.00Uhr

YOGA SANFT FÜR ALLE

Rücken, Schultern, Nacken ... alles was Du brauchst bist Du selbst und den Willen, Dir bewusst Gutes zu tun. Kurs im AWO Gemeinschaftsraum, Julius-Brecht-Anger 33, Untergeschoss

Info: Melanie Felske, 0163 2075575

11.00 – 11.00 Uhr (02.09. - 14.10.2026)

SITZGYMNASTIK

Ein Kurs, der speziell für Seniorinnen und Senioren konzipiert ist, um die körperliche Fitness und das Wohlbefinden zu steigern. Ob mit Gehhilfe, Rollator oder im Rollstuhl – alle sind herzlich willkommen, gemeinsam in Bewegung zu kommen. Mit kleinen, effektiven Bewegungen lassen sich große Fortschritte erzielen – für mehr Vitalität und Lebensfreude im Alltag.

(Friedensdorf Zentrale, Lanterstraße 21, 46539 Dinslaken)

Anmeldung: bildungswerk@friedensdorf.de oder Tel. 02064 4974141

14.00 – 16.00 Uhr (14-tägig)

OFFENE SPIELEGRUPPE

Brettspiele, Kartenspiele, Würfelspiele ... Hauptsache es macht Spaß!
(AWO-Begegnungsstätte, Julius-Brecht-Anger 33)

Info: Erika Schreiber, 0208 633021

14.30 – 15.30 Uhr

GYMNASTIK FÜR FRAUEN

Ein Angebot der Sportvereinigung Sterkrade-Nord 1920/25 e.V.
(Turnhalle Hartmannschule, Hartmannstr. 85, 46145 Oberhausen)

Anmeldung: Renate Lenk 0157 76022893

14.30 – 16.30 Uhr (2. und 4. Mittwoch im 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 – 16.30 Uhr

EVANGELISCHE FRAUENHILFE HOLTEN

11.11.2026: Spielenachmittag (Ev. Gemeindehaus, Schulstr. 3)
18.11.2026: Andacht zu Buß- und Bettag (Ev. Gemeindehaus, Schulstr. 3)
29.11.2026: Gottesdienst in der ev. Kirche Holten
Infos und Anmeldung: Dagmar Lutz, Tel. 0160 7763507

15.00 – 17.00 Uhr (14-tägig)

FRAUENHILFE KÖNIGSHARDT

der Evangelischen Kirchengemeinde Königshardt-Schmachtendorf
Anmeldung: Doris Palm, 0208 670862

15.00 – 17.00 Uhr (14-tägig)

FRAUENHILFE SCHMACHTENDORF

der Evangelischen Kirchengemeinde Königshardt-Schmachtendorf
Anmeldung: Andrea Schäfer, 0208 688032

15.00 – 17.00 Uhr

KÖB BÜCHEREI ST. JOSEF SCHMACHTENDORF

Eichendorffstr. 11, hinter der Kirche St. Josef
Infos: Christiane Holletschek, Tel.: 0208 685858

20.00 – 21.30 Uhr

PROBE DER CHORGRUPPE NORD

der Kirchenchöre St. Theresia 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 >>>>>

09.00 – 10.30 Uhr (zeitweise im Quartal)

FRANZÖSISCH „MITTELSTUFE“

Dieser Kurs richtet sich an Interessent*innen, die schon Vorkenntnisse im Französischen haben. Das Ziel des Kurses ist es, sich in Alltagssituationen in französischer Sprache ausdrücken zu können, um sich so z.B. im Urlaub zurecht zu finden.
(St. Josef, Eichendorffstraße 13, 46117 Oberhausen)
Kontakt: KEFB Oberhausen, 0208 85996-41, E-Mail an oberhausen@kefb.info

10.00 – 13.00 Uhr (jeden 2. Donnerstag im 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)

15.00 – 17.00 Uhr

PLAUDERBANK

Für Menschen, die Kontakt und Gespräch suchen. Auf der Pfarrwiese gegenüber dem Eingang zum Barbarafriedhof, Krähenstraße, 46145 Oberhausen. In dem Zeitraum sind dort zwei Damen, die sich gerne mit allen Interessieten unterhalten und ein wenig plaudern. Ein Angebot der katholischen Kirchengemeinde St. Barbara.

