

## Rundbrief Herbst 2022

### Septembermorgen

Im Nebel ruhet noch die Welt,  
Noch träumen Wald und Wiesen.  
Bald siehst du, wenn der Schleier fällt,  
Den blauen Himmel unverstellt,  
Herbstkräftig die gedämpfte Welt  
In warmem Golde fließen



*Eduard Mörike*

**Liebe Besucherinnen und Besucher der Begegnungsstätte Altstadt und der Cafeteria Haus Schloßberg, liebe Bewohnerinnen und Bewohner, liebe Freunde und Nachbarn,**

nach einem extrem heißen und trockenen Sommer, der vielen von uns sehr zu schaffen gemacht hat, freuen wir uns nun über die Abkühlung im Herbst – auch wenn wir wieder sorgenvoll in Hinsicht auf das Infektionsgeschehen und die Energiekrise auf die kältere Jahreszeit blicken.

Wir wollen mit Ihnen diese Sorgen, aber auch die schönen Momente teilen und haben für Sie wieder einen kleinen Strauß an Angeboten, Aktivitäten und Veranstaltungen zusammengestellt.

Wir freuen uns, wenn Sie bei uns vorbeischauen und wir zusammen viele schöne Stunden verbringen können!

**Es grüßen Sie herzlich: Christiane Mihm und Stefanie Fischer und das Team der Begegnungsstätte Altstadt**

Bitte denken Sie daran: wir können unsere Angebote immer nur entsprechend der aktuellen Corona-Situation planen – achten Sie deshalb bitte immer auch auf unsere Aushänge, falls es zu Absagen oder Veränderungen kommen sollte. Und bitte beachten Sie die aktuell durchgängige Maskenpflicht bei allen Angeboten zu Ihrer eigenen Sicherheit. In Haus Schloßberg benötigen Sie eine FFP2-Maske.

**Für die Angebote der Begegnungsstätte gilt die 3 G-Coronaregel.**

Herzlichen Dank für Ihre Mitwirkung!

### Angebote der Begegnungsstätte

#### Kaffee-Treff in der Cafeteria Haus Schloßberg

Wir bieten Ihnen Kaffee und Kuchen, Tee oder kalte Getränke, Gelegenheit zum Plaudern, Spielen und Beisammen Sein und sind offen für weitere Ideen und Anregungen.

**Jeden Montag, Mittwoch und Freitag  
Von 14.30 -16.30 Uhr**

Schauen Sie doch einfach mal rein –  
wir freuen uns auf Sie!



Ein herzliches Dankeschön an dieser Stelle an unsere beiden ehrenamtlichen Cafeteria-Helfer\*innen Frau Hübner und Herrn Biehler, die durch ihre tatkräftige Unterstützung eine durchgängige Öffnung während der ganzen Sommer- und Urlaubszeit ermöglicht haben!

### Offener Treff am Mittwoch

Gemütliches Beisammensitzen und Unterhalten bei Kaffee und Gebäck...

**Nach der Sommerpause ab 28.09. wieder jeden Mittwoch 15 Uhr im Speisesaal von Haus Münsterblick**



**5.10. ab 15.00 Uhr „Musikalische Edelsteine am Klavier“  
Dr. Uhl spielt, singt und erzählt...**

Genießen Sie Ihren Kaffee mit schwungvollen musikalischen Kostbarkeiten!

**„Enkelsprechstunde“ – Unterstützung im Umgang mit Smartphone, Tablet und Co. mit Studierenden aus dem Intergenerativen Wohnen (Haus Gottestreue)**

**Jeden Dienstag von 9.30 – 11.00 Uhr im Haus Münsterblick**

Da wir Einzeltermine vergeben, melden Sie sich bitte vorher telefonisch an unter Tel.0761/31913-118.



### Gymnastik mit Jutta Veit



**Jeden Mittwoch um 10 Uhr im Stiftspark**

Bei schlechtem Wetter weichen wir in Raum Schauinsland oder, falls möglich, in die Cafeteria Haus Schloßberg aus

### Literaturkreis mit Meinhard Glitsch

**Freitag um 17.00 Uhr Aufenthaltsraum Haus Münsterblick, 1. OG**



Gemeinsam werden kurze Prosatexte gelesen und besprochen.  
Neue Teilnehmer\*innen sind herzlich willkommen!

### Kunstgruppe mit Sarah Neher

**Freitags 21.10., 04.11., 18.11., 02.12. und 16.12. jeweils um 10.15 Uhr in Raum Schauinsland, Carl Mez Haus, Hermannstr. 10**



Bei dem Angebot steht die Freude am Malen im Mittelpunkt und es werden daher ausdrücklich keine künstlerischen Vorkenntnisse vorausgesetzt. Thematisch lassen wir uns beim

Malen oftmals durch die Natur und die Jahreszeiten inspirieren, aber auch der Fantasie und den eigenen Interessen der Teilnehmer\*innen sind keine Grenzen gesetzt.

