

Veranstaltungskalender „Älterwerden in Freiburg“ für Januar, Februar und März 2026

Inhaltsverzeichnis

- 1) Vorträge und Einzelveranstaltungen
[ab Seite 1](#) im Februar und
[ab Seite 2](#) im März
- 2) Regelmäßige Gesprächskreise, Sprechstunden,
Beratungsangebote, Selbsthilfe- & Angehörigengruppen
[Seite 9](#)
- 3) Regelmäßige Freizeit- und Begegnungsangebote
[Seite 16](#)
- 4) Wöchentliche Bewegungs- und Trainingsangebote
[Seite 26](#)
- 5) Kurse, mehr als zweitägige Seminare und
Weiterbildungsangebote
[Seite 32](#)
- 6) Kontaktdaten und Links zu den Monatsprogrammen
der Begegnungsstätten in Freiburg
[Seite 36](#)

Bitte beachten Sie:

- Die Angaben basieren überwiegend auf Selbstauskünften der Anbietenden und erheben keinen Anspruch auf Vollständigkeit und Korrektheit. **Informieren Sie sich daher immer auch direkt bei den Anbietenden.**
- Eine laufend aktualisierte Version des Kalenders (zuletzt 25.02.26) finden Sie unter www.freiburg.de/beratungslisten.



Weitere Veranstaltungen...

- ... sind auf der Website www.veranstaltungen.freiburg.de veröffentlicht.
- ... finden Sie in den Monatsprogrammen der Begegnungsstätten.
- ... sind online auf den Websites der Anbietenden veröffentlicht.



Vergünstigungen mit dem FreiburgPass

Mit dem FreiburgPass können Sie viele Veranstaltungen und Angebote vergünstigt oder kostenfrei nutzen. Informationen zum Erhalt des Passes sowie zu den teilnehmenden Angeboten finden Sie auf der Internetseite des Freiburger Bündnis für Familie: www.freiburger-buendnis-fuer-familie.de/freiburgpass



1. Vorträge und Einzelveranstaltungen			
Februar			
Termin	Thema, Referent*in	Veranstaltungsort	Anmeldung und Kosten
26.02., 19 Uhr	„Heiße Kautsch“ zur Landtagswahl Nach Begrüßung und der Vorstellung der Kandidierenden folgt eine moderierte Befragung zu zentralen Themen der Landespolitik in Baden-Württemberg. Anschließend besteht die Möglichkeit, in kleiner Runde direkt mit einzelnen Kandidat*innen ins Gespräch zu kommen und persönliche Fragen zu stellen. <i>Veranstalter:</i> Mehrgenerationenhaus/EBW, Tel. 4907840, E-Mail: info.mgh@kath-freiburg-suedwest.de www.mehrgenerationenhaus-ebw-freiburg.de	Mehrgenerationenhaus/EBW Sulzburger Str. 18, 79114 Freiburg Linie 5 – Krozinger Straße Linie 3 – Rohrgraben	ohne Anmeldung
27.02., 19 Uhr	Vernissage zur Ausstellung „Julius Leber“ <i>Veranstalter und Kontakt:</i> Centre Culturel Français Freiburg e.V., E-Mail: kultur@ccf-fr.de, Tel. 207390	Centre Culturel Français Freiburg e.V. Kornhaus, Münsterplatz 11 79098 Freiburg Linien 1, 2, 3 und 4 – Bertoldsbrunnen Linie 5 – Europaplatz	kostenfrei Anmeldung: kultur@ccf-fr.de

März			
Termin	Thema, Referent*in	Veranstaltungsort	Anmeldung und Kosten
04.03., 18 Uhr	<i>Bildervortrag</i> Westweg in Gegenrichtung mit Klaus Gülker <i>Veranstalter:</i> Begegnungszentrum Laubenhof, Tel. 69687822, E-Mail: muthny.e@sv-fr.de	Begegnungszentrum Laubenhof Weismannstraße 3, 79117 Freiburg Linie 1 – Hasemannstraße	kostenfrei, Spenden willkommen mit Sitzplatzreservierung
05.03., ab 16:30 Uhr	GenussZeit Einladung zum gemeinsamen Kochen, Begegnen und Genießen – mit Menschen aller Generationen! <i>Köchin:</i> Josefine Jegal <i>Kontakt:</i> Tel. 0151/70775858 <i>Kooperationsprojekt von:</i> Stadtteilprojekt Katharinenstift und Ernährungsrat Freiburg & Region	Die Küche – Marc Boehlkau Wallstraße 12-14a, 79098 Freiburg Linie 1 – Oberlinden Linien 2 und 4 – Holzmarkt	mit Anmeldung, Platzzahl begrenzt
05.03., 18-20:15 Uhr	<i>Infoveranstaltung für Bürger*innen</i> Zukunftssicher im Eigenheim: Altersgerecht Wohnen, Umbauen & richtig Vermieten Die Infoveranstaltung richtet sich an Senior*innen und an Personen, die Wohnen im Alter bei Einzug oder Sanierung direkt mitdenken möchten. <i>Referent*innen:</i> Stefan Langrock (Seniorenbüro mit Pflegestützpunkt), Kleiner wohnen – besser wohnen, Ursula E. Müller (freie Architektin), Dorothea Müller (Sparkasse Freiburg), Stephan Konrad (Haus und Grund) <i>Veranstalter und Kontakt:</i> Energieagentur Regio Freiburg, https://energieagentur-regio-freiburg.eu/umbauen- finanzieren-vermieten-ebnet/	Tuniberghaus Im Maierbrühl 2, 79112 Freiburg Linie 32 und 34 – Im Maierbrühl	kostenfrei ohne Anmeldung

Termin	Thema, Referent*in	Veranstaltungsort	Anmeldung und Kosten
06.03., 10:30 Uhr	<i>Vortrag</i> Impfen, auch im Alter wichtig <i>Referent:</i> Christian Barley, Hausarzt in Rente <i>Veranstaltende:</i> Begegnungsstätte Altstadt im Evangelischen Stift in Kooperation mit der Bürgerschaftsstiftung Soziales Freiburg, www.stiftung-soziales-freiburg.de	Evangelisches Stift Begegnungsstätte Altstadt, Cafeteria Hermannstr. 14, 79098 Freiburg Linien 3 und 5 – Europaplatz Linie 27 – Stadtgarten	kostenfrei
06.03., 15:30 Uhr	<i>Vortrag</i> Schlafstörungen <i>Referent:</i> Heilpraktiker Peter Storck <i>Veranstalter:</i> Begegnungszentrum Kreuzsteinäcker Tel. 2108550, E-Mail: lau.e@sv-fr.de	Begegnungszentrum Kreuzsteinäcker Heinrich-Heine-Str. 10, 79117 Freiburg Linie 1 – Laßbergstraße	kostenfrei, Spenden willkommen
07.03., 14-16:30 Uhr (weitere Termine werden auf der Website veröffentlicht)	<i>Für trauernde Menschen</i> Yoga in Zeiten der Trauer unabhängig von Yoga-Vorerfahrung und Alter sind alle Trauernden herzlich eingeladen <i>Veranstalter:</i> Hospizgruppe Freiburg e.V., in Zusammenarbeit mit Anna Martensen, Leitung Hatha-Yoga <i>Kontakt:</i> Anna Tonzler, Tel. 88 149 88, E-Mail: hospizgruppe@hospizgruppe-freiburg.de www.hospizgruppe-freiburg.de	Hospizgruppe Freiburg e.V. vorübergehend in der Talstraße 29 (im Hinterhof) Heinrich-Hansjakob-Haus 79102 Freiburg Linie 1 – Schwabentorbrücke Linien 2 und 4 – Johanneskirche	10 € pro Termin Anmeldung erforderlich
09.03., 15:15 Uhr	Vortrag: Menschen. Reden. Schreiben. Ein vergnüglicher Streifzug durch die Sprachen der Welt und ihre Schriften <i>Referent:</i> Prof. Dr. Lothar Käser <i>Veranstalter:</i> Akademie der Älteren Generation Freiburg, www.akademie-aeltere-generation-freiburg.de	Augustinum Seniorenresidenz Weierweg 10, 79111 Freiburg Linie 4 – Innsbrucker Straße	Kostenbeteiligung 5 € ohne Anmeldung

Termin	Thema, Referent*in	Veranstaltungsort	Anmeldung und Kosten
10. und 11.03., jeweils ab 10 Uhr	Besuch des Dokumentationszentrums Nationalsozialismus Führung durch Mitarbeitende des Dokumentationszentrums, im Anschluss Möglichkeit zum Austauschgespräch <i>Veranstalter und Anmeldung:</i> Stadt seniorenrat Freiburg e.V., Tel. 201-3070, E-Mail: info@ssr-freiburg.de www.freiburg.de/stadt seniorenrat	NS-Dokumentationszentrum Rotteckring 14, 79098 Freiburg Linien 1, 2, 3, 4 und 5 – Stadttheater <i>Hinweis: Die Veranstaltung am 11.03. ist besonders geeignet für Menschen mit Gehbehinderung</i>	kostenfrei begrenzte Teilnehmendenzahl, Anmeldung erforderlich
11.03., 14:30- 16:30 Uhr	<i>Bastelnachmittag für alle Generationen</i> Oster-Bastelwerkstatt für Senior*innen <i>Veranstalter:</i> Familiencafé der Thomaskirche, Evangelische Pfarrgemeinde Nord, www.pfarrgemeinde-nord.de <i>Kontakt:</i> Birgitt Marquard, Tel. 2085724, E-Mail: birgittmarquard@web.de und Matthias Fuchs, Tel. 0177 / 8714044, E-Mail matthias.fuchs@kbz.ekiba.de	Familiencafé der Thomaskirche Tullastraße 15, 79106 Freiburg Linien 2 und 3 – Tullastraße	ohne Anmeldung kostenfrei
11.03., 15-17 Uhr	Senioren gottesdienst mit anschließendem Beisammensein bei Kaffee und Kuchen <i>Veranstalter:</i> Dompfarramt, Seelsorgeeinheit Freiburg-Mitte, Herrenstraße 36, Tel. 0151 42074660, E-Mail: sr.angelina@kath-freiburg-mitte.de	Seminarkirche und Collegium Borromaeum Schoferstraße 1, 79098 Freiburg Linie 1 – Oberlinden	kostenfrei ohne Anmeldung
11.03., 15 Uhr	Tanztee mit Martin Glöckler Der beliebte Pianist und Sänger spielt seine beliebten Tanztee-Evergreens zum Mitschunkeln, Tanzen und Träumen <i>Informationen und Kontakt:</i> Begegnungsstätte Altstadt im Evangelischen Stift, Frau Mihm, Tel. 31913118, www.das-stift.de , E-Mail: begegnungsstaette@stift-freiburg.de	Begegnungsstätte Altstadt im Evangelischen Stift, Cafeteria Hermannstr. 14, 79098 Freiburg (Zugang über den Stiftspark zwischen Hermannstraße 6 und 8) Linie 3 und 5 – Europaplatz Linie 27 – Stadtgarten	kostenfrei, Verzeehr auf Spendenbasis ohne Anmeldung