15.00 – 17.00 Uhr (jeden 2. Donnerstag im Monat)

PLAUDERCAFÉ

Herzliche Einladung an alle zu Gesprächen, Kaffee und Kuchen. Ein Angebot der katholischen Kirchengemeinde St. Barbara in der Begegnungsstätte, Hartmannstr. 81

DONNERSTAGS >>>>>

14.30 – 17.00 Uhr (1./3./5. Do./Monat)

HANDARBEITSKREIS

Stricken, häkeln, klönen ...
(AWO-Begegnungsstätte Sterkrade-Nord, Julius-Brecht-Anger 33)

Info: Hannelore Bolz, 0208 63494364

16.00 – 17.00 Uhr

HOCKERGYMNASTIK 2

ein Angebot des RSV Adler 1914. Hier besteht die Möglichkeit auf dem Hocker oder Stuhl aktiv zu werden.
(Hirschkampschule, Zum Ravenhorst 295)

Anmeldung: Ursula Augenstein, 0208 684853 (AB) oder mail@rsvadler1914.de

18.00 – 19.30 Uhr (zeitweise im Quartal)

ENTSPANNUNG FÜR KÖRPER UND GEIST

Verschiedene angeleitete Entspannungseinheiten wie progressive Muskelentspannung, Traumreise, Aroma-Therapie und autogenes Training bieten Methoden zur Stressbewältigung und Zeit für Entspannung.
(Friedensdorf Zentrale, Lanterstraße 21, 46539 Dinslaken)

Anmeldung: bildungswerk@friedensdorf.de oder Tel. 02064 4974141

19.00 Uhr (jeden 2. Donnerstag im Monat)

MÄNNERSTAMMTISCH

der Evangelischen Kirchengemeinde Königshardt-Schmachtendorf

Anmeldung: Reinhard Dreßler, 0208 6980144
oder Manfred Schubert, 0208 672969

20.00 – 22.00 Uhr

GYMNASTIK FÜR MÄNNER

Sportvereinigung Sterkrade-Nord 1920/25 e.V.
(Turnhalle am Buchenweg)

Anmeldung: Rainer Zwickler, Tel.: 0173 905398

FREITAGS >>>>>

09.00 – 14.00 Uhr

TREFF FÜR SENIOR*INNEN

Eine gesellige Runde für Gespräche, Gesellschaftsspiele und kreatives Werken sowie für kulturelle Interessen und Unterhaltung. Ein Angebot des Friedensdorfes Oberhausen, Rua Hiroshima 1

Anmeldung: bildungswerk@friedensdorf.de oder 02064 4974141

15.00 – 18.00 Uhr (02.10. / 06.11. und 04.12.2026)

TANZTEE

Schwingen Sie mal wieder das Tanzbein zu guter Livemusik
und in netter Gesellschaft. (AWO-Begegnungsstätte Sterkrade-Nord, Julius-Brecht-Anger 33, Tel. 0208 4684090)

16.00 – 17.30 Uhr

HOCKERGYMNASTIK 3

Hockergymnastik mit kleinen Handgeräten und alternativem Material für Menschen, die nicht lange stehen können. Ein Angebot des : RSV Adler 1914 e.V. in der Hirschkampschule, Zum Ravenhorst 295

Info und Anmeldung unter 0208 - 684853 AB oder mail@rsv-adler1914.de

18.30 – 20.00 Uhr

CHORPROBE GOSPELCHOR „GOOD NEWS“

der Evangelischen Kirchengemeinde Königshardt-Schmachtendorf

Infos bei Susanne Friedrich-Bode, Tel: 01573 3946436

Senioren & Seniorinnen
QUARTIERS BÜRO
Sterkrade Nord

SAMSTAGS >>>>>

10.30 Uhr

OFFENER SCHACHTREFF

Ein Angebot der Schachabteilung des TC69 Sterkrade in der Sterkrader Stadtbücherei.

