

Freiburger Veranstaltungskalender

Demenz – seelische Gesundheit – psychische Erkrankungen im Alter

Oktober 2020 bis Januar 2021

Bitte beachten Sie:

Stand: 01.10.2020

- Bei vielen Veranstaltungen ist eine vorherige Anmeldung erforderlich. Bitte beachten Sie die vorgeschriebenen Abstandsregeln und Hygienemaßnahmen.
- Die Veranstaltungen finden abhängig von der weiteren Pandemie-Entwicklung in Freiburg statt.
- Da es derzeit ein reduziertes Programmangebot für ältere Menschen in Freiburg gibt, sind in diesem Kalender auch Veranstaltungen in Begegnungsstätten aufgeführt, die inzwischen wieder geöffnet haben.
- Weitere Bewegungsangebote für ältere Menschen finden Sie unter: <https://sportportal.freiburg.de>

Oktober						
Datum	Zeit	Thema Referent_innen	Zielgruppen	Veranstaltende Ansprechpartner_innen	Ort der Veranstaltung	Kosten
05.10. bis 07.12.2020 (8 Termine, jeweils montags)	14:30 - 16:00 Uhr	Kurs Gesund älter werden mit Qigong Kursleitung: Hannelore Mahler	Interessierte	Volkshochschule Freiburg e.V., Rotteckring 12 79098 Freiburg Telefon 0761/3 68 95 10 E-Mail: info@vhs-freiburg.de Intenet: https://vhs-freiburg.de/	vhs im Colombi-Eck Friedrichstr. 52 Roter Raum 79098 Freiburg Linie 5, Fahnenbergplatz	88 € (Krankenkas- senzuschuss bei AOK möglich) Anmeldung erforderlich

Datum	Zeit	Thema Referent_innen	Zielgruppen	Veranstaltende Ansprechpartner_innen	Ort der Veranstaltung	Kosten
05.10.2020 (regelmäßig am 1. Montag im Monat)	18:00 - 20:00 Uhr	Trauergruppe	Trauernde Menschen, die einen lieben Menschen verloren haben.	Hospizgruppe Freiburg e.V., Hildegard Bargenda oder Anna Tonzer, Tel. 0761 - 88 149 88 oder h.bargenda@hospizgruppe- freiburg.de a.tonzer@hospizgruppe- freiburg.de	Hospizgruppe Freiburg e.V. Türkenlouisstr.22 79102 Freiburg, Tel. 0761 - 88 149 88 Linie 2, Lorettostraße S-Bahn, Bahnhof Freiburg-Wiehre	5 € pro Abend Anmeldung erforderlich
06.10.2020 und 20.10.2020 (regelmäßig 14-tägig)	10:00 - 12:00 Uhr	Gesprächskreis "Umgang mit Depression"	Betroffene	CV FR-Stadt e.V., Heinrich-Hansjakob-Haus Talstrasse 29 79102 Freiburg Tel.: 0761/7903-3522	CV FR-Stadt e.V., Heinrich-Hansjakob- Haus Talstr. 29 79102 Freiburg Linie 1, Schwabentorbrücke Linie 2 und 3, Johanneskirche	Anmeldung erforderlich
06.10.2020 (regelmäßig 1x monatlich)	14:00 - 16:30 Uhr	Gemeinsamer Spaziergang für pflegende und betreuende An- und Zugehörige, Austausch mit Bewegung in der Natur innerhalb Freiburg. Mit Einkehr, findet bei jedem Wetter statt.	Frauen und Männer, die einen Ange- hörigen oder anderen Menschen pflegen oder betreuen	Netzwerk pflegeBegleitung Freiburg in Trägerschaft von Marienhaus St. Johann e.V. Herr Paul Pfann, Tel. 0761 - 38 49 849	Start und Streckenverlauf wird jeweils in der Tagespresse (BZ) veröffentlicht oder kann bei Herrn Paul Pfann erfragt werden: Tel. 0761 - 38 49 849	Kostenfrei

Datum	Zeit	Thema Referent_innen	Zielgruppen	Veranstaltende Ansprechpartner_innen	Ort der Veranstaltung	Kosten
07.10.2020 (regelmäßig 2x monatlich an unterschied- lichen Standorten, siehe auch 19.10.)	16:00 - 17:30 Uhr	Offene Sprechstunde für pflegende Angehörige	pflegende Angehörige	Netzwerk pflegeBegleitung Freiburg Frau Waltraud Keller, Tel. 0761 - 290 93 12 Frau Geli Drewniok, Tel. 0761 - 55 28 87	Heinrich-Hansjakob- Haus Talstr. 29 79102 Freiburg Tel. 0761 - 703 13-0 Linie 1, Schwabentorbrücke Linie 2 und 3, Johanneskirche	Kostenfrei Anmeldung erforderlich
07.10.2020 bis 11.11.2020 (5 Termine, jeweils mittwochs)	16:30 bis 18 Uhr	Kurs Mobilität für das Gedächtnis - Integratives Hirnleistungstraining (IHT) Leitung: Ralf Jogerst, Hirnleistungstrainer und Theologe	Interessierte	Volkshochschule Freiburg e.V., Rotteckring 12 79098 Freiburg Telefon 0761/3 68 95 10 E-Mail: info@vhs-freiburg.de Intenet: https://vhs-freiburg.de/	vhs im Schwarzen Kloster Raum 117 Rotteckring 12 79098 Freiburg Linie 1, 2, 3, 4, 5 Stadttheater	55 € Anmeldung erforderlich
08.10.2020 (regelmäßig 1x monatlich)	17:00 - 19:00 Uhr	Lebensspuren - offener Gesprächskreis für Trauernde	Alle, die einen nahestehend- en Menschen durch Tod verloren haben und um ihn trauern	Katholische Seelsorgeeinheit Freiburg-Nordwest in Zusammenarbeit mit der Matthäusgemeinde	Offenes Wohnzimmer im Haus der Gemeinde St. Albert, Sundgaullee 9 79114 Freiburg Linie 1, Am Bischofskreuz	Kostenfrei keine Anmeldung erforderlich

Datum	Zeit	Thema Referent_innen	Zielgruppen	Veranstaltende Ansprechpartner_innen	Ort der Veranstaltung	Kosten
09.10.2020 und 23.10.2020 (regelmäßig jeden 2. und 4. Freitag im Monat)	10:00 - 11:00 Uhr	Progressive Muskelentspannung - Meditative Einführung anschl. Muskelentspannung nach Jacobsen (Übungen größtenteils im Sitzen) Leitung: Frau Sieglinde Schäfer	Interessierte, auch Personen mit eingeschränk- ter Bewegung sind herzlich willkommen.	Quartierstreff Luckenbachweg, Bauverein Breisgau e.V. Luckenbachweg 8 79115 Freiburg Infotelefon: 0761-61248284 E-Mail: quartierstreffhaslach@gmail.com	Quartierstreff Luckenbachweg Luckenbachweg 8 79115 Freiburg Linie 14, Markgrafensstraße	Kostenfrei. Bei regelmäßiger Teilnahme Beitrag von 1€/ Stunde oder Mitgliedschaft (12 €/ Jahr) erbeten. keine Anmeldung erforderlich
12.10.2020 (regelmäßig 1x monatlich)	17:00 - 18:30 Uhr	Wegbegleiter - offener Gesprächskreis für pflegende Angehörige	pflegende Angehörige	Stadtteiltreff Quartiersarbeit Betzenhausen-Bischofslinde	Offenes Wohnzimmer im Haus der Gemeinde St. Albert Sundgauallee 9 79114 Freiburg Straßenbahn Linie 1, Am Bischofskreuz	Kostenfrei keine Anmeldung erforderlich

