

14. Auflage



Wegweiser Älter werden in Freiburg

seniorenbüro
mit Pflegestützpunkt

Freiburg 
IM BREISGAU

Impressum

Herausgeber:

Stadt Freiburg – Seniorenbüro mit Pflegestützpunkt
gemeinsam mit dem Stadtseniorenrat Freiburg e.V.

Redaktion:

Hannah Helm, Amelie Heibges
Stadt Freiburg – Seniorenbüro mit Pflegestützpunkt

Titelfoto:

Patrick Seeger, Stadt Freiburg

Foto Rückseite:

Markus Hafner, m.hafner@badische-seiten.de

Satz und Druck:

schwarz auf weiß GmbH
Habsburgerstraße 9, 79104 Freiburg
www.sawdruck.de

Auflage:

14. Auflage, Juli 2024
6.000 Exemplare

Hinweise:

Wir erheben keinen Anspruch auf Vollständigkeit. Für Informationen über Änderungen und zu neuen Angeboten sind wir dankbar und freuen uns über eine Rückmeldung an das Seniorenbüro mit Pflegestützpunkt (Adresse siehe letzte Umschlagseite).

Vorwort



Sehr geehrte Bürger*innen,

Älterwerden beschreibt eine Lebensphase mit vielen Facetten. Das Spektrum reicht von aktiver Lebensgestaltung mit bürgerschaftlichem Engagement, Bildung, Sport und Begegnung bis hin zu einem Unterstützungs- und Pflegebedarf.

So vielfältig das Älterwerden ist, so vielfältig und zahlreich sind die Angebote für ältere Menschen in Freiburg. Zu verdanken ist dies der großen Zahl an Ehrenamtlichen, Vereinen und Initiativen sowie den Einrichtungen und Diensten.

Der Wegweiser „**Älter werden in Freiburg**“ bietet eine Übersicht und erste Orientierung über die zahlreichen Angebote. Er erscheint in 14., komplett überarbeiteter Auflage und listet alle Aktivitäten, Begegnungsmöglichkeiten, Leistungen und Angebote für ältere und/oder pflegebedürftige Menschen in Freiburg auf.

Wir danken dem Stadtseniorenrat Freiburg, der den vorliegenden Wegweiser zusammen mit dem Seniorenbüro mit Pflegestützpunkt herausgibt.

Das Seniorenbüro mit Pflegestützpunkt der Stadt Freiburg berät Sie gerne zu diesen Angeboten und Themen.

Freiburg, im Juli 2024

Martin W. W. Horn
Oberbürgermeister

Ulrich von Kirchbach
Erster Bürgermeister

Edeltraut Kambach
Vorsitzende des
Stadtseniorenrates Freiburg

Inhaltsverzeichnis

Vorwort

1	Seniorenbüro mit Pflegestützpunkt Freiburg	7
2	Stadtseniorenrat Freiburg	8
3	Information und Beratung	9
3.1	Guter Plan	9
3.2	Beratung für Ältere, Pflegebedürftige und Angehörige	9
3.3	Beratung für Menschen mit Migrationshintergrund	10
3.4	Beratung für Menschen mit Behinderung	11
3.5	Beratung in belastenden Lebenslagen	14
	Hilfe bei Gewalt	16
3.6	Beratung zu rechtlichen Themen	16
	Schuldnerberatung	17
	Beratung bei Mietangelegenheiten	17
	Informationen durch die Polizei	18
3.7	Beratung zu bürgerschaftlichem Engagement und Ehrenamt	18
4	Vorsorgeregelungen	20
4.1	Vorsorgevollmacht	20
4.2	Betreuungsverfügung und rechtliche Betreuung	20
4.3	Patientenverfügung	21
4.4	Notfalldose	21
4.5	Testament	22
4.6	Bestattungsvorsorge	22
5	Quartier und Begegnung	23
5.1	Quartiersarbeit und Stadtteiltreffs	23
5.2	Begegnungsstätten/-zentren	25
5.3	Selbsthilfegruppen und Gesprächskreise	27
5.4	(Bürger-) Vereine und Gruppen	27
5.5	Kirchengemeinden und Glaubensgemeinschaften	29
6	Bildung, Bewegung und Kultur	30
6.1	Bildungsangebote	30
6.2	Internet und Digitales	31
6.3	Bewegung und Sport	32
6.4	Kulturelle Angebote	33
6.5	Barrierefreies Reisen	35

7	Wohnen	37
7.1	Wohnraumanpassung	37
7.2	Praktische Technik für Zuhause	38
7.3	Wohnungssicherung	38
7.4	Betreutes Wohnen	39
7.5	Wohnstifte	42
7.6	Wohnen für Hilfe	42
7.7	Neue Wohnformen	42
8	Hilfen zu Hause	43
8.1	Essen und Verpflegung	43
8.2	Hausnotruf	45
8.3	Fahrdienste für Menschen mit Mobilitätseinschränkung	46
8.4	Ehrenamtliche Unterstützungsangebote	47
8.5	Praktische Hilfen für Wohnung und Haushalt	48
8.6	Unterstützung im Haushalt, Alltag und in der Betreuung	50
8.7	Pflegedienste und Sozialstationen	53
8.8	Zeitintensive Betreuung und Pflege zu Hause	56
9	Tagespflege und Betreuungsgruppen	56
10	Verhinderungs- und Kurzzeitpflege	59
10.1	Ersatzpflege bei Verhinderung der Pflegeperson	59
10.2	Kurzzeitpflege	59
11	Pflegeeinrichtungen	60
11.1	Ambulant betreute (Pflege-)Wohngruppen	60
11.2	Pflegeeinrichtungen	61
11.3	Bewohnerbeirat in Pflegeeinrichtungen	64
11.4	Heimaufsichtsbehörde der Stadt Freiburg	64
12	Gesundheit	64
12.1	Allgemeine Informationen zur ärztlichen Versorgung	65
12.2	Kliniken und Rehabilitation	66
12.3	Hilfsmittel und Sanitätshäuser	68
13	Demenz	70
13.1	Diagnose und Behandlung	70
13.2	Unterstützungsangebote bei Demenz	71
14	Seelische Gesundheit und Sucht	73
14.1	Diagnose und Behandlung	73
14.2	Unterstützungsangebote bei Depression und psychischen Erkrankungen	75
14.3	Unterstützungsangebote bei Abhängigkeitserkrankungen	76

15	Angebote für pflegende An- und Zugehörige	77
15.1	Vereinbarkeit von Pflege und Beruf	77
15.2	Entlastungsangebote	77
16	Sterben und Trauer	80
16.1	Ambulante Palliativversorgung	81
16.2	Palliativstation	81
16.3	Hospizarbeit	82
16.4	Todesfall und Bestattung	83
16.5	Trauerbegleitung und Seelsorge	83
17	Finanzielle Leistungen	85
17.1	Renten- und Versorgungsangelegenheiten	85
17.2	Schwerbehindertenausweis	85
17.3	Kranken- und Pflegeversicherung	86
17.4	Vergünstigungen	87
	Rundfunk- und Fernsehgebührenbefreiung	87
	Sozialtarif beim Telefonieren	87
	Kostenlose Kulturveranstaltungen über Kulturwunsch Freiburg e.V.	88
	FreiburgPass	88
	Sozialticket – Ermäßigung für den Freiburger Nahverkehr	88
17.5	Sozialleistungen	88
	Leistungen beim Amt für Soziales in Freiburg	89
	Soziale Erstberatung	89
	Wohngeld und Wohnberechtigungsschein	89
	Grundsicherung im Alter und bei Erwerbsminderung	90
	Hilfen zur Gesundheit, Krankenhilfe	90
	Hilfe zur Pflege	90
	Landesblindenhilfe	91
	Leistungen für Menschen mit Behinderung und Freifahrten	91
18	Öffentliche und barrierefreie Toiletten	92
19	Bürgertelefone und Bürgerdienste	94
20	Notfallnummern und -kontakte	98

1 | Seniorenbüro mit Pflegestützpunkt Freiburg

Pflegebedürftige aller Altersgruppen, (pflegende) An- und Zugehörige, ältere Menschen und Interessierte können sich zur Beratung an das Seniorenbüro mit Pflegestützpunkt wenden. Das Seniorenbüro mit Pflegestützpunkt berät vorsorglich und in Akutsituationen zu Fragen der Lebensgestaltung bei eingeschränkter Eigenständigkeit oder Unterstützungsbedarf sowie bei belastenden Situationen im Pflegekontext. Die Beratung ist unabhängig, neutral, vertraulich und kostenlos.

Die Information und Beratung umfasst ein breites Themenspektrum:

- Begegnung, Freizeit und Bildung
- Vorsorgeregelungen
- Wohnen im Alter
- Unterstützung zu Hause
- Entlastungs- und Pflegeangebote
- Pflegeeinrichtungen, Kurzzeitpflege und Pflegewohngruppen
- Fragen zu Kosten und zur Finanzierung (z. B. Pflegeversicherung)

Seniorenbüro mit Pflegestützpunkt **Tel. 201-3032**

Fehrenbachallee 12, 79106 Freiburg

seniorenbuero@stadt.freiburg.de, www.freiburg.de/senioren

• Mo–Mi, Fr 9–16 Uhr, Do 12:30–16 Uhr

• Persönliche Termine und Videoberatung nach Vereinbarung

Zusätzliche Beratung in den Stadtteilen:

(Wir bitten um Terminvereinbarung über das Sekretariat: Tel. 201-3032 oder seniorenbuero@stadt.freiburg.de. Beratungen finden jeweils von 13:30–17 Uhr statt.)

- **Brühl-Beurbarung (montags):**
Stadtteiltreff, Tennenbacher Straße 36, 79106 Freiburg
- **Haslach/Weingarten (dienstags):**
Stadtteilbüro, Melanchthonweg 9b, 79115 Freiburg
- **St. Georgen (mittwochs):**
Gemeindesekretariat, Blumenstraße 9, 79111 Freiburg
- **Tuniberg (14-täglich donnerstags, ungerade Kalenderwochen):**
Ortsverwaltungen der Gemeinden, Ort nach Absprache
- **Landwasser (14-täglich donnerstags, gerade Kalenderwochen):**
Haus der Begegnung, Auwaldstraße 92, 79110 Freiburg



Das Seniorenbüro mit Pflegestützpunkt gibt neben dem Wegweiser – Älter werden in Freiburg noch zwei weitere Broschüren sowie über 30 Beratungslisten zu unterschiedlichen Themenschwerpunkten heraus. Alle drei Monate stellt das Seniorenbüro mit Pflegestützpunkt im Veranstaltungskalender „Älterwerden in Freiburg“ eine Übersicht zu Einzelveranstaltungen,

regelmäßigen Beratungsangeboten und Gesprächskreisen sowie Kurs- und Seminarangeboten aus dem vielfältigen Themenspektrum Älterwerden, Gesundheit im Alter und Pflege zusammen.



Alle Veröffentlichungen sowie viele weitere Informationsmaterialien sind im Seniorenbüro mit Pflegestützpunkt und über die Homepage www.freiburg.de/senioren unter dem Menüpunkt „Beratungslisten von A bis Z“ erhältlich.

2 | Stadtseniorenrat Freiburg

Der Stadtseniorenrat Freiburg e. V. ist eine ehrenamtliche Arbeitsgemeinschaft, die sich für die Interessen von älteren Bürger*innen in Freiburg einsetzt. Der Stadtseniorenrat ist sachkundiges Mitglied im Sozialausschuss des Gemeinderates und setzt sich somit auch auf kommunalpolitischer Ebene für die Belange von älteren Menschen ein.

Mitgliedsorganisationen des Stadtseniorenrates sind Organisationen, Einrichtungen und Vereinigungen in Freiburg, die in der Senior*innenarbeit tätig sind und verschiedenste Bildungs-, Freizeit-, Unterstützungs- und Pflegeangebote leisten.

Bei den wöchentlichen Sprechzeiten informieren Ehrenamtliche bei Fragen rund um das Älterwerden. Zudem wird hier die **Notfalldose** kostenlos ausgegeben: In dieser Dose werden die wichtigsten Informationen für einen plötzlichen Notfall aufbewahrt, sodass Rettungskräfte auf diese direkt zugreifen können.

Der Stadtseniorenrat ist zudem mit der Stadt Freiburg zusammen für die Freiburger **Schwätzbänke** verantwortlich. An über zehn Standorten in Freiburg laden Bänke mit einer Kennzeichnung „Schwätzbänke“ Menschen zu einem Gespräch ein, um Begegnungsmöglichkeiten zu schaffen. Informationen unter: www.freiburg.de/schwaetzbaenkle

Geschäftsstelle:

Stadtseniorenrat Freiburg **Tel. 201-3070**
Schusterstraße 19, 79098 Freiburg
info@ssr-freiburg.de, www.freiburg.de/stadtseniorenrat
Sprechzeiten Geschäftsstelle, Ausgabe der Notfalldose und Info-Telefon:
Mo und Do, 10–12 Uhr, Anfragen auf dem Anrufbeantworter möglich.

2006 gründete der Stadtseniorenrat die **Bürgerschaftsstiftung Soziales Freiburg** mit dem Ziel der finanziellen Hilfe für bedürftige Bürger*innen der Stadt. (www.stiftung-soziales-freiburg.de). Ein Projekt der Bürgerschaftsstiftung Soziales Freiburg sind die ehrenamtlichen Zeitstifter*innen (☞ **Kapitel 8.4** Ehrenamtliche Unterstützungsangebote).

3 | Information und Beratung

3.1 Guter Plan

Die Informationsplattform Guter Plan ist ein Projekt des Landratsamtes Breisgau-Hochschwarzwald und der Stadt Freiburg. Auf der Plattform tragen Anbieter*innen ihre Angebote und Leistungen ein. Sie gibt unter anderem einen Überblick über Angebote für Menschen im Alter und bei Pflegebedarf, hier kann nach Angebotsarten und Zielgruppen gefiltert werden. Ab 2024 wird es zudem einen digitalen Veranstaltungskalender „Älterwerden in Freiburg“ geben, wo Veranstaltungen im eigenen Stadtteil oder nach speziellen Themen und Zielgruppen gesucht werden können.



www.guterplan.info

3.2 Beratung für Ältere, Pflegebedürftige und Angehörige

Rund um das Älterwerden können viele Fragestellungen entstehen. In Freiburg gibt es für Ältere und deren Angehörige eine Vielzahl von Angeboten und Versorgungsmöglichkeiten. Beratungsstellen helfen, Fragen zu klären, tragfähige Lösungsmöglichkeiten zu entwickeln und Entscheidungen zu finden. Auch eine Unterstützung bei der Vermittlung und Koordination von Diensten und Einrichtungen ist möglich.

