

# Veranstaltungskalender „Älterwerden in Freiburg“ für Juni 2026

## Inhaltsverzeichnis

- 1) Vorträge und Einzelveranstaltungen  
[ab Seite 1](#) im Juni
- 2) Regelmäßige Gesprächskreise, Sprechstunden,  
Beratungsangebote, Selbsthilfe- & Angehörigengruppen  
[Seite 12](#)
- 3) Regelmäßige Freizeit- und Begegnungsangebote  
[Seite 18](#)
- 4) Wöchentliche Bewegungs- und Trainingsangebote  
[Seite 29](#)
- 5) Kurse, mehr als zweitägige Seminare und  
Weiterbildungsangebote  
[Seite 37](#)
- 6) Kontaktdaten und Links zu den Monatsprogrammen  
der Begegnungsstätten in Freiburg  
[Seite 41](#)

## Bitte beachten Sie:

- Die Angaben basieren überwiegend auf Selbstauskünften der Anbietenden und erheben keinen Anspruch auf Korrektheit und Vollständigkeit.
- Zudem pausieren viele Angebote während der Feiertage oder in Ferienzeiten. **Informieren Sie sich daher immer auch direkt bei den Anbietenden.**
- Eine laufend aktualisierte Version des Kalenders (zuletzt **26.05.26**) finden Sie unter [www.freiburg.de/beratungslisten](http://www.freiburg.de/beratungslisten).



## Weitere Veranstaltungen...

- ... sind auf der Website [www.veranstaltungen.freiburg.de](http://www.veranstaltungen.freiburg.de) veröffentlicht.
- ... finden Sie in den Monatsprogrammen der Begegnungsstätten.
- ... gibt es auf der Plattform „Guter Plan“  
[www.guterplan.info](http://www.guterplan.info).
- ... 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](http://www.freiburger-buendnis-fuer-familie.de/freiburgpass)



1. Vorträge und Einzelveranstaltungen			
Juni			
Termin	Thema, Referent*in	Veranstaltungsort	Anmeldung und Kosten
Zahlreiche Veranstaltungen im gesamten Juni 2026	<p><u><a href="#">Aktionsmonat „Engagierter Juni“</a></u>            Ob in der Nachbarschaft, im Quartier, im Verein – viele Freiburger*innen engagieren sich und leisten einen wichtigen Beitrag zum gesellschaftlichen Miteinander. Um diese Vielfalt zu zeigen und zu feiern, will die Stadt Freiburg in diesem Jahr einen ganzen Monat dem bürgerschaftlichen Engagement widmen. Der Aktionsmonat "Engagierter Juni" soll daher Raum und Gelegenheit für Initiativen und Vereine bieten, die ihr Engagement der Öffentlichkeit vorstellen möchten.</p> <p><i>Veranstalter und Kontakt:</i> Koordinationsstelle Bürgerschaftliches Engagement, Stadt Freiburg, <a href="mailto:engagement@freiburg.de">engagement@freiburg.de</a>, <a href="http://www.freiburg.de/engagement">www.freiburg.de/engagement</a></p>	Verschiedene Veranstaltungsorte; bitte dem <u><a href="#">Online-Programm</a></u> entnehmen	Bitte dem Programm entnehmen.
Dienstag, 02.06., 14-17 Uhr	<p><b>Vorträge am Nachmittag</b> im Seniorenbüro mit Pflegestützpunkt            Zu verschiedenen Themen rund um das Thema Älterwerden können sich Bürger*innen in den folgenden Kurzvorträgen (jeweils 45 min.) informieren:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Unterstützungs- und Pflegemöglichkeiten (14-14.45 Uhr, Elisabeth Schauer)</li> <li>• Überblick über Kosten und Finanzierung von Pflege (15-15.45 Uhr, Kerstin Niermann)</li> <li>• Umzug ins Pflegeheim, was ist zu beachten? (16-16.45 Uhr, Julia Zech)</li> </ul> <p><i>Veranstalter:</i> Seniorenbüro mit Pflegestützpunkt, <a href="http://www.freiburg.de/senioren">www.freiburg.de/senioren</a></p>	<p><b>Amt für Soziales</b>            Großer Sitzungssaal (2. OG)            Rathaus im Stühlinger (Bestandsbau)            Fehrenbachallee 12, 79106 Freiburg            Linien 1, 2, 3, 4 – Rathaus im Stühlinger</p>	<p>kostenfrei            ohne Anmeldung</p>

Termin	Thema, Referent*in	Veranstaltungsort	Anmeldung und Kosten
Mittwoch, 03.06., 15 Uhr	<p><b>Tanztee mit Martin Glöckler</b> Der beliebte Pianist und Sänger spielt Schlager und Co. zum Mitschunkeln, Tanzen und Träumen</p> <p><i>Informationen und Kontakt:</i> Begegnungsstätte Altstadt im Evangelischen Stift, Frau Bichnigauri / Frau Mihm, Tel. 31913118, <a href="mailto:begegnungsstaette@stift-freiburg.de">begegnungsstaette@stift-freiburg.de</a></p>	<p><b>Begegnungsstätte Altstadt im Evangelischen Stift</b> Cafeteria Hermannstr. 14, 79098 Freiburg Linie 3, 5 – Europaplatz</p>	kostenfrei, Verzehr auf Spendenbasis ohne Anmeldung
Freitag, 05.06., 15.30 Uhr	<p><i>Vortrag</i> <b>Arbeitersiedlungen</b> <i>Referentin:</i> Carola Schark <i>Veranstalter:</i> Begegnungszentrum Kreuzsteinäcker Tel. 2108550, <a href="mailto:lau.e@sv-fr.de">lau.e@sv-fr.de</a></p>	<p><b>Begegnungszentrum Kreuzsteinäcker</b> Heinrich-Heine-Str. 10, 79117 Freiburg Linie 1 – Laßbergstraße</p>	kostenfrei, Spenden willkommen
Montag, 08.06., 20 Uhr	<p><b>Kammerkonzert des SWR Symphonieorchesters</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ernst von Dohnányi: Klavierquintett Nr. 2 es-Moll op. 26</li> <li>• Maurice Ravel: Klaviertrio a-Moll "Le tombeau de Couperin" (Bearbeitung für Holzbläserquintett)</li> <li>• Paquito D'Rivera: "Aires Tropicales" für Holzbläserquintett</li> </ul> <p><i>Informationen und Tickets:</i> <a href="http://www.swr.de/swr-symphonieorchester/veranstaltung-08-06-2026-freiburg-100.html">www.swr.de/swr-symphonieorchester/veranstaltung-08-06-2026-freiburg-100.html</a></p>	<p><b>SWR Symphonieorchester</b> Konzerthaus Freiburg Konrad-Adenauer-Platz 1, 79098 Freiburg  Linien 1, 2, 3 und 4 – Hauptbahnhof</p>	Ticket: 18 €

Termin	Thema, Referent*in	Veranstaltungsort	Anmeldung und Kosten
Mittwoch, 10.06., 15-17 Uhr	<b>Senioren-gottesdienst</b> mit anschließendem Beisammensein bei Kaffee und Kuchen <i>Veranstalter:</i> Römisch-katholische Kirchengemeinde Freiburg i. Brsg., Kirchenbüro Freiburg Mitte, Herrenstraße 36, Tel. 0151 42074660, <a href="mailto:sr.angelina@kath-freiburg-mitte.de">sr.angelina@kath-freiburg-mitte.de</a>	<b>Seminarkirche und Collegium Borromaeum</b> Schoferstraße 1, 79098 Freiburg Linie 1 – Oberlinden	kostenfrei ohne Anmeldung
Mittwoch, 10.06., 15 Uhr	<b>Senior*innennachmittag</b> <i>Veranstalter:</i> Quartiersarbeit im Rieselfeld, K.I.O.S.K. im Rieselfeld e.V. <a href="mailto:stadtteilarbeit@kiosk.rieselfeld.org">stadtteilarbeit@kiosk.rieselfeld.org</a> , Tel. 7679562	<b>Café im Glashaus</b> Maria-von-Rudloff-Platz 2, 79111 Freiburg Linie 5 – Maria-von-Rudloff-Platz	Kaffee und Kuchen für 5 €
Mittwoch, 10.06., 17-19 Uhr	<i>Workshop im Rahmen des Aktionsmonats Engagierter Juni</i> <b>KI-Abfragen optimieren</b> KI nutzen für Marketing, PR und Fundraising. KI ist inzwischen überall. Da KI auch sehr viel Energie verbraucht, ist es um so wichtiger, dass Anfragen so formuliert werden, dass sehr gute Ergebnisse erzielt werden. <i>Referentin:</i> Ria Hinken, <a href="https://alterskompetenz.info">https://alterskompetenz.info</a> <i>Anmeldung:</i> <a href="https://event.freiburg.de/#/events/b1b77637-8814-4d51-a443-dcd878935cc9">https://event.freiburg.de/#/events/b1b77637-8814-4d51-a443-dcd878935cc9</a>	<b>Rathaus im Stühlinger</b> Konferenzzentrum, Raum Schauinsland Fehrenbachallee 12, 79106 Freiburg Linien 1, 2, 3 und 4 – Rathaus im Stühlinger	mit Anmeldung kostenfrei
Mittwoch, 10.06., 18-20 Uhr	<i>Monatliche Online-Vortragsreihe „Mit Demenz leben“</i> <b>Ernährung bei Kau- und Schluckbeschwerden von Menschen mit Demenz</b> <i>Referentin:</i> Irina Mische, Logopädin, St. Ingbert <i>Veranstalter und Anmeldung:</i> Alzheimer Gesellschaft BW in Kooperation mit der Unfallkasse BW, Tel. 0711 / 24 84 96-74, <a href="http://www.alzheimer-bw.de">www.alzheimer-bw.de</a>	<b>Online</b> Zugangsdaten werden nach Anmeldung zugesendet	Anmeldung erforderlich kostenfrei

Termin	Thema, Referent*in	Veranstaltungsort	Anmeldung und Kosten
Donnerstag, 11.06., 10.30 Uhr	<p><i>Vortrag</i></p> <p><b>„Patientenverfügung, Vorsorgevollmacht und Betreuungsverfügung“</b></p> <p><i>Referentin:</i> Özlem Ay, Betreuungsverein der Diakonie</p> <p><i>Veranstalter:</i> Begegnungsstätte Altstadt im Evangelischen Stift in Kooperation mit der Bürgerschaftsstiftung Soziales Freiburg, <a href="http://www.stiftung-soziales-freiburg.de">www.stiftung-soziales-freiburg.de</a></p> <p><i>Kontakt:</i> Frau Bichnigauri / Frau Mihm, Tel. 31913118, <a href="mailto:begegnungsstaette@stift-freiburg.de">begegnungsstaette@stift-freiburg.de</a></p>	<p><b>Begegnungsstätte Altstadt im Evangelischen Stift, Cafeteria</b></p> <p>Hermannstr. 14, 79098 Freiburg</p> <p>Linie 3, 5 – Europaplatz</p>	kostenfrei
Donnerstag, 11.06., 14-16.30 Uhr	<p><b>Reparatur-Café</b></p> <p><i>Kontakt:</i> Mehrgenerationenhaus EBW, Tel. 4907840 <a href="mailto:info.mgh@kath-freiburg-suedwest.de">info.mgh@kath-freiburg-suedwest.de</a></p>	<p><b>Mehrgenerationenhaus EBW Freiburg</b></p> <p>Sulzburger Str. 18, 79114 Freiburg</p> <p>Linie 5 – Krozingerstraße</p> <p>Linie 3 – Rohrgraben</p>	auf Spendenbasis mit telefonischer Anmeldung am 09.06.
Donnerstag, 11.06., 15-17.30 Uhr	<p><b>EDV-Aufbaukurs für Seniorinnen und Senioren</b></p> <p><i>Veranstalter und Anmeldung:</i> vhs Freiburg e.V., Tel. 3689510, <a href="mailto:info@vhs-freiburg.de">info@vhs-freiburg.de</a>, <a href="http://www.vhs-freiburg.de">www.vhs-freiburg.de</a></p>	<p><b>vhs im Schwarzen Kloster</b></p> <p>Rotteckring 12, 79098 Freiburg</p> <p>Linien 1, 2, 3, 4, 5 – Stadttheater</p>	110 € Anmeldung erforderlich: <a href="http://www.vhs-freiburg.de">www.vhs-freiburg.de</a> oder Tel. 3689510
Donnerstag, 11.06., 15-17 Uhr	<p><i>Mitgliedertreffen mit Vortrag</i></p> <p><b>Alexandertechnik</b> (Linderung von Verspannungen und Schmerzen)</p> <p><i>Referentin:</i> Hannah Kreis</p> <p><i>Veranstalter und Kontakt:</i> Deutsche Parkinsonvereinigung Regionalgruppe Freiburg, Herr Dr. Meixner, Tel. 28 55 63 35, <a href="mailto:parkinson-freiburg@t-online.de">parkinson-freiburg@t-online.de</a></p>	<p><b>Gaststätte Mooswaldbierstube</b></p> <p>Elsässerstr. 58, 79110 Freiburg</p> <p>Linien 10 und 36 – Almendweg</p>	kostenfrei