Datum	Zeit	Thema Referent_innen	Zielgruppen	Veranstaltende Ansprechpartner_innen	Ort der Veranstaltung	Kosten
13.10. bis 24.11.2020 (6 Termine, jeweils dienstags, nicht in den Schulferien)	17.00 - 18.00 Uhr	Kurs zur Prävention: "BRAIN-FIT" 60+ Grips -Training für die grauen Zellen Leitung: Ralf Jogerst, Hirnleistungstrainer und Theologe	Interessierte	Heiliggeistspitalstiftung GRIPS Hirnleistungstraining Heinrich-Heine-Str. 10 79117 Freiburg Ralf Jogerst, Tel. 61 29 06 48	Wohnanlage Kreuzsteinäcker Heinrich-Heine-Str. 10 79117 Freiburg Wohnung 044 Linie 1, Lassbergstraße Auf der gegenüberliegenden Seite liegt die Wohnanlage.	6 Termine: 45 €
14. und 15.10. 2020	8:30 - 16:30 Uhr	Fachspezifische Fortbildung Biografiebezogene Aktivierung mit kreativen Mitteln und Musik für Menschen mit und ohne Demenz	Betreuungs- kräfte für Menschen mit Demenz (gemäß § 53c SGB XI)	Johanniter-Unfall-Hilfe e.V. Schwarzwaldstr. 63 79117 Freiburg Tel. 45931-0 ausbildung.freiburg@johanniter.de www.johanniter.de/freiburg	Johanniter-Unfall-Hilfe e.V. Fabrikstr. 2 79102 Freiburg Linie 1, Maria Hilf Kirche	225 € Anmeldung und Mund- Nase-Schutz erforderlich
19.10.2020 (regelmäßig 2x monatlich an unter- schiedlichen Standorten. Siehe auch 07.10.)	14:30 - 15:30 Uhr	Offene Sprechstunde für pflegende Angehörige mit Frau Geli Drewniok	pflegende Angehörige	Netzwerk pflegeBegleitung Freiburg, Quartiersarbeit Herr Schüring Tel. 0761 - 50 31 2950 Mail: quartiersarbeit- zaehringen@caritas-freiburg.de	Quartiersarbeit Zähringen, Zähringer Str. 346, 79108 Freiburg Linie 4, Reutebachgasse	Kostenfrei Anmeldung erforderlich

Datum	Zeit	Thema Referent_innen	Zielgruppen	Veranstaltende Ansprechpartner_innen	Ort der Veranstaltung	Kosten
20.10.2020 (regelmäßig 1x monatlich)	17:00 - 18:30 Uhr	Stammtisch für pflegende Angehörige - Beruf und Privatleben in Balance	pflegende Angehörige	Team Netzwerk pflegeBegleitung Freiburg in Kooperation mit dem Heinrich-Hansjakob-Haus Frau Waltraud Keller, Tel. 0761 - 290 93 12	Heinrich-Hansjakob- Haus, Raum "Kapelle" (EG) Talstraße 29 79012 Freiburg Linie 1, Schwabentorbrücke Linie 2 und 3, Johanneskirche	Kostenfrei Anmeldung erforderlich
21.10.2020 (regelmäßig monatlich am 3. Mittwoch)	19:00 Uhr	Offener Abend der SAGES eG zum Austausch aller Anspruchsgruppen bei guter Laune und mit Lebensfreude	Interessierte, Mitglieder, Mitarbeitende, Helfende und Fachkräfte, SPORT Netzwerker* innen...	DNA - Die Neuen Alten SAGES eG Tel.: 0761 2145 694 nils@dieneuenalten.org	Gemeinschaftsraum des Hausprojektes "schwereLos" (Arne- Torgersen-Str. 7, 79115 Freiburg- Gutleutmatten Linie 5, Pressehaus	Kostenfrei
21.10.2020	19 Uhr	Forum Auf Wiedersehen Tod - Gespräche über Sterben, Tod und Trauer Präsenzveranstaltung mit Livestream Referentin: Kathinka Marcks (Erzählerin, Freiburg) Leitung: Dr. Verena Wetzstein	Interessierte	Palliative Care Forum Katholische Akademie in Zusammenarbeit mit dem Caritasverband für die Erzdiözese Freiburg e.V. und dem Seelsorgeamt der Erzdiözese Freiburg Tel.: 0761/ 31918-0 E-Mail: info@katholische- akademie-freiburg.de Internet: www.katholische- akademie-freiburg.de www.palliative-care-forum.de	Haus der Katholischen Akademie Freiburg, Wintererstraße 1 79104 Freiburg Linie 27, Stadtgarten	6 € (3 € ermäßigt) Anmeldung erforderlich

Datum	Zeit	Thema Referent_innen	Zielgruppen	Veranstaltende Ansprechpartner_innen	Ort der Veranstaltung	Kosten
21. und 22.10. 2020	8:30 - 16:30 Uhr	Fachspezifische Fortbildung Neurologische Krankheitsbilder und Sturzprophylaxe bei Menschen mit Demenz	Betreuungs- kräfte für Menschen mit Demenz (gemäß § 53c SGB XI)	Johanniter-Unfall-Hilfe e.V. Schwarzwaldstr. 63 79117 Freiburg Tel. 45931-0 ausbildung.freiburg@johanniter.de www.johanniter.de/freiburg	Johanniter-Unfall-Hilfe e.V. Fabrikstr. 2 79102 Freiburg Linie 1, Maria Hilf Kirche	225 € Anmeldung und Mund- Nase-Schutz erforderlich
22.10.2020	19:30 - 21:30 Uhr	Vortrag Souverän und selbstbewusst den Ruhestand vorbereiten Referentin: Dr. Margarita Stäb	Interessierte	Volkshochschule Freiburg e.V., Rotteckring 12 79098 Freiburg Telefon 0761/3 68 95 10 E-Mail: info@vhs-freiburg.de Intenet: https://vhs-freiburg.de/	vhs im Schwarzen Kloster Theatersaal Rotteckring 12 79098 Freiburg Linie 1, 2, 3, 4, 5 Stadttheater	16 € Anmeldung erforderlich
23.10.2020	19:00 - 20:30 Uhr	Vortrag Alter und Technik - Cornelia Kricheldorf zum 8. Altersbericht Leitung: Prof. Dr. Cornelia Kricheldorf	Interessierte	Volkshochschule Freiburg e.V., Rotteckring 12 79098 Freiburg Telefon 0761/3 68 95 10 E-Mail: info@vhs-freiburg.de Intenet: https://vhs-freiburg.de/	Stadtteiltreff Glashaus Saal Maria-von-Rudloff-Platz 2 79111 Freiburg- Rieselfeld Linie 5, Maria-von- Rudloff-Platz	6 € (Abendkasse, mit vhs- Vortragspass gebührenfrei)

Datum	Zeit	Thema Referent_innen	Zielgruppen	Veranstaltende Ansprechpartner_innen	Ort der Veranstaltung	Kosten
24. und 25.10.2020	Freitag: 09:00 - 18:00 Uhr Samstag: 09:00 - 16:30 Uhr	Messe und Digital-Kongress Messe LEBEN UND TOD - als Vor-Ort-Veranstaltung sowie online als Digital-Kongress Auf knapp 4.500 Quadratmetern erwartet Fach- und Privatbesucher ein umfangreiches Informationsangebot rund um die Zeit am Lebensende, das Sterben und den Tod. Neben Vorträgen und praxisnahen Workshops wartet die LEBEN UND TOD mit einer Messe, Lesungen, Ausstellungs- und Musikangeboten auf.	Interessierte Bürgerinnen und Bürger, sowie haupt- und ehrenamtlich Tätige aus den Bereichen Pflege, Palliative Care, Hospiz, Trauerbegleit- ung, Seelsorge und Bestattung	MESSE BREMEN & ÖVB-Arena Findorffstraße 101 28215 Bremen Ansprechpartner: Meike Wengler info@leben-und-tod.de https://www.leben-und-tod.de/ Info-Hotline: 0421.3505 588	Messe Freiburg/ SICK- Arena Neuer Messplatz 1 Hermann-Mitsch-Str. 3 79108 Freiburg Breisgau S-Bahn oder Stadtbahnlinie 4 bis "Technische Fakultät", dann Fußweg	Kosten: <i>Vor-Ort- Ver- anstaltung:</i> zwischen 25 € und 75 € (je nach Ticket- Kategorie) <i>Digital- Kongress:</i> 39 €/ Einzelperson) bis 89 €/ Gruppe ab 3 Personen vorherige Anmeldung erforderlich, keine Vor-Ort- Registrier- ung möglich! In diesem Jahr ausschließlich online: https://www.leben-und-tod.de/

