



**Arbeiterwohlfahrt
Begegnungsstätte
Tennenbacher Platz**

PROGRAMM 2025

Dezember

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

B E R A T U N G U N D I N F O R M A T I O N

Leitung: Barbara Kemper

Sprechzeiten:	Montag	nach Vereinbarung
	Dienstag	10:30 Uhr – 11:30 Uhr
	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 angegebenen 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“ (i.d.R. 1 x monatl.)

Dienstag

10:30 Uhr Sitzgymnastik

11:30 Uhr Seniorengymnastik (auch im Stehen)

Mittwoch Sonderveranstaltungen,

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)

Bitte beachten Sie:

Das „Markt – Cafe“

Wie die Jahre zuvor bieten wir in den Wintermonaten wieder **einmal monatl. das „Markt – Cafe“** - einen **warmen Ort der Begegnung**. Vom **Frühstücksbuffet** über **Suppentopf** oder **Marktwurst im Weckle** bis zu **Kaffee und frisch gebackenen Waffeln** – hier ist für jeden was dabei! Dazu die **Samstagsausgaben** der „**Badischen Zeitung**“ oder der „**Süddeutschen Zeitung**“.

Alles auf **Spendenbasis** – jede/jeder gibt, was er/sie kann oder möchte.

Ein Dankeschön an die **Renate und Waltraud Sick – Stiftung**, die dieses Angebot ermöglicht

Seniorengymnastik

kann seit 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“

findet wieder regelmäßig monatlich statt.

Die religiöse Stunde mit SR. Irmunda

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

EINZELVERANSTALTUNGEN

<p>Montag 01.12.2025</p> <p>17:30 Uhr</p> 	<p>„Advents – Singen“ mit dem Chor der Bäckerinnung</p> <p>Der Chor wird ein adventliches Programm vortragen, es gibt aber auch Gelegenheit zum gemeinsamen Singen.</p> <p>Dazu gibt es Glühwein, alkoholfreien Punsch und Gebäck.</p>
<p>Dienstag 02.12.2025</p>  <p>9:30 – 10:15Uhr</p> <p>10:30 – 11:15 Uhr</p>	<p>Bewegungstraining für Senior:innen mit Beate Munz</p> <p>Gymnastik für alle, die ihren Körper, je nach Können, mit individueller Begleitung und Anleitung bewegen möchten!</p> <p>Sitzgymnastik</p> <p>Gymnastik (auch) im Stehen</p> <p>Teilnehmerbeitrag für eine Einheit (10x): Bewohner:innen der SWA: 10,00 € externe Teilnehmer:innen :15,00 €</p> <p>Kostenloses Ausprobieren ist jederzeit möglich</p>

<p>Samstag, 06.12.2025</p> <p>10:00 - 14:00 Uhr</p>	<p>„Markt – Cafe“ - in den Wintermonaten ein warmer Ort der Begegnung.</p> <p>Vom Frühstück über Suppentopf oder Marktwurst bis zu Kaffee und frischgebackenen Waffeln – hier ist für jede(n) was dabei! Dazu die Wochenendausgabe verschiedener Tageszeitungen...</p> <p>Alles auf Spendenbasis! <i>Herzlich Willkommen!</i></p>
<p>Montag 08.12.2025</p> <p>14:00 – 16:00 Uhr</p> 	<p>„Jung und Alt“</p> <p>Senior:innen der Seniorenwohnnalage treffen sich mit Kindern der „AWO- Kita Hornusstraße“</p> <p>Gemeinsam etwas unternehmen, essen und trinken – sich besser verstehen... Interessierte sind herzlich zu diesen Treffen eingeladen. Es gibt keine Kosten, da diese Begegnungen durch Spenden finanziert werden!</p> <p><i>Dieses Treffen findet in der Kita Hornusstraße statt!</i></p>
<p>Dienstag 09.12.2025</p> 	<p>Bewegungstraining für Senior:innen mit Beate Munz (s.o.)</p>
<p>Mittwoch 10.12.2025</p> <p>10:00 Uhr</p>	<p>Besuch der Kinder vom Kindergarten St. Bernhardt</p> <p>Die Kinder tragen einige Lieder vor und laden ein zum gemeinsamen Singen</p> <p>Kommen Sie gern dazu!</p>

