



PROGRAMM 2025

Oktober

Arbeiterwohlfahrt Begegnungsstätte **Tennenbacher Platz**

Tennenbacher Str. 38, 79106 Freiburg

Tel. 0761 / 28 79 38

www.awo-freiburg.de

Seniorenwohnanlage und Begegnungsstätte Tennenbacher Platz

Tennenbacher Platz 38

79106 Freiburg

 0761 / 28 79 38

 0761 / 28 79 17

 swa-tennenbacherplatz@awo-freiburg.de

BERATUNG UND INFORMATION

Leitung: Barbara Kemper

Sprechzeiten:	Montag	11:00Uhr – 12:00 Uhr
	Dienstag	nach Vereinbarung
	Mittwoch	13:30 Uhr – 14:30 Uhr
	Donnerstag	nach Vereinbarung
	Freitag (14-tägig)	11:00 Uhr - 12:00 Uhr

WOHNUNGSVERMIETUNG

Sulzburger Straße 4
79114 Freiburg

Sprechzeiten (persönlich):

Montag 9:00 Uhr - 12:00 Uhr

Sprechzeiten (telefonisch):

Mittwoch und Donnerstag 9:00 Uhr - 12:00 Uhr

Ansprechpartnerin: Cornelia Hochmuth

 0761 / 4 55 77-27

 hochmuth@awo-freiburg.de

Manuela Stiefvater

 0761 / 4 55 77-25

 stiefvater@awo-freiburg.de

Besuchen Sie uns im Internet unter:

www.awo-freiburg.de

Die Begegnungsstätte Tennenbacher Platz

bietet interessierten Senioren und Seniorinnen sowie anderen interessierten Bewohner/innen des Stadtteils die Möglichkeit zum Kontakt und Austausch, zum Besuch der Veranstaltungen und Angebote sowie zu Beratung und Information (während der angegebenen Sprechzeiten).

Wir bieten eine gemütliche Sitzecke im Eingangsbereich, in der es immer wieder zu spontanen Begegnungen und Gesprächen kommt.

Die **Veranstaltungen und Angebote sind in der Regel offen**, man kann nach Interesse jederzeit dazukommen.

Ideen für neue Angebote und Veranstaltungen werden im Rahmen der Möglichkeiten gerne aufgenommen und unterstützt, wir freuen uns über entsprechendes Interesse.

Ehrenamtliche Mithilfe jeglicher Art, sei es bei einzelnen Veranstaltungen oder gezielt als Angebot, ist sehr erwünscht und wird bei entsprechendem Bedarf gerne unterstützt.

Es gibt im Haus **keine Verpflichtung zu konsumieren**. Wir bemühen uns die Kosten für Verzehr möglichst niedrig zu halten. In der Regel geben wir nur die eigenen Unkosten weiter.

Zu **Fragen „rund um`s Alter“** stehen die Mitarbeiter/innen während der angegeben Sprechzeiten sowie nach Vereinbarung gerne bereit.

... haben wir Ihr Interesse geweckt?

Dann kommen Sie doch einfach mal vorbei!

REGELMÄßIGE VERANSTALTUNGEN

Montag

14:30 Uhr „Treffpunkt Jung und Alt“ (1 x monatl.)

Dienstag

10:30 Uhr Seniorengymnastik

Mittwoch Sondernveranstaltungen,

z.B. Offene Cafes, Konzerte, Vorträge, Ausflüge etc.

Freitag

9.00 Uhr Offenes gemeinsames Frühstück (14 – täglich)

12:00 Uhr „Suppentopf“ (14 - täglich)
hausinterne Veranstaltung der Seniorenwohnanlage

Samstag

14:00 Uhr „Triogami“ – Gruppe (2. Samstag im Monat)

Seniorengymnastik

Ab September wieder angeboten werden –
mit einer **neuen Kursleitung**, aber der **gewohnte Termin am Dienstag** konnte gehalten werden.

Kommen Sie gern dazu!

Der „Treffpunkt Jung und Alt“

wird im Oktober wieder starten.

Der Termin kann aus organisatorischen Gründen erst ab der zweiten Oktoberwoche bekanntgegeben bzw. angefragt werden.

Die religiöse Stunde mit SR. Irmunda

(Pfarrgemeinde St. Konrad und Elisabeth) kann leider nicht weiter angeboten werden – Sr. Irmunda hat Freiburg verlassen

EINZELVERANSTALTUNGEN

**Mittwoch
01.10.2025**

15:00 – 17:00 Uhr



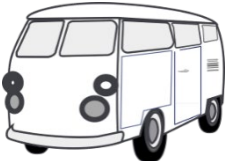
Offenes Cafe –

Kuchen passend zur Jahreszeit oder vielleicht auch eine frisch gebackene Waffel...

...auf jeden Fall sicherlich nette Gesellschaft.

Kommen Sie gern dazu!

Kosten nach Verzehr

02.10.2025 15:00 Uhr	Offene Spiele – Runde, ein Treffpunkt für alle, die Gesellschaftsspiele mögen. Eine große Auswahl an Spielen ist vorhanden, gern können auch eigene Spiele mitgebracht werden. Kommen Sie gern dazu!
Dienstag 07.10.2025  9:30 – 10:15Uhr 10:30 – 11:15 Uhr	Bewegungstraining für Senior:innen mit Beate Munz Gymnastik für alle, die ihren Körper, je nach Können, mit individueller Begleitung und Anleitung bewegen möchten! Sitzgymnastik Gymnastik (auch) im Stehen Teilnehmerbeitrag für eine Einheit (10x): Bewohner:innen der SWA: 10,00 € externe Teilnehmer:innen :15,00 € Kostenloses Ausprobieren ist jederzeit möglich
Mittwoch 08.10.2025 16:30 Uhr 	Ausflug zur «Schlatthof - Strauße» <i>im Mooswald.</i> <i>Fahrtkosten nach Teilnehmerzahl.</i> Eine Anmeldung bis Montag ist unbedingt erforderlich.

