

Veranstaltungskalender „Älterwerden in Freiburg“ für Juli, August und September 2026



Eine laufend aktualisierte Version des Kalenders (zuletzt 17.07.26)
finden Sie unter www.freiburg.de/beratungslisten.

Inhaltsverzeichnis

- 1) Vorträge und Einzelveranstaltungen
[ab Seite 1](#) im Juli,
[ab Seite 6](#) im August und
[ab Seite 7](#) im September
- 2) Regelmäßige Gesprächskreise, Sprechstunden,
Beratungsangebote, Selbsthilfe- & Angehörigengruppen
[Seite 23](#)
- 3) Regelmäßige Freizeit- und Begegnungsangebote
[Seite 29](#)
- 4) Wöchentliche Bewegungs- und Trainingsangebote
[Seite 38](#)
- 5) Kurse, mehr als zweitägige Seminare und
Weiterbildungsangebote
[Seite 45](#)
- 6) Kontaktdaten und Links zu den Monatsprogrammen
der Begegnungsstätten in Freiburg
[Seite 47](#)

Bitte beachten Sie:

- Die Angaben basieren überwiegend auf Selbstauskünften der Anbietenden und erheben keinen Anspruch auf Korrektheit und Vollständigkeit.
- **Aufgrund der Hitze kann es sein, dass einige Veranstaltungen abgesagt oder verschoben werden müssen.**
Zudem pausieren viele Angebote während der Ferienzeiten.
Informieren Sie sich daher immer auch direkt bei den Anbietenden.

Weitere Veranstaltungen...

- ... sind auf der Website www.veranstaltungen.freiburg.de veröffentlicht.
- ... finden Sie in den Monatsprogrammen der Begegnungsstätten oder auf den Websites der Anbietenden veröffentlicht.
- ... gibt es auf der Plattform „Guter Plan“ www.guterplan.info.



Hitzeschutz – „Kühle Karte für heiße Tage“

Bereits im Juni gab es an mehreren Tagen extreme Hitze. Achten Sie daher auch weiterhin gut auf sich und andere, trinken Sie ausreichend und halten Sie sich an möglichst kühlen Orten auf. Wo Sie in Freiburg kühle Aufenthaltsorte oder Trinkwasserbrunnen finden, zeigt Ihnen die „Kühle Karte für heiße Tage“ des städtischen Umweltschutzamtes:
www.freiburg.de/kuehleorte

Vergünstigungen mit dem FreiburgPass

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



1. Vorträge und Einzelveranstaltungen			
Juli			
Termin	Thema, Referent*in	Veranstaltungsort	Anmeldung und Kosten
Mai bis September	Kostenloses Hitzetelefon für Senior*innen ab 75 Jahren Tipps zum Umgang mit hohen Temperaturen und telefonischer Kontakt zum Plaudern, wenn die Temperaturen es nicht zulassen, das Haus zu verlassen <i>Anbieter:</i> Hausnotruf-Dienst in Kooperation mit der Stadt Freiburg <i>Anmeldung und Infos:</i> Tel. 296 22-570, E-Mail: info@hausnotrufdienst.de, www.hausnotrufdienst.de	Hitzetelefon: 0761 29622-570 (telefonische Kontaktaufnahme einmal pro Woche, zusätzliche Kontakte bei extremer Hitze)	Anmeldung: Tel. 0761 296 22-570, info@hausnotrufdienst.de kostenfrei
bis 14.10. <u>Öffnungszeiten:</u> Dienstag – Freitag, 10-17 Uhr, Sonn-/ Feiertage, 12-17 Uhr	<i>Ausstellung</i> Europäischer Naturfotograf des Jahres / Fritz Pölker Preis Zum zweiten Mal zeigt das WaldHaus prämierte Bilder aus dem Wettbewerb der Gesellschaft für Naturfotografie e.V. (GDT). Darunter berührende Fotos einer Dokumentation über den vom Aussterben bedrohten Afrikanischen Waldelefanten in Zentral-Gabun von Jasper Doest, der damit den Fritz Pölking Preis gewann. <i>Veranstalter:</i> WaldHaus Freiburg	WaldHaus Freiburg Wonnhaldestr. 6, 79100 Freiburg Linie 2 – Wonnhalde	kostenfrei mit Anmeldung

Termin	Thema, Referent*in	Veranstaltungsort	Anmeldung und Kosten
Samstag, 18.07., 14-16.30 Uhr (weitere Termine werden auf der Website veröffentlicht)	<i>Für trauernde Menschen</i> Yoga in Zeiten der Trauer unabhängig von Yoga-Vorerfahrung und Alter sind alle Trauernden herzlich eingeladen <i>Veranstalter:</i> Hospizgruppe Freiburg e.V. in Zusammenarbeit mit Anna Martensen, Leitung Hatha-Yoga <i>Kontakt:</i> Anna Tonzer, Tel. 88 149 88, hospizgruppe@hospizgruppe-freiburg.de www.hospizgruppe-freiburg.de	Hospizgruppe Freiburg e.V. Türkenlouisstr. 22, 79102 Freiburg Linie 2 – Lorettostraße S1/10/11 – Bahnhof Wiehre	10 € pro Termin Anmeldung erforderlich
Montag, 20.07., 10-14 Uhr <u>Folgetermine:</u> 21.09. und 19.10.	<i>Auftakt zur Begegnungs- und Informationsreihe</i> Gemeinsam stark im Alter - Begegnung, Austausch und Wissen für Frauen 60+: Lust die deutsche Sprache zu üben und Gemeinschaft zu erleben? Mit verständlichen Impulsen zu Gesundheit, Vorsorge und Alltag sowie Zeit für Gespräche und gemeinsames Essen. <i>Referentin:</i> Senay Awad, der Vorstand vom Sozialdienst muslimischer Frauen, SmF e.V. <i>Veranstalter und Anmeldung:</i> Sozialdienst muslimischer Frauen, SmF e.V., koordiniert von der Sozialgenossenschaft SAGES eG, marta.orsos@sages-eg.org	Sozialdienst muslimischer Frauen e.V. Sulzburgerstr. 35, 79114 Freiburg Linie 3 – Bugginger Straße	kostenfrei mit Anmeldung
Dienstag 21.07., 17-18.30 Uhr	<i>Vortrag</i> Wenn früher Erlebtes im Alter wirkt – Umgang mit Kriegstraumata bei Menschen mit und ohne Demenz <i>Referent:</i> Martin Frey, Heilpädagoge, Pflegefachkraft, Traumaexperte in der Altenhilfe <i>Anmeldung bis 20.07.:</i> im Seniorenbüro mit Pflegestützpunkt, seniorenbuero@freiburg.de , Tel. 201-3032	Rathaus im Stühlinger (Bestandsbau) Großer Sitzungssaal Fehrenbachallee 12, 79106 Freiburg Linien 1, 2, 3, 4 – Rathaus im Stühlinger	mit Anmeldung kostenfrei

Termin	Thema, Referent*in	Veranstaltungsort	Anmeldung und Kosten
Dienstag, 21.07., 18-22 Uhr	Playdate Freiburg – Spielen verbindet! Outdoor-Edition mit Bewegungsspielen Für alle Erwachsenen, die Lust auf Begegnung, Spaß und gemeinsames Ausprobieren haben - egal, ob sie erfahrene Spieler*innen sind oder nicht. <i>Kooperation: und Infos</i> Spieltreffs Freiburg, Freispiel Freiburg, Stadt Freiburg, Freiburger Bierle / machen www.spieltreff-freiburg.de/playdate/	Ganter Hausbiertgarten Leo-Wohleb-Straße 4, 79098 Freiburg Linien 1 – Brauerei Ganter	ohne Anmeldung kostenfrei
Mittwoch, 22.07., 15-17 Uhr	Seniorenengottesdienst mit anschließendem Beisammensein bei Kaffee und Kuchen <i>Veranstalter:</i> Römisch-katholische Kirchengemeinde Freiburg i. Brsg., Kirchenbüro Freiburg Mitte, Herrenstraße 36, Tel. 0151 42074660, sr.angelina@kath-freiburg-mitte.de	Seminarkirche und Collegium Borromaeum Schoferstraße 1, 79098 Freiburg Linie 1 – Oberlinden	kostenfrei ohne Anmeldung
Mittwoch, 22.07., 18-20 Uhr	<i>Monatliche Online-Vortragsreihe „Mit Demenz leben“</i> Pflegende Angehörige – Die eigene Widerstandskraft erkennen und fördern <i>Referentin:</i> Prof. Dr. Alexandra Wuttke, Diplom-Psychologin, Psychologische Psychotherapeutin, Klinische Psychologie und Psychotherapie des höheren Lebensalters, Universität Konstanz <i>Veranstalter und Anmeldung:</i> Alzheimer Gesellschaft BW in Kooperation mit der Fachberatung Demenz der Evangelischen Gesellschaft Stuttgart, Tel. 0711/24 84 9674, www.alzheimer-bw.de	Online Zugangsdaten werden nach Anmeldung zugesendet	Anmeldung erforderlich kostenfrei

Termin	Thema, Referent*in	Veranstaltungsort	Anmeldung und Kosten
Mittwoch, 22.07., ab 18.30 Uhr	Sommerabendkonzert: Grazia Duo Das preisgekrönte „Grazia-Duo“ (Ihor und Anastasia Pilushko, Akkordeon und Violine) präsentiert ein vielseitiges Programm aus klassischer Musik, Filmmelodien und Tango. Ab 18.30 Uhr gemütliches Ankommen im Garten bei einem Willkommensgetränk, Konzertbeginn ab 19 Uhr. <i>Veranstalter:</i> AWO-Begegnungsstätte Tennenbacher Platz, Tel. 287938, swa-tennenbacherplatz@awo-freiburg.de	Begegnungsstätte Tennenbacher Platz Tennenbacher Platz 38, 79106 Freiburg Linie 2 – Hauptfriedhof	auf Spendenbasis ohne Anmeldung
Freitag, 24.07., 19.30 Uhr	Internationale Musikkneipe 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. <i>Veranstalter:</i> Mehrgenerationenhaus EBW, Tel. 4907840, info.mgh@kath-freiburg-suedwest.de www.mehrgenerationenhaus-ebw-freiburg.de	Mehrgenerationenhaus EBW Sulzburger Str. 18, 79114 Freiburg Linie 5 – Krozinger Straße Linie 3 – Rohrgraben	auf Spendenbasis ohne Anmeldung
Samstag, 25.07., 15 Uhr	<i>Konzert</i> Sommerliche Harfenklänge mit der Klasse von Doeskja van der Linden <i>Veranstalter und Kontakt:</i> Begegnungsstätte Altstadt im Evangelischen, Frau Bichnigauri / Frau Mihm, Tel. 31913118, begegnungsstaette@stift-freiburg.de	Evangelisches Stift Begegnungsstätte Altstadt Cafeteria Hermannstr. 14, 79098 Freiburg Linie 3, 5 – Europaplatz	kostenfrei

Termin	Thema, Referent*in	Veranstaltungsort	Anmeldung und Kosten
Sonntag, 26.07., 10-20 Uhr	60 Jahre Landwasser – Stadtteilfest begegnen – mitfeiern – mitmachen Start mit interreligiöse Feier (10 Uhr) und Menschenkette (11 Uhr); anschließend vielfältiges Bühnenprogramm lokaler Vereine und Organisationen <i>Veranstalter:</i> Haus der Begegnung, https://www.hdb-freiburg.de	Platz der Begegnung, Landwasser 79110 Freiburg Liene 1 – Moosgrund / Diakoniekrankenhaus	ohne Anmeldung
Mittwoch, 29.07., ab 18.30 Uhr	Sommerabendkonzert: spirits & music Sandra Schwörer und Jenny Jahnz (Gesang, Gitarre und Cajon-Drumset) spielen von Elvis über Peter Maffay bis hin zu Janis Joplin, CCR, Tracy Chapman auch aktuelle Künstler wie Pink, Adele und Robbie Williams. Ab 18.30 Uhr gemütliches Ankommen im Garten bei einem Willkommensgetränk, Konzertbeginn ab 19 Uhr. <i>Veranstalter:</i> AWO-Begegnungsstätte Tennenbacher Platz, Tel. 287938, swa-tennenbacherplatz@awo-freiburg.de	Begegnungsstätte Tennenbacher Platz Tennenbacher Platz 38, 79106 Freiburg Linie 2 – Hauptfriedhof	auf Spendenbasis ohne Anmeldung