Datum	Zeit	Thema Referent_innen	Zielgruppen	Veranstaltende Ansprechpartner_innen	Ort der Veranstaltung	Kosten
nach Vereinbarung	nach Vereinbarung	Einzelberatung zu Fragen der seelischen Gesundheit und psychischer Erkrankungen	Betroffene und Angehörige	CV FR-Stadt e.V., Heinrich-Hansjakob-Haus Talstraße 29 79102 Freiburg Tel.: 0761/7903-3522	CV FR-Stadt e.V., Heinrich-Hansjakob-Haus Talstr. 29 79102 Freiburg Linie 1, Schwabentorbrücke Linie 2 und 3, Johanneskirche	Kostenfrei Anmeldung erforderlich
regelmäßige wöchentliche Angebote im Oktober						
jeweils montags (außerhalb der Schulferien)	18:15 - 19:15 Uhr	Gymnastik für Seniorinnen und Senioren ab 50+ Leitung: Renate Schlegel	ältere Menschen mit Behinderung mit und ohne Demenz	Arbeitskreis Behinderte an der Christuskirche (ABC) Diakonisches Werk Freiburg Tel.: 7677277 in Kooperation mit dem SV Kappel	Turnhalle der Schauinsland-Schule Kappel, Moosmattenstr. 16 79117 Freiburg Buslinie 17, Peterbergstraße	Kostenfrei Anmeldung erforderlich
jeweils mittwochs	vormittags, genaue Zeit bitte bei Frau Wiesen erfragen	Gymnastik für aktive Senioren Leitung: Ursula Hummel	Seniorinnen und Senioren	Quartierstreff 46 Bauverein Breisgau Zähringer Straße 46 79108 Freiburg Frau Andrea Wiesen (Dienstag und Donnerstag von 9 bis 11 Uhr) Tel.: 0761 - 51044-186 quartierstreff@bauverein-breisgau.de	Quartierstreff 46 Bauverein Breisgau Zähringer Straße 46 79108 Freiburg Linie 4, Tullastraße	3 € für Nichtmitglieder 2 € für Mitglieder Anmeldung erforderlich

Datum	Zeit	Thema Referent_innen	Zielgruppen	Veranstaltende Ansprechpartner_innen	Ort der Veranstaltung	Kosten
jeweils mittwochs und donnerstags	14:00 - 17:00 Uhr	Freizeit- und Aktivierungsangebot Inklusion und Demenz Angebot für Menschen mit einer geistigen Behinderung und / oder beginnender Demenz	Betroffene sowie Bürger, die sich ehrenamtlich engagieren möchten	Arbeitskreis Behinderte an der Christuskirche (ABC) Diakonisches Werk Freiburg Stadt Anja Pokorny Tel. 0761 767 727 7	Arbeitskreis Behinderte an der Christuskirche Maienstraße 2, 1. OG 79102 Freiburg Linien 2 und 3, Johanniskirche	40 € pro Monat mit Anmeldung und Vorgespräch
jeweils donnerstags	10:45 - 11:45 Uhr	Gedächtnis spielend trainieren mit Frau Margit Petri	Interessierte	Begegnungszentrum Stühlinger Ferdinand-Weiß-Str. 70a 79106 Freiburg Tel.: 0761/ 273092	Begegnungszentrum Stühlinger Ferdinand-Weiß-Str. 70a 79106 Freiburg Tel.: 0761/ 273092 Linie 14, Vogesenstraße	Kostenfrei Anmeldung erforderlich
jeweils donnerstags	14:00 - 15:30 Uhr	Kurs zur Prävention: "BRAIN-FIT" 60+ Grips -Training für die grauen Zellen Leitung: Ralf Jogerst, Hirnleistungstrainer und Theologe	Interessierte	Heiliggeistspitalstiftung Ralf Jogerst, Einrichtungsleiter GRIPS, Tel. 0761 612906-48 oder grips@sv-fr.de	Michael-Denzlinger Senioren-Treff Hochdorfer Straße 2, 79108 Freiburg- Hochdorf Buslinie 36, Dorfplatz	2 € pro Termin Anmeldung erforderlich

November

Datum	Zeit	Thema Referent_innen	Zielgruppen	Veranstaltende Ansprechpartner_innen	Ort der Veranstaltung	Kosten
02.11.2020 (regelmäßig am 1. Montag im Monat)	18:00 - 20:00 Uhr	Trauergruppe	Trauernde Menschen, die einen lieben Menschen verloren haben.	Hospizgruppe Freiburg e.V., Kontakt: Hildegard Bargenda oder Anna Tonzer, Tel. 0761 - 88 149 88 oder h.bargenda@hospizgruppe- freiburg.de a.tonzer@hospizgruppe- freiburg.de	Hospizgruppe Freiburg e.V. Türkenlouisstr.22 79102 Freiburg Tel. 0761 - 88 149 88 Linie 2, Lorettostraße S-Bahn, Bahnhof Freiburg-Wiehre	5 € pro Abend Anmeldung erforderlich
03.11.2020 und 17.11.2020 (regelmäßig 14-tägig)	10:00 - 12:00 Uhr	Gesprächskreis "Umgang mit Depression"	Betroffene	CV FR-Stadt e.V., Heinrich-Hansjakob-Haus Talstraße 29 79102 Freiburg Tel.: 0761/7903-3522	CV FR-Stadt e.V., Heinrich-Hansjakob- Haus Talstr. 29 79102 Freiburg Linie 1, Schwabentorbrücke Linie 2 und 3, Johanneskirche	Anmeldung erforderlich
03.11.2020 (regelmäßig 1x monatlich)	14:00 - 16:30 Uhr	Gemeinsamer Spaziergang für pflegende und betreuende An- und Zugehörige, Austausch mit Bewegung in der Natur innerhalb Freiburg. Mit Einkehr, findet bei jedem Wetter statt.	Frauen und Männer, die einen Ange- hörigen oder anderen Menschen pflegen oder betreuen	Netzwerk pflegeBegleitung Freiburg in Trägerschaft von Marienhaus St. Johann e.V. Herr Paul Pfann, Tel. 0761 - 38 49 849	Start und Streckenverlauf wird jeweils in der Tagespresse (BZ) veröffentlicht oder kann bei Herrn Paul Pfann erfragt werden. Tel. 0761 - 38 49 849	Kostenfrei

Datum	Zeit	Thema Referent_innen	Zielgruppen	Veranstaltende Ansprechpartner_innen	Ort der Veranstaltung	Kosten
04.11. bis 23.12.2020 (8 Termine, jeweils mittwochs)	14:30 - 16:00 Uhr	Kurs Zurück zur Beweglichkeit Gemeinsam wollen wir mit einfachen Übungen für die Beweglichkeit der Gelenke sorgen, die Muskeln stärken und den Gleichgewichtssinn schulen. Denn wer beweglich ist, hat mehr vom Leben. Kursleitung: Martina Schilling	Interessierte	Mehrgenerationenhaus EBW Freiburg Sulzburger Str. 18 79114 Freiburg Telefon: 0761 49078-40 info.mgh@kath-freiburg- suedwest.de	Mehrgenerationenhaus EBW Freiburg Sulzburger Str. 18 79114 Freiburg Linie 5, Krozinger Straße	52,80 € für 8 Termine vorherige Anmeldung nicht erforderlich, bitte einfach zum ersten Termin erscheinen.
04.11.2020 (regelmäßig 2x monatlich an unter- schiedlichen Standorten. Siehe auch 16.11.)	16:00 - 17:30 Uhr	Offene Sprechstunde für pflegende Angehörige	pflegende Angehörige	Netzwerk pflegeBegleitung Freiburg Frau Waltraud Keller Tel. 0761 - 290 93 12 Frau Geli Drewniok Tel. 0761 - 55 28 87	Heinrich-Hansjakob- Haus, Talstraße 29 79012 Freiburg Tel. 0761 - 703 13-0 Linie 1, Schwabentorbrücke Linie 2 und 3, Johanneskirche	Kostenfrei Anmeldung erforderlich

