

## Ehrenamtliche Angebote – einzeln und/oder in Gruppen

Stand: 02 / 2020 Be

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

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

- Angebote für das gesamte Stadtgebiet
- Angebote in verschiedenen Stadtteilen

### 2. Initiativen für bestimmte Zielgruppen

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

### 3. Angebote in Gruppen stadtweit sowie stadtteilbezogen

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

#### 1. Individuelle Unterstützung im gesamten Stadtgebiet

Anbieter / Initiative Ansprechpartner_in	Ehrenamtliches Angebot	Für Wen - Kosten
<b>Mobiler Freiburger Altenservice e.V.</b> <b>MOFA-Freiburg e.V.</b> Hermannstraße 6, 79098 Freiburg  Dienstag und Donnerstag von 10 bis 12 Uhr oder AB Tel. 319 13-147 mofa-freiburg@gmx.de www.mofa-freiburg.de	- Beratung - Vorlesen, Spaziergänge, - Begleitung zu Arztbesuchen - Einkaufen - kleine Reparaturen im Haushalt, Aufbau von Möbeln	Ehrenamtliche Senioren helfen Senioren  Aufwandsentschädigung, z.B. Fahrtkosten etc.

Anbieter / Initiative Ansprechpartner_in	Ehrenamtliches Angebot	Für Wen - Kosten
<p><b>„Zeitstifter_innen“</b>            Bürgerschaftsstiftung Soziales Freiburg            Schusterstraße 19, 79098 Freiburg</p> <p>Christiane Hauck,            Regina Theis-Schwenninger            Tel. 201-3070 (Anrufbeantworter)            Sprechstunde            dienstags 16 - 18 Uhr            freitags 9 – 11 Uhr            info@stiftung-soziales-freiburg.de</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Hausbesuche, freundliche Kommunikation</li> <li>- Vorlesen, Singen, Spielen, Unterhaltung</li> <li>- Begleitung für unterwegs, zum Einkaufen, zum Arzt und vieles mehr</li> <li>- Entlastung der Angehörigen</li> </ul>	<p>Für ältere, hilfsbedürftige            Bürger_innen</p>
<p><b>Stadtseniorenrat Freiburg e.V.</b>            Schusterstraße 19, 79098 Freiburg            Tel. 201-3070</p> <p>Sprechzeiten            Dienstag, Mittwoch, Donnerstag            9 – 12 Uhr, sonst Anrufbeantworter            info@ssr-freiburg.de            www.ssr-freiburg.de</p>	<p>Beratung, Hilfe und Unterstützung bei vielen persönlichen, sozialen und gesundheitlichen Problemen und Fragen</p>	<p>Ältere Bürger_innen</p>
<p><b>Patientenbegleitung</b>            Freiburger Freiwilligen Agentur            79098 Freiburg</p> <p>Katharina Schulz            0179-1587446</p> <p>patientenbegleitung-freiburg@gmx.de            www.freiwillige-freiburg.de</p>	<p>Geschulte Ehrenamtliche bieten Begleitung bei Krankenhaus- und Arztbesuchen an</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- sind Gesprächspartner_innen</li> <li>- hören zu, unterstützen und vermitteln</li> <li>- helfen bei praktischen Aufgaben, wie z.B. Koffer packen</li> <li>- helfen sich in der Klinik oder Arztpraxis zurecht zu finden</li> </ul>	<p>Alleinstehende ältere            Menschen</p> <p>kostenfrei</p>