August			
Termin	Thema, Referent*in	Veranstaltungsort	Anmeldung und Kosten
Montag, 03.08. 10 Uhr	Wir sind Freytagstraße! Bastelangebot: Sommerliche Fensterdekoration mit Andrea Baumann, Sozialarbeiterin <i>Veranstalter und Kontakt:</i> Caritasverband Freiburg-Stadt e.V. Begegnungszentrum Freytagstraße, Tel. 79033500, seniorenwohnanlage-freytagstrasse@caritas-freiburg.de	Begegnungszentrum Freytagstraße Freytagstraße 6, 79114 Freiburg Linie 1 – Betzenhauser Torplatz	kostenfrei ohne Anmeldung
Dienstag, 11.08., 15-16.30 Uhr	Begegnungscafé „Aber bitte mit Sahne“ Herzliche Einladung zu Kaffee, Kuchen und Eiskaffee (mit oder ohne Sahne!) sowie zu netten Gesprächen und Begegnungen! (Angebot in den Sommermonaten) <i>Veranstalter:</i> AWO-Seniorenwohnanlage und Begegnungsstätte Im Grün, Tel. 27 57 95	AWO-Seniorenwohnanlage und Begegnungsstätte Im Grün Im Grün 5, 79098 Freiburg Linien 1, 2, 3, 4, 5 – Stadttheater	ohne Anmeldung auf Spendenbasis
Mittwoch, 12.08., 14.30-16 Uhr	<i>Kennenlernen / Informieren / Fragen stellen</i> Sie wollten schon immer wissen... ...was das Seniorenbüro mit Pflegestützpunkt und die Quartiersarbeit in St. Georgen anbieten? Sie interessieren sich für den Arbeitskreis „Älter werden“? <i>Veranstalter:</i> Arbeitskreis „Älter werden“ Quartiersarbeit St. Georgen mit Clara Freund und Seniorenbüro mit Pflegestützpunkt mit Erika Bächle <i>Kontakt und Informationen:</i> www.quartiersarbeit-frstg.de , quartiersarbeit.stgeorgen@diakonie.ekiba.de ,	Eiscafé Stube auf dem Stubenareal Blumenstr. 9, 79111 Freiburg Buslinie 11 - Kapellenwinkel	kostenfrei ohne Anmeldung
Dienstag, 18.08., 14.45 Uhr	„Grand Tour: eine musikalische Reise von West nach Ost“ Klavier-Konzert mit Elisabeth Bonneau <i>Veranstalter:</i> Begegnungszentrum Laubenhof, Tel. 69687822, muthny.e@sv-fr.de	Begegnungszentrum Laubenhof Weismannstraße 3, 79117 Freiburg Linie 1 – Hasemannstraße	kostenfrei, Spenden willkommen

September			
Termin	Thema, Referent*in	Veranstaltungsort	Anmeldung und Kosten
Freitag, 04.09., 15.30 Uhr	Ein Sommer am Meer - Eine Bilderreise an Frankreichs Atlantikküste Reisebericht mit Frowalt Janzer <i>Veranstalter:</i> Begegnungszentrum Kreuzsteinäcker Tel. 2108550, lau.e@sv-fr.de	Begegnungszentrum Kreuzsteinäcker Heinrich-Heine-Str. 10, 79117 Freiburg Linie 1 – Laßbergstraße	kostenfrei, Spenden willkommen
Dienstag, 08.09., 16.30- 17.30 Uhr	Digitalsprechstunde Andreas Kaiser von der Polizei Freiburg gibt Informationen und beantwortet Ihre Fragen rund um das Thema Handy, Tablet und Laptop und erklärt dabei digitale Sicherheit. Gerne können Sie uns Ihre Themen und Fragen auch vorher unter 0761-27 57 95 oder unter swa-imgruen@awo-freiburg.de mitteilen. <i>Veranstalter:</i> AWO-Seniorenwohnanlage und Begegnungsstätte Im Grün, Tel. 27 57 95	AWO-Seniorenwohnanlage und Begegnungsstätte Im Grün Im Grün 5, 79098 Freiburg Linien 1, 2, 3, 4, 5 – Stadttheater	ohne Anmeldung auf Spendenbasis
Donnerstag, 10.09., 15-17 Uhr	<i>Mitgliedertreffen mit Vortrag</i> Bericht über Wanderungen über den Jakobsweg <i>Referent:</i> Franz Ilg <i>Veranstalter und Kontakt:</i> Deutsche Parkinsonvereinigung Regionalgruppe Freiburg, Herr Dr. Meixner, Tel. 28 55 63 35, parkinson-freiburg@t-online.de	Gaststätte Mooswaldbierstube Elsässerstr. 58, 79110 Freiburg Linien 10 und 36 – Almendweg	kostenfrei

Termin	Thema, Referent*in	Veranstaltungsort	Anmeldung und Kosten
Montag, 14.09., 15.15 Uhr	<i>Vortrag</i> Mehr Gerechtigkeit ohne neue Schuldenberge <i>Referent:</i> Prof. Dr. Georg Cremer <i>Veranstalter:</i> Akademie der Älteren Generation Freiburg, www.akademie-aeltere-generation-freiburg.de	Augustinum Seniorenresidenz Weierweg 10, 79111 Freiburg Linie 4 – Innsbrucker Straße	Kostenbeteiligung 5 € ohne Anmeldung
Mittwoch, 16.09., 15.30- 16.30 Uhr	<i>Vortrag</i> Ein gutes Leben leben – auch mit einer Demenzerkrankung <i>Referentin:</i> Elfriede Marino, Fachkraft für Gerontopsychiatrie und Altenpflege <i>Veranstalter:</i> Begegnungszentrum Kreuzsteinäcker Tel. 2108555, lau.e@sv-fr.de	Begegnungszentrum Kreuzsteinäcker Heinrich-Heine-Str. 10, 79117 Freiburg Linie 1 – Laßbergstraße	ohne Anmeldung kostenfrei
Mittwoch, 16.09., 18-20 Uhr	<i>Monatliche Online-Vortragsreihe „Mit Demenz leben“</i> Krankenhausaufenthalt bei Demenz – was nun? Vorbereitung, Möglichkeiten, Unterstützung <i>Referentin:</i> Marita Schmidt, Pflegeexpertin (Demenz/Delir), ehemalig Pflegedirektion Robert-Bosch-Krankenhaus Stuttgart <i>Veranstalter und Anmeldung:</i> Alzheimer Gesellschaft BW in Kooperation mit der Fachberatung Demenz der Evangelischen Gesellschaft Stuttgart, Tel. 0711 / 24 84 96-74, www.alzheimer-bw.de	Online Zugangsdaten werden nach Anmeldung zugesendet	Anmeldung erforderlich kostenfrei

Termin	Thema, Referent*in	Veranstaltungsort	Anmeldung und Kosten
Donnerstag, 17.09., 16.30- 19.30 Uhr	GenussZeit: Einladung zum gemeinsamen Kochen, Begegnen und Genießen – mit Menschen aller Generationen! <i>Mit bekannten Köch*innen aus der Region:</i> Josefine Jegal, Hans-Albert Stechl, Dirk Esser... <i>Anmeldung:</i> https://ernaehrungsrat-freiburg.de/events/genusszeit-im-juli/ , Tel. 0152/07253761 (Ernährungsrat) oder Tel. 0151/22565370 (Stadtteilprojekt), fritz.ritzmann@deutscher-orden.de <i>Kooperationsprojekt von:</i> Stadtteilprojekt Katharinenstift und Ernährungsrat Freiburg & Region e.V. und zusammen leben e.V.	Merianschule Rheinstr. 3, 79104 Freiburg Linie 3, 5 – Europaplatz	mit Anmeldung, Platzzahl begrenzt kostenfrei
Samstag, 19.09., 19.30 Uhr	Klassik in Weingarten <i>Veranstalter:</i> Mehrgenerationenhaus/EBW, Tel. 4907840, info.mgh@kath-freiburg-suedwest.de , www.mehrgenerationenhaus-ebw-freiburg.de	Mehrgenerationenhaus EBW Sulzburger Str. 18 79114 Freiburg Linie 5 – Krozinger Straße Linie 3 – Rohrgraben	ohne Anmeldung auf Spendenbasis
Montag, 21.09., 14-15 Uhr	<i>Vortrag im Rahmen der Freiburger Woche der Demenz für An- und Zugehörige, Interessierte, Fachpersonen</i> Unterstützungsangebote für Menschen mit Demenz <i>Referentin:</i> Elisabeth Schauer, Seniorenbüro mit Pflegestützpunkt <i>Veranstalter:</i> Seniorenbüro mit Pflegestützpunkt (www.freiburg.de/senioren , Netzwerk Demenz Freiburg (www.freiburg.de/netzwerkdemenz)	Rathaus im Stühlinger Großer Sitzungssaal (Zimmer 302) Fehrenbachallee 12, 79106 Freiburg Linie 1, 2, 3, 4 – Rathaus im Stühlinger	kostenfrei ohne Anmeldung

Termin	Thema, Referent*in	Veranstaltungsort	Anmeldung und Kosten
Montag, 21.09., 14-15.30 Uhr	Infoveranstaltung zum Wintersemester 2026/2027 für Neueinsteiger*innen im Studium Plus an der Pädagogischen Hochschule Freiburg <i>Veranstalter und Kontakt: für Anmeldung:</i> Pädagogische Hochschule Freiburg, Studium Plus, studiumplus@ph-freiburg.de	Online Zugangsdaten nach Anmeldung per Mail an studiumplus@ph-freiburg.de	kostenfrei Anmeldung nötig
Montag, 21.09., 15-16 Uhr	<i>Vortrag im Rahmen der Freiburger Woche der Demenz für An- und Zugehörige, Interessierte, Fachpersonen</i> Hilfreiche Technik für Menschen mit Demenz - Produkte und Tipps für das Leben zu Hause <i>Referentin:</i> Anja Schwab, Leiterin Seniorenbüro mit Pfleigestützpunkt <i>Veranstalter:</i> Seniorenbüro mit Pfleigestützpunkt (www.freiburg.de/senioren , Netzwerk Demenz Freiburg (www.freiburg.de/netzwerkdemenz)	Rathaus im Stühlinger Großer Sitzungssaal (Zimmer 302) Fehrenbachallee 12, 79106 Freiburg Linie 1, 2, 3, 4 – Rathaus im Stühlinger	kostenfrei ohne Anmeldung
Montag, 21.09., 16.30- 18.30 Uhr	Demenz braucht Dich! Demenz Partner-Schulung online Die Schulung vermittelt Basiswissen zum Krankheitsbild und gibt Anregungen zum Umgang mit Menschen mit Demenz. <i>Referentin:</i> Ute Hauser, Geschäftsführerin der Alzheimer Gesellschaft Baden-Württemberg e.V. – Selbsthilfe Demenz <i>Veranstalter und Anmeldung:</i> Alzheimer Gesellschaft BW, www.alzheimer-bw.de	Online Zugangsdaten werden nach Anmeldung zugesendet	Anmeldung erforderlich kostenfrei

Termin	Thema, Referent*in	Veranstaltungsort	Anmeldung und Kosten
Montag, 21.09., 17-18.30 Uhr	<i>Workshop im Rahmen der Freiburger Woche der Demenz für An- und Zugehörige, Interessierte</i> Verlust braucht Mut - Über das fortwährende Abschiednehmen bei Demenz <i>Referentin:</i> Dr. Aniela Knoblich <i>Veranstalter:</i> Wohnheim St. Johann, Netzwerk Demenz Freiburg (www.freiburg.de/netzwerkdemenz) <i>Anmeldung bis 18.09.:</i> netzwerk@demenz-freiburg.de, Tel. 290 93 12	Wohnheim St. Johann Kirchstr. 13, 79100 Freiburg Linie 2, 4 – Johanneskirche	kostenfrei mit Anmeldung
Dienstag, 22.09., 10.30-11.30 Uhr	<i>Konzert im Rahmen der Freiburger Woche der Demenz für An- und Zugehörige, Menschen mit Demenz, Interessierte</i> Musik bleibt! Das Konzert ist in Ablauf, Atmosphäre und Ansprache auf die Bedürfnisse von Menschen mit Demenz abgestimmt. So entstehen musikalische Erlebnisse, die gemeinsam mit Angehörigen geteilt werden können. <i>Programm:</i> Jean-Philippe Rameau, Suite aus der Oper „Les Indes galantes“ <i>Mitwirkende:</i> François-Xavier Roth (Dirigent), SWR Symphonieorchester, Caroline Nees <i>Anmeldung bis 15.09.:</i> musikvermittlung@swr.de	FORUM Merzhausen Am Marktplatz 4, 79249 Merzhausen Buslinie 7208 – Gasthaus Grüner Baum, Merzhausen	kostenfrei mit Anmeldung per E-Mail

Termin	Thema, Referent*in	Veranstaltungsort	Anmeldung und Kosten
Dienstag, 22.09., 11-12 Uhr	<i>Angebot im Rahmen der Freiburger Woche der Demenz für An- und Zugehörige, Menschen mit Demenz, Interessierte</i> Stadtführung für Menschen mit und ohne Demenz mit Carola Scharck <i>Veranstalter:</i> Vistatours/Frau Scharck (schark@carola-schark.de), Seniorenbüro mit Pflegestützpunkt (www.freiburg.de/senioren) <i>Anmeldung bis 21.09.:</i> seniorenbuero@freiburg.de	Treffpunkt vor dem Bettenhaus Stiegeler am Augustinerplatz (Gerberau 34-36, blaues Haus) Linie 1, 2, 3, 4 – Bertoldsbrunnen	kostenfrei mit Anmeldung
Dienstag, 22.09., 14-16 Uhr	<i>Mitmachangebot im Rahmen der Freiburger Woche der Demenz für An- und Zugehörige, Menschen mit Demenz</i> Mitmachtraining "Trau dir's zu – Du schaffst es!" GRIPS-Hirnleistungstraining für Menschen jeden Alters zur Gesundheitsprophylaxe oder bei (leichter) Demenz <i>Leitung:</i> Ralf Jogerst, GRIPS Hirnleistungstraining <i>Anmeldung bis 18.09.:</i> grips@sv-fr.de, Tel. 61290648	Begegnungszentrum der Wohnanlage Kreuzsteinäcker Heinrich-Heine-Str. 10, 79117 Freiburg Linie 1 – Laßbergstraße	kostenfrei mit Anmeldung
Dienstag, 22.09., 14-16.30 Uhr	<i>Angebot im Rahmen der Freiburger Woche der Demenz für An- und Zugehörige, Menschen mit Demenz</i> Kaffee und Kuchen - Förderung und Gemeinschaft erleben in der Tagespflege mit kleinem Vortrag rund um die Tagespflege St. Nikolaus mit Judit Hasler <i>Veranstalter und Anmeldung:</i> Tagespflege St. Nikolaus, Caritasverband Freiburg-Stadt e.V., Tel. 7903 3550, tagespflege-st-nikolaus@caritas-freiburg.de	Tagespflege St. Nikolaus Am Sportplatz 2b 79112 Freiburg-Opfingen Linie 33 – Hofmattstraße	kostenfrei mit Anmeldung bis 17.09.