<p>Donnerstag 11.12.2025</p> <p>15:00 Uhr</p>	<p>Offene Spiele – Runde, ein Treffpunkt für alle, die Gesellschaftsspiele mögen. Eine große Auswahl an Spielen ist vorhanden, gern können auch eigene Spiele mitgebracht werden.</p> <p>Kommen Sie gern dazu!</p>
<p>Freitag 12.12.2025</p> <p>9:00 Uhr</p> 	<p>«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 €</p> <p>Eine Anmeldung ist erforderlich!</p>
<p>Freitag, 12.12.2025</p> <p>11:00 Uhr</p>	<p>„Beratung zu Gesundheitsfragen“ - Solidarische Stadtteilgesundheit Freiburg</p> <p>Die Mitwirkenden sind mit ihrem medizinischen und psychologischen Wissen vor Ort und beantworten (jegliche) Fragen zu Gesundheit und Prävention</p> <p>Das Angebot ist kostenfrei, kommen Sie gern dazu!</p> <p><i>Bitte beachten Sie: Das Treffen findet diese Mal im kleinen Begegnungsraum statt</i></p>

<p>Freitag 12.12.2025</p> <p>15:00 Uhr</p> 	<p>«Senioren – Adventkaffee» in den Räumen der AWO-Seniorenbegegnungsstätte. Wie jedes Jahr im Advent, lädt auch in diesem Jahr der Bürgerverein alle Senior:innen des Stadtteils zu Kaffee und Kuchen ein.</p>
<p>Samstag 13.12.2025</p> <p>14:00 Uhr</p>	<p>Triogami – Gruppe Origami – Begeisterte aus Freiburg, dem Elsass und der Schweiz treffen sich zu gemeinsamen Aktivitäten. Neue Interessierte sind herzlich willkommen</p>
<p>Dienstag 16.12.2025</p> 	<p>Bewegungstraining für Senior:innen mit Beate Munz (s.o.)</p>
<p>Mittwoch 17.12.2025</p> <p>17:00 Uhr</p>	<p>Weihnachtsfeier der Seniorenwohnanlage Eingeladen sind alle Bewohner:innen des Hauses sowie alle ehrenamtlichen Helferinnen und Helfer. <i>Hausinterne Veranstaltung der angeschlossenen Seniorenwohnanlage</i></p>
<p>Freitag 19.12.2025</p> <p>12:00 Uhr</p> 	<p>„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></p>

Wir wünschen schöne Feiertage und sagen „Herzlichen Dank“!

Zum Ende des Jahres und mit dem letzten Programm möchten wir uns an dieser Stelle herzlich bei allen ehrenamtlichen Helfer:innen für ihre Unterstützung bedanken.

Ihr Engagement macht es möglich, dass wir jeden Monat ein umfangreiches und vielfältiges Programm anbieten können, welches von vielen Gästen und Teilnehmer:innen sowie den Bewohner:innen der Seniorenwohnanlage sehr geschätzt wird.

Allein aus der Bewohnerschaft der Seniorenwohnanlage sind mittlerweile 15 Personen aktiv – einige regelmäßig, andere völlig unregelmäßig, je nach Bedarf. Teils engagieren sie sich allein, mit einer konkreten „Aufgabe“, teils in einer Gruppe bzw. einem „Team“. Aber auch zahlreiche „externe“ Helfer:innen bieten ihre Unterstützung an – mit jeweils sehr individuellen Ideen und Möglichkeiten.

Wir möchten uns an dieser Stelle aber zudem bei allen Teilnehmer:innen und Gästen der Begegnungsstätte und ganz besonders auch bei den Bewohner:innen der Seniorenwohnanlage bedanken.

Ihre offene und tolerante, respektvolle und wertschätzende Haltung trägt maßgeblich zur Atmosphäre im Haus bei. In dieser Atmosphäre fühlen sich offensichtlich sehr viele Menschen wohl, sie kommen gern zu Veranstaltungen ins Haus und nutzen die Angebote.

Von vielen Hausbewohner:innen, Gästen bzw. Teilnehmer:innen erhalten wir entsprechende Rückmeldungen – die wir gerne an Sie weitergeben möchten

Für das kommende Jahr 2026

wünschen wir Ihnen alles Gute, vor allem aber Gesundheit!

Wir würden uns freuen, wenn Sie auch im nächsten Jahr wieder aktiv am Angebot der Begegnungsstätte teilnehmen würden

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  