Termin	Thema, Referent*in	Veranstaltungsort	Anmeldung und Kosten
<p>Freitag, 12.06., 16-18 Uhr</p>	<p><b>Vernetzungstreffen für queere Menschen ab 60</b></p> <p>Vier Studierende der Evangelischen Hochschule Freiburg bieten mit dem Ziel, Sichtbarkeit und Teilhabe zu schaffen, im Rahmen des Vernetzungstreffens einen Raum zur Begegnung für queere Menschen über 60 Jahre. Es besteht die Möglichkeit, sich zu vernetzen und in entspannter Atmosphäre bei Kaffee und Kuchen zusammenzukommen.</p> <p><i>Veranstaltende:</i> Studierende der Evangelischen Hochschule Freiburg</p> <p><i>Anmeldung:</i> <a href="mailto:vernetzungstreffen.freiburg@gmail.com">vernetzungstreffen.freiburg@gmail.com</a></p>	<p><b>Veranstaltungsort/Treffpunkt:</b> Adlerstraße 12, 79098 Freiburg</p> <p>Linien 1, 2, 3, 4 – Hauptbahnhof</p>	<p>kostenfrei</p> <p>Anmeldung erwünscht</p>
<p>Samstag, 13.06., 10-15 Uhr</p>	<p><b>Flohmarkt und Tag der offenen Tür</b></p> <p>Herzliche Einladung zum Stöbern: Es gibt Kleidung für Erwachsene, Haushaltsausstattung, Geschirr, kleine Elektrogeräte und Krimskrams aller Art. Der Erlös kommt der Seniorenarbeit im Hause zugute.</p> <p>Um 11 Uhr/13 Uhr/14 Uhr besteht die Möglichkeit, eine Wohnung der Seniorenwohnanlage zu besichtigen und sich über Betreutes Wohnen in der Seniorenwohnanlage Im Grün zu informieren. Zusätzlich kann man sich auch über Engagementmöglichkeiten in der Begegnungsstätte informieren. Für das leibliche Wohl ist gesorgt.</p> <p><i>Veranstalter:</i> AWO-Seniorenwohnanlage und Begegnungsstätte Im Grün, Tel. 27 57 95</p>	<p><b>AWO-Seniorenwohnanlage und Begegnungsstätte Im Grün</b> Im Grün 5, 79098 Freiburg</p> <p>Linien 1, 2, 3, 4, 5 – Stadttheater</p>	<p>ohne Anmeldung</p> <p>Kosten nach Verzehr</p>

Termin	Thema, Referent*in	Veranstaltungsort	Anmeldung und Kosten
Sonntag, 14.06., 20 Uhr	<b>Jazzlounge</b> <i>Veranstalter:</i> Quartiersarbeit im Rieselfeld, K.I.O.S.K. im Rieselfeld e.V. <a href="mailto:stadtteilarbeit@kiosk.rieselfeld.org">stadtteilarbeit@kiosk.rieselfeld.org</a> , Tel. 7679562	<b>Glashaus Rieselfeld</b> Maria-von-Rudloff-Platz 2, 79111 Freiburg Linie 5 – Maria-von-Rudloff-Platz	kostenfrei, um Spenden wird gebeten
Montag, 15.06., 15-16.30 Uhr	<b>Digitale Herausforderungen</b> Workshop: Künstliche Intelligenz – Was ist echt, was ist Fake? <i>Referentin:</i> Ria Hinken, <a href="https://alterskompetenz.info">https://alterskompetenz.info</a>	<b>Mehrgenerationenhaus EBW Freiburg</b> Sulzburger Str. 18, 79114 Freiburg Linie 5 – Krozingerstraße Linie 3 – Rohrgraben	kostenfrei ohne Anmeldung
Mittwoch, 17.06., 17-18.15 Uhr	<b>Schüler*innen machen Seniorinnen und Senioren fit am Smartphone</b> <i>Veranstalter und Anmeldung:</i> vhs Freiburg e.V., Tel. 3689510, <a href="mailto:info@vhs-freiburg.de">info@vhs-freiburg.de</a> , <a href="http://www.vhs-freiburg.de">www.vhs-freiburg.de</a>	<b>vhs im Schwarzen Kloster</b> Rotteckring 12, 79098 Freiburg Linien 1, 2, 3, 4, 5 – Stadttheater	45 € Anmeldung erforderlich: <a href="http://www.vhs-freiburg.de">www.vhs-freiburg.de</a> oder Tel. 3689510
Donnerstag, 18.06., 15 Uhr	<b>Märchen am Nachmittag: „Die Nixe im Teich“</b> Märchen-haft, wenn Ursula Jacobi bei Kaffee und Kuchen ein Märchen aus dem Schatz der Brüder Grimm vorliest und mit den Gästen ins Gespräch darüber kommt. <i>Veranstalter und Kontakt:</i> Kath. Pfarrgemeinde St. Urban, <a href="mailto:gemeindeteam@st-urban-freiburg.de">gemeindeteam@st-urban-freiburg.de</a>	<b>Urbansaal</b> der kath. Kirchengemeinde St. Urban Hauptstraße 42, 79104 Freiburg Linie 27 – Herdern Kirche Linie 3 – Hauptstraße	kostenfrei ohne Anmeldung
Donnerstag, 18.06., 18-19.30 Uhr	<b>Dialogführung im Museum für Neue Kunst</b> Kunst und Theologie im Gespräch. Passen Kunst und Sport zusammen? Die Ausstellung „Spielfeld Kunst und Sport“. <i>Leitung:</i> Dr. Christine Litz, Leiterin des Museums, Dr. Detlef Lienau, Theologe <i>Veranstalter:</i> Evangelische Erwachsenenbildung Freiburg, Tel. 205 741-152, <a href="mailto:eeb.freiburg@kbz.ekiba.de">eeb.freiburg@kbz.ekiba.de</a> , <a href="https://erwachsenenbildung-freiburg.de/">https://erwachsenenbildung-freiburg.de/</a>	<b>Museum für Neue Kunst</b> Marienstr. 10a, 79098 Freiburg Linie 1 – Oberlinden	Museumseintritt ohne Anmeldung

Termin	Thema, Referent*in	Veranstaltungsort	Anmeldung und Kosten
Freitag, 19.06., 9-16 Uhr	<p><b>Tagung: Martin Buber und Janusz Korczak</b></p> <p><i>Leitung:</i> Prof.in Dr. Agnieszka Maluga, Koblenz und Prof. Dr. Wilhelm Schwendemann, Freiburg</p> <p><i>Veranstalter:</i> Evangelische Erwachsenenbildung Freiburg in Kooperation mit der Martin-Buber-Gesellschaft und der Korczak-Gesellschaft</p> <p><i>Kontakt:</i> Tel. 205 741-152, <a href="mailto:eeb.freiburg@kbz.ekiba.de">eeb.freiburg@kbz.ekiba.de</a>  <a href="https://erwachsenenbildung-freiburg.de/">https://erwachsenenbildung-freiburg.de/</a></p>	<p><b>Haus der Evangelischen Kirche Freiburg</b></p> <p>Schnewlinstraße 2, 79098 Freiburg</p> <p>Linien 1, 2, 3 und 4 – Hauptbahnhof</p>	<p>15 € ermäßigt ohne Anmeldung</p>
Freitag, 19.06., 19.30 Uhr	<p><b>Kulturbühne Weingarten</b></p> <p>Akteure und Künstler*innen unterschiedlicher Nationalitäten aus dem Stadtteil, aus Freiburg und Umgebung, Könner, Anfänger, Amateure und Profis aller Genres gestalten ein abwechslungsreiches Programm.</p> <p><i>Veranstalter:</i> Mehrgenerationenhaus EBW, Tel. 4907840, <a href="mailto:info.mgh@kath-freiburg-suedwest.de">info.mgh@kath-freiburg-suedwest.de</a>,  <a href="http://www.mehrgenerationenhaus-ebw-freiburg.de">www.mehrgenerationenhaus-ebw-freiburg.de</a></p>	<p><b>Mehrgenerationenhaus EBW</b></p> <p>Sulzbürger Str. 18 79114 Freiburg</p> <p>Linie 5 – Krozinger Straße Linie 3 – Rohrgraben</p>	<p>ohne Anmeldung auf Spendenbasis</p>
Samstag, 20.06., 20.30 Uhr	<p><b>Rieselrock</b></p> <p><i>Veranstalter:</i> Quartiersarbeit im Rieselfeld, K.I.O.S.K. im Rieselfeld e.V., <a href="mailto:stadtteilarbeit@kiosk.rieselfeld.org">stadtteilarbeit@kiosk.rieselfeld.org</a>, Tel. 7679562</p>	<p><b>Glashaus Rieselfeld</b></p> <p>Maria-von-Rudloff-Platz 2, 79111 Freiburg</p> <p>Linie 5 – Maria-von-Rudloff-Platz</p>	<p>5 € Eintritt</p>

Termin	Thema, Referent*in	Veranstaltungsort	Anmeldung und Kosten
<p>Samstag, 20.06.  22 Uhr</p>	<p><i>Integrativer Abendgang</i></p> <p><b>Glühwürmchen gucken im Sternwald</b> Auf ihren Spuren wollen wir zur Sommersonnwende einen späten Ausflug in den Wiehremer Sternwald machen.</p> <p><i>Leitung:</i> Utta Link, Diakonie</p> <p><i>Veranstalter:</i> Evangelische Erwachsenenbildung Freiburg in Kooperation mit dem ABC – Arbeitskreis Behinderte an der Christuskirche, Tel. 205 741-152, <a href="mailto:eeb.freiburg@kbz.ekiba.de">eeb.freiburg@kbz.ekiba.de</a> <a href="https://erwachsenenbildung-freiburg.de/">https://erwachsenenbildung-freiburg.de/</a></p>	<p><b>Treffpunkt:</b></p> <p>Start zur Abenddämmerung um 22 Uhr auf der Bahn-Brücke, die von der Bürgerwehrstr. in den Wald und zur Sternwaldwiese führt.</p>	<p>kostenfrei</p> <p>Anmeldung bis 12.06. erforderlich</p>
<p>Montag., 22.06.,  15.15 Uhr</p>	<p><b>Mascha Kaléko (1907-1975) - eine Dichterin auch für unsere Zeit</b></p> <p><i>Referentin:</i> Dr. Gertrud Rapp, Freiburg</p> <p><i>Veranstalter:</i> Akademie der Älteren Generation Freiburg, <a href="http://www.akademie-aeltere-generation-freiburg.de">www.akademie-aeltere-generation-freiburg.de</a></p>	<p><b>Augustinum Seniorenresidenz</b></p> <p>Weierweg 10, 79111 Freiburg Linie 4 – Innsbrucker Straße</p>	<p>Kostenbeteiligung 5 € ohne Anmeldung</p>
<p>Dienstag, 23.06.,  14-16 Uhr</p>	<p><b>Mitmachtraining "Trau dir's zu – Du schaffst es!"</b> GRIPS-Hirnleistungstraining für Menschen jeden Alters zur Gesundheitsprophylaxe oder bei (leichter) Demenz</p> <p><i>Leitung:</i> Ralf Jogerst</p> <p><i>Veranstalter:</i> GRIPS Hirnleistungstraining</p> <p><i>Anmeldung:</i> <a href="mailto:grips@sv-fr.de">grips@sv-fr.de</a>, Tel. 61290648</p>	<p><b>Begegnungszentrum der Wohnanlage Kreuzsteinäcker</b> Heinrich-Heine-Str. 10, 79117 Freiburg  Linie 1 – Laßbergstraße</p>	<p>kostenfrei mit Anmeldung</p>

Termin	Thema, Referent*in	Veranstaltungsort	Anmeldung und Kosten
Freitag, 26.06., 13-14.30 Uhr (nach dem Mittagstisch)	<p><b>Erzählcafé</b> mit der Erzählerin Kathleen Iselt            Geschichten hören, teilen und ins Gespräch kommen. Jedes            Erzählcafé beginnt mit einem frei erzählten Märchen oder            einer kurzen Geschichte – danach gibt es Zeit für Austausch,            Erinnerungen und eigene Geschichten.</p> <p><i>Veranstalter:</i> Mehrgenerationenhaus EBW, Tel. 4907840,  <a href="mailto:info.mgh@kath-freiburg-suedwest.de">info.mgh@kath-freiburg-suedwest.de</a>  <a href="http://www.mehrgenerationenhaus-ebw-freiburg.de">www.mehrgenerationenhaus-ebw-freiburg.de</a></p>	<p><b>Mehrgenerationenhaus EBW</b>            Sulzburger Str. 18, 79114 Freiburg            Linie 5 – Krozinger Straße            Linie 3 – Rohrgraben</p>	ohne Anmeldung
Freitag, 26.06., 19.30 Uhr	<p><b>Internationale Musikkneipe – eine kleine Weltmusik</b>            Vielfältiges Live-Programm von Pop, Jazz, Klassik bis Folk mit            Solisten, Instrumental- und Vokalgruppen; anschließend je            nach Stimmung häufig "Open Session" der Musiker*innen, in            die sich Überraschungsgäste gerne einbringen können.</p> <p><i>Veranstalter:</i> Mehrgenerationenhaus EBW, Tel. 4907840,  <a href="mailto:info.mgh@kath-freiburg-suedwest.de">info.mgh@kath-freiburg-suedwest.de</a>  <a href="http://www.mehrgenerationenhaus-ebw-freiburg.de">www.mehrgenerationenhaus-ebw-freiburg.de</a></p>	<p><b>Mehrgenerationenhaus EBW</b>            Sulzburger Str. 18, 79114 Freiburg            Linie 5 – Krozinger Straße            Linie 3 – Rohrgraben</p>	ohne Anmeldung
Freitag, 26.06., 19.30 Uhr	<p><b>Inklusives Sommer-Open-Air im Korczak-Haus Freiburg</b>            mit Mike Schweizer und der Kamilarí Allstar Combo</p> <p>Zu hören ist eine Mischung aus griechisch-kretischer Musik            und rhythmischem Jazz. Ein Feuerwerk an Klangfarben:            aufregend, humorvoll, impulsiv, spontan und gefühlvoll!</p> <p>Achtung: Bei Regen fällt die Veranstaltung leider aus!</p> <p><i>Veranstalter:und Kontakt:</i> Korczak-Haus, <a href="mailto:guth@korczak-haus-freiburg.de">guth@korczak-haus-freiburg.de</a>, Tel. 7042990</p>	<p><b>Korczak-Haus Freiburg</b>            Goethestr. 31, 79100 Freiburg            (Eingang rechts vom Haus)            Linien 2, 4 – Johanneskirche</p>	ohne Anmeldung Eintritt frei, Spenden willkommen