Termin	Thema, Referent*in	Veranstaltungsort	Anmeldung und Kosten
Dienstag, 22.09., 15-16 Uhr	<i>Angebot im Rahmen der Freiburger Woche der Demenz für Menschen mit Demenz, An- und Zugehörige, Interessierte</i> Ein Chor für uns: Chorsingen für Menschen mit und ohne Demenz mit anschließendem Begegnungscafé <i>Chorleiter:</i> Frank Leenen <i>Veranstalter und Kontakt:</i> Heinrich-Hansjakob-Haus, hanna.berger@caritas-freiburg.de, Tel. 79033523	Heinrich-Hansjakob-Haus Begegnungsraum im EG Talstraße 29, 79102 Freiburg Linie 1 – Schwabentorbrücke Linie 2, 4 – Johanneskirche	kostenfrei mit Anmeldung
Dienstag, 22.09., 15-16.30 Uhr	Begegnungscafé „Aber bitte mit Sahne“ Herzliche Einladung zu Kaffee, Kuchen und Eiskaffee (mit oder ohne Sahne!) sowie zu netten Gesprächen und Begegnungen. (Angebot in den Sommermonaten) <i>Veranstalter:</i> AWO-Seniorenwohnanlage und Begegnungsstätte Im Grün, Tel. 27 57 95	AWO-Seniorenwohnanlage und Begegnungsstätte Im Grün Im Grün 5, 79098 Freiburg Linien 1, 2, 3, 4, 5 – Stadttheater	ohne Anmeldung auf Spendenbasis
Dienstag, 22.09., 17-18.30 Uhr	<i>Vortrag im Rahmen der Freiburger Woche der Demenz für An- und Zugehörige, Interessierte, Fachpersonen</i> „Ich will Dir nichts tun“ – Deeskalation in herausfordernden Situationen <i>Referent:</i> Luigi Palmisciano, Hausleitung Wohnheim St. Johann <i>Veranstalter:</i> Wohnheim St. Johann, Netzwerk Demenz Freiburg (www.freiburg.de/netzwerkdemenz) <i>Anmeldung bis 18.09.:</i> netzwerk@demenz-freiburg.de, Tel. 290 93 12	Wohnheim St. Johann Kirchstr. 13, 79100 Freiburg Linie 2, 4 – Johanneskirche	kostenfrei mit Anmeldung

Termin	Thema, Referent*in	Veranstaltungsort	Anmeldung und Kosten
Dienstag, 22.09., 18-20 Uhr	<i>Kinofilm im Rahmen der Freiburger Woche der Demenz für Menschen mit Demenz, An- und Zugehörige, Interessierte, Fachpersonen</i> "DIAGNOSE DEMENZ - Ein Schrecken ohne Gespenst Das Leben hat eine Chance verdient. Die Filmemacher*innen Günter Roggenhofer (Produzent & Regisseur) und Anna Daller werden anwesend sein und für einen persönlichen Austausch zur Verfügung stehen. <i>Veranstalter:</i> Home Instead Freiburg, Ambulante Soziale Dienste Freiburg GmbH	Harmonie Arthaus Kino Grünwälderstr. 16-18, 79098 Freiburg Linie 1, 2, 3, 4 – Bertoldsbrunnen	Regulärer Ticketverkauf im Harmonie Kino (8 €/10 € Loge), (https://harmonie-kino.de/)
Mittwoch, 23.09., 15.30- 16.30 Uhr	<i>Angebot im Rahmen der Freiburger Woche der Demenz für An- und Zugehörige, Interessierte</i> Erleben. Verstehen. Mitgestalten. Die informative Hausführung mit Dialog im St. Marienhaus <i>Referent*innen:</i> Timo Schondelmaier, Janet Wagner <i>Veranstalter:</i> Marienhaus St. Johann e.V. <i>Anmeldung bis 22.09.:</i> empfangm@marienhaus-freiburg.de, Tel. 7055-1000	St. Marienhaus Foyer (Eingang Scheffelstraße) Talstr. 31, 79102 Freiburg Linie 1 – Schwabentorbrücke	kostenfrei mit Anmeldung
Mittwoch, 23.09., 16.30- 17.30 Uhr	<i>Vortrag im Rahmen der Freiburger Woche der Demenz für An- und Zugehörige, Interessierte</i> Leistungen der Pflegeversicherung <i>Referentin:</i> Kerstin Niermann, Seniorenbüro mit Pflegestützpunkt <i>Veranstalter und Anmeldung:</i> Marienhaus St. Johann e.V. empfangm@marienhaus-freiburg.de, Tel. 7055-1000	St. Marienhaus Varioraum (Erdgeschoss) Talstr. 31, 79102 Freiburg Linie 1 – Schwabentorbrücke	kostenfrei mit Anmeldung bis 22.09.

Termin	Thema, Referent*in	Veranstaltungsort	Anmeldung und Kosten
Mittwoch, 23.09., 17-18.30 Uhr	<i>Vortrag und Gespräch im Rahmen der Freiburger Woche der Demenz für Menschen mit Demenz, An- und Zugehörige, Interessierte, Fachpersonen</i> Unterstützungsmöglichkeiten bei Pflegebedarf von Menschen mit und ohne Demenz <i>Referentin:</i> Alina Hetterich, stellvertretende Pflegedienstleitung der Diakoniestation Freiburg des Ev. Stift <i>Veranstalter:</i> Begegnungsstätte Altstadt im Evangelischen Stift, Netzwerk Demenz Freiburg <i>Kontakt:</i> Frau Bichnigauri / Frau Mihm, Tel. 31913118, begegnungsstaette@stift-freiburg.de	Begegnungsstätte Altstadt im Evangelischen Stift, Cafeteria (Zugang über den Stiftspark, zwischen Haus Nr. 6 und Nr. 8) Hermannstr. 14, 79098 Freiburg Linie 3, 5 – Europaplatz	kostenfrei ohne Anmeldung
Mittwoch, 23.09., 17-18.30 Uhr	<i>Vortrag im Rahmen der Freiburger Woche der Demenz für An- und Zugehörige, Interessierte, Fachpersonen</i> Demenz. Technik. Teilhabe. Neue Perspektiven für Begleitung, Pflege und Versorgung <i>Referent*innen:</i> Sven Ziegler, Fabian Montigel, Dennis Proy, Sophia Mählmann, Nikola Merz <i>Veranstalter:</i> Pflegepraxiszentrum, Universitätsklinikum Freiburg, ppz-freiburg@uniklinik-freiburg.de	Universitätsklinikum Freiburg Neurozentrum, Konferenzraum 1+2 (EG) Breisacherstr. 64, 79106 Freiburg Linie 4 – Kilianstraße	kostenfrei ohne Anmeldung
Mittwoch, 23.09., 18-20 Uhr	<i>Vortrag im Rahmen der Freiburger Woche der Demenz für An- und Zugehörige, Interessierte</i> Demenz verstehen: Informationen und Hilfen für den Alltag <i>Referentin:</i> Dr. Iris Wernher, Demenzbotschafterin <i>Veranstalter:</i> Haslacher Netz, Nachbarschaftswerk FR e.V., in Kooperation mit der Alzheimer Gesellschaft und mit freundlicher Unterstützung der BARMER	Stadtteilbüro Haslach Melanchthonweg 9b, 79115 Freiburg Linie 5 – Dorfbrunnen	kostenfrei ohne Anmeldung

Termin	Thema, Referent*in	Veranstaltungsort	Anmeldung und Kosten
Mittwoch, 23.09., 20-21.30 Uhr	<i>Bürgerforum im Rahmen des 16. DGP Kongress unter dem Motto „palliativ – leben im grenzland“</i> Wie will ich einmal sterben? Nachdenken über das Lebensende <i>Mitwirkende:</i> Prof. Dr. Gerhild Becker (Palliativmedizin, Freiburg) und weitere Gäste auf dem Podium <i>Veranstalter:</i> Katholische Akademie der Erzdiözese Freiburg in Zusammenarbeit mit dem Lehrstuhl für Palliativmedizin des Universitätsklinikums Freiburg <i>Kontakt:</i> mail@katholische-akademie-freiburg.de, Tel. 319180, http://www.katholische-akademie-freiburg.de Weitere Veranstaltungen während des Kongresses unter www.palliativ-freiburg-2026.de einsehbar.	Historisches Kaufhaus Münsterplatz 24, 79098 Freiburg Linien 1, 2, 3 und 4 – Bertoldsbrunnen	Anmeldung erwünscht: www.katholische-akademie-freiburg.de/veranstaltungen/palliative-care-forum kostenfrei
Donnerstag, 24.09., 9.30-11.30 Uhr	<i>Mitmach-Angebot im Rahmen der Freiburger Woche der Demenz für Menschen mit Demenz, An- und Zugehörige, Interessierte</i> Tüfteln für Jung und Alt Experimentieren mit Licht, Schatten und Balance mit Luisa Gerstgrasser (Wissenschaftsvermittlerin) und Ryan Jenkins (Wissenschaftsvermittler) <i>Veranstalter und Kontakt:</i> Caritasverband Freiburg-Stadt e.V., Begegnungszentrum Freytagstraße, Tel. 79033500, seniorenwohnanlage-freytagstrasse@caritas-freiburg.de	Begegnungszentrum Freytagstraße Freytagstraße 6, 79114 Freiburg Linie 1 – Betzenhauser Torplatz	kostenfrei Anmeldung bis 01.09. erforderlich

Termin	Thema, Referent*in	Veranstaltungsort	Anmeldung und Kosten
Donnerstag, 24.09., 10-11.30 Uhr	<i>Mitmach-Angebot im Rahmen der Freiburger Woche der Demenz für An- und Zugehörige, Menschen mit Demenz, Interessierte</i> "Olympia mal anders gedacht." Mitsportlern – Mitbewegen – Mitlachen. Olympiatraining im St. Marienhaus <i>Leitung:</i> Marion Assaad Dib <i>Veranstalter:</i> Marienhaus St. Johann e.V. <i>Anmeldung bis 23.09.:</i> regina.pfaendler@marienhaus-freiburg.de, Tel. 7055-1522	St. Marienhaus Foyer (Eingang Scheffelstraße) Talstr. 31, 79102 Freiburg Linie 1 – Schwabentorbrücke	kostenfrei mit Anmeldung
Donnerstag, 24.09., 10-13 Uhr	<i>Mitmach-Angebot im Rahmen der Freiburger Woche der Demenz für Menschen mit Demenz/Vergesslichkeit mit Begleitperson</i> Walderlebnis – mit den Sinnen erinnern. Ein Vormittag zum Thema "Wald und Natur", zum Abschluss gibt es ein gemeinsames Mittagessen (Suppe). <i>Leitung:</i> Daniela Getto & Iris Wernher <i>Veranstalter:</i> WaldHaus Freiburg gemeinsam mit Initiative DemenzBotschafter:innen BW <i>Anmeldung bis 21.09.:</i> Iris Wernher, demenz-botschafter@wernher.de, Tel. 0160 92677710	WaldHaus Freiburg Wonnhaldestr. 6, 79100 Freiburg Linie 2 – Wonnhalde	kostenfrei mit Anmeldung

Termin	Thema, Referent*in	Veranstaltungsort	Anmeldung und Kosten
Donnerstag, 24.09., 10-16 Uhr	<i>Angebot im Rahmen der Freiburger Woche der Demenz für Menschen mit Demenz, An- und Zugehörige, Interessierte</i> Tag der offenen Tür - 10 Uhr: Vorstellung Begegnungszentrum und Angebote - 10.30-11.30 Uhr: Gedächtnistraining - 12 Uhr: Einführung Qi Gong - 13.45-15.30 Uhr: Kreativgruppe - 14 Uhr: Vorstellung Französisch- und Spielegruppe In den Pausen Gelegenheit zum Gespräch bei Kaffee und Kuchen, Veränderungen im zeitlichen Ablauf vorbehalten. <i>Veranstalter:</i> Begegnungszentrum Stühlinger, VFS e.V., bz@vfs-ev.de	Begegnungszentrum Stühlinger Ferdinand-Weiß-Str. 70a, 79106 Freiburg Linien 1, 2, 3 und 4 – Eschholzstraße	ohne Anmeldung
Donnerstag, 24.09., 15-16.30 Uhr	<i>Zwei Vorträge im Rahmen der Freiburger Woche der Demenz für Menschen mit Demenz, An- und Zugehörige, Interessierte</i> Raum gibt Halt – Demenzgerechte Umfeldgestaltung und Mit Demenz im Krankenhaus – Vorbereitungs- und Unterstützungsmöglichkeiten <i>Referent*innen:</i> Martin Neumann, Felix Kentischer, Franz Anselm <i>Veranstalter und Kontakt:</i> Pflegeexperten APN (Geriatric/Delir) Universitätsklinikum Freiburg (franz.anselm@uniklinikum-freiburg.de) und St. Carolushaus	St. Carolushaus Habsburgerstraße 107a, 79104 Freiburg Linie 3 – Tennenbacher Straße	kostenfrei ohne Anmeldung