Seniorenbüro mit Pflegestützpunkt **Tel. 201-3032**
Fehrenbachallee 12, 79106 Freiburg
seniorenbuero@stadt.freiburg.de, www.freiburg.de/senioren
(☞ **Kapitel 1** Seniorenbüro mit Pflegestützpunkt)

Beratungsstelle für Senioren und Angehörige **Tel. 289072**
Katholische Sozialstation Freiburg im Breisgau GmbH
Quäkerstraße 4a, 79102 Freiburg
beratungsstelle@ksst-freiburg.de, www.ksst-freiburg.de

Sozial- und Pflegeberatung der Heiliggeistspitalstiftung **Tel. 2108-333**
Heinrich-Heine-Straße 2, 79117 Freiburg
info.altenhilfe@sv-fr.de, www.stiftungsverwaltung-freiburg.de

Compass – private Pflegeberatung **Tel. 0800 1018800**
Pflegeberatung für alle Privatversicherten und deren An- und Zugehörige
www.compass-pflegeberatung.de

Information und Beratung in den umliegenden Landkreisen:

Pflegestützpunkt Landkreis Breisgau-Hochschwarzwald

- Grabenstraße 2, 79189 Bad Krozingen Tel. 2187-2971 bis -2974
- An der alten Weberei 2, 79206 Breisach Tel. 2187-2975/-2976
- Wilhelm-Stahl-Straße 13, 79822 Titisee-Neustadt Tel. 2187-2977 bis -2979
pflegestuempunkt@lkbh.de, www.lkbh.de/pflegestuempunkt

Pflegestützpunkt Landratsamt Emmendingen **Tel. 07641 451-3091/-3095**
 Bahnhofstraße 2-4, 79312 Emmendingen **-3096/-3025**
 pflegestuetzpunkt@landkreis-emmendingen.de
 www.landkreis-emmendingen.de/pflegestuetzpunkt

3.3 Beratung für Menschen mit Migrationshintergrund

Die folgenden Beratungsstellen bieten Rat und Hilfe in verschiedenen Lebensfragen, auch in den jeweiligen Muttersprachen der Migrant*innen. Auch Begegnungs- und Austauschangebote können direkt bei den genannten Adressen erfragt werden.

Stadt Freiburg – Amt für Migration und Integration **Tel. 201-6301**
 Berliner Allee 1, 79114 Freiburg
 ami@stadt.freiburg.de, www.freiburg.de/migration

Im **Wegweiser für Migrantinnen und Migranten** (www.freiburg.de/wegweiser) sind zu vielfältigen Themenbereichen Beratungsangebote und Anlaufstellen für Migrant*innen aufgeführt. In Freiburg gibt es ein reges Vereinsleben, dazu zählen auch zahlreiche Migrant*innenvereine, in welchen man aktiv mitgestalten und sich einbringen kann. Eine Liste mit Migrant*innenvereinen findet sich ebenfalls im Wegweiser für Migrantinnen und Migranten. Ab Sommer 2024 sind diese Informationen auch über die **IntegreatAPP** (www.integreat-app.de) abrufbar.

Behördenlots*innen **Tel. 0170 7796162**
 Der DRK Kreisverband Freiburg bietet in zwei Quartieren in Freiburg kostenlose Unterstützung beim Ausfüllen von Formularen oder Beantworten von behördlichen Briefen an. Der Service ist kostenfrei und kann ohne Voranmeldung genutzt werden. Es wird nicht zu den Themen beraten.

- Mi, 10–13 Uhr, Tennenbacher Straße 36, 79106 Freiburg
- Di, 15–17 Uhr, Auwaldstraße 92, 79110 Freiburg

Schreibstube **Tel. 881445062**
 Kooperation: DRK Kreisverband Freiburg, Diakonischen Werk Freiburg, Caritasverband Freiburg-Stadt

Beim Projekt „Schreibstube“ helfen Ehrenamtliche beim Verstehen von Briefen und Ausfüllen von Formularen. Es wird allerdings nicht zu den Themen beraten. Die Unterstützung ist kostenlos und findet ohne Anmeldung statt:

- Mi, 15–18 Uhr, Ferdinand-Weiß-Str. 9, 79106 Freiburg, info@schreibstube-freiburg.de

Die Fachdienste **Migrationsberatung für Erwachsene** (MBE) unterstützen erwachsene Migrant*innen und ihre Familien.
www.migrationsberatung-freiburg.de

MBE Caritasverband Freiburg-Stadt e. V. **Tel. 7903-2118**
 Sundgauallee 8, 79110 Freiburg
 migrationsberatung@caritas-freiburg.de,
 www.caritas-freiburg.de/familien-und-bildung/migration-und-integration/

MBE Diakonisches Werk Freiburg **Tel. 891538**
 Ferdinand-Weiß-Straße 9, 79106 Freiburg
 migration@diakonie-freiburg.de,
 www.diakonie-freiburg.de/angebote/flucht-und-migration/migrationsberatung/

MBE Deutsches Rotes Kreuz Freiburg **Tel. 21417-694/-690**
 Rimsinger Weg 15, 79111 Freiburg
 mbe@drk-freiburg.de,
 www.drk-freiburg.de/angebote/migration-und-integration/migrationsberatung.html

MBE Südwind Freiburg **Tel. 590361-17/-21/-22**
 Eschholzstraße 16, 79106 Freiburg
 migrationsberatung@suedwind-freiburg.de,
 www.suedwind-freiburg.de/migrationsberatung-mbe-erwachsene-zugewanderte/

3.4 Beratung für Menschen mit Behinderung

Kommunale Beauftragte für die Belange von Menschen mit Behinderungen **Tel. 201-3505**

Amt für Soziales, Fehrenbachallee 12, 79106 Freiburg
 behindertenbeauftragte@stadt.freiburg.de

Die Behindertenbeauftragte vertritt die Interessen der Bürger*innen mit Behinderung in Freiburg. Sie hat die Funktion einer Ombudsfrau und ist Mittlerin zwischen Verwaltung, Politik und Bevölkerung.

Beirat für Menschen mit Behinderung der Stadt Freiburg **Tel. 201-3505**

Geschäftsstelle bei der Behindertenbeauftragten der Stadt Freiburg, Amt für Soziales
 Fehrenbachallee 12, 79106 Freiburg

behindertenbeirat@freiburg.de, www.behindertenbeirat-freiburg.de

Der ehrenamtliche Behindertenbeirat ist das Selbstvertretungsgremium von Menschen mit Behinderungen in Freiburg. Er tagt viermal jährlich und setzt sich für mehr Barrierefreiheit und die Inklusion von Menschen mit Behinderungen in Freiburg ein. Seine Arbeitsgruppen beschäftigen sich mit verschiedenen thematischen Schwerpunkten und sind für die Mitarbeit interessierter Bürger*innen offen.

Blinden- und Sehbehindertenverein Südbaden e. V. **Tel. 36122**

Wölflinstraße 13, 79104 Freiburg

info@bsvsb.org, www.bsvsb.org

Alltags- und Mobilitätsschulung für Blinde und sehbehinderte Menschen, Hilfe bei Antragstellungen, kulturelle Angebote, Beratung, Vorführung und Verkauf von Hilfsmitteln.

Stiftung Pro Kommunikation Tel. 453678-50

Beratungsstelle für Hörgeschädigte, Fax 453678-53
 Haus der Hörgeschädigten
 Marie-Curie-Straße 5, 79100 Freiburg
 t.jerg@prokom-bw.de, www.prokom-bw.de

Stiftung St. Franziskus Tel. 5144-262

Beratungsstelle für gehörlose und schwerhörige Menschen
 Erzbischöfliches Seelsorgeamt, Okenstraße 15, 79108 Freiburg
 wolfgang.hug@stiftung-st-franziskus.de, www.stiftung-st-franziskus.de

Induktives Hören und Verstehen in Freiburg

Induktive Höranlagen übertragen Tonsignale ohne Hall und Störschall direkt auf das Hörgerät. Teilweise sind öffentliche Gebäude mit Induktiven Höranlagen ausgestattet, wie bspw. die Empore im Neuen Ratssaal, das Kommunale Kino, viele Kirchen oder das Konzerthaus. Neben vielen weiteren hilfreichen Links verweist der Verein der Hörgeschädigten Freiburg e.V. auf eine Liste aller Induktiver Höranlagen:
 www.vdh-freiburg.de/induktives-hoeren

Faxnotruf für Hörgeschädigte.....Notfall-Fax-Nummer: 201-3399**Feuerwehrleitstelle Freiburg**

Auf der Webseite der Integrierten Leitstelle Freiburg, www.ils-freiburg.de gibt es einen Faxvordruck für Hörgeschädigte sowie weitere Links, z. B. zum Absetzen eines Notrufs mittels Gebärdensprache.

Arbeitskreis Behinderte an der Christuskirche (ABC).....Tel. 7677277

Diakonisches Werk Freiburg
 Maienstraße 2, 79102 Freiburg
 abc@diakonie-freiburg.de, www.abcfreiburg.de
 Beratung sowie Kursangebote und Ausflüge für Menschen mit körperlicher und/oder geistiger Behinderung, offene Treffs, ambulant begleitetes Wohnen.

AKBN Tel. 276476

Arbeitskreis für Menschen mit und ohne Behinderung e.V.
 Egonstraße 54, 79106 Freiburg
 akbn@akbn.de, www.akbn.de
 Selbsthilfeaktivitäten, offener Treff, Freizeitgestaltung in Selbstbestimmung, Kultur, gesellschaftspolitische Aktionen, Inklusion und Teilhabe.

Caritasverband Freiburg-Stadt e.V. Tel. 790350-26

Zähringer Straße 11a, 79108 Freiburg
 ambulante-dienste-beratung@caritas-freiburg.de, www.caritas-freiburg.de
 Beratung und Unterstützung für Menschen mit Behinderungen und ihre Angehörigen, auch online unter www.caritas.de/onlineberatung

Lebensraum für Alle e.V. Tel. 56317

Gernot Wolfgang, Längenloh 11, 79108 Freiburg
 info@lebensraum-fuer-alle.org, www.freiburg-fuer-alle.de
 • Freiburg für alle: Broschüre/Internetportal zum Thema barrierefreie Angebote in vielen Lebensbereichen, wie Einkaufen, Mobilität, Kultur, Gastronomie, Wohnen etc.
 • Lebensraum für Alle: Wohnraumberatung/Wohnraumanpassung, Beratung für barrierefreie Veranstaltungen

Integrationsfachdienst (IFD) Tel. 0711 250832800

Holzmarkt 8, 79098 Freiburg
 info.freiburg@ifd.3in.de, www.ifd-bw.de
 Der Integrationsfachdienst berät arbeitssuchende und beschäftigte Menschen mit Behinderung und deren Arbeitgeber mit dem Ziel einer langfristigen Beschäftigung am allgemeinen Arbeitsmarkt.

Lebenshilfe Breisgau gemeinnützige GmbHTel. 479998-0

Belchenstraße 2a, 79115 Freiburg
 info@lebenshilfe-breisgau.de, www.lebenshilfe-breisgau.de
 Beratung und Unterstützung für Menschen mit Behinderung sowie ihre Angehörigen, Familienunterstützender Dienst, Ferien- und Freizeitangebote.

Reha-Südwest Südbaden gGmbH, Ambulante Dienste..... Tel. 15648180

Kaiser-Joseph-Straße 205, 79098 Freiburg
 ad.freiburg@reha-suedwest.de, www.reha-suedwest.de/sb/ambulante-dienste
 Begleitetes Wohnen, Freizeittagesangebote und Ferienfreizeiten, persönliche Zukunftsplanung, Beratung und Unterstützung für Menschen mit körperlicher und/oder geistiger Beeinträchtigung und deren Angehörige.

Ring der Körperbehinderten e.V. Tel. 88186-112/-0

Meckelhof 1, 79110 Freiburg
 info@ring-freiburg.de, www.ring-freiburg.de
 Beratung für Menschen mit Körperbehinderung und deren Angehörigen; verschiedene Wohnangebote, Euroschlüssel für behindertengerechte öffentliche Toiletten, Freizeit- und Behindertensportangebote.

Sozialverband VdK – Kreisverband Freiburg / Brsg-Hochschw.Tel. 3899820

Blumenstraße 9, 79111 Freiburg
 kv-freiburg@vdk.de, www.vdk.de
 Information und Beratung zum gesamten Sozialrecht, u. a. zum Schwerbehindertenrecht, in der gesetzlichen Renten-, Kranken-, Unfall- und Pflegeversicherung sowie Vertretung der Mitglieder vor Behörden und Gerichten in allen Instanzen.

Regionalverband Autismus Südbaden e. V. Tel. 0177 7580045

Beratungsstelle

Wiesentalstraße 25, 79100 Freiburg
kontakt@ass-suedbaden.de, www.ass-suedbaden.de
(Online-)Gruppen für Menschen im Autismus-Spektrum, An- und Zugehörige

Zentrum für Autismus Kompetenz Südbaden gGmbH Tel. 5192-4057

Beratungsstelle

Grünwälderstraße 1-7, 79098 Freiburg
beratungsstelle@autismus-suedbaden.de, www.autismus-suedbaden.de
Beratung für Menschen im Autismus-Spektrum, An- und Zugehörige, Arbeitgeber, Interessierte

Ergänzende Unabhängige Teilhabeberatung (EUTB)

Die Ergänzende Unabhängige Teilhabeberatung ist ein niedrigschwelliges Beratungsangebot für Menschen mit Behinderungen und deren Angehörige. Die Beratungsstellen sind unabhängig von Trägern, die Leistungen erbringen. Es wird zu allen Rehabilitations- und Teilhabeleistungen beraten. Kontaktdaten und Informationen zu den EUTB bundesweit sind unter www.teilhabeberatung.de abrufbar.

EUTB® Freiburg PRO RETINA Deutschland e. V. Tel. 55774419

Wippertstraße 3, 79100 Freiburg
freiburg.eutb@pro-retina.de, www.pro-retina.de/eutb

☞ Kapitel 17.2 Schwerbehindertenausweis

3.5 Beratung in belastenden Lebenslagen

In manchen Lebenssituationen kann es hilfreich sein, über Sorgen und Probleme mit Fachpersonen zu sprechen. Die folgenden Stellen bieten Gesprächs- und Beratungsangebote, einzeln oder in Gruppen.