Termin	Thema, Referent*in	Veranstaltungsort	Anmeldung und Kosten
11.03., 18-20 Uhr	<i>Monatliche Online-Vortragsreihe „Mit Demenz leben“</i> Pflege organisieren – Alltag entlasten: Aufgaben verteilen, entlastende Strukturen aufbauen und bestehende Angebote nutzen <i>Referentin:</i> Silke Niewohner, Dipl. Sozialarbeiterin und Gesundheitswissenschaftlerin(MPH), Recklinghausen <i>Veranstalter und Anmeldung:</i> Alzheimer Gesellschaft BW in Kooperation mit der Unfallkasse BW, Tel. 0711 / 24 84 96-74 www.alzheimer-bw.de	Online Zugangsdaten werden nach Anmeldung zugesendet	Anmeldung erforderlich kostenfrei
12.03., 15-17 Uhr	<i>Mitgliedertreffen mit Vortrag</i> Hausnotruf <i>Referent:</i> Carolin Fessler <i>Veranstalter und Kontakt:</i> Deutsche Parkinsonvereinigung Regionalgruppe Freiburg, Herr Dr. Meixner, Tel. 28 55 63 35, E-Mail: parkinson-freiburg@t-online.de	Gaststätte Mooswaldbierstube Elsässerstr. 58, 79110 Freiburg Linien 10 und 36 – Almendweg	kostenfrei
12.03., 16:30 Uhr	<i>Vortrag</i> Vorsorgevollmacht, Patientenverfügung und Betreuungsverfügung <i>Referentin:</i> Özlem Ay, Betreuungsverein der Diakonie FR <i>Veranstalter:</i> SKM Freiburg, Betreuungsverein der Diakonie Freiburg, Betreuungsbehörde Stadt Freiburg	Amt für Soziales Großer Sitzungssaal (2. OG) Rathaus im Stühlinger (Bestandsbau) Fehrenbachallee 12, 79106 Freiburg Linien 1, 2, 3 und 4 – Rathaus im Stühlinger	kostenfrei ohne Anmeldung

Termin	Thema, Referent*in	Veranstaltungsort	Anmeldung und Kosten
13.03., 19:30-21 Uhr	<i>Vortrag</i> Die Bibel als Buch der Befreiung: Ernesto Cardenal zum 100. Wie geht Cardenal als Poet und späterer Kulturminister und Literaturpreisträger zusammen mit einfachen Menschen an die Bibel heran? Wie gelingt es ihm, damit auch Menschen, die tausende Kilometer entfernt in völlig anderen Verhältnissen leben, zu begeistern? <i>Leitung:</i> OKR Dr. Karl Friedrich Ulrichs, Referent für Gottesdienst und Kirchenmusik der UEK in der EKD, Hannover <i>Veranstalter:</i> Evangelische Erwachsenenbildung Freiburg Tel. 205 741-152, E-Mail: eeb.freiburg@kbz.ekiba.de https://erwachsenenbildung-freiburg.de/	Haus der Evangelischen Kirche Freiburg Schnewlinstraße 2, 79098 Freiburg Linien 1, 2, 3 und 4 – Hauptbahnhof	„pay after“ ohne Anmeldung
17.03., 19 Uhr	Konzert mit Catherine Le Ray „Rendez vous avec Gréco“ <i>Veranstalter und Kontakt:</i> Centre Culturel Français Freiburg e.V., E-Mail: kultur@ccf-fr.de, Tel. 207390	Centre Culturel Français Freiburg e.V. Kornhaus, Münsterplatz 11 79098 Freiburg Linien 1, 2, 3 und 4 – Bertoldsbrunnen Linie 5 – Europaplatz	kostenfrei Anmeldung: kultur@ccf-fr.de
20.03., 15-17 Uhr	Schwatz am Schwätzbänke – Treffen am Schwätzbänke im Fußweg zur Tränkestraße mit Kaffee, Kuchen und netten Gesprächen Bei Regen oder Hagel fällt das Treffen aus. In der kalten Jahreszeit stehen Sitzkissen und Decken zur Verfügung. <i>Veranstalter und Kontakt:</i> Stadtteiltreff Betzenhausen-Bischofslinde des Caritasverbandes Freiburg-Stadt e.V., Tel. 89758315, E-Mail: stadtteiltreff-bb@caritas-freiburg.de	Am Schwätzbänke, Fußweg zur Tränkestraße (hinter der Seniorenwohnanlage Freytagstraße) 79114 Freiburg Linie 1 – Betzenhauser Torplatz	kostenfrei ohne Anmeldung

Termin	Thema, Referent*in	Veranstaltungsort	Anmeldung und Kosten
21.03., 19:30 Uhr	<i>Konzert</i> Klassik in Weingarten – ein Klavierabend <i>Veranstalter:</i> Mehrgenerationenhaus/EBW, Tel. 4907840, E-Mail: info.mgh@kath-freiburg-suedwest.de , www.mehrgenerationenhaus-ebw-freiburg.de	Mehrgenerationenhaus/EBW Sulzburger Str. 18 79114 Freiburg Linie 5 – Krozinger Straße Linie 3 – Rohrgraben	ohne Anmeldung auf Spendenbasis
23.03., 14-15:30 Uhr	<i>Informationsveranstaltung zum Studienangebot im Sommersemester 2025</i> Studium Plus an der Pädagogischen Hochschule Freiburg <i>Referentin:</i> Dr. Barbara Ditsche <i>Veranstalter und Anmeldung:</i> Pädagogische Hochschule Freiburg, Studium Plus, studiumplus@ph-freiburg.de , Tel. 686244	Online Zugangsdaten werden nach der Anmeldung zugeschickt.	kostenfrei Anmeldung per Mail
23.03., 15:15 Uhr	<i>Vortrag</i> Angst vor der Angst? Zum Umgang mit Angst in ihren verschiedenen Facetten <i>Referentin:</i> Prof. Dr. Dr. Katharina Domschke, Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie in Freiburg <i>Veranstalter:</i> Akademie der Älteren Generation Freiburg, www.akademie-aeltere-generation-freiburg.de	Augustinum Seniorenresidenz Weierweg 10, 79111 Freiburg Linie 4 – Innsbrucker Straße	Kostenbeteiligung 5 € ohne Anmeldung

Termin	Thema, Referent*in	Veranstaltungsort	Anmeldung und Kosten
24.03., 18-20 Uhr	<i>Vortrag für Ehrenamtliche in der Nachbarschaftshilfe, offen für alle Interessierten</i> Älter werden heute – Altersbilder und wie wir ihnen begegnen <i>Referentin:</i> Prof.in Dr.in Stefanie Engler, Evangelische Hochschule Freiburg <i>Veranstalter:</i> NeNa Netzwerk Nachbarschaftshilfe Freiburg, koordiniert von der Sozialgenossenschaft SAGES eG <i>Kontakt/Anmeldung:</i> iris.wernher@sages-eg.org	Der Veranstaltungsort wird bei der Anmeldung mitgeteilt.	kostenfrei Anmeldung erforderlich, Teilnehmendenzahl begrenzt
25.03., 14:30- 16:30 Uhr	<i>Nachmittag für alle Generationen</i> Nachmittag zur Nachhaltigkeit Waschmittel, WC-Reiniger, Seife und Co. <i>Veranstalter:</i> Familiencafé der Thomaskirche, Evangelische Pfarrgemeinde Nord, www.pfarrgemeinde-nord.de <i>Kontakt:</i> Birgitt Marquard, Tel. 2085724, E-Mail: birgittmarquard@web.de und Matthias Fuchs, Tel. 0177 / 8714044, E-Mail matthias.fuchs@kbz.ekiba.de	Familiencafé der Thomaskirche Tullastraße 15, 79106 Freiburg Linien 2 und 3 – Tullastraße	ohne Anmeldung kostenfrei

2. Regelmäßige Gesprächskreise, offene Sprechstunden, Einzelberatungsangebote, Selbsthilfe- und Angehörigengruppen			
Termin	Thema, Referent*in	Veranstaltungsort	Anmeldung und Kosten
montags ab 26.01., 19 Uhr	<i>Selbsthilfegruppe</i> Austausch-Gruppe "Wechseljahre" Fortlaufendes Angebot: Raum für Austausch von Erfahrungen zum Thema "Wechseljahre". Einzelne Termine mit Informationen zum Thema „Wechseljahre“ <i>Referentinnen:</i> Else Havenstein und Selma Gestrich, FMGZ-Beraterinnen <i>Veranstalter:</i> Frauen- und MädchenGesundheitsZentrum e.V., www.fmgz-freiburg.de, E-Mail: info@fmgz-freiburg.de, Tel. 2021590	FMGZ Basler Str. 8, 79100 Freiburg Linien 2 und 4 – Johanneskirche	kostenfrei Anmeldung erforderlich
montags und donnerstags, 10-12 Uhr	Offene Sprechstunde und Info-Telefon Rat und Informationen zum Älterwerden <i>Veranstalter:</i> Stadt seniorenrat Freiburg e.V. <i>Kontakt:</i> Tel. 201-3070 (montags und donnerstags, 10-12 Uhr oder Anrufbeantworter), E-Mail: info@ssr-freiburg.de www.freiburg.de/stadt seniorenrat	Stadt seniorenrat Freiburg e.V. Schusterstraße 19, 79098 Freiburg Linien 1, 2, 3 und 4 – Bertoldsbrunnen	kostenfrei

