



Sprechzeiten

Dienstag 14.30 –16.30 Uhr und
Donnerstag 10 – 12 Uhr sowie nach Vereinbarung

Öffnungszeiten

Montag bis Donnerstag 10–17 Uhr
und während der Programmangebote

Caritasverband Freiburg-Stadt e.V.
Begegnungszentrum Freytagstraße

Freytagstraße 6
79114 Freiburg
Telefon (07 61) 790 33-500
Telefax (07 61) 790 33-509
seniorenwohnanlage-freytagstrasse@caritas-freiburg.de
www.caritas-freiburg.de

Alter und Soziale Dienste

Begegnungszentrum Freytagstraße



Januar/Februar 2026

Wöchentliche Termine

Mo

18.30 Uhr Yoga mit Regina Ude
(mit Anmeldung)

Di

10 - 11 Uhr Sitzgymnastik (mit Anmeldung)
15 Uhr Begegnungscafé mit Brett- und
Kartenspielen

Mi

Siehe weitere
Termine



Do

9 Uhr Yoga mit Regina Ude
(mit Anmeldung)

Fr

10 Uhr Bewegungstreff im Freien

**Bitte beachten Sie unsere geänderten
Sprechzeiten:
Dienstag 14.30-16.30 Uhr &
Donnerstag 10-12 Uhr**

Weitere Termine

Meine Lieblingslektüre (Lesekreis von Jung bis Alt)

Dieser Lesekreis findet 14-tägig statt, gelesen wird aus dem Kreise der Teilnehmer, Anmeldung nicht erforderlich, kommen Sie einfach vorbei. Nächste Termine: Dienstag, 15 Uhr am 13.01.; 27.01.; 10.02. und 24.02.2026

Frühstück

Montag, 10 Uhr am 26.01. und 23.02.2026
(Kosten 4,50 Euro; mit Anmeldung)

Volksliedersingkreis

Mittwoch, 15 Uhr am 14.01. und 11.02.2026 (mit Anmeldung)

Neujahrsempfang

Montag, 10.30 Uhr am 19.01.2026 (mit Anmeldung)
Bei einem Gläschen Sekt begrüßen wir das neue Jahr.

Vortrag: „Alter und Ernährung“

Wie verändert sich unser Körper beim Älterwerden und welche möglichen Auswirkungen kann dies auf unser Ernährungsverhalten haben bzw. welche Ernährungsdefizite könnten dadurch auftreten.
Frank Dörr (Dipl.-Biologe und Ernährungsberater) möchte Sie interaktiv für dieses Thema begeistern und beantwortet gerne Ihre Fragen. Donnerstag, 15 Uhr am 26.02.2026
(Eintritt frei/Spenden erwünscht, mit Anmeldung)

Treffen am Schwätzbänkle bei Kaffee & Kuchen

An der Sitzgruppe hinter der Wohnanlage Freytagstraße.
Mit Frau Pult-Wende in Kooperation mit dem Stadtteil treff Betzenhausen-Bischöfslinde. (Bei schlechtem Wetter im Begegnungszentrum Freytagstraße)
Freitag, 15-17 Uhr am 16.01. & 13.02.2026