Die Übersicht „Hilfe bei psychischen Problemen“ bietet Informationen zu lokalen Beratungs- und Unterstützungsangeboten in belastenden Lebenslagen. Diese ist unter dem Menüpunkt Rathaus und Politik/Amtsblatt/Sonderseiten auf www.freiburg.de abrufbar.

Lebensberatung Tel. 7903-3522

Heinrich-Hansjakob-Haus

Talstraße 29, 79102 Freiburg
heinrich-hansjakob-haus@caritas-freiburg.de, www.heinrich-hansjakob-haus.de
Vor Anmeldung notwendig

Psychologische Beratungsstelle für Ehe-, Familien- und Lebensfragen ... Tel. 3890890

der Evangelischen Kirche in Freiburg
Besonderer Arbeitsschwerpunkt: „Ältere Menschen und ihre Angehörigen“
Bernhardstraße 2, 79098 Freiburg
beratungsstelle.freiburg@kbz.ekiba.de, www.beratungsstelle-freiburg.de

Psychologische Beratungsstelle Tel. 704383

für Ehe-, Familien- und Lebensfragen

der katholischen Gesamtkirchengemeinde Freiburg
Schützenallee 15, 79102 Freiburg
beratung@efl-fr.de, www.efl-fr.de

Telefonseelsorge Freiburg

- Bundesweite gebührenfreie Rufnummer **Tel. 0800 1110 111/-222**
- c-punkt Münsterforum **Tel. 70889550**

Vor-Ort-Beratung
Herrenstraße 33, 79098 Freiburg
www.telefonseelsorge-freiburg.de

Psychosoziale Krebsberatung, Tumorzentrum Freiburg Tel. 270-77500

Hauptstraße 5a, 79104 Freiburg
krebserberatungsstelle@uniklinik-freiburg.de, www.uniklinik-freiburg.de
Information und Beratung für Patient*innen und Angehörige zu sozialrechtlichen und finanziellen Ansprüchen, häuslicher Versorgung, psychologischer Unterstützung. Gruppenangebote sowie Kinder-, Jugend- und Eltern-/Großelternberatung im Rahmen von *Tigerherz – wenn Eltern Krebs haben*.

Pro Familia Tel. 296256

Basler Straße 61, 79100 Freiburg
freiburg@profamilia.de, www.profamilia.de/freiburg
Beratung zu Liebe, Partnerschaft und Sexualität im Alter

Sozialpsychiatrischer Dienst Tel. 368940

Holzmarkt 8, 79098 Freiburg
spdi@spdi-freiburg.de,
www.spdi-freiburg.de

Beratung für Menschen mit psychischer Erkrankung Tel. 319160

Caritasverband Freiburg-Stadt e. V.

Herrenstraße 6, 79098 Freiburg
info@caritas-freiburg.de, www.caritas-freiburg.de/wohnen-und-beratung

Psychiatrie-Koordination Tel. 201-3588

Hilfe für Menschen mit seelischen Problemen
Amt für Soziales
Fehrenbachallee 12, 79106 Freiburg
psychiatriekoordination@stadt.freiburg.de, www.freiburg.de

Hilfe bei Gewalt

Gewalt zwischen Menschen kann vielfältige Formen annehmen und kommt auch im Alter vor – insbesondere bei Abhängigkeiten, Unterstützungs- und Pflegebedarf. Jeder Mensch hat ein Recht auf ein Leben ohne Gewalt und Angst. Wer SOFORT Hilfe und Unterstützung durch die Polizei benötigt, sollte den **Notruf 110** wählen!



Die Übersicht der Kommunalen Kriminalprävention der Stadt Freiburg „Gewalt vorbeugen – Auf einen Blick: Angebote zur Gewaltprävention“ bietet Informationen zu lokalen Anlaufstellen und Beratungsangeboten. Diese ist unter dem Menüpunkt Rathaus und Politik/Amtsblatt/Sonderseiten auf www.freiburg.de abrufbar.

Soforthilfe in der akuten Situation von der Polizei, Notruf Tel. 110

Hilfetelefon „Gewalt gegen Frauen“ Tel. 116016
Vertrauliches, anonymes und leicht zugängliches Hilfsangebot rund um die Uhr in vielen Sprachen, auch Online-Beratung möglich
www.hilfetelefon.de

Freiburger Fachstelle Intervention gegen Häusliche Gewalt (FRIG) Tel. 8973520
Stürtzelstraße 22, 79106 Freiburg
info@frig-freiburg.de, www.frig-freiburg.de

Frauen-Beratungsstelle bei Häuslicher Gewalt Tel. 31072
Stürtzelstraße 22, 79106 Freiburg
info@frauenhaus-freiburg.de, www.frauenhaus-freiburg.de

Weisser Ring Tel. 131066
Kußmaulstraße 58, 79114 Freiburg
freiburg@mail.weisser-ring.de, freiburg-baden-wuerttemberg.weisser-ring.de

☞ Kapitel 5.3 Selbsthilfegruppen und Gesprächskreise

3.6 Beratung zu rechtlichen Themen

Rechtsanwaltskammer Freiburg Tel. 32563
Eisenbahnstraße 66, 79098 Freiburg
info@rak-freiburg.de, www.rak-freiburg.de
Online verfügbar: Aktuelle, fachgebietsbezogene Listen von Rechtsanwält*innen

Freiburger Anwaltverein e. V. Tel. 205-0
Amtsgericht, Holzmarkt 2, 79098 Freiburg
info@freiburger-anwaltverein.de, www.freiburger-anwaltverein.de
Rechtsberatung für Bürger*innen mit geringfügigem Einkommen

Heinrich-Hansjakob-Haus Tel. 7903-3522
Talstraße 29, 79102 Freiburg
heinrich-hansjakob-haus@caritas-freiburg.de, www.heinrich-hansjakob-haus.de
Beratung im Umgang mit Behörden und Hilfe bei schriftlichen Angelegenheiten

Sozialverband VdK – Kreisverband Freiburg Tel. 50449-0
Blumenstraße 9, 79111 Freiburg
kv-freiburg@vdk.de, www.vdk.de/kv-freiburg
Information und Beratung im gesamten Sozialrecht, u.a. im Schwerbehindertenrecht, in der gesetzlichen Renten-, Kranken-, Unfall- und Pflegeversicherung sowie Vertretung der Mitglieder vor Behörden und Gerichten in allen Instanzen

Verbraucherzentrale Baden-Württemberg e. V. Tel. 0711 669110
Beratungsstelle Freiburg
Kaiser-Joseph-Straße 271, 79098 Freiburg
info@vz-bw.de, www.vz-bawue.de/freiburg

Schuldner*innenberatung

Rechtliche und finanzielle Beratung für Personen, die überschuldet bzw. von Überschuldung bedroht sind

Caritassozialdienst mit Schuldnerberatung Tel. 31916-66/-23
Herrenstraße 6, 79098 Freiburg
csd-schuldnerberatung@caritas-freiburg.de, www.caritas-freiburg.de

Schuldnerberatung – Amt für Soziales Tel. 201-3871
(für Sozialleistungsempfänger*innen)
Fehrenbachallee 12, 79106 Freiburg
schuldnerberatung@stadt.freiburg.de, www.freiburg.de/schuldnerberatung

Beratung bei Mietangelegenheiten:

Badischer Mieterring e. V. Tel. 71166
Schwarzwaldstraße 19, 79117 Freiburg
kontakt@badischer-mieterring.de, www.badischer-mieterring.de
Nur für Mitglieder: Telefonische außergerichtliche Rechtsberatung und Vertretung in allen Mietrechtsangelegenheiten für Wohn- und Geschäftsräume.

Mieterverein Regio Freiburg e. V. **Tel. 20270-0**
 Marchstraße 1, 79106 Freiburg
 info@mieterverein-regio-freiburg.de, www.mieterverein-regio-freiburg.de
 Nur für Mitglieder: Außergerichtliche Rechtsberatung und Vertretung in mietrechtlichen Angelegenheiten.

Haus & Grund Freiburg e. V. **Tel. 38056-0**
 Erbprinzenstraße 7, 79098 Freiburg
 verband@haus-grund-freiburg.de, www.haus-grund-freiburg.de
 Nur für Mitglieder: Außergerichtliche Rechtsberatung und Vertretung von Immobilien-eigentümer*innen in allen immobilienrechtlichen Fragen.

Informationen durch die Polizei:

Polizeipräsidium Freiburg, Referat Prävention **Tel. 29608-0**
 Stefan-Meier-Straße 35, 79104 Freiburg
 freiburg.pp.praevention@polizei.bwl.de, www.polizei-beratung.de
 Beratung zur Sicherheit im Wohnbereich, Informationen zu Fragen der Kriminalprävention, der Sicherheit im öffentlichen Raum und der häuslichen Gewalt sowie Vortragsveranstaltungen.

3.7 Beratung zu bürgerschaftlichem Engagement und Ehrenamt

Die Vielfalt der Begegnungs- und Betätigungsmöglichkeiten in Gruppen, Initiativen und Vereinen, sowie niederschwellige Unterstützungsangeboten leben vom ehrenamtlichen/bürgerschaftlichen Engagement vieler verschiedener Persönlichkeiten, die neben ihren Ideen und Fähigkeiten auch Zeit einbringen möchten. Dieses Kapitel listet Anlaufstellen auf, bei welchen man sich zum Thema Ehrenamt informieren oder direkt einbringen kann. Die aufgeführten Stellen bieten häufig auch Räumlichkeiten und Fortbildungsangebote für ehrenamtliche Gruppen an.

Information und Beratung



Die Übersicht „Engagement macht stark“ der städtischen Stabsstelle Bürgerschaftliches Engagement bietet Informationen zu lokalen Anlaufstellen und Beratungsangeboten. Diese ist unter dem Menüpunkt Rathaus und Politik/ Amtsblatt/Sonderseiten auf www.freiburg.de abrufbar.

Stadt Freiburg **Tel. 201-3051**
 Stabsstelle Bürgerschaftliches Engagement
 Rathausplatz 2-4, 79098 Freiburg
 engagement@stadt.freiburg.de, www.freiburg.de/engagement

Freiburger Zentrum für Engagement (FZE) **Tel. 201-3055**
 Schwabentorring 2, 79098 Freiburg
 projektstelle@fz-engagiert.de, www.fz-engagiert.de

Freiburger Freiwilligen-Agentur **Tel. 21687-36**
 Schwabentorring 2, 79098 Freiburg
 freiwillige@paritaet-freiburg.de, www.freiwillige-freiburg.de und www.mitmachboerse.de

Unterstützung und Räumlichkeiten

Raumdatenbank **www.freiburg.de/raumdatenbank**
 Mit der Raumdatenbank will die Stadt Freiburg bürgerschaftlichen Gruppierungen den Zugang zu Räumen erleichtern. In der Datenbank finden sich sowohl städtische Raumangebote als auch Räume von Vereinen und weiteren Anbieter*innen, die sich nach unterschiedlichen Suchkriterien filtern lassen.

Haus des Engagements **Tel. 59533990**
 Rehlingstraße 9 (Innenhof), 79100 Freiburg
 info@haus-des-engagements.de, www.haus-des-engagements.de
 Unterstützung von bürgerschaftlichem Engagement durch Vernetzungsangebote, Öffentlichkeitsarbeit, Fortbildungen, Räume und Technik sowie Beratung rund ums Engagement. Die Datenbank www.engagement-wegweiser.de hilft bei der Suche nach passenden Initiativen, Räumen und fachlicher Unterstützung.

☞ **Kapitel 8.4** Ehrenamtliche Unterstützungsangebote

☞ **Kapitel 8.5** Praktische Hilfen für Wohnung und Haushalt

4 | Vorsorgeregulungen

Es gibt verschiedene Möglichkeiten für den Fall vorzusorgen, wenn wichtige Entscheidungen des Lebens nicht mehr selbst getroffen werden können. Das betrifft zum Beispiel die Bereiche Vermögensangelegenheiten, die Vertretung der Betroffenen gegenüber Behörden oder Entscheidungen in Fragen der Gesundheit und der Versorgung im Pflegefall sowie die Vorsorge für den Todesfall.

Zu diesen Themen bietet das Seniorenbüro mit Pflegestützpunkt weiterführende Informationen und kostenfreie Formulare und Broschüren.

4.1 Vorsorgevollmacht

Mit der Vorsorgevollmacht kann einer anderen Person die Wahrnehmung verschiedener Angelegenheiten übertragen werden, wenn die Fähigkeit eingebüßt wurde, selbst zu entscheiden oder zu handeln. Auch nahe Verwandte, Ehepartner*innen oder Kinder benötigen für den Vertretungsfall eine Vollmacht. Wichtig bei der Auswahl der bevollmächtigten Person ist, dass zu ihr ein großes Vertrauensverhältnis besteht. Bevollmächtigte können mit der Vollmacht handeln, ohne dass es weiterer Maßnahmen bedarf. Eine Vollmacht kann rechtsverbindlich nur erstellt werden, solange die*der Vollmachtgeber*in die Tragweite ihrer*seiner Handlungen überblickt. Rechtsanwält*innen (☞ Kapitel 3.6) bieten Beratung an und helfen bei der Erstellung einer individuellen Vollmacht. Die öffentliche Beglaubigung kann durch die örtliche Betreuungsbehörde kostengünstig durchgeführt werden. Darüber hinaus können in einem Notariat Vorsorgevollmachten notariell beurkundet werden.



Weitere Informationen
beim Bundesministerium für Justiz

Notvertretungsrecht für Ehegatten

Ist bei Ehepartner*innen keine gegenseitige Vorsorgevollmacht ausgestellt, kann das Notvertretungsrecht für Ehegatten in Kraft treten. Dieses beschränkte Recht bezieht sich ausschließlich in den Angelegenheiten der Gesundheitsvorsorge (z. B. ärztliche Eingriffe, Abschluss von Behandlungsverträgen). Das Notvertretungsrecht ist begrenzt auf maximal sechs Monate. Das Ehegattenvertretungsrecht ist nachrangig zu einer bestehenden Vorsorgevollmacht oder Betreuung.

4.2 Betreuungsverfügung und rechtliche Betreuung

In einer Betreuungsverfügung werden vorsorglich Vorschläge zur Auswahl einer rechtlichen Betreuungsperson und Wünsche zur Wahrnehmung der Betreuung geäußert, die

im Fall eines möglichen, späteren Betreuungsverfahrens berücksichtigt werden sollen. Eine Betreuungsverfügung ist dem Betreuungsgericht bei Einleitung einer rechtlichen Betreuung zu übergeben.