Termin	Thema, Referent*in	Veranstaltungsort	Anmeldung und Kosten
<p>Samstag, 27.06.,  14-17 Uhr</p>	<p><i>Tanzworkshop</i>  <b>„In den Sommer tanzen – lebendig und kraftvoll“</b>            Angeleitete und freie Tanzimprovisation verbunden mit Spiritualität und Glaube.  <i>Leitung:</i> Deborah Burrer, Theologin und Tanztherapeutin  <i>Veranstalter:</i> Evangelische Erwachsenenbildung Freiburg            Tel: 205 741-152, E-Mail: <a href="mailto:eeb.freiburg@kbz.ekiba.de">eeb.freiburg@kbz.ekiba.de</a>  <a href="https://erwachsenenbildung-freiburg.de/">https://erwachsenenbildung-freiburg.de/</a></p>	<p><b>Ev. Petrus-Paulus-Gemeindezentrum</b>            Lorettostraße 59-61, 79100 Freiburg            Linie 3 – Weddingenstraße</p>	<p>25 €            Anmeldung erforderlich</p>
<p>Sonntag, 28.06.,  ca. 12:15 Uhr nach dem Kirchencafé</p>	<p><i>Lesung</i>  <b>Parkinson Lyrisch und Sammelsurium            von Urs Frahammer</b>            Eine Sammlung von drei Gedichten, in denen sich der Autor kämpferisch und höchst emotional mit seiner Parkinson-Erkrankung auseinandersetzt, weiteren Gedichten, sowie Kurzgeschichten.  <i>Es liest:</i> Klaus Neuner  <i>Veranstalter:</i> Evangelische Erwachsenenbildung Freiburg            Tel: 205 741-152, E-Mail: <a href="mailto:eeb.freiburg@kbz.ekiba.de">eeb.freiburg@kbz.ekiba.de</a>  <a href="https://erwachsenenbildung-freiburg.de/">https://erwachsenenbildung-freiburg.de/</a></p>	<p><b>Gemeindehaus St. Martin            Musiksaal</b> (ebenerdiger Zugang über Glastür und Kreuzgang)            Rathausplatz, 79098 Freiburg            Linien 1, 2, 3, 4 – Bertoldsbrunnen</p>	<p>kostenfrei            ohne Anmeldung</p>

2. Regelmäßige Gesprächskreise, offene Sprechstunden, Einzelberatungsangebote, Selbsthilfe- und Angehörigengruppen			
Termin	Thema, Referent*in	Veranstaltungsort	Anmeldung und Kosten
montags und donnerstags, 10-12 Uhr	<p><b>Offene Sprechstunde und Info-Telefon</b> 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), <a href="mailto:info@ssr-freiburg.de">info@ssr-freiburg.de</a> <a href="http://www.freiburg.de/stadt seniorenrat">www.freiburg.de/stadt seniorenrat</a></p>	<p><b>Stadt seniorenrat Freiburg e.V.</b> Schusterstraße 19, 79098 Freiburg Linien 1, 2, 3 und 4 – Bertoldsbrunnen</p>	kostenfrei
montags (ab 12.01, i.d.R. wöchentlich), 17-18 Uhr	<p><b>Kurz und kompakt: Web-Talk Angehörige betreuen oder pflegen</b> (Seminarnummer: ON-HPPF106-26**) 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:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Beratungs- und Entlastungsangebote</li> <li>• Finanzierung der Pflege</li> <li>• Wohnformen</li> <li>• Demenz</li> <li>• Vorsorge durch Vollmacht und Patientenverfügung</li> <li>• aktive Selbstfürsorge</li> </ul> <p>Bei allen Terminen ist Zeit, um zum Thema des Web-Talks Fragen zu stellen. <i>Veranstalter und Kontakt:</i> Unfallkasse BW - Akademie, <a href="http://www.ukbw.de">www.ukbw.de</a>, Tel. 0711/ 9321-0</p>	<p style="text-align: center;"><b>Online</b></p> <p style="text-align: center;"><a href="http://www.ukbw.de">www.ukbw.de</a>, Menüpfad: Akademie/ Onlineseminare/ Pflegende Angehörige</p>	Anmeldung online kostenfrei

Termin	Thema, Referent*in	Veranstaltungsort	Anmeldung und Kosten
<p>jeden 1. Montag im Monat, 18-19.30 Uhr</p> <p>(Termine auf der Website)</p>	<p><i>Trauergruppe</i></p> <p><b>Der 1. Montag</b> Für Trauernde, die einen lieben Menschen verloren haben.</p> <p><i>Veranstalter:</i> Hospizgruppe Freiburg e.V., <a href="http://www.hospizgruppe-freiburg.de">www.hospizgruppe-freiburg.de</a></p> <p><i>Vorgespräch und Anmeldung:</i> Frau Bargenda/Frau Tonzer, Tel. 88 149 88; <a href="mailto:hospizgruppe@hospizgruppe-freiburg.de">hospizgruppe@hospizgruppe-freiburg.de</a></p>	<p><b>Hospizgruppe Freiburg e.V.</b> vorübergehend in der Talstraße 29 (im Hinterhof) Heinrich-Hansjakob-Haus 79102 Freiburg</p> <p>Linie 1 – Schwabentorbrücke Linien 2 und 4 – Johanneskirche</p>	<p>5 € / Treffen</p> <p>Anmeldung und Vorgespräch erforderlich</p>
<p>jeden 1. Dienstag im Monat, (07.04.), 14-16 Uhr</p>	<p><i>Spaziergang und Austausch</i></p> <p><b>Spaziergänge für pflegende und betreuende Angehörige – Gemeinsam unterwegs sein</b> Gegenseitiger Austausch mit Bewegung in der Natur.</p> <p><i>Information und Kontakt:</i> Netzwerk pflegeBegleitung Freiburg Geli Drewniok, Tel. 55 28 87</p>	<p>Start und Streckenverlauf werden jeweils in der Tagespresse (Badische Zeitung) veröffentlicht.</p> <p>Der Spaziergang findet bei jedem Wetter statt.</p> <p>Im August pausiert der Spaziergang.</p>	<p>kostenfrei</p> <p>Anmeldung (telefonisch) erforderlich</p>
<p>dienstags und donnerstags, 11-12 Uhr</p>	<p><i>Telefon-Sprechstunde</i></p> <p><b>Telefon-Sprechstunde für pflegende und betreuende Angehörige</b> Die wöchentliche Telefon-Sprechstunde ist eine Möglichkeit zum Einzelgespräch für Menschen, die einen anderen nahestehenden Menschen pflegen oder unterstützen.</p> <p><i>Information und Kontakt:</i> Netzwerk pflegeBegleitung Freiburg Geli Drewniok, Tel. 55 28 87</p>	<p><b>Telefonisch: 55 28 87</b></p>	<p>kostenfrei ohne Anmeldung</p>

Termin	Thema, Referent*in	Veranstaltungsort	Anmeldung und Kosten
<p>am 2. Dienstag im Monat (nicht in den Ferien oder an Feiertagen), 14-15.30 Uhr</p>	<p><b>Smartphone-Sprechstunde für Senioren und Senioritas</b> Schüler*innen beraten und helfen zu Fragen rund ums Smartphone. Man darf so oft kommen, wie man will. <i>Rückfragen an:</i> Ria Hinken, Tel. 23 673 <a href="mailto:e-mail@alterskompetenz.info">e-mail@alterskompetenz.info</a> <a href="http://www.smartphone-sprechstunde.org/">www.smartphone-sprechstunde.org/</a></p>	<p><b>Max-Weber-Schule</b> im Erdgeschoss Fehrenbachallee 14, 79106 Freiburg Linien 1, 2, 3 und 4 – Rathaus im Stühlinger</p>	<p>kostenfrei ohne Anmeldung</p>
<p><u>Landwasser:</u> dienstags, 15-17 Uhr <b>und</b> <u>Brühl:</u> mittwochs 10-13 Uhr</p>	<p><b>Behördenlots*innen</b> 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</p>	<p><b>Landwasser:</b> im Einkaufszentrum gegenüber kath. Kirche, Auwaldstraße 92, 79110 Freiburg Linie 1 – Diakonie-Krankenhaus <b>Brühl:</b> im Stadtteiltreff Tennenbacher Straße 36, 79106 Freiburg Linie 3 – Tennenbacher Straße</p>	<p>kostenfrei ohne Anmeldung</p>
<p>jeden 4. Mittwoch im Monat (22.04., 24.06.), 12.45-14.45 Uhr</p>	<p><b>Digital-Sprechstunde</b> 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, <a href="mailto:info.mgh@kath-freiburg-suedwest.de">info.mgh@kath-freiburg-suedwest.de</a>, <a href="http://www.mehrgenerationenhaus-ebw-freiburg.de">www.mehrgenerationenhaus-ebw-freiburg.de</a></p>	<p><b>Mehrgenerationenhaus EBW</b> Sulzburger Str. 18, 79114 Freiburg Linie 5 – Krozinger Straße Linie 3 – Rohrgraben</p>	<p>kostenfrei ohne Anmeldung</p>

Termin	Thema, Referent*in	Veranstaltungsort	Anmeldung und Kosten
<p><u>Ungerade Monate:</u> mittwochs (20.05.), 14.15- 15:45 Uhr</p> <p><u>Gerade Monate:</u> dienstags (21.04., 16.06.), 17-18.30 Uhr</p>	<p><i>Stammtisch</i></p> <p><b>Moderiertes Gesprächsangebot für Menschen in Pflegesituationen</b> – Kontakt und Austausch von pflegenden und betreuenden Personen.</p> <p><i>Organisation:</i> Netzwerk pflegeBegleitung Freiburg in Kooperation mit dem Heinrich-Hansjakob-Haus</p> <p><i>Kontakt:</i> Waltraud Keller, Tel. 290 93 12, <a href="mailto:pflegeBegleitung@t-online.de">pflegeBegleitung@t-online.de</a></p>	<p><b>Heinrich-Hansjakob-Haus</b> - mittwochs: <b>Konferenzraum</b>, EG links - dienstags: <b>Raum „Kapelle“</b>, EG rechts Talstr. 29, 79102 Freiburg</p> <p>Linie 1 – Schwabentorbrücke Linien 2 und 4 – Johanneskirche</p>	<p>kostenfrei ohne Anmeldung</p>
<p>jeden 1. Mittwoch im Monat (01.04., 06.05., 03.06.), 14-15.30 Uhr</p>	<p><b>Offene Sprechstunde für pflegende und betreuende An- und Zugehörige</b> – Die offene Sprechstunde ist eine Möglichkeit zum Einzelgespräch für Menschen, die einen anderen nahestehenden Menschen pflegen oder unterstützen.</p> <p><i>Information und Kontakt:</i> Netzwerk pflegeBegleitung Geli Drewniok, Tel. 55 28 87, <a href="mailto:geli.drewniok@gmx.de">geli.drewniok@gmx.de</a></p>	<p><b>Heinrich-Hansjakob-Haus</b> Konferenzraum (EG, Flur links) Talstr. 29, 79102 Freiburg</p> <p>Linie 1 – Schwabentorbrücke Linien 2 und 4 – Johanneskirche</p>	<p>kostenfrei telefonische Anmeldung erwünscht</p>
<p>mittwochs, 15-18 Uhr</p>	<p><b>Schreibstube</b> 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.</p> <p><i>Veranstalter:</i> DRK Kreisverband FR in Zusammenarbeit mit der Anerkennungsberatung</p> <p><i>Kontakt:</i> Katharina Seitz, Tel. 20 57 41 286 <a href="mailto:info@schreibstube-freiburg.de">info@schreibstube-freiburg.de</a></p>	<p><b>Stühlinger Gewerbehof</b> Eingang im Innenhof Ferdinand-Weiß-Str. 9a, 79106 Freiburg</p> <p>Linien 1, 2, 3 und 4 – Eschholzstraße Linie 14 – Ferdinand-Weiß-Straße</p>	<p>kostenfrei ohne Anmeldung</p>