## 1. Individuelle Unterstützung in bestimmten Stadtteilen

Anbieter / Initiative Ansprechpartner_in	Ehrenamtliches Angebot	Für Wen – ggf. wo? Kosten
<p><b>Bürgerforum Sedanquartier und OFF Förderverein Frauen in Not</b> Sedanstrasse 28</p> <p>Ulrich und Elisabeth Armbruster Tel. 2 51 71</p> <p>www.buefo.com www.off-freiburg.de</p>	<p><b>Bewegungstreff Im Grün</b> Initiative von Bewohner_innen jeden Donnerstag von 14:30 bis 15:15 Uhr Bewegung im Freien und</p> <p>danach „<b>Offenes Ohr</b>“ mit Kaffee in der Begegnungsstätte Im Grün 5</p>	<p>Für Senior_innen kostenfrei</p> <p>Treffpunkt: Faulerpark</p>
<p><b>Netzwerk-Herdern-Neuburg</b> Habsburger Str. 107a 79104 Freiburg</p> <p>Stephanie Kirner Tel. 2 82 32 40 oder 21 77 48 29 15 info@netzwerk-herdern-neuburg.de www.netzwerk-herdern-neuburg.de</p>	<p>Schnelle, unbürokratische Nachbarschaftshilfe von engagierten Bürger_innen aus Herdern-Neuburg, koordiniert über die Begegnungsstätte im St. Carolushaus, wie</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Einkäufe, Arztbesuche</li> <li>• Reparaturen</li> <li>• Kinder hüten</li> <li>• Formulare ausfüllen</li> <li>• Gespräche und vieles mehr</li> </ul>	<p>Austausch und Nachbarschaftshilfe für alle in Herdern-Neuburg,</p> <p>denn jede(r) kann mal kurzfristig Unterstützung benötigen!</p>
<p><b>Begegnungszentrum Stühlinger</b> Ferdinand-Weiß-Str. 70a, 79106 Freiburg</p> <p>Frau Malou Reis Frau Andrea Baumann Tel. 27 30 92 bz@vfs-ev.de</p>	<p>Ehrenamtlich Mitarbeitende werden durch hauptamtlich Tätige bei den Angeboten begleitet und unterstützt.</p> <p>Mögliche Angebote siehe: Monatsprogramm unter der homepage: www.vfs-ev.de</p> <p>oder das gedruckte Monatsprogramm vor Ort holen</p>	<p>Kostengünstige und /oder kostenlose Angebote für Bürger_innen, die sich für die Programmangebote interessieren und Kontakt mit anderen suchen die Unterstützungsbedarf haben, für ältere Mitbürger_innen.</p>

<p><b>HilfeNetz Weingarten</b>  Sulzburgerstrasse 18, 79114 Freiburg  Kath. Pfarrgemeinde St. Andreas und  Mehrgenerationenhaus EBW</p> <p>Stefanie Bruckmeir  Pfarrbüro St. Andreas  Tel. 49078-0</p> <p>Kuno Feierabend  Tel. 49078-40  Feierabend.mgh@kath-freiburg-  suedwest.de  www.mehrgenerationenhaus-  ebw-freiburg.de</p>	<p>Ehrenamtliche bieten Hilfe und Unterstützung für ältere Menschen an</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Einkaufen, kleine handwerkliche Hilfen, etc.</li> <li>- Vorlesen, Gespräche</li> <li>- kleine Hilfen im Haushalt</li> <li>- Spaziergänge, Hilfe beim Gießen auf dem Friedhof, etc.</li> <li>- Begleitung auf Ämter, zum Arztbesuch, etc.</li> <li>- kleine Hilfen beim häuslichen „Papierkram“</li> </ul>	<p>Für ältere Menschen</p> <p>Ein kleines Entgelt wird ggf. erhoben.</p>
<p><b>Haslacher Netz</b>“ Stadtteilbüro Haslach  Nachbarschafts- werk e.V.  Ev. Melancthon-Gemeinde,  Kath. Kirchengemeinde St. Michael  Melancthonweg 9b,  79115 Freiburg</p> <p>Montag bis Donnerstag am Vormittag  Regina Wielsch-Mühlich  Tel. 7 67 90 02</p> <p>regina.wielsch@nachbarschaftswerk.de  www.nachbarschaftswerk.de</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- längerfristige Unterstützung von Einzelpersonen i.d.R. einmal wöchentlich 1-2 Stunden durch Besuche, Begleitung, Spaziergänge</li> <li>- Unterstützung beim Deutschlernen für Migranten</li> <li>- Nachhilfe und Begleitung zu Behörden</li> </ul> <p>Professionelle Begleitung und monatlicher Austausch für Ehrenamtliche in der Gruppe</p>	<p>Ehrenamtliche aus dem Stadtteil unterstützen Haslacher Bürger_innen</p>