Datum	Zeit	Thema Referent_innen	Zielgruppen	Veranstaltende Ansprechpartner_innen	Ort der Veranstaltung	Kosten
04.11.2020	19 Uhr	Forum Sterben geht uns alle an Gespräche über Sterben, Tod und Trauer Präsenzveranstaltung mit Livestream Studienleiterin Dr. Verena Wetzstein	Interessierte	Palliative Care Forum Katholische Akademie in Zusammenarbeit mit dem Caritasverband für die Erzdiözese Freiburg e.V. und dem Seelsorgeamt der Erzdiözese Freiburg Tel.: 0761/ 31918-0 E-Mail: info@katholische- akademie-freiburg.de Internet: www.katholische- akademie-freiburg.de www.palliative-care-forum.de	Haus der Katholischen Akademie Freiburg, Wintererstraße 1 79104 Freiburg Linie 27, Stadtgarten	6 € (3 € ermässigt) Anmeldung erforderlich
04.11.2020	20:00 Uhr - 21:30 Uhr	Vortrag Gesetzliche Betreuung - Fluch oder Segen? Referent: Klaus Fournell (selbstständiger Berufsbetreuer)	Interessierte	Volkshochschule Freiburg e.V., Rotteckring 12 79098 Freiburg Telefon 0761/3 68 95 10 E-Mail: info@vhs-freiburg.de Intenet: https://vhs-freiburg.de/	vhs im Schwarzen Kloster, Raum 204, Rotteckring 12, 79098 Freiburg Linie 1, 2, 3, 4, 5 Stadttheater	Kursgebühr: 6 € (Abendkasse, mit vhs- Vortragspass gebührenfrei) Eingeschränkte Besucherzahl, Reservierung Besucherzahl zwingend notwendig!
04. und 05.11. 2020	8:30 - 16:30 Uhr	Fachspezifische Fortbildung Begleitung schwerstkranker und sterbender Menschen	Betreuungs- kräfte für Menschen mit Demenz (gemäß § 53c SGB XI)	Johanniter-Unfall-Hilfe e.V. Schwarzwaldstr. 63 79117 Freiburg Tel. 45931-0 ausbildung.freiburg@johanniter.de www.johanniter.de/freiburg	Johanniter-Unfall-Hilfe e.V. Fabrikstr. 2 79102 Freiburg Linie 1, Maria Hilf Kirche	215 € Anmeldung und Mund- Nase-Schutz erforderlich

Datum	Zeit	Thema Referent_innen	Zielgruppen	Veranstaltende Ansprechpartner_innen	Ort der Veranstaltung	Kosten
05.11.2020	18:00 - 20:00 Uhr	Vortrag mit Möglichkeit zur Diskussion/Gespräch "Sich im Leben mit dem Tod beschäftigen" Begleitung durch eine Sterbeamme Referentin: Katja Walliser, Sterbeamme	Interessierte	Selbsthilfebüro Freiburg/Breisgau- Hochschwarzwald Schwabentorring 2 79098 Freiburg Ansprechpartnerin: B. Deufel Tel.: 0761/272135 Email: selbsthilfe@paritaet-freiburg.de	Freiburger Zentrum für Engagement Schwabentorring 2 Linie 1 Oberlinden	Kostenfrei Anmeldung erforderlich
05.11.2020	09:30 Uhr - 17:00 Uhr	Studientag Trauernde begleiten - Herausforderungen durch Covid-19 Leitung: Dr. Christine Feld Dr. Verena Wetzstein Dr. Ulrike Hudelmaier	Interessierte, Trauerbegleiter_innen, Seelsorgende	Palliative Care Forum Katholische Akademie in Zusammenarbeit mit dem Erzbischöflichen Seelsorgeamt Freiburg und dem Institut für Pastorale Bildung der Erzdiözese Freiburg Tel.: 0761/ 31918-0 E-Mail: info@katholische- akademie-freiburg.de Internet: www.katholische- akademie-freiburg.de www.palliative-care-forum.de	Haus der Katholischen Akademie Freiburg, Wintererstraße 1 79104 Freiburg Linie 27, Stadtgarten	50 € Anmeldung erforderlich
05.11. bis 06.12.2020 (6 Termine, jeweils donners- tags)	09:30 -12:00 Uhr	Kurs "Mein Leben in Pastell" – Biografisches Malen mit 55+ (Herbst u. Jahresausklang) Leitung: Dr. Annegret Peschlow	Interessierte	Volkshochschule Freiburg e.V., Rotteckring 12 79098 Freiburg Telefon 0761/3 68 95 10 E-Mail: info@vhs-freiburg.de Intenet: https://vhs-freiburg.de/	vhs-Atelier in der Radstation, Wentzingerstr. 15 79106 Freiburg Linie 1, 2, 3, 4 Hauptbahnhof	95 € Anmeldung erforderlich

Datum	Zeit	Thema Referent_innen	Zielgruppen	Veranstaltende Ansprechpartner_innen	Ort der Veranstaltung	Kosten
06.11. bis 16.12.2020	Mo-Fr 08:45- 12:00 Uhr	Schulung Schwesternhelferin/ Pflegediensthilfe in Teilzeit	Angehörige; Interessierte, Assistenzkräfte in Alten- und Krankenpflege usw.	Malteser Hilfsdienst e.V. Heinrich-von-Stephan-Str. 14 79098 Freiburg Frau Astrid Holstein Tel.: 0761-4552526 sozialpflege.bw@malteser.org www.malteser-freiburg.de	Malteser Hilfsdienst e.V. Heinrich-von- Stephan-Str. 14 79098 Freiburg Hauptbahnhof 10 Min. Fußweg Eingang von der Rehlingstraße	684 € Anmeldung erforderlich Förderung über Jobcenter möglich
06.11.2020	19:00 - 20:30 Uhr	Vortrag Das Haus meiner Eltern hat viele Räume Referentin: Ursula Ott, Chefredakteurin des Magazin "chrismon", Autorin des autobiografisch angelegte Buches „Das Haus meiner Eltern hat viele Räume. Vom Loslassen, Ausräumen und Bewahren“.	Interessierte	Volkshochschule Freiburg e.V., Rotteckring 12 79098 Freiburg Telefon 0761/3 68 95 10 E-Mail: info@vhs-freiburg.de Intenet: https://vhs-freiburg.de/	Stadtteiltreff Glashaus Saal Maria-von-Rudloff-Platz 2 79111 Freiburg- Rieselfeld Linie 5, Maria-von- Rudloff-Platz	6 € (Abendkasse, mit vhs- Vortragspass gebührenfrei)
09.11.2020 (regelmäßig 1x monatlich)	17:00 - 18:30 Uhr	Wegbegleiter - offener Gesprächskreis für pflegende Angehörige	pflegende Angehörige	Stadtteiltreff Quartiersarbeit Betzenhausen-Bischofslinde	Offenes Wohnzimmer im Haus der Gemeinde St. Albert Sundgaullee 9 79114 Freiburg Linie 1, Am Bischofskreuz	Kostenfrei keine Anmeldung erforderlich

Datum	Zeit	Thema Referent_innen	Zielgruppen	Veranstaltende Ansprechpartner_innen	Ort der Veranstaltung	Kosten
10.11.2020	14:00 -16:00 Uhr	Mitmachtraining Trau dir's zu, Du schaffst es mit Grips! Leitung: Ralf Jogerst, Hirnleistungstrainer und Theologe	Menschen mit Störungen oder Erkrankungen des Gedächtnisses, Angehörige	Heiliggeistspitalstiftung GRIPS Hirnleistungstraining Heinrich-Heine-Str. 10 79117 Freiburg Ralf Jogerst, Tel. 61 29 06 48	Wohnanlage Kreuzsteinäcker Heinrich-Heine-Str. 10 79117 Freiburg Wohnung 044 Linie 1, Lassbergstraße Auf der gegenüberliegenden Seite liegt die Wohnanlage.	Kostenfrei Bitte anmelden
11.11.2020 (regelmäßig 1x monatlich)	14:15 - 15:45 Uhr	Stammtisch für pflegende Angehörige - Beruf und Privatleben in Balance	pflegende Angehörige	Team Netzwerk pflegeBegleitung Freiburg in Kooperation mit dem Heinrich-Hansjakob-Haus Frau Waltraud Keller, Tel. 0761 - 290 93 12	Heinrich-Hansjakob- Haus, Raum "Kapelle" (EG) Talstraße 29 79012 Freiburg Linie 1, Schwabentorbrücke Linie 2 und 3, Johanneskirche	Kostenfrei Anmeldung erforderlich

