

Rundbrief Februar und März 2024

Zur Fastnachtszeit

Und beut der Winter auch manche Leiden,
So will er doch nicht traurig scheiden:
Er bringt uns erst noch die Fastnachtszeit
Mit aller ihrer Lustigkeit.

Da gibt es Kurzweil mancherlei,
Musik und Tanz und Mummerei,
Pfannkuchen, Brezel, Kuchen und Weck',
Und Eier und Würste, Schinken und Speck.



Wir Kinder singen von Haus zu Haus
Und bitten uns eine Gabe aus
Und machen's hinterdrein wie die Alten
Und wollen heuer auch Fastnacht halten.

August Heinrich von Fallersleben (1798-1874)

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

noch fröstelt es draußen und hier und da fallen immer wieder mal Schneeflocken, aber bevor die ersten Schneeglöckchen aus dem Gras lugen, freuen wir uns erstmal auf die Fasnet - und laden Sie herzlich ein, mit uns zu feiern:

Buntes Treiben in der Cafeteria am Rosenmontag, 12.2. ab 14.30 Uhr

Erleben Sie draußen auf der Hermannstraße den Beginn des traditionellen Umzugs und wärmen Sie sich danach bei uns in der Cafeteria bei Kaffee, leckerem Fasnetsgebäck und heiterer Musik wieder auf!

Fröhliche Bewegung gibt's auch wieder bei unseren Tanztees und der Gymnastik am Mittwoch oder dem Bewegungstreff im Stadtpark am Donnerstag – und geistige Bewegung wird bei unseren vielfältigen Vorträgen geboten. Und zwischendrin dürfen Sie sich immer mal bei Kaffee und Kuchen mit netten Leuten in unserer Cafeteria entspannen.

In diesem Sinne freuen wir uns auf bunte Begegnungen mit Ihnen!

Narri Narro!



Angebote der Begegnungsstätte

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

Jeden ersten und letzten Freitag im Monat frische Waffeln!



Offener Treff am Mittwoch

In der Cafeteria

Jeden Mittwoch nachmittag – die Cafeteria ist ab 14.30 Uhr geöffnet

„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

im Haus Münsterblick

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



Bitte beachten Sie:

die Enkelsprechstunde macht Semesterferien-Pause vom 6.März bis inkl. 3. April

Gymnastik mit Jutta Veit



Jeden Mittwoch um 10 Uhr in der Cafeteria, Hermannstr. 14

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 09.02., 23.02., 08.03. und 22.03.

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

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

Neue Mitspielerinnen und Mitspieler sind herzlich willkommen!

Tanztee mit Martin Glöckler

Mittwoch, 7. Februar 15.00 Uhr
Mittwoch, 6. März. 15.00 Uhr
in der Cafeteria, Hermannstr. 14



Genießen Sie bei Kaffee und Kuchen einen heiteren Nachmittag mit Martin Glöckler und schwingen Sie das Tanzbein oder träumen Sie sich in den Mai mit seinen beliebten Tanztee-Evergreens!

Vorträge

Donnerstag, 29. Februar 2024 15.00 Uhr
Raum Schauinsland, Hermannstr. 10

Filmvortrag mit Sieglinde Weber:
„Wildes Rajasthan“ – Teil 2



Freitag, 02. Februar 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.

Freitag, 01. März 10.30 Uhr
Cafeteria Haus Schloßberg, Hermannstr. 14



Herzflimmern...

Christiane Barley, Hausarzt in Rente, stellt erste Anzeichen und Symptome verschiedener Herzprobleme vor und beantwortet Fragen zum Umgang mit diesen gefährlichen Erkrankungen.

Veranstaltungen in Kooperation mit der Bürgerschaftsstiftung Soziales Freiburg

„Stammtisch Generation 55+“

Jeweils am 2. Donnerstag des Monats:

8. Februar und 14. März

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

Präsenz- und Sprechzeiten der Begegnungsstätte Altstadt:

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

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

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