

Ehrenamtliche Angebote – einzeln und/oder in Gruppen

Stand: 01/2021 Be/Mö

In den folgenden Initiativen und Gruppen engagieren sich Menschen ehrenamtlich. Sie bringen Zeit und Ideen ein, um andere zu unterstützen. Auf verschiedene Weise versuchen sie, den Alltag von älteren Menschen zu bereichern oder zu entlasten. Die Tätigkeiten sind überwiegend unentgeltlich, eine Aufwandsentschädigung, wie z.B. für Fahrtkosten oder Spenden für die Gruppenkassen sind erwünscht. Grundlegende hauswirtschaftliche, pflegerische und betreuende Aufgaben können die Initiativen in der Regel nicht übernehmen.

Die Einsätze sind freiwillig und nur möglich, wenn sich passende Ehrenamtliche finden.

1. Individuelle Unterstützung wie z.B. Gespräche, Spaziergänge, kleinere Reparaturen, schriftliche Angelegenheiten etc.

- Angebote für das gesamte Stadtgebiet
- Angebote in verschiedenen Stadtteilen

2. Initiativen für bestimmte Zielgruppen

Wie Netzwerk pflegeBegleitung, Stammtische, Spaziergänge, Offene Sprechstunden, Einzelbegleitung pflegender Angehörige, Wegbegleiter - ein offener Treff für pflegende Angehörige, Lebensspuren – Treffpunkt für Trauernde und Café Woge

3. Angebote in Gruppen stadtweit sowie stadtteilbezogen

Initiativen, welche in die Zusammenstellung aufgenommen werden möchten, wenden sich bitte an das Seniorenbüro.

Interessierte, welche sich auch gerne engagieren möchten, können sich direkt an die Anbieter und Initiativen wenden oder ans **Seniorenbüro mit Pflegestützpunkt**

sowie an die **Freiburger Freiwilligen Agentur** (Paritätischer Wohlfahrtsverband Regionalgeschäftsstelle Freiburg, Schwabentorring 2, 79098 Freiburg, Tel. 21687-36, www.freiwillige-freiburg.de, www.mitmachboerse.de)

Die Angaben erheben keinen Anspruch auf Vollständigkeit und beruhen auf Selbstauskunft der Anbieter.

1. 1. Individuelle Unterstützung im gesamten Stadtgebiet

Anbieter / Initiative Ansprechpartner_in	Ehrenamtliches Angebot	Für wen - Kosten
Mobiler Freiburger Altenservice e.V. MOFA-Freiburg e.V. Hermannstraße 6, 79098 Freiburg Tel. 319 13-147 Dienstag und Donnerstag 10 - 12 Uhr oder AB mofa-freiburg@gmx.de www.mofa-freiburg.de	Beratung Vorlesen, Spaziergänge, Begleitung zu Arztbesuchen Einkaufen kleine Reparaturen im Haushalt, Aufbau von Möbeln Schriftwechsel mit Behörden	Ehrenamtliche Senioren helfen Senioren Aufwandsentschädigung, z.B. Fahrtkosten etc.
„Zeitstifter_innen“ Bürgerschaftsstiftung Soziales Freiburg Schusterstraße 19, 79098 Freiburg Fr. Berndt, Fr. Grässlin, Fr. Theis- Schwenninger Tel. 201-3070 (Anrufbeantworter) Sprechstunde: Dienstag 16 - 18 Uhr, Freitag 9 – 11 Uhr info@stiftung-soziales-freiburg.de	Hausbesuche freundliche Kommunikation Vorlesen, Singen, Spielen, Unterhaltung Begleitung für unterwegs, zum Einkaufen, zum Arzt und vieles mehr Entlastung der Angehörigen	Für ältere, hilfsbedürftige Bürger_innen

Anbieter / Initiative Ansprechpartner_in	Ehrenamtliches Angebot	Für wen - Kosten
<p>Stadtseniorenrat Freiburg e.V. Schusterstraße 19, 79098 Freiburg</p> <p>Tel. 201-3070 (Anrufbeantworter) Sprechzeiten in der Regel am: Montag 16 - 18 Uhr, Dienstag 10 - 12 Uhr, Mittwoch 15 - 17 Uhr, Donnerstag 10 - 12 Uhr</p> <p>info@ssr-freiburg.de www.ssr-freiburg.de</p>	<p>Beratung Hilfe und Unterstützung bei vielen persönlichen, sozialen und gesundheitlichen Problemen und Fragen</p>	<p>Ältere Bürger_innen</p>
<p>Patientenbegleitung Freiburger Freiwilligen Agentur Schwabentorring 2, 79098 Freiburg</p> <p>Katharina Schulz Tel.:0179-1587446</p> <p>patientenbegleitung-freiburg@gmx.de www.freiwillige-freiburg.de</p>	<p>Geschulte Ehrenamtliche bieten Begleitung bei Krankenhaus- und Arztbesuchen an sind Gesprächspartner_innen hören zu, unterstützen und vermitteln helfen bei praktischen Aufgaben, wie z.B. Koffer packen helfen, sich in der Klinik oder Arztpraxis zurecht zu finden</p>	<p>Alleinstehende ältere Menschen</p> <p>kostenfrei</p>