Hat eine volljährige Person keine Vollmacht erteilt, so wird eine rechtliche Betreuung beim Betreuungsgericht angeregt, wenn sie aufgrund einer Krankheit oder Behinderung ihre Angelegenheiten nicht mehr selbst regeln kann. Die rechtliche Betreuung kann selbst oder durch Dritte (zum Beispiel Familienangehörige, Nachbarn oder eine Behörde) veranlasst werden. Das Gericht entscheidet, ob und in welchen Bereichen eine Betreuung erforderlich ist und bestellt entsprechend eine*n Betreuer*in.

Information und Beratung zum Bereich Vollmacht und Betreuungsrecht geben:

Stadt Freiburg – Betreuungsbehörde **Tel. 201-3740**

Fehrenbachallee 12, 79106 Freiburg
betreuungsbehoerde@stadt.freiburg.de, www.freiburg.de

Betreuungsverein der Diakonie Freiburg e. V. **Tel. 205741-273/-274**

Dreisamstraße 3–5, 79098 Freiburg
fleig@diakonie-freiburg.de, schell@diakonie-freiburg.de, www.diakonie-freiburg.de

SKM Freiburg e. V. – Betreuungsverein **Tel. 272220**

Wilhelmstraße 13, 79098 Freiburg
post@skm-freiburg.de, www.skm-freiburg.de

Zuständiges Gericht zur Anregung einer rechtlichen Betreuung:

Amtsgericht Freiburg – Betreuungsgericht **Tel. 205-0**

Wallstraße 10, 79098 Freiburg, Postadresse: Holzmarkt 2, 79098 Freiburg
poststelle@agfreiburg.justiz.bwl.de, www.amtsgericht-freiburg.de

4.3 Patientenverfügung

Mit einer Patientenverfügung kann man schriftlich für den Fall der Entscheidungsunfähigkeit im Voraus festlegen, ob und wie man in bestimmten Situationen ärztlich behandelt werden möchte. Ein Beispiel hierfür kann die Entscheidung zu Maßnahmen zur Lebensverlängerung sein. Die Patientenverfügung sollte in der Hausarztpraxis bzw. mit dem*der Arzt*Ärztin des Vertrauens besprochen werden

4.4 Notfalldose

Immer mehr Menschen haben zu Hause einen Notfall- oder Impfpass, Medikamentenplan, eine Patientenverfügung usw. Jedoch sind diese wichtigen Unterlagen für Hilfeleistende (Rettungs- oder Sozialdienst) oft nur schwer zu finden. Hier schafft die Notfalldose Abhilfe. Die Notfalldaten kommen in die Notfalldose und werden in die

Kühlschranktür gestellt. An diesem festen Ort können die notfallrelevanten Informationen in jedem Haushalt einfach gefunden werden. Ein entsprechender Aufkleber an der Innenseite der Wohnungstür, ein zweiter Aufkleber kommt außen an die Kühlschranktür. So sehen Rettungskräfte beim Betreten der Wohnung gleich, ob eine Notfalldose vorhanden ist und wo sie die Notfalldaten ohne langes Suchen finden.

Die Notfalldose und weiterführende Informationen gibt es im Seniorenbüro mit Pflegestützpunkt, beim Stadtseniorenrat (☞ Kapitel 2) oder in der Apotheke.

4.5 Testament



„Erben und Vererben – Informationen und Erläuterungen zum Erbrecht“, Bundesministerium der Justiz

- Bestellbar unter Tel. 030 182722721 oder per Mail über publikationen@bundesregierung.de.
- Digital abrufbar über den QR-Code oder unter www.bmj.de (➔ Service/Broschüren und Infomaterial)



„Das Erbrecht – praktische Hinweise“, Justizministerium Baden-Württemberg

- Bestellbar unter Tel. 0711 279-2108 oder per Mail über poststelle@jum.bwl.de
- Digital abrufbar über den QR-Code oder unter www.justiz-bw.de (➔ Service/Broschüren)

Juristischen Rat in allen Testaments- und Erbrechtsfragen erteilen zudem Rechtsanwält*innen (☞ Kapitel 3.6).

4.6 Bestattungsvorsorge

Die Bestattungsvorsorge hilft, Wünsche für die eigene Bestattung abzusichern. Man trifft noch zu Lebzeiten alle Entscheidungen für die Beisetzung.

Eine Bestattungsvorsorge schafft auch finanzielle Sicherheit. Denn Gebühren und Bestattungskosten werden meist schon zu Lebzeiten bezahlt oder eine bestimmte Summe dafür beiseitegelegt. Die finanzielle Bestattungsvorsorge stellt somit sicher, dass im Todesfall ausreichend Geld für die gewünschte Beisetzung zur Verfügung steht. Es gibt zwei Varianten um vorzusorgen: einen Bestattungsvorsorgevertrag (feste Einmalzahlung) oder eine Sterbegeldversicherung (monatlicher Betrag). Diese können bei Versicherungsgesellschaften, Friedhöfen oder Bestattungsinstituten (☞ Kapitel 16.4) abgeschlossen werden.

5 | Quartier und Begegnung

5.1 Quartiersarbeit und Stadtteiltreffs

Stadtteiltreffs und Quartierbüros sind Anlaufstellen in den Stadtteilen. Sie ermutigen Menschen, ihre Angelegenheiten selbst in die Hand zu nehmen und greifen Themen auf, die den Bewohner*innen wichtig sind. Sie bieten Beratung und Unterstützung in persönlichen Lebenslagen, Kurse, offene Treffs, Räume für Veranstaltungen und teilweise einen Mittagstisch an. Außerdem wirken sie bei der Vernetzung von Gruppen und Initiativen im Stadtteil mit.

Stadtteiltreff Betzenhausen-Bischofslinde Tel. 89758315

Am Bischofskreuz 4, 79114 Freiburg
stadtteiltreff-bb@caritas-freiburg.de, www.quartiersarbeit-bb.de

Quartiersarbeit Brühl

- Stadtteiltreff – Tennenbacher Straße 36, 79106 Freiburg Tel. 66090-30
- Quartiersbüro – Konradin-Kreutzer-Straße 17, 79106 Freiburg Tel. 76666817
bruehl@nachbarschaftswerk.de, www.nachbarschaftswerk.de

Quartiersarbeit Haslach Tel. 76790-05

Stadtteilbüro – Melanchthonweg 9b, 79115 Freiburg
haslach@nachbarschaftswerk.de, www.nachbarschaftswerk.de

Quartiersarbeit Lindenwäldle / Auggener Weg

- Haus Weingarten – Auggener Weg 73, 79114 Freiburg Tel. 88860350
- Quartierstreff – Am Lindenwäldle 38, 79114 Freiburg Tel. 13731648
qa-weingarten@nachbarschaftswerk.de, www.nachbarschaftswerk.de

Quartiersarbeit Hochdorf Tel. 0171 9682680

Hochdorfer Straße 2, 79108 Freiburg
quartiersarbeit-hochdorf@caritas-freiburg.de, www.quartiersarbeit-hochdorf.de

Quartiersarbeit Landwasser Tel. 15629955

Auwaldstraße 92, 79110 Freiburg
quartiersarbeit-landwasser@hdb-freiburg.de, www.hdb-freiburg.de

Quartiersarbeit Mooswald Tel. 0151 12177911

Elsässer Straße 6, 79110 Freiburg
quartiersarbeit-mooswald@caritas-freiburg.de, www.quartiersarbeit-mooswald.de

Quartiersarbeit Rieselfeld Tel. 76795-62

Stadteitzentrum Glashaus – Maria-von-Rudloff-Platz 2, 79111 Freiburg
stadtteilarbeit@kiosk.rieselfeld.org, www.kiosk.rieselfeld.org

- Quartiersarbeit St. Georgen**.....Tel. 0175 7328452
Blumenstraße 9, 79111 Freiburg
quartiersarbeit-st.georgen@diakonie-freiburg.de, www.diakonie-freiburg.de
- Quartiersladen Stühlinger**.....Tel. 7671032
Ferdinand-Weiß-Straße 117, 79106 Freiburg
stuehlinger@nachbarschaftswerk.de, www.nachbarschaftswerk.de
- Quartiersbüro „Westlich der Merzhauser Straße“**.....Tel. 1377555
Merzhauser Straße 12, 79100 Freiburg
unterwiehre@nachbarschaftswerk.de, www.nachbarschaftswerk.de
- Quartiersbüro Vauban**.....Tel. 88792575
Alfred-Döblin-Platz 1, 79100 Freiburg
info@quartiersarbeit-vauban.de, www.quartiersarbeit-vauban.de
- Mehrgenerationenhaus EBW Freiburg**.....Tel. 49078-40
Sulzburger Straße 18, 79114 Freiburg
info.mgh@kath-freiburg-suedwest.de, www.mehrgenerationenhaus-ebw-freiburg.de
- Forum Weingarten e. V.**
• Stadtteilbüro Weingarten – Krozinger Straße 11, 79114 Freiburg.....Tel. 46611
• Quartiersbüro Weingarten-West – Bugginger Straße 50, 79114 Freiburg...Tel. 4760697
info@forum-weingarten.de, www.forum-weingarten.de
- Quartiersarbeit Zähringen**.....Tel. 79032400
Vereinsgeschäftsstelle: Zähringer Straße 346, 79108 Freiburg
quartiersarbeit-zaehringen@caritas-freiburg.de, www.quartiersarbeit-zaehringen.de
- Quartierstreff Bauverein Breisgau e. V.**.....Tel. 510 44-88
Zähringer Straße 46, 79108 Freiburg
info@quartierstreff.de, www.quartierstreff.de
- **Quartierstreff Luckenbachweg (Haslach)**.....Tel. 61248284
Luckenbachweg 8, 79115 Freiburg
quluckenbachweg@quartierstreff.de
- **Quartierstreff 33 (Stühlinger)**.....Tel. 42965269
Wannerstraße 33, 79106 Freiburg
qu33@quartierstreff.de
- **Quartierstreff 46 (Zähringen)**.....Tel. 51044-186
Zähringer Straße 46, 79108 Freiburg
qu46@quartierstreff.de

5.2 Begegnungsstätten/-zentren

Begegnungsstätten und -zentren bieten eine Vielfalt von Begegnungs-, Bildungs- und Beteiligungsmöglichkeiten für jüngere und ältere Menschen.

- Begegnung und Freizeitgestaltung: Offene Angebote wie Mittagstische oder Kaffeenachmittage, Feste, Gesellschaftsspiele, kreatives Gestalten, Handarbeit und Malerei, Ausflüge und Besichtigungen
- Beratung und Austausch: Beratung zu Themen rund um Pflegebedürftigkeit und Älterwerden, Behörden- und Rechtsberatung, Selbsthilfegruppen, Gesprächskreise und Angehörigengruppen
- Bewegung und Training: Bewegungsangebote, auch im Freien, unter anderem Kraft- und Balancetraining, Wandern, Gedächtnistraining und Gesundheitskurse
- Bildung und Kultur: Vorträge und Informationsveranstaltungen, Sprachkurse, Smartphone- und Computerkurse, Musik-, Literatur- und Theatergruppen

Die monatlichen Programme sowie die Broschüre „Wohnen und Begegnen für ältere Menschen in Freiburg“ sind in den Begegnungsstätten und -zentren oder im Seniorenbüro mit Pflegestützpunkt sowie unter www.freiburg.de/senioren erhältlich. Darüber hinaus gibt es Angebote und Veranstaltungen für Senior*innen in allen Ortsteilen Freiburgs. Informationen sind bei den jeweiligen Ortsverwaltungen bzw. in den Mitteilungsblättern zu finden.

Begegnungsstätte Altstadt.....Tel. 31913-118
Hermannstraße 14, 79098 Freiburg-Altstadt
begegnungsstaette@stift-freiburg.de, www.das-stift.de

Begegnungsstätte Bifänge.....Tel. 473836
Weierweg 12, 79111 Freiburg-St. Georgen
swa-bifaenge@awo-freiburg.de, www.awo-freiburg.de

Begegnungsstätte Drachenweg.....Tel. 79 03-3540
Drachenweg 29, 79110 Freiburg-Mooswald
seniorenwohnanlage-drachenweg@caritas-freiburg.de, www.caritas-freiburg.de

Begegnungsstätte Runzstraße.....Tel. 207 46-00
Runzstraße 77, 79102 Freiburg-Oberau
bgst.szfreiburg@awo-baden.de, www.awo-baden.de

Begegnungsstätte Haslach.....Tel. 47016-68
Mathias-Blank-Straße 22, 79115 Freiburg-Haslach
swa-haslach@awo-freiburg.de, www.awo-freiburg.de

Begegnungsstätte Im Grün.....Tel. 275795
Im Grün 5, 79098 Freiburg-Altstadt
swa-imgruen@awo-freiburg.de, www.awo-freiburg.de

- Begegnungsstätte im St. Carolushaus** Tel. 2177482915
Habsburgerstraße 107a, 79104 Freiburg-Herdern
begegnungsstaette@carolushaus.de, www.st-carolushaus.de
- Begegnungsstätte Landwasser** Tel. 132799
Spechtweg 35, 79110 Freiburg-Landwasser
swa-landwasser@awo-freiburg.de, www.awo-freiburg.de
- Begegnungsstätte St. Laurentiushaus e. V.** Tel. 769 940-82
Carl-Kistner-Straße 57, 79115 Freiburg-Haslach
begegnungsstaette@stlaurentiushaus.de, www.stlaurentiushaus.de/begegnungsstaette
- Begegnungszentrum Stühlinger** Tel. 273092
Ferdinand-Weiß-Straße 70a, 79106 Freiburg-Stühlinger
bz@vfs-ev.de, www.vfs-ev.de
- Begegnungsstätte Tennenbacher Platz** Tel. 287938
Tennenbacher Straße 38, 79106 Freiburg-Brühl-Beurbarung
swa-tennenbacherplatz@awo-freiburg.de, www.awo-freiburg.de
- Begegnungsstätte Weingarten** Tel. 45577-30
Sulzburger Straße 2, 79114 Freiburg-Weingarten
swa-weingarten@awo-freiburg.de, www.awo-freiburg.de
- Begegnungszentrum Freytagstraße** Tel. 7903-3500
Freytagstraße 6, 79114 Freiburg-Betzenhausen
seniorenwohnanlage-freytagstrasse@caritas-freiburg.de, www.caritas-freiburg.de
- Begegnungszentrum Kreuzsteinäcker** Tel. 2108-555
Heinrich-Heine-Straße 10, 79117 Freiburg-Littenweiler/Waldsee
info@sv-fr.de, www.stiftungsverwaltung-freiburg.de
- Begegnungszentrum Laubenhof** Tel. 696878-22
Weismannstraße 3, 79117 Freiburg-Waldsee
info@sv-fr.de, www.stiftungsverwaltung-freiburg.de
- Heinrich-Hansjakob-Haus** Tel. 7903-3522
Talstraße 29, 79102 Freiburg-Mittelwiehre
heinrich-hansjakob-haus@caritas-freiburg.de, www.caritas-freiburg.de
- Michael-Denzlinger-Treff** Tel. 07665 9471471
Hochdorfer Straße 2, 79108 Freiburg-Hochdorf
info@md-treff.de, www.md-treff.de

5.3 Selbsthilfegruppen und Gesprächskreise

In Selbsthilfegruppen und Gesprächskreisen treffen sich Menschen, die aufgrund einer Erkrankung, Behinderung oder einer anderen schwierigen Lebenssituation ähnliche Schicksale haben. Selbsthilfegruppen sind vielfältig und unterschiedlich. Der gegenseitige Austausch und die Begegnung mit anderen kann Mut machen, drohender Isolation entgegenwirken und dabei unterstützen, neue Perspektiven für sich zu finden. Information zu bestehenden Gruppen erhält man über das Freiburger Selbsthilfebüro:

Selbsthilfebüro Freiburg/Breisgau-Hochschwarzwald Tel. 21687-35
Schwabentorring 2, 79098 Freiburg
selbsthilfe@paritaet-freiburg.de, www.selbsthilfegruppen-freiburg.de

Das Angebot richtet sich an interessierte Menschen, an Selbsthilfegruppen sowie an Fachkräfte aus dem Gesundheits- und Sozialbereich. Auf der Homepage finden sich Informationen über Selbsthilfegruppen in Freiburg und im Landkreis Breisgau-Hochschwarzwald sowie über aktuelle Neugründungen und vieles mehr. Über die Datenbank erhält man einen Überblick über bestehende Selbsthilfegruppe in der Region.