### **„Woche der Seelischen Gesundheit“ vom 7.-14.10.22**

**Veranstaltungen der Begegnungsstätte Altstadt in Zusammenarbeit mit verschiedenen Kooperationspartner\*innen:**

#### **Kurs „Letzte Hilfe“**

**Freitag, 7.10., 14.00 – 18.00 Uhr**

**Cafeteria Haus Schloßberg, Hermannstr.14,**

Referentinnen: Evelin Tollenaere und Anna Tonzer



In den „Letzte Hilfe“- Kursen lernen interessierte Bürgerinnen und Bürger, was sie für die Menschen, die ihnen nahestehen, am Ende des Lebens tun können. Hierbei vermitteln wir Basiswissen, Orientierung und einfache Handgriffe. Sterbebegleitung ist durchaus in der Familie und Nachbarschaft menschlich möglich und zu leisten. Wir möchten Ihnen Grundwissen an die Hand geben und Sie ermutigen, sich Sterbenden zuzuwenden. Denn Zuwendung ist das, was wir alle am Ende des Lebens am meisten brauchen.

Der Unkostenbeitrag beträgt 20.-€.

Anmeldung und weitere Informationen unter: [www.palliativzentrum-suedbaden.de/letzte-hilfe-kurse-in-freiburg](http://www.palliativzentrum-suedbaden.de/letzte-hilfe-kurse-in-freiburg)

**Die Veranstaltung findet in Kooperation mit der Hospizgruppe Freiburg statt.**

#### **Erzählcafé Unterwegs: „Nonnen, Schlösser, Poltergeister...“**

**Informativer Stadtspaziergang mit Meister Albert alias Hartmut Stiller**

**Dienstag, 11.10., 15.00 – ca. 16.30 Uhr**

**Treffpunkt: Eingang Haus Schloßberg, Hermannstr. 14**



Hartmut Stiller von Historix-Tours Freiburg führt durch den Stadtgarten und die südliche Neuburg und berichtet unterwegs Wissenswertes und Anekdotisches aus der bewegten Geschichte des Quartiers.

Bei einem kurzen Besuch der Mutterhauskirche des Ordens der Barmherzigen Schwestern vom Heiligen Vinzenz von Paul, erfahren Sie Spannendes zur Geschichte dieser Kirche.

Die Tour ist auf Menschen mit Mobilitätseinschränkungen abgestimmt und auch mit Rollator oder mit dem Rollstuhl (mit Begleitung) zu bewältigen. Für Verpflegung bei einem Pauschen zwischendurch ist gesorgt.

**Eine Kooperationsveranstaltung der Begegnungsstätte Altstadt des Evangelischen Stift und der Begegnungsstätte Herdern-Neuburg im St. Carolushaus**

#### **Vortrag „Falsche Polizeibeamte, Enkeltrick und Co.: Gefahren am Telefon“**

**Mittwoch, 12.10., 15.00 Uhr**

**Cafeteria Haus Schloßberg, Hermannstr.14**

Jörg Wagner vom Polizeipräsidium Freiburg berichtet über verschiedene Formen des Trickbetrugs am Telefon und gibt Tipps für den Umgang vor, während und nach entsprechenden Anrufen.

**Eine Veranstaltung in Kooperation mit der Bürgerschaftsstiftung Soziales Freiburg**

**„Stammtisch Generation 55+“**

Jeweils am 2. Donnerstag des Monats: 13.10., 10.11. und 8.12. ab 16.00 Uhr  
im Café Inklusiv im c-punkt Münsterforum, Herrenstr. 33

Bewohnerinnen und Bewohner der Altstadt treffen sich zum Kaffeetrinken und Plaudern über das Leben im Quartier und tauschen sich über ihre Bedürfnisse und Wünsche für gemeinsame Aktivitäten aus.

**Eine Veranstaltung der AG Barrierefrei des Lokalvereins Innenstadt und der Altstadttrunde**

**Konzert**

Donnerstag, 27.10, 15.00 Uhr  
Foyer Haus Schloßberg, Hermannstr.14

Klassisches Konzert mit Oboe und Klavier  
mit Live Music Now

**Adventskonzert mit Kindern der Musikschule Freiburg und adventlichen Leckereien**  
Samstag, 26.11., 15.00 Uhr  
Foyer Haus Schloßberg

**Vortrag „Mein Digitales Erbe: Regelung des digitalen Nachlasses“**

Mittwoch, 9.11., 15.00 Uhr  
Cafeteria Haus Schloßberg, Hermannstr.14



E-Mails, Soziale Netzwerke, Cloud-Dienste: Im Netz bleiben viele Daten zurück, wenn jemand stirbt. Für die Erben beginnt oft eine Suche nach Konten, Zugangsdaten, Verträgen. Aber es gibt Möglichkeiten vorzubeugen.

Friedrich Woelker, Mentor des Netzwerks für Senior-Internet-Initiativen, führt in das Thema ein und beantwortet Ihre Fragen.

**Eine Veranstaltung in Kooperation mit der Bürgerschaftsstiftung Soziales Freiburg**

**Rechtsberatung**

Für eine Erstberatung kommt die Rechtsanwältin Sylvia Jung bei Bedarf ins Haus. Weitere Infos zu Kosten usw. erhalten Sie bei uns unter Tel.0761/31913-118.

**Und wir von der Begegnungsstätte sind für Sie erreichbar:**

Unter **Tel.0761/31913-118** (falls Sie uns persönlich nicht gleich erreichen, rufen wir Sie gerne zurück, wenn Sie uns eine Nachricht hinterlassen)  
Per **E-Mail** unter [begegnungsstaette@stift-freiburg.de](mailto:begegnungsstaette@stift-freiburg.de)

Begegnungsstätte Altstadt  
Hermannstr. 14  
79098 Freiburg

Copyright Fotos: Enkelsprechstunde: Carina Ortlieb, alle anderen: <https://pixabay.com>