Termin	Thema, Referent*in	Veranstaltungsort	Anmeldung und Kosten
<p>1. und 3. Mittwoch im Monat, 16-18 Uhr</p>	<p><b>Digitalcafé</b> mit Monika Rotzinger und Stefan Seyl <i>Veranstalter:</i> Quartierstreff Bauverein Breisgau e.V. <i>Kontakt und Informationen:</i> Frau Wiesen (Sprechstundenzeiten: dienstags und donnerstags 9-11 Uhr), Tel. 51044186, <a href="mailto:qu46@quartierstreff.de">qu46@quartierstreff.de</a>, <a href="http://www.quartierstreff.de">www.quartierstreff.de</a></p>	<p><b>Quartierstreff 46</b> Zähringer Straße 46, 79108 Freiburg Linie 3 – Tullastraße</p>	<p>Kostenfrei, Spenden erwünscht</p>
<p>alle 2 Monate am 1. Mittwoch (20.05., 15.07.), 16-17.30 Uhr</p>	<p><b>Trauer im Café</b> 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> <a href="mailto:hospizgruppe@hospizgruppe-freiburg.de">hospizgruppe@hospizgruppe-freiburg.de</a> <a href="http://www.hospizgruppe-freiburg.de">www.hospizgruppe-freiburg.de</a></p>	<p><b>Café Inklusiv</b> <b>c-punkt Münsterforum</b> Herrenstr. 33, 79098 Freiburg Linien 3 und 5, 27 – Europaplatz</p>	<p>kostenfrei ohne Anmeldung</p>
<p>donnerstags (ab 23.04.), 9.30-12.30 Uhr (jeweils 30min./Termin)</p>	<p><b>„Enkelsprechstunde“</b> – 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 Bichnigauri / Frau Mihm, Tel. 31913118, <a href="mailto:begegnungsstaette@stift-freiburg.de">begegnungsstaette@stift-freiburg.de</a></p>	<p><b>Evangelisches Stift</b> <b>Begegnungsstätte Altstadt</b> Cafeteria Hermannstr. 14, 79098 Freiburg Linien 3 und 5 – Europaplatz</p>	<p>kostenfrei Anmeldung erforderlich</p>

Termin	Thema, Referent*in	Veranstaltungsort	Anmeldung und Kosten
<p>am 2. Donnerstag im Monat (09.04., 07.05., 11.06., 09.07.), 16-18 Uhr</p>	<p><i>Treffpunkt für Trauernde – ökumenisches Angebot</i></p> <p><b>Lebensspuren – Offener Gesprächskreis für Trauernde</b> für alle, die einen nahestehenden Menschen durch Tod verloren haben und um ihn trauern</p> <p><i>Veranstalter:</i> Kath. Seelsorgeeinheit Freiburg-Nordwest in Zusammenarbeit mit der Matthäusgemeinde</p> <p><i>Ansprechpartnerin:</i> Anja Berkmann, Tel. 80 71 30, <a href="mailto:anja.berkmann@kath-freiburg.de">anja.berkmann@kath-freiburg.de</a>, <a href="http://www.kath-freiburg.de">www.kath-freiburg.de</a></p>	<p>Offenes Wohnzimmer der Gemeinde St. Albert, <b>Gemeindezentrum St. Albert</b> Sundgauallee 9, 79114 Freiburg</p> <p>Linie 1 – Am Bischofskreuz</p>	<p>kostenfrei ohne Anmeldung</p>
<p>14-täglich donnerstags, 16-18 Uhr</p>	<p><b>Digitale Sprechstunde</b></p> <p><i>Veranstalter:</i> Quartiersarbeit im Rieselfeld, K.I.O.S.K. im Rieselfeld e.V. <a href="mailto:stadtteilarbeit@kiosk.rieselfeld.org">stadtteilarbeit@kiosk.rieselfeld.org</a>, Tel. 7679562</p>	<p><b>Mediothek Rieselfeld</b> Maria-von-Rudloff-Platz 2, 79111 Freiburg</p> <p>Linie 5 – Maria-von-Rudloff-Platz</p>	<p>kostenfrei</p>
<p>am 2. Samstag im Monat Wanderdauer ca. 3h, Start vormittags</p>	<p><i>Trauernde wandern</i></p> <p><b>Aufbruch – Gemeinsam (neue) Wege gehen</b> Dreistündige Wanderung von einem*einer Wanderleiter*in und erfahrenen Mitarbeitenden der Hospizgruppe begleitet.</p> <p><i>Veranstalter:</i> Hospizgruppe Freiburg e.V., in Zusammenarbeit mit dem Deutschen Alpenverein, Sektion Freiburg</p> <p><i>Kontakt:</i> Kornelia Reuber, Tel. 88 149 88, <a href="mailto:hospizgruppe@hospizgruppe-freiburg.de">hospizgruppe@hospizgruppe-freiburg.de</a> <a href="http://www.hospizgruppe-freiburg.de">www.hospizgruppe-freiburg.de</a></p>	<p><b>Treffpunkt siehe Homepage</b></p> <p>Bitte beachten: durch aktuelle Änderungen (Wetter/öffentliche Verkehrsmittel) kann sich das Wanderziel anpassen. Deshalb kommen Sie bitte immer zum angegebenen Treffpunkt.</p>	<p>kostenfrei Anmeldung erforderlich bis freitags 12 Uhr</p>

Termin	Thema, Referent*in	Veranstaltungsort	Anmeldung und Kosten
<p>Termine auf der Website (Samstag) 10-11.30 Uhr</p>	<p><b>Trauerfrühstück</b>            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;  <a href="mailto:hospizgruppe@hospizgruppe-freiburg.de">hospizgruppe@hospizgruppe-freiburg.de</a>,  <a href="http://www.hospizgruppe-freiburg.de">www.hospizgruppe-freiburg.de</a></p>	<p><b>Heinrich-Hansjakob-Haus</b>            Talstraße 29, 79102 Freiburg              Linie 1 – Schwabentorbrücke            Linien 2 und 4 – Johanneskirche</p>	<p>5 € Kostenbeitrag            ohne Anmeldung</p>
<p>am 2. Sonntag im Monat (12.04., 10.05., 14.06.), 15-17 Uhr</p>	<p><i>Zum Kaffee auf den Friedhof Freiburg</i>  <b>Begegnung am Weiher</b>            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,  <a href="mailto:hospizgruppe@hospizgruppe-freiburg.de">hospizgruppe@hospizgruppe-freiburg.de</a></p>	<p><b>Hauptfriedhof Freiburg</b>            Am Weiher            Friedhofstraße 8, 79106 Freiburg              Linie 2 – Freiburg Hauptfriedhof</p>	<p>kostenfrei            ohne Anmeldung</p>

3. Regelmäßige Freizeit- und Begegnungsangebote			
Termin	Thema, Referent*in	Veranstaltungsort	Anmeldung und Kosten
nach individueller Terminvereinbarung (April und Oktober)	<b>Rikscha-Ausfahrten für mobilitätseingeschränkte Senior*innen</b> <i>Veranstalter:</i> Bike Bridge e.V., Radeln ohne Alter – Freiburg <i>Ansprechpartnerin:</i> Carola Moroni, Tel.: 0177 912 7731, E-Mail: <a href="mailto:radelnohnealter@bikebridge.org">radelnohnealter@bikebridge.org</a> <a href="https://bikebridge.org/radeln-ohne-alter/">https://bikebridge.org/radeln-ohne-alter/</a>	individuell vereinbarter Treffpunkt bzw. Abholung	kostenfrei Informationen zur Terminvereinbarung per Mail oder Telefon
montags bis freitags, 15-17 Uhr	<b>Café im Mehrgenerationenhaus</b> Sich treffen - mit Freunden, Bekannten, Nachbarn oder einfach eine Auszeit im Alltag nehmen. <i>Veranstalter:</i> Mehrgenerationenhaus EBW, Tel. 4907840, <a href="mailto:info.mgh@kath-freiburg-suedwest.de">info.mgh@kath-freiburg-suedwest.de</a> , <a href="http://www.mehrgenerationenhaus-ebw-freiburg.de">www.mehrgenerationenhaus-ebw-freiburg.de</a>	<b>Mehrgenerationenhaus EBW</b> Sulzburger Str. 18, 79114 Freiburg Linie 5 – Krozinger Straße Linie 3 – Rohrgraben	persönliche Verzehrkosten
montags (13./27.04., 11./18.05., 08./22.06.), 9.30-11.30 Uhr	<b>Montagsclub</b> 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, <a href="mailto:breiholz@diakonie-suedwest.de">breiholz@diakonie-suedwest.de</a>	<b>Kinder- und Jugendzentrum Weingarten</b> Buggingerstr. 42, 79114 Freiburg Linie 3 – Buggingerstraße	kostenlos Fahrdienst mit Voranmeldung

Termin	Thema, Referent*in	Veranstaltungsort	Anmeldung und Kosten
montags, mittwochs, samstags, 14.30- 16.30 Uhr	<b>Kaffee-Treff</b> in der Cafeteria Gelegenheit zum Plaudern, Spielen und Beisammensein bei Kaffee und Kuchen, Tee und kalten Getränken. <ul style="list-style-type: none"> <li>• Montags: Spieletreff</li> <li>• Mittwochs: Offener Treff</li> <li>• Samstags: Waffelnachmittag</li> </ul> <i>Rückfragen an:</i> Begegnungsstätte Altstadt im Evangelischen Stift, Frau Bichnigauri / Frau Mihm, Tel. 31913118, <a href="mailto:begegnungsstaette@stift-freiburg.de">begegnungsstaette@stift-freiburg.de</a>	<b>Evangelisches Stift</b> Begegnungsstätte Altstadt, Cafeteria Hermannstr. 14, 79098 Freiburg  Linien 3 und 5 – Europaplatz Linie 27 – Stadtgarten	kostenfrei  Verzehr auf Spendenbasis
montags, 15-16 Uhr	<b>Singkreis im Quartierstreff Luckenbachweg</b> <i>Veranstalter:</i> Quartierstreff Bauverein Breisgau e.V., <a href="http://www.quartierstreff.de">www.quartierstreff.de</a> <i>Kontakt und Informationen:</i> Frau Bleile (Sprechstundenzeiten: montags, 16-18 Uhr), Tel. 61248284, <a href="mailto:quLuckenbachweg@quartierstreff.de">quLuckenbachweg@quartierstreff.de</a>	<b>Quartierstreff Luckenbachweg</b> Luckenbachweg 8, 79115 Freiburg  Linie 14 – Markgrafenstraße	kostenfrei  ohne Anmeldung
jeden 3. Montag im Monat, 14.30- 17.30 Uhr	<b>Café Sahnehäubchen</b> – der gemütliche Treff bei Kaffee und Kuchen im Qu33 <i>Veranstalter:</i> Quartierstreff Bauverein Breisgau e.V. <a href="http://www.quartierstreff.de">www.quartierstreff.de</a>	<b>Quartierstreff 33,</b> 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)	<b>Singkreis im Quartierstreff 46</b> 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: <a href="mailto:qu46@quartierstreff.de">qu46@quartierstreff.de</a> , <a href="http://www.quartierstreff.de">www.quartierstreff.de</a> <i>Kontakt Fr. Dröge:</i> E-Mail: <a href="mailto:susanne9.droege@gmx.de">susanne9.droege@gmx.de</a>	<b>Quartierstreff 46</b> Zähringer Straße 46, 79108 Freiburg  Linie 3 – Tullastraße	2 € pro Termin für Nicht-Mitglieder  Anmeldung erforderlich

Termin	Thema, Referent*in	Veranstaltungsort	Anmeldung und Kosten
<p>montags, 16-18 Uhr</p>	<p><b>Skat und/oder Doppelkopf spielen</b> Spilfreude in der Schmöckerstube</p> <p><i>Veranstalter:</i> Quartiersarbeit St. Georgen, <a href="mailto:quartiersarbeit.stgeorgen@diakonie.ekiba.de">quartiersarbeit.stgeorgen@diakonie.ekiba.de</a>, <a href="http://www.quartiersarbeit-frstg.de">www.quartiersarbeit-frstg.de</a></p> <p><i>Kontakt und Informationen:</i> Maria, Tel. 0761 474768</p>	<p><b>Quartiersarbeit St. Georgen</b> Stubenareal Blumenstr. 9, 79111 Freiburg Buslinie 11 - Kapellenwinkel</p>	<p>kostenfrei ohne Anmeldung</p>
<p>jeden 1. und 3. Montag im Monat, 18-20.30 Uhr</p>	<p><b>Gemeinsam Rommé spielen</b></p> <p><i>Veranstalter:</i> Quartierstreff Bauverein Breisgau e.V., <a href="http://www.quartierstreff.de">www.quartierstreff.de</a></p> <p><i>Kontakt und Informationen:</i> Frau Bleile (Sprechstundenzeiten: montags, 16-18 Uhr), Tel. 61248284, <a href="mailto:quLuckenbachweg@quartierstreff.de">quLuckenbachweg@quartierstreff.de</a></p>	<p><b>Quartierstreff Luckenbachweg</b> Luckenbachweg 8, 79115 Freiburg Linie 14 – Markgrafenstraße</p>	<p>kostenfrei ohne Anmeldung</p>
<p>alle 14 Tage montags, 19-21 Uhr (nicht in den Schulferien)</p>	<p><b>Nähtreff</b></p> <p><i>Kontakt:</i> <a href="mailto:Naehtreff-Rieselfeld@gmx.de">Naehtreff-Rieselfeld@gmx.de</a></p> <p><i>Veranstalter:</i> Quartiersarbeit im Rieselfeld, K.I.O.S.K. im Rieselfeld e.V.</p>	<p><b>Mediothek Rieselfeld</b> Maria-von-Rudloff-Platz 2, 79111 Freiburg Linie 5 – Maria-von-Rudloff-Platz</p>	<p>kostenfrei</p>