1. 2. Individuelle Unterstützung in bestimmten Stadtteilen

Anbieter / Initiative Ansprechpartner_in	Ehrenamtliches Angebot	Für wen – ggf. wo? Kosten
Bürgerforum Sedanquartier und OFF Förderverein Frauen in Not Sedanstrasse 28 Herr und Frau Armbruster Tel. 2 51 71 info@buefo.com www.buefo.com www.off-freiburg.de	Bewegungstreff im Faulerpark Initiative des Bürgerforums für Bewohner_innen jeden Donnerstag von 14.30 – 15.30 Uhr Bewegung im Freien und danach „ Offenes Ohr “ mit Kaffee in der Begegnungsstätte Im Grün 5	Für Senior_innen kostenfrei
Netzwerk-Herdern-Neuburg Habsburger Str. 124 79104 Freiburg Frau Kirner Tel. 2 82 320 oder 21 77 48 29 15 info@netzwerk-herdern-neuburg.de www.netzwerk-herdern-neuburg.de	Schnelle, unbürokratische Nachbarschaftshilfe von engagierten Bürger_innen aus Herdern-Neuburg, koordiniert über die Begegnungsstätte im St. Carolushaus, wie Einkäufe, Arztbesuche Reparaturen Kinder hüten Formulare ausfüllen Gespräche und vieles mehr	Austausch und Nachbarschaftshilfe für alle in Herdern-Neuburg, Denn jede(r) kann mal kurzfristig Unterstützung benötigen!
Begegnungszentrum Stühlinger Ferdinand-Weiß-Str. 70a, 79106 Freiburg Frau Malou Reis Frau Andrea Baumann Tel. 27 30 92 bz@vfs-ev.de	Ehrenamtlich Mitarbeitende bieten, unterstützt durch hauptamtlich Tätige, verschiedene Angebote im Begegnungszentrum an, zum Beispiel: Gedächtnistraining, Spaß mit Englisch, E-Bike-Treff, ... Weitere Angebote siehe: Monatsprogramm unter der homepage:www.vfs-ev.de oder siehe Newsletter der während der Coronaeinschränkungen alle 2 Wochen erscheint und über Aktuelles im Begegnungszentrum informiert oder das gedruckte Monatsprogramm bzw. Newsletter vor Ort holen	Kostengünstige und /oder kostenlose Angebote für Bürger_innen, die Programmangebote wahrnehmen und/oder Kontakt mit anderen suchen oder die Unterstützungsbedarf haben oder für ältere Mitbürger_innen.

Anbieter / Initiative Ansprechpartner_in	Ehrenamtliches Angebot	Für wen – ggf. wo? Kosten
<p>HilfeNetz Weingarten</p> <p>Forum Weingarten Krozinger Str. 11, 79114 Freiburg Tel. 4 66 11</p> <p>info@forum-weingarten.de</p> <p>Pfarrbüro St. Andreas Sulzburgerstrasse 18, 79114 Freiburg N.N. Tel. 49078-0</p> <p>Dietrich-Bonhoeffer-Gemeinde Bugginger Str. 42 79114 Freiburg Tel. 0761-45969-0</p> <p>suedwest.freiburg@kbz.ekiba.de></p> <p>Mehrgenerationenhaus/EBW Sulzburgerstrasse 18, 79114 Freiburg Herr Feierabend Tel. 49078-40</p> <p>feierabend.mgh@kath-freiburg- suedwest.de www.mehrgenerationenhaus- ebw-freiburg.de</p>	<p><u>Nachbarschaftsbörse</u> Ehrenamtliche bieten akute Hilfen und Unterstützung für ältere Menschen an</p> <ul style="list-style-type: none"> • Einkaufen, kleine handwerkliche Hilfen. • kleine Hilfen im Haushalt • Begleitung auf Ämter, zum Arztbesuch • Etc. <p><u>Gesprächspatenschaften</u> Ehrenamtliche bieten über einen längeren Zeitraum ein konstantes Gesprächs- und Kontaktangebot an</p> <ul style="list-style-type: none"> • Besuche • Gespräche • Spaziergänge • Etc. 	<p>Für ältere Menschen</p> <p>Für Menschen, die Unterstützungsbedarf haben</p>

