

## Rundbrief Dezember 2023 und Januar 2024

*Es treibt der Wind im Winterwalde  
Die Flockenherde wie ein Hirt.  
Und manche Tanne ahnt wie balde  
Sie fromm und lichterheilig wird;  
Und lauscht hinaus.*

*Den weißen Wegen streckt sie die Zweige hin - bereit  
Und wehrt dem Wind und wächst entgegen  
Der einen Nacht der Herrlichkeit.*

Rainer Maria Rilke, 1875-1926



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

**freuen Sie sich auf schöne Angebote in der Vorweihnachtszeit und im Neuen Jahr:**

**Nikolausfeier der Begegnungsstätte Altstadt**  
Mittwoch, 6.12., 15.00 Uhr in der Cafeteria



Wir feiern mit den Familien der „Dreikäsehoch“, und genießen den Nikolaustag mit Musik mit Renate Walter am Flügel und adventlichen Leckereien in fröhlicher Gesellschaft!  
Es besteht außerdem die Möglichkeit, sich von Pfarrerin Oehler zu verabschieden.

**SeniorInnen-Treff auf dem**  
**Weihnachtsmarkt im Colombipark**  
Dienstag, 12.12., 15.00 bis 17.00 Uhr



**EINLADUNG zum gemütlichen Zusammensein bei einem Freigetränk!**

**Veranstalter:**

Lokalverein Innenstadt Freiburg i.Br. e.V., Seniorenbüro der Stadt Freiburg, Freiburg Wirtschaft Touristik und Messe FWTM und die Geschwister-Stäb-Stiftung.

**Treffpunkt um 14.30 Uhr am Eingang Haus Münsterblick, Hermannstr. 6**  
**für die gemeinsame Fahrt zum Weihnachtsmarkt**

**Gottesdienst in der Weihnachtszeit mit Pfarrerin Oehler**

**Heiligabend 24.12**  
**11.00 Uhr Kapelle**



### Kaffee-Treff in der Cafeteria



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 (außer am 22. und 29.12.23)**

**Jeden ersten und letzten Freitag im Monat frische Waffeln! (außer am 29.12.23)**



### Offener Treff am Mittwoch

In der Cafeteria

Jeden Mittwoch nachmittag – die Cafeteria ist ab 14.30 Uhr geöffnet  
**(außer am 27.12.23)**

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

Jeden **Mittwoch** von 9.00– 11.30 Uhr  
**(außer am 27.12.23 und 3.1.24)**  
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 in der Cafeteria, Hermannstr. 14  
**(außer am 27.12.23)**

### Bewegungstreff

Jeden Donnerstag 10.00 Uhr im Stadtgarten am Pavillon



Haben Sie Lust auf sportliche Bewegung in der freien Natur?

Ohne Anmeldung und kostenfrei können Sie jederzeit bei uns dabei sein.

Mit Freude und Humor werden Sie von unseren geschulten Ehrenamtlichen angeleitet.

Es werden keine sportlichen Anforderungen gestellt. Sie fördern Ihre Gesundheit effektiv, in geselliger und vertrauter Umgebung. **Kommen Sie gerne spontan vorbei!**

**Angebot in Kooperation mit der Begegnungsstätte vom St. Carolushaus für Herdern-Neuburg sowie dem Landratsamt Breisgau-Hochschwarzwald**

## Kunstgruppe mit Sarah Neher

Freitags 8.12. und 22.12.23, 12.01. und 26.01.24  
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.

## Spieletreff



Jeden Montag ab 14.30 bis 16.30 Uhr in der Cafeteria  
Hermannstr. 14  
(außer am 25.12.23 u. 01.01.24)

Lust auf Mensch ärgere dich nicht, Rommé, Domino und Co? Gerne dürfen Sie auch eigene Spiele mitbringen!

**Neue Mitspielerinnen und Mitspieler sind herzlich willkommen!**

## Vorträge

Donnerstag, 18.01.24, 15.00 Uhr  
Raum Schauinsland, Hermannstr. 10

Filmvortrag mit Sieglinde Weber:

**„Wildes Rajasthan“ – Teil 1**



Freitag, 02.02. 10.30 Uhr  
Cafeteria Haus Schloßberg, Hermannstr. 14



**"Unterstützungsmöglichkeiten im Alter"**

Julia Zech vom Seniorenbüro Freiburg gibt einen Überblick über finanzielle und andere Hilfen im Alter und bei Pflegebedarf und beantwortet Ihre Fragen.

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

## Konzert

Mittwoch, 10.01., 15.00 Uhr in der Cafeteria, Hermannstr. 14  
Das Duo „Schall und Rauch“ mit Clara Bauer und Lena Widdermann präsentiert Chansons aus verschiedenen Zeiten und Orten.  
**Konzert mit dem Verein Live Music Now**



**„Stammtisch Generation 55+“**

Jeweils am 2. Donnerstag des Monats:

**14.12.2023 und**

**11.01.2024 im Café Inklusiv im c-punkt Münsterforum, Herrenstr. 33**

**Jeweils ab 15.00 Uhr**

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.

**Der Stammtisch 55+ ist eine Veranstaltung der AG Barrierefrei des Lokalvereins Innenstadt und der Altstadttrunde**

**Rechtsberatung**

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

**Bitte beachten Sie:**

**Wir machen Weihnachtspause vom 22. Dezember bis zum 2. Januar  
In dieser Zeit hat die Cafeteria geschlossen –  
es finden keine Veranstaltungen statt**

**Präsenz- und Sprechzeiten der Begegnungsstätte Altstadt:**

<b>Montag</b>	<b>9.30 – 12.00 Uhr</b> <b>14.30 – 16.30 Uhr (Cafeteria)</b>
<b>Dienstag</b>	<b>9.30 – 12.00 Uhr</b>
<b>Mittwoch</b>	<b>9.30 – 12.00 Uhr</b> <b>14.30 – 16.30 Uhr (Cafeteria)</b>
<b>Freitag</b>	<b>11.00-13.00 Uhr</b> <b>14.30 – 16.30 Uhr (Cafeteria)</b>

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)

**Unsere Adresse: Begegnungsstätte Altstadt, Hermannstr. 14, 79098 Freiburg**

**Eingang zur Begegnungsstätte mit Cafeteria nur noch durch den Stiftspark möglich (Eingang durch das Tor zwischen den Häusern Hermannstr. 6 und 8, dann links halten und dann immer geradeaus auf die Cafeteria zu)**

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