Termin	Thema, Referent*in	Veranstaltungsort	Anmeldung und Kosten
<p>an mehreren Montagen in Folge (01.06., 08.06., 15.06., 22.06., 29.06.), 19:30-21 Uhr</p>	<p><b>Gemeinschaft bei Martin Buber</b> Buber (1878-1965) gehört zu den größten jüdischen Denkern des 20. Jahrhunderts. Seine Schriften werden gelesen und interpretiert. <i>Leitung:</i> Prof. Dr. Wilhelm Schwendemann, Evangelische Hochschule Freiburg <i>Veranstalter:</i> in Kooperation mit der Gesellschaft für Christlich-Jüdische Zusammenarbeit, Evangelische Erwachsenenbildung Freiburg Tel.: 205 741-152, E-Mail: <a href="mailto:eeb.freiburg@kbz.ekiba.de">eeb.freiburg@kbz.ekiba.de</a> <a href="https://erwachsenenbildung-freiburg.de/">https://erwachsenenbildung-freiburg.de/</a></p>	<p><b>Matthias-Claudius-Kapelle</b> Kybfelsenstr. 17, 79100 Freiburg  Linie 2 – Klosterplatz</p>	<p>7 €  ohne Anmeldung</p>
<p>jeden 2. Dienstag im Monat, ab 14:30 Uhr</p>	<p><b>Nachmittagscafé des Quartierstreff 46</b> <i>Veranstalter:</i> Quartierstreff 46 Bauverein Breisgau e.V, Frau Wiesen (Sprechstundenzeiten: dienstags und donnerstags 9-11 Uhr), Tel. 51044186, E-Mail: <a href="mailto:qu46@quartierstreff.de">qu46@quartierstreff.de</a>, <a href="http://www.quartierstreff.de">www.quartierstreff.de</a></p>	<p><b>Quartierstreff 46</b> Zähringer Straße 46, 79108 Freiburg  Linie 3 – Tullastraße</p>	<p>ohne Anmeldung</p>
<p>dienstags, 15-16 Uhr  (Chor pausiert zwischen 26.05. und 02.06.)</p>	<p><b>Chorsingen für Menschen mit und ohne Demenz</b> 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> Christiane Mihm, Netzwerk Demenz Freiburg, <a href="mailto:begegnungsstaette@stift-freiburg.de">begegnungsstaette@stift-freiburg.de</a></p>	<p><b>Heinrich-Hansjakob-Haus</b> Begegnungsraum im EG Talstraße 29, 79102 Freiburg  Linie 1 – Schwabentorbrücke Linien 2 und 4 – Johanneskirche</p>	<p>kostenfrei  mit Anmeldung</p>

Termin	Thema, Referent*in	Veranstaltungsort	Anmeldung und Kosten
dienstags, 15-17 Uhr	<b>Begegnungscafé mit Brett- und Kartenspielen</b> <i>Veranstalter und Kontakt:</i> Caritasverband Freiburg-Stadt e.V. Begegnungszentrum Freytagstraße, Tel. 79033500, <a href="mailto:seniorenwohnanlage-freytagstrasse@caritas-freiburg.de">seniorenwohnanlage-freytagstrasse@caritas-freiburg.de</a>	<b>Begegnungszentrum Freytagstraße</b> Freytagstraße 6, 79114 Freiburg Linie 1 – Betzenhauser Torplatz	Kosten nach Verzehr ohne Anmeldung
14-täglich dienstags (07./21.04., 05./19.05., 02./16./30.06.), 15 Uhr	<b>Meine Lieblingslektüre (Lesekreis von Jung bis Alt)</b> <i>Veranstalter und Kontakt:</i> Caritasverband Freiburg-Stadt e.V. Begegnungszentrum Freytagstraße, Tel. 79033500, <a href="mailto:seniorenwohnanlage-freytagstrasse@caritas-freiburg.de">seniorenwohnanlage-freytagstrasse@caritas-freiburg.de</a>	<b>Begegnungszentrum Freytagstraße</b> Freytagstraße 6, 79114 Freiburg Linie 1 – Betzenhauser Torplatz	kostenfrei ohne Anmeldung
letzter Dienstag im Monat, 16.30 Uhr (Einlass 16.15 Uhr)	<b>Markt-Ess-Treff im Quartierstreff 46</b> <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, <a href="mailto:qu46@quartierstreff.de">qu46@quartierstreff.de</a> ,	<b>Quartierstreff 46</b> Zähringer Straße 46,79108 Freiburg Linie 4 – Tullastraße	Preise laut Aushang ohne Anmeldung
1. und 3. Dienstag im Monat, 18-20 Uhr	<b>Spieleabend im Quartierstreff 46</b> <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, <a href="mailto:qu46@quartierstreff.de">qu46@quartierstreff.de</a> , <a href="http://www.quartierstreff.de">www.quartierstreff.de</a>	<b>Quartierstreff 46</b> Zähringer Straße 46,79108 Freiburg Linie 4 – Tullastraße	2 € für Nicht-Mitglieder ohne Anmeldung

Termin	Thema, Referent*in	Veranstaltungsort	Anmeldung und Kosten
mittwochs, unterschiedliche Starttermine zwischen 10-18 Uhr	<b>Rikscha-Ausfahrten im Freiburger Osten</b> 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., <a href="http://www.freundeskreis-altenhilfe.de">www.freundeskreis-altenhilfe.de</a> , <a href="mailto:info@freundeskreis-altenhilfe.de">info@freundeskreis-altenhilfe.de</a> <i>Anmeldung und Kontakt:</i> Wolfgang Weiler, Tel. 0170 3422862	<b>Treffpunkt:</b> 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
mittwochs, 14-17 Uhr	<i>Freizeitangebot</i> <b>Geselliger Treff mit verschiedenen Aktivitäten</b> für Senior*innen mit und ohne Demenz sowie mit und ohne Behinderung <i>Kontakt:</i> Frau Pokorny, Tel. 76 77 277, <a href="http://www.abcfreiburg.de">www.abcfreiburg.de</a>	<b>Arbeitskreis Behinderte an der Christuskirche (ABC)</b> Diakonisches Werk Freiburg 2. OG, mit Aufzug Maienstraße 2, 79102 Freiburg Linien 2 und 4 – Johanniskirche	Teilnehmendenbeitrag auf Anfrage  Anmeldung und Vorgespräch erforderlich
am 4. Mittwoch im Monat (Termine auf Website) 15-17 Uhr	<b>Nachmittags-Café</b> mit selbstgebackenem Kuchen  <i>Veranstalter:</i> Quartierstreff Bauverein Breisgau e.V., <a href="http://www.quartierstreff.de">www.quartierstreff.de</a> <i>Kontakt und Informationen:</i> Frau Bleile (Sprechstundenzeiten: montags, 16-18 Uhr und donnerstags 15-17 Uhr), Tel. 61248284, E-Mail: <a href="mailto:quLuckenbachweg@quartierstreff.de">quLuckenbachweg@quartierstreff.de</a>	<b>Quartierstreff Luckenbachweg</b> Luckenbachweg 8, 79115 Freiburg  Linie 14 – Markgrafenstraße	günstige Preise für Verzehr  ohne Anmeldung
am 2. Mittwoch des Monats, 15-17 Uhr	<b>Singkreis</b> <i>Veranstalter und Kontakt:</i> Caritasverband Freiburg-Stadt e.V. Begegnungszentrum Freytagstraße, Tel. 79033500, <a href="mailto:seniorenwohnanlage-freytagstrasse@caritas-freiburg.de">seniorenwohnanlage-freytagstrasse@caritas-freiburg.de</a>	<b>Begegnungszentrum Freytagstraße</b> Freytagstraße 6, 79114 Freiburg Linie 1 – Betzenhauser Torplatz	Kosten nach Verzehr  Anmeldung erforderlich

Termin	Thema, Referent*in	Veranstaltungsort	Anmeldung und Kosten
einmal pro Monat mittwochs (18.03., 15.04.), 15-17 Uhr	<b>Deutsch-französischer Spielenachmittag</b> 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., <a href="mailto:info@ccf-fr.de">info@ccf-fr.de</a> , Tel. 207390, <a href="http://www.ccf-fr.de">www.ccf-fr.de</a>	<b>Centre Culturel Français Freiburg e.V.</b> Kornhaus, Münsterplatz 11 79098 Freiburg  Linien 1, 2, 3 und 4 – Bertoldsbrunnen Linie 5 – Europaplatz	kostenfrei  Anmeldung: <a href="mailto:kultur@ccf-fr.de">kultur@ccf-fr.de</a>
i.d.R. 1x/Monat mittwochs (25.03., 22.04.) 19 Uhr	<b>Deutsch-französischer Stammtisch am 21.01. Spezial: „Gallettes des Rois“</b> (Abweichende Treffpunkte bitte auf der Homepage einsehen.) <i>Veranstalter und Anmeldung:</i> Centre Culturel Français Freiburg e.V., <a href="http://www.ccf-fr.de">www.ccf-fr.de</a> , Tel. 207390, <a href="mailto:kultur@ccf-fr.de">kultur@ccf-fr.de</a>	<b>Centre Culturel Français Freiburg e.V.</b> Münsterplatz 11, Kornhaus 79098 Freiburg  Linien 1, 2, 3 und 4 – Bertoldsbrunnen Linie 5 – Europaplatz	kostenfrei  Anmeldung per Mail
14-täglich mittwochs (15.04., 29.04., 13.05., 27.05., 10.06., 24.06.), 19 Uhr	<b>Fotofreunde</b> Gruppe von Amateurfotograf*innen, die sich zum gegenseitigen regelmäßigen Austausch trifft. Gäste herzlich willkommen (weitere Informationen: <a href="http://www.fotofreunde-freiburg.de">www.fotofreunde-freiburg.de</a> , <a href="mailto:info@fotofreunde-freiburg.de">info@fotofreunde-freiburg.de</a> ). <i>Veranstalter:</i> Mehrgenerationenhaus EBW, Tel. 4907840, <a href="mailto:info.mgh@kath-freiburg-suedwest.de">info.mgh@kath-freiburg-suedwest.de</a> <a href="http://www.mehrgenerationenhaus-ebw-freiburg.de">www.mehrgenerationenhaus-ebw-freiburg.de</a>	<b>Mehrgenerationenhaus EBW</b> Sulzburger Str. 18, 79114 Freiburg  Linie 5 – Krozinger Straße Linie 3 – Rohrgraben	ohne Anmeldung
dienstags (5 Termine, 21.04.-19.05.), 19-20.30 Uhr	<b>Improvisationstheater</b> <i>Kursleitung:</i> Kathleen Iselt <i>Veranstalter:</i> Mehrgenerationenhaus EBW, Tel. 4907840, <a href="mailto:info.mgh@kath-freiburg-suedwest.de">info.mgh@kath-freiburg-suedwest.de</a> <a href="http://www.mehrgenerationenhaus-ebw-freiburg.de">www.mehrgenerationenhaus-ebw-freiburg.de</a>	<b>Mehrgenerationenhaus EBW</b> Sulzburger Str. 18, 79114 Freiburg  Linie 5 – Krozinger Straße Linie 3 – Rohrgraben	für 5 Termine 37,50 €  mit Anmeldung bis 14.04.

Termin	Thema, Referent*in	Veranstaltungsort	Anmeldung und Kosten
jeden 3. Mittwoch im Monat, 19-20.30 Uhr	<p><b>Lesekreis</b> mit Ulrike Halbe-Bauer Sich gegenseitig Autor*innen vorstellen, Texte vorlesen und darüber ins Gespräch kommen.</p> <p><i>Veranstalter:</i> Quartierstreff Bauverein Breisgau e.V., <a href="http://www.quartierstreff.de">www.quartierstreff.de</a></p> <p><i>Kontakt und Informationen:</i> Tel. 51466399, <a href="mailto:qu.uc@quartierstreff.de">qu.uc@quartierstreff.de</a>, Elisa Dold (Sprechzeiten: montags, 10-12 Uhr und donnerstags, 17-19 Uhr)</p>	<p><b>Quartierstreff Uni-Carré,</b> Lutherkirchstr. 4, 79106 Freiburg</p> <p>Linie 2 – Friedrich-Ebert-Platz</p>	ohne Anmeldung
1x/Monat donnerstags (16.04., 07.05., 11.06.), 10-11.30 Uhr	<p><b>Träume – Einladung zum Leben:</b> Mit Hilfe von Assoziationen Träumen unter fachlicher Anleitung verstehen</p> <p><i>Leitung:</i> Uli Schäfle, Pfr.i.R., Psychotherapie (HP) und Pastoralpsychologe</p> <p><i>Veranstalter:</i> Evangelische Erwachsenenbildung Freiburg Tel. 205 741-152, <a href="mailto:eeb.freiburg@kbz.ekiba.de">eeb.freiburg@kbz.ekiba.de</a> <a href="https://erwachsenenbildung-freiburg.de/">https://erwachsenenbildung-freiburg.de/</a></p>	<p><b>Haus der Evangelischen Kirche Freiburg</b> Schnewlinstraße 2, 79098 Freiburg</p> <p>Linien 1, 2, 3 und 4 – Hauptbahnhof</p>	7 € / 5 € ermäßigt ohne Anmeldung
1x/Monat, donnerstags (30.04., 28.05., 25.06.), 10-11.30 Uhr	<p><b>Von der Mystik Meister Eckarts</b></p> <p><i>Leitung:</i> Uli Schäfle, Pfr.i.R., Kontemplationslehrer, Psychotherapie (HP) und Pastoralpsychologe</p> <p><i>Veranstalter:</i> Evangelische Erwachsenenbildung Freiburg Tel. 205 741-152, <a href="mailto:eeb.freiburg@kbz.ekiba.de">eeb.freiburg@kbz.ekiba.de</a> <a href="https://erwachsenenbildung-freiburg.de/">https://erwachsenenbildung-freiburg.de/</a></p>	<p><b>Haus der Evangelischen Kirche Freiburg</b> Schnewlinstraße 2, 79098 Freiburg</p> <p>Linien 1, 2, 3 und 4 – Hauptbahnhof</p>	7 € / 5 € ohne Anmeldung
jeden 2. Donnerstag im Monat (09.04., 21.05., 11.06.) 15-17 Uhr	<p><b>Offener Stammtisch mit Kaffee und Kuchen</b> für alle Senior*innen der Freiburger Innenstadt, egal ob alteingesessen oder zugezogen!</p> <p><i>Veranstalter:</i> AG 55+ des Lokalvereins Innenstadt, <a href="mailto:AG55plus@lokalverein.de">AG55plus@lokalverein.de</a></p>	<p><b>Café Inklusiv</b> <b>c-punkt Münsterforum</b> Herrenstr. 33, 79098 Freiburg</p> <p>Linien 3, 5 und 27 – Europaplatz</p>	ohne Anmeldung