Termin	Thema, Referent*in	Veranstaltungsort	Anmeldung und Kosten
montags (ab 12.01, i.d.R. wöchentlich), 17-18 Uhr	Kurz und kompakt: Web-Talk Angehörige betreuen oder pflegen (Seminarnummer: ON-HPPF106-2601) Die Pflege von Angehörigen ist nicht nur emotional, sondern auch organisatorisch eine große Herausforderung. Die Web-Talk-Reihe bietet Informationen und Orientierung zu folgenden Themen: • Beratungs- und Entlastungsangebote • Finanzierung der Pflege • Wohnformen • Demenz • Vorsorge durch Vollmacht und Patientenverfügung • aktive Selbstfürsorge Bei allen Terminen ist Zeit, um zum Thema des Web-Talks Fragen zu stellen. <i>Veranstalter und Kontakt:</i> Unfallkasse BW - Akademie, www.ukbw.de, Tel. 0711/ 9321-0	Online www.ukbw.de, Menüpfad: Akademie/ Onlineseminare/ Pflegende Angehörige	Anmeldung online kostenfrei
jeden 1. Montag im Monat, 18-20 Uhr (Termine auf der Website)	<i>Trauergruppe</i> Der 1. Montag Für Trauernde, die einen lieben Menschen verloren haben. <i>Veranstalter:</i> Hospizgruppe Freiburg e.V., www.hospizgruppe-freiburg.de <i>Vorgespräch und Anmeldung:</i> Frau Bargenda/Frau Tonzer, Tel. 88 149 88; E-Mail: hospizgruppe@hospizgruppe-freiburg.de	Hospizgruppe Freiburg e.V. vorübergehend in der Talstraße 29 (im Hinterhof) Heinrich-Hansjakob-Haus 79102 Freiburg Linie 1 – Schwabentorbrücke Linien 2 und 4 – Johanneskirche	5 € / Treffen Anmeldung und Vorgespräch erforderlich

Termin	Thema, Referent*in	Veranstaltungsort	Anmeldung und Kosten
jeden 1. Dienstag im Monat, (13.01., 03.02., 03.03., 07.04.), 14-16 Uhr	<i>Spaziergang und Austausch</i> Spaziergänge für pflegende und betreuende Angehörige – Gemeinsam unterwegs sein Gegenseitiger Austausch mit Bewegung in der Natur. <i>Information und Kontakt:</i> Netzwerk pflegeBegleitung Freiburg Geli Drewniok, Tel. 55 28 87	Start und Streckenverlauf werden jeweils in der Tagespresse (Badische Zeitung) veröffentlicht. Der Spaziergang findet bei jedem Wetter statt. Im August pausiert der Spaziergang.	kostenfrei Anmeldung (telefonisch) erforderlich
dienstags und donnerstags, 11-12 Uhr	<i>Telefon-Sprechstunde</i> Telefon-Sprechstunde für pflegende und betreuende Angehörige Die wöchentliche Telefon-Sprechstunde ist eine Möglichkeit zum Einzelgespräch für Menschen, die einen anderen nahestehenden Menschen pflegen oder unterstützen. <i>Information und Kontakt:</i> Netzwerk pflegeBegleitung Freiburg Geli Drewniok, Tel. 55 28 87	Telefonisch: 55 28 87	kostenfrei ohne Anmeldung
am 2. Dienstag im Monat (nicht in den Ferien oder an Feiertagen), 14-15:30 Uhr	Smartphone-Sprechstunde für Senioren und Senioritas Schüler*innen beraten, helfen zu den Fragen rund ums Smartphone. Man darf so oft kommen wie man will. <i>Rückfragen an:</i> Ria Hinken, Tel. 23 673 E-Mail: e-mail@alterskompetenz.info www.smartphone-sprechstunde.org/	Max-Weber-Schule im Erdgeschoss Fehrenbachallee 14, 79106 Freiburg Linien 1, 2, 3 und 4 – Rathaus im Stühlinger	kostenfrei ohne Anmeldung

Termin	Thema, Referent*in	Veranstaltungsort	Anmeldung und Kosten
<u>Landwasser:</u> dienstags, 15-17 Uhr und <u>Brühl:</u> mittwochs 10-13 Uhr	Behördenlots*innen Ehrenamtliche unterstützen Ratsuchende bei der Kommunikation mit Ämtern und Behörden und bieten ganze konkrete Hilfe beim Ausfüllen von Anträgen sowie dem Verstehen und Erstellen von Briefen an. <i>Veranstalter:</i> DRK Kreisverband FR in Zusammenarbeit mit der Anerkennungsberatung <i>Kontakt:</i> Laura Rodríguez Alonso (Behördenlotsin), Tel. 0170 / 77 96 162	Landwasser: im Einkaufszentrum gegenüber kath. Kirche, Auwaldstraße 92, 79110 Freiburg Linie 1 – Diakonie-Krankenhaus Brühl: im Stadtteiltreff Tennenbacher Straße 36, 79106 Freiburg Linie 3 – Tennenbacher Straße	kostenfrei ohne Anmeldung
mittwochs, 10-12 Uhr	Formularhilfe für ältere Menschen Formulare? Anträge? Unterlagen für Ämter? Ältere Menschen aus der Innenstadt, die keine familiäre Unterstützung haben, werden beim Ausfüllen von Dokumenten jeder Art unterstützt. Bei Bedarf sind auch Hausbesuche möglich. <i>In Zusammenarbeit von:</i> Stadtteilprojekt Katherinenstift, Forum Neuburg, Stadtseniorenrat Freiburg und Lokalverein Innenstadt <i>Kontakt:</i> Tel. 01638663013, www.altenheim-freiburg.de , E-Mail: FR-Formularhilfe@web.d	In den Räumen des Stadtseniorenrats Freiburg e.V. Schusterstraße 19, 79098 Freiburg Linien 1, 2, 3 und 4 – Bertoldsbrunnen	kostenfrei

Termin	Thema, Referent*in	Veranstaltungsort	Anmeldung und Kosten
jeden 4. Mittwoch im Monat, 12:45- 14:45 Uhr	Digital-Sprechstunde Fragen zu Smartphone, Tablet oder Laptop? Ob WhatsApp, E-Mails oder das Speichern von Fotos – Ehrenamtliche beantworten Fragen <i>Veranstalter:</i> Mehrgenerationenhaus/EBW, Tel. 4907840, E-Mail: info.mgh@kath-freiburg-suedwest.de , www.mehrgenerationenhaus-ebw-freiburg.de	Mehrgenerationenhaus/EBW Sulzbürger Str. 18, 79114 Freiburg Linie 5 – Krozinger Straße Linie 3 – Rohrgraben	kostenfrei ohne Anmeldung
<u>Ungerade Monate:</u> mittwochs (21.01., 18.03.), 14:15- 15:45 Uhr <u>Gerade Monate:</u> dienstags (17.02., 21.04.), 17-18:30 Uhr	<i>Stammtisch</i> Begleitungsangebot für pflegende und betreuende An- und Zugehörige – bedürfnisorientiert und kompetent begleitet; Kontakt und Austausch von pflegenden und betreuenden Personen. <i>Organisation:</i> Netzwerk pflegeBegleitung Freiburg in Kooperation mit dem Heinrich-Hansjakob-Haus <i>Kontakt:</i> Waltraud Keller, Tel. 290 93 12, E-Mail: pflegeBegleitung@t-online.de	Heinrich-Hansjakob-Haus - mittwochs: Konferenzraum , EG links - dienstags: Raum „Kapelle“ , EG rechts Talstr. 29, 79102 Freiburg Linie 1 – Schwabentorbrücke Linien 2 und 4 – Johanneskirche	kostenfrei ohne Anmeldung
jeden 1. Mittwoch im Monat (07.01., 04.02.,04.03., 01.04.), 14-15:30 Uhr	Offene Sprechstunde für pflegende und betreuende An- und Zugehörige – Die offene Sprechstunde ist eine Möglichkeit zum Einzelgespräch für Menschen, die einen anderen nahestehenden Menschen pflegen oder unterstützen. <i>Information und Kontakt:</i> Netzwerk pflegeBegleitung Geli Drewniok, Tel. 55 28 87, E-Mail: geli.drewniok@gmx.de	Heinrich-Hansjakob-Haus Konferenzraum (EG, Flur links) Talstr. 29, 79102 Freiburg Linie 1 – Schwabentorbrücke Linien 2 und 4 – Johanneskirche	kostenfrei telefonische Anmeldung erwünscht

Termin	Thema, Referent*in	Veranstaltungsort	Anmeldung und Kosten
mittwochs, 15-18 Uhr	Schreibstube Ehrenamtliche unterstützen Ratsuchende bei der Kommunikation mit Ämtern und Behörden und bieten ganze konkrete Hilfe beim Ausfüllen von Anträgen sowie dem Verstehen und Erstellen von Briefen an. <i>Veranstalter:</i> DRK Kreisverband FR in Zusammenarbeit mit der Anerkennungsberatung <i>Kontakt:</i> Katharina Seitz, Tel. 20 57 41 286 E-Mail: info@schreibstube-freiburg.de	Stühlinger Gewerbehof Eingang im Innenhof Ferdinand-Weiß-Str. 9a, 79106 Freiburg Linien 1, 2, 3 und 4 – Rathaus im Stühlinger Linie 14 – Ferdinand-Weiß-Str.	kostenfrei ohne Anmeldung
alle 2 Monate an 1 Mittwoch (28.01., 25.03.), 16-17:30 Uhr	Trauer im Café Abschiedssituationen sind vielfältig und fordern uns. Offenes Angebot für Menschen, die ihrer Trauer Raum geben möchten und Austausch mit anderen suchen. <i>Veranstalter:</i> c-punkt Münsterforum zusammen mit der Hospizgruppe Freiburg e.V. <i>Kontakt:</i> E-Mail: hospizgruppe@hospizgruppe-freiburg.de www.hospizgruppe-freiburg.de	Café Inklusiv c-punkt Münsterforum Herrenstr. 33, 79098 Freiburg Linien 3 und 5, 27 – Europaplatz	kostenfrei ohne Anmeldung
donnerstags (ab 05.01.), 9:30-12 Uhr	„Enkelsprechstunde“ – Unterstützung im Umgang mit Smartphone, Tablet und Co. mit Studierenden aus dem intergenerativen Wohnen des Evangelischen Stift <i>Rückfragen und Anmeldung an:</i> Begegnungsstätte Altstadt im Evangelischen Stift, Frau Fischer / Frau Mihm, Tel. 31913118, E-Mail: begegnungsstaette@stift-freiburg.de	Evangelisches Stift Begegnungsstätte Altstadt Haus Münsterblick Hermannstr. 6, 79098 Freiburg Linien 3 und 5, 27 – Europaplatz	kostenfrei Anmeldung erforderlich

