Ehrenamtliche Angebote für ältere Menschen und Angehörige in Freiburg
Stand: 11/2026 Nie

In den folgenden Initiativen und Gruppen engagieren sich Menschen ehrenamtlich. Die Tätigkeiten sind überwiegend unentgeltlich, eine Aufwandsentschädigung, wie z. B. für Fahrtkosten oder Spenden für die Gruppenkassen sind erwünscht. Grundlegende hauswirtschaftliche, pflegerische und betreuende Aufgaben können die Initiativen in der Regel nicht übernehmen.

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

1. Individuelle Unterstützung 1
   1.1. Individuelle Unterstützung im gesamten Stadtgebiet 1
   1.2. Individuelle Unterstützung in bestimmten Stadtteilen 3
2. Initiativen für bestimmte Zielgruppen, insbesondere pflegende Angehörige 5
2. Unterstützung und Hilfe bei Anträgen und Schriftverkehr 7

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

Freiburger Freiwilligen Agentur
Paritätischer Wohlfahrtsverband - Regionalgeschäftsstelle Freiburg
Schwabentorring 2, 79098 Freiburg
Tel. 0761/ 21687-36
www.freiwillige-freiburg.de / www.mitmachboerse.de

1. Individuelle Unterstützung

1.1. Individuelle Unterstützung im gesamten Stadtgebiet

Anbieter / Initiative / Ansprechperson	Ehrenamtliches Angebot
Malteser Senioreninformationsdienst Malteser Hilfsdienst e.V. Heinrich-von-Stephan-Straße 14, 79100 Freiburg Frau Pecik Tel. 0761 455 25 312 E-Mail: anjuli.pecik@malteser.org www.malteser.de/standorte/freiburg.html	Aufsuchender Informationsdienst für ältere Menschen in Freiburg. Ein Dienst, der trägerübergreifende Informationen zu • Angeboten • Aktivitäten • Beratungs- und • Unterstützungsmöglichkeiten aus Freiburg zu Seniorinnen und Senioren nach Hause bringt.

Anbieter / Initiative / Ansprechperson	Ehrenamtliches Angebot
Mobiler Freiburger Altenservice e.V. MOFA-Freiburg e.V. Hermannstraße 6, 79098 Freiburg Tel. 0761 3 19 13-147 (Anrufbeantworter) E-Mail: mofa-freiburg@gmx.de www.mofa-freiburg.de	Ehrenamtliche Senior*innen helfen Senior*innen • Gesellschaft leisten, Vorlesen, Spaziergänge • Hilfe mit dem Smartphone, Tablet und PC • Erledigung von Einkäufen • kleinere Reparaturen im Haushalt: Lampen, Elektrogeräten, Sanitäreinrichtungen, Möbel • Hilfe bei Bank- und Behördenangelegenheiten Aufwandsentschädigung (z.B. für Fahrtkosten): 5 €
„Zeitstifter*innen“ - Bürgerschaftsstiftung Soziales Freiburg Schusterstraße 19, 79098 Freiburg Dagmar Grässlin, Regina Theis-Schwenninger Tel. 0761 201-3070 (Anrufbeantworter) Sprechstunde: Dienstag 16 - 18 Uhr E-Mail: info@stiftung-soziales-freiburg.de	Für ältere Bürger*innen • Gespräche, Vorlesen, Singen, Spielen, Unterhaltung • Spazieren gehen Das Angebot wird durch ehrenamtlich engagierte Freiburger Bürgerinnen und Bürger durchgeführt.
Stadtseniorenrat Freiburg e.V. Schusterstraße 19, 79098 Freiburg Tel. 0761 201-3070 (Anrufbeantworter) Sprechzeiten in der Regel am Montag und Donnerstag 10 bis 12 Uhr E-Mail: info@ssr-freiburg.de www.freiburg.de/stadtseniorenrat	Der Stadtseniorenrat Freiburg e.V. ist eine ehrenamtliche Arbeitsgemeinschaft, die sich für die Interessen von älteren Bürgerinnen und Bürgern in Freiburg einsetzt. Er arbeitet unabhängig und ist parteipolitisch und konfessionell neutral. • Beratung für ältere Bürger*innen • Hilfe und Unterstützung bei vielen persönlichen, sozialen und gesundheitlichen Problemen und Fragen
Patientenbegleitung Freiburger Freiwilligen Agentur Schwabentorring 2, 79098 Freiburg Katharina Schulz Tel. 0179 158 74 46 E-Mail: patientenbegleitung-freiburg@gmx.de www.freiwillige-freiburg.de	Kostenfreies Angebot für alleinstehende ältere Menschen. Geschulte Ehrenamtliche bieten Begleitung • bei Krankenhaus- und Arztbesuchen an • sind Gesprächspartner*innen • hören zu, unterstützen und vermitteln • helfen bei praktischen Aufgaben, wie z.B. Koffer packen • helfen, sich in der Klinik oder Arztpraxis zurecht zu finden