Termin	Thema, Referent*in	Veranstaltungsort	Anmeldung und Kosten
1. und 3. Donnerstag im Monat, ab 15 Uhr (bei gutem Wetter)	<b>Bouletreff im Quartierstreff 46</b> <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: <a href="mailto:qu46@quartierstreff.de">qu46@quartierstreff.de</a> , <a href="http://www.quartierstreff.de">www.quartierstreff.de</a>	<b>Quartierstreff 46</b> , Innenhof Zähringer Straße 46, 79108 Freiburg Linie 3 – Tullastraße	kostenfrei ohne Anmeldung
donnerstags, 15-17 Uhr	<b>Begegnungscafé</b> - Gemeinsamer Nachmittag mit Kaffee, Tee, Kuchen und Rummikub <i>Veranstalter und Kontakt:</i> Stadtteiltreff Betzenhausen-Bischofslinde, Tel. 89758315, <a href="mailto:stadtteiltreff-bb@caritas-freiburg.de">stadtteiltreff-bb@caritas-freiburg.de</a>	<b>Stadtteiltreff Betzenhausen-Bischofslinde des Caritasverbandes Freiburg-Stadt e.V.</b> Am Bischofskreuz 4, 79114 Freiburg, Linie 1 – Am Bischofskreuz	kostenfrei ohne Anmeldung
i.d.R. am 2. Donnerstag im Monat (09.04.), 15-17 Uhr	<b>Offener Stammtisch mit Kaffee und Kuchen</b> für alle Seniorinnen und Senioren der Freiburger Innenstadt, egal ob alteingesessen oder zugezogen! <i>Veranstalter:</i> AG 55+ des Lokalvereins Innenstadt, E-Mail: <a href="mailto:ag.barrierefrei@lokalverein.de">ag.barrierefrei@lokalverein.de</a>	<b>Café Inklusiv c-punkt Münsterforum</b> Haus Münsterblick Herrenstr. 33. 79098 Freiburg Linie 3, 5, 27 – Europaplatz	ohne Anmeldung
jeden 2. und 4. Donnerstag im Monat, 15.30-18 Uhr	<b>Spieletreff im Uni-Carré</b> <i>Veranstalter:</i> Quartierstreff Bauverein Breisgau e.V., <a href="http://www.quartierstreff.de">www.quartierstreff.de</a> <i>Kontakt und Informationen:</i> Tel. 51466399, <a href="mailto:qu.uc@quartierstreff.de">qu.uc@quartierstreff.de</a> , Elisa Dold (Sprechzeiten: montags, 10-12 Uhr und donnerstags, 17-19 Uhr)	<b>Quartierstreff Uni-Carré</b> , Lutherkirchstr. 4, 79106 Freiburg Linie 2 – Friedrich-Ebert-Platz	ohne Anmeldung

Termin	Thema, Referent*in	Veranstaltungsort	Anmeldung und Kosten
i.d.R. 1x/Monat donnerstags (23.04., 21.05., 25.06.), 17 Uhr	<b>Internationaler Literaturkreis</b> 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 <a href="mailto:info.mgh@kath-freiburg-suedwest.de">info.mgh@kath-freiburg-suedwest.de</a> <a href="http://www.mehrgenerationenhaus-ebw-freiburg.de">www.mehrgenerationenhaus-ebw-freiburg.de</a>	<b>Mehrgenerationenhaus EBW</b> Sulzburger Str. 18, 79114 Freiburg  Linie 5 – Krozinger Str. Linie 3 – Rohrgraben	kostenfrei  Anmeldung erforderlich bei Fr. Schütte
1x/Monat freitags (17.04., 22.05., 12.06.), 15-17 Uhr	<b>Schwatz am Schwätzbänke</b> – Treffen am Schwätzbänke im Fußweg zur Tränkestraße mit Kaffee, Kuchen und netten Gesprächen  Bei Regen oder Hagel wird das Treffen in das Begegnungszentrum Freytagstraße verlegt. 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, <a href="mailto:stadtteiltreff-bb@caritas-freiburg.de">stadtteiltreff-bb@caritas-freiburg.de</a>	<b>Am Schwätzbänke, Fußweg zur            Tränkestraße</b> (hinter der Seniorenwohnanlage Freytagstraße) 79114 Freiburg  Linie 1 – Betzenhauser Torplatz	kostenfrei  ohne Anmeldung
i.d.R. am ersten Freitag im Monat (10.04., 08.05., 05.06.), 14.30 Uhr	<b>Begegnungsnachmittag</b> Kaffee, Singen, interessante Themen <i>Veranstalter und Kontakt:</i> Evangelische Pfarrgemeinde Tuniberg, Elsa Koch und Team	<b>Gemeindehaus Opfingen</b> Unterdorf 8, 79112 Freiburg-Opfingen  Linie 32, 33 – Opfingen Rathaus	kostenfrei  ohne Anmeldung
alle 14 Tage freitags, 15-17.30 Uhr	<b>Inklusiver intergenerativer Schachtreff</b> mit Wolfgang Bensching <i>Kontakt:</i> Tel. 87907  <i>Veranstalter:</i> Quartiersarbeit im Rieselfeld, K.I.O.S.K. im Rieselfeld e.V.	<b>Café im Glashaus im Rieselfeld</b> Maria-von-Rudloff-Platz 2, 79111 Freiburg  Linie 5 – Maria-von-Rudloff-Platz	kostenfrei

Termin	Thema, Referent*in	Veranstaltungsort	Anmeldung und Kosten
vierzehntäglich freitags, 15.30- 17.30 Uhr	<b>Plaudertreff</b> Begegnung und Austausch bei Kaffee und Kuchen Teilweise mit Vorträgen zu speziellen Themen <i>Veranstalter und Kontakt:</i> BürgerNetzwerk Opfingen e.V., <a href="http://www.bnw-opfingen.de">www.bnw-opfingen.de</a> , <a href="mailto:plaudertreff@bnw-opfingen.de">plaudertreff@bnw-opfingen.de</a>	<b>BürgerNetzwerk Opfingen</b> <b>Begegnungsraum am Mühlbach</b> Freiburger Str. 7, 79112 Freiburg-Opfingen  Linie 33 – Hofmattstraße	kostenfrei ohne Anmeldung
jeden <u>dritten</u> Samstag im Monat (18.04., 16.05., 20.06.,) 15-17 Uhr	<b>Café WOGÉ</b> 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, <a href="mailto:info@wogevauban.de">info@wogevauban.de</a> , <a href="http://www.wogevauban.de">www.wogevauban.de</a>	<b>Kirchenräume OASE - Vauban</b> Vaubanallee 11, 79100 Freiburg  Linie 4 – Paula-Modersohn-Platz	um einen Unkostenbeitrag oder Kuchenspende und eine Anmeldung vorab wird gebeten
am 2. Sonntag im Monat (19.04.), ab 15 Uhr	<b>Schach-Café</b> 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. <a href="http://www.quartierstreff.de">www.quartierstreff.de</a>  <i>Kontakt und Informationen:</i> Frau Bleile (Sprechstundenzeiten: montags, 16-18 Uhr), Tel. 61248284, <a href="mailto:quLuckenbachweg@quartierstreff.de">quLuckenbachweg@quartierstreff.de</a>	<b>Quartierstreff Luckenbachweg</b> 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](http://www.freiburg.de/beratungslisten).

Termin	Thema, Referent*in	Veranstaltungsort	Anmeldung und Kosten
montags (Kursstart 13.04.), 9.30-10.30 Uhr	<b>Fit bis 100</b> – Gymnastik und QiGong <i>Leitung:</i> Astrid Schreiber, Trainerin Präventions- und Rehasport <i>Veranstalter:</i> Quartierstreff Bauverein Breisgau e.V. <a href="http://www.quartierstreff.de">www.quartierstreff.de</a> <i>Anmeldung:</i> Tel. 0152/32794027, <a href="mailto:schreiber5sport@gmx.de">schreiber5sport@gmx.de</a>	<b>Bürgerhaus Seepark</b> 1.OG, Übungsraum Linie 1 – Betzenhauser Torplatz	Für 6 Termine: 30 €/36 € (Mitglieder Quartierstreff/ Nichtmitglieder) Anmeldung erforderlich
montags, 10-11.20 Uhr	<b>Ayurveda-Atem-Yoga</b> 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, <a href="mailto:Waltraud.Keller@t-online.de">Waltraud.Keller@t-online.de</a>	<b>Heinrich-Hansjakob-Haus</b> Untergeschoss Talstraße 29, 79102 Freiburg Linie 1 – Schwabentorbrücke Linien 2 und 4 – Johanneskirche	90 € für 6 Termine Anmeldung erwünscht

Termin	Thema, Referent*in	Veranstaltungsort	Anmeldung und Kosten
montags (nicht in den Ferien), 11-12 Uhr	<i>Gedächtnis-Kurs</i> <b>Gedächtnistraining</b> <i>Anleitung:</i> Birgit Verfondern <i>Veranstalter:</i> Begegnungsstätte St. Laurentiushaus <a href="http://www.stlaurentiushaus.de/begegnungsstaette">www.stlaurentiushaus.de/begegnungsstaette</a> <i>Anmeldung und Kontakt:</i> Tel. 76994082, <a href="mailto:begegnung@stlaurentiushaus.de">begegnung@stlaurentiushaus.de</a>	<b>Begegnungsstätte St. Laurentiushaus,</b> im Saal Carl-Kistner-Str. 57, 79115 Freiburg Linie 5 – Haslach Bad	30 € für 10 Termine Anmeldung erforderlich
montags, 13:45 Uhr und freitags, 12:45 Uhr	<b>Wassergymnastik</b> mit Volker Wörnhör <i>Veranstalter:</i> Quartierstreff 46, Bauverein Breisgau e.V <i>Informationen:</i> Frau Wiesen, Tel. 51044186, <a href="mailto:qu46@quartierstreff.de">qu46@quartierstreff.de</a> , <a href="http://www.quartierstreff.de">www.quartierstreff.de</a>	<b>Schwimmbad Haslach</b> 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
montags, 16-17 Uhr (nicht an Feiertagen)	<b>Bewegungstreff im Freien</b> 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, <a href="http://www.quartiersarbeit-zaehringen.de">www.quartiersarbeit-zaehringen.de</a>	<b>Auf der Wiese hinter dem Bürgerhaus Zähringen</b> Lameystr. 2, 79108 Freiburg Linie 3 – Tullastraße	kostenfrei, ohne Anmeldung
dienstags, 10-11 Uhr	<b>Sitzgymnastik</b> <i>Veranstalter und Kontakt:</i> Caritasverband Freiburg-Stadt e.V. Begegnungszentrum Freytagstraße, Tel. 79033500, <a href="mailto:seniorenwohnanalage-freytagstrasse@caritas-freiburg.de">seniorenwohnanalage-freytagstrasse@caritas-freiburg.de</a>	<b>Begegnungszentrum Freytagstraße</b> Freytagstraße 6, 79114 Freiburg Linie 1 – Betzenhauser Torplatz	3 € pro Teilnahme Anmeldung erforderlich

Termin	Thema, Referent*in	Veranstaltungsort	Anmeldung und Kosten
<p>dienstags, A: 10 Uhr und B: 17 Uhr</p>	<p><b>Gesundheitswanderung am Schlossberg</b>            DWV-Gesundheitswanderung© ist eine Wanderung von zwei Stunden, kombiniert mit gezielten sanften Übungen aus der Physiotherapie, die fit machen und fit halten und zur individuellen körperlichen und mentalen Stärke beitragen.  <i>Leitung und Kontakt:</i> Walter Sittig (zertifizierter DWV-Gesundheitswanderführer®), <a href="mailto:waltersittig@aol.com">waltersittig@aol.com</a>, Tel. 0173-3292710  <i>Veranstalter:</i> Schwarzwaldverein Freiburg-Hohbühl e.V., <a href="http://www.Freiburg-Hohbuehl.de">www.Freiburg-Hohbuehl.de</a></p>	<p><b>Treffpunkt:</b>  <b>Musikpavillon im Stadtgarten Freiburg</b>            Linie 27 – Stadtgarten</p>	<p>für Mitglieder kostenfrei            Nicht-Mitglieder: 3 €</p>
<p>8-mal dienstags (ab 09.06.), 11-12 Uhr</p>	<p><b>Qigong</b> (Kursnr. 301636)  <i>Leitung:</i> Regina Sagmeister  <i>Veranstalter und Anmeldung:</i> vhs Freiburg e.V., Tel. 3689510, <a href="http://www.vhs-freiburg.de">www.vhs-freiburg.de</a></p>	<p><b>vhs im Schwarzen Kloster Theatersaal</b>            Rotteckring 12, 79098 Freiburg            Linien 1, 2, 3, 4, 5 – Stadttheater</p>	<p>59 €            Anmeldung erforderlich:  <a href="http://www.vhs-freiburg.de">www.vhs-freiburg.de</a> oder            Tel. 3689510</p>
<p>dienstags (21.04.-30.06.), 17.30-19 Uhr</p>	<p><b>Yoga</b> mit Regina Hildebrandt  <i>Veranstalter:</i> Mehrgenerationenhaus EBW, Tel. 4907840, <a href="mailto:info.mgh@kath-freiburg-suedwest.de">info.mgh@kath-freiburg-suedwest.de</a>  <a href="http://www.mehrgenerationenhaus-ebw-freiburg.de">www.mehrgenerationenhaus-ebw-freiburg.de</a></p>	<p><b>Mehrgenerationenhaus EBW</b>            Sulzburger Str. 18, 79114 Freiburg            Linie 5 – Krozinger Straße            Linie 3 – Rohrgraben</p>	<p>Anmeldung bis 18.04.            Kosten:            9 Termine – 67,50 €</p>
<p>dienstags, 18.30- 19.30 Uhr</p>	<p><b>Stark und beweglich im Alter – Gymnastik für fitte Senior*innen</b>  <i>Leitung und Kontakt:</i> Thomas Froemer, Tel. 67 377, <a href="mailto:pfarramt-barbara@kath-freiburg-ost.de">pfarramt-barbara@kath-freiburg-ost.de</a>  <i>Veranstalter:</i> St. Barbara, römisch-katholische Kirchengemeinde Freiburg i.Br., Kirchenbüro Ost</p>	<p><b>Gemeindeheim St. Barbara, Saal</b>            Ebnetter Str.11, 79117 Freiburg            Linie 1 – Laßbergstraße</p>	<p>3 € pro Teilnahme            ohne Anmeldung</p>

Termin	Thema, Referent*in	Veranstaltungsort	Anmeldung und Kosten
mittwochs, 2 Gruppen zwischen 9-11 Uhr	<b>Gymnastik für aktive Senioren</b> 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, <a href="mailto:qu46@quartierstreff.de">qu46@quartierstreff.de</a> , <a href="http://www.quartierstreff.de">www.quartierstreff.de</a>	<b>Quartierstreff 46</b> Zähringer Straße 46, 79108 Freiburg Linie 3 – Tullastraße	Kosten: 5 € / 6 € (Mitglieder Quartierstreff / Nicht-Mitglieder) Anmeldung erforderlich
mittwochs, ab 10 Uhr	<b>Gymnastik</b> mit Jutta Veit Einfache, kräftigende Bewegungen im Stehen oder Sitzen (bei Einschränkungen auch nur im Sitzen durchführbar) bei schwungvoller Musik und guter Laune <i>Rückfragen an:</i> Begegnungsstätte Altstadt im Evangelischen Stift Tel. 31 91 31 18, Frau Bichnigauri / Frau Mihm, <a href="mailto:begegnungsstaette@stift-freiburg.de">begegnungsstaette@stift-freiburg.de</a>	<b>Evangelisches Stift</b> Begegnungsstätte Altstadt, Cafeteria, Hermannstr. 14, 79098 Freiburg Linien 3 und 5 – Europaplatz	Kostenbeitrag von 3 € vor Ort
mittwochs, 10-10.45 Uhr	<b>Bewegungstreffs im Freien</b> unter Anleitung mit Veronika Stroh (Kontakt: 76695530) <i>Veranstalter:</i> Quartiersarbeit im Rieselfeld, K.I.O.S.K. im Rieselfeld e.V.	<b>Glashaus im Rieselfeld</b> Maria-von-Rudloff-Platz 2, 79111 Freiburg Linie 5 – Maria-von-Rudloff-Platz	kostenfrei
mittwochs, 9.15 Uhr oder 10.15 Uhr  (nicht in den Ferien)	<b>Qigong-Kurs I und II</b> <i>Anleitung:</i> Frau Schröder <i>Veranstalter:</i> Begegnungsstätte St. Laurentiushaus <a href="http://www.stlaurentiushaus.de/begegnungsstaette">www.stlaurentiushaus.de/begegnungsstaette</a> <i>Anmeldung:</i> Tel. 76994082, <a href="mailto:begegnung@stlaurentiushaus.de">begegnung@stlaurentiushaus.de</a>	<b>Begegnungsstätte St. Laurentiushaus</b> im Saal Carl-Kistner-Str. 57, 79115 Freiburg Linie 5 – Haslach Bad	Anmeldung erforderlich Unkostenbeitrag

Termin	Thema, Referent*in	Veranstaltungsort	Anmeldung und Kosten
mittwochs, 9.30-10.30 Uhr	<b>Rückenfit Ü50</b> Ein Angebot der Sportgruppe Weingarten <i>Veranstalter:</i> Mehrgenerationenhaus EBW, Tel. 4907840, <a href="mailto:info.mgh@kath-freiburg-suedwest.de">info.mgh@kath-freiburg-suedwest.de</a> , <a href="http://www.mehrgenerationenhaus-ebw-freiburg.de">www.mehrgenerationenhaus-ebw-freiburg.de</a>	<b>Mehrgenerationenhaus EBW</b> 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> <b>Brainfit 60 +</b> <i>Leitung:</i> Ralf Jogerst, Hirnleistungstrainer und Theologe <i>Anmeldung und Information:</i> GRIPS Hirnleistungstraining Ralf Jogerst, Tel. 61 29 06-48, <a href="mailto:grips@sv-fr.de">grips@sv-fr.de</a>	<b>Eugen-Keidel-Haus</b> Johanniterstr. 3, 79104 Freiburg Linie 3 – Tennenbacher Straße	für 9 Termine: 80 € (Ermäßigung möglich) Anmeldung erforderlich
jeden 2. und 4. Mittwoch im Monat, 16-17 Uhr	<b>Offener Treff für die geistige Fitness</b> mit Wolfgang Bensching ( <i>Kontakt:</i> Tel. 87907) <i>Veranstalter:</i> Quartiersarbeit im Rieselfeld, K.I.O.S.K. im Rieselfeld e.V.	<b>Café im Glashaus</b> Maria-von-Rudloff-Platz 2, 79111 Freiburg Linie 5 – Maria-von-Rudloff-Platz	kostenfrei
mittwochs, 17-18.30 Uhr	<i>Kurs mit 6 Terminen</i> <b>Yoga für Jung und Alt</b> – mit Hedda Reinhardt <i>Info und Anmeldung:</i> <a href="mailto:reinhardt@url8.com">reinhardt@url8.com</a> <i>Veranstalter:</i> Quartierstreff Bauverein Breisgau e.V. <a href="http://www.quartierstreff.de">www.quartierstreff.de</a>	<b>Quartierstreff 33,</b> Wannerstraße 33, 79106 Freiburg Linien 1, 2, 3 und 4 – Rathaus im Stühlinger oder Eschholzstraße	mit Anmeldung kostenpflichtig
11-mal donnerstags (ab 16.04.), 9-10 Uhr	<i>Kurs</i> <b>Qigong im Park</b> (Kursnr. 301625) <i>Leitung:</i> Karin Trommsdorff <i>Veranstalter und Anmeldung:</i> vhs Freiburg e.V., Tel. 3689510, <a href="http://www.vhs-freiburg.de">www.vhs-freiburg.de</a>	<b>Treffpunkt: Cafe „Marcel“</b> Stadtgarten (Eingang Leopoldsring) Linie 27 – Stadtgarten	81 € Anmeldung erforderlich: <a href="http://www.vhs-freiburg.de">www.vhs-freiburg.de</a> oder Tel. 3689510

Termin	Thema, Referent*in	Veranstaltungsort	Anmeldung und Kosten
6-mal donnerstags (ab 16.04.), 10.30-12 Uhr	<b>Achtsame Hatha-Yoga-Praxis mit Stuhl in Tiengen</b> (Kursnr. 301543) <i>Leitung:</i> Gabriele Kühnle <i>Veranstalter und Anmeldung:</i> vhs Freiburg e.V., Tel. 3689510, <a href="http://www.vhs-freiburg.de">www.vhs-freiburg.de</a>	<b>Gemeindesaal der Evangelischen Kirche Freiburg-Tiengen</b> Alte Breisacher Straße 7, 79112 Freiburg  Linie 34 – Im Maierbrühl Linie 32 – Freiburger Landstraße	74 €  Anmeldung erforderlich: <a href="http://www.vhs-freiburg.de">www.vhs-freiburg.de</a> oder Tel. 3689510
donnerstags, 10 Uhr	<b>Bewegungstreff im Stadtgarten</b> Leichte Bewegungsübungen an der frischen Luft durch geschulte Ehrenamtliche. Es werden keine sportlichen Vorkenntnisse benötigt. <i>Veranstalter:</i> Angebot der Begegnungsstätte vom St. Carolushaus für Herdern-Neuburg, der Begegnungsstätte Altstadt im Evangelischen Stift ( <a href="mailto:begegnungsstaette@stift-freiburg.de">begegnungsstaette@stift-freiburg.de</a> ) und dem Landratsamt Breisgau-Hochschwarzwald	<b>Treffpunkt:</b> <b>Stadtgarten am Pavillon</b>  Linie 27 – Stadtgarten	kostenfrei  ohne Anmeldung
donnerstags, 10-11 Uhr	<b>Gymnastik im Sitzen und im Stehen für Senior*innen</b> <i>Leitung und Kontakt:</i> Reinhard Müller, Tel. 67 377, <a href="mailto:pfarramt-barbara@kath-freiburg-ost.de">pfarramt-barbara@kath-freiburg-ost.de</a> <i>Veranstalter:</i> St. Barbara, römisch-katholische Kirchengemeinde Freiburg i.Br., Kirchenbüro Ost	<b>Gemeindeheim St. Barbara, Saal</b> Ebener Str.11, 79117 Freiburg  Linie 1 – Laßbergstraße	Kosten nach Absprache  ohne Anmeldung
jeden letzten Donnerstag im Monat,  Uhrzeit wird bekanntgegeben	<b>Donnerstagswandertreff</b> Leichte bis mittlere Wanderung mit wechselnder Führung Gehzeit ca. 3-4 Stunden, 200 bis max. 400 hm, Länge bis ca. 13 km. Einkehr nach Möglichkeit, Rucksackverpflegung <i>Veranstalter:</i> Schwarzwaldverein Freiburg-Hohbühl e.V., <a href="http://www.Freiburg-Hohbuehl.de">www.Freiburg-Hohbuehl.de</a>	<b>Treffpunkt:</b>  wird auf der Homepage und in den Mitteilungsblättern der Stadtteile und Gemeinden veröffentlicht	für Verpflegung, ansonsten bitte erfragen

Termin	Thema, Referent*in	Veranstaltungsort	Anmeldung und Kosten
donnerstags, 14-15.30 Uhr	<i>Präventionskurs</i> <b>Brainfit 60 +</b> <i>Leitung:</i> Ralf Jogerst, Hirnleistungstrainer und Theologe <i>Anmeldung und Information:</i> GRIPS Hirnleistungstraining Ralf Jogerst, Tel. 61 29 06-48, <a href="mailto:grips@sv-fr.de">grips@sv-fr.de</a>	<b>Michael-Denzlinger-Treff</b> Hochdorfer Str. 2, 79108 Freiburg  Linie 36 – Dorfplatz	2 € je Termin  Anmeldung erforderlich
donnerstags, 15 Uhr	<b>Die Gehrunde Rieselfeld</b> mit Norman Pankratz <i>Kontakt:</i> Tel. 0176 326 93 440 <i>Veranstalter:</i> Quartiersarbeit im Rieselfeld, K.I.O.S.K. im Rieselfeld e.V.	<b>Treffpunkt:</b> <b>Maria-von-Rudloff-Platz</b> Maria-von-Rudloff-Platz 2, 79111 Freiburg  Linie 5 – Maria-von-Rudloff-Platz	kostenfrei
donnerstags, 19-20:30 Uhr	<b>Entspannt durch den Alltag mit Yoga</b> fortlaufender Kurs <i>Leitung:</i> Diana Terstiege <i>Veranstalter:</i> Quartierstreff Bauverein Breisgau e.V. <a href="http://www.quartierstreff.de">www.quartierstreff.de</a> <i>Info und Anmeldung:</i> E-Mail: <a href="mailto:om@aura-yoga.de">om@aura-yoga.de</a>	<b>Quartierstreff 33,</b> 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
freitags, 9.30-10.30 Uhr	<b>Gymnastik am Stuhl</b> <i>Leitung:</i> A. Schreiber, Trainerin Präventions- und Rehasport <i>Veranstalter:</i> Quartierstreff Bauverein Breisgau e.V. <a href="http://www.quartierstreff.de">www.quartierstreff.de</a> <i>Anmeldung:</i> Tel. 0152/32794027, <a href="mailto:schreiber5sport@gmx.de">schreiber5sport@gmx.de</a>	<b>Quartierstreff 33</b> 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 (mind. 6 TN)

Termin	Thema, Referent*in	Veranstaltungsort	Anmeldung und Kosten
freitags, 10.15- 11.15 Uhr	<p><i>Trainingsangebot</i></p> <p><b>Heiteres Gedächtnistraining</b></p> <p>Mit Spaß die Konzentration und Merkspanne verbessern. Mit anschließend freiwilliger Kaffeerrunde im Café des Heinrich-Hansjakob-Hauses.</p> <p><i>Rückfragen und Anmeldung:</i> Waltraud Keller, Tel. 290 93 12 <a href="mailto:Waltraud.Keller@t-online.de">Waltraud.Keller@t-online.de</a></p>	<p><b>Heinrich-Hansjakob-Haus</b> Begegnungsraum Talstr. 29, 79102 Freiburg Linie 1 – Schwabentorbrücke <b>Linien 2 und 4 – Johanneskirche</b></p>	<p>7,50 € pro Einheit Anmeldung erbeten</p>
jeden 2. Freitag im Monat, 10.45- 12.15 Uhr	<p><i>Bewegungsangebot</i></p> <p><b>Tanzgymnastik für Menschen mit Parkinson und Angehörige</b></p> <p><i>Veranstalter und Kontakt:</i> Deutsche Parkinsonvereinigung, Regionalgruppe Freiburg, Herr Dr. Meixner, Tel. 28 55 63 35, <a href="mailto:parkinson-freiburg@t-online.de">parkinson-freiburg@t-online.de</a> <a href="https://freiburg.parkinson-vereinigung.de/">https://freiburg.parkinson-vereinigung.de/</a></p>	<p><b>DanceEmotion</b> Humboldtstr. 3, 79098 Freiburg Linien 1, 2, 3 und 4 – Bertoldsbrunnen</p>	<p>Teilnahmegebühr Anmeldung erforderlich</p>
samstags, 10-11 Uhr	<p><b>Pilates für Senioren</b> mit Frau Bücheler <i>Kontakt:</i> <a href="mailto:verena.buecheler@gmx.de">verena.buecheler@gmx.de</a> <i>Veranstalter:</i> Quartierstreff 46 Bauverein Breisgau e.V, <a href="http://www.quartierstreff.de">www.quartierstreff.de</a></p>	<p><b>Quartierstreff 46</b> Zähringer Straße 46, 79108 Freiburg Linie 3 – Tullastraße</p>	<p>Teilnahmegebühr auf Spendenbasis bitte Matte und Getränk mitbringen</p>

5. Kurse, mehr als zweitägige Seminare und Weiterbildungsangebote			
Termin	Thema, Referent*in	Veranstaltungsort	Anmeldung und Kosten
Sonntag, 22.03. und Sonntag, 26.04., 17-20 Uhr	<p><i>Kochworkshop an zwei Terminen</i></p> <p><b>KOCHEN KANN JEDE:R – Vielfältig, gesund, bezahlbar!</b></p> <p>Wie lassen sich mit einfachen Zutaten schmackhafte, nachhaltige und gesunde Mahlzeiten zubereiten?</p> <p>Termine bauen aufeinander auf, es ist allerdings möglich, nur an einem der beiden Termine teilzunehmen.</p> <p><i>Kontakt und Anmeldung:</i> foodsharing Akademie,  <a href="mailto:projektkoordination-freiburg@foodsharing-akademie.org">projektkoordination-freiburg@foodsharing-akademie.org</a></p>	<p><b>Stadtteiltreff Brühl-Beurbarung</b></p> <p>Tennenbacher Str. 36, 79106 Freiburg</p> <p>Linie 3 – Tennenbacher Straße</p>	<p>mit Anmeldung</p> <p>kostenfrei</p>
14.04.-28.07., 19.30-20 Uhr	<p><b>Orientalisch Tanzen für Fortgeschrittene</b> mit Annette Gündel</p> <p><i>Kontakt:</i> Frau Gündel, Tel. 132481</p> <p><i>Veranstalter:</i> Mehrgenerationenhaus EBW, Tel. 4907840,  <a href="mailto:info.mgh@kath-freiburg-suedwest.de">info.mgh@kath-freiburg-suedwest.de</a>  <a href="http://www.mehrgenerationenhaus-ebw-freiburg.de">www.mehrgenerationenhaus-ebw-freiburg.de</a></p>	<p><b>Mehrgenerationenhaus EBW</b></p> <p>Sulzburger Str. 18, 79114 Freiburg</p> <p>Linie 5 – Krozinger Straße</p> <p>Linie 3 – Rohrgraben</p>	<p>Anmeldung bis 16.04.</p> <p>Kosten: für 14 Termine 105 €</p>
Mehrere Kurse ab 14./15.04., verschiedene Uhrzeiten	<p><b>Line Dance 60 +</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Einstiegskurs</b> (Kursnr. 308644)</li> <li>• <b>Aufbaukurs</b> (Kursnr. 308645)</li> <li>• <b>Kurs für Fortgeschrittene</b> (Kursnr. 308646)</li> </ul> <p><i>Leitung:</i> Vera Gump</p> <p><i>Veranstalter und Anmeldung:</i> vhs Freiburg e.V., Tel. 3689510, <a href="http://www.vhs-freiburg.de">www.vhs-freiburg.de</a></p>	<p><b>St. Klara Gemeindesaal</b></p> <p>Klarastr. 41, 79106 Freiburg</p> <p>Linien 1, 2, 3, 4 – Eschholzstraße</p>	<p>Kurs 79 €</p> <p>Anmeldung erforderlich:  <a href="http://www.vhs-freiburg.de">www.vhs-freiburg.de</a> oder Tel. 3689510</p>

Termin	Thema, Referent*in	Veranstaltungsort	Anmeldung und Kosten
12-mal ab Dienstag, 14.04., 16-17 Uhr	<i>Kurs</i> <b>Feldenkrais und Yoga – Die große Lust sich leicht zu bewegen</b> (Kursnr. 302521) <i>Leitung:</i> Karin Trommsdorff <i>Veranstalter und Anmeldung:</i> vhs Freiburg e.V., Tel. 3689510, <a href="http://www.vhs-freiburg.de">www.vhs-freiburg.de</a>	<b>vhs im Colombi-Eck Roter Raum</b> Friedrichstr. 52, 79098 Freiburg Linie 5 – Fahnenbergplatz	88 €  Anmeldung erforderlich: <a href="http://www.vhs-freiburg.de">www.vhs-freiburg.de</a> oder Tel. 3689510
Donnerstag, 16.04. und Donnerstag, 23.04., 17-20 Uhr	<i>Kochworkshop an zwei Terminen</i> <b>KOCHEN KANN JEDE:R – Vielfältig, gesund, bezahlbar!</b> Wie lassen sich mit einfachen Zutaten schmackhafte, nachhaltige und gesunde Mahlzeiten zubereiten? Termine bauen aufeinander auf, es ist allerdings möglich, nur an einem der beiden Termine teilzunehmen. <i>Kontakt und Anmeldung:</i> foodsharing Akademie, <a href="mailto:projektkoordination-freiburg@foodsharing-akademie.org">projektkoordination-freiburg@foodsharing-akademie.org</a>	<b>Begegnungsstätte Bifänge</b> Weierweg 12, 79111 Freiburg Linie 4 – Vauban-Mitte	mit Anmeldung  kostenfrei
Samstag, 18.04., 25.04. und 09.05. 14-16.30 Uhr	<b>Achtsamkeit in der Natur – Waldbaden für Seniorinnen und Senioren</b> mit Dorothea Szakilla <i>Anmeldung:</i> bis 13.04. (drei Termine) <i>Veranstalter:</i> Begegnungszentrum Kreuzsteinäcker Tel. 2108550, <a href="mailto:lau.e@sv-fr.de">lau.e@sv-fr.de</a>	<b>Treffpunkt:</b> <b>Begegnungszentrum Kreuzsteinäcker</b> Heinrich-Heine-Str. 10, 79117 Freiburg Linie 1 – Laßbergstraße	15 € für 3 Termine, für Bewohnende der Wohnanlage frei
Samstag, 18.04. und Sonntag, 19.04., 10-14 Uhr	<i>Wochenend-Workshop</i> <b>Gesund und Fit – Kompaktworkshop</b> (Kursnr. 302508) <i>Leitung:</i> Andrea Faschian <i>Veranstalter und Anmeldung:</i> vhs Freiburg e.V., Tel. 3689510, <a href="http://www.vhs-freiburg.de">www.vhs-freiburg.de</a>	<b>vhs im Colombi-Eck Gelber Raum</b> Friedrichstr. 52, 79098 Freiburg Linie 5 – Fahnenbergplatz	59 €  Anmeldung erforderlich: <a href="http://www.vhs-freiburg.de">www.vhs-freiburg.de</a> oder Tel. 3689510

Termin	Thema, Referent*in	Veranstaltungsort	Anmeldung und Kosten
20.04.-24.07.	<p><b>Studienangebote des Studium Plus im Sommersemester 2026</b>  <i>Informationen und Anmeldung:</i>            Studium Plus an der Pädagogischen Hochschule,            Tel. 682244, <a href="mailto:studiumplus@ph-freiburg.de">studiumplus@ph-freiburg.de</a>,  <a href="http://www.ph-freiburg.de/studiumplus.html">www.ph-freiburg.de/studiumplus.html</a></p>	<p><b>Pädagogische Hochschule Freiburg</b>            Mensagebäude, R. 015            Kunzenweg 21, 79117 Freiburg             Linien 1 – Laßbergstraße</p>	<p>Kosten: 1 Seminar 80 €,            jedes weitere 40 €            Anmeldung online</p>
<p><u>5 Termine:</u>            04.-08.05.             jeweils            17-18 Uhr</p>	<p><b>5-teilige Vortragsreihe "Typische Pflegeprobleme"</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 04.05.2026: Hausverbot/Besuchsverbot im Pflegeheim</li> <li>• 05.05.2026: Die Kündigung des Heimvertrags</li> <li>• 06.05.2026: Die Pflegedokumentation</li> <li>• 07.05.2026: Typische Probleme in Wohngemeinschaften bzw. Wohngruppen</li> <li>• 08.05.2026: Pflegemängel</li> </ul> <p>Die Vortragsreihe informiert detailliert und allgemeinverständlich über Pflege Themen, die in der Rechtsberatung oft nachgefragt werden. Termine sind auch einzeln buchbar. Referent*innen sind Jurist*innen des BIVA Pflegeschutzbundes.</p> <p><i>Veranstalter und Anmeldung:</i>            BIVA Pflegeschutzbund, <a href="mailto:info@biva.de">info@biva.de</a>,  <a href="http://www.biva.de/leistungen/biva-akademie/veranstaltungen">www.biva.de/leistungen/biva-akademie/veranstaltungen</a></p>	<p><b>Online</b>            Zugangsdaten werden nach der Anmeldung zugesendet</p>	<p><u>Vortragsreihe komplett:</u>            BIVA-Mitglieder: 50 €,            Nicht-Mitglieder: 80 €  <u>Einzelvortrag:</u>            Mitglieder 15 €,            Nicht-Mitglieder: 20 €</p>

Termin	Thema, Referent*in	Veranstaltungsort	Anmeldung und Kosten
Starttermine ab Mitte April unterschiedliche Tage und Uhrzeiten	<p><b>(Senioren-)Sprachkurse Französisch</b>            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)</p> <p><i>Veranstalter, Anmeldung:</i> Centre Culturel Français, Tel. 207390, <a href="mailto:info@ccf-fr.de">info@ccf-fr.de</a>, <a href="http://www.ccf-fr.de">www.ccf-fr.de</a></p>	<p><b>Centre Culturel Français Freiburg e.V.</b>            Münsterplatz 11, Kornhaus            79098 Freiburg</p> <p>Linien 1, 2, 3 und 4 – Bertoldsbrunnen            Linie 5 – Europaplatz</p>	<p>zwischen 42 € und 155 €            (abhängig von Umfang und Teilnehmendenzahl)  <i>Anmeldung:</i> telefonisch oder per Mail</p>
<b>Vorankündigung kommender Termine ab Juli 2026</b>			
Termin	Thema, Referent*in	Veranstaltungsort	Anmeldung und Kosten
Samstag, 04.07., 10-18 Uhr	<p><i>Seminar</i>  <b>Wenn wir Trauern: vom Umgang mit Abschied, Trennung und Verlusten</b> (Kursnr. 261106618)</p> <p><i>Veranstalter und Anmeldung:</i> vhs Freiburg e.V., Tel. 3689510, <a href="http://www.vhs-freiburg.de">www.vhs-freiburg.de</a></p>	<p><b>vhs im Schwarzen Kloster</b>            Rotteckring 12, 79098 Freiburg</p> <p>Linien 1, 2, 3, 4, 5 – Stadttheater</p>	<p>59 €</p> <p>Anmeldung erforderlich:  <a href="http://www.vhs-freiburg.de">www.vhs-freiburg.de</a> oder            Tel. 3689510</p>

## 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/begegnungstatten/bifange>



- Begegnungsstätte Weingarten  
Sulzburger Str. 2, 79114 Freiburg  
Tel. 0761/ 45 577 30  
<http://www.awo-freiburg.de/senioren/begegnungstatten/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](mailto:seniorenbuero@freiburg.de)

[www.freiburg.de/senioren](http://www.freiburg.de/senioren)

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

