



Arbeiterwohlfahrt Begegnungsstätte Im Grün

PROGRAMM 2026

März

Im Grün 5, 79098 Freiburg
Tel. 0761 / 27 57 95
www.awo-freiburg.de

Seniorenwohnanlage und Begegnungsstätte Im Grün

Im Grün 5

79098 Freiburg

 0761 / 27 57 95

 0761 / 8 85 36 01

 swa-imgruen@awo-freiburg.de

BERATUNG UND INFORMATION

Leitung: Hanna Brockmann

Pflegefachkraft: Christine Reaves

Sprechzeiten:	Montag	11:00 Uhr - 12:00 Uhr
	Dienstag	09:30 Uhr - 11:30 Uhr
	Mittwoch	Keine Sprechzeit
	Donnerstag	09:30 Uhr - 11:30 Uhr
	Freitag	11:00 Uhr - 12:00 Uhr

Gerne können Sie auch für außerhalb dieser Zeiten einen Termin vereinbaren oder hinterlassen Sie uns eine Rückrufbitte auf dem Anrufbeantworter.

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

Herzlich willkommen in der Begegnungsstätte Im Grün!

Liebe Besucherinnen und Besucher, liebe Interessierte,
schön, dass Sie Interesse an unserer Begegnungsstätte haben.

Die **Begegnungsstätte Im Grün** bietet Seniorinnen und Senioren sowie anderen interessierten Bewohner:innen des Stadtteils und der Umgebung die Möglichkeit für **Kontakt und Austausch** untereinander, zum **Besuch der aufgeführten Veranstaltungen und Angebote** sowie **Erstberatung und Information zum Thema „Älter werden“** zu den genannten Sprechzeiten.

In diesem Programmheft finden Sie, wie gewohnt, zuerst die wöchentlichen regelmäßigen Veranstaltungen und dann die jahreszeitlich passenden bzw. monatlich stattfindenden Veranstaltungen. Aktuelle Änderungen finden Sie an der Magnetwand vor Ort.

Unsere **Veranstaltungen und Angebote sind in der Regel kostenfrei oder auf Spendenbasis**, um die eigenen Unkosten zu decken. Sie sind **offen für alle**, was bedeutet, dass Sie jederzeit einfach dazu kommen können, außer es steht anders dabei oder wenn die Kapazitätsgrenze erreicht ist.

Gerne können Sie **einfach zum Schnuppern und Ausprobieren vorbeikommen**. Bei Angeboten im Begegnungsraum klingeln Sie bitte bei „AWO-Seniorenwohnanlage/ AWO-Begegnungsstätte“. Bei Angeboten in der Cafeteria können Sie direkt durch den Eingang rechts vom Haupteingang kommen oder wenn Sie einen **barrierefreien Eingang** benötigen, klingeln Sie bitte beim Haupteingang bei „AWO-Seniorenwohnanlage/ AWO-Begegnungsstätte“.

Begegnungsstätte Im Grün

Wenn Sie selbst **Ideen oder Wünsche für weitere Angebote** haben, kommen Sie gerne auf mich zu.

Auch wenn Sie sich **ehrenamtlich bei Veranstaltungen** einbringen oder **selbst ein Angebot anbieten** möchten, kommen Sie gerne auf mich zu. Ich freue mich auf Ihre Ideen!

Wenn Sie **Fragen zu den Veranstaltungen und Angeboten** haben, melden Sie sich gerne in den Sprechzeiten oder hinterlassen Sie eine Rückrufbitte auf dem Anrufbeantworter.

Wenn Sie **Fragen rund um das Thema „Älter werden“** haben, können Sie gerne in den Sprechzeiten vorbeikommen oder uns anrufen. Bitte klingeln Sie einfach bei „AWO-Seniorenwohnanlage/AWO-Begegnungsstätte“.

Wir freuen uns auf Sie und Ihren Besuch bei uns!

Herzliche Grüße im Namen des gesamten Teams

Hanna Brockmann

Leitung

Seniorenwohnanlage und Begegnungsstätte Im Grün



REGELMÄßIGE VERANSTALTUNGEN



15:00 Uhr

Singkreis

im Begegnungsraum

Gemeinsames Singen von verschiedenen Volksliedern und jahreszeitlichen Liedern mit Gitarrenbegleitung. Im Vordergrund steht die Freude am gemeinsamen Singen. Neue Mitsängerinnen und Mitsänger gesucht!

Musikalische Leitung: Bettina Küpfer

16:15 Uhr

Tischtennis

in der Cafeteria

Offenes Tischtennisspiel für alle. Neue Mitspielerinnen und Mitspieler sind herzlich willkommen! Tischtennisschläger und -bälle sind vorhanden.





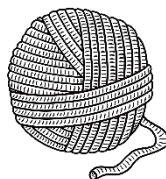
15:00 Uhr **Stuhlgymnastik für Seniorinnen und Senioren**
in der Cafeteria

Luitgard Pfisterer leitet einfache Übungen im Sitzen an, ohne Ausrüstung oder Sportkleidung. Jede:r macht mit, wie sie bzw. er kann. Kommen Sie gerne vorbei, wenn Sie Lust haben, sich etwas zu bewegen.



16:00 Uhr **Strick- und Häkeltreff**
im Begegnungsraum

Aktuell werden Schals für Kuscheltiere angefertigt, die im Mai beim Teddybärkrankenhaus der Uniklinik an Kinder verteilt werden. Einfach vorbeikommen und mitstricken oder -häkeln! Wolle ist vorhanden.





09:30 Uhr **Sanftes Yoga auf dem Stuhl**
in der Cafeteria

Herzliche Einladung zur gemeinsamen Yogapraxis auf dem Stuhl mit Bettina Michalek: Unser Körper wird durch leichte und sanfte Bewegungen in Bewegung und der Geist zur Ruhe gebracht, jeder in seinem Tempo und nach seinen Möglichkeiten. Und zwischendurch wird dem Nachklang im Körper Raum gegeben und in die Stille gelauscht.

Kosten: 5 EUR pro Monat, kostenfreies Schnuppern gerne möglich

14:30 Uhr **Bewegungstreff im Freien**

bei gutem Wetter im Faulerpark schräg gegenüber,
bei schlechtem Wetter in der Cafeteria

Einfache, durch geschulte Anleiter:innen angebotene, alltagstaugliche Bewegungsübungen zum Erhalt von Kraft, Balance und Beweglichkeit an der frischen Luft. Bequeme Schuhe sind sinnvoll, Sportkleidung nicht erforderlich. Dies ist ein Angebot vom Bürgerforum Sedanquartier und Im Grün zusammen mit OFF – Förderverein Frauen in Not.



Freitag



10:00 Uhr

Gartentreff

im Garten hinter der Wohnanlage

Zusammen mit Veronika Schweizer wird im Garten das getan, was gerade ansteht. Interessierte sind herzlich willkommen! Um telefonische Anmeldung vor der ersten Teilnahme wird unter 0761/ 27 57 95 gebeten. Der Gartentreff findet nicht bei Regen statt.

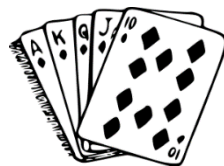
15:00 Uhr

Spieelnachmittag mit Rummikub

im Begegnungsraum

Aktuell wird Rummikub gespielt. Weitere Gesellschafts- oder Kartenspiele sind gerne möglich und neue Mitspielerinnen und Mitspieler, ob jung oder alt, sind herzlich willkommen!

Samstag



14:00 Uhr

Dart spielen

in der Cafeteria

Keine Vorkenntnisse erforderlich. Alle sind herzlich eingeladen, dazuzukommen und mitzumachen!

Wir tanzen durch die Stadt

mit den Hits aus den 60er, 70er und 80er Jahren



Boogie Woogie
Fox
Rock'n'Roll
Cha-Cha-Cha
Tango
Twist
Walzer usw.

Termine (immer 14-16 Uhr)

FR 13.03.2026 SWA Tennenbacher Platz
FR 20.03.2026 Seniorenzentrum Denzlingen
FR 17.04.2026 SWA Landwasser
FR 24.04.2026 Glashaus im Rieselfeld

SWA = Senior*enwohnanlage

EINTRITT FREI

Kontakt für weitere Informationen:

AWO-Freiburg
Petra Winterhalter
Tel.: 0761 / 4 55 77-22
petra.winterhalter@awo-freiburg.de
www.awo-freiburg.de

Mit freundlicher Unterstützung:

Cutting for 2025
Sorooptimist Freiburg

EINZELVERANSTALTUNGEN

Sonntag, 01.03.2026 15:00-16:00 Uhr 	Bingo mit dem Leo-Club in der Cafeteria Einfach vorbeikommen, mitmachen, Spaß haben und vielleicht sogar noch einen kleinen Preis gewinnen! Kostenfrei. Ohne Anmeldung.
Mittwoch, 18.03.2026 10:00-11:30 Uhr 	Gemeinsam Frühstück in der Cafeteria Unsere Ehrenamtlichen servieren wie gewohnt Süßes & Deftiges, sowie Kaffee oder Tee – auf Spendenbasis. Außerdem gibt es nette Gespräche und Begegnungen. Anmeldung bis Montag, 16.03. um 12 Uhr im Büro unter 0761/ 27 57 95 (auch über AB möglich).
Freitag, 27.03.2026 16:00-20:00 Uhr 	Tanz in den Frühling in der Cafeteria Zur Livemusik der beliebten Jojos tanzen wir gemeinsam in den Frühling! Fürs leibliche Wohl ist gesorgt – auf Spendenbasis. Wir bitten um Anmeldung im Büro bis zum 23.03. unter 0761/ 27 57 95.

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

BIFÄNGE

Weierweg 12
79111 Freiburg

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

IM GRÜN

Im Grün 5
79098 Freiburg

Tel. 0761 / 27 57 95
Linie 1,2,3,4,5 – Stadttheater
Linie 1,2,3,4,11,21,23,27 – Haupt-
bahnhof

HASLACH

Mathias-Blank-Straße 22
79115 Freiburg

Tel. 0761 / 4 70 16 68
Linie 14 – Markgrafenstraße
Linie 5 – Scherrerplatz oder Dorf-
brunnen

**SENIORENZENTRUM
„GRÜNER WEG“**

Leipziger Straße 17 - 19
79211 Denzlingen

Tel. 07666 / 9 11 27 - 33
SBG-Busse – Sportbad

Sie wollen mehr über die AWO-Frei-
burg erfahren?

Dann besuchen Sie uns!

www.awo-freiburg.de