Anbieter / Initiative Ansprechpartner_in	Ehrenamtliches Angebot	Für wen – ggf. wo? Kosten
<p>Haslacher Netz“ Stadtteilbüro Haslach Nachbarschafts- werk e.V. Ev. Melanchthon-Gemeinde, Kath. Kirchengemeinde St. Michael Melanchthonweg 9b, 79115 Freiburg</p> <p>Frau Wielsch-Mühlich Tel. 7 67 90 02 Montag und Mittwoch 9 – 12 Uhr</p> <p>regina.wielsch@nachbarschaftswerk.de www.nachbarschaftswerk.de</p>	<p>längerfristige Unterstützung von Einzelpersonen i.d.R. einmal wöchentlich 1-2 Stunden durch Besuche, Begleitung, Spaziergänge Unterstützung beim Deutschlernen für Migranten Nachhilfe und Begleitung zu Behörden</p> <p>Professionelle Begleitung und monatlicher Austausch für Ehrenamtliche in der Gruppe</p>	<p>Ehrenamtliche aus dem Stadtteil unterstützen Haslacher Bürger_innen</p>
<p>Stadtteiltreff Betzenhausen-Bischofslinde Am Bischofskreuz 4, 79114 Freiburg Caritasverband Freiburg-Stadt</p> <p>Katharina Becker Tel. 89 75 83 15</p> <p>stadtteiltreff-bb@caritas-freiburg.de www.stadtteiltreff-bb.de</p>	<p>Suche-Biete-Börse: auf gezielte Nachfrage werden Ehrenamtliche aus der Nachbarschaft gesucht, z.B. für Einkäufe, Spaziergänge Koordination von Ehrenamt regelmäßige offene Treffs</p>	<p>Für Bürger_Innen aus Betzenhausen-Bischofslinde</p>
<p>Nachbarschaftstreff Zehntsteinweg 4</p> <p>Katharina Becker Tel. 89 78 21 31</p> <p>nachbarschaftstreff-zw@caritas-freiburg.de</p>	<p>Suche-Biete-Börse: z.B. für kleine Hilfen im Haushalt wie Gardinen aufhängen, Begleitung zum Einkaufen oder Arztbesuchen.</p>	<p>für Menschen aus dem Quartier Zehntsteinweg und Runzmattenweg</p>

Anbieter / Initiative Ansprechpartner_in	Ehrenamtliches Angebot	Für wen – ggf. wo? Kosten
<p>Nachbarnetz Freiburg-Ost</p> <p>Frau Sumser / Herr Eichenlaub Tel: 60064600 Frau und Herr Seitz Tel. 1376041</p> <p>nachbarnetz@posteo.de www.mitundfuer.de</p>	<p>gegenseitiges Anbieten von Leistungen und Zeit Hilfen zu Hause Begleitung zu Behörden u.v.m.</p> <p>Untergruppen in direkter Nachbarschaft für Notfälle</p>	<p>für Mitglieder in Littenweiler, Ebnet, Waldsee, Oberau, Oberwiehre</p> <p>Eintrittsgebühr 15 €</p>
<p>Freiburger Osten Freundeskreis Altenhilfe Freiburg e.V. Heinrich-Heine-Str. 12/14 79117 Freiburg</p> <p>Herr Weiler ,Vorsitzender Tel. 0170 3422862 Herr Riegler-Winkel, Stv. Vorsitzende Tel. 2108570</p> <p>info@freundeskreis-altenhilfe.de www.freundeskreis-altenhilfe.de</p>	<p>vermittelt Ehrenamtliche in die Altenhilfeeinrichtungen der Heiliggeistspitalstiftung Freiburg Gespräche, Hilfestellungen im Alltag, Spiel-, Sing- und Lesestunden, Spaziergänge Besuche oder Ausflugs- und Einkaufsfahrten</p> <p>Älteren Menschen soll hierdurch Anerkennung für ihre Lebensleistung gezollt und die Teilhabe am gesellschaftlichen Leben sowie ein „Altern in Würde“ ermöglicht werden.</p> <p>Keine Mitgliedschaft im Verein erforderlich.</p>	<p>Interessierte, welche sich für eine gewisse Zeitspanne ehrenamtlich für einige Stunden in der Woche in den Altenhilfe-Einrichtungen der Heiliggeistspitalstiftung im Freiburger Osten und Herdern engagieren möchten</p>