Datum	Zeit	Thema Referent_innen	Zielgruppen	Veranstaltende Ansprechpartner_innen	Ort der Veranstaltung	Kosten
11.11.2020 bis 27.01.2021 (10 Termine, jeweils mittwochs, nicht am 30.12.20 und 06.01.21)	15:00 - 17:00 Uhr	Kurs Den Alltag leben mit Menschen mit Demenz - Ein Kurs für Angehörige - Schulungsprogramm Edukation Demenz nach Prof. Dr. Sabine Engel Referentin: Monika Gottschaller, Dipl. Sozialpädagogin, Einsatzleitung Nachbarschaftshilfe der Katholischen Sozialstation Freiburg	Angehörige von Menschen mit Demenz	Katholische Sozialstation Freiburg, Quäkerstr. 4 a 79102 Freiburg Ansprechpartnerin: Monika Gottschaller, Tel: 0761/79 09 23 -90, Mail: betreuungsgruppen@ksst- freiburg.de	Stahlbad St. Antonius, Sonnenbergstr. 2 79117 Freiburg - Littenweiler Linie 1 bis Endhaltestelle Lassbergstraße, dann ca. 700 m zu Fuß oder mit der S-Bahn bis Haltestelle Littenweiler, dann ca. 350 m zu Fuß	100 € (Erstattung durch Pflegekasse möglich) Anmeldung nur nach Vorgespräch möglich. Voraus- setzung ist die Bereitschaft, alle 10 Termine wahrzu- nehmen.
12.11.2020 (regelmäßig 1x monatlich)	17:00 - 19:00 Uhr	Lebensspuren - offener Gesprächskreis für Trauernde	Alle, die einen nahestehend- en Menschen durch Tod verloren haben und um ihn trauern	Katholische Seelsorgeeinheit Freiburg-Nordwest in Zusammenarbeit mit der Matthäusgemeinde	Offenes Wohnzimmer im Haus der Gemeinde St. Albert Sundgauallee 9 79114 Freiburg Linie 1, Am Bischofskreuz	Kostenfrei keine Anmeldung erforderlich

Datum	Zeit	Thema Referent_innen	Zielgruppen	Veranstaltende Ansprechpartner_innen	Ort der Veranstaltung	Kosten
13.11.2020 und 27.11.2020, (regelmäßig jeden 2. und 4. Freitag im Monat)	10:00 - 11:00 Uhr	Progressive Muskelentspannung - Meditative Einführung anschl. Muskelentspannung nach Jacobsen (Übungen größtenteils im Sitzen) Leitung: Frau Sieglinde Schäfer	Interessierte, auch Personen mit eingeschränk- ter Bewegung sind herzlich willkommen.	Quartierstreff Luckenbachweg, Bauverein Breisgau e.V. Luckenbachweg 8 79115 Freiburg Infotelefon: 0761-61248284 E-Mail: quartierstreffhaslach@gmail.com	Quartierstreff Luckenbachweg Luckenbachweg 8 79115 Freiburg Linie 14, Markgrafensstraße	Kostenfrei. Bei regelmäßiger Teilnahme Beitrag von 1€/ Stunde oder Mitgliedschaft (12 €/ Jahr) erbeten. keine Anmeldung erforderlich
16.11.2020 (regelmäßig 2x monatlich an unter- schiedlichen Standorten. Siehe auch 04.11.)	14:30 - 15:30 Uhr	Offene Sprechstunde für pflegende Angehörige mit Frau Geli Drewniok	pflegende Angehörige	Netzwerk pflegeBegleitung Freiburg, Quartiersarbeit Herr Schüring Tel. 0761 - 50 31 2950 Mail: quartiersarbeit- zaehringen@caritas-freiburg.de	Quartiersarbeit Zähringen, Zähringer Str. 346 79108 Freiburg Linien 4, Reutebachgasse	Kostenfrei Anmeldung erforderlich
17.11.2020 (regelmäßig 14-tägig)	10:00 - 12:00 Uhr	Gesprächskreis "Umgang mit Depression"	Betroffene	CV FR-Stadt e.V., Heinrich-Hansjakob-Haus Talstraße 29 79102 Freiburg Tel.: 0761/7903-3522	CV FR-Stadt e.V., Heinrich-Hansjakob- Haus Talstr. 29 79102 Freiburg Linie 1, Schwabentorbrücke Linie 2 und 3, Johanneskirche	Anmeldung erforderlich

Datum	Zeit	Thema Referent_innen	Zielgruppen	Veranstaltende Ansprechpartner_innen	Ort der Veranstaltung	Kosten
18.11.2020	8:30 - 16:30 Uhr	Fachspezifische Fortbildung Aktivierung für Männer mit Demenz	Betreuungs- kräfte für Menschen mit Demenz (gemäß § 53c SGB XI)	Johanniter-Unfall-Hilfe e.V. Schwarzwaldstr. 63 79117 Freiburg Tel. 45931-0 ausbildung.freiburg@johanniter.de www.johanniter.de/freiburg	Johanniter-Unfall-Hilfe e.V. Fabrikstr. 2 79102 Freiburg Linie 1, Maria Hilf Kirche	115 € Anmeldung und Mund- Nase-Schutz erforderlich
18.11.2020 (regelmäßig monatlich am 3. Mittwoch)	19:00 Uhr	Offener Abend der SAGES eG zum Austausch aller Anspruchsgruppen bei guter Laune und mit Lebensfreude	Interessierte, Mitglieder, Mitarbeitende, Helfende und Fachkräfte, SPORT Netzwerker* innen...	DNA - Die Neuen Alten SAGES eG Tel.: 0761 2145 694 nils@dieneuenalten.org	Gemeinschaftsraum des Hausprojektes "schwereLos" (Arne- Torgersen-Str. 7, 79115 Freiburg- Gutleutmatten Linie 5, Pressehaus	Kostenfrei
18.11.2020	19 Uhr	Forum Sterben geht uns alle an Gespräche über Sterben, Tod und Trauer Präsenzveranstaltung mit Livestream Studienleiterin Dr. Verena Wetzstein	Interessierte	Palliative Care Forum Katholische Akademie in Zusammenarbeit mit dem Caritasverband für die Erzdiözese Freiburg e.V. und dem Seelsorgeamt der Erzdiözese Freiburg Tel.: 0761/ 31918-0 E-Mail: info@katholische- akademie-freiburg.de Internet: www.katholische- akademie-freiburg.de	Haus der Katholischen Akademie Freiburg, Wintererstraße 1 79104 Freiburg Linie 27, Stadtgarten	6 € (3 € ermässigt) Anmeldung erforderlich

Datum	Zeit	Thema Referent_innen	Zielgruppen	Veranstaltende Ansprechpartner_innen	Ort der Veranstaltung	Kosten
19.11.2020	8:30 - 16:30 Uhr	Fachspezifische Fortbildung Mobilisation für Menschen mit und ohne Demenz	Betreuungs- kräfte für Menschen mit Demenz (gemäß § 53c SGB XI)	Johanniter-Unfall-Hilfe e.V. Schwarzwaldstr. 63 79117 Freiburg Tel. 45931-0 ausbildung.freiburg@johanniter.de www.johanniter.de/freiburg	Johanniter-Unfall-Hilfe e.V. Fabrikstr. 2 79102 Freiburg Linie 1 Maria Hilf Kirche	120 € Anmeldung und Mund- Nase-Schutz erforderlich
21.11.2020	09:00 - 16:00 Uhr	Schulung Die musikalische Schatzkiste kreative Möglichkeiten mit Musik in der Arbeit mit Senior*innen	Interessierte, Fachkräfte Alten- und Krankenpflege, Betreuungs- kräfte / Alltagsbe- gleiter*innen	Malteser Hilfsdienst e.V. Heinrich-von-Stephan-Str. 14 79098 Freiburg Frau Astrid Holstein Tel.: 0761-4552526 sozialpflege.bw@malteser.org www.malteser-freiburg.de	Malteser Hilfsdienst e.V. Heinrich-von- Stephan-Str. 14 79098 Freiburg Hauptbahnhof 10 Min. Fußweg Eingang Rehlingstraße	95 € Anmeldung erforderlich
25. und 26.11.2020	8:30 - 16:30 Uhr	Fachspezifische Fortbildung Grenzsituationen im Umgang mit demenzerkrankten Menschen	Betreuungs- kräfte für Menschen mit Demenz (gemäß § 53c SGB XI)	Johanniter-Unfall-Hilfe e.V. Schwarzwaldstr. 63 79117 Freiburg Tel. 45931-0 ausbildung.freiburg@johanniter.de www.johanniter.de/freiburg	Johanniter-Unfall-Hilfe e.V. Fabrikstr. 2 79102 Freiburg Linie 1 Maria Hilf Kirche	225 € Anmeldung und Mund- Nase-Schutz erforderlich
28.11.2020 (regelmäßig 1x monatlich)	14:00 - 17:30 Uhr	Yoga in Zeiten der Trauer Wir laden herzlich ein teilzunehmen, unabhängig von Yoga-Vorerfahrung und Alter.	Trauernde Menschen	Hospizgruppe Freiburg e.V., in Zusammenarbeit mit Anna Martensen, Leitung Hatha- Yoga Kontakt: Anna Tonzer, Tel. 0761 - 88 149 88 oder a.tonzer@hospizgruppe- freiburg.de	Hospizgruppe Freiburg e.V. Türkenlouisstr.22 79102 Freiburg, Tel. 0761 - 88 149 88 Linie 2, Lorettostraße S-Bahn, Bahnhof Freiburg-Wiehre	10 € pro Tag Anmeldung erforderlich