Termin	Thema, Referent*in	Veranstaltungsort	Anmeldung und Kosten
am 2. Samstag im Monat Wanderdauer ca. 3h, Start vormittags	<i>Trauerwandern</i> Aufbruch – Trauernde wandern Dreistündige Wanderung von einem*einer Wanderleiter*in und erfahrenen Mitarbeitenden der Hospizgruppe begleitet. <i>Veranstalter:</i> Hospizgruppe Freiburg e.V., in Zusammenarbeit mit dem Deutschen Alpenverein, Sektion Freiburg <i>Kontakt:</i> Kornelia Reuber, Tel. 88 149 88, E-Mail: hospizgruppe@hospizgruppe-freiburg.de www.hospizgruppe-freiburg.de	Treffpunkt siehe Homepage Bitte beachten: durch aktuelle Änderungen (Wetter/öffentliche Verkehrsmittel) kann sich das Wanderziel anpassen. Deshalb kommen Sie bitte immer zum angegebenen Treffpunkt.	kostenfrei Anmeldung erforderlich bis freitags 12 Uhr
Termine auf der Website (Samstag) 10-11:30 Uhr	Trauerfrühstück Begegnung für trauernde Menschen ab 75 Jahren <i>Veranstalter:</i> Hospizgruppe Freiburg e.V. in Kooperation mit dem Heinrich-Hansjakob-Haus <i>Vorgespräch und Anmeldung:</i> Frau Bargenda/Frau Tonzer, Tel. 88 149 88; E-Mail: hospizgruppe@hospizgruppe-freiburg.de, www.hospizgruppe-freiburg.de	Heinrich-Hansjakob-Haus Talstraße 29, 79102 Freiburg Linie 1 – Schwabentorbrücke Linien 2 und 4 – Johanneskirche	5 € Kostenbeitrag ohne Anmeldung
am 2. Sonntag im Monat (11.01., 08.02., 08.03.), 14-16 Uhr	Begegnung am Weiher Einladung zur Begegnung, zum Gespräch, zum Kontakte knüpfen. Das Friedhofscafé ist offen für Menschen mit und ohne Trauererfahrung – für alle, die den Friedhof besuchen und die Zeit an diesem Ort der Ruhe und Würde verbringen. <i>Veranstalter:</i> Hospizgruppe Freiburg gemeinsam mit der Friedhofsverwaltung, E-Mail: hospizgruppe@hospizgruppe-freiburg.de	Hauptfriedhof Freiburg Am Weiher Friedhofstraße 8, 79106 Freiburg Linie 2 – Freiburg Hauptfriedhof	kostenfrei ohne Anmeldung

3. Regelmäßige Freizeit- und Begegnungsangebote			
Termin	Thema, Referent*in	Veranstaltungsort	Anmeldung und Kosten
montags bis freitags, 15-17 Uhr	Café im Mehrgenerationenhaus <i>Veranstalter:</i> Mehrgenerationenhaus/EBW, Tel. 4907840, E-Mail: info.mgh@kath-freiburg-suedwest.de , www.mehrgenerationenhaus-ebw-freiburg.de	Mehrgenerationenhaus/EBW Sulzburger Str. 18, 79114 Freiburg Linie 5 – Krozinger Straße Linie 3 – Rohrgraben	persönliche Verzehrkosten
montags (12./26.01., 09./23.02., 09./30.03.), 9:30- 11:30 Uhr	Montagsclub Veranstaltung für Menschen ab 60 Jahren, Menschen mit psychischen und/oder physischen Beeinträchtigungen Programm: Begegnung, Kaffee, Thema, Spiele, Ausflüge <i>Referentin:</i> Beate Breiholz <i>Veranstalter und Kontakt:</i> Diakonieverein Freiburg Südwest e.V., Tel. 0157-73783708, E-Mail: breiholz@diakonie-suedwest.de	Kinder- und Jugendzentrum Weingarten Buggingerstr. 42, 79114 Freiburg Linie 3 – Buggingerstraße	kostenlos Fahrdienst mit Vor Anmeldung
montags, mittwochs, freitags (ab Feb.), 14:30- 16:30 Uhr	Kaffee-Treff in der Cafeteria, Haus Schlossberg Gelegenheit zum Plaudern, Spielen und Beisammensein bei Kaffee und Kuchen, Tee und kalten Getränken. • Montags: Spielertreff • Mittwochs: Offener Treff • Freitags: Bitte beachten - im Januar ist die Cafeteria freitags geschlossen! <i>Rückfragen an:</i> Begegnungsstätte Altstadt im Evangelischen Stift, Frau Fischer / Frau Mihm, Tel. 31913118, E-Mail: begegnungsstaette@stift-freiburg.de	Evangelisches Stift Begegnungsstätte Altstadt, Cafeteria Hermannstr. 14, 79098 Freiburg Linien 3 und 5 – Europaplatz Linie 27 – Stadtgarten	kostenfrei Verzehr auf Spendenbasis

Termin	Thema, Referent*in	Veranstaltungsort	Anmeldung und Kosten
montags, ab 14:30 Uhr	<i>Offener Spielenachmittag / Offene Gesprächsrunde</i> Selbstorganisierter Treff geselliger älterer Menschen. <i>Veranstalter:</i> Begegnungsstätte St. Laurentiushaus www.stlaurentiushaus.de/begegnungsstaette Tel. 76994082, E-Mail: begegnung@stlaurentiushaus.de	Begegnungsstätte St. Laurentiushaus im Kaffeestüble Carl-Kistner-Str. 57, 79115 Freiburg Linie 5 – Haslach Bad	kostenfrei ohne Anmeldung
montags, 15-16 Uhr	Singkreis im Quartierstreff Luckenbachweg <i>Veranstalter:</i> Quartierstreff Bauverein Breisgau e.V., www.quartierstreff.de <i>Kontakt und Informationen:</i> Frau Bleile (Sprechstundenzeiten: montags, 16-18 Uhr), Tel. 61248284, E-Mail: quLuckenbachweg@quartierstreff.de	Quartierstreff Luckenbachweg Luckenbachweg 8, 79115 Freiburg Linie 14 – Markgrafenstraße	kostenfrei ohne Anmeldung
jeden 3. Montag im Monat, 14:30- 17:30 Uhr	Café Sahnehäubchen – der gemütliche Treff bei Kaffee und Kuchen im Qu33 <i>Veranstalter:</i> Quartierstreff Bauverein Breisgau e.V. www.quartierstreff.de	Quartierstreff 33, Wannerstraße 33, 79106 Freiburg Linien 1, 2, 3 und 4 – Rathaus im Stühlinger oder Eschholzstraße	ohne Anmeldung
montags, 15:30-17 Uhr (Einzeltermine siehe Aushang oder zu erfragen)	Singkreis im Quartierstreff 46 mit Susanne Dröge <i>Veranstalter und Anmeldung:</i> Quartierstreff 46 Bauverein Breisgau e.V, Frau Wiesen (Sprechstundenzeiten: dienstags und donnerstags 9-11 Uhr), Tel. 51044186, E-Mail: qu46@quartierstreff.de , www.quartierstreff.de <i>Kontakt Fr. Dröge:</i> E-Mail: susanne9.droege@gmx.de	Quartierstreff 46 Zähringer Straße 46, 79108 Freiburg Linie 3 – Tullastraße	2 € pro Termin für Nicht-Mitglieder Anmeldung erforderlich

Termin	Thema, Referent*in	Veranstaltungsort	Anmeldung und Kosten
jeden 1. und 3. Montag im Monat, 18-20:30 Uhr	Gemeinsam Rommé spielen <i>Veranstalter:</i> Quartierstreff Bauverein Breisgau e.V., www.quartierstreff.de <i>Kontakt und Informationen:</i> Frau Bleile (Sprechstundenzeiten: montags, 16-18 Uhr), Tel. 61248284, E-Mail: quLuckenbachweg@quartierstreff.de	Quartierstreff Luckenbachweg Luckenbachweg 8, 79115 Freiburg Linie 14 – Markgrafenstraße	kostenfrei ohne Anmeldung
dienstags, 10-12:30 Uhr	<i>Kreativgruppe</i> Offene Malgruppe <i>Veranstalter:</i> Begegnungsstätte St. Laurentiushaus www.stlaurentiushaus.de/begegnungsstaette <i>Anmeldung und Kontakt:</i> Tel. 40192354, E-Mail: begegnung@stlaurentiushaus.de	Begegnungsstätte St. Laurentiushaus Kreativraum Carl-Kistner-Str. 57, 79115 Freiburg Linie 5 – Haslach Bad	ohne Anmeldung
dienstags, 11-13 Uhr (nicht in den Ferien/an Feiertagen)	Handarbeits-Treff Ob Nähen, Häkeln, Stricken oder Basteln: Herzliche Einladung zum gemeinsamen Handarbeiten und sich auszutauschen! Eine Nähmaschine ist vorhanden, eine eigene kann aber gerne mitgebracht werden. <i>Veranstalter und Kontakt:</i> Quartiersarbeit Zähringen und Inklusives Kinderhaus Tabitha, Tel. 79032400, www.quartiersarbeit-zaehringen.de	Zähringer Treff Quartiersarbeit Zähringen Zähringer Straße 346, 79108 Freiburg (barrierefreier Zugang und barrierefreie Toilette) Linie 3 – Reutebachgasse	kostenfrei, ohne Anmeldung

Termin	Thema, Referent*in	Veranstaltungsort	Anmeldung und Kosten
jeden 2. Dienstag im Monat, ab 14:30 Uhr	Nachmittagscafé des Quartierstreff 46 <i>Veranstalter:</i> Quartierstreff 46 Bauverein Breisgau e.V., <i>Kontakt und Informationen:</i> Frau Wiesen (Sprechstundenzeiten: dienstags und donnerstags 9-11 Uhr), Tel. 51044186, E-Mail: qu46@quartierstreff.de , www.quartierstreff.de	Quartierstreff 46 Zähringer Straße 46, 79108 Freiburg Linie 3 – Tullastraße	ohne Anmeldung
dienstags, 15-16 Uhr	Chorsingen für Menschen mit und ohne Demenz Miteinander Singen in einer altersunabhängig gemischten Chorgemeinschaft, erfüllte Zeit miteinander verbringen und Freude am Gesang stehen hier im Vordergrund. Vorerfahrungen sind willkommen, werden aber nicht vorausgesetzt. Menschen mit beginnender Demenz sind ausdrücklich willkommen. Im Anschluss ist gemütliches Beisammensein im Café des Heinrich-Hansjakob-Hauses möglich. <i>Rückfragen und Anmeldung:</i> Waltraud Keller, Tel. 290 93 12, E-Mail: Netzwerk@demenz-freiburg.de	Heinrich-Hansjakob-Haus Begegnungsraum im EG Talstraße 29, 79102 Freiburg Linie 1 – Schwabentorbrücke Linien 2 und 4 – Johanneskirche	kostenfrei mit Anmeldung
jeden 2./3. Dienstag im Monat, 15 Uhr	Kultur Café / Kultur Café on tour <i>Veranstalter:</i> Begegnungsstätte St. Laurentiushaus www.stlaurentiushaus.de/begegnungsstaette <i>Anmeldung und Kontakt:</i> Tel. 76994082, E-Mail: begegnung@stlaurentiushaus.de	Begegnungsstätte St. Laurentiushaus Kaffeestüble Carl-Kistner-Str. 57, 79115 Freiburg Linie 5 – Haslach Bad	mit Anmeldung, Infos (zu bestimmten Aktionen) beim Sozialdienst erfragen
dienstags, 16 Uhr	Offener Schachclub <i>Veranstalter:</i> Begegnungsstätte St. Laurentiushaus www.stlaurentiushaus.de/begegnungsstaette <i>Anmeldung:</i> Tel. 40192354	Begegnungsstätte St. Laurentiushaus Spielezimmer Carl-Kistner-Str. 57, 79115 Freiburg Linie 5 – Haslach Bad	kostenfrei

Termin	Thema, Referent*in	Veranstaltungsort	Anmeldung und Kosten
letzter Dienstag im Monat, 16:30 Uhr	Markt-Ess-Treff im Quartierstreff 46 <i>Veranstalter:</i> Quartierstreff 46 Bauverein Breisgau e.V. <i>Kontakt und Informationen:</i> Frau Wiesen (Sprechstundenzeiten: dienstags und donnerstags 9-11 Uhr), Tel. 51 04 41 86, E-Mail: qu46@quartierstreff.de ,	Quartierstreff 46 Zähringer Straße 46, 79108 Freiburg Linie 4 – Tullastraße	Preise laut Aushang ohne Anmeldung
1. und 3. Dienstag im Monat, 18-20 Uhr	Spieleabend im Quartierstreff 46 <i>Veranstalter:</i> Quartierstreff 46 Bauverein Breisgau e.V. <i>Kontakt und Informationen:</i> Frau Wiesen (Sprechstundenzeiten: dienstags und donnerstags 9-11 Uhr), Tel. 51 04 41 86, E-Mail: qu46@quartierstreff.de , www.quartierstreff.de	Quartierstreff 46 Zähringer Straße 46, 79108 Freiburg Linie 4 – Tullastraße	2 € für Nicht-Mitglieder ohne Anmeldung
mittwochs, unterschiedliche Starttermine zwischen 10-18 Uhr	Rikscha-Ausfahrten im Freiburger Osten Angebot bei schönem Wetter jeweils mittwochs bis zu fünf ein- bis zweistündige Ausflüge für zwei Personen an. Schwerpunkt: naturnahe Fahrten im Freiburger Osten und im Dreisamtal abseits der Autorouten. <i>Veranstalter:</i> Freundeskreis Altenhilfe e.V., www.freundeskreis-altenhilfe.de , E-Mail: info@freundeskreis-altenhilfe.de <i>Anmeldung und Kontakt:</i> Wolfgang Weiler, Tel. 0170 3422862	Treffpunkt: in Absprache nach Anmeldung <i>Bei akuten Wetteränderungen sind auch kurzfristige Absagen von länger im Voraus gebuchter Termine möglich.</i>	kostenfrei / Spende mit Anmeldung bis jeweils Dienstagnachmittag

Termin	Thema, Referent*in	Veranstaltungsort	Anmeldung und Kosten
mittwochs (ab 14.01.), 14-17 Uhr	<i>Freizeitangebot</i> Geselliger Treff mit verschiedenen Aktivitäten für Senior*innen mit und ohne Demenz sowie mit und ohne Behinderung <i>Kontakt:</i> Frau Pokorny, Tel. 76 77 277 www.abcfreiburg.de	Arbeitskreis Behinderte an der Christuskirche (ABC) Diakonisches Werk Freiburg 2. OG, mit Aufzug Maienstraße 2, 79102 Freiburg Linien 2 und 4 – Johanniskirche	Teilnehmendenbeitrag auf Anfrage Anmeldung und Vorgespräch erforderlich
an einem Mittwoch im Monat (Termine auf Website) 15-17 Uhr	Nachmittags-Café mit selbstgebackenem Kuchen <i>Veranstalter:</i> Quartierstreff Bauverein Breisgau e.V., www.quartierstreff.de <i>Kontakt und Informationen:</i> Frau Bleile (Sprechstundenzeiten: montags, 16-18 Uhr und donnerstags 15-17 Uhr), Tel. 61248284, E-Mail: quLuckenbachweg@quartierstreff.de	Quartierstreff Luckenbachweg Luckenbachweg 8, 79115 Freiburg Linie 14 – Markgrafenstraße	günstige Preise für Verzeehr ohne Anmeldung
mittwochs, 15 Uhr	Singen ohne (Alters-)Grenzen <i>Veranstalter:</i> Mehrgenerationenhaus/EBW, Tel. 4907840, E-Mail: info.mgh@kath-freiburg-suedwest.de , www.mehrgenerationenhaus-ebw-freiburg.de	Mehrgenerationenhaus/EBW Sulzburger Str. 18, 79114 Freiburg Linie 5 – Krozinger Straße Linie 3 – Rohrgraben	ohne Anmeldung
einmal pro Monat mittwochs (14.01., 11.02., 18.03.) 15-17 Uhr	Deutsch-französischer Spielenachmittag Lust auf Spiel und Spaß? Egal ob jünger oder älter, allein oder in Begleitung, französisch oder deutsch: Alle sind herzlich willkommen! <i>Veranstalter und Kontakt:</i> Centre Culturel Français Freiburg e.V., E-Mail: info@ccf-fr.de , Tel. 207390 <i>Findet in der Regel einmal im Monat statt.</i>	Centre Culturel Français Freiburg e.V. Kornhaus, Münsterplatz 11 79098 Freiburg Linien 1, 2, 3 und 4 – Bertoldsbrunnen Linie 5 – Europaplatz	kostenfrei Anmeldung: info@ccf-fr.de

Termin	Thema, Referent*in	Veranstaltungsort	Anmeldung und Kosten
i.d.R. 1x/Monat mittwochs (21.01., weitere Termine erfragen 17 Uhr	Literaturkreis Es wird über ein vorher ausgesuchtes Buch diskutiert. <i>Ansprechpartnerin:</i> Frau Schütte, Tel. 44 33 14 <i>Veranstalter:</i> Mehrgenerationenhaus/EBW, Tel. 49078-40 E-Mail: info.mgh@kath-freiburg-suedwest.de www.mehrgenerationenhaus-ebw-freiburg.de	Mehrgenerationenhaus/EBW Sulzbürger Str. 18, 79114 Freiburg Linie 5 – Krozinger Str. Linie 3 – Rohrgraben	kostenfrei Anmeldung erforderlich bei Fr. Schütte
i.d.R. 1x/Monat mittwochs (21.01.) 19 Uhr	Deutsch-französischer Stammtisch am 21.01. Spezial: „Gallettes des Rois“ <i>Abweichende Treffpunkte bitte auf der Homepage einsehen.</i> <i>Veranstalter und Anmeldung:</i> Centre Culturel Français Freiburg e.V., www.ccf-fr.de , Tel. 207390, E-Mail: kultur@ccf-fr.de	Centre Culturel Français Freiburg e.V. Münsterplatz 11, Kornhaus 79098 Freiburg Linien 1, 2, 3 und 4 – Bertoldsbrunnen Linie 5 – Europaplatz	kostenfrei Anmeldung per Mail
14-täglich mittwochs (ab 21.01.), 19 Uhr (nicht in den Ferien)	Fotofreunde <i>Veranstalter:</i> Mehrgenerationenhaus/EBW, Tel. 4907840, E-Mail: info.mgh@kath-freiburg-suedwest.de www.mehrgenerationenhaus-ebw-freiburg.de	Mehrgenerationenhaus/EBW Sulzbürger Str. 18, 79114 Freiburg Linie 5 – Krozinger Straße Linie 3 – Rohrgraben	ohne Anmeldung
1x/Monat donnerstags (08.01., 12.02., 12.03.), 10-11:30 Uhr	Träume – Einladung zum Leben: Mit Hilfe von Assoziationen Träumen unter fachlicher Anleitung verstehen <i>Leitung:</i> Uli Schäfle, Pfr.i.R., Psychotherapie (HP) und Pastoralpsychologe <i>Veranstalter:</i> Evangelische Erwachsenenbildung Freiburg Tel. 205 741-152, E-Mail: eeb.freiburg@kbz.ekiba.de https://erwachsenenbildung-freiburg.de/	Haus der Evangelischen Kirche Freiburg Schnewlinstraße 2, 79098 Freiburg Linien 1, 2, 3 und 4 – Hauptbahnhof	7 € / 5 € ermäßigt ohne Anmeldung

Termin	Thema, Referent*in	Veranstaltungsort	Anmeldung und Kosten
1x/Monat, donnerstags (29.01., 26.02., 26.03.), 10-11:30 Uhr	<i>Gesprächs- und Lektürekreis</i> Von der Mystik Meister Eckarts <i>Leitung:</i> Uli Schäfle, Pfr.i.R., Kontemplationslehrer, Psychotherapie (HP) und Pastoralpsychologe <i>Veranstalter:</i> Evangelische Erwachsenenbildung Freiburg Tel. 205 741-152, E-Mail: eeb.freiburg@kbz.ekiba.de https://erwachsenenbildung-freiburg.de/	Haus der Evangelischen Kirche Freiburg Schnewlinstraße 2, 79098 Freiburg Linien 1, 2, 3 und 4 – Hauptbahnhof	7 € / 5 € ohne Anmeldung
jeden 2. Donnerstag im Monat (08.01., 12.02., 12.03.) 15-17 Uhr	Offener Stammtisch mit Kaffee und Kuchen für alle Senior*innen der Freiburger Innenstadt, egal ob alteingesessen oder zugezogen! <i>Veranstalter:</i> AG 55+ des Lokalvereins Innenstadt, E-Mail: AG55plus@lokalverein.de	Café Inklusiv c-punkt Münsterforum Herrenstr. 33, 79098 Freiburg Linien 3, 5 und 27 – Europaplatz	ohne Anmeldung
donnerstags, 15-17 Uhr	Begegnungscafé - Gemeinsamer Nachmittag mit Kaffee, Tee, Kuchen und Rummikub <i>Veranstalter und Kontakt:</i> Stadtteiltreff Betzenhausen-Bischofslinde, Tel. 89758315, E-Mail: stadtteiltreff-bb@caritas-freiburg.de	Stadtteiltreff Betzenhausen-Bischofslinde des Caritasverbandes Freiburg-Stadt e.V. Am Bischofskreuz 4, 79114 Freiburg, Linie 1 – Am Bischofskreuz	kostenfrei ohne Anmeldung

Termin	Thema, Referent*in	Veranstaltungsort	Anmeldung und Kosten
1. und 3. Donnerstag im Monat, ab 15 Uhr (bei gutem Wetter)	Bouletreff im Quartierstreff 46 <i>Veranstalter:</i> Quartierstreff 46 Bauverein Breisgau e.V., <i>Kontakt und Informationen:</i> Frau Wiesen (Sprechstundenzeiten: dienstags und donnerstags 9-11 Uhr), Tel. 51044186, E-Mail: qu46@quartierstreff.de , www.quartierstreff.de	Quartierstreff 46 , Innenhof Zähringer Straße 46, 79108 Freiburg Linie 3 – Tullastraße	kostenfrei ohne Anmeldung
jeden 2. und 4. Donnerstag im Monat, 15:30-18 Uhr	Spieletreff im Uni-Carré <i>Veranstalter:</i> Quartierstreff Bauverein Breisgau e.V., www.quartierstreff.de <i>Kontakt und Informationen:</i> Tel. 51466399, E-Mail: qu.uc@quartierstreff.de , Elisa Dold (Sprechzeiten: montags und donnerstags von 15:30 -17:30 Uhr)	Quartierstreff Uni-Carré , Lutherkirchstr. 4, 79106 Freiburg Linie 2 – Friedrich-Ebert-Platz	ohne Anmeldung
jeden 2. und 4. Donnerstag im Monat, 18 Uhr	Spieletreff im Qu33 für Jung und Alt <i>Veranstalter:</i> Quartierstreff Bauverein Breisgau e.V. www.quartierstreff.de	Quartierstreff 33 , Wannerstraße 33, 79106 Freiburg Linien 1, 2, 3 und 4 – Rathaus im Stühlinger oder Eschholzstraße	ohne Anmeldung

Termin	Thema, Referent*in	Veranstaltungsort	Anmeldung und Kosten
jeden <u>dritten</u> Samstag im Monat (17.01., 21.02., 21.03.,) 15-17 Uhr	Café WOGÉ Ein Samstagstreff für Menschen mit Demenz zusammen mit ihren Angehörigen und im WOGÉ e.V. Engagierten <i>Veranstalter:</i> Tel. 0157 30 82 36 36, E-Mail: info@wogevauban.de , www.wogevauban.de	Kirchenräume OASE - Vauban Vaubanallee 11, 79100 Freiburg Linie 4 – Paula-Modersohn-Platz	um einen Unkostenbeitrag und eine Anmeldung vorab wird gebeten
am 2. Sonntag im Monat, ab 15 Uhr	Schach-Café Anfänger und Fortgeschrittene sind herzlich willkommen. Dazu gibt es selbstgebackenen Kuchen und frischen Kaffee. Bitte das eigene Brett mitbringen! <i>Veranstalter:</i> Quartierstreff Bauverein Breisgau e.V. www.quartierstreff.de <i>Kontakt und Informationen:</i> ,Frau Bleile (Sprechstundenzeiten: montags, 16-18 Uhr), Tel. 61248284, E-Mail: quLuckenbachweg@quartierstreff.de	Quartierstreff Luckenbachweg Luckenbachweg 8, 79115 Freiburg Linie 14 – Markgrafenstraße	kostenfrei ohne Anmeldung

4. Wöchentliche Bewegungs- und Trainingsangebote

Sie finden hier eine Übersicht über Bewegungs- und Trainingsangebote für ältere Menschen und/oder Menschen mit gesundheitlichen Einschränkungen. Informationen zu weiteren Bewegungsangeboten für ältere Menschen finden Sie im Internet auf der Webseite des Sportportals der Stadt Freiburg (siehe Link und QR-Code).



[Bewegungstreffs im Freien](#) bieten die Möglichkeiten, in einer Gruppe unter Anleitung alltagstaugliche Bewegungsübungen zu trainieren. Sportkleidung wird nicht benötigt, auch werden keine sportlichen Anforderungen an die Teilnehmenden gestellt. Das Angebot ist kostenfrei. Eine Übersicht über die einzelnen Bewegungstreffs im Freien in Freiburg erhalten Sie beim Seniorenbüro mit Pflegestützpunkt und online unter www.freiburg.de/beratungslisten.

Termin	Thema, Referent*in	Veranstaltungsort	Anmeldung und Kosten
montags, 9:30-10:30 Uhr	Fit bis 100 – Gymnastik & Qi Gong <i>Leitung:</i> Astrid Schreiber, Trainerin Präventions- und Rehasport <i>Veranstalter:</i> Quartierstreff Bauverein Breisgau e.V. www.quartierstreff.de <i>Anmeldung:</i> Tel. 0152/32794027, E-Mail: schreiber5sport@gmx.de	Ort und Zeit auf Anfrage	Für 6 Termine: 30 €/36 € (Mitglieder Quartierstreff/ Nichtmitglieder) Anmeldung erforderlich
montags (nicht in den Ferien), 9:30-10:30 Uhr	Osteoporose- und Sturzprophylaxe <i>Anleitung:</i> Christian Weiß, Physio Weiß <i>Veranstalter:</i> Begegnungsstätte St. Laurentiushaus www.stlaurentiushaus.de/begegnungsstaette <i>Anmeldung und Kontakt:</i> Tel. 76994082, E-Mail: begegnung@stlaurentiushaus.de	Begegnungsstätte St. Laurentiushaus im Saal Carl-Kistner-Str. 57, 79115 Freiburg Linie 5 – Haslach Bad	60 € für 10 Termine Anmeldung erforderlich

Termin	Thema, Referent*in	Veranstaltungsort	Anmeldung und Kosten
montags, 10-11:20 Uhr	<i>Trainingsangebot</i> Ayurveda-Atem-Yoga Alltagsbelastungen und Stress begegnen mit sanften Körperbewegungen und achtsamen Atemübungen aus dem ganzheitlichen YOGA und der ayurvedischen Gesundheitslehre. Geeignet für Anfänger und Fortgeschrittene, für pflegende Angehörige zur Entlastung ihres herausfordernden Alltags. <i>Rückfragen und Anmeldung:</i> Waltraud Keller, Tel. 290 93 12, E-Mail: Waltraud.Keller@t-online.de	Heinrich-Hansjakob-Haus Untergeschoss Talstraße 29, 79102 Freiburg Linie 1 – Schwabentorbrücke Linien 2 und 4 – Johanneskirche	90 € für 6 Termine Anmeldung erwünscht
montags (nicht in den Ferien), 11-12 Uhr	<i>Gedächtnis-Kurs</i> Gedächtnistraining <i>Anleitung:</i> Birgit Verfondern <i>Veranstalter:</i> Begegnungsstätte St. Laurentiushaus www.stlaurentiushaus.de/begegnungsstaette <i>Anmeldung und Kontakt:</i> Tel. 76994082, E-Mail: begegnung@stlaurentiushaus.de	Begegnungsstätte St. Laurentiushaus, im Saal Carl-Kistner-Str. 57, 79115 Freiburg Linie 5 – Haslach Bad	30 € für 10 Termine Anmeldung erforderlich
montags, 13:45 Uhr <u>und</u> freitags, 12:45 Uhr	Wassergymnastik mit Volker Wörnhör <i>Veranstalter:</i> Quartierstreff 46, Bauverein Breisgau e.V <i>Informationen:</i> Frau Wiesen, Tel. 51044186, E-Mail: qu46@quartierstreff.de , www.quartierstreff.de	Schwimmbad Haslach Carl-Kistner-Straße 67, 79115 Freiburg <i>Treffpunkt 10 min vor Beginn am Drehkreuz im Haslacher Bad</i> Linie 5 – Haslach Bad	für Bauvereins- Mitglieder 5 €, für Nicht-Mitglieder 6 € ohne Anmeldung

Termin	Thema, Referent*in	Veranstaltungsort	Anmeldung und Kosten
2x/Monat, 14-täglich montags (19.01., 02.02., 02.03.) 15-16 Uhr	Heiteres Gedächtnistraining... ... eine Gruppenstunde für alle Interessierten, die in geselliger Runde mit Spiel und Spaß ihr Gedächtnis trainieren möchten. Für Anfänger geeignet. Menschen mit leichten, kognitiven Einschränkungen sind gleichermaßen herzlich willkommen. <i>Leitung:</i> Waltraud Keller <i>Rückfragen und Anmeldung an:</i> Begegnungsstätte Altstadt im Evangelischen Stift, Frau Fischer / Frau Mihm, Tel. 31913118, E-Mail: begegnungsstaette@stift-freiburg.de	Evangelisches Stift Begegnungsstätte Altstadt Nebenraum Cafeteria Hermannstr. 14, 79098 Freiburg Linien 3 und 5, 27 – Europaplatz	7,50 €/Termin, zahlbar direkt vor Ort
montags, 16-16:30 Uhr (nicht an Feiertagen)	Bewegungstreff im Freien Anleitung von geschulten Ehrenamtlichen mit Freude und Humor. Es werden keine sportlichen Anforderungen gestellt. Effektive Förderung der Gesundheit in geselliger und vertrauter Umgebung. <i>Veranstalter und Kontakt:</i> Quartiersarbeit Zähringen, Tel. 79032400, www.quartiersarbeit-zaehringen.de	Auf der Wiese hinter dem Bürgerhaus Zähringen Lameystr. 2, 79108 Freiburg Linie 3 – Tullastraße	kostenfrei, ohne Anmeldung
mittwochs, 2 Gruppen zwischen 9-11 Uhr	Gymnastik für aktive Senioren mit Ursula Hummel <u>Gruppe 1:</u> 9 bis 10 Uhr/ <u>Gruppe 2:</u> 10 bis 11 Uhr <i>Veranstalter:</i> Quartierstreff Bauverein Breisgau e.V. <i>Kontakt und Anmeldung:</i> Frau Wiesen (Sprechstundenzeiten: dienstags und donnerstags 9-11 Uhr), Tel. 51044186, E-Mail: qu46@quartierstreff.de, www.quartierstreff.de	Quartierstreff 46 Zähringer Straße 46, 79108 Freiburg Linie 3 – Tullastraße	Kosten: 5 € / 6 € (Mitglieder Quartierstreff / Nicht-Mitglieder) Anmeldung erforderlich

Termin	Thema, Referent*in	Veranstaltungsort	Anmeldung und Kosten
mittwochs, 9:15 Uhr oder 10:15 Uhr (nicht in den Ferien)	Qigong-Kurs I und II <i>Anleitung:</i> Frau Schröder <i>Veranstalter:</i> Begegnungsstätte St. Laurentiushaus www.stlaurentiushaus.de/begegnungsstaette <i>Anmeldung:</i> Tel. 76994082, E-Mail: begegnung@stlaurentiushaus.de	Begegnungsstätte St. Laurentiushaus im Saal Carl-Kistner-Str. 57, 79115 Freiburg Linie 5 – Haslach Bad	Anmeldung erforderlich Unkostenbeitrag
mittwochs, 9:30-10:30 Uhr	Rückenfit Ü50 Ein Angebot der Sportgruppe Weingarten <i>Veranstalter:</i> Mehrgenerationenhaus/EBW, Tel. 4907840, E-Mail: info.mgh@kath-freiburg-suedwest.de , www.mehrgenerationenhaus-ebw-freiburg.de	Mehrgenerationenhaus/EBW Sulzburger Str. 18, 79114 Freiburg Linie 5 – Krozinger Straße Linie 3 – Rohrgraben	für Nicht-Mitglieder 5 €/Stunde
mittwochs, 14:15-15:30 Uhr	<i>Präventionskurs</i> Brainfit 60 + <i>Leitung:</i> Ralf Jogerst, Hirnleistungstrainer und Theologe <i>Anmeldung und Information:</i> GRIPS Hirnleistungstraining Ralf Jogerst, Tel. 61 29 06-48, E-Mail: grips@sv-fr.de	Eugen-Keidel-Haus Johanniterstr. 3, 79104 Freiburg Linie 3 – Tennenbacher Straße	für 9 Termine: 80 € (Ermäßigung möglich) Anmeldung erforderlich
donnerstags, 14-15:30 Uhr	<i>Präventionskurs</i> Brainfit 60 + <i>Leitung:</i> Ralf Jogerst, Hirnleistungstrainer und Theologe <i>Anmeldung und Information:</i> GRIPS Hirnleistungstraining Ralf Jogerst, Tel. 61 29 06-48, E-Mail: grips@sv-fr.de	Michael-Denzlinger-Treff Hochdorfer Str. 2, 79108 Freiburg Linie 36 – Dorfplatz	2 € je Termin Anmeldung erforderlich

Termin	Thema, Referent*in	Veranstaltungsort	Anmeldung und Kosten
donnerstags, 19-20:30 Uhr	Entspannt durch den Alltag mit Yoga fortlaufender Kurs <i>Leitung:</i> Diana Terstiege <i>Veranstalter:</i> Quartierstreff Bauverein Breisgau e.V. www.quartierstreff.de <i>Info und Anmeldung:</i> E-Mail: om@aura-yoga.de	Quartierstreff 33, Wannerstraße 33, 79106 Freiburg Linien 1, 2, 3 und 4 – Rathaus im Stühlinger oder Eschholzstraße <i>Bitte 5 min. vor Kursbeginn in der Wannerstr. 33, Kellerraum anwesend sein.</i>	Teilnahme nach Anmeldung per E-Mail
donnerstags, 19:15-20:30 Uhr	Achtsamkeitsmeditation begleitet durch Mathilde Roentgen (E-Mail mroentgen@yahoo.de) <i>Veranstalter:</i> Mehrgenerationenhaus/EBW, Tel. 4907840, E-Mail: info.mgh@kath-freiburg-suedwest.de , www.mehrgenerationenhaus-ebw-freiburg.de	Mehrgenerationenhaus/EBW Sulzbürger Str. 18, 79114 Freiburg Linie 5 – Krozinger Straße Linie 3 – Rohrgraben	ohne Anmeldung
freitags, 9:30-10:30 Uhr	Stuhlgymnastik – Schwitzen im Sitzen <i>Leitung:</i> A. Schreiber, Trainerin Präventions- und Rehasport <i>Veranstalter:</i> Quartierstreff Bauverein Breisgau e.V. www.quartierstreff.de <i>Anmeldung:</i> Tel. 0152/32794027, E-Mail: schreiber5sport@gmx.de	Quartierstreff 33 Wannerstraße 33, 79106 Freiburg Linien 1, 2, 3 und 4 – Rathaus im Stühlinger oder Eschholzstraße	Für 6 Termine: 30 € / 36 € (Mitglieder Quartierstreff / Nichtmitglieder) Anmeldung erforderlich
freitags, 10:15- 11:15 Uhr	<i>Trainingsangebot</i> Heiteres Gedächtnistraining Mit Spaß die Konzentration und Merkspanne verbessern. <i>Rückfragen und Anmeldung:</i> Waltraud Keller, Tel. 290 93 12 E-Mail: Waltraud.Keller@t-online.de	Verwaltungsgebäude St. Marienhaus Erdgeschoss Talstr. 29, 79102 Freiburg Linie 1 – Schwabentorbrücke Linie 2, 4 – Johanneskirche	7,50 € pro Einheit Anmeldung erbeten

Termin	Thema, Referent*in	Veranstaltungsort	Anmeldung und Kosten
jeden 2. Freitag im Monat, 10:45- 12:15 Uhr	<i>Bewegungsangebot</i> Tanzgymnastik für Menschen mit Parkinson und Angehörige <i>Veranstalter und Kontakt:</i> Deutsche Parkinsonvereinigung, Regionalgruppe Freiburg, Herr Dr. Meixner, Tel. 28 55 63 35, E-Mail: parkinson-freiburg@t-online.de https://freiburg.parkinson-vereinigung.de/	DanceEmotion Humboldtstr. 3, 79098 Freiburg Linien 1, 2, 3 und 4 – Bertoldsbrunnen	Teilnahmegebühr Anmeldung erforderlich
samstags (ab 03.01., nicht am 31.01.), 10-12 Uhr	Pilates für Senioren mit Frau Bücheler <i>Kontakt:</i> verena.buecheler@gmx.de <i>Veranstalter:</i> Quartierstreff 46 Bauverein Breisgau e.V, www.quartierstreff.de	Quartierstreff 46 Zähringer Straße 46, 79108 Freiburg Linie 3 – Tullastraße	Teilnahmegebühr auf Spendenbasis bitte Matte und Getränk mitbringen

5. Kurse, mehr als zweitägige Seminare und Weiterbildungsangebote			
Termin	Thema, Referent*in	Veranstaltungsort	Anmeldung und Kosten
Starttermine ab Anfang Januar unterschiedliche Tage und Uhrzeiten	(Senioren-)Sprachkurse Französisch verschiedene Kurse mit unterschiedlichen Niveaus (Anfänger – Mittelstufe – Oberstufe) sowie Konversations- und Intensivkurse mit und ohne Schwerpunkt auf Grammatik und Sprachkurse mit Fokus auf Landeskunde oder Themen (bspw. Cézanne et la Provence) <i>Veranstalter, Anmeldung:</i> Centre Culturel Français, Tel. 207390, E-Mail: info@ccf-fr.de , www.ccf-fr.de	Centre Culturel Français Freiburg e.V. Münsterplatz 11, Kornhaus 79098 Freiburg Linien 1, 2, 3 und 4 – Bertoldsbrunnen Linie 5 – Europaplatz	zwischen 42 € und 140 € (abhängig von Umfang und Teilnehmendenzahl) <u>Anmeldung:</u> telefonisch oder per Mail
13.01.-17.03., 19:30 Uhr	Orientalisch Tanzen für Fortgeschrittene mit Amira el Amar <i>Kontakt:</i> Frau Gündel, Tel. 132481 <i>Veranstalter:</i> Mehrgenerationenhaus/EBW, Tel. 4907840, E-Mail: info.mgh@kath-freiburg-suedwest.de , www.mehrgenerationenhaus-ebw-freiburg.de	Mehrgenerationenhaus/EBW Sulzburger Str. 18, 79114 Freiburg Linie 5 – Krozinger Straße Linie 3 – Rohrgraben	Anmeldung bis 07.01. Kosten: Termine – 67,50 €
20.01.-10.02., 19-20:30 Uhr	Improvisationstheater mit Kathleen Isel <i>Veranstalter:</i> Mehrgenerationenhaus/EBW, Tel. 4907840, E-Mail: info.mgh@kath-freiburg-suedwest.de , www.mehrgenerationenhaus-ebw-freiburg.de	Mehrgenerationenhaus/EBW Sulzburger Str. 18, 79114 Freiburg Linie 5 – Krozinger Straße Linie 3 – Rohrgraben	Anmeldung bis 13.01. Kosten: 4 Termine – 30 €
20.01.-24.02., 19-20:30 Uhr	Yoga mit Regina Hildebrandt <i>Veranstalter:</i> Mehrgenerationenhaus/EBW, Tel. 4907840, E-Mail: info.mgh@kath-freiburg-suedwest.de , www.mehrgenerationenhaus-ebw-freiburg.de	Mehrgenerationenhaus/EBW Sulzburger Str. 18, 79114 Freiburg Linie 5 – Krozinger Straße Linie 3 – Rohrgraben	Anmeldung bis 15.01. Kosten: 8 Termine – 60 €

Termin	Thema, Referent*in	Veranstaltungsort	Anmeldung und Kosten
29.01./19.02. und 19.03. 17-20 Uhr	<i>Kochworkshop an drei Terminen</i> KOCHEN KANN JEDE:R – Vielfältig, gesund, bezahlbar! Wie lassen sich mit einfachen Zutaten schmackhafte, nachhaltige und gesunde Mahlzeiten zubereiten? <i>Kontakt und Anmeldung:</i> projektkoordination-freiburg@foodsharing-akademie.org	Begegnungsstätte Bifänge Weierweg 12, 79111 Freiburg Linie 4 – Vauban-Mitte	mit Anmeldung kostenfrei
dienstags an 10 Abenden ab 24.02., jeweils 18.30-21 Uhr	Menschen mit Demenz begleiten Der Kurs informiert über verschiedene Ausprägungen und Entwicklungen der Demenz, gibt Einblicke in die Lebens- und Erfahrungswelten von Betroffenen und zeigt Möglichkeiten auf für eine respektvolle und einfühlsame Begleitung im Alltag. Er gibt Gelegenheit, miteinander Erfahrungen zu teilen und im Austausch Lösungen für einen gelingenden Alltag zu entwickeln. Das Kursangebot richtet sich an pflegende Angehörige, Freund*innen, Nachbar*innen und freiwillig Engagierte. <i>Kursleitung:</i> Regina Kraus, Victoria Langelott <i>Anmeldung bis 14.02.:</i> WOGÉ e.V., E-Mail: info@wogevauban.de , Tel. 0157 30823636 <i>Weitere Infos:</i> www.wogevauban.de	In den Räumen der Quartiersarbeit Vaubanallee 11, 79100 Freiburg (weitere Details bei Anmeldung)	Anmeldung erforderlich Teilnahmebeitrag: 120 €, die Kurskosten werden in der Regel von der Krankenkasse erstattet.
27.02.-01.03.	<i>Workshop</i> „Verbunden statt allein“ Einsamkeit ist ungesund – für alle Generationen <i>Referent*in:</i> Dr. Iris Wernher (Diplom-Psychologin und promovierte Gerontologin) <i>Veranstalter und Anmeldung:</i> Waldhof Akademie Freiburg, www.waldhof-freiburg.de , Tel. 0761 67134, E-Mail: sekretariat@waldhof-freiburg.de	Villa Waldhof Akademie Im Waldhof 16, 79117 Freiburg Linie 1 – Laßbergstraße + 17 min. Fußweg oder Bhf. Littenweiler + 15 min. Fußweg	Anmeldung erforderlich Kursgebühr inkl. Verpflegung 211 €

Termin	Thema, Referent*in	Veranstaltungsort	Anmeldung und Kosten
27.02., 19-21 Uhr und 28.02., 10-18 Uhr	Enneagramm-Einführung. Eine Landkarte der Seele. Das Enneagramm typologisiert humorvoll und tief sinnig 9 Charaktermuster. Es zeigt die Stärken und Schwächen und lässt die inneren Antriebskräfte verstehen, aus denen heraus man so lebt wie man lebt. <i>Leitung:</i> Markus Becker, Diplom Psychologe und Evangelischer Theologe, Paar- und Familientherapeut, Autor <i>Veranstalter:</i> Evangelische Erwachsenenbildung Freiburg Tel. 205 741-152, E-Mail: eeb.freiburg@kbz.ekiba.de https://erwachsenenbildung-freiburg.de/	Haus der Evangelischen Kirche Freiburg Schnewlinstraße 2, 79098 Freiburg Linien 1, 2, 3 und 4 – Hauptbahnhof	100 € Anmeldung bis 17.02.
03.03.-05.03.	<i>Workshop</i> „Wirkung ist kein Zufall“ Stilberatung für Damen <i>Referent*in:</i> Vivien Altmann (Buchautorin, Modedesignerin, Farb- und Stilberaterin) <i>Veranstalter und Anmeldung:</i> Waldhof Akademie Freiburg, www.waldhof-freiburg.de , Tel. 0761 67134, E-Mail: sekretariat@waldhof-freiburg.de	Villa Waldhof Akademie Im Waldhof 16, 79117 Freiburg Linie 1 – Laßbergstraße + 17 min. Fußweg oder Bhf. Littenweiler + 15 min. Fußweg	Anmeldung erforderlich Kursgebühr inkl. Verpflegung 229 €
13.03.-15.03.	<i>Workshop</i> „Die sinnliche Welt des Buchbindens“ Gestalten Sie Ihr individuelles Buch <i>Referent*in:</i> Susanne Natterer (selbstständige Buchbindemeisterin) <i>Veranstalter und Anmeldung:</i> Waldhof Akademie Freiburg, www.waldhof-freiburg.de , Tel. 0761 67134, E-Mail: sekretariat@waldhof-freiburg.de	Villa Waldhof Akademie Im Waldhof 16, 79117 Freiburg Linie 1 – Laßbergstraße + 17 min. Fußweg oder Bhf. Littenweiler + 15 min. Fußweg	Anmeldung erforderlich Kursgebühr inkl. Verpflegung 211 € plus 30 € Materialkosten

Vorankündigung kommender Termine ab April 2026			
Termin	Thema, Referent*in	Veranstaltungsort	Anmeldung und Kosten
18.04., 10-16 Uhr	Berühren in palliativen Raum – 2. Symposium Handauflegen Freiburg Eingeladen sind alle, die für Menschen in palliativen Situationen sorgen und sich selber etwas Gutes zu wollen – beruflich oder als pflegende Zugehörige. Das Symposium verbindet Information und Reflexion mit Erfahrungselementen und Praxisanteilen (Workshop am Nachmittag). <i>Beteiligte:</i> Anne Höfler (open hands), Hildegard Bargenda (Leiterin der Hospizgruppe Freiburg), Gabriele Hartlieb (Stadtpfarrerin), Doesjka van der Linden, (Harfenistin u.a. im Hospiz), Anke Zillessen (Körpertherapeutin, Leiterin AK Handauflegen Freiburg u.a.) <i>Anmeldung:</i> www.erwachsenenbildung-freiburg.de <i>Veranstalterin:</i> Evangelische Stadtkirchenarbeit Freiburg	Thomaskirche Tullastr. 15, 79108 Freiburg Linie 3 – Tullastraße	40 € mit Anmeldung <i>Zielgruppe:</i> Menschen in der Pflege- und Hospizarbeit, Sterbe- und Trauerbegleitung (auch als Weiterbildung)

6. Kontaktadressen der Begegnungsstätten für ältere Menschen in Freiburg

Die Begegnungsstätten für ältere Menschen in Freiburg bieten ein vielfältiges und abwechslungsreiches Programm. In diesem Veranstaltungskalender finden Sie nur eine kleinere Auswahl von einzelnen Angeboten der Begegnungsstätten. Eine vollständige Übersicht der aktuellen Programme erhalten Sie direkt bei der jeweiligen Begegnungsstätte.

- Begegnungsstätte im Grün
Im Grün 5, 79098 Freiburg
Tel. 0761/ 27 57 95
<http://www.awo-freiburg.de/senioren/begegnungsstatten/im-grun>



- Begegnungsstätte Freytagstraße
Freytagstraße 6, 79114 Freiburg
Tel. 0761/ 79 03 35 00
<http://www.caritas-freiburg.de/alter-und-soziale-dienste/seniorenwohnanlage-freytagstrasse/>



- Begegnungsstätte Haslach
Mathias-Blank-Str. 22, 79115 Freiburg
Tel. 0761/ 47 01 668
<http://www.awo-freiburg.de/senioren/begegnungsstatten/haslach>



- Begegnungsstätte im St. Carolushaus
Habsburger Str. 107a, 79104 Freiburg
Tel. 0761/ 21 77 48 29 15
<https://st-carolushaus.de/>



- Begegnungsstätte Landwasser
Spechtweg 35, 79110 Freiburg
Tel. 0761/ 13 27 99
<http://www.awo-freiburg.de/senioren/begegnungsstatten/landwasser>



- Begegnungsstätte Altstadt
Hermannstr. 14, 79098 Freiburg
Tel. 0761/ 319 13 118
<http://www.das-stift.de/ueber-uns/begegnungsstaette>



- Begegnungsstätte Tennenbacher Platz
Tennenbacher Str. 38, 79106 Freiburg
Tel. 0761/ 28 79 38
<http://www.awo-freiburg.de/senioren/begegnungsstatten/tennenbacher-platz>



- Begegnungsstätte St. Laurentiushaus
Carl-Kistner-Str. 57, 79115 Freiburg
Tel. 0761/ 76 99 40 00
<http://www.stlaurentiushaus.de/begegnungsstaette/>



- Michael-Denzlinger-Treff
Hochdorfer Str. 2, 79108 Freiburg
Tel. 07665/ 94 71 471
<https://www.stiftungsverwaltung-freiburg.de/md-treff/>



- Begegnungszentrum Laubenhof
Weismannstr. 3, 79117 Freiburg
Tel. 0761/ 69 68 78 22
<https://www.stiftungsverwaltung-freiburg.de/altenhilfe/begegnung/begegnungszentrum-laubenhof/>



- Begegnungszentrum Kreuzsteinäcker
Heinrich-Heine-Str. 10, 79117 Freiburg
Tel. 0761/ 21 08 550
<https://www.stiftungsverwaltung-freiburg.de/alte-nhilfe/begegnung/begegnungszentrum-kreuzsteinaecker/>



- Begegnungszentrum Stühlinger
Ferdinand-Weiß-Str. 70A, 79106 Freiburg
Tel. 0761/ 27 30 92
<http://www.vfs-ev.de/begegnungszentrum-stuehlinger.html>



- Heinrich-Hansjakob-Haus
Talstr. 29, 79102 Freiburg
Tel. 0761/ 79 03 35 22
<http://www.caritas-freiburg.de/alter-und-soziale-dienste/heinrich-hansjakob-haus/>



- Begegnungsstätte Bauverein
Breisgau - Quartierstreff 46
Zähringer Str. 46, 79108 Freiburg
Tel. 0761/ 51 04 41 86
<http://www.quartierstreff.de/treffs/Quartierstreff46/index.php>



- Begegnungsstätte Bifänge
Weierweg 12, 79111 Freiburg
Tel. 0761/ 47 38 36
<http://www.awo-freiburg.de/senioren/begegnungs-statten/bifange>



- Begegnungsstätte Weingarten
Sulzburger Str. 2, 79114 Freiburg
Tel. 0761/ 45 577 30
<http://www.awo-freiburg.de/senioren/begegnungs-statten/weingarten>



- Begegnungsstätte Runzstraße
Runzstr. 77, 79102 Freiburg
Tel. 0761/ 20 74 65 60
<http://www.awo-bgst-runzstrasse.de/>



SENIORENBÜRO MIT PFLEGESTÜTZPUNKT

Rathaus im Stühlinger, Fehrenbachallee 12, 79106 Freiburg

T 0761 201-3032

seniorenbuero@freiburg.de

www.freiburg.de/senioren

Linien 1, 2, 3 und 4 – Rathaus im Stühlinger