- ☞ Kapitel 14.2 Gruppentreff für ältere Menschen mit Depression
- ☞ Kapitel 14.3 Selbsthilfe- und Gesprächsgruppen bei Abhängigkeitserkrankungen
- ☞ Kapitel 15.2 Austauschmöglichkeiten für pflegende An- und Zugehörige
- ☞ Kapitel 16.5 Gespräche und Gruppen für Trauernde

5.4 (Bürger-) Vereine und Gruppen

Die **Bürger-, Lokal- und Ortsvereine** vertreten die Interessen der Bürger*innen in den einzelnen Stadtteilen und haben sich zusammengeschlossen in der

Arbeitsgemeinschaft der Freiburger Bürgervereine (AFB)
Stadtstraße 56, 79104 Freiburg
info@afb-freiburg.de, www.afb-freiburg.de

In Freiburg gibt es viele Gruppen, die häufig durch die Initiative engagierter Bürger*innen entstanden sind. Sie bieten vielfältige Begegnungen, kulturelle Programme und Unternehmungen an. Viele Initiativen haben sich in ihren Stadtteilen gefunden und wollen das Thema „Älter werden im Stadtteil“ aufgreifen und weiterentwickeln. Auch die Quartiersarbeit/Stadtteiltreffs (☞ Kapitel 5.1) und Begegnungsstätten (☞ Kapitel 5.2) sorgen für ein Miteinander im Stadtteil und bieten tolle Angebote.

SAGES e. V DNA – die neuen Alten Tel. 45891846 oder 0179 4773245
Yorkstraße 23, 79110 Freiburg
info@sages-eg.de, www.sages-eg.de

- Senioren-gemeinschaft Freiburg-Mooswald e. V.** **Tel. 81183**
 Im Wolfswinkel 21, 79110 Freiburg
 uwe.pridoehl@t-online.de
- BürgerNetzwerk Opfingen**..... **Tel. 07664 5018097**
 Muselgasse 5, 79112 Freiburg-Opfingen
 info@bnw-opfingen.de, www.bnw-opfingen.de
- Älterwerden im Rieselfeld (ÄWIR)**..... **Tel. 4534315**
 Maria-von-Rudloff-Platz 2, 79111 Freiburg
 info@aewir.org, www.aewir.org
- Bürgerforum Sedanquartier und Im Grün**..... **Tel. 38094455**
 Erbprinzenstraße 16, 79098 Freiburg
 info@buefo.com, www.buefo.com
- „Z’sämme“ Bürgernetz Waltershofen e. V.** **Tel. 07665 8630**
 Schulhalde 8, 79112 Waltershofen
 info@zaemme.de, www.zaemme.net
- AG Barrierefrei im Lokalverein Innenstadt Freiburg i. Br. e. V.** **Tel. 25545**
 Oberlinden 3, 79098 Freiburg im Breisgau
 ag.barrierefrei@lokalverein.de, www.lokalverein.de
- Haslacher Netz (Nachbarschaftshilfe)**..... **Tel. 76790-04**
mit Netzwerk Älter werden in Haslach (Arbeitskreis) **Tel. 76790-05**
 Melanchthonweg 9b, 79115 Freiburg
 haslach@nachbarschaftswerk.de, www.nachbarschaftswerk.de
- Netzwerk Herdern Neuburg**..... **Tel. 2177482915**
 Habsburgerstraße 107a, 79104 Freiburg
 info@netzwerk-herdern-neuburg.de, www.netzwerk-herdern-neuburg.de
- Nachbarschaftsnetze und -börsen**
 Nachbarschaftsnetze und -börsen sollen Menschen zusammenbringen. Man kann sich bei ihnen anmelden und im Netzwerk jemanden für gemeinsame Unternehmungen oder für gegenseitige Unterstützung suchen. Es gibt Nachbarschaftsnetze, die in den Stadtteilen aktiv sind, aber auch digitale Plattformen, bei denen man sich anmelden und auf die andere Mitglieder zugreifen kann.
 Bundesweite Plattformen mit Nachbarschaftsbezug:
www.nebenan.de und **www.deinnachbar.de**

5.5 Kirchengemeinden und Glaubensgemeinschaften

Die Kirchengemeinden und Glaubensgemeinschaften bieten viele Angebote für Senior*innen an. Sie reichen von Seniorennachmittagen über Gesprächskreise, Freizeit- und Bildungsangebote bis hin zu Wanderungen und Ausflügen. Außerdem wirken sie am Aufbau von ehrenamtlichen Netzwerken in den Stadtteilen mit.



Induktive Höranlagen in Kirchen:

Unter www.vdh-freiburg.de/induktives-hoeren gibt es eine Übersicht mit den Kirchen, die über eine induktive Höranlage für Menschen mit einer Hörschädigung verfügen.

Evangelische Kirche in Freiburg **Tel. 205741-0**
 Schnewlinstraße 2, 79098 Freiburg
 dekanat.freiburg@kbz.ekiba.de, www.evangelisch-in-freiburg.de

Katholische Gesamtkirchengemeinde Freiburg..... **Tel. 38689-10**
 Jacob-Burckhard-Straße 13, 79098 Freiburg
 info@gkg-freiburg.de, www.katholische-kirche-freiburg.de

Koordination der Altenwerke im Dekanat Freiburg..... **Tel. 31916-714**
Caritas Freiburg-Stadt e. V.
Abteilung Alter und Soziale Dienste
 Herrenstraße 6, 79098 Freiburg
 alter-und-soziale-dienste@caritas-freiburg.de, www.caritas-freiburg.de

Israelitische Gemeinde Freiburg **Tel. 55652960**
 Nussmannstraße 14, 79098 Freiburg
 info@jg-fr.de www.jg-fr.de

Islamisches Zentrum Freiburg e. V. **Tel. 273131**
 Hugstetter Straße 36, 79106 Freiburg
 geschaeftsstelle@izfr.de, www.islamisches-zentrum-freiburg.de

Arbeitsgemeinschaft Christlicher Kirchen **Tel. 01575-3116337**
und Gemeinden in Freiburg i. Br. (ACK)
 Katharinenstraße 9, 79104 Freiburg
 ack-freiburg@gmx.de, www.ack-in-freiburg.de

Informationen zu Glaubensgemeinschaften verschiedener Religionen und Kulturen erteilt das Amt für Migration und Integration, Abteilung 2 Integration oder sind im Wegweiser für Migrantinnen und Migranten (www.freiburg.de/wegweiser), welcher Sommer 2024 durch die IntegreatAPP (www.integreat-app.de) abgelöst wird, zu finden.

Stadt Freiburg Amt für Migration und Integration **Tel. 201-6330**
Abteilung 2 Integration
 Berliner Allee 1, 79114 Freiburg
 migration@stadt.freiburg.de, www.freiburg.de/migration

6 | Bildung, Bewegung und Kultur

6.1 Bildungsangebote

In Freiburg gibt es zahlreiche Bildungseinrichtungen, die generationenübergreifend genutzt werden. Die Programme enthalten ein breit gefächertes Spektrum von Kursen, Seminaren und Vorträgen bis hin zum Seniorenstudium.

Darüber hinaus haben einige Begegnungsstätten und -zentren diverse Bildungsangebote im Programm (☞ Kapitel 5.2).

Wegweiser Bildung Tel. 2012020

Zentrale Anlaufstelle für alle Fragen rund um Bildung mit Online-Datenbank
Münsterplatz 17 (Stadtbibliothek), 79098 Freiburg
info@wegweiser-bildung.de, www.wegweiser-bildung.de

Deutscher Verband Frau und Kultur e. V. Tel. 288258

Gruppe Freiburg, Claudia Schall (1. Vorsitzende)
Hexentalstraße 18d, 79249 Merzhausen
C.Schall-FuK-Freiburg@web.de, www.verband-frau-und-kultur.de/freiburg.html

Frauen- und MädchenGesundheitsZentrum Freiburg e. V. Tel. 2021590

Basler Straße 8, 79100 Freiburg
info@fmgz-freiburg.de, www.fmgz-freiburg.de

Gasthörer*innenstudium an der

Albert-Ludwigs-Universität Freiburg Tel. 2036882

Sedanstraße 6, 79098 Freiburg
studierendensekretariat@service.uni-freiburg.de, www.wb.uni-freiburg.de/gast

Katholische Akademie der Erzdiözese Freiburg Tel. 31918-0

Wintererstraße 1, 79104 Freiburg
mail@katholische-akademie-freiburg.de, www.katholische-akademie-freiburg.de

Kolping Bildungswerk e. V. Tel. 389479-0

Bertoldstraße 55, 79098 Freiburg
bzfreiburg@kolping-bildung.de, www.kolping-bildung.de

Landeszentrale für politische Bildung Tel. 20773-0

Außenstelle Freiburg, Bertoldstraße 55, 79098 Freiburg
freiburg@lpb.bwl.de, www.lpb-freiburg.de

Mehrgenerationenhaus EBW in Freiburg-Weingarten Tel. 49078-40

Sulzburger Straße 18, 79114 Freiburg
info.mgh@kath-freiburg-suedwest.de, www.mehrgenerationenhaus-ebw-freiburg.de

Pädagogische Hochschule Freiburg: Studium plus Tel. 682-244

Kunzenweg 21, 79117 Freiburg
studiumplus@ph-freiburg.de, www.ph-freiburg.de/studiumplus

Studium Generale Tel. 203-2003

Belfortstraße 20, 79098 Freiburg
rainer.dausch@studgen.uni-freiburg.de, www.studiumgenerale.uni-freiburg.de

Volkshochschule Freiburg e. V. Tel. 36895-10

Rotteckring 12, 79098 Freiburg
info@vhs-freiburg.de, www.vhs-freiburg.de

Evangelische Erwachsenenbildung Freiburg Tel. 205741-152

Haus der Evangelischen Kirche
Schnewlinstraße 2, 79098 Freiburg
eeb.freiburg@kbz.ekiba.de, www.erwachsenenbildung-freiburg.de

Bildungszentrum Freiburg Tel. 7086221

Erzdiözese Freiburg
Merianstraße 16, 79104 Freiburg
info@bildungszentrum-freiburg.de, www.bildungszentrum-freiburg.de

Bildungswerk der Erzdiözese Freiburg Tel. 70862-0

Karlsruher Straße 3, 79108 Freiburg
info@bwerk.de, www.bwerk.de

6.2 Internet und Digitales

Die Digitalisierung erfasst immer mehr Lebensbereiche und eröffnet viele Möglichkeiten der Information, Unterhaltung und Kommunikation.

Nicht nur bei eingeschränkter Mobilität, Hör- oder Sehfähigkeit können mit dem Internet Barrieren gemindert und ein aktives und selbstbestimmtes Altern sowie soziale Teilhabe erleichtert werden.

In Freiburg gibt es ein vielfältiges Kurs- und Beratungsangebot zur Nutzung von PC und Smartphone für Senior*innen.

Neben einigen Begegnungsstätten, -zentren sowie Quartierstreffs (☞ Kapitel 5.1 und 5.2) bieten auch verschiedene Bildungseinrichtungen (☞ Kapitel 5.2) Kurse und Beratungsmöglichkeiten an. Öffentlich nutzbare PCs und Internetarbeitsplätze sind ebenfalls an mehreren Standorten vorhanden.

Genauere Informationen zu den jeweiligen Angeboten und den Sprechzeiten sind aufgeführt in den Programmheften der jeweiligen Einrichtung sowie im Veranstaltungskalender und in der Beratungsliste des Seniorenbüros mit Pflegestützpunkt „Internet und Digitales – Kurse, Nutzung und Beratung“, die auch auf der Homepage www.freiburg.de/senioren zu finden ist.

Hilfreiche Links zu Informations- und Schulungsangeboten im Internet:

- **www.digitaler-engel.org** (Erklär-Videos)
- **www.digital-kompass.de** (Informationsplattform der Bundesarbeitsgemeinschaft für Senioren)
- **www.katzundmaus-freiburg.de** (Computerkurse und Beratung), Terminvereinbarung unter 0761 15 54 35 57
- **www.levato.de** (Schulungsangebote)
- **www.lfk.de** (Lern-App zum Kennenlernen des Smartphones)
- **www.sicher-im-netz.de** (aktuelle Hinweise zu Internet und Gefahrenschutz, „Digitaler Führerschein“)
- **www.silver-tipps.de** (Informationsplattform mit Erklärungen als Video und Podcast)
- **www.wegeausdereinsamkeit.de** (Erklär-Videos)

Alterskompetenz Tel. 23673

Digitale Kompetenz im Alter

Wintererstraße 7, 79104 Freiburg

e-mail@alterskompetenz.info, www.alterskompetenz.info

6.3 Bewegung und Sport

In Freiburg gibt es ein breites Bewegungs- und Sportangebot für Menschen im Alter mit unterschiedlichen Belastungsmöglichkeiten.

