



PROGRAMM 2026

September

**Arbeiterwohlfahrt
Begegnungsstätte
Tennenbacher Platz**

Tennenbacher Str. 38, 79106 Freiburg

Tel. 0761 / 28 79 38

www.awo-freiburg.de



**JETZT
ANMELDEN**

AWO-Hausnotruf

Die Sicherheit für zu Hause!

Tel. 0761 / 4 55 77-55
notruf@awo-freiburg.de

Wir beraten Sie gerne.

Montag bis Freitag
9:00 Uhr - 12:00 Uhr



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: Verena Götz

Sprechzeiten: Dienstag & Mittwoch 9-10 Uhr
sowie nach Vereinbarung

bitte beachten Sie:

am Dienstag, den 29.09. findet keine
Sprechzeit statt

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



**JETZT
ANMELDEN**

AMBULANTER PFLEGEDIENST

Pflege- und Sozialdienst in Weingarten.

Ambulanter Pflege- und Sozialdienst
Sulzburger Str. 4b | 79114 Freiburg
Tel. 0761 / 45 34 62 190
ambulant@awo-freiburg.de
www.awo-freiburg.de/ambulant



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

ab 09:30 Uhr **Bewegungstraining
für Senioren**
mit Frau Sigwarth

14:30 Uhr **„Treffpunkt Jung und Alt“** (1x monatlich)

15:30 Uhr **Religiöse Stunde**
mit Frau Schwaderer (1x monatlich)

Mittwoch

Sonderveranstaltungen
z.B. Offene Cafés, Konzerte, Vorträge,
Ausflüge etc.

Freitag

09:00 Uhr **Offenes gemeinsames
Frühstück** (14-tägig)

12:00 Uhr **Gemeinsames Mittagessen** (14-tägig, hausintern)

Samstag

14:00 Uhr **„Triogami-Gruppe“**
(2. Samstag/Monat)

EINZELVERANSTALTUNGEN

Die Seniorengymnastik

**Ab August können auch wieder externe Interessierte teilnehmen.
Selbstverständlich ist ein einmaliges, kostenloses Ausprobieren weiterhin möglich.
Kosten für einen 10er Block: 15€**

Bitte beachten Sie: am 21. und 28.09. findet kein Gymnastikangebot statt

Der „Treffpunkt Jung und Alt“

kann hoffentlich bald wieder stattfinden.

Sobald es losgeht, werden Sie entsprechend informiert.

Das Mittagessen am Freitag fällt im September aus!

Freitag 04.09.2026 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. Das Frühstück wird von ehrenamtlichen Helfer:innen organisiert, sie laden herzlich dazu ein! Kostenbeitrag: 3,00 € Eine Anmeldung ist erforderlich!
Montag 07.09.2026  9:30 – 10:00 Uhr 10:15 – 10:45 Uhr	Bewegungstraining für Senior:innen mit Frau Sigwarth 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 € Kostenloses Ausprobieren ist jederzeit möglich
Mittwoch 09.09.26 15 Uhr 	Kennenlerncafé mit Frau Götz Alle Bewohner und Bewohnerinnen und Ehrenamtliche sind herzlich zu Café und Kuchen eingeladen

Samstag 12.09.2026 14:00 Uhr 	Triogami – Gruppe Origami – Begeisterte aus Freiburg, dem Elsass und der Schweiz treffen sich zu gemeinsamen Aktivitäten. Neue Interessierte sind herzlich willkommen
Montag 14.09.2026 	Bewegungstraining für Senior:innen mit Frau Sigwarth (s.o.)
Freitag 18.09.2026 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. Das Frühstück wird von ehrenamtlichen Helfer:innen organisiert, sie laden herzlich dazu ein! Kostenbeitrag: 3,00 € Eine Anmeldung ist erforderlich!
Freitag, 18.09.2026 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!

Samstag, 19.09.2026 12 – 18 Uhr 	Stadtteilstfest «Brühl Gefühl» am Tennenbacherplatz <u>Unsere Wohnanlage ist dabei</u> Kaffee und Kuchenverkauf in der Begegnungsstätte Flohmarkt / «Boutique» im Foyer Weitere Infos sh. Aushang/Plakat oder auf Anfrage
Montag 21.09.2026 15:30 Uhr 	Religiöse Stunde mit Frau Schwaderer (Pfarrgemeinde St. Konrad und Elisabeth) In Begegnung, Austausch, Besinnung und Gebet wird Gemeinschaft gepflegt. Diese besinnliche Stunde steht immer unter einem Thema zu einem Bibeltext und ist offen für alle Konfessionen
Mittwoch 23.09.2026 15:00 – 17:00 Uhr 	„Aber bitte mit Sahne...“ Offenes Cafe Obstkuchen mit Sahne, vielleicht auch lieber ein Eis? Oder...auf jeden Fall sicherlich nette Gesellschaft. Ein kostenfreies Angebot für alle, die Lust auf Schmaus und Plausch haben und denen vielleicht ab und zu die Decke auf den Kopf fällt...
Mittwoch 30.09.2026 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 dazu... mit einfachem Nicken im Takt fängt Bewegung schon an Das Angebot ist kostenfrei

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 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