Infos: Marco Schwinning, Tel. 0177 7474808, Email: m.schwinning@schach69.de

SONNTAGS >>>>>

10.00 – 12.00 Uhr

YOGAMOBILITY

Yoga ist kein Wettbewerb. Jeder Teilnehmer übt im Rahmen dessen, was sein Körper zulässt. Ein Angebot der Sportvereinigung Sterkrade-Nord 1920/25 e.V. für Männer und Frauen (Turnhalle am Buchenweg)

Anmeldung: Herbert Lenhart, 01577 2397835

10.30 – 12.30 Uhr

KÖB BÜCHEREI ST. JOSEF SCHMACHTENDORF

Eichendorffstr. 11 (hinter der Kirche St. Josef)

10.30 – 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)



Kennen Sie schon den?



Gerne nehmen wir Sie in unseren Emailverteiler auf.
Melden Sie sich unter servicezentrum@awo-oberhausen.de.



Senioren!

... Sicherheitsberatung

POLIZEI
Nordrhein-Westfalen
Oberhausen

Donnerstag, 08.10.2026, 15^{00} Uhr,

Thema: Betrug im Internet, „Cybercrime“

Wir freuen uns auf Ihre Teilnahme in der Begegnungsstätte, Julius-Brecht-Anger 33, 46147 Oberhausen.

Senioren & Seniorinnen
QUARTIERS BÜRO
Sterkrade Nord

gefördert von der stadt oberhausen

AWO Arbeiterwohlfahrt Oberhausen e.V.



SENIOR*INNEN-VERANSTALTUNGEN IN „STERKRADE-NORD“

4. QUARTAL 2026 >>>>>

OKTOBER

Freitag, 02.10.2026
Herbstmarkt
des Familienzentrums Schmachtendorf, Arnheimer Str. 31, 46147 Oberhausen
Infos und Anmeldung: Tel. 0208 69601-144

Freitag, 02.10.2026, 18.00 Uhr
Oktoberfest
Anmeldung erforderlich: AWO-Begegnungsstätte, Julius-Brecht-Anger 33, Tel. 0208 4684090

Donnerstag, 08.10.2026, 09.00 - 11.00 Uhr
Frühstücks-Café
im ev. Gemeindehaus Holten, Schulstr. 3, gleichzeitig Sprechstunde des Quartiersbüros Sterkrade-Nord

Donnerstag, 08.10.2026, 15.00 Uhr
Senioren-Sicherheitsberatung: „Betrug im Intenet“
... eine Vortrags- und Informationsveranstaltung der Senioren-Sicherheitsberater*innen der Polizei. Das Thema betrifft jeden!
(AWO-Begegnungsstätte, Julius-Brecht-Anger 33, Tel. 0208 4684090)

Donnerstag, 08.10.2026, 15.00 - 17.00 Uhr
Plaudercafé spezial
Gemeindereferentin Stefanie Alders und Bestatterin Selina Senger referieren über unterschiedlichsten Formen der Bestattung. (St.Barbara Königshardt, Hartmannstraße 83a, 46145 Oberhausen)

Freitag, 09.10.2026, 18.00 Uhr
Oktoberfest
Anmeldung erforderlich: AWO-Begegnungsstätte, Julius-Brecht-Anger 33, Tel. 0208 4684090

Samstag, 10.10.2026, 10:00–13:00 Uhr
Farbberatung - Welcher Farbtyp bin ich?
Seminar zur Bestimmung des eigenen Farbtyps und zur Wirkung von Farben. (Friedensdorf Zentrale, Lanterstr. 21, 46539 Dinslaken Friedensdorf Bildungswerk, 02064-4974141)

Samstag: 10.10.2026 14.00-18.00 Uhr
Nachbarschaft der Religionen – „Gemeinsam unterwegs – Pilgern für den Frieden“
Gemeinsamer Friedensweg über mehrere Gemeinden. Gesamtstrecke ca. 3,5 km mit kurzen Impulspausen an den Gemeinden. Für Gehbehinderte steht ein Planwagen zur Verfügung. Start: Muslimische Gemeinde, Emmericher Straße 31
Infos: d.platt@HausGottesdank.de 0208/882643-113