Neben Sportvereinen bieten auch Begegnungsstätten und -zentren (☞ Kapitel 5.2) sowie Bildungseinrichtungen (☞ Kapitel 6.1) Bewegungs- und Sportangebote an.

Allgemeine Informationen, z. B. zu Sportveranstaltungen sind über die Homepage der Stadt Freiburg unter www.freiburg.de/sport einsehbar.

Zu speziellen Gesundheits- und Bewegungsangeboten bei chronischen Beeinträchtigungen bzw. Erkrankungen informieren die Krankenkassen sowie die jeweiligen Selbsthilfegruppen und das Freiburger Selbsthilfebüro (Tel. 21687-35, ☞ Kapitel 5.3).

Im **Sportportal der Stadt Freiburg** (www.sportportal.freiburg.de) kann gezielt nach speziellen Sportarten und Zielgruppen in den jeweiligen Stadtteilen gesucht werden. Eine Kurzanleitung zur Nutzung des Sportportals ist im Seniorenbüro mit Pflegestützpunkt sowie auf der zugehörigen Homepage www.freiburg.de/senioren erhältlich.

benefit e. V. Tel. 0172 786 5471

Büroadresse: Rehlingstraße 9, 79100 Freiburg

info@benefit-bewegung.de, www.benefit-bewegung.de

Kostenfreie Bewegungsangebote, die sich insbesondere an Menschen mit niedrigem Einkommen, Menschen die von Wohnungslosigkeit betroffen sind, Menschen mit (Suchtmittel-)Abhängigkeiten, psychischen Belastungen und körperlichen Einschränkungen sowie Menschen mit Fluchtbiografie richtet.

Bewegungstreffs im Freien

In Freiburg gibt es in verschiedenen Stadtteilen Bewegungstreffs im Freien.

- Es sind keine sportlichen Vorkenntnisse erforderlich.
- Die Teilnahme ist kostenfrei und unverbindlich – ohne Anmeldung und Mitgliedschaft.
- Die Treffen finden das ganze Jahr über statt – unabhängig von Wetter oder Ferienzeiten.
- Die Übungen sind einfach, Sportkleidung ist nicht notwendig.
- Den Schwerpunkt des ca. 30-minütigen Bewegungsprogramms bilden verschiedene Übungen zur Beweglichkeit, Kräftigung, Balance und Ausdauer.
- Der Spaß an der Bewegung und die Geselligkeit stehen im Vordergrund.

Eine Übersicht zu den Bewegungstreffs im Freien ist erhältlich im Seniorenbüro mit Pflegestützpunkt (www.freiburg.de/senioren) oder über das Landratsamt, Sautierstr. 30, 79104 Freiburg, Ursula Fehrenbach, Telefon: 0761 2187-3063, ursula.fehrenbach@lkbh.de.

Schwimmen

Informationen, Öffnungszeiten und Eintrittspreise über die Hallen- und Freibäder in Freiburg sind unter www.badeninfreiburg.de und bei der Regio Bäder GmbH aufgeführt.

Regio Bäder GmbH Tel. 2105-500

info@badeninfreiburg.de, www.badeninfreiburg.de

Wandern

Schwarzwaldverein e. V. Tel. 38053-0

Hauptgeschäftsstelle

Schlossbergring 15, 79098 Freiburg

info@schwarzwaldverein.de, www.schwarzwaldverein.de

Deutscher Alpenverein e. V. – Sektion Freiburg-Breisgau Tel. 24222

Lörracher Straße 20a, 79115 Freiburg

info@dav-freiburg.de, www.dav-freiburg.de

Naturfreunde e. V. – Ortsgruppe Freiburg Tel. 274742

Am Bischofskreuz 3, 79114 Freiburg

freiburg@naturfreunde.de, www.naturfreunde-freiburg.de

6.4 Kulturelle Angebote

Freiburg bietet ein breites Spektrum an kulturellen Angeboten. Neben den städtischen Theatern und Museen gibt es eine Vielzahl von freien Theatern, Initiativen, Bühnen für Musik und Tanz, Kinos sowie Ausstellungen und Galerien. Diese Vielfalt lässt sich in diesem Wegweiser nicht abbilden.

Ausführliche Informationen erhält man unter www.freiburg.de/kultur.

Diverse Programme und regionale Kulturzeitschriften finden Sie bei:

Tourist Information **Tel. 3881-880**

Rathausplatz 2-4, 79098 Freiburg
info@visit.freiburg.de, www.visit.freiburg.de und www.fwtm.freiburg.de

Stadtbibliothek Freiburg **Tel. 201-2207**

Münsterplatz 17, 79098 Freiburg
stadtbibliothek@stadt.freiburg.de, www.stadtbibliothek.freiburg.de

Weitere Bibliotheken gibt es in den jeweiligen Stadtteilen. Die Bibliotheken der Universität und der Hochschulen sind auch für Nichtstudierende nutzbar.

Theater und Kino

Informationen zu Theater und Kino sind unter www.freiburg.de/theater erhältlich.

Relaxed Performance

Das Theater Freiburg bietet ausgewählte Vorstellungen als „Relaxed Performances“ an. Hier sind alle Menschen willkommen, auch Menschen mit Demenz, aus dem Autismus-Spektrum, Menschen mit Tourette oder chronischen Schmerzen. Während der Vorstellung darf aufgestanden werden, Geräusche sind ausdrücklich erlaubt, die Türen bleiben offen. Im Theaterprogramm sind die „Relaxed Performance“-Aufführungen entsprechend ausgewiesen (www.theater.freiburg.de).

Museen

Städtische Museen Freiburg (Direktion) **Tel. 201-2521**

Informationen über die städtischen Museen sind unter www.freiburg.de/museen erhältlich.

Aktiv in Musik und Kunst

Im Freiburger Musikverzeichnis (www.freiburg.de/musikverzeichnis) sind Informationen zu den unterschiedlichsten Profilen Freiburger Musikensembles mit Kontaktadressen, Probenterminen sowie Aufnahmebedingungen zusammengestellt.

Angebote zu Bildender Kunst, Theaterspielen, Schreiben und vielem mehr finden sich unter anderem in den Programmen der Erwachsenenbildung (☞ Kapitel 6.1), der Begegnungsstätten und Begegnungszentren (☞ Kapitel 5.2) sowie im Veranstaltungskalender des Seniorenbüros mit Pflegestützpunkt (☞ Kapitel 1).

Ermäßigungen im Bereich Kultur

Informationen zu kostenlosen Kulturveranstaltungen über KulturWunsch Freiburg e.V. sowie zu Ermäßigungen bei Bildungs- und Kulturangeboten durch den FreiburgPass können ☞ Kapitel 17.4 entnommen werden.

Mit einem Renten- oder Schwerbehindertenausweis sind zudem teilweise Vergünstigungen möglich – dies sollte beim Kartenerwerb jeweils nachgefragt werden. Der Erwerb des MUSEUMS-PASS-MUSÉES ermöglicht freien Eintritt in über 350 Museen, Schlössern und Gärten in Deutschland, Frankreich und der Schweiz. Information und Verkauf in allen städtischen Museen (www.freiburg.de/museen).

6.5 Barrierefreies Reisen

Mit einer Behinderung sind besondere Dinge zu beachten, um sein Reiseziel zu erreichen und vor Ort zurechtzukommen. Von betreuten Reiseangeboten über Suchportale bis hin zur Hilfestellung bei der Planung und Durchführung gibt es verschiedene Möglichkeiten der Unterstützung.

Reisen für blinde und sehbehinderte Menschen **Tel. 36122**

Blinden- und Sehbehindertenverein Südbaden e.V.
Wölflinstraße 13, 79104 Freiburg
info@bsvsb.org, www.bsvsb.org
Vermittlung von Angeboten zu barrierearmen Urlaubsmöglichkeiten

Bahnreisen für Menschen mit Behinderung

Mobilitätsservice-Zentrale der Deutschen Bahn **Tel. 030 65212888**

msz@deutschebahn.com, www.bahn.de/barrierefrei
Beratung, Reiseplanung und Hilfe beim Ein-, Um- oder Aussteigen für Reisende mit Behinderung

Bahnhofsmission Freiburg **Tel. 22877**

Bismarckallee 7f, Hauptbahnhof, 79098 Freiburg
freiburg@bahnhofsmission.de, www.bahnhofsmission.de/freiburg
Unterstützung beim Ein-, Aus- und Umsteigen für ältere, kranke oder behinderte Menschen, Rollstuhl bei Bedarf vorhanden

Überregionale Hinweise

Tourismus-Marketing GmbH Baden-Württemberg **Tel. 0711 238580**

Esslinger Straße 8, 70182 Stuttgart
info@tourismus-bw.de, www.tourismus-bw.de
Infos zu barrierefreien Unterkünften, Ausflugszielen und Sehenswürdigkeiten in Baden-Württemberg

Heilbäderverband Baden-Württemberg e. V. Tel. 0711 89248000

Esslinger Straße 8, 70182 Stuttgart

info@heilbaeder-bw.de, www.heilbaeder-bw.de

Erholungs- und Gesundheitsurlaube sowie Vorsorge- und Rehabilitationskuren mit Indikationen der jeweiligen Kurorte

Reisen für Alle Tel. 089 28098-99


Bayern Tourist GmbH (BTG)

Prinz-Ludwig-Palais, Türkenstraße 7, 80333 München

info@btg-service.de, www.reisen-fuer-alle.de

Bundesweites Informations- und Bewertungssystem zur gezielten Suche nach Gastgeber*innen, Ausflugszielen, Wanderwegen etc. für Menschen mit Mobilitätseinschränkungen, Hör- oder Sehbehinderung sowie kognitiven Beeinträchtigungen

Im  **Kapitel 15.2** sind weitere Informationen zu Urlaubsmöglichkeiten für Pflegepersonen und ihre pflegebedürftigen Angehörigen sowie zu Kur und Rehabilitation aufgeführt.

Im  **Kapitel 17.4** finden sich zudem weitere Informationen zu möglichen Vergünstigungen (z. B. Sozialticket oder die Bahncard für Senior*innen und Menschen mit Behinderung).

7 | Wohnen

Wie wohnen, wenn man älter wird? Solange wie möglich in der vertrauten Wohnung und Umgebung bleiben oder bewusst umziehen – in eine barrierefreie Wohnung, eine bezahlbare Wohnung, in die Nähe von Angehörigen, in ein gemeinschaftliches Wohnprojekt oder ins Betreute Wohnen oder Wohnstift?

Mit zunehmendem Alter oder wenn die Selbstständigkeit durch Krankheit und Behinderung gefährdet ist, kann sich Alltag, Wohnen und soziale Einbindung neugestalten. Mit Unterstützung von Angehörigen, Freunden und diversen ambulanten Diensten kann die Eigenständigkeit im vertrauten Umfeld erhalten werden.

7.1 Wohnraumanpassung

Um sich gut und sicher in der Wohnung bewegen zu können, gibt es einige Maßnahmen, die man selbst treffen kann. Stolperfallen wie zum Beispiel Teppiche, Kabel oder überflüssige Möbelstücke sollten entfernt werden. Auch eine gute Beleuchtung in der Wohnung kann Stürze verhindern.

Ein Umbau der Wohnung kann dazu dienen, die Wohnung barrierefrei zu gestalten. Dazu kann der Einbau von Rampen oder Treppenliften, die Verbreiterung von Türen, oder die Umgestaltung des Bads mit bodengleicher Dusche gehören.

Von Pflegegrad 1 bis 5 fördert die Pflegekasse Wohnraumanpassungsmaßnahmen mit bis zu 4.000 €.

Kredite und Zuschüsse für die Reduktion von baulichen Barrieren in der eigenen Wohnung können auch bei der **KfW-Bank** beantragt werden:

www.kfw.de, unter „Barrierereduzierung“

Auch die Technisierung der Wohnung oder die Nutzung von sogenannten SmartHome Komponenten kann bezuschusst werden z. B. der Einbau von elektrischen Rollläden oder eine digitale Türsprechanlage mit Videofunktion und Übertragung auf das Smartphone.

Weitere Informationen sind zu finden unter:

www.serviceportal-zuhause-im-alter.de/wohnen

www.online-wohn-beratung.de

Die **Wohnraumberatungsstellen** informieren und beraten zu entsprechenden Gestaltungsmöglichkeiten der Wohnung sowie zu Förder- und Finanzierungsmöglichkeiten. Hausbesuche sind teilweise möglich.

Lebensraum für Alle e. V. Tel. 56317

Längenloh 11, 79108 Freiburg

info@lebensraum-fuer-alle.org, www.lebensraum-fuer-alle.org

Ring der Körperbehinderten Tel. 88186-112

Meckelhof 1, 79110 Freiburg

info@ring-freiburg.de, www.ring-freiburg.de

Sozialverband VdK Baden-Württemberg e. V.Tel. **07732 9236-36**
 Patienten- und Wohnberatung
 Bleichwiesenstraße 1, 78315 Radolfzell
 patienten-wohnberatung-bw@vdk.de,
 www.vdk.de/bawue/pages/vdk-angebote/vdk-angebot/76731/wohnberatung
 Das Angebot steht VdK Mitgliedern kostenfrei zur Verfügung.

Barrierefreies Probewohnen **Tel. 07665 9447-0**
und Hilfsmittelberatungszentrum
 Deutsche Gesellschaft für Muskelkranke e. V.
 Im Moos 4, 79112 Freiburg
 beratung@dgm.org, www.dgm.org
 Zwei barrierefreie Apartments zum Besichtigen (nur für Mitglieder) sowie Probewohnen
 und Vermietung als Ferienwohnung.

7.2 Praktische Technik für Zuhause

Es gibt zahlreiche technische und digitale Produkte und Systeme, die im Alltag unterstützen und Einschränkungen ausgleichen können.

- Im Bereich Sicherheit können beispielsweise Hausnotrufsysteme bei einem Notfall alarmieren, es gibt auch mobile Hausnotrufsysteme, bei denen der Standort ermittelt werden kann.
- Gute Beleuchtungssysteme können Stürze vermeiden und dadurch die Sicherheit erhöhen.
- Es gibt zahlreiche Hilfen für den Alltag, die bei schwachen Händen, eingeschränkter Mobilität, oder Seh- und Hörbehinderungen unterstützen.
- Im Bereich Kommunikation gibt es z. B. Telefone und Smartphones speziell für ältere Menschen mit einfacher Bedienung, großen Tasten und hoher Lautstärke.