Freitag 10.10.2025 12:00 Uhr 	„Gemeinsames Mittagessen“ Ehrenamtliche Helfer:innen kochen gemeinsam und laden zum Mittagessen ein... Lassen Sie sich überraschen! Suppengutscheine können eingelöst werden. <i>Hausinterne Veranstaltung der angeschlossenen Seniorenwohnanlage</i>
Samstag 11.10.2025 14:00 Uhr	Triogami – Gruppe Origami – Begeisterte aus Freiburg, dem Elsass und der Schweiz treffen sich zu gemeinsamen Aktivitäten. Neue Interessierte sind herzlich willkommen
Dienstag 14.10.2025  9:30 -10:15 Uhr 10.30 – 11:15 Uhr	Bewegungstraining für Senior:innen mit Beate Munz (s.o.) Sitzgymnastik Gymnastik (auch) im Stehen
Mittwoch 15.10.2025 16:00 Uhr	Wir laden ein zum Herbstfest Kommen Sie dazu und genießen Sie einige vergnügte Stunden, bei schönem Wetter vielleicht im Garten. Wir bieten Zwiebelkuchen und Neuen Wein - Kosten nach Verzehr Für die musikalische Unterhaltung sorgt Herr Gräber mit seinem Akkordeon Kosten nach Verzehr

Donnerstag 16.10.2025 15:00 Uhr	Offene Spiele – Runde, s.o. Kommen Sie gern dazu!
Freitag 17.10.2025 9:00 Uhr 	«Offenes, gemeinsames Frühstück» Den Tag in geselliger Runde, am liebevoll gedeckten Tisch beginnen ... Es gibt frische Weckle, ein Ei, Käse und Aufschnitt, Marmelade, Fruchtsaft, Obst nach Jahreszeit - dazu Kaffee oder Tee. <i>Das Frühstück wird von ehrenamtlichen Helfer:innen organisiert, sie laden herzlich dazu ein!</i> Kostenbeitrag: 3,00 € Eine Anmeldung ist erforderlich!
Freitag, 17.10.2025 11:00 Uhr	„Beratung zu Gesundheitsfragen“- Solidarische Stadtteilgesundheit Freiburg Die Mitwirkenden sind mit ihrem medizinischen und psychologischen Wissen vor Ort und beantworten (jegliche) Fragen zu Gesundheit und Prävention Das Angebot ist kostenfrei, kommen Sie gern dazu!
Dienstag 21.10.2025  9:30 -10:15 Uhr 10.30 – 11:15 Uhr	Bewegungstraining für Senior:innen mit Beate Munz (s.o.) Sitzgymnastik Gymnastik (auch) im Stehen

Mittwoch 22.10.2025 18:00 Uhr	„Bewegungsangebot“ mit Nina Matthies Bewegungen - einfach und frei. Jeder / jede auf seine / ihre Art. Im Sitzen, im Stehen, im Gehen. Jeder/ jede wie er /sie kann und mag. Freude steht im Vordergrund. Kommen Sie gern dazumit einfachem Nicken im Takt fängt Bewegung schon an Das Angebot ist kostenfrei
Freitag 24.10.2025 12:00 Uhr 	„Gemeinsames Mittagessen“ <i>S.O.</i> <i>Hausinterne Veranstaltung der angeschlossenen Seniorenwohnanlage</i>
Dienstag 28.10.2025  9:30 -10:15 Uhr 10.30 – 11:15 Uhr	Bewegungstraining für Senior:innen mit Beate Munz (s.o.) Sitzgymnastik Gymnastik (auch) im Stehen
Donnerstag 30.10.2025 15:00 Uhr	Offene Spiele – Runde, s.o. Kommen Sie gern dazu!

Freitag
31.10.2025
9:00 Uhr

„Offenes, gemeinsames Frühstück“
(s.o.)
Kostenbeitrag: 3,00 €

Eine Anmeldung ist erforderlich!

Übersicht aller AWO Begegnungsstätten

WEINGARTEN

Sulzburger Straße 2 - 8
79114 Freiburg

Tel. 0761 / 4 55 77- 30
Linie 5 – Krozinger Straße
Linie 3 – Bugginger Straße
oder Am Lindenwäldle

LANDWASSER

Spechtweg 33-37
79110 Freiburg

Tel. 0761 / 13 27 99
Linie 1 – Diakoniekrankenhaus
oder Moosgrund

TENNENBACHER PLATZ

Tennenbacher Straße 38
79106 Freiburg

Tel. 0761 / 28 79 38
Linie 2 – Hauptfriedhof

IM GRÜN

Im Grün 5
79098 Freiburg

Tel. 0761 / 27 57 95
Linie 1,3,5,6,10 – Stadttheater
Linie 1,3,5,6,11 – Hauptbahnhof

BIFÄNGE

Weierweg 12
79111 Freiburg

Tel. 0761 / 47 38 36
Linie 11 – Innsbrucker Straße
Linie 4 – Vauban Mitte

HASLACH

Mathias-Blank-Straße 22
79115 Freiburg

Tel. 0761 / 4 70 16 68
Linie 14 – Markgrafenstraße
Linie 3,5 – Scherrerplatz oder
Dorfbrunnen

SENIORENZENTRUM „GRÜNER WEG“

Leipziger Straße 17 - 19
79211 Denzlingen
Tel. 07666 / 9 11 27 - 33
SBG-Busse – Sportbad

Sie wollen mehr über die AWO-
Freiburg erfahren?

Dann besuchen Sie uns!

www.awo-freiburg.de