Sonntag, 11.10.2026, 10:30 Uhr
Jubelkonfirmation (ab 50 J.)
... mit anschließendem Mittagessen, Kirche Buchenweg / Gemeindezentrum Forststr. Anmeldung: silke.hartmann@ekir.de

Dienstag, 20.10.2026, 18:00 Uhr
VdK Ortsgruppe Stekrade-Nord
(Haus Gottesdank, Kirchhellenerstraße 190, Räumlichkeiten der Tagespflege)

Mittwoch, 21.10.2026, 14:30–16:30 Uhr
Spielnachmittag
Brett- und Kartenspiele in geselliger Runde - Evangelische Frauenhilfe Holten, Schulstr. 1

Donnerstag, 22.10.2026, 15:00 Uhr
Herbstfest
... im Gemeindezentrum Eichendorffstr. 13, Caritas Kirchengemeinde St. Josef, Info: Hildegard Laskowski, Tel. 0208 621000

Dienstag, 27.10.2026
Selbstbehauptungskurs
Veranstalter: Frauengesprächskreis der Kirchengemeinde Königshardt-Schmachtendorf, Infos / Anmeldung: Ulrike Schreibers, Tel. 0208-682434

Samstag, 31.10.2026, ab 18:00 Uhr
Halloweenparty
Anmeldung: AWO-Begegnungsstätte, Julius-Brecht-Anger 33, Tel. 0208 4684090

NOVEMBER

Sonntag, 01.11.2026, 11:15 Uhr
Messe zu Allerheiligen mit Gräbersegnung
(St.Barbara Königshardt, Hartmannstraße 83a, 46145 Oberhausen)

Mittwoch, 04.11.2026, 10:00 – 13:00 Uhr
Dateiordnung statt Dateichaos
Seminar zum sicheren Umgang mit dem Dateiexplorer und Aufbau einer übersichtlichen Dateiordnung. (Friedensdorf Zentrale, Lanterstr. 21, 46539 Dinslaken, Friedensdorf Bildungswerk, 02064-4974141)

Freitag, 06.11.2026 und Samstag, 07.11., jeweils 17:00 – 20:00 Uhr
Gesunder Darm – starkes Leben: Ernährung ganzheitlich
Grundlagen zur Darmgesundheit sowie ausgewogene Ernährung und Pflege des Mikrobioms. (Friedensdorf Zentrale, Lanterstr. 21, 46539 Dinslaken, Friedensdorf Bildungswerk, 02064-4974141)

Freitag, 06.11.2026, 18:00 – 21:00 Uhr und Samstag, 07.11., 10:00 - 14:00 Uhr
Novemberlichter
... des Caritasverband Oberhausen (Zentrum Altenberg, Hansastraße) Handgefertigte Produkte, Livemusik, Tanz und kulinarische Angebote.

Freitag, 06.11.2026, 18:00 – 21:00 Uhr und Samstag, 07.11., 10:00 - 14:00 Uhr und Freitag, 13.11.2026, 18:00 - 21:00 Uhr
Focusing
... als Werkzeug für Achtsamkeit, Selbstwahrnehmung, Selbstfürsorge und persönliche Weiterentwicklung ... (Friedensdorf Zentrale, Lanterstr. 21, 46539 Dinslaken - Friedensdorf Bildungswerk, 02064-4974141)

Samstag, 07.11.2026, 10:00–12:15 Uhr
Faszientraining
Einführung in Faszien und verschiedene Anwendungsmöglichkeiten der Faszienrolle. Friedensdorf Zentrale, Lanterstr. 21, 46539 Dinslaken Friedensdorf Bildungswerk, 02064-4974141

Samstag, 07.11.2026, 16:30-18:00 Uhr
Krippenausstellung und kleiner Basar
im Gemeindesaal St. Barbara Königshardt, Hartmannstraße 83a

Sonntag, 08.11.2026, 18:00 Uhr
Kirche plus Quartett
Konzert mit dem Joker Quartett - Evangelische Kirche am Buchenweg Eintritt frei, um Spenden wird gebeten.