Nur ein Teil dieser Produkte werden von den Kranken- und Pflegekassen übernommen. Informationen zu praktischer Technik und deren Finanzierung sowie die Broschüre „Hilfreiche Technik – Produkte und Tipps für das Älterwerden Zuhause“ sind im Seniorenbüro mit Pflegestützpunkt erhältlich. Weitere Informationen gibt es unter:

www.serviceportal-zuhause-im-alter.de
www.wegweiserportal.de

☞ Kapitel 12.3 Hilfsmittel und Sanitätshäuser

7.3 Wohnungssicherung

Prävention/Wohnungssicherung **Tel. 201-3241**
 Amt für Soziales, Abteilung 4
 Fehrenbachallee 12, 79106 Freiburg
 wohnungssicherung@stadt.freiburg.de, www.freiburg.de

Die Abteilung der Wohnungssicherung berät und unterstützt Menschen in Freiburg, die vom Verlust ihrer Wohnung bedroht sind. Ziel ist, den Verlust zu verhindern, d. h. das noch bestehende Mietverhältnis fortzusetzen und dauerhaft zu sichern.

Die Wohnungssicherung bietet Ihnen unter anderem eine persönliche Beratung und Unterstützung, Regulierung von Mietrückständen bei finanzieller Angemessenheit, Unterstützung bei der Beschaffung und Anmietung von (Ersatz-)Wohnraum, Vermittlung in weiteren Notlagen durch Anbindung an das Hilfesystem oder Unterbringung bei vorhandener Wohnungslosigkeit in städtischen Wohnheimen.

7.4 Betreutes Wohnen

Das Betreute Wohnen ermöglicht eine eigenständige Lebensgestaltung bis ins hohe Alter. Nach dem Grundsatz „so viel Selbständigkeit wie möglich, so viel Hilfe wie nötig“ werden Grundleistungen (z. B. Hausnotruf, Beratungs- und Begegnungsangebote) und Wahlleistungen (z. B. Mittagessen, hauswirtschaftliche Hilfen oder Pflegeleistungen) angeboten. Art und Umfang der Leistungen sind im Betreuungsvertrag beschrieben, der zusätzlich zum Mietvertrag abgeschlossen wird.

Die Broschüre „Wohnen und Begegnen für ältere Menschen in Freiburg“ gibt einen Überblick über alle Wohnanlagen und Begegnungszentren. Die Broschüre ist im Seniorenbüro mit Pflegestützpunkt oder auf der Homepage www.freiburg.de/senioren erhältlich. Man unterscheidet frei finanzierte und geförderte Wohnungen. Für den Bezug einer geförderten Wohnung ist ein Wohnberechtigungsschein notwendig (☞ Kapitel 17.5 Sozialleistungen).

Seniorenwohnen am Adelhauser Klosterplatz **Tel. 2024993**
 Adelhauser Straße 29–31a, 79098 Freiburg-Altstadt
 seniorenwohnen-fr@stadtmission-freiburg.de, www.stadtmission-freiburg.de

Albert-Ria-Schneider-Haus **Tel. 20702-0**
 Hebelstraße 12 und Albertstraße 20, 79104 Freiburg-Neuburg
 info-arsh@stift-freiburg.de, www.das-stift.de

Seniorenwohnanlage Bifänge **Tel. 473836**
 Weierweg 12, 79111 Freiburg-St. Georgen
 swa-bifaenge@awo-freiburg.de, www.awo-freiburg.de

Seniorenwohnanlage der Stiftung Blindenheim Freiburg **Tel. 20706-0**
 Hauptstraße 10, 79104 Freiburg-Herdern
 sekretariat@blindenheim-freiburg.de, www.blindenheim-freiburg.de

Carl-Mez-Haus **Tel. 31913-110**
 Hermannstraße 8–10, 79098 Freiburg-Altstadt
 info-cmh@stift-freiburg.de, www.das-stift.de

Seniorenwohnanlage Drachenweg **Tel. 7903-3540**
 Drachenweg 29, 79110 Freiburg-Mooswald
 seniorenwohnanlage-drachenweg@caritas-freiburg.de, www.caritas-freiburg.de

Seniorenresidenz Erlenhof **Tel. 4503-0**
 Erlenweg 3a-3d, 79115 Freiburg-Haslach
 info@erlenhof.net, www.erlenhof.net

Eugen-Keidel-Haus **Tel. 2108-186**
 Johanniterstraße 3, 79104 Freiburg-Neuburg/-Herdern
 immobilien@sv-fr.de, www.stiftungsverwaltung-freiburg.de

Freiburger Diakonissenhaus **Tel. 20730-0**
 Appartements für Frauen
 Burgunderstraße 5, 79104 Freiburg-Herdern
 info@diakonissen-freiburg.de, www.diakonissen-freiburg.de

Seniorenwohnanlage Freytagstraße **Tel. 7903-3500**
 Freytagstraße 6, 79114 Freiburg-Betzenhausen
 seniorenwohnanlage-freytagstrasse@caritas-freiburg.de, www.caritas-freiburg.de

Haus Gottestreu **Tel. 319113-110**
 Herrenstraße 7, 79098 Freiburg-Altstadt
 info-hgt@stift-freiburg.de, www.das-stift.de

Seniorenwohnheim Habsburgerstraße 109 **Tel. 2108-186**
 Habsburgerstraße 109, 79104 Freiburg-Neuburg/Herdern
 immobilien@sv-fr.de, www.stiftungsverwaltung-freiburg.de

Seniorenwohnanlage Haslach **Tel. 4701668**
 Mathias-Blank-Straße 22, 79115 Freiburg-Haslach
 swa-haslach@awo-freiburg.de, www.bauverein-breisgau.de

Seniorenwohnanlage Im Grün **Tel. 275795**
 Im Grün 5, 79098 Freiburg-Altstadt
 swa-imgruen@awo-freiburg.de, www.awo-freiburg.de

Seniorenwohnungen Julie Bächle **Tel. 2108-186**
 Johanniterstraße 4, 79104 Freiburg-Neuburg/-Herdern
 immobilien@sv-fr.de, www.stiftungsverwaltung-freiburg.de

Seniorenwohnanlage Kreuzsteinacker **Tel. 2108-550**
 Heinrich-Heine-Straße 10, 79117 Freiburg-Littenweiler/-Waldsee
 immobilien@sv-fr.de, www.stiftungsverwaltung-freiburg.de

Seniorenwohnanlage Landwasser **Tel. 132799**
 Spechtweg 33-37, 79110 Freiburg-Landwasser
 swa-landwasser@awo-freiburg.de, www.awo-freiburg.de

Seniorenwohnanlage Laubenhof **Tel. 69687822**
 Weismannstraße 3 und 3c, 79117 Freiburg-Waldsee
 immobilien@sv-fr.de, www.stiftungsverwaltung-freiburg.de

Margarete-Hartmann-Haus **Tel. 2108-186**
 Johanniterstraße 11, 79104 Freiburg-Herdern/-Neuburg
 immobilien@sv-fr.de, www.stiftungsverwaltung-freiburg.de

Max-Mayer-Haus **Tel. 8963100**
 Thannhauserstraße 16, 79114 Freiburg-Betzenhausen
 immobilien@sv-fr.de, www.stiftungsverwaltung-freiburg.de

Mehrgenerationenwohnquartier **Tel. 510440**
 Zähringer Straße 46, 79108 Freiburg-Zähringen
 info@bauverein-breisgau.de, www.bauverein-breisgau.de

Pro Seniore Residenz Freiburg **Tel. 4563-09**
 Maxim-Gorkij-Straße 2, 79111 Freiburg-Rieselfeld
 rb.freiburg@pro-seniore.com, www.freiburg.pro-seniore.de

St. Anna-Stift GmbH **Tel. 38378-0**
 Holzmarkt 10-12, 79098 Freiburg-Altstadt
 st.anna-stift@caritas-freiburg.de, www.caritas-freiburg.de

Seniorenwohnanlage St. Laurentiushaus e. V. **Tel. 484817**
 Carl-Kistner-Straße 57, 79115 Freiburg-Haslach
 swa@stlaurentiushaus.de, www.stlaurentiushaus.de

Seniorenwohnanlage Tennenbacher Platz **Tel. 287938**
 Tennenbacher Straße 38, 79106 Freiburg-Brühl-Beurbarung
 swa-tennenbacherplatz@awo-freiburg.de, www.awo-freiburg.de

Seniorenwohnanlage Weingarten **Tel. 4 5577-30**
 Sulzburger Straße 4, 79114 Freiburg-Weingarten
 swa-weingarten@awo-freiburg.de, www.awo-freiburg.de

WohnenPlus **Tel. 59290-0**
 Rankackerweg 24-26, 79114 Freiburg-Haslach/Haid
 info@regio-pflegedienst-breisgau.de, www.regio-pflegedienst-breisgau.de

7.5 Wohnstifte

Wohnstifte unterscheiden sich vom Betreuten Wohnen vor allem durch die weitergehenden Serviceleistungen, die durch hauseigene Dienste erbracht werden. Im Pensionspreis sind u. a. Miet- und Nebenkosten, das Mittagessen und die Reinigung des Apartments enthalten.

Augustinum Freiburg **Tel. 4785-0**
Weierweg 10, 79111 Freiburg-St. Georgen
info@augustinum.de, www.augustinum.de

Wohnstift Freiburg GmbH **Tel. 3685-0**
Rabenkopfstraße 2, 79102 Freiburg-Oberau
info@wohnstift-freiburg.de, www.wohnstift-freiburg.de

Evangelisches Stift Freiburg – Betreute Wohnungen **Tel. 31913-110**
Haus Münsterblick, Hermannstraße 4–6, 79098 Freiburg-Altstadt
Info-hmb@stift-freiburg.de, www.das-stift.de

7.6 Wohnen für Hilfe

Wohnen für Hilfe **Tel. 2101-353**
Studierendenwerk Freiburg
Generationenübergreifende Wohnpartnerschaften
Basler Straße 2, 79100 Freiburg
wfh@swfr.de, www.swfr.de/wohnen/wohnen-fuer-hilfe

Beim Projekt „Wohnen für Hilfe“ bieten Senior*innen, Familien oder andere Interessierte günstigen Wohnraum und erhalten dafür Gesellschaft oder andere individuelle Unterstützungsleistungen im Alltag, wie beispielsweise Besorgungen und Hilfe im Haushalt oder Garten. Art und Umfang der Unterstützung werden vorab vertraglich festgehalten. Pflegerische Tätigkeiten sind dabei ausgeschlossen. Das Angebot richtet sich sowohl an Studierende als auch an Nicht-Studierende. Das Studierendenwerk vermittelt und berät individuell.

7.7 Neue Wohnformen

In Freiburg und im Umland gibt es mehrere Initiativen für gemeinschaftliche Wohnformen – auch im Alter. Das Zusammenleben der Generationen unter Berücksichtigung der Vielfalt von Lebensstilen ist dabei das zentrale Anliegen. Gegenseitige Unterstützung und Hilfe gehören zum Konzept. Es gibt ein breites Spektrum an Wohnprojekten, deren Finanzierung und Stand der Umsetzung variieren. Das Seniorenbüro mit Pflegestützpunkt hat eine Liste mit Initiativen zusammengestellt. Diese ist unter dem Menüpunkt „Beratungslisten von A bis Z“ unter www.freiburg.de/senioren abrufbar. Interessierte

können sich auf dem überregionalen Portal für Wohnprojekte unter www.wohnprojekte-portal.de eintragen und werden mit anderen Suchenden in Kontakt gebracht.

Die Unterstützung von gemeinschaftlich orientierten Wohnformen und Baugruppen ist ein besonderes Anliegen der Stadt Freiburg. Insbesondere für die Entwicklung des neuen Stadtteils Dietenbach und des Baugebiets Kleinescholz sind genossenschaftliche Initiativen oder Baugruppen von großer Bedeutung. Um diesen Zielgruppen die Möglichkeit zu bieten, sich zu vernetzen und auszutauschen, entwickelte das Referat für bezahlbares Wohnen ein **Digitales Forum für gemeinschaftliche Wohnprojekte**. Das Digitale Forum ist über den Link www.freiburg.de/wohnprojekte oder unter mitmachen.freiburg.de für alle Interessierten zugänglich.

8 | Hilfen zu Hause

Viele Menschen wünschen sich, möglichst lange in der vertrauten Häuslichkeit leben zu können. Erkrankungen oder Einschränkungen können die Eigenständigkeit beeinträchtigen, sodass Hilfe notwendig wird. Es gibt diverse Anbieter*innen, die dabei unterstützen können, möglichst lange selbstbestimmt Zuhause wohnen zu können.

8.1 Essen und Verpflegung

Wenn der Einkauf und das Kochen nicht mehr so leicht von der Hand gehen, gibt es die Möglichkeit, sich gekochte Gerichte nach Hause liefern zu lassen. Außerdem können Lebensmittel, Gemüsekisten sowie Drogerieartikel bestellt werden.

Essen auf Rädern

Essen auf Rädern kann dauerhaft, an einzelnen Tagen oder auch vorübergehend (z. B. wegen Krankheit) bestellt werden. Täglich stehen verschiedene Menüs zur Auswahl. Eine Bestellung ist per Telefon oder online bei den meisten Anbietern bis 14 Uhr am Vortag möglich. Die Mahlzeiten werden meist ab 10 Uhr warm ausgeliefert.

Menüservice apetito AG, in Kooperation für Kur + Reha GmbH **Tel. 55796747**
menueservice@apetito.de, www.ihr-menueservice.de/menueservice/kur-reha-freiburg

Landhausküche aus dem Hause apetito AG **Tel. 51569237**
info@landhaus-kueche.de, www.landhaus-kueche.de/info

Feinkost-Metzgerei Müller-Herkommer **Tel. 36677**
Habsburgerstraße 65, 79104 Freiburg
info@mueller-herkommer.de, www.mueller-herkommer.de

Zahner Feinkost GmbH Menü-Bring-Dienst **Tel. 500444-20**
Mitscherlichstraße 3, 79108 Freiburg
mbd@zahner-feinkost.de, www.zahner-feinkost.de

Lebensmittelbringdienste und Drogeriemarkt-Bringdienste

Manche Lebensmittelgeschäfte bieten Bringdienste an. Die Lebensmittel können über das Internet bestellt werden und werden nach Hause geliefert. Darüber hinaus ist es möglich, sich bei den Geschäften im Stadtteil zu erkundigen, ob solch ein Service besteht. Auch Drogeriemarkte bieten an, Produkte entweder nach Hause oder in die Filiale zu liefern.