1.2. Individuelle Unterstützung in bestimmten Stadtteilen

Anbieter / Initiative / Ansprechperson	Ehrenamtliches Angebot
Bürgerforum Sedanquartier und OFF Förderverein Frauen in Not Sedanstraße 28, 79098 Freiburg Herr und Frau Armbruster, Tel. 0761 2 51 71 E-Mail: info@buefo.com www.buefo.com und www.off-freiburg.de	Kostenfreier Bewegungstreff im Fauler-Park für Senior*innen • Initiative des Bürgerforums für Bewohner*innen • jeden Donnerstag von 14.30 bis 15.30 Uhr • Bewegung im Freien und danach „*Offenes Ohr*“ mit Kaffee in der Begegnungsstätte Im Grün 5
Netzwerk-Herdern-Neuburg Habsburger Str. 124, 79104 Freiburg Frau Kirner, Tel. 0761 21 77 48 29 15 oder 0761 2 82 320 E-Mail: info@netzwerk-herdern-neuburg.de www.netzwerk-herdern-neuburg.de	Schnelle, unbürokratische Nachbarschaftshilfe von engagierten Bürger*innen aus Herdern-Neuburg, koordiniert über die Begegnungsstätte im St. Carolushaus • Einkäufe, Arztbesuche • Reparaturen • Kinder hüten • Formulare ausfüllen • Gespräche • und vieles mehr
Stadtteiltreff Betzenhausen-Bischofslinde Am Bischofskreuz 4, 79114 Freiburg Caritasverband Freiburg-Stadt Herr Matteo Schmidt, Frau Leonie Huber, Frau Eva-Mira Laux Tel. 0761 89 75 83 15 E-Mail: stadtteiltreff-bb@caritas-freiburg.de www.stadtteiltreff-bb.de	Für Bürger*innen aus Betzenhausen-Bischofslinde • *Suche-Biete-Börse*: auf gezielte Nachfrage werden Personen aus der Nachbarschaft gesucht, z.B. für Spaziergänge, Sprachtandems • Koordination von Ehrenamt regelmäßige offene Treffs

Anbieter / Initiative / Ansprechperson	Ehrenamtliches Angebot
Begegnungszentrum Stühlinger Ferdinand-Weiß-Str. 70a, 79106 Freiburg Frau Sonja Raisch, Frau Andrea Baumann, Tel. 0761 27 30 92 E-Mail: bz@vfs-ev.de www.vfs-ev.de	Kostengünstige und/ oder kostenlose Angebote für Bürger*innen, wie • Begegnung und Gespräche • Unterstützung, Begleitung und Beratung • Programmangebote, wie z.B. o Englisch-Konversationsgruppe o Offener E-Bike-Treff o Spieletreff o Offene Kreativwerkstatt o Gärtnern
HilfeNetz Weingarten Forum Weingarten Krozinger Str. 11, 79114 Freiburg Tel. 0761 4 66 11 E-Mail: info@forum-weingarten.de Pfarrbüro St. Andreas Sulzburgerstrasse 18, 79114 Freiburg Tel. 0761 4 90 78-0	Für ältere Menschen und Menschen mit einmaligem Unterstützungsbedarf • *Nachbarschaftsbörse*: Ehrenamtliche bieten Unterstützung für ältere Menschen an. Einkaufen, handwerkliche Hilfe und kleine Hilfen im Haushalt, Begleitung auf Ämter oder zum Arzt • „*Omas Bank*“ jeden Mittwoch zwischen 10 und 12 Uhr auf dem Mittwochsmarkt (Fritz-Schieler-Platz)
„Haslacher Netz“: Stadtteilbüro Haslach Nachbarschaftswerk e.V., Ev. Melanchthon-Gemeinde und Kath. Kirchengemeinde St. Michael Melanchthonweg 9b, 79115 Freiburg Frau Wielsch-Mühlich, Tel. 0761 7 67 90 04 Di. 14 bis 16 Uhr, Do. 9 bis 11 Uhr E-Mail: regina.wielsch@nachbarschaftswerk.de www.nachbarschaftswerk.de	Ehrenamtliche aus dem Stadtteil unterstützen Haslacher Bürger*innen • längerfristige Unterstützung von Einzelpersonen i.d.R. einmal wöchentlich 1 bis 2 Stunden durch Besuche, Begleitung, Spaziergänge • Unterstützung beim Deutschlernen für Migranten • Nachhilfe und Begleitung zu Behörden • Professionelle Begleitung und monatlicher Austausch für Ehrenamtliche in der Gruppe

