



Der Vorstand des Stadtseniorenrats lädt Sie herzlich ein zum Stadtsenioren-tag 2023. Wir freuen uns sehr, dass wir nach 2019 wieder einen solchen Tag anbieten können, nachdem dieser in den Jahren der Corona-Pandemie ausfallen musste.

Wir wünschen uns, dass die Veranstaltung ein breites öffentliches Interesse weckt und alle Teilnehmenden viele Anregungen und gute Ideen aus diesem Tag mitnehmen können.

**Der Stadtseniorenrat e.V.** versteht sich als Interessenvertretung und Ansprechadresse für die ältere Generation und setzt sich für deren Belange ein.

Sie wollen mehr über den Stadtseniorenrat wissen? Sie haben Fragen oder ein Anliegen? Nehmen Sie Kontakt mit uns auf oder besuchen Sie uns in der Geschäftsstelle:

Homepage: [www.freiburg.de/stadtseniorenrat](http://www.freiburg.de/stadtseniorenrat)  
E-Mail: [info@ssr-freiburg.de](mailto:info@ssr-freiburg.de)  
Tel.: 0761/201-3070

**Sprechstunden:**

Montag 10.00 - 12.00 Uhr  
Donnerstag 10.00 - 12.00 Uhr

**Geschäftsstelle:**

Schusterstraße 19, 79098 Freiburg

Wir freuen uns auf Sie

Edeltraut Kambach  
-Vorsitzende -



Weil's um uns alle geht.

Unsere Aufgabe:  
Das Leben besser machen.  
Für die Menschen.  
Für unsere Heimat.  
Für die Zukunft.  
Denn wir sind keine Bank.  
Wir sind die Sparkasse.

Weil's um mehr als Geld geht.  
[sparkasse-freiburg.de](http://sparkasse-freiburg.de)



# Stadt SENIORENtag

## 24. Oktober 2023



Vorträge      Unterhaltung  
Aktionen      Begegnung

# Stadt**SENIOREN**tag 2023

## Wer:

**Stadtseniorenrat Freiburg e.V.** in Zusammenarbeit mit der Arbeitsgemeinschaft der Begegnungsstätten und der Vereinigung Freiburger Sozialarbeit e.V.

## Wann:

Dienstag, 24. Oktober 2023  
9.30 – 15.30 Uhr

## Wo:

Bürgerhaus Seepark

## Was:

- Programm mit Vorträgen, Unterhaltung, Aktionen, Begegnung
- Infostände
- Mittagessen  
12.30 Uhr / Eintopf (auch vegetarisch)
- Fahrdienst mit Bike Bridge  
Mit der Rikscha von der Haltestelle „Betzenhauser Torplatz“ (Linie 1) bis Bürgerhaus und zurück.  
Hinfahrt: 9.00 - 10.00 Uhr  
Rückfahrt ab 16.00 Uhr
- Musikalische Begleitung  
Horst Zahner (Saxophon)  
Benedikt Weigmann (Klavier)

Für Essen und Getränke bitten wir um einen Spendenbeitrag.

Dank an die Sponsoren:



Heiliggeistspitalstiftung  
Freiburg



# Programm **VORMITTAG**

## 9.30 Uhr Ankommen Musikalische Einstimmung

## 10.00 Uhr Begrüßung / Einführung

- Edeltraut Kambach  
Vorsitzende Stadtseniorenrat
- Dr. Rainer Gantert  
Vorsitzender der Vereinigung Freiburger Sozialarbeit e.V.
- Vorstellung Stadtseniorenrat

## 10.30 Uhr Musikalisches Intermezzo

## 10.40 Uhr Podium: „Engagement im Alter – vielfältig und bunt“

Gruppen / Institutionen stellen sich vor:

- Freiwilligenagentur
- Zeitstifterinnen und Zeitstifter - Bürgerschaftsstiftung Soziales Freiburg
- Patengroßeltern für Kinder von Alleinerziehenden
- Begegnungsstätten

## 11.20 Uhr Vortrag: „Täuschen, lügen, tricksen – der Betrug am Telefon“

Referenten:

- Till Brutzer, Sparkasse Freiburg/Nördl. Breisgau
- Frank Erny, Polizeipräsidium Freiburg

## 12.30 Uhr Mittagspause

# Programm **NACHMITTAG**

## 13.30 Uhr Grußwort

Ulrich von Kirchbach / Erster Bürgermeister der Stadt Freiburg

## 13.40 Uhr Modenschau

„Wahre Schönheit kommt von Innen  
- alles andere aus der... Boutique LeSac“

Ein soziales Projekt „Obdach für Frauen“ (OFF) stellt sich vor.

## 14.45 Uhr Fit bleiben im Alter

Alltagstaugliche Bewegungsübungen für alle, die Lust auf Bewegung im Freien haben, auch ohne sportlichen Ehrgeiz

## 15.30 Uhr Ausklang bei Kaffee und Kuchen und musikalischer Abschluss mit Horst Zahners „Blues und Swing Runde“

## Weitere Angebote:

- Umgang mit Defibrillator mit Anleitung durch das Deutsche Rote Kreuz (DRK)
- Kleider, Accessoires der Boutique LeSac zum Kauf
- Mit Infoständen sind vertreten: ehrenamtliche Gruppen, Begegnungsstätten, Stadtbibliothek, Seniorenbüro mit Pflegestützpunkt, Stadtseniorenrat, Bürgerschaftsstiftung Soziales Freiburg, Polizei