Datum	Zeit	Thema Referent_innen	Zielgruppen	Veranstaltende Ansprechpartner_innen	Ort der Veranstaltung	Kosten
nach Vereinbarung	nach Vereinbarung	Einzelberatung zu Fragen der seelischen Gesundheit und psychischer Erkrankungen	Betroffene und Angehörige	CV FR-Stadt e.V., Heinrich-Hansjakob-Haus Talstrasse 29 79102 Freiburg Tel.: 0761/7903-3522	CV FR-Stadt e.V., Heinrich-Hansjakob-Haus Talstr. 29 79102 Freiburg Linie 1, Schwabentorbrücke, Linie 2 und 3, Johanneskirche	Kostenfrei Anmeldung erforderlich
regelmäßige wöchentliche Angebote im November						
jeweils montags (außerhalb der Schulferien)	18:15 - 19:15 Uhr	Gymnastik für Seniorinnen und Senioren ab 50+ Leitung: Renate Schlegel	ältere Menschen mit Behinderung mit und ohne Demenz	Arbeitskreis Behinderte an der Christuskirche (ABC) Diakonisches Werk Freiburg, Tel.: 7677277 in Kooperation mit dem SV Kappel	Turnhalle der Schauinsland-Schule Kappel, Moosmattenstr. 16 79117 Freiburg Buslinie 17, Peterbergstraße	Kostenfrei Anmeldung erforderlich
jeweils mittwochs	vormittags, genaue Zeit bitte bei Frau Wiesen erfragen	Gymnastik für aktive Senioren Leitung: Ursula Hummel	Seniorinnen und Senioren	Quartierstreff 46 Bauverein Breisgau Zähringer Straße 46 79108 Freiburg Frau Andrea Wiesen (Dienstag und Donnerstag von 9 bis 11 Uhr) Tel.: 0761 - 51044-186 quartierstreff@bauverein-breisgau.de	Quartierstreff 46 Bauverein Breisgau Zähringer Straße 46 79108 Freiburg Linie 4, Tullastraße	3 € für Nichtmitglieder 2 € für Mitglieder Anmeldung erforderlich

Datum	Zeit	Thema Referent_innen	Zielgruppen	Veranstaltende Ansprechpartner_innen	Ort der Veranstaltung	Kosten
jeweils mittwochs und donnerstags	14:00 - 17:00 Uhr	Freizeit- und Aktivierungsangebot Inklusion und Demenz Angebot für Menschen mit einer geistigen Behinderung und /oder beginnender Demenz	Betroffene sowie Bürger, die sich ehrenamtlich engagieren möchten	Arbeitskreis Behinderte an der Christuskirche (ABC) Diakonisches Werk Freiburg Stadt Anja Pokorny Tel. 0761 767 727 7	Arbeitskreis Behinderte an der Christuskirche Maienstraße 2, 1. OG 79102 Freiburg Linien 2 und 3, Johanniskirche	40 € pro Monat mit Anmeldung und Vorgespräch
jeweils donnerstags	10:45 - 11:45 Uhr	Gedächtnis spielend trainieren mit Frau Margit Petri	Interessierte	Begegnungszentrum Stühlinger Ferdinand-Weiß-Str. 70a 79106 Freiburg Tel.: 0761/ 273092	Begegnungszentrum Stühlinger Ferdinand-Weiß-Str. 70a 79106 Freiburg Linie 14, Vogesestraße	Kostenfrei Anmeldung erforderlich
jeweils donnerstags	14:00 - 15:30 Uhr	Kurs zur Prävention "BRAIN-FIT" 60+ Grips -Training für die grauen Zellen Leitung: Ralf Jogerst, Hirnleistungstrainer und Theologe	Interessierte	Heiliggeistspitalstiftung Ralf Jogerst, Einrichtungsleiter GRIPS, Tel. 0761 612906-48 oder grips@sv-fr.de	Michael-Denzlinger Senioren-Treff Hochdorfer Straße 2, 79108 Freiburg- Hochdorf Buslinie 36, Dorfplatz	2 € pro Termin Anmeldung erforderlich

Dezember						
Datum	Zeit	Thema Referent_innen	Zielgruppen	Veranstaltende Ansprechpartner_innen	Ort der Veranstaltung	Kosten
01.12.2020 und 15.12.2020 (regelmäßig 14-tägig)	10:00 - 12:00 Uhr	Gesprächskreis "Umgang mit Depression"	Betroffene	CV FR-Stadt e.V., Heinrich-Hansjakob-Haus Talstrasse 29 79102 Freiburg Tel.: 0761/7903-3522	CV FR-Stadt e.V., Heinrich-Hansjakob- Haus Talstr. 29 79102 Freiburg Linie 1, Schwabentorbrücke, Linie 2 und 3, Johanneskirche	Anmeldung erforderlich
01.12.2020 (regelmäßig 1x monatlich)	14:00 - 16:30 Uhr	Gemeinsamer Spaziergang für pflegende und betreuende An- und Zugehörige, Austausch mit Bewegung in der Natur innerhalb Freiburg. Mit Einkehr, findet bei jedem Wetter statt.	Frauen und Männer, die einen Ange- hörigen oder anderen Menschen pflegen oder betreuen	Netzwerk pflegeBegleitung Freiburg in Trägerschaft von Marienhaus St. Johann e.V. Herr Paul Pfann, Tel. 0761 - 38 49 849	Start und Streckenverlauf wird jeweils in der Tagespresse (BZ) veröffentlicht oder kann bei Herrn Paul Pfann erfragt werden. Tel. 0761 - 38 49 849	Kostenfrei
02.12.2020 (regelmäßig 2x monatlich an unter- schiedlichen Standorten. Siehe auch 14.12.)	16:00 - 17:30 Uhr	Offene Sprechstunde für pflegende Angehörige	pflegende Angehörige	Netzwerk pflegeBegleitung Freiburg Frau Waltraud Keller Tel. 0761 - 290 93 12 Frau Geli Drewniok Tel. 0761 - 55 28 87	Heinrich-Hansjakob- Haus, Talstraße 29 79102 Freiburg Tel. 0761 - 703 13-0 Linie 1, Schwabentorbrücke Linie 2 und 3, Johanneskirche	Kostenfrei Anmeldung erforderlich
02. und 03.12.2020	8:30 - 16:30 Uhr	Fachspezifische Fortbildung Sittanz und Bewegungsunterstützung	Betreuungs- kräfte für Menschen mit Demenz (gemäß § 53c SGB XI)	Johanniter-Unfall-Hilfe e.V. Schwarzwaldstr. 63 79117 Freiburg Tel. 45931-0 ausbildung.freiburg@johanniter.de www.johanniter.de/freiburg	Johanniter-Unfall-Hilfe e.V. Fabrikstr. 2 79102 Freiburg Linie 1, Maria Hilf Kirche	215 € Anmeldung und Mund- Nase-Schutz erforderlich