Eine ausführliche Liste mit Lebensmittel- und Drogeriemarkt-Bringdiensten ist in der Beratungsliste des Seniorenbüros mit Pflegestützpunkt „Essen und Verpflegung“ aufgeführt, die auch auf der Homepage www.freiburg.de/senioren zu finden ist.

Lieferungen von Gemüseboxen

Die Gemüseboxen werden direkt nach Hause geliefert. Es kann ein regelmäßiges Abonnement abgeschlossen oder individuell Bestellungen aufgeben werden. Teilweise können auch weitere Produkte, wie zum Beispiel Backwaren, Milchprodukte oder Eier mitbestellt werden. Weitere Informationen und Preisaufrufe sind direkt bei den Anbietern erhältlich.

Regionalwert Frischekiste GmbH **Tel. 42963880**
Ziegelhofstraße 202, 79110 Freiburg
kontakt@regionalwert-frischekiste.de, www.regionalwert-frischekiste.de

Brokkolise **Tel. 07681 4739630**
Am Bruckwald 14, 79183 Waldkirch
mail@brokkolise.de, www.brokkolise.de

Gemüse im Abo **Tel. 5950090**
Vörstetterstraße 24, 79194 Gundelfingen
info@gemuese-im-abo.de, www.gemuese-im-abo.de

Mittagstische

Über das gesamte Stadtgebiet verteilt gibt es zahlreiche offene Mittagstische und Treffs z. B. in Begegnungsstätten, Stadtteil- und Familienzentren oder in Pflegeeinrichtungen. Sie laden dazu ein, neue Gerichte auszuprobieren, miteinander ins Gespräch zu kommen und verschiedene Generationen an einen Tisch zu bringen.

Teilweise ist eine Anmeldung erforderlich.

Eine Übersicht über die Mittagstischangebote in Freiburg ist aufgeführt in der Beratungsliste des Seniorenbüros mit Pflegestützpunkt „Mittagstische und Caféterias“, die auch auf der Homepage www.freiburg.de/senioren zu finden ist.

Der Essenstreff im Dreikönigshaus bietet für wohnungslose Menschen sowie Menschen mit geringem Einkommen ein warmes Mittagessen an.

Essenstreff im Dreikönigshaus **Tel. 7072988**
Schwarzwaldstraße 29, 79117 Freiburg
info@essenstreff-freiburg.de, www.essenstreff-freiburg.de
Mo-Fr 11-14 Uhr, So 10-12 Uhr (laut Aushang)

Freiburger Tafel e. V.

Der Freiburger Tafelladen verkauft zu einem symbolischen Preis Lebensmittel an Menschen mit geringem Einkommen. Es bedarf einer Kundenkarte welche im Laden erhältlich ist. Voraussetzung ist der Nachweis eines geringen Einkommens, wie beispielsweise eine kleine Rente, Grundsicherung oder Bürgergeld. Das Einkommen bei einer Einzelperson darf 1.050 €/mtl. nicht übersteigen. Für jede weitere erwachsene Person erhöht sich das zugrunde gelegte Einkommen um 350 € sowie jeweils 300 € für jedes Kind des Haushalts. Die Ausgabe der Kundenkarte erfolgt derzeit donnerstags von 10 bis 12 Uhr im Nebengebäude. Der Tafelladen hat keinen Bringdienst.

Freiburger Tafel e. V. **Tel. 29272-44**
Schwarzwaldstraße 58 a, 79117 Freiburg
info@freiburger-tafel.de, www.freiburger-tafel.de
Mo-Fr, 10-16 Uhr

8.2 Hausnotruf

Ein Hausnotruf bietet die Möglichkeit, von zu Hause schnell Hilfe anfordern zu können. Mit einem Notrufsender, der um den Hals oder am Arm getragen wird, kann in einer Notlage per Knopfdruck die Hausnotrufzentrale verständigt werden. Diese ist rund um die Uhr besetzt und vermittelt dann sofort die notwendige Hilfe.

Die Grundleistung beinhaltet die Bereitstellung und Wartung des Geräts sowie die 24-Stunden-Rufbereitschaft der Zentrale. Als Zusatzleistung werden die Hinterlegung des Schlüssels in der Zentrale sowie häusliche Einsätze im Notfall angeboten. Zusätzlich vermieten manche Anbieter Rauch-, Wasser- und Gasmelder, Falldetektoren sowie mobile Ortungsgeräte.

Der Hausnotruf kann aus eigenen Mitteln, durch die Pflegekasse (ab Pflegegrad 1) oder bei geringem Einkommen und Vermögen durch die Sozialhilfe finanziert werden.

AWO – Hausnotruf **Tel. 45577-55**
Sulzburger Straße 4, 79114 Freiburg
notruf@awo-freiburg.de, www.awo-freiburg.de

Deutsches Rotes Kreuz – Hausnotruf **Tel. 88508-682**
Dunantstraße 2, 79110 Freiburg
hausnotruf@drk-freiburg.de, www.drk-freiburg.de

FSP-Pflegedienst – Hausnotruf Tel. 47999844

Alte Straße 3, 79249 Merzhausen
info@fsp-pflegedienst.de, www.fsp-pflegedienst.de

Johanniter-Unfall-Hilfe e. V. – Hausnotruf Tel. 45931-46

Schwarzwaldstraße 63, 79117 Freiburg
hausnotruf.freiburg@johanniter.de, www.johanniter-freiburg.de

Hausnotruf-Dienst GmbH der Kirchlichen Sozialstationen Tel. 29622-0

Jechtinger Straße 9, 79111 Freiburg
info@hausnotrufdienst.de, www.hausnotrufdienst.de

Malteser Hilfsdienst gGmbH – Hausnotruf Tel. 4552545

Heinrich-von-Stephan-Straße 14, 79100 Freiburg
hausnotruf.freiburg@malteser.org, www.malteser-hausnotruf.de

Michael Hornbruch Intensiv Pflegedienst – Hausnotruf Tel. 594370

Alte Bundesstraße 19, 79194 Gundelfingen
hornbruch@hornbruch.de, www.hornbruch.de

Pflege mobil – Hausnotruf Tel. 07661 912461

Hirschenweg 6, 79252 Stegen
info@pflugemobil.info, www.pflugemobil.info

REGIO Gesundheitsdienste GmbH – Hausnotruf Tel. 59290-0

Hofackerstraße 92, 79110 Freiburg
info@regio-gesundheitsdienste.de, www.regio-pflegedienst-breisgau.de

☞ Kapitel 7.1 Wohnraumanpassung

8.3 Fahrdienste für Menschen mit Mobilitätseinschränkung

Für Menschen mit Einschränkungen, die keine öffentlichen Verkehrsmittel benutzen können, bieten Taxiunternehmen und Wohlfahrtsverbände Fahrzeuge mit Hebebühne und/oder Fahrdienste mit Begleitung an.

Für private Fahrten innerhalb Freiburgs können schwerstgehbehinderte Menschen mit geringem Einkommen unter bestimmten Voraussetzungen Freifahrtscheine erhalten (☞ Kapitel 17.5 Sozialleistungen). Die Krankenkasse übernimmt die Fahrtkosten, wenn sie im Zusammenhang mit einer Leistung der Krankenkasse zwingend notwendig sind. Fahrtkosten müssen immer im Vorfeld von der Kasse genehmigt werden.

Weiterführende Informationen können bei den Krankenkassen erfragt werden und sind aufgeführt auf der Homepage des Bundesgesundheitsministeriums www.bundesgesundheitsministerium.de/fahrtkosten sowie der Beratungsliste des Seniorenbüros mit Pflegestützpunkt „Fahrdienste für Menschen mit Behinderungen“, die auch auf der Homepage www.freiburg.de/senioren zu finden ist.

Fahrdienste / Fahrzeuge mit Hebebühne bzw. Auffahrrampe

Arbeiter-Samariter-Bund e. V. Tel. 48874250

fahrdienst.freiburg@asbsuedbaden.de, www.asbsuedbaden.de/standorte/freiburg-1

Fa. Schopp GmbH Tel. 702177

fahrdienst-freiburg@gmx.de, www.autovermietung-schopp.de

Fahrdienst Wespiser Tel. 7070888

auch Transporte im Tragesitz möglich
bestellung@rollstuhltaxifreiburg.de oder
info@rollstuhltaxifreiburg.de, www.rollstuhltaxifreiburg.de

mobilo-fahrdienste e. K. Tel. 500451

Treppenhilfe mit Tragestuhl, Scalamobil
dispo@mobilo-fahrdienste.de, www.mobilo-fahrdienste.de

Kostenlose Rikschafahrten für Senior*innen:

Bike Bridge – Radeln ohne Alter in Freiburg Tel. 47973830

radelnohnealter@bikebridge.org, www.bikebridge.org/radeln-ohne-alter

8.4 Ehrenamtliche Unterstützungsangebote

Die Helfer*innen engagieren sich ehrenamtlich, d.h. ohne Entgelt, teilweise fällt eine Aufwandsentschädigung z. B. für Fahrtkosten an. Überwiegend werden Begleit- und Besuchsdienste angeboten. Hauswirtschaftliche Hilfen gehören nicht zum Angebot. Informationen zur Art des Unterstützungsangebots sind bei der jeweiligen Initiative genannt. Bei den ehrenamtlichen Angeboten sind immer auch neue Interessierte willkommen, die sich engagieren möchten.

Mobiler Freiburger Altenservice e. V. Tel. 31913-147

Hermannstraße 6, 79098 Freiburg
mofa-freiburg@gmx.de
Ehrenamtliche Hilfe beim Umgang mit PC und Smartphone, kleinere Reparaturen, technische Hilfe im Haushalt, Umgang mit Behörden, Formulierung von Schreiben, Vorlesen, Einkaufen u.v.m.

Zeitstifter*innen der Bürgerschaftsstiftung Soziales Freiburg Tel. 201-3070

im Büro der Geschäftsstelle des Stadt seniorenrates Freiburg e. V.
Schusterstraße 19, 79098 Freiburg
info@stiftung-soziales-freiburg.de, www.stiftung-soziales-freiburg.de
Besuche von Menschen (Vorlesen, Singen, Unterhaltung)

PatientenbegleitungTel. 0179 1587446

Freiburger Freiwilligen Agentur
Schwabentorring 2, 79098 Freiburg
patientenbegleitung-freiburg@gmx.de, www.freiwillige-freiburg.de
Freiwillige begleiten zu Arztbesuchen, bei ambulanten OPs, helfen beim Kofferpacken für die Klinik

Malteser SenioreninformationsdienstTel. 455 25 312

Malteser Hilfsdienst Freiburg e.V.
Heinrich-von-Stephan-Straße 14, 79100 Freiburg
anjuli.pecik@malteser.org, www.malteser-bw.de/unsere-standorte/freiburg/
miteinander-fuereinander-malteser-hausbesuch.html
kostenloser, aufsuchender Informationdienst für Senior*innen in Freiburg

Freundeskreis Altenhilfe FreiburgTel. 2108570

Nur für Bewohner*innen der Heiliggeistspitalstiftung
Heinrich-Heine-Straße 12/14, 79117 Freiburg
info@freundeskreis-altenhilfe.de, www.freundeskreis-altenhilfe.de

Weitere stadtteilbezogene ehrenamtliche Angebote werden von den Begegnungszentren und Stadtteil-/Quartiertreffs angeboten (➔ Kapitel 5.1 und 5.2).

8.5 Praktische Hilfen für Wohnung und Haushalt**Reparatur-Café**

Engagierte geben Hilfestellung beim Reparieren:
info@reparaturcafe-freiburg.de, www.reparaturcafe-freiburg.de

Mehrgenerationenhaus EBW FreiburgTel. 49078-40

Sulzburger Straße 18, 79114 Freiburg
info.mgh@kath-freiburg-suedwest.de, www.mehrgenerationenhaus-ebw-freiburg.de
alle zwei Monate großes Reparatur-Begegnungs-Café, monatlich offene Holzwerkstatt

Quartierstreff 33Tel. 42965269

Wannerstraße 33, 79106 Freiburg
info@quartierstreff.de, www.quartierstreff.de
Jeden letzten Samstag im Monat von 14-17 Uhr

FreiLab

Ensisheimer Straße 4, 79110 Freiburg
team@freilab.de, www.freilab.de

Gebrauchtwaren, Wohnungsauflösung, Renovierung**Kleiderladen der Vereinigung Freiburger Sozialarbeit e.V.**Tel. 706539

Dreikönigsstraße 9, 79102 Freiburg
kl@vfs-ev.de, www.vfs-ev.de
Weitergabe von kostenloser Kleidung an Menschen mit geringem Einkommen. Kleiderladenausweis erforderlich. Dieser kann dienstags von 14 bis 17 Uhr im Kleiderladen beantragt werden und ist ein Jahr gültig.

Bezirksverein für soziale RechtspflegeTel. 701132

Arbeitsprojekt für Haftentlassene
Brombergstraße 6, 79102 Freiburg
arbeitsprojekt@bezirksverein-freiburg.de, www.bezirksverein-freiburg.de
Haushaltsauflösungen, Umzüge, Renovierungen, Montagearbeiten, Reinigungsarbeiten

BrotzeitTel. 2909299

mail@brotzeit-freiburg.de, www.brotzeit-freiburg.de
Haushaltsauflösungen, Umzüge, Renovierungen

DRK-Secondhand MODE IM QUARTIERTel. 89821399

Yorckstraße 27, 79110 Freiburg (Eingang an der Gebäuderückseite/Lehener Straße)
mode@drk-freiburg.de
Verkauf von Kleidung und Accessoires. Annahme von Textilspenden bis 30 Minuten vor Schließzeit.

FAIRKAUF Freiburg – Secondhand-KaufhausTel. 79034610

Friedrich-Neff-Straße 5, 79111 Freiburg
fairkauf@caritas-freiburg.de, www.fairkauf-freiburg.de
Spendenannahme und Verkauf von Möbeln, Hausrat und Kleidung sowie Komplettabholungen

FQB – gemeinnützige Freiburger Qualifizierungs- und Beschäftigungsgesellschaft mbHTel. 898 220-40

Mundenhof 53, 79111 Freiburg
info@fqb-freiburg.de, www.fqb-freiburg.de
Entrümpelung und Sperrmülltransport

Die OltmannsTel. 409979

Die Werte-Wahrer der Evangelischen Stadtmission Freiburg e.V.
Oltmannsstraße 30, 79100 Freiburg
oltmanns@stadtmission-freiburg.de, www.dieoltmanns.de
Lