

Veranstaltungsprogramm der Quartiersarbeit des DRK Oberhausen

bis Dezember 2019

Veranstaltungsort: DRK Seniorenresidenz Grenzstraße, Grenzstraße 32, 46045 Oberhausen

*Die Veranstaltungen sind, sofern nicht anders angegeben, für die Teilnehmer*innen **kostenlos**. Einer Anmeldung bedarf es nur, wenn dies in der Terminankündigung angemerkt ist.*

Ansprechpartnerin: Vera Höger (Quartiersentwicklerin), Mobil: 0151 – 551 66 434, E-Mail: vera.hoeger@drk-ob.de

24.05.2019	13 – 16 Uhr	Nachbarschaftsfest
27.05.2019	15 – 17 Uhr	Klangwelle: Eine erfahrene Heilpraktikerin wird rund um das Thema Klangtherapie, deren Wirkung und Bedeutung referieren und dabei auch auf die vielseitige Verwendung in deren Ursprungsort Tibet eingehen. In unserer Kultur sind Klangschalen noch eher neu und fremd. Das DRK freut sich auf einen interessanten Nachmittag, der neben theoretischem Wissen auch praktische Erlebnisse und Erfahrungen vermitteln wird.
29.05.2019	15 – 17 Uhr	Vortrag: Trickdiebstahl bei älteren Menschen: Veranstaltung in Zusammenarbeit mit der Oberhausener Seniorensicherheitsberatung; Aktuelle Beispiele zu dem Thema „Trickdiebstahl“ werden zur Sensibilisierung der Bürgerinnen und Bürger aufgezeigt.
02.06.2019	15 – 17 Uhr	Vortrag: Wohnberatung Stadt Oberhausen: Die von der Stadt beauftragte rau Christine Jenter berät seit vielen Jahren Oberhausener Bürgerinnen und Bürger zum Thema seniorengerecht und sicher wohnen. Es geht außerdem um technische Hilfsmittel, Barrierefreiheit und alle Möglichkeiten, um möglichst lange im häuslichen Umfeld zu verbleiben.
03.06.2019	15 – 17.30	Erzählcafe/Jungbrunnen
04.06.2019	14 – 18 Uhr	Offene Beratungsstunde
05.06.2019	15.30 – 17	Entspannung und Kreativität: Entspannung ist in unserer hektischen Zeit für alle ein wichtiger gesundheitlicher Faktor. Unter Anleitung einer Heilpraktikerin werden sich Interessenten zur gemeinsamen Entspannung treffen und dies mit kreativen Ausdrucksformen verbinden.
23.06.2019	15 – 17 Uhr	Vortrag Patientenverfügung: DRK Quartiersentwicklerin und Rechtsanwältin Vera Höger klärt auf und berät interessierte Bürgerinnen und Bürger hinsichtlich der Erstellung einer Patientenverfügung. Welche Behandlungsformen sollen noch durchgeführt werden, wenn das Lebensende absehbar ist? Welche Wünsche habe ich für den Fall, dass ich nicht mehr für mich selber entscheiden kann? Diese und viele weitere Fragen werden besprochen.
24.06.2019	15.30 – 17	Klangwelle
25.06.2019	10 – 12 Uhr	Quartiersfrühstück