2. Initiativen für bestimmte Zielgruppen, insbesondere pflegende Angehörige

Anbieter / Initiative Ansprechpartner_in	Ehrenamtliches Angebot Für wen und wo?	Wann und ggf. Kosten?
Netzwerk pflegeBegleitung Freiburg in Kooperation mit St. Marienhaus e.V. Talstraße 29, 79102 Freiburg Frau Keller Tel. 290 93 12 pflegeBegleitung@t-online.de www.netzwerk- pflegeBegleitung.de	Geschulte Ehrenamtliche bieten für pflegenden An- und Zugehörige: Einzelbegleitung nach Absprache Gespräche, Zuhören Stärken, Stützen, Informieren, Vermitteln Orientierungshilfe Hausbesuche bei Bedarf	Kostenfrei
Netzwerk pflegeBegleitung Freiburg in Kooperation mit St. Marienhaus e.V. Herr Pfann, Tel. 3 849 849	Gemeinsamer Spaziergang für pflegende Angehörige Treffpunkt siehe „Badische Zeitung“ od. tel. nachfragen	Jeden 1. Dienstag im Monat 14 bis 16.30 Uhr – ohne Anmeldung
Netzwerk pflegeBegleitung Freiburg in Kooperation mit St. Marienhaus e.V. Frau Keller Tel. 290 93 12	Offener Stammtisch für pflegende und betreuende Angehörige, Freunde etc. im Heinrich-Hansjakob-Haus, Talstraße 29	jeden 2. Mittwoch in ungeraden Monaten 14.15 – 15.45 Uhr jeden 3. Dienstag in geraden Monaten 17 – 18.30 Uhr

Anbieter / Initiative Ansprechpartner_in	Ehrenamtliches Angebot Für wen und wo?	Wann und ggf. Kosten?
Netzwerk pflegeBegleitung Freiburg in Kooperation mit St. Marienhaus e.V. Frau Drewniok Tel. 55 28 87 geli.drew@web.de	Monatliche Sprechstunde im Heinrich-Hansjakob-Haus, Talstraße 29 Monatliche Sprechstunde Cafeteria bei der Quartiersarbeit, Zähringer Str. 346	jeden 1. Mittwoch im Monat 16 bis 17.30 Uhr 18.01./01.02./15.03./12.04./10.05./ 21.06./19.07./13.09./11.10./08.11./20.12.2021 14.30 – 15.30 Uhr
„Kleeblatt“ Soziale Teilhabe für Menschen mit Pflegebedarf Kooperation mit St. Marienhaus e.V. Frau Keller Tel. 290 93 12 pflegeBegleitung@t-online.de	Geschulte ehrenamtlich tätige Frauen bieten für Menschen mit Pflegebedarf: Gespräche Besuche Begleitung	
Stadtteiltreff Betzenhausen- Bischofslinde im Haus Albert, Sundgauallee 9 79114 Freiburg Herr Mechler, Tel. 8 19 74 Frau Berkmann, Tel. 80 71 30 Frau Utz, Tel. 8 59 43 Frau Bayer, Tel. 8 05 81	Wegbegleiter - offener Treff für pflegende Angehörige Stadtteiltreff Betzenhausen-Bischofslinde im Haus Albert, Sundgauallee 9 Lebensspuren - Treffpunkt für Trauernde Stadtteiltreff Betzenhausen-Bischofslinde im Haus Albert, Sundgauallee 9	jeden 2. Montag im Monat 17-18.30 Uhr jeden 2. Donnerstag im Monat

Anbieter / Initiative Ansprechpartner_in	Ehrenamtliches Angebot Für wen und wo?	Wann und ggf. Kosten?
WOGÉ e.V. Vereinsadresse Heinrich-Mann-Str. 20 79100 Freiburg Tel. 01 57 30 82 36 36 info@wogevauban.de www.wogevauban.de	Café Wogé ein Samstagtreff mit Kaffee und Kuchen, Gesprächen etc. für Menschen mit Demenz, ihren Angehörigen und in der WOGÉ Engagierten Kirchenräume OASE Vaubanallee 11	einmal im Monat von 15 -17 Uhr