Anbieter / Initiative / Ansprechperson	Ehrenamtliches Angebot
Nachbarnetz Freiburg-Ost • Tel: 0761 60 06 46 00 • Tel. 0761 1 37 60 41 E-Mail: nachbarnetzfb-ost@posteo.de www.mitundfuer.de	Für Mitglieder in Littenweiler, Ebnet, Waldsee, Oberau, Oberwiehre • gegenseitiges Anbieten von Leistungen und Zeit • Hilfen zu Hause • Begleitung zu Behörden u.v.m. • Untergruppen in direkter Nachbarschaft für Notfälle
Freiburger Osten Freundeskreis Altenhilfe Freiburg e.V. Heinrich-Heine-Str. 12/14, 79117 Freiburg • Wolfgang Weiler (Vorsitzender), Tel. 0170 3 42 28 62 • Büro / AB, Tel. 0761 2 10 85 70 E-Mail: info@freundeskreis-altenhilfe.de www.freundeskreis-altenhilfe.de	Vermittelt Ehrenamtliche in die Altenhilfe-einrichtungen der Heiliggeistspitalstiftung Freiburg • Gespräche, Hilfestellungen im Alltag, Spiel-, Sing- und Lesestunden, Spaziergänge • Besuche oder Ausflugs- und Einkaufsfahrten • Älteren Menschen soll hierdurch Anerkennung für ihre Lebensleistung gezollt und die Teilhabe am gesellschaftlichen Leben sowie ein „Altern in Würde“ ermöglicht werden. • Keine Mitgliedschaft im Verein erforderlich.

2. Initiativen für bestimmte Zielgruppen, insbesondere pflegende Angehörige

Anbieter / Initiative / Ansprechperson	Ehrenamtliches Angebot
Kath. Kirchengemeinde Freiburg Nordwest, Offenes Wohnzimmer St. Albert Sundgauallee 9, 79114 Freiburg • Herr Mechler, Tel. 0761/ 8 19 74 • Frau Berkmann, Tel. 0761/ 80 71 30 • Frau Utz, Tel. 0761/ 8 59 43 • Frau Bayer, Tel. 0761/ 8 05 81	• *Wegbegleiter - offener Treff für pflegende Angehörige*: jeden 2. Montag im Monat, 17 bis 18.30 Uhr • *Lebensspuren - Treffpunkt für Trauernde*: jeden 2. Donnerstag im Monat, 16 bis 18 Uhr
WOGE e.V. Vereinsadresse: Heinrich-Mann-Str. 20, 79100 Freiburg Tel. 0157 30 82 36 36 E-Mail: info@wogevauban.de www.wogevauban.de	*Café Woge*: Samstagtreff mit Kaffee und Kuchen, Gesprächen, Singen und Spielen etc. für Menschen mit Demenz zusammen mit ihren Angehörigen und in der WOGE Engagierten • Ort: in den Kirchenräumen OASE in der Vaubanallee 11 • Zeit: Jeden dritten Samstag im Monat von 15 bis 17 Uhr

