AWO Freiburg



PROGRAMM 2026

November

Arbeiterwohlfahrt

Begegnungsstätte

Im Grün

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

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

Leitung:	Hanna Brockmann	
Pflegefachkraft:	Frau Dietsche	
Sprechzeiten:	Montag	11:00 Uhr - 12:00 Uhr
	Dienstag	10:00 Uhr - 12:00 Uhr
	Mittwoch	10:00 Uhr - 12:00 Uhr
	Donnerstag	10:00 Uhr - 12:00 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.

W O H N U N G S V E R M I E T U N G

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

Ansprechpersonen: Cornelia Hochmuth
☎ 0761 / 4 55 77-27
💻 hochmuth@awo-freiburg.de

Manuela Stiefvater
☎ 0761 / 4 55 77-25
💻 stiefvater@awo-freiburg.de

Anita Kupke
☎ 0761 / 4 55 77-26
💻 anita.kupke@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".

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.

18:00 Uhr **Doppelkopf für Anfänger**
im Begegnungsraum

Alle sind herzlich eingeladen, das Kartenspiel Doppelkopf zu erlernen. Keine Vorkenntnisse erforderlich, nur Lust am Karten spielen. Termine im November alle 2 Wochen: 02.11., 16.11., 30.11.



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.





Donnerstag

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.

BUFO

OFF
Obdach Für Frauen

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 **Spielenachmittag 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!

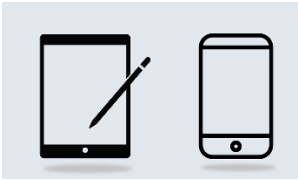


Samstag

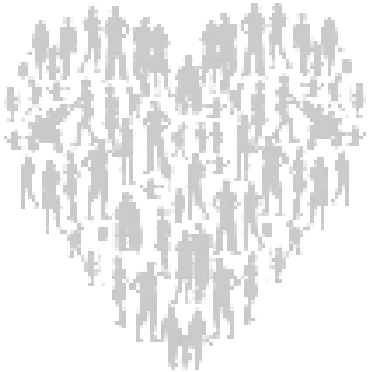
14:00 Uhr **Dart spielen**
in der Cafeteria

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

E I N Z E L V E R A N S T A L T U N G E N

Sonntag, **01.11.2026** 15:00-16:00 Uhr 	**Bingo** **mit dem Leo-Club** in der Cafeteria Einfach vorbeikommen und vielleicht sogar noch einen kleinen Preis gewinnen! Ohne Anmeldung.
Donnerstag, **12.11.2026** 11:00 Uhr 	**St. Martinssingen** **mit dem Kindergarten** **St. Martin** Sie sind herzlich eingeladen, zuzuhören und mitzusingen.
Dienstag, **17.11.2026** 16:30-17:30 Uhr 	**Digitalsprechstunde** in der Cafeteria Andreas Kaiser von der Polizei Freiburg beantwortet gerne Ihre Fragen zu Problemen mit Ihrem Handy und erklärt dabei digitale Sicherheit. Im Vorfeld wird eine Liste für Themenwünsche aushängen.

Mittwoch, 18.11.2026 10:00-11:30 Uhr 	**Gemeinsam Frühstücken** 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, 16.11. um 12 Uhr** im Büro unter 0761/ 27 57 95 (gerne auch auf den Anrufbeantworter sprechen).



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-Freiburg erfahren?

Dann besuchen Sie uns!

www.awo-freiburg.de