<p><b>Stadtteiltreff Betzenhausen-Bischofslinde</b> Am Bischofskreuz 4, 79114 Freiburg Caritasverband Freiburg-Stadt</p> <p>Katharina Becker Tel. 89 75 83 15 stadtteiltreff-bb@caritas-freiburg.de www.stadtteiltreff-bb.de</p> <p><b>Nachbarschaftstreff Zehntsteinweg 4</b> Katharina Becker Tel. 89 78 21 31 nachbarschaftstreff-zw@caritas-freiburg.de</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Suche-Biete-Börse: auf gezielte Nachfrage werden Ehrenamtliche aus der Nachbarschaft gesucht z.B. für Einkäufe, Spaziergänge...</li> <li>- 3 x pro Woche verschiedene Begegnungscafés</li> <li>- Koordination von Ehrenamt</li> </ul> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Suche-Biete-Börse: z.B. für kleine Hilfen im Haushalt wie Gardinen aufhängen, Begleitung zum Einkaufen oder Arztbesuchen.</li> </ul>	<p>Für Bürger_Innen aus Betzenhausen-Bischofslinde</p> <p>für Menschen aus dem Quartier Zehntsteinweg und Runzmattenweg</p> <p>ggf. Aufwandsentschädigung für die Fahrtkosten</p>
<p><b>Nachbarnetz Freiburg-Ost</b> www.mitundfuer.de</p> <p>Anne Sumser u. Rudi Eichenlaub Tel: 60064600 Elisabeth u. Franz Seitz Tel. 1376041 Email: nachbarnetz@posteo.de</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- gegenseitiges Anbieten von Leistungen und Zeit</li> <li>- Hilfen zu Hause</li> <li>- Begleitung zu Behörden u.v.m.</li> </ul> <p>Untergruppen in direkter Nachbarschaft für Notfälle</p>	<p>für Mitglieder in Littenweiler, Ebnet, Waldsee, Oberau, Oberwiehre</p> <p>Eintrittsgebühr 15 €</p>
<p><b>Freiburger Osten</b> <b>Freundeskreis Altenhilfe Freiburg</b> Heinrich-Heine-Str. 12/14 79117 Freiburg info@freundeskreis-altenhilfe.de www.freundeskreis-altenhilfe.de</p> <p>Wolfgang Weiler ,Vorsitzender Tel. 0170 3422862 Telke Riegler-Winkel, Stv. Vorsitzende Tel. 2108570</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- vermittelt Ehrenamtliche in die Altenhilfeeinrichtungen der Heiliggeistspitalstiftung Freiburg</li> <li>- Gespräche, Hilfestellungen im Alltag, Spiel-, Sing- und Lesestunden</li> <li>- Besuche oder Ausflugs- und Einkaufsfahrten</li> </ul> <p>Älteren Menschen soll hierdurch Anerkennung für ihre Lebensleistung entgegengebracht und ein „Altern in Würde“ ermöglicht werden.</p> <p>Keine Mitgliedschaft im Verein erforderlich.</p>	<p>Interessierte, welche sich ehrenamtlich in Einrichtungen der Heiliggeistspitalstiftung engagieren möchten</p>