01.07.2019	15 – 17 Uhr	Erzählcafe
02.07.2019	14 – 18 Uhr	Offene Beratungsstunde
07.07.2019	15 – 17 Uhr	Palliativversorgung in Oberhausen
08.07.2019	15.30 – 17	Entspannung und Kreativität
11.07.2019	15- 17 Uhr	Quartiersspaziergang
13.07.2019	10 – 14 Uhr	Workshop Letzte Hilfe: Dies ist ein Workshop, für den die Teilnehmerinnen und Teilnehmer Teilnahmebescheinigungen erhalten. In dem „Letzte Hilfe Kurs“ lernen interessierte Bürgerinnen und Bürger, was sie für einen nahestehenden Menschen am Ende seines oder ihres Lebens tun können. Denn das Lebensende und Sterben machen uns Mitmenschen oft hilflos. Der Kurs soll ermutigen auf einen Sterbenden offen und teilnehmend zuzugehen. Der Kurs ist kostenfrei! <i>Eine Anmeldung ist erforderlich.</i>
22.07.2019	15.30 – 17	Klangwelle
28.07.2019	15 – 17 Uhr	Hospizarbeit
30.07.2019	10 – 12 Uhr	Quartiersfrühstück
05.08.2019	15 – 17 Uhr	Erzählcafe
06.08.2019	14 – 18 Uhr	Offene Beratungsstunde
08.08.2019	15 – 17 Uhr	Quartiersspaziergang
11.08.2019	15 – 17 Uhr	Trauerarbeit
12.08.2019	15.30 – 17	Entspannung und Kreativität
26.08.2019	15.30 – 17	Klangwelle
27.08.2019	10 – 12 Uhr	Quartiersfrühstück
02.09.2019	15 – 17 Uhr	Erzählcafe
03.09.2019	14 – 18 Uhr	Offene Beratungsstunde
09.09.2019	15.30 – 17	Entspannung und Kreativität
22.09.2019	10 – 14 Uhr	Workshop – Techniken der Entspannung
24.09.2019	10 – 12 Uhr	Quartiersfrühstück
24.09.2019	19 – 20 Uhr	AROHA (Kooperation mit VHS): AROHA ist ein ausdauerbetontes Training zu speziell im $\frac{3}{4}$ Takt komponierter Musik. Entwickelt wurde dieses Programm durch Bernhard Jakszt mit Unterstützung von Physiotherapeuten und Sportwissenschaftlern.
29.09.2019	15 – 17 Uhr	Entgiften, Entschlacken, Abwehraufbau

30.09.2019	15.30 – 17	Stricken und Häkeln (Kooperation mit VHS)
01.10.2019	14 – 18 Uhr	Offene Beratungsstunde
01.10.2019	15.30 – 17	Klangwelle
01.10.2019	19 – 20 Uhr	AROHA
07.10.2019	15 – 17 Uhr	Erzählcafe
07.10.2019	15.30 – 17	Stricken und Häkeln
08.10.2019	19 – 20 Uhr	AROHA
10.10.2019	15 – 17 Uhr	Quartiersspaziergang
14.10.2019	15.30 – 17	Sticken und Häkeln
15.10.2019	19 – 20 Uhr	AROHA
21.10.2019	15.30 – 17	Stricken und Häkeln
22.10.2019	19 – 20 Uhr	AROHA
28.10.2019	15.30 – 17	Klangwelle
29.10.2019	10 – 12 Uhr	Quartiersfrühstück
29.10.2019	19 – 20 Uhr	AROHA
04.11.2019	15 – 17 Uhr	Erzählcafe
05.11.2019	14 – 18 Uhr	Offene Beratungsstunde
05.11.2019	19 – 20 Uhr	AROHA
12.11.2019	19 – 20 Uhr	AROHA
14.11.2019	15 – 17 Uhr	Quartiersspaziergang
19.11.2019	19 – 20 Uhr	AROHA
25.11.2019	15.30 – 17	Klangwelle
26.11.2019	10 – 12 Uhr	Quartiersfrühstück
26.11.2019	19 – 20 Uhr	AROHA
02.12.2019	15 – 17 Uhr	Erzählcafe
03.12.2019	14 – 18 Uhr	Offene Beratungsstunde
03.12.2019	19 – 20 Uhr	AROHA
10.12.2019	19 – 20 Uhr	AROHA

DRK-Kreisverband
Oberhausen (Rhld.) e.V.



12.12.2019	15 – 17 Uhr	Quartiersspaziergang
17.12.2019	19 – 20 Uhr	AROHA