Anbieter / Initiative / Ansprechperson	Ehrenamtliches Angebot
Netzwerk pflegeBegleitung Freiburg in Kooperation mit St. Marienhaus e.V. Heinrich-Hansjakob-Haus Talstraße 29, 79102 Freiburg Frau Keller, Tel. 0761 2 90 93 12 E-Mail: pflegeBegleitung@t-online.de www.netzwerk-pflegeBegleitung.de	Geschulte Ehrenamtliche bieten kostenfrei für pflegenden An- und Zugehörige: • Einzelbegleitung nach Absprache • Gespräche, Zuhören • Stärken, Stützen, Informieren, Vermitteln • Orientierungshilfe
---	---
Im Heinrich-Hansjakob-Haus, 1. OG, Raum pflegeBegleitung, Talstraße 29 Frau Keller, Tel. 0761 2 90 93 12	*Offener Stammtisch* für pflegende und betreuende Angehörige von Menschen mit Pflege-/ Unterstützungsbedarf in ungeraden Monaten jeden 2. Mittwoch von 14.15 bis 15.45 Uhr und in geraden Monaten jeden 3. Dienstag von 17 bis 18.30 Uhr
---	---
Im Heinrich-Hansjakob-Haus Frau Drewniok, Tel. 0761 55 28 87, E-Mail: geli.drew@web.de Frau Kaiser, Tel. 0761 6 04 06, E-Mail: r.kaiser260@web.de	Monatliche Sprechstunde im Heinrich-Hansjakob-Haus: jeden 1. Mittwoch im Monat 16 bis 17.30 Uhr
---	---
Frau Drewniok, Tel. 0761 55 28 87 E-Mail: geli.drew@web.de	*Gemeinsamer Spaziergang* für pflegende Angehörige und in der Pflege begleitende Personen • Treffpunkt siehe „Badische Zeitung“ oder telefonisch nachfragen Jeden 1. Dienstag im Monat von 14 bis 16.30 Uhr ohne Anmeldung
„Kleeblatt“ Soziale Teilhabe für Menschen mit Pflegebedarf in Kooperation mit St. Marienhaus e.V. Frau Keller, Tel. 0761 2 90 93 12 E-Mail: pflegeBegleitung@t-online.de	Geschulte ehrenamtlich Tätige bieten für Menschen mit Pflegebedarf: • Gespräche • Besuche • Begleitung

3. Unterstützung und Hilfe bei Anträgen und Schriftverkehr

Briefe zu schreiben oder Anträge auszufüllen kann eine Herausforderung sein. Bürger*innen können sich hilfesuchend zur ersten Beratung an Ihre Stadtteiltreffs, Quartiersbüros und Begegnungsstätten innerhalb Ihres Stadtteils wenden. Diese bieten in den meisten Fällen innerhalb ihrer Sprechzeiten eine erste Beratung. Spezielle Angebote für Sozialberatung sind unter www.freiburg.de/sozialberatung zu finden.

Folgende Angebote können in Anspruch genommen werden:

Institution / Anbieter	Angebot	Sprechzeiten
Behördenlots*innen DRK-Kreisverband Freiburg e.V. Laura Rodríguez Alonso Tel.: 0170 7 79 61 62 E-Mail: laura.rodriguezalonso@drk-freiburg.de	Kostenlose Unterstützung bei: • Formulare ausfüllen • Briefe verstehen • Briefe schreiben	Ohne Termin am • Mittwoch,10-13 Uhr in Brühl-Beurbarung im Stadtteiltreff, Tennenbacher Str. 36
Schreibstube DRK Kreisverband, Diakonisches Werk Freiburg und Caritasverband Freiburg-Stadt Katharina Seitz Tel.: 0761 2 05 74 12 86 E-Mail: info@schreibstube-freiburg.de	Kostenlose Unterstützung bei: • Formulare ausfüllen • Briefe verstehen • Briefe schreiben	Ohne Termin am Mittwoch, 15-18 Uhr, Ferdinand-Weiß-Str. 9a
Caritas Heinrich-Hansjakob-Haus Talstraße 29, 79102 Freiburg Tel.: 0761 79 03-35 22 www.caritas-freiburg.de/alter-und-soziale-dienste/heinrich-hansjakob-haus/	Kostenlose Hilfe bei Schriftverkehr und Antragsstellungen	Montag bis Donnerstag, nur mit Terminvereinbarung
Formularhilfe für ältere Menschen Katharinenstift Stadtteilprojekt Schusterstraße 19, 79098 Freiburg Tel.: 0163 8663013 E-Mail: FR-Formularhilfe@web.de www.altenheim-freiburg.de	Kostenlose Hilfe beim Ausfüllen von Dokumenten jeder Art für Bewohner*innen aus der Innenstadt und	Ohne Termin Mittwoch, 10-12 Uhr, Bei Bedarf werden auch Hausbesuche in der Innenstadt durchgeführt