## 2. Initiativen für bestimmte Zielgruppen, insbesondere pflegende Angehörige

Anbieter / Initiative Ansprechpartner_in	Ehrenamtliches Angebot Für wen und wo?	Wann und ggf. Kosten?
<b>Netzwerk pflegeBegleitung Freiburg</b> Kooperation mit St. Marienhaus e.V. Talstraße 29, 79102 Freiburg Waltraud Keller, Tel. 290 93 12 pflegeBegleitung@t-online.de www.netzwerk-pflegeBegleitung.de	<b>Geschulte Ehrenamtliche bieten für pflegenden An- und Zugehörige</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Einzelbegleitung nach Absprache</li> <li>- Gespräche, Zuhören</li> <li>- Stärken, Stützen, Informieren, Vermitteln</li> <li>- Orientierungshilfe</li> <li>- Hausbesuche bei Bedarf</li> </ul>	Kostenfrei
Paul Pfann, Tel. 3 849 849	<b>Gemeinsamer Spaziergang für pflegende Angehörige</b>  Treffpunkt siehe „Badische Zeitung“ od. tel. nachfragen	Jeden 1. Dienstag im Monat 14 bis 16.30 Uhr – ohne Anmeldung
Waltraud Keller, Tel. 290 93 12	<b>Offener Stammtisch für pflegende und betreuende Angehörige, Freunde etc.</b> im Heinrich-Hansjakob-Haus, Talstraße 29	jeden 2. Mittwoch in ungeraden Monaten 14.15 – 15.45 Uhr  jeden 3. Dienstag in geraden Monaten 17 – 18.30 Uhr
Geli Drewniok Tel. 55 28 87 geli.drew@web.de	<b>Monatliche Sprechstunde</b> im Heinrich-Hansjakob-Haus, Talstraße 29  <b>Monatliche Sprechstunde</b> im Zähringer Treff, Zähringer Str. 346	jeden 1. Mittwoch im Monat 16 bis 17.30 Uhr  jeden 2. Montag im Monat ab September 2020 jeden 3. Montag im Monat 14.30 – 15.30 Uhr
<b>„Kleeblatt“ Soziale Teilhabe für Menschen mit Pflegebedarf</b> Kooperation mit St. Marienhaus e.V. Waltraud Keller, Tel. 290 93 12 pflegeBegleitung@t-online.de	<b>Geschulte ehrenamtlich tätige Frauen bieten für Menschen mit Pflegebedarf:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Gespräche</li> <li>- Besuche</li> <li>- Begleitung</li> </ul>	

Anbieter / Initiative Ansprechpartner_in	Ehrenamtliches Angebot Für wen und wo?	Wann und ggf. Kosten?
<p><b>Stadtteiltreff Betzenhausen-Bischofslinde im Haus Albert,</b> Sundgauallee 9 79114 Freiburg</p> <p>Manfred Mechler Tel. 8 19 74</p>	<p><b>Wegbegleiter</b> <b>- offener Treff für pflegende Angehörige</b></p> <p>Stadtteiltreff Betzenhausen-Bischofslinde im Haus Albert, Sundgauallee 9</p>	<p>jeden 2. Montag im Monat</p>
<p>Anja Berkmann, Tel. 80 71 30 Johanna Utz, Tel. 8 59 43 Manfred Mechler, Tel. 8 19 74 Angelika Bayer, Tel. 8 05 81</p>	<p><b>Lebensspuren</b> <b>- Treffpunkt für Trauernde</b></p> <p>Stadtteiltreff Betzenhausen-Bischofslinde im Haus Albert, Sundgauallee 9</p>	<p>jeden 2. Donnerstag im Monat</p>
<p><b>WOGÉ e.V.</b> Vereinsadresse Heinrich-Mann-Str. 20 79100 Freiburg</p> <p>Tel. 01 57 30 82 36 36 info@wogevauban.de www.wogevauban.de</p>	<p><b>Café Woge</b> ein Samstagtreff mit Kaffee und Kuchen, Gesprächen etc. für Menschen mit Demenz, ihren Angehörigen und in der WOGÉ Engagierten</p> <p>Kirchenräume OASE Vaubanallee 11</p>	<p>einmal im Monat von 15 -17 Uhr</p>

### 3. Angebote in Gruppen stadtweit und stadtteilbezogen

Anbieter / Initiative Ansprechpartner_in	Ehrenamtliches Angebot	Für Wen, Wo und ggf. Kosten?
<p><b>DNA – die neuen Alten</b> Arne Torgersen-Str. 7 79115 Freiburg</p> <p>Dr. Nils Adolph Tel. 0151 5555 9237 nils@dieneuenalten.org www.dieneuenalten.org</p>	<p>DNA – Die neuen Alten machen alte Menschen in Freiburg sichtbar und fördern eine Kultur der Mitgestaltung für gelingendes Altern.</p> <p>Sie bringen die Koordination aller Beteiligten und Betroffenen in Freiburg voran. Informationen über Themen, die alte Menschen interessieren siehe <b>www.dieneuenalten.org</b></p>	<p>Alte Menschen in Freiburg</p>