Termin	Thema, Referent*in	Veranstaltungsort	Anmeldung und Kosten
Donnerstag, 24.09., 15.30-17 Uhr	<i>Hausführung und Gespräch im Rahmen der Freiburger Woche der Demenz für An- und Zugehörige, Interessierte</i> Erleben. Verstehen. Mitgestalten. Die informative Hausführung mit Dialog im St. Marienhaus <i>Referent*innen:</i> Timo Schondelmaier, Janet Wagner <i>Veranstalter:</i> Marienhaus St. Johann e.V. <i>Anmeldung bis 23.09.:</i> empfangm@marienhaus-freiburg.de , Tel. 7055-1000	St. Marienhaus Foyer (Eingang Scheffelstraße) Talstr. 31, 79102 Freiburg Linie 1 – Schwabentorbrücke	kostenfrei mit Anmeldung
Donnerstag, 24.09., 15.30- 17.30 Uhr	<i>Angebot im Rahmen der Freiburger Woche der Demenz für An- und Zugehörige, Interessierte</i> DemenzWissen kompakt: Informations- und Gesprächsangebot <i>Gesprächspartner*innen:</i> Renate Feißt, Regina Kraus, Engagierte des Woge e.V. <i>Veranstalter:</i> Tel. 0157 30 82 36 36, info@wogevauban.de , www.wogevauban.de	Kirchenräume OASE – Vauban Vaubanallee 11, 79100 Freiburg Linie 4 – Paula-Modersohn-Platz	kostenfrei ohne Anmeldung
Donnerstag, 24.09., 18-19.30 Uhr	<i>Vortrag im Rahmen der Freiburger Woche der Demenz für An- und Zugehörige, Interessierte, Fachpersonen</i> „Heute schon für morgen sorgen!“ – Vorsorgevollmacht, Patientenverfügung und Betreuungsverfügung <i>Referent:</i> Jürgen Borho, Betreuungsverein des SKM Freiburg <i>Veranstalter:</i> Betreuungsverein des SKM Freiburg in Kooperation mit dem Betreuungsverein der Diakonie Freiburg und der Betreuungsbehörde (Amt für Soziales, Stadt Freiburg)	Amt für Soziales Großer Sitzungssaal (2. OG) Rathaus im Stühlinger (Bestandsbau) Fehrenbachallee 12, 79106 Freiburg Linie 1, 2, 3, 4 – Rathaus im Stühlinger	kostenfrei ohne Anmeldung

Termin	Thema, Referent*in	Veranstaltungsort	Anmeldung und Kosten
Donnerstag, 24.09., 18.30- 20.30 Uhr	<i>Angebot im Rahmen der Freiburger Woche der Demenz für An- und Zugehörige, Interessierte, Fachpersonen</i> Hands on Dementia Parcours: Den Alltag eines Menschen mit Demenz erleben. Interaktiver Erlebnis-Parcours/Selbsterfahrungsangebot: „Wie fühlt sich Demenz wirklich an?“ <i>Anleitung:</i> Marija Galjer, Referatsleitung Soziales Ehrenamt <i>Veranstalter und Anmeldung:</i> Malteser Hilfsdienst e.V., SozialesEhrenamt.Freiburg@malteser.org, Tel. 45525 147	Malteser Hilfsdienst e.V. Gebäude D, 1. Stock (nicht barrierefrei) Heinrich-von-Stephan-Str. 14 79100 Freiburg Linien 4 – Rehlingstraße	kostenfrei mit Anmeldung bis 23.09.
Freitag, 25.09., 10-11 Uhr	<i>Angebot im Rahmen der Freiburger Woche der Demenz für Menschen mit Demenz, An- und Zugehörige, Interessierte</i> Gemeinsames Singen für Menschen mit und ohne Demenz <i>Anleitung:</i> Dorothee Schülke-Stich <i>Veranstalter:</i> Katharinenstift	Katharinenstift Leopoldring 13, 79098 Freiburg Linie 3, 5 – Europaplatz	kostenfrei ohne Anmeldung
Freitag, 25.09., 10-13 Uhr	<i>Angebot im Rahmen der Freiburger Woche der Demenz für Auszubildende und Fachpersonen (max. zwei Personen pro Einrichtung)</i> Demenz verstehen: Selbsterleben mit dem Demenz-Parcours (mit Stationen, die Auswirkungen von Demenz erfahrbar machen) <i>Anleitung:</i> Anja Schwab und Elisabeth Schauer, Seniorenbüro mit Pflegestützpunkt <i>Veranstalter und Anmeldung:</i> Seniorenbüro mit Pflegestützpunkt, Tel. 201-3032, www.freiburg.de/senioren, seniorenbuero@freiburg.de	Rathaus im Stühlinger Konferenzzentrum, Raum Schauinsland Fehrenbachallee 12, 79106 Freiburg Linien 1, 2, 3, 4 – Rathaus im Stühlinger	kostenfrei mit Anmeldung bis 23.09.

Termin	Thema, Referent*in	Veranstaltungsort	Anmeldung und Kosten
Freitag, 25.09., 14-18 Uhr	<i>Angebot im Rahmen der Freiburger Woche der Demenz für Menschen mit Demenz, An- und Zugehörige, Interessierte</i> Sinnesparcours und Bewegungsangebot <i>Anleitung und Veranstalter:</i> Mitarbeitende der Evangelischen Sozialstation Freiburg	Stadtgarten Freiburg Linie 27 – Stadtgarten	kostenfrei ohne Anmeldung
Freitag, 25.09., 18-19.30 Uhr	<i>Vortrag im Rahmen der Freiburger Woche der Demenz für An- und Zugehörige, Interessierte, Fachpersonen</i> Das Gehirn, ein Wollknäuel und was jeder über Demenz wissen sollte <i>Referentin:</i> Sonja Traxel <i>Veranstalter:</i> Gerontopsychiatrisches Pflegezentrum Landwasser, info@gpl.de	Gerontopsychiatrisches Pflegezentrum Landwasser Wirthstraße 19, 79110 Freiburg Linie 1 – Diakoniekrankenhaus	kostenfrei ohne Anmeldung
Freitag, 25.09., 19.30 Uhr	Internationale Musikkneipe Vielfältiges Live-Programm von Pop, Jazz, Klassik bis Folk mit Solisten, Instrumental- und Vokalgruppen; anschließend je nach Stimmung häufig "Open Session". <i>Veranstalter:</i> Mehrgenerationenhaus EBW, Tel. 4907840, info.mgh@kath-freiburg-suedwest.de www.mehrgenerationenhaus-ebw-freiburg.de	Mehrgenerationenhaus EBW Sulzburger Str. 18, 79114 Freiburg Linie 5 – Krozinger Straße Linie 3 – Rohrgraben	auf Spendenbasis ohne Anmeldung
Samstag, 26.09., 11-13 Uhr	<i>Angebot im Rahmen der Freiburger Woche der Demenz für Menschen mit Demenz, An- und Zugehörige, Interessierte</i> Begegnungsangebot: Erinnerungen wecken bei einer Tasse Kaffee und Katzenszungen <i>Veranstalter:</i> Stadtseniorenrat e.V., www.freiburg.de/stadtseniorenrat	Treffpunkt: Schusterstraße / Ecke Galeria Kaufhof Linien 1, 2, 3 und 4 – Bertoldsbrunnen	kostenfrei ohne Anmeldung

Termin	Thema, Referent*in	Veranstaltungsort	Anmeldung und Kosten
Sonntag, 27.09., 15 Uhr	<i>Angebot im Rahmen der Freiburger Woche der Demenz für Menschen mit Demenz, An- und Zugehörige, Interessierte</i> Zaubershow mit Zauberer Werner Graff alias Francesco Valentino <i>Veranstalter und Kontakt:</i> Sozialdienst Erlenhof (Frau Bappert, Frau Timm), sozialdienst@erlenhof.net	Seniorenresidenz Erlenhof Erlenweg 3a-d, 79115 Freiburg Linie 14 – Marienmattenweg	kostenfrei ohne Anmeldung
Montag, 28.09., 15.15 Uhr	Vortrag: Der Riesen-Codex der Hildegard von Bingen – ein Bücherschicksal zwischen Ost und West <i>Referentin:</i> Dr. Marianne Dörr <i>Veranstalter:</i> Akademie der Älteren Generation Freiburg, www.akademie-aeltere-generation-freiburg.de	Augustinum Seniorenresidenz Weierweg 10, 79111 Freiburg Linie 4 – Innsbrucker Straße	Kostenbeteiligung 5 € ohne Anmeldung
Dienstag, 29.09., 16 Uhr	„Täuschen, lügen, tricksen – der Betrug am Telefon“ Bernhard Müller (Referat Prävention, Polizeipräsidium Freiburg) gibt einen Überblick über die Tricks und Strategien der Kriminellen und gibt Tipps, wie man sich vor diesen Anrufstraftaten schützen kann. <i>Veranstalter und Anmeldung:</i> AWO-Seniorenwohnanlage und Begegnungsstätte Im Grün, Tel. 27 57 95, swa-imgruen@awo-freiburg.de	AWO-Seniorenwohnanlage und Begegnungsstätte Im Grün Im Grün 5, 79098 Freiburg Linien 1, 2, 3, 4, 5 – Stadttheater	kostenfrei, Getränke auf auf Spendenbasis ohne Anmeldung
Dienstag, 29.09., 18 Uhr	Lesung der e.u.l.e Literaturzeitschrift <i>Veranstalter:</i> e.u.l.e.-Redaktion des Studium Plus der Pädagogischen Hochschule Freiburg	Literaturhaus Freiburg Bertoldstr.17, 79098 Freiburg Linie 1, 2, 3, 4 – Bertoldsbrunnen	Eintritt frei, Spenden willkommen ohne Anmeldung
Mittwoch, 30.09., 17-18.30 Uhr	<i>Vortrag</i> Unterstützung im Alter und bei Pflegebedürftigkeit <i>Referent:</i> Stefan Langrock, Seniorenbüro mit Pflegestützpunkt <i>Veranstalter:</i> Haslacher Netz, Nachbarschaftswerk FR e.V.	Stadtteilbüro Haslach Melanchthonweg 9b, 79115 Freiburg Linie 5 – Dorfbrunnen	kostenfrei ohne Anmeldung

2. Regelmäßige Gesprächskreise, offene Sprechstunden, Einzelberatungsangebote, Selbsthilfe- und Angehörigengruppen			
Termin	Thema, Referent*in	Veranstaltungsort	Anmeldung und Kosten
montags und donnerstags, 10-12 Uhr	Offene Sprechstunde und Info-Telefon Rat und Informationen zum Älterwerden <i>Veranstalter:</i> Stadt seniorenrat Freiburg e.V. <i>Kontakt:</i> Tel. 201-3070 (montags und donnerstags, 10-12 Uhr oder Anrufbeantworter), info@ssr-freiburg.de www.freiburg.de/stadt seniorenrat	Stadt seniorenrat Freiburg e.V. Schusterstraße 19, 79098 Freiburg Linien 1, 2, 3 und 4 – Bertoldsbrunnen	kostenfrei
jeden letzten Montag im Monat, 16-18 Uhr	StoP Projekt (Stadtteile ohne Partnergewalt) StoP stärkt Nachbarschaften, um häusliche Gewalt sichtbar zu machen, Betroffene zu unterstützen und Zivilcourage zu fördern für ein gewaltfreies und solidarisches Miteinander im Stadtteil. <i>Veranstalter und Kontakt:</i> Forum Weingarten e.V., Tel. 46611, info@forum-weingarten.de / hellmich@forum-weingarten.de ,	Stadtteilbüro Weingarten Krozinger Str. 11, 79114 Freiburg Linie 5 – Krozinger Straße	kostenfrei Kontaktaufnahme erwünscht
montags (ab 14.09., i.d.R. wöchentlich; Reihe mit 14 Terminen), 17-18 Uhr	Kurz und kompakt: Web-Talk Angehörige betreuen oder pflegen (Seminarnummer: ON-HPPF106-26**) Die Web-Talk-Reihe bietet Informationen und Orientierung zu folgenden Themen: Beratungs- und Entlastungsangebote, Finanzierung der Pflege, Wohnformen, Demenz, Vorsorge durch Vollmacht und Patientenverfügung, aktive Selbstfürsorge. Bei allen Terminen ist Zeit, um zum Thema des Web-Talks Fragen zu stellen. <i>Veranstalter und Kontakt:</i> Unfallkasse BW - Akademie, www.ukbw.de , Tel. 0711/ 9321-0	Online www.ukbw.de , Menüpfad: Akademie/ Onlineseminare/ Pflegende Angehörige	Anmeldung online kostenfrei

Termin	Thema, Referent*in	Veranstaltungsort	Anmeldung und Kosten
jeden 1. Montag im Monat, 18-20 Uhr (Termine auf der Website)	<i>Trauergruppe</i> Der 1. Montag Für Trauernde, die einen lieben Menschen verloren haben. <i>Veranstalter:</i> Hospizgruppe Freiburg e.V., www.hospizgruppe-freiburg.de <i>Vorgespräch und Anmeldung:</i> Frau Bargenda/Frau Tonzer, Tel. 88 149 88; hospizgruppe@hospizgruppe-freiburg.de	Hospizgruppe Freiburg e.V. Türkenlouisstr. 22, 79102 Freiburg Linie 2 – Lorettostraße S1/10/11 – Bahnhof Wiehre	5 € / Treffen Anmeldung und Vorgespräch erforderlich
jeden 1. Dienstag im Monat, (07.07., 01.09., 06.10.), 14-16 Uhr (im August kein Termin)	<i>Spaziergang und Austausch</i> Spaziergänge für pflegende und betreuende Angehörige – Gemeinsam unterwegs sein Gegenseitiger Austausch mit Bewegung in der Natur. <i>Information und Kontakt:</i> Netzwerk pflegeBegleitung Freiburg Geli Drewniok, Tel. 55 28 87	Start und Streckenverlauf werden jeweils in der Tagespresse (Badische Zeitung) veröffentlicht. Der Spaziergang findet bei jedem Wetter statt. Im August pausiert der Spaziergang.	kostenfrei Anmeldung (telefonisch) erforderlich
am 2. Dienstag im Monat (nicht in den Ferien oder an Feiertagen), 14-15.30 Uhr	Smartphone-Sprechstunde für Senioren und Senioritas Schüler*innen beraten und helfen zu Fragen rund ums Smartphone. Man darf so oft kommen, wie man will. <i>Rückfragen an:</i> Ria Hinken, Tel. 23 673 e-mail@alterskompetenz.info www.smartphone-sprechstunde.org/	Max-Weber-Schule im Erdgeschoss Fehrenbachallee 14, 79106 Freiburg Linien 1, 2, 3 und 4 – Rathaus im Stühlinger	kostenfrei ohne Anmeldung

Termin	Thema, Referent*in	Veranstaltungsort	Anmeldung und Kosten
<u>Landwasser:</u> dienstags, 15-17 Uhr und <u>Brühl:</u> mittwochs 10-13 Uhr	Behördenlots*innen Ehrenamtliche unterstützen Ratsuchende bei der Kommunikation mit Ämtern und Behörden und bieten ganze konkrete Hilfe beim Ausfüllen von Anträgen sowie dem Verstehen und Erstellen von Briefen an. <i>Veranstalter:</i> DRK Kreisverband FR in Zusammenarbeit mit der Anerkennungsberatung <i>Kontakt:</i> Laura Rodríguez Alonso (Behördenlotsin), Tel. 0170 / 77 96 162	Landwasser: im Einkaufszentrum gegenüber kath. Kirche, Auwaldstraße 92, 79110 Freiburg Linie 1 – Diakonie-Krankenhaus Brühl: im Stadtteiltreff Tennenbacher Straße 36, 79106 Freiburg Linie 3 – Tennenbacher Straße	kostenfrei ohne Anmeldung
mittwochs, 10-12 Uhr	Formularhilfe für ältere Menschen Schwerpunkt Innenstadt Freiburg Ehrenamtliche Unterstützung bei Formularen aller Art: Beantragung Pflegegrad, Wohngeld, Grundsicherung, Befreiung Medikamentenkosten, Versicherungen. Hausbesuche möglich! <i>Kontakt Formularhilfe:</i> 0163/8663013 (nur mittwochs, 10-12 Uhr), FR-Formularhilfe@web.de <i>Ansprechperson und Kontakt:</i> Fritz Ritzmann, Tel. 0151/22565370, fritz.ritzmann@deutscher-orden.de	In den Räumen des Stadtseniorenrats Freiburg e.V. Schusterstraße 19, 79098 Freiburg Linien 1, 2, 3 und 4 – Bertoldsbrunnen	kostenfrei mit und ohne Anmeldung möglich
jeden 4. Mittwoch im Monat (22.07., nicht in den Ferien), 12.45-14.45 Uhr	Digital-Sprechstunde Fragen zu Smartphone, Tablet oder Laptop? Ob WhatsApp, E-Mails oder das Speichern von Fotos – Ehrenamtliche beantworten Fragen <i>Veranstalter:</i> Mehrgenerationenhaus EBW, Tel. 4907840, info.mgh@kath-freiburg-suedwest.de , www.mehrgenerationenhaus-ebw-freiburg.de	Mehrgenerationenhaus EBW Sulzburger Str. 18, 79114 Freiburg Linie 5 – Krozinger Straße Linie 3 – Rohrgraben	kostenfrei ohne Anmeldung

Termin	Thema, Referent*in	Veranstaltungsort	Anmeldung und Kosten
<u>Ungerade Monate:</u> mittwochs (15.07., 16.09.), 14.15- 15:45 Uhr <u>Gerade Monate:</u> dienstags (18.08.), 17-18.30 Uhr	<i>Stammtisch</i> Moderiertes Gesprächsangebot für Menschen in Pflegesituationen – Kontakt und Austausch von pflegenden und betreuenden Personen. <i>Organisation:</i> Netzwerk pflegeBegleitung Freiburg in Kooperation mit dem Heinrich-Hansjakob-Haus <i>Kontakt:</i> Waltraud Keller, Tel. 290 93 12, pflegeBegleitung@t-online.de	Heinrich-Hansjakob-Haus Konferenzraum , EG links Talstr. 29, 79102 Freiburg Linie 1 – Schwabentorbrücke Linien 2 und 4 – Johanneskirche	kostenfrei ohne Anmeldung
jeden 1. Mittwoch im Monat (01.07., 02.09.), 14-15.30 Uhr	Offene Sprechstunde für pflegende und betreuende An- und Zugehörige – Die offene Sprechstunde ist eine Möglichkeit zum Einzelgespräch für Menschen, die einen anderen nahestehenden Menschen pflegen oder unterstützen. <i>Information und Kontakt:</i> Netzwerk pflegeBegleitung Geli Drewniok, Tel. 55 28 87, geli.drewniok@gmx.de	Heinrich-Hansjakob-Haus Konferenzraum (EG, Flur links) Talstr. 29, 79102 Freiburg Linie 1 – Schwabentorbrücke Linien 2 und 4 – Johanneskirche	kostenfrei telefonische Anmeldung erwünscht
mittwochs, 15-18 Uhr	Schreibstube Ehrenamtliche unterstützen Ratsuchende bei der Kommunikation mit Ämtern und Behörden und bieten ganze konkrete Hilfe beim Ausfüllen von Anträgen sowie dem Verstehen und Erstellen von Briefen an. <i>Veranstalter:</i> DRK Kreisverband FR in Zusammenarbeit mit der Anerkennungsberatung <i>Kontakt:</i> Katharina Seitz, Tel. 20 57 41 286 info@schreibstube-freiburg.de	Stühlinger Gewerbehof Eingang im Innenhof Ferdinand-Weiß-Str. 9a, 79106 Freiburg Linien 1, 2, 3 und 4 – Eschholzstraße Linie 14 – Ferdinand-Weiß-Straße	kostenfrei ohne Anmeldung

Termin	Thema, Referent*in	Veranstaltungsort	Anmeldung und Kosten
1. und 3. Mittwoch im Monat, 16-18 Uhr	Digitalcafé 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, qu46@quartierstreff.de , www.quartierstreff.de	Quartierstreff 46 Zähringer Straße 46, 79108 Freiburg Linie 3 – Tullastraße	Kostenfrei, Spenden erwünscht
alle 2 Monate am einem Mittwoch (15.07., 16.09.), 16-17.30 Uhr	Trauer im Café Abschiedssituationen sind vielfältig und fordern uns. Offenes Angebot für Menschen, die ihrer Trauer Raum geben möchten und Austausch mit anderen suchen. <i>Veranstalter:</i> c-punkt Münsterforum zusammen mit der Hospizgruppe Freiburg e.V. <i>Kontakt:</i> hospizgruppe@hospizgruppe-freiburg.de www.hospizgruppe-freiburg.de	Café Inklusiv c-punkt Münsterforum Herrenstr. 33, 79098 Freiburg Linien 3 und 5, 27 – Europaplatz	kostenfrei ohne Anmeldung
freitags, 9.30-12.30 Uhr (jeweils 30min./Termin; ggf. auch 2 Termine buchbar)	„Enkelsprechstunde“ – Unterstützung im Umgang mit Smartphone, Tablet und Co. mit Studierenden aus dem intergenerativen Wohnen des Evangelischen Stift Bitte beachten: die Enkelsprechstunde macht Semesterpause vom 20.07. bis ca. Mitte Oktober! Wer in der Zwischenzeit Unterstützung bei Smartphone und Co. braucht, kann mit dem Mobilen Freiburger Altenservice (MoFa) einen Termin vereinbaren: Tel. 31913147 <i>Rückfragen und Anmeldung an:</i> Begegnungsstätte Altstadt im Evangelischen Stift, Frau Bichnigauri / Frau Mihm, Tel. 31913118, begegnungsstaette@stift-freiburg.de	Evangelisches Stift Begegnungsstätte Altstadt Cafeteria Hermannstr. 14, 79098 Freiburg Linien 3 und 5 – Europaplatz	kostenfrei Anmeldung erforderlich

Termin	Thema, Referent*in	Veranstaltungsort	Anmeldung und Kosten
am 2. Donnerstag im Monat (09.07., 13.08.,10.09.), 16-18 Uhr	<i>Treffpunkt für Trauernde – ökumenisches Angebot</i> Lebensspuren – Offener Gesprächskreis für Trauernde für alle, die einen nahestehenden Menschen durch Tod verloren haben und um ihn trauern <i>Veranstalter:</i> Kath. Seelsorgeeinheit Freiburg-Nordwest in Zusammenarbeit mit der Matthäusgemeinde <i>Ansprechpartnerin:</i> Anja Berkmann, Tel. 80 71 30, anja.berkmann@kath-freiburg.de, www.kath-freiburg.de	Offenes Wohnzimmer der Gemeinde St. Albert, Gemeindezentrum St. Albert Sundgaullee 9, 79114 Freiburg Linie 1 – Am Bischofskreuz	kostenfrei ohne Anmeldung
am 2. Samstag im Monat Wanderdauer ca. 3h, Start vormittags	<i>Trauernde wandern</i> Aufbruch – Gemeinsam (neue) Wege gehen Dreistündige Wanderung von einem*einer Wanderleiter*in und erfahrenen Mitarbeitenden der Hospizgruppe begleitet. <i>Veranstalter:</i> Hospizgruppe Freiburg e.V., in Zusammenarbeit mit dem Deutschen Alpenverein, Sektion Freiburg <i>Kontakt:</i> Kornelia Reuber, Tel. 88 149 88, hospizgruppe@hospizgruppe-freiburg.de www.hospizgruppe-freiburg.de	Treffpunkt siehe Homepage Bitte beachten: durch aktuelle Änderungen (Wetter/öffentliche Verkehrsmittel) kann sich das Wanderziel anpassen. Deshalb kommen Sie bitte immer zum angegebenen Treffpunkt.	kostenfrei Anmeldung erforderlich bis freitags 12 Uhr

3. Regelmäßige Freizeit- und Begegnungsangebote			
Termin	Thema, Referent*in	Veranstaltungsort	Anmeldung und Kosten
nach individueller Terminvereinbarung (April und Oktober)	Rikscha-Ausfahrten mit älteren Menschen mit Mobilitätseinschränkungen <i>Veranstalter:</i> Bike Bridge e.V., Radeln ohne Alter – Freiburg <i>Ansprechpartner:</i> Gregor Falter, Tel. 0176/85139542 , E-Mail: radelnohnealter@bikebridge.org https://bikebridge.org/radeln-ohne-alter/	Wunschkfahrten: individuell vereinbarter Treffpunkt bzw. Abholung	kostenfrei Informationen zur Terminvereinbarung per Mail oder Telefon
i.d.R. 1x/Monat montags (06.07., 10.08., 14.09.), 10 Uhr	Frühstück in der Begegnungsstätte mit Andrea Baumann, Sozialarbeiterin <i>Veranstalter und Kontakt:</i> Caritasverband Freiburg-Stadt e.V. Begegnungszentrum Freytagstraße, Tel. 79033500, seniorenwohnanlage-freytagstrasse@caritas-freiburg.de	Begegnungszentrum Freytagstraße Freytagstraße 6, 79114 Freiburg Linie 1 – Betzenhauser Torplatz	Kosten: 5 € mit Anmeldung
2x im Monat montags (13.07., 27.07., 10.08., 24.08., 07.09.) 10.30 Uhr im Katharinenstift oder 12 Uhr am Junghof	Bauernhofbesuche: Junghof Kappel e.V. Gemeinsamer Mittagstisch, Menschen und Tieren begegnen, intergenerativ. <i>Kontakt:</i> Tel. 0151/22565370, fritz.ritzmann@deutscher-orden.de <i>Kooperationsprojekt von:</i> Stadtteilprojekt Katharinenstift und Junghof Kappel e.V. junghof-kappel@gmx.de	Stadtteilprojekt Katharinenstift Katharinenstift Freiburg: Leopoldring 13, 79098 Freiburg Linie 3, 5 – Europaplatz oder Junghof Kappel e.V. Großtalstrasse 101, 79117 Freiburg Linie 17 – Freiburg Junghof	mit Anmeldung gegen Spende

Termin	Thema, Referent*in	Veranstaltungsort	Anmeldung und Kosten
montags bis freitags, 15-17 Uhr	Café im Mehrgenerationenhaus Sich treffen - mit Freunden, Bekannten, Nachbarn oder einfach eine Auszeit im Alltag nehmen. <i>Veranstalter:</i> Mehrgenerationenhaus EBW, Tel. 4907840, info.mgh@kath-freiburg-suedwest.de , www.mehrgenerationenhaus-ebw-freiburg.de	Mehrgenerationenhaus EBW Sulzburger Str. 18, 79114 Freiburg Linie 5 – Krozinger Straße Linie 3 – Rohrgraben	persönliche Verzehrkosten
montags (14./28.09., 12./26.10.), 9.30- 11.30 Uhr	Montagsclub Veranstaltung für Menschen ab 60 Jahren, Menschen mit psychischen und/oder physischen Beeinträchtigungen Programm: Begegnung, Kaffee, Thema, Spiele, Ausflüge <i>Referentin:</i> Beate Breiholz <i>Veranstalter und Kontakt:</i> Diakonieverein Freiburg Südwest e.V., Tel. 0157-73783708, breiholz@diakonie-suedwest.de	Kinder- und Jugendzentrum Weingarten Buggingerstr. 42, 79114 Freiburg Linie 3 – Buggingerstraße	kostenlos Fahrdienst mit Voranmeldung
montags, ab 14.30 Uhr	<i>Tanzangebot</i> Offener Spielenachmittag / Offene Gesprächsrunde Selbstorganisierter Treff geselliger älterer Menschen <i>Veranstalter:</i> Begegnungsstätte St. Laurentiushaus www.stlaurentiushaus.de/begegnungsstaette	Begegnungsstätte St. Laurentiushaus im Kaffeestüble Carl-Kistner-Str. 57, 79115 Freiburg Linie 5 – Haslach Bad	ohne Anmeldung kostenfrei

Termin	Thema, Referent*in	Veranstaltungsort	Anmeldung und Kosten
montags, mittwochs, samstags, 14.30- 16.30 Uhr	Kaffee-Treff in der Cafeteria Haus Schloßberg Gelegenheit zum Plaudern, Spielen und Beisammensein bei Kaffee und Kuchen, Tee und kalten Getränken. • Montags: Spieletreff • Mittwochs: Offener Treff • Samstags: Waffelnachmittag Wegen Urlaub bleibt die Cafeteria am 3., 8., 10. und 17. August geschlossen! <i>Rückfragen an:</i> Begegnungsstätte Altstadt im Evangelischen Stift, Frau Bichnigauri / Frau Mihm, Tel. 31913118, begegnungsstaette@stift-freiburg.de	Evangelisches Stift Begegnungsstätte Altstadt, Cafeteria Hermannstr. 14, 79098 Freiburg Linien 3 und 5 – Europaplatz	kostenfrei Verzehr auf Spendenbasis
montags, 16-18 Uhr	Skat und/oder Doppelkopf spielen Spielfreude in der Schmökerstube <i>Veranstalter:</i> Quartiersarbeit St. Georgen, quartiersarbeit.stgeorgen@diakonie.ekiba.de , www.quartiersarbeit-frstg.de <i>Kontakt und Informationen:</i> Maria, Tel. 474768	Quartiersarbeit St. Georgen Stubenareal Blumenstr. 9, 79111 Freiburg Buslinie 11 - Kapellenwinkel	kostenfrei ohne Anmeldung
alle 14 Tage montags, 19-21 Uhr	Nähtreff (nicht in den Schulferien) <i>Kontakt:</i> Naehtreff-Rieselfeld@gmx.de <i>Veranstalter:</i> Quartiersarbeit im Rieselfeld, K.I.O.S.K. im Rieselfeld e.V.	Mediothek Rieselfeld Maria-von-Rudloff-Platz 2, 79111 Freiburg Linie 5 – Maria-von-Rudloff-Platz	kostenfrei
jeden 2./3. Dienstag im Monat (14.07.), 15 Uhr	Kultur-Café/ Kultur-Café on Tour <i>Veranstalter:</i> Begegnungsstätte St. Laurentiushaus www.stlaurentiushaus.de/begegnungsstaette <i>Kontakt:</i> Tel. 76994082, begegnung@stlaurentiushaus.de	Begegnungsstätte St. Laurentiushaus im Saal Carl-Kistner-Str. 57, 79115 Freiburg Linie 5 – Haslach Bad	Infos zu besonderen Aktionen beim Sozialdienst erfragen (siehe Kontakt)

Termin	Thema, Referent*in	Veranstaltungsort	Anmeldung und Kosten
dienstags, 15-16 Uhr	Chorsingen für Menschen mit und ohne Demenz Miteinander Singen in einer altersunabhängig gemischten Chorgemeinschaft, erfüllte Zeit miteinander verbringen und Freude am Gesang stehen hier im Vordergrund. Vorerfahrungen sind willkommen, werden aber nicht vorausgesetzt. Menschen mit beginnender Demenz sind ausdrücklich willkommen. Im Anschluss ist gemütliches Beisammensein im Café des Heinrich-Hansjakob-Hauses möglich. <i>Chorleiter:</i> Frank Leenen <i>Rückfragen und Anmeldung:</i> Frank Leenen, f.leenen@posteo.de, Tel. 0170/8046815	Heinrich-Hansjakob-Haus Begegnungsraum im EG Talstraße 29, 79102 Freiburg Linie 1 – Schwabentorbrücke Linien 2 und 4 – Johanneskirche	kostenfrei mit Anmeldung
dienstags, 15-17 Uhr	Begegnungscafé und Spielenachmittag mit Hanna Berger, Sozialarbeiterin <i>Veranstalter und Kontakt:</i> Caritasverband Freiburg-Stadt e.V. Begegnungszentrum Freytagstraße, Tel. 79033500, seniorenwohnanlage-freytagstrasse@caritas-freiburg.de	Begegnungszentrum Freytagstraße Freytagstraße 6, 79114 Freiburg Linie 1 – Betzenhauser Torplatz	kostenfrei ohne Anmeldung
i.d.R. 1x/Monat dienstags (28.07., 25.08., 22.09.), 15 Uhr	Erzähl- und Lesekreis mit Herrn Dorner <i>am 22.09. im Rahmen der Freiburger Woche der Demenz</i> <i>Veranstalter und Kontakt:</i> Caritasverband Freiburg-Stadt e.V. Begegnungszentrum Freytagstraße, Tel. 79033500, seniorenwohnanlage-freytagstrasse@caritas-freiburg.de	Begegnungszentrum Freytagstraße Freytagstraße 6, 79114 Freiburg Linie 1 – Betzenhauser Torplatz	kostenfrei ohne Anmeldung

Termin	Thema, Referent*in	Veranstaltungsort	Anmeldung und Kosten
1x/Monat mittwochs (01.07., 19.08., 16.09.), 10-11.30 Uhr	Gemeinsam Frühstücken Ehrenamtliche servieren monatlich in der Cafeteria Süßes & Deftiges, sowie Kaffee oder Tee. Außerdem gibt es nette Gespräche und Begegnungen. <i>Veranstalter und Anmeldung:</i> AWO-Seniorenwohnanlage und Begegnungsstätte Im Grün, Tel. 27 57 95, swa-imgruen@awo-freiburg.de	AWO-Seniorenwohnanlage und Begegnungsstätte Im Grün Im Grün 5, 79098 Freiburg Linien 1, 2, 3, 4, 5 – Stadttheater	Anmeldung bis jeweils montags, 12 Uhr auf Spendenbasis
mittwochs, unterschiedliche Starttermine zwischen 10-18 Uhr	Rikscha-Ausfahrten im Freiburger Osten Angebot bei schönem Wetter jeweils mittwochs bis zu fünf ein- bis zweistündige Ausflüge für zwei Personen an. Schwerpunkt: naturnahe Fahrten im Freiburger Osten und im Dreisamtal abseits der Autorouten. <i>Veranstalter:</i> Freundeskreis Altenhilfe e.V., www.freundeskreis-altenhilfe.de , info@freundeskreis-altenhilfe.de <i>Anmeldung und Kontakt:</i> Wolfgang Weiler, Tel. 0170 3422862	Treffpunkt: in Absprache nach Anmeldung <i>Bei akuten Wetteränderungen sind auch kurzfristige Absagen von länger im Voraus gebuchter Termine möglich.</i>	kostenfrei / Spende mit Anmeldung bis jeweils Dienstagnachmittag
mittwochs, 14-15 Uhr	Singkreis (Volkslieder) mit Dagmar Habermann <i>(am 23.09. im Rahmen der Freiburger Woche der Demenz)</i> <i>Veranstalter und Kontakt:</i> Heinrich-Hansjakob-Haus, Tel. 79033523, hanna.berger@caritas-freiburg.de	Heinrich-Hansjakob-Haus Talstraße 29, 79102 Freiburg Linie 1 – Schwabentorbrücke Linie 2, 4 – Johanneskirche	kostenfrei ohne Anmeldung
mittwochs, 14-17 Uhr	<i>Freizeitangebot</i> Geselliger Treff mit verschiedenen Aktivitäten für Senior*innen mit und ohne Demenz sowie mit und ohne Behinderung <i>Kontakt:</i> Frau Pokorny, Tel. 76 77 277, www.abcfreiburg.de	Arbeitskreis Behinderte an der Christuskirche (ABC) Diakonisches Werk Freiburg (2. OG) Maienstraße 2, 79102 Freiburg Linien 2 und 4 – Johanneskirche	Teilnehmendenbeitrag auf Anfrage Anmeldung und Vorgespräch erforderlich

Termin	Thema, Referent*in	Veranstaltungsort	Anmeldung und Kosten
mittwochs, 15-16 Uhr	Gemeinsames Singen in Weingarten Alle willkommen. <i>Veranstalter und Kontakt:</i> Forum Weingarten e.V., info@forum-weingarten.de , Tel. 076146611	Stadtteilbüro Weingarten Krozinger Str. 11, 79114 Freiburg Linie 5 – Krozinger Straße	kostenfrei, auf Spendenbasis
mittwochs, 15.30- 16.15 Uhr	Bingo-Nachmittag mit anschließendem Kaffee und Kuchen mit Sylvia Flockert <i>(am 23.09. im Rahmen der Freiburger Woche der Demenz)</i> <i>Veranstalter und Kontakt:</i> Heinrich-Hansjakob-Haus, Tel. 79033523, hanna.berger@caritas-freiburg.de	Heinrich-Hansjakob-Haus Talstraße 29, 79102 Freiburg Linie 1 – Schwabentorbrücke Linie 2, 4 – Johanneskirche	kostenfrei ohne Anmeldung
14-täglich mittwochs (außer in den Ferien), 19 Uhr	Fotofreunde Gruppe von Amateurfotograf*innen, die sich zum gegenseitigen regelmäßigen Austausch trifft. Gäste herzlich willkommen (weitere Informationen www.fotofreunde-freiburg.de , info@fotofreunde-freiburg.de). <i>Veranstalter:</i> Mehrgenerationenhaus EBW, Tel. 4907840, info.mgh@kath-freiburg-suedwest.de www.mehrgenerationenhaus-ebw-freiburg.de	Mehrgenerationenhaus EBW Sulzburger Str. 18, 79114 Freiburg Linie 5 – Krozinger Straße Linie 3 – Rohrgraben	ohne Anmeldung
1x/Monat donnerstags (16.07., 03.09.), 10-11.30 Uhr	Träume – Einladung zum Leben: Mit Hilfe von Assoziationen Träumen unter fachlicher Anleitung verstehen <i>Leitung:</i> Uli Schäfle, Pfr.i.R., Psychotherapie (HP) und Pastoralpsychologe <i>Veranstalter:</i> Evangelische Erwachsenenbildung Freiburg Tel. 205 741-152, eeb.freiburg@kbz.ekiba.de https://erwachsenenbildung-freiburg.de/	Haus der Evangelischen Kirche Freiburg Schnewlinstraße 2, 79098 Freiburg Linien 1, 2, 3 und 4 – Hauptbahnhof	7 € / 5 € ermäßigt ohne Anmeldung

Termin	Thema, Referent*in	Veranstaltungsort	Anmeldung und Kosten
1x/Monat, donnerstags (30.07., 24.09.), 10-11.30 Uhr	Von der Mystik Meister Eckarts „Wer Gott im Sein hat, dem leuchtet er in allen Dingen“ <i>Leitung:</i> Uli Schäfle, Pfr.i.R., Kontemplationslehrer, Psychotherapie (HP) und Pastoralpsychologe <i>Veranstalter:</i> Evangelische Erwachsenenbildung Freiburg Tel. 205 741-152, eeb.freiburg@kbz.ekiba.de	Haus der Evangelischen Kirche Freiburg Schnewlinstraße 2, 79098 Freiburg Linien 1, 2, 3 und 4 – Hauptbahnhof	7 € / 5 € ohne Anmeldung
jeden 2. Donnerstag im Monat (09.07., 13.08., 10.09.) 15-17 Uhr	Offener Stammtisch mit Kaffee und Kuchen für alle Senior*innen der Freiburger Innenstadt, egal ob alteingesessen oder zugezogen! <i>Veranstalter:</i> AG 55+ des Lokalvereins Innenstadt, AG55plus@lokalverein.de	Café Inklusiv c-punkt Münsterforum Herrenstr. 33, 79098 Freiburg Linien 3, 5 und 27 – Europaplatz	ohne Anmeldung
donnerstags, 15-17 Uhr	Kreativnachmittag Offener Kreativtreff; bitte eigene Materialien mitbringen; gemeinsames Stricken, Basteln, Malen usw. <i>Veranstalter und Kontakt:</i> Forum Weingarten e.V., hellmich@forum-weingarten.de , Tel. 46611	Bewohnertreff Bugginger Str. 50 Bugginger Str. 50, 79114 Freiburg Linie 3 – Bugginger Straße	kostenfrei
donnerstags, 16-17.30 Uhr	Ring Chor – inklusiv und für jedes Alter Wer gerne singt, ist hier genau richtig. Außerhalb der geselligen Proben zeigt der Chor sein Können auf den verschiedenen Vereinsfeiern und auch bei öffentlichen Auftritten. Nur Mut, der Chor freut sich über jeden Neuzugang. <i>Kursleitung:</i> Herr Hermann Vonderstrass <i>Veranstalter:</i> Ring Freiburg e.V. www.ring-freiburg.de/freizeit/ringchor <i>Anmeldung:</i> vonderstrass@gmx.net	Ring der Körperbehinderten Ernst-Winter-Wohnanlage, Mehrzweckraum im Untergeschoss Meckelhof 1, 79110 Freiburg Linie 1 – Betzenhauser Torplatz	kostenfrei für Vereinsmitglieder, Beitrittserklärung erforderlich (Mitgliedsbeitrag als förderndes Mitglied 15 € & als körperbehindertes Mitglied 12 € im Jahr) mit Anmeldung

Termin	Thema, Referent*in	Veranstaltungsort	Anmeldung und Kosten
i.d.R. 1x/Monat donnerstags (23.07., nicht in den Ferien), 17 Uhr	Internationaler Literaturkreis Es wird über ein vorher ausgesuchtes Buch diskutiert. <i>Ansprechpartnerin:</i> Frau Schütte, Tel. 44 33 14 <i>Veranstalter:</i> Mehrgenerationenhaus EBW, Tel. 49078-40 info.mgh@kath-freiburg-suedwest.de www.mehrgenerationenhaus-ebw-freiburg.de	Mehrgenerationenhaus EBW Sulzbürger Str. 18, 79114 Freiburg Linie 5 – Krozinger Str. Linie 3 – Rohrgraben	kostenfrei Anmeldung erforderlich bei Fr. Schütte
i.d.R. am ersten Freitag im Monat (03.07. – weitere Termine beim Pfarramt anfragen), 14.30 Uhr	Begegnungsnachmittag Kaffee, Singen, interessante Themen <i>Veranstalter und Kontakt:</i> Evangelische Pfarrgemeinde Tuniberg, Elsa Koch und Team	Gemeindehaus Opfingen Unterdorf 8, 79112 Freiburg-Opfingen Linie 32, 33 – Opfingen Rathaus	kostenfrei ohne Anmeldung
vierzehntäglich freitags, 15.30- 17.30 Uhr	Plaudertreff Begegnung und Austausch bei Kaffee und Kuchen Teilweise mit Vorträgen zu speziellen Themen <i>Veranstalter und Kontakt:</i> BürgerNetzwerk Opfingen e.V., www.bnw-opfingen.de , plaudertreff@bnw-opfingen.de	BürgerNetzwerk Opfingen Begegnungsraum am Mühlbach Freiburger Str. 7, 79112 Freiburg-Opfingen Linie 33 – Hofmattstraße	kostenfrei ohne Anmeldung
jeden <u>dritten</u> Samstag im Monat (18.07., 15.08., 19.09.,) 15-17 Uhr	Café WOGÉ Ein Samstagstreff für Menschen mit Demenz zusammen mit ihren Angehörigen und im WOGÉ e.V. Engagierten <i>Veranstalter:</i> Tel. 0157 30 82 36 36, info@wogevauban.de , www.wogevauban.de	Kirchenräume OASE - Vauban Vaubanallee 11, 79100 Freiburg Linie 4 – Paula-Modersohn-Platz	um einen Unkostenbeitrag oder Kuchenspende und eine Anmeldung vorab wird gebeten

Termin	Thema, Referent*in	Veranstaltungsort	Anmeldung und Kosten
am 2. Sonntag im Monat, ab 15 Uhr	Schach-Café Anfänger und Fortgeschrittene sind herzlich willkommen. Dazu gibt es selbstgebackenen Kuchen und frischen Kaffee. Bitte das eigene Brett mitbringen! <i>Veranstalter:</i> Quartierstreff Bauverein Breisgau e.V. www.quartierstreff.de <i>Kontakt und Informationen:</i> Frau Bleile (Sprechstundenzeiten: montags, 16-18 Uhr), Tel. 61248284, quLuckenbachweg@quartierstreff.de	Quartierstreff Luckenbachweg Luckenbachweg 8, 79115 Freiburg Linie 14 – Markgrafenstraße	kostenfrei ohne Anmeldung
1x/Monat sonntags (05.07., 02.08., 06.09.), 15-16 Uhr	Bingo mit dem Leo-Club (Jugendorganisation des Lions-Clubs) Einfach vorbeikommen, mitmachen, Spaß haben und vielleicht sogar noch einen kleinen Preis gewinnen! <i>Veranstalter und Anmeldung:</i> AWO-Seniorenwohnanlage und Begegnungsstätte Im Grün, Tel. 27 57 95, swa-imgruen@awo-freiburg.de	AWO-Seniorenwohnanlage und Begegnungsstätte Im Grün Im Grün 5, 79098 Freiburg Linien 1, 2, 3, 4, 5 – Stadttheater	kostenfrei ohne Anmeldung
am 2. Sonntag im Monat (12.07., 09.08., 13.09.), 15-17 Uhr	<i>Zum Kaffee auf den Friedhof Freiburg</i> Begegnung am Weiher Einladung zur Begegnung, zum Gespräch, zum Kontakte knüpfen. Das Friedhofscafé ist offen für Menschen mit und ohne Trauererfahrung – für alle, die den Friedhof besuchen und die Zeit an diesem Ort der Ruhe und Würde verbringen. <i>Veranstalter:</i> Hospizgruppe Freiburg gemeinsam mit der Friedhofsverwaltung, hospizgruppe@hospizgruppe-freiburg.de	Hauptfriedhof Freiburg Am Weiher Friedhofstraße 8, 79106 Freiburg Linie 2 – Freiburg Hauptfriedhof	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).



[Bewegungstreffe 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 Bewegungstreffe im Freien in Freiburg erhalten Sie beim Seniorenbüro mit Pflegestützpunkt und online unter www.freiburg.de/beratungslisten.

Termin	Thema, Referent*in	Veranstaltungsort	Anmeldung und Kosten
montags (nicht in den Ferien), 9.30-10.30 Uhr	<i>Gymnastik-Kurs</i> Osteoporose- und Sturzprophylaxe <i>Anleitung:</i> Christian Weiß von Physio Weiß <i>Veranstalter:</i> Begegnungsstätte St. Laurentiushaus www.stlaurentiushaus.de/begegnungsstaette <i>Anmeldung und Kontakt:</i> Tel. 76994082, begegnung@stlaurentiushaus.de	Begegnungsstätte St. Laurentiushaus, im Saal Carl-Kistner-Str. 57, 79115 Freiburg Linie 5 – Haslach Bad	60 € für 10 Termine Anmeldung erforderlich
montags, 10-11.20 Uhr	Ayurveda-Atem-Yoga Alltagsbelastungen und Stress begegnen mit sanften Körperbewegungen und achtsamen Atemübungen aus dem ganzheitlichen YOGA und der ayurvedischen Gesundheitslehre. Geeignet für Anfänger und Fortgeschrittene, für pflegende Angehörige zur Entlastung ihres herausfordernden Alltags. <i>Rückfragen und Anmeldung:</i> Waltraud Keller, Tel. 290 93 12, Waltraud.Keller@t-online.de	Heinrich-Hansjakob-Haus Untergeschoss Talstraße 29, 79102 Freiburg Linie 1 – Schwabentorbrücke Linien 2 und 4 – Johanneskirche	90 € für 6 Termine Anmeldung erwünscht

Termin	Thema, Referent*in	Veranstaltungsort	Anmeldung und Kosten
montags (nicht in den Ferien), 11-12 Uhr	<i>Gedächtnis-Kurs</i> Gedächtnistraining <i>Anleitung:</i> Birgit Verfondern <i>Veranstalter:</i> Begegnungsstätte St. Laurentiushaus www.stlaurentiushaus.de/begegnungsstaette <i>Anmeldung und Kontakt:</i> Tel. 76994082, begegnung@stlaurentiushaus.de	Begegnungsstätte St. Laurentiushaus, im Saal Carl-Kistner-Str. 57, 79115 Freiburg Linie 5 – Haslach Bad	30 € für 10 Termine Anmeldung erforderlich
montags, 13:45 Uhr und freitags, 12:45 Uhr	Wassergymnastik mit Volker Wörnhör <i>Veranstalter:</i> Quartierstreff 46, Bauverein Breisgau e.V <i>Informationen:</i> Frau Wiesen, Tel. 51044186, qu46@quartierstreff.de, www.quartierstreff.de	Schwimmbad Haslach Carl-Kistner-Straße 67, 79115 Freiburg <i>Treffpunkt 10 min vor Beginn am Drehkreuz im Haslacher Bad</i> Linie 5 – Haslach Bad	für Bauvereins-Mitglieder 5 €, für Nicht-Mitglieder 6 € ohne Anmeldung
montags, 18.30-20 Uhr	Tischtennis inklusiv – für jedes Alter Tischtennis stärkt die Rumpf- und Schultermuskulatur, fördert die Sitzstabilität und macht außerdem noch Spaß. Die Tischtennisgruppe trifft sich einmal die Woche zum Spiel, wobei der persönliche Austausch nicht zu kurz kommt. Jede*r der*die es einmal ausprobieren möchte, ist herzlich willkommen, Schläger und Bälle sind vorhanden. <i>Veranstalter:</i> Ring Freiburg e.V., www.ring-freiburg.de/sport/ <i>Anmeldung und Kontakt:</i> sport@ring-freiburg.de	Ring der Körperbehinderten Ernst-Winter-Wohnanlage, Mehrzweckraum im Untergeschoss Meckelhof 1, 79110 Freiburg Linie 1 – Betzenhauser Torplatz	14 € / Jahr für Tischtennisgruppe (zzgl. zum Mitgliedsbeitrag - als förderndes Mitglied 15 € & als körperbehindertes Mitglied 12 € im Jahr) mit Anmeldung

Termin	Thema, Referent*in	Veranstaltungsort	Anmeldung und Kosten
dienstags, A: 10 Uhr und B: 17 Uhr	Gesundheitswanderung am Schlossberg 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®), waltersittig@aol.com , Tel. 0173-3292710 <i>Veranstalter:</i> Schwarzwaldverein Freiburg-Hohbühl e.V., www.Freiburg-Hohbuehl.de	Treffpunkt: Musikpavillon im Stadtgarten Freiburg Linie 27 – Stadtgarten	für Mitglieder kostenfrei Nicht-Mitglieder: 3 €
dienstags (14-täglich), 11-12.15 Uhr (nicht in den Ferien)	<i>Tanzangebot</i> Kreistänze – traditionell, meditativ und belebend <i>Anleitung:</i> Frau Zölke (Musikgeragogin) <i>Veranstalter:</i> Begegnungsstätte St. Laurentiushaus www.stlaurentiushaus.de/begegnungsstaette <i>Kontakt:</i> Tel. 76994082, begegnung@stlaurentiushaus.de	Begegnungsstätte St. Laurentiushaus im Saal Carl-Kistner-Str. 57, 79115 Freiburg Linie 5 – Haslach Bad	ohne Anmeldung kostenfrei
dienstags (07.07., 21.07., 04.08., 18.08., 01.09., 15.09., 29.09.), 15 Uhr	Heiteres Gedächtnistraining mit Maria Golban Rätsel, Geschichten und Gespräche – in geselliger Runde trainieren wir mit Freude das Gedächtnis! Achtung: Termin am 07.07. entfällt wegen Hitze <i>Informationen und Kontakt:</i> Begegnungsstätte Altstadt im Evangelischen Stift, Frau Bichnigauri / Frau Mihm, Tel. 31913118, begegnungsstaette@stift-freiburg.de	Begegnungsstätte Altstadt im Evangelischen Stift Cafeteria Hermannstr. 14, 79098 Freiburg Linie 3, 5 – Europaplatz	kostenfrei

Termin	Thema, Referent*in	Veranstaltungsort	Anmeldung und Kosten
i.d.R. 1x/Monat dienstags (11.08., 08.09.), 15 Uhr	Gedächtnistraining mit Herrn Dorner <i>Veranstalter und Kontakt:</i> Caritasverband Freiburg-Stadt e.V. Begegnungszentrum Freytagstraße, Tel. 79033500, seniorenwohnanlage-freytagstrasse@caritas-freiburg.de	Begegnungszentrum Freytagstraße Freytagstraße 6, 79114 Freiburg Linie 1 – Betzenhauser Torplatz	kostenfrei ohne Anmeldung
mittwochs, nachmittags nach Absprache	Handbike inklusiv, für jedes Alter In der Handbike-Gruppe des Vereins treffen sich seit Jahren sportbegeisterte Menschen zum gemeinsamen Training und zu Ausfahrten in der Rheinebene und im Schwarzwald. <i>Kursleitung:</i> Frank Graf, Tel. 0171/1249472, f.graf@t-online.de oder Reinhard Berner, Tel. 01522/6306382, reinhard.berner@t-online.de <i>Veranstalter:</i> Ring Freiburg e.V., www.ring-freiburg.de	Ring der Körperbehinderten Ernst-Winter-Wohnanlage, Mehrzweckraum im Untergeschoss Meckelhof 1, 79110 Freiburg Linie 1 – Betzenhauser Torplatz	Handbike-Gruppe: 34 € / Jahr (zzgl. Mitgliedsbeitrag - als förderndes Mitglied 15 € & als körperbehindertes Mitglied 12 € im Jahr) mit Anmeldung
mittwochs, ab 10 Uhr	Gymnastik 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, begegnungsstaette@stift-freiburg.de	Evangelisches Stift Begegnungsstätte Altstadt, Cafeteria, Hermannstr. 14, 79098 Freiburg Linien 3 und 5 – Europaplatz	Kostenbeitrag von 3 € vor Ort
mittwochs, 9.15-10.15 Uhr oder 10.15-11.15 Uhr	Qigong-Kurs I und II mit Frau Schröder <i>Veranstalter:</i> Begegnungsstätte St. Laurentiushaus www.stlaurentiushaus.de/begegnungsstaette <i>Anmeldung:</i> Tel. 76994082, begegnung@stlaurentiushaus.de	Begegnungsstätte St. Laurentiushaus im Saal Carl-Kistner-Str. 57, 79115 Freiburg Linie 5 – Haslach Bad	Anmeldung erforderlich (nicht in den Ferien) Unkostenbeitrag

Termin	Thema, Referent*in	Veranstaltungsort	Anmeldung und Kosten
mittwochs, 9.30-10.30 Uhr	Rückenfit Ü50 Ein Angebot der Sportgruppe Weingarten <i>Veranstalter:</i> Mehrgenerationenhaus EBW, Tel. 4907840, info.mgh@kath-freiburg-suedwest.de , www.mehrgenerationenhaus-ebw-freiburg.de	Mehrgenerationenhaus EBW Sulzburger Str. 18, 79114 Freiburg Linie 5 – Krozinger Straße Linie 3 – Rohrgraben	für Nicht-Mitglieder 5 €/Stunde
mittwochs, 14.15-15.30 Uhr	<i>Präventionskurs: Brainfit 60 +</i> <i>Leitung:</i> Ralf Jogerst, Hirnleistungstrainer und Theologe <i>Anmeldung und Information:</i> GRIPS Hirnleistungstraining Ralf Jogerst, Tel. 61 29 06-48, grips@sv-fr.de	Eugen-Keidel-Haus Johanniterstr. 3, 79104 Freiburg Linie 3 – Tennenbacher Straße	für 9 Termine: 80 € (Ermäßigung möglich) Anmeldung erforderlich
mittwochs (01.07., 15.07., 12.08., 26.08., 09.09., 23.09.) 17.30-19 Uhr	Meditationskurs in kleiner Gruppe (6 Termine) Achtsamkeits- und Meditationspraxis zur Unterstützung von Wohlbefinden und Selbstwahrnehmung für Einsteiger*innen und Fortgeschrittene <i>Referentin:</i> Barbara Gantzer <i>Veranstalter und Anmeldung:</i> Sozialgenossenschaft SAGES eG, marta.orsos@sages-eg.org	Im gelben Forum des Paritätischen Wohlfahrtsverbandes Kaiser-Joseph-Str. 268, 79098 Freiburg Linien 1, 2, 3 und 4 – Bertoldsbrunnen	kostenfrei, Spende erbeten mit Anmeldung, Plätze begrenzt
mittwochs, 18-19 Uhr (Kurs über 10 Abende)	Qigong inklusiv, für jedes Alter Qigong ist eine fernöstliche Methode, um verantwortungsbewusst und kreativ die eigene Gesundheit zu beeinflussen, sie beinhaltet Übungen zur Steigerung der Lebenskraft und des Wohlbefindens. Alle Übungen sind für Menschen mit und ohne Handicap ausgelegt. <i>Kursleitung:</i> Li-Hong Koblin, Leiterin und Gründerin des Taiji- Instituts Freiburg <i>Veranstalter und Kontakt:</i> Ring Freiburg e.V., www.ring-freiburg.de , E. Selinger, engelbert.selinger@t-online.de	Ring der Körperbehinderten Ernst-Winter-Wohnanlage, Mehrzweckraum im Untergeschoss Meckelhof 1, 79110 Freiburg Linie 1 – Betzenhauser Torplatz	für 10 Abende: 50 € / 60 € (zzgl. Mitgliedsbeitrag - als förderndes Mitglied 15 € & als körperbehindertes Mitglied 12 € im Jahr) mit Anmeldung

Termin	Thema, Referent*in	Veranstaltungsort	Anmeldung und Kosten
donnerstags, 10-11 Uhr (nicht in den Ferien)	Sitzgymnastik mit Qigong-Elementen <i>Anleitung:</i> Frau Schröder <i>Veranstalter:</i> Begegnungsstätte St. Laurentiushaus www.stlaurentiushaus.de/begegnungsstaette <i>Anmeldung:</i> Tel. 76994082, begegnung@stlaurentiushaus.de	Begegnungsstätte St. Laurentiushaus im Saal Carl-Kistner-Str. 57, 79115 Freiburg Linie 5 – Haslach Bad	Anmeldung erforderlich Unkostenbeitrag
donnerstags, 10 Uhr	Bewegungstreff im Stadtgarten 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 (begegnungsstaette@stift-freiburg.de) und dem Landratsamt Breisgau-Hochschwarzwald	<u>Treffpunkt:</u> Stadtgarten am Pavillon Linie 27 – Stadtgarten	kostenfrei ohne Anmeldung
donnerstags, 14-15.30 Uhr	<i>Präventionskurs:</i> Brainfit 60 + <i>Leitung:</i> Ralf Jogerst, Hirnleistungstrainer und Theologe <i>Anmeldung und Information:</i> GRIPS Hirnleistungstraining Ralf Jogerst, Tel. 61 29 06-48, grips@sv-fr.de	Michael-Denzlinger-Treff Hochdorfer Str. 2, 79108 Freiburg Linie 36 – Dorfplatz	2 € je Termin Anmeldung erforderlich
donnerstags, 19-20:30 Uhr	Entspannt durch den Alltag mit Yoga (fortlaufender Kurs) <i>Leitung:</i> Diana Terstiege <i>Veranstalter:</i> Quartierstreff Bauverein Breisgau e.V. www.quartierstreff.de <i>Info und Anmeldung:</i> E-Mail: om@aura-yoga.de	Quartierstreff 33, Wannerstraße 33, 79106 Freiburg Linien 1, 2, 3 und 4 – Rathaus im Stühlinger oder Eschholzstraße <i>Bitte 5 min. vor Kursbeginn in der Wannerstr. 33, Kellerraum anwesend sein.</i>	Teilnahme nach Anmeldung per E-Mail

Termin	Thema, Referent*in	Veranstaltungsort	Anmeldung und Kosten
freitags, 9.30-10.30 Uhr	Gymnastik am Stuhl <i>Leitung:</i> A. Schreiber, Trainerin Präventions- und Rehasport <i>Veranstalter:</i> Quartierstreff Bauverein Breisgau e.V. www.quartierstreff.de <i>Anmeldung:</i> Tel. 0152/32794027, schreiber5sport@gmx.de	Quartierstreff 33 Wannerstraße 33, 79106 Freiburg Linien 1, 2, 3 und 4 – Rathaus im Stühlinger oder Eschholzstraße	Für 6 Termine: 30 € / 36 € (Mitglieder Quartierstreff / Nichtmitglieder) Anmeldung erforderlich (mind. 6 Teilnehmende)
freitags, 10.15- 11.15 Uhr	Heiteres Gedächtnistraining Mit Spaß die Konzentration und Merkspanne verbessern. Mit anschließend freiwilliger Kaffeerunde im Café des Heinrich-Hansjakob-Hauses. <i>Rückfragen und Anmeldung:</i> Waltraud Keller, Tel. 290 93 12, Waltraud.Keller@t-online.de	Heinrich-Hansjakob-Haus Begegnungsraum Talstr. 29, 79102 Freiburg Linie 1 – Schwabentorbrücke	7,50 € pro Einheit Anmeldung erbeten
jeden 2. Freitag im Monat, 10.45- 12.15 Uhr	Tanzgymnastik für Menschen mit Parkinson und Angehörige <i>Veranstalter und Kontakt:</i> Deutsche Parkinsonvereinigung, Regionalgruppe Freiburg, Herr Dr. Meixner, Tel. 28 55 63 35, parkinson-freiburg@t-online.de https://freiburg.parkinson-vereinigung.de/	DanceEmotion Humboldtstr. 3, 79098 Freiburg Linien 1, 2, 3 und 4 – Bertoldsbrunnen	Teilnahmegebühr Anmeldung erforderlich
an einem Samstag im Monat (04.07., 01.08., 28.09.), 10-13 Uhr	Samstagsspaziergang (im Freiburger Raum) In einer entspannten Stimmung und mit netten Menschen spaziert die Gruppe auf verschiedenen Wegen und Strecken im Freiburger Raum. Am Samstag, 28.09. findet der Spaziergang im Rahmen der Woche der Demenz für Menschen mit Demenz, An- und Zugehörige und Interessierte statt. <i>Veranstalter und Kontakt:</i> beneFit e.V., Miriam Iwan, iwan@benefit-bewegung.de	Treffpunkt: Wird den Teilnehmenden ca. eine Woche vorher mitgeteilt, Anmeldung erforderlich. Die Strecke wird so gewählt, dass alle mitmachen können.	kostenfrei mit Anmeldung

5. Kurse, mehr als zweitägige Seminare und Weiterbildungsangebote			
Termin	Thema, Referent*in	Veranstaltungsort	Anmeldung und Kosten
5 Termine: (donnerstags) 25.06., 02.07., 09.07., 16.07. und 23.07., jeweils 18-20.30 Uhr	<i>Workshop/Gespräche über Integrität</i> Integrity Talks – Menschsein in die Hand nehmen <i>Referentin:</i> Ann La-Forker, Geisteswissenschaftlerin, Traumatherapeutin und Gründerin der Initiative Integrity For Future stellt Fragen und hört zu. <i>Veranstalter und Anmeldung:</i> Sozialgenossenschaft SAGES eG, marta.orsos@sages-eg.org , Tel. 0175/9000733	In den Räumen des Hausprojektes schwereLos Arne-Torgersen-Str. 7, 79115 Freiburg Linie 5, 11 – Pressehaus	kostenfrei mit Anmeldung
4 Termine: (montags) 06.07., 03.08., 07.09. und 05.10. , jeweils 15-17 Uhr	<i>Gespräch</i> Alt und Weise - lieber alt und weise statt alt und dement Achtsame Begleitung des Alterungsprozesses und Gelegenheit über persönliche Angelegenheiten zu sprechen. <i>Referentin:</i> Dipl.-Psych. Regina Weiser, ausgebildete Psycho- und Traumatherapeutin <i>Veranstalter:</i> Sozialgenossenschaft SAGES eG <i>Anmeldung und Kontakt:</i> Tel. 42996200, reginaweiser@web.de	In den Räumen des Hausprojektes schwereLos Arne-Torgersen-Str. 7, 79115 Freiburg Linie 5, 11 – Pressehaus	kostenfrei, Spenden erbeten mit Anmeldung
Starttermine ab Anfang Juli/ August unterschiedliche Tage und Uhrzeiten	(Senioren-)Sprachkurse Französisch verschiedene Kurse mit unterschiedlichen Niveaus (Anfänger – Mittelstufe – Oberstufe) sowie Konversations- und Intensivkurse mit und ohne Schwerpunkt auf Grammatik und Sprachkurse mit Fokus auf Landeskunde oder Themen <i>Veranstalter, Anmeldung:</i> Centre Culturel Français, Tel. 207390, info@ccf-fr.de , www.ccf-fr.de	Centre Culturel Français Freiburg e.V. Münsterplatz 11, Kornhaus 79098 Freiburg Linien 1, 2, 3 und 4 – Bertoldsbrunnen Linie 5 – Europaplatz	zwischen 80 € und 150 € (abhängig von Umfang und Teilnehmendenzahl) <u>Anmeldung:</u> telefonisch oder per Mail

Vorankündigung kommender Termine ab Oktober 2026			
Termin	Thema, Referent*in	Veranstaltungsort	Anmeldung und Kosten
Mittwoch, 07.10., 17-18.30 Uhr	<i>Vortrag</i> Kosten und Finanzierung von Pflege und Unterstützung <i>Referent:</i> Stefan Langrock, Seniorenbüro mit Pflegestützpunkt <i>Veranstalter:</i> Haslacher Netz, Nachbarschaftswerk FR e.V.	Stadtteilbüro Haslach Melanchthonweg 9b, 79115 Freiburg Linie 5 – Dorfbrunnen	kostenfrei ohne Anmeldung
Samstag, 10.10., 14-17 Uhr	„Miteinander älter werden in Weingarten“ – Informationsveranstaltung zu Angeboten vor Ort Wie kann gutes Älterwerden in Weingarten gelingen? Welche Angebote gibt es bereits, und wo besteht weiterer Bedarf? Zahlreiche Institutionen, Vereine und ehrenamtlich Engagierte aus Weingarten stellen ihre Angebote für ältere Menschen vor und laden zum Kennenlernen ein. An Infotischen können Besuchende ins Gespräch kommen, sich informieren und Kontakte knüpfen. Bei Kaffee und Kuchen besteht die Gelegenheit zum persönlichen Austausch darüber, was Senior*innen in Weingarten bewegt und welche Wünsche oder Ideen sie für die Zukunft haben. <i>Veranstalter und Kontakt:</i> Forum Weingarten e.V und Malteser Senioreninformationsdienst, hellmich@forum-weingarten.de	Mehrgenerationenhaus EBW Sulzbürger Str. 18, 79114 Freiburg Linie 5 – Krozinger Str. Linie 3 – Rohrgraben	kostenfrei

6. Kontaktadressen der Begegnungsstätten für ältere Menschen in Freiburg

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

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



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



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



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



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



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



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



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



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



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



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



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



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



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



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



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



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



SENIORENBÜRO MIT PFLEGESTÜTZPUNKT

Rathaus im Stühlinger, Fehrenbachallee 12, 79106 Freiburg

T 0761 201-3032

seniorenbuero@freiburg.de

www.freiburg.de/senioren

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