Datum	Zeit	Thema Referent_innen	Zielgruppen	Veranstaltende Ansprechpartner_innen	Ort der Veranstaltung	Kosten
07.12.2020 (regelmäßig am 1. Montag im Monat)	18:00 - 20:00 Uhr	Trauergruppe	Trauernde Menschen, die einen lieben Menschen verloren haben.	Hospizgruppe Freiburg e.V., Kontakt: Hildegard Bargenda, oder Anna Tonzer, Tel. 0761 - 88 149 88 oder h.bargenda@hospizgruppe- freiburg.de a.tonzer@hospizgruppe- freiburg.de	Hospizgruppe Freiburg e.V. Türkenlouisstr.22 79102 Freiburg, Tel. 0761 - 88 149 88 Linie 2, Lorettostraße S-Bahn, Bahnhof Freiburg-Wiehre	5 € pro Abend Anmeldung erforderlich
09.12.2020	19:30 - 21:00 Uhr	Vortrag Wenn der Schmerz zur Krankheit wird - was ist chronischer Schmerz? Referent: Dr. med. Lucian Weinhold	Interessierte	Volkshochschule Freiburg e.V., Rotteckring 12 79098 Freiburg Telefon 0761/3 68 95 10 E-Mail: info@vhs-freiburg.de Intenet: https://vhs-freiburg.de/	vhs im Schwarzen Kloster, Theatersaal Rotteckring 12 79098 Freiburg Linie 1, 2, 3, 4, 5 Stadttheater	6 € (mit vhs- Vortragspass gebührenfrei) Eine Reservierung ist wegen der eingeschränk- ten Besucherzahl zwingend notwendig.
10.12.2020 (regelmäßig 1x monatlich)	17:00 - 19:00 Uhr	Lebensspuren - offener Gesprächskreis für Trauernde	Alle, die einen nahestehend- en Menschen durch Tod verloren haben und um ihn trauern	Katholische Seelsorgeeinheit Freiburg-Nordwest in Zusammenarbeit mit der Matthäusgemeinde	Offenes Wohnzimmer im Haus der Gemeinde St. Albert Sundgaullee 9 79114 Freiburg Linie 1, Am Bischofskreuz	Kostenfrei keine Anmeldung erforderlich

Datum	Zeit	Thema Referent_innen	Zielgruppen	Veranstaltende Ansprechpartner_innen	Ort der Veranstaltung	Kosten
11.12.2020 (regelmäßig jeden 2. und 4. Freitag im Monat)	10:00 - 11:00 Uhr	Progressive Muskelentspannung - Meditative Einführung anschl. Muskelentspannung nach Jacobsen (Übungen größtenteils im Sitzen) Leitung: Frau Sieglinde Schäfer	Interessierte, auch Personen mit eingeschränk- ter Bewegung sind herzlich willkommen.	Quartierstreff Luckenbachweg, Bauverein Breisgau e.V. Luckenbachweg 8 79115 Freiburg Infotelefon: 0761-61248284 E-Mail: quartierstreffhaslach@gmail.com	Quartierstreff Luckenbachweg Luckenbachweg 8 79115 Freiburg Linie 14, Markgrafensstraße	Kostenfrei. Bei regelmäßiger Teilnahme Beitrag von 1€/ Stunde oder Mitgliedschaft (12 €/ Jahr) erbeten. keine Anmeldung erforderlich
13.12.2020	14:00 - 18:00 Uhr	Workshop Alternative Wohnprojekte - Gemeinsam statt einsam	Interessierte	Volkshochschule Freiburg e.V., Rotteckring 12 79098 Freiburg Telefon 0761/3 68 95 10 E-Mail: info@vhs-freiburg.de Intenet: https://vhs-freiburg.de/	vhs im Schwarzen Kloster, Barocksaal Rotteckring 12 79098 Freiburg Linie 1, 2, 3, 4, 5 Stadttheater	Kursgebühr: 42 € Anmeldung erforderlich
14.12.2020 (regelmäßig 1x monatlich)	17:00 - 18:30 Uhr	Wegbegleiter - offener Gesprächskreis für pflegende Angehörige	pflegende Angehörige	Stadtteiltreff Quartiersarbeit Betzenhausen-Bischofslinde	Offenes Wohnzimmer im Haus der Gemeinde St. Albert Sundgauallee 9 79114 Freiburg Linie 1, Am Bischofskreuz	Kostenfrei keine Anmeldung erforderlich

Datum	Zeit	Thema Referent_innen	Zielgruppen	Veranstaltende Ansprechpartner_innen	Ort der Veranstaltung	Kosten
14.12.2020 (regelmäßig 2x monatlich an unter- schiedlichen Standorten. Siehe auch 02.12.)	14:30 - 15:30 Uhr	Offene Sprechstunde für pflegende Angehörige mit Frau Geli Drewniok	pflegende Angehörige	Netzwerk pflegeBegleitung Freiburg, Quartiersarbeit Herr Schüring Tel. 0761 - 50 31 2950 Mail: quartiersarbeit- zaehringen@caritas-freiburg.de	Quartiersarbeit Zähringen, Zähringer Str. 346 79108 Freiburg Linie 4, Reutebachgasse	Kostenfrei Anmeldung erforderlich
15.12.2020 (regelmäßig 1x monatlich)	17:00 - 18:30 Uhr	Stammtisch für pflegende Angehörige - Beruf und Privatleben in Balance	pflegende Angehörige	Team Netzwerk pflegeBegleitung Freiburg in Kooperation mit dem Heinrich-Hansjakob-Haus Frau Waltraud Keller Tel. 0761 - 290 93 12	Heinrich-Hansjakob- Haus Raum "Kapelle" (EG) Talstraße 29 79012 Freiburg Linie 1, Schwabentorbrücke Linie 2 und 3, Johanneskirche	Kostenfrei Anmeldung erforderlich
16.12.2020 (regelmäßig monatlich am 3. Mittwoch)	19:00 Uhr	Offener Abend der SAGES eG zum Austausch aller Anspruchsgruppen bei guter Laune und mit Lebensfreude	Interessierte, Mitglieder, Mitarbeitende, Helfende und Fachkräfte, SPORT Netzwerker* innen...	DNA - Die Neuen Alten SAGES eG Tel.: 0761 2145 694 nils@dieneuenalten.org	Gemeinschaftsraum des Hausprojektes "schwereLos" Arne- Torgersen-Str. 7 79115 Freiburg- Gutleutmatten Linie 5, Pressehaus	Kostenfrei

Datum	Zeit	Thema Referent_innen	Zielgruppen	Veranstaltende Ansprechpartner_innen	Ort der Veranstaltung	Kosten
bis 18.12. nach Vereinbarung	nach Vereinbarung	Einzelberatung zu Fragen der seelischen Gesundheit und psychischer Erkrankungen	Betroffene und Angehörige	CV FR-Stadt e.V., Heinrich-Hansjakob-Haus Talstrasse 29 79102 Freiburg Tel.: 0761/7903-3522	CV FR-Stadt e.V., Heinrich-Hansjakob- Haus Talstr. 29 79102 Freiburg Linie 1, Schwabentorbrücke Linie 2 und 3, Johanneskirche	Kostenfrei Anmeldung erforderlich
regelmäßige wöchentliche Angebote im Dezember						
jeweils montags (außerhalb der Schulferien)	18:15 - 19:15 Uhr	Gymnastik für Seniorinnen und Senioren ab 50+ Leitung: Renate Schlegel	ältere Menschen mit Behinderung mit und ohne Demenz	Arbeitskreis Behinderte an der Christuskirche (ABC) Diakonisches Werk Freiburg, Tel.: 7677277 in Kooperation mit dem SV Kappel	Turnhalle der Schauinsland-Schule Kappel, Moosmattenstr. 16 79117 Freiburg Buslinie 17, Peterbergstraße	Kostenfrei Anmeldung erforderlich
jeweils mittwochs	vormittags, genaue Zeit bitte bei Frau Wiesen erfragen	Gymnastik für aktive Senioren Leitung: Ursula Hummel	Seniorinnen und Senioren	Quartierstreff 46 Bauverein Breisgau Zähringer Straße 46 79108 Freiburg Frau Andrea Wiesen (Dienstag und Donnerstag von 9 bis 11 Uhr) Tel.: 0761 - 51044-186 quartierstreff@bauverein- breisgau.de	Quartierstreff 46 Bauverein Breisgau Zähringer Straße 46 79108 Freiburg Linie 4, Tullastraße	3 € für Nichtmitglie- der 2 € für Mitglieder Anmeldung erforderlich