Donnerstag, 12.11.2026, 09:00–11:00 Uhr
Frühstücks-Café
im ev. Gemeindehaus Holten, Schulstr. 3, gleichzeitig Sprechstunde des Quartiersbüros Sterkrade-Nord

Donnerstag, 12.11.2026, 15:00-17:00 Uhr
Plaudercafé
in der Begegnungsstätte St.Barbara Königshardt, Hartmannstr. 81

Freitag, 13.11.2026, 17:00–21:00 Uhr
Einführung in die Welt der ätherischen Öle
Grundlagen zu Herkunft, Anwendung und praktischem Einsatz ätherischer Öle - Friedensdorf Zentrale, Lanterstr. 21, 46539 Dinslaken Friedensdorf Bildungswerk, 02064-4974141

Freitag, 13.11.2026, 17:00-19:00 Uhr
Bücherflohmarkt
... im Gemeindesaal St. Barbara Königshardt, Hartmannstraße 83a,

Freitag, 13.11.2026 ab 18:00 Uhr
Glühweinfest
... in der AWO-Begegnungsstätte, Julius-Brecht-Anger 33, Tel. 0208 4684090

Samstag, 14.11.2026, 14:30 – 16:45 Uhr
Mental Balance
Atemsteuerung, Bewegung und stille Meditation zur inneren Ruhe - Friedensdorf Zentrale, Lanterstr. 21, 46539 Dinslaken Friedensdorf Bildungswerk, 02064-4974141

NOVEMBER

Dienstag, 17.11.2026, 18:00 Uhr
Spieleabend
... der VdK Ortsgruppe Sterkrade-Nord (Haus Gottesdank, Kirchhellener Straße 190, in den Räumlichkeiten der Tagespflege)

Samstag, 21.11.2026, 15:00–18:00 Uhr
ADVENT Entspannung
Weihnachtliche Geschichten und verschiedene Entspannungstechniken bei Kaffee, Tee und Gebäck - Friedensdorf Zentrale, Lanterstr. 21, 46539 Dinslaken Friedensdorf Bildungswerk, 02064-4974141

Sonntag, 22.11.2026, 18.00 Uhr
Es fährt kein Zug nach Irgendwo
... eine Bahnhofs-Komödie von Winnie Abel, inszeniert und aufgeführt vom Theaterstudio Oberhausen in der AWO-Begegnungsstätte, Julius-Brecht-Anger 33. Anmeldung unter Tel. 0208 4684090

Donnerstag, 26.11.2026, 17:30–20:30 Uhr
Weihnachtskarten selbst basteln
Anregungen für individuelle Weihnachtskarten; das Material wird gestellt. (Friedensdorf Zentrale, Lanterstr. 21, 46539 Dinslaken Friedensdorf Bildungswerk, 02064-4974141)

Freitag, 27.11.2026, 9:30 - 11:00 Uhr
Adventsbasteln
des Frauengesprächskreises der Kirchengemeinde Königshardt-Schmachtendorf, Infos und Anmeldung: Ulrike Schreibers, 0208-682434

Montag, 30.11.2026, 18:00–21:00 Uhr
Finde dein Krafttier
Workshop zu spirituellen Tierbegleitern, Meditation und intuitiver Arbeit. Friedensdorf, Rua Hiroshima 1, Friedensdorf Bildungswerk, 02064-4974141

DEZEMBER

Mittwoch, 02.12.2026, 19:00 Uhr
Auszeit im Advent
Adventliche Begegnung in den Nordgemeinden. Kirche St. Josef Schmachtendorf , Hiesfelder Straße

Donnerstag, 03.12.2026, 14:30 Uhr
Seniorenadventsfeier
... im ev. Gemeindezentrum Forststr., Anmeldung: silke.hartmann@ekir.de

Freitag, 04.12.2026, 19:30 Uhr
Barbara Messe
... mit anschließendem gemütlichen Beisammensein im Gemeindesaal, St.Barbara Königshardt, Hartmannstraße 83a

Samstag, 05.12.2026 09:30 Uhr
Weihnachtsbrunch
... in der AWO-Begegnungsstätte, Julius-Brecht-Anger 33
Anmeldung: Tel. 0208 4684090

Dienstag, 08.12.2026, 19:00 Uhr
Auszeit im Advent
Ort: St. Barbara Königshardt, Hartmannstraße 83a, 46145 Oberhausen
Adventliche Begegnung in den Nordgemeinden.

Mittwoch, 09.12.2026, 17:00-18:00 Uhr
Bewegender Adventskalender 2026
Adventliche Abendstunde mit Tee und Gebäck, Weihnachtsgeschichten und Weihnachtslieder zum Mitsingen. Kooperation zwischen dem Haus Gottesdank und dem VdK Ortsverband Sterkrade-Nord. Haus Gottesdank, Kirchhellenerstraße 190, in den Räumlichkeiten der Tagespflege. Um verbindliche Anmeldung bis spätestens 02.12.2026 bei Peter Hoefs, Telefon: 01590-6718777 wird gebeten.

Donnerstag, 10.12.2026, 09:00 - 11:00 Uhr
Frühstücks-Café
im ev. Gemeindehaus Holten, Schulstr. 3, gleichzeitig Sprechstunde des Quartiersbüros Sterkrade-Nord

DEZEMBER

Donnerstag, 10.12.2026, 15:00 Uhr
Weihnachtskonzert mit Bratsche und Gitarre
Barbara Ravenstein-Holländer und Gabriele Richter gastieren in der AWO-Begegnungsstätte Sterkrade-Nord, Julius-Brecht-Anger 33, Tel. 0208-4684090

Donnerstag, 10.12.2026, 17:.00 Uhr
Plaudercafé
... in der Begegnungsstätte St.Barbara Königshardt, Hartmannstr. 81

Samstag, 12.12.2026,18:00 Uhr
Kirche Plus Blech
Advents- und Weihnachtskonzert des Posaunenchors unter Leitung von Tim Neuhaus in der Kirche am Buchenweg - Eintritt frei, um Spenden wird gebeten.

Dienstag, 15.12.2026, 9:30 - 11:00 Uhr
Weihnachtliche Kurzgeschichten
Frauengesprächskreis der Kirchengemeinde Königshardt-Schmachtendorf, Infos: Ulrike Schreibers, 0208-682434

Mittwoch, 16.12.2026, 19:00 Uhr
Auszeit im Advent
Adventliche Begegnung in den Nordgemeinden - St. Theresia Walsumermark, Auf der Hütung 52

Samstag, 19.12.2026, 09:30 Uhr
Weihnachtsbrunch
... in der AWO-Begegnungsstätte, Julius-Brecht-Anger 33, Tel. 0208 4684090

Samstag, 19.12.2026, 19:00 Uhr
Merry little Christmas
Ein weihnachtliches Jazz Konzert in der Kirche St.Barbara Königshardt, Hartmannstraße 83a

Freitag, 25.12.2026, 10:30 Uhr
Gottesdienst mit Weihnachtsmusical der Kinderkantorei
Weihnachtsgottesdienst in der ev. Kirche am Buchenweg

Weihnachtskonzert

zum Mitsingen!



Die Bratschistin
Barbara Ravenstein -Holländer
und die Gitarristin
Gabriele Richter
gastieren bei uns am

Donnerstag,

10.12.26 um 15 Uhr

AWO-Begegnungsstätte
Sterkrade-Nord,
Julius-Brecht-Anger 33.

Freuen Sie sich auf ein besonderes Konzert und einen gemütlichen Nachmittag mit Kaffee und Kuchen.

Sie sind herzlich eingeladen,

Senioren & Seniorinnen
QUARTIERS BÜRO
Sterkrade Nord

AWO Oberhausen

Ab sofort erreichen Sie uns auch per WhatsApp über diesen Code:

AWO-Servicezentrum

Standort Julius-Brecht-Anger 42
46147 Oberhausen, Tel.: 0208 / 4684090
Sprechstunde: donnerstags 10 – 13 Uhr

Standort Alte Heid 13
46047 Oberhausen, Tel.: 0208 / 85 0000
Sprechstunde: mittwochs 10 – 13 Uhr

E-Mail: servicezentrum@awo-oberhausen.de
Internet: www.awo-oberhausen.de

Unsere Veranstaltungskalender ganz einfach per E-Mail!

Jährlich findet eine Vielzahl von Veranstaltungen bei uns statt. Dazu zählen jahreszeitliche Feste, Konzerte, Ausstellungen, Theater und die Beteiligung an Stadtteilfesten. Infos hierzu finden Sie in unseren Veranstaltungskalendern. Senden Sie uns gerne Ihre Emailadresse, wenn Sie unsere Veranstaltungskalender digital übersandt bekommen möchten:

servicezentrum@awo-oberhausen.de



AWO Arbeiterwohlfahrt Oberhausen e.V.



Taschengeldbörse Oberhausen

GARTENARBEIT & HAUSHALTSHILFE



Taschengeldbörse TABO Oberhausen

Bürgerzentrum Alte Heid
Alte Heid 13, 46047 Oberhausen
Tel.: 0208 / 85 000 85
www.tabo.ruhr.de

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

Und so einfach geht's: Sie rufen Sie uns an, und wir stellen den Kontakt zu jungen, hilfsbereiten Menschen her. Sie finden uns nach Terminabsprache im Mehrgenerationenhaus Bürgerzentrum „Alte Heid 13", 46047 Oberhausen auf Ebene 1, Raum 2, Tel. 0208 / 85 000 85 (AB) oder auf www.tabo.ruhr.

JA, ICH WERDE JETZT

AWO-MITGLIED IN OBERHAUSEN!



Solidarität, Toleranz, Freiheit, Gleichheit und Gerechtigkeit – das sind die Grundsätze, nach denen wir unser tägliches Handeln ausrichten.

Machen Sie mit und helfen Sie uns dabei, die Lebensbedingungen sozial schwacher Mitbürgerinnen und Mitbürger in Oberhausen stetig zu verbessern.

Wir freuen uns auf Ihre Unterstützung – als Ehrenamtler, als Mitglied, gerne auch beides. Mit Ihnen wird unsere AWO noch vielfältiger!

Bei Interesse oder Rückfragen melden Sie sich gerne bei unseren Mitarbeitenden, zudem finden Sie die Beitrittserklärung auch über diesen Code:

AWO Arbeiterwohlfahrt Oberhausen e.V.

BEGEGNUNGSSTÄTTE STERKRADE-NORD

Frühstück // Kaffee & Kuchen // Veranstaltungen

AWO-BEGEGNUNGSSTÄTTE STERKRADE-NORD
Julius-Brecht-Anger 33, 46147 Oberhausen, Tel. 0208 - 4684090
dienstags - freitags 9.30 - 13.00 / 14.30 - 17.00 Uhr
jeden 1. und 3. Samstag/Monat: 9.30 - 13.00 Uhr
jeden 2. und 4. Sonntag/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.

SPRECHZEIT QUARTIERSBÜRO / AWO-SERVICEZENTRUM:
donnerstags 10.00 - 13.00 Uhr
im Büro „Julius-Brecht-Anger 42, 46147 Oberhausen
oder in der Begegnungsstätte, Julius-Brecht-Anger 33, 46147 Oberhausen

KONTAKT:
Die zentrale Telefonnummer für die Themenbereiche „Quartiersentwicklung“, Ehrenamt“ und „Veranstaltungen“ lautet 0208 850000, die für die Themen „Wohnen im Alter:“, „Freizeit, Ausflüge“ und „Veranstaltungen OB-Nord“ lautet: 0208 4684090.

quartiersbuero@awo-oberhausen.de
www.quartiersbueros.de/sterkrade-nord
www.awo-oberhausen.de

AWO Arbeiterwohlfahrt Oberhausen e.V.

Senioren & Seniorinnen QUARTIERS BÜRO