3. Angebote in Gruppen stadtweit und stadtteilbezogen

Anbieter / Initiative Ansprechpartner_in	Ehrenamtliches Angebot	Für Wen, Wo und ggf. Kosten?
DNA – Die Neuen Alten Arne Torgersen-Str. 7 79115 Freiburg Herr Dr. Adolph Tel. 0761-45 89 18 46 nils@dieneuenalten.org www.dieneuenalten.org	DNA setzt sich seit 2018 für gelingendes Älterwerden und Altsein in Freiburg ein. Analog und digital wollen wir eine neue Sicht auf das Älterwerden entwickeln und leben. Wir möchten Mut zu nachhaltiger Veränderung machen und Sinn im gemeinsamen Tun finden – all dies in einem inspirierenden und humorvollen Miteinander Gleichgesinnter. An Projekten und Aktionen gehören dazu unter anderem nachbarschaftliche Selbst- und Mithilfe, neue Wohnformen und Patengroßeltern. Informationen siehe www.dieneuenalten.org und den monatlichen e-Mail Rundbrief	Menschen mit Interesse am gelingenden Älterwerden in Freiburg

Anbieter / Initiative Ansprechpartner_in	Ehrenamtliches Angebot	Für Wen, Wo und ggf. Kosten?
Erzähl-Café Malteser Hilfsdienst e.V. Heinrich-von-Stephan-Str. 14 Frau Galjer Tel. 45 52 51 47 marija.galjer@malteser.org www.malteser-freiburg.de	Jeden 3. Dienstag im Monat im „Café Mozart“ miteinander ins Gespräch kommen, die Erzählfreude und den Erfahrungsschatz aktivieren.	Interessierte Ältere Im „Café Mozart“ Habsburgerstraße 127 Kosten für Kaffee und Kuchen
Bürgerverein Haid e.V. Haierweg 15 79114 Freiburg, Tel. 40 11 295 info@bv-haid.de www.bv-haid.de	Café der Begegnung mit Vorträgen, Themenangeboten und Zeit zum Plaudern Am letzten Montag im Monat von 15 Uhr bis 17 Uhr	Menschen ab 60 und Interessierte Im „Nadel und Faden Strick-Café“ St. Georgener Str. 7 79111 Freiburg
Michael-Denzlinger - SeniorenTreff Hochdorfer Str. 2 79108 Freiburg. Herr Bange Tel.: 0 76 65-30 48 info@seniorentreff-hochdorf.de	Diverse Angebote zu „Lebensqualität im Alter“ – Bewegung, Gesundheit, Sprachen, Bildung etc. Programm, sowie die wiederkehrenden Termine: www.seniorentreff-hochdorf	für alle Senior_innen über 50 und auch für alle Interessierten Kosten für Vorträge und Kurse sind minimal

Anbieter / Initiative Ansprechpartner_in	Ehrenamtliches Angebot	Für Wen, Wo und ggf. Kosten?
<p>Quartiersarbeit Vauban Alfred-Döblin-Platz 1, 79100 Freiburg</p> <p>Olena Lytvynenko Sprechzeiten montags 15 - 17 Uhr dienstags 10 - 12 Uhr</p> <p>Tel. 88 79 25 75 info@quartiersarbeit-vauban.de lytvynenko@diakonie-freiburg.de</p>	<p>Bewegungstreff Vauban Initiative von Bewohner_innen jeden Donnerstag von 9:30 bis 10:15 Uhr Bewegung im Freien und danach Vernetzung im Café „Limette“</p> <p>Singtreff Vauban Breite Palette von Liedern Leitung Almut Schuster mit Begleitung am Flügel jeden Montag von 17:30 bis 18:45 Uhr</p> <p>Nachbarschaftstreff „Café für alle“ Generationenübergreifender Austausch, Gespräche u. Informationen zu unterschiedlich Themen Regelmäßige Reihe „Im Fokus Älter werden“ Donnerstags von 15:30 bis 17:30 Uhr</p> <p>Gedächtnistraining „Denk-Fit“ Kirche im Vauban Dienstags von 16:30 bis 17:30 Uhr</p> <p>Reparaturcafé Vauban Elektroreparaturen, Näharbeiten am zweiten Samstag im Monat von 14 bis 17 Uhr</p>	<p>für Senior_innen kostenfrei</p> <p>Treffpunkt: Grünspange III bei der Tischtennisplatte</p> <p>für Senior_innen Unkostenbeitrag 15 Euro pro Monat Lise-Meithner-Strasse 12</p> <p>alle Interessierten kostenfrei „Oase“ Kirchenräume Vaubanallee 11</p> <p>für Senior_innen Unkostenbeitrag 3 € pro Termin „Oase“ Kirchenräume Vaubanallee 11</p> <p>alle Interessierten auf Spendenbasis Alfred-Döblin-Platz 1, Räume des Familienzentrums Kita Wiesengrün, Wiesentalstr. 20</p>