Datum	Zeit	Thema Referent_innen	Zielgruppen	Veranstaltende Ansprechpartner_innen	Ort der Veranstaltung	Kosten
jeweils mittwochs	14:00 - 17:00 Uhr	Freizeit- und Aktivierungsangebot Inklusion und Demenz Angebot für Menschen mit einer geistigen Behinderung und /oder beginnender Demenz	Betroffene sowie Bürger, die sich ehrenamtlich engagieren möchten	Arbeitskreis Behinderte an der Christuskirche (ABC) Diakonisches Werk Freiburg Stadt Anja Pokorny Tel. 0761 767 727 7	Arbeitskreis Behinderte an der Christuskirche Maienstraße 2, 1. OG 79102 Freiburg Linien 2 und 3, Johanniskirche	40 € pro Monat mit Anmeldung und Vorgespräch
jeweils donnerstags	14:00 - 15:30 Uhr	Kurs zur Prävention: "BRAIN-FIT" 60+ Grips -Training für die grauen Zellen Leitung: Ralf Jogerst, Hirnleistungstrainer und Theologe	Interessierte	Heiliggeistspitalstiftung Ralf Jogerst, Einrichtungsleiter GRIPS Tel. 0761 612906-48 oder grips@sv-fr.de	Michael-Denzlinger Senioren-Treff Hochdorfer Straße 2 79108 Freiburg- Hochdorf Buslinie 36, Dorfplatz	2 € pro Termin Anmeldung erforderlich
jeweils donnerstags	10:45 - 11:45 Uhr	Gedächtnis spielend trainieren mit Frau Margit Petri	Interessierte	Begegnungszentrum Stühlinger Ferdinand-Weiß-Str. 70a 79106 Freiburg Tel.: 0761/ 273092	Begegnungszentrum Stühlinger Ferdinand-Weiß-Str. 70a 79106 Freiburg Linie 14, Vogesestraße	Kostenfrei Anmeldung erforderlich
jeweils donnerstags	14:00 - 17:00 Uhr	Freizeit- und Aktivierungsangebot Inklusion und Demenz Angebot für Menschen mit einer geistigen Behinderung und /oder beginnender Demenz	Betroffene sowie Bürger, die sich ehrenamtlich engagieren möchten	Arbeitskreis Behinderte an der Christuskirche (ABC) Diakonisches Werk Freiburg- Stadt Anja Pokorny, Tel. 0761 767 727 7	Arbeitskreis Behinderte an der Christuskirche Maienstraße 2, 1. OG 79102 Freiburg Linien 2 und 3, Johanniskirche	40 € pro Monat mit Anmeldung und Vorgespräch

Ausblick Januar 2021

Datum	Zeit	Thema Referent_innen	Zielgruppen	Veranstaltende Ansprechpartner_innen	Ort der Veranstaltung	Kosten
04.01.2021 (regelmäßig am 1. Montag im Monat)	18:00 - 20:00 Uhr	Trauergruppe	Trauernde Menschen die einen lieben Menschen verloren haben	Hospizgruppe Freiburg e.V. Kontakt: Hildegard Bargenda oder Anna Tonzer, Tel. 0761 - 88 149 88 oder h.bargenda@hospizgruppe- freiburg.de a.tonzer@hospizgruppe- freiburg.de	Hospizgruppe Freiburg e.V. Türkenlouisstr.22 79102 Freiburg Tel. 0761 - 88 149 88 Linie 2, Lorettostraße S-Bahn, Bahnhof Freiburg-Wiehre	5 € pro Abend Anmeldung erforderlich
08.01. und 09.01. 2021	10:00 - 16:00 Uhr	Wochend-Workshop „Vom Traurig-sein und der Freude“ Vorwiegend für ältere Menschen mit geistiger Behinderung Diese Wochenend - Bildungs - Tage geben uns die Möglichkeit, über das Traurig-sein und die Freude in unserem Leben zu sprechen. Wir lernen das Traurig-sein zu verstehen und damit umzugehen. Leitung: Anja Porkorny (ABC) und Anna Tonzer (Hospizgruppe Freiburg)	vorwiegend ältere Menschen mit geistiger Behinderung (auch aus Wohnheimen), Angehörige	Arbeitskreis Behinderte an der Christuskirche (ABC) Diakonisches Werk Freiburg Anja Porkorny, Tel.: 7677277 in Kooperation mit der Hospizgruppe Freiburg e.V.	Arbeitskreis Behinderte an der Christuskirche (ABC) Maienstr. 2, 1. OG 79102 Freiburg Linien 2 und 3, Johanniskirche	30 € Anmeldung und Vorgespräch erforderlich

14.01.2021 (regelmäßig 1x monatlich)	17:00 - 19:00 Uhr	Lebensspuren - offener Gesprächskreis für Trauernde	Alle, die einen nahestehend- en Menschen durch Tod verloren haben und um ihn trauern	Katholische Seelsorgeeinheit Freiburg-Nordwest in Zusammenarbeit mit der Matthäusgemeinde	Offenes Wohnzimmer im Haus der Gemeinde St. Albert Sundgaullee 9 79114 Freiburg Linie 1, Am Bischofskreuz	Kostenfrei keine Anmeldung erforderlich
Datum	Zeit	Thema Referent_innen	Zielgruppen	Veranstaltende Ansprechpartner_innen	Ort der Veranstaltung	Kosten
14.01.2021 - 25.02.2021 (6 Termine, jeweils donners- tags)	09:30 -12:00 Uhr	Kurs Mein Leben in Pastell" – Biografisches Malen mit 55+ (zum Jahresbeginn) Leitung: Dr. Annegret Peschlow	Interessierte	Volkshochschule Freiburg e.V., Rotteckring 12 79098 Freiburg Telefon 0761/3 68 95 10 E-Mail: info@vhs-freiburg.de Intenet: https://vhs-freiburg.de/	vhs-Atelier in der Radstation, Wentzingerstr. 15 79106 Freiburg Linie 1, 2, 3, 4 Hauptbahnhof	95 € Anmeldung erforderlich
04.02.2021	19:30 - 21:30 Uhr	Online- Vortrag Infektionsprophylaxe für Seniorinnen und Senioren (Zu diesem Kurs sind noch keine Informationen über Dozenten verfügbar.)	Interessierte	Volkshochschule Freiburg e.V., Rotteckring 12 79098 Freiburg Telefon 0761/3 68 95 10 E-Mail: info@vhs-freiburg.de Intenet: https://vhs-freiburg.de/	online vhs	6 € (mit vhs- Vortragspass gebührenfrei) Anmeldung erforderlich

Telefonische und persönliche Information und Beratung

Seniorenbüro mit Pflegestützpunkt Stadt Freiburg
Fehrenbachallee 12
79106 Freiburg

Tel. 201-3032

Pandemiebedingt finden aktuell keine offenen Sprechzeiten statt. Beratungen können am Telefon erfolgen, auch eine persönliche Beratung ist nach telefonischer Terminvereinbarung möglich. Die telefonischen Sprechzeiten sind Montag bis Freitag von 9 Uhr bis 16 Uhr.

Linien 1, 2, 3, 4 - Haltestelle Rathaus im Stühlinger

www.freiburg.de/senioren

Für den nächsten

„Freiburger Veranstaltungskalender Demenz – seelische Gesundheit – psychische Erkrankungen, 2021.1“
nehmen wir gerne auch Ihre Veranstaltungshinweise auf. **Redaktionsschluss ist der 31. Dezember 2020**

Seniorenbüro mit Pflegestützpunkt Stadt Freiburg - E-Mail: stefan.langrock@stadt.freiburg.de

Herausgegeben von:

Stadt Freiburg - Seniorenbüro mit Pflegestützpunkt

Fehrenbachallee 12, 79106 Freiburg

Tel. 0761/201-3032 Fax 0761/201-3039

Email: seniorenbuero@stadt.freiburg.de

Homepage: www.freiburg.de/senioren