Anbieter / Initiative Ansprechpartner_in	Ehrenamtliches Angebot	Für Wen, Wo und ggf. Kosten?
<b>Erzähl-Café</b> Malteser Hilfsdienst e.V. Heinrich-von-Stephan-Str. 14  Marija Galjer, Tel. 45 52 51 47 marija.galjer@malteser.org www.malteser-freiburg.de	Jeden 3. Dienstag im Monat im „Café Mozart“ miteinander ins Gespräch kommen, die Erzählfreude und den Erfahrungsschatz aktivieren.	Interessierte Ältere Im „Cafe Mozart“ Habsburgerstraße 127  Kosten für Kaffee und Kuchen
<b>Bürgerverein Haid e.V.</b> Haiierweg 15 79114 Freiburg,  Email_info@bv-haid.de	<b>Café der Begegnung</b> mit Vorträgen, Themenangeboten und Zeit zum Plaudern  Am letzten Montag im Monat von 15 Uhr bis 17 Uhr	Menschen ab 60 und Interessierte im „Nadel und Faden Strick-Café“ St. Georgener Str. 7 79111 Freiburg
<b>Michael-Denzlinger - SeniorenTreff</b> Hochdorfer Str. 2 79108 Freiburg.  Wolfgang Bange Tel.: 0 76 65-30 48	Diverse Angebote zu „Lebensqualität im Alter“ – Bewegung, Gesundheit, Sprachen, Bildung etc.  Programm, sowie die wiederkehrenden Termine: www.seniorentreff-hochdorf	für alle Senior_innen über 50 und auch für alle Interessierten  Kosten für Vorträge und Kurse sind minimal
<b>Quartiersarbeit Vauban</b> Alfred-Döblin-Platz 1, 79100 Freiburg  Olena Lytvynenko Sprechzeiten montags 15 - 17 Uhr dienstags 10 - 12 Uhr  Tel. 45 68 71 34 info@quartiersarbeit-vauban.de	<b>Bewegungstreff Vauban</b> Initiative von Bewohner_innen jeden Donnerstag von 9:30 bis 10:15 Uhr Bewegung im Freien und danach Vernetzung im Cafè „Limette“	für Senior_innen kostenfrei  Treffpunkt: Alfred-Döblin-Platz
	<b>Singtreff Vauban</b> Breite Palette von Liedern Leitung Almut Schuster mit Begleitung am Flügel jeden Montag von 17:30 bis 18:45 Uhr	für Senior_innen Unkostenbeitrag 15 Euro pro Monat Lise-Meithner-Strasse 12
	<b>Nachbarschaftstreff „Café für alle“</b> Generationenübergreifender Austausch, Gespräche u. Informationen zu unterschiedlich Themen Regelmäßige Reihe „Im Fokus Älter werden“ Mittwochs von 16 bis 18 Uhr	alle Interessierten kostenfrei „Oase“ Kirchenräume Vaubanallee 11



Anbieter / Initiative Ansprechpartner_in	Ehrenamtliches Angebot	Für Wen, Wo und ggf. Kosten?
	<b>Gedächtnistraining „Denk-Fit“</b> Kirche im Vauban Dienstags von 16:30 bis 17:30 Uhr	für Senior_innen Unkostenbeitrag 3 € pro Termin „Oase“ Kirchenräume Vaubanallee 11
	<b>Reparaturcafé Vauban</b> Elektroreparaturen, Näharbeiten jeder zweite Samstag im Monat von 14 bis 17 Uhr	alle Interessierten auf Spendenbasis Alfred-Döblin-Platz 1 Räume des Jugendzentrums JuKS, über dem Restaurant „Süden“

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

Interessierte, welche sich auch gerne engagieren möchten, können sich direkt an die Anbieter und Initiativen wenden

oder ans **Seniorenbüro mit Pflegestützpunkt**

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

Herausgegeben von:

Stadt Freiburg - Seniorenbüro mit Pflegestützpunkt

Fehrenbachallee 12, 79106 Freiburg

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

Email: [seniorenbuero@stadt.freiburg.de](mailto:seniorenbuero@stadt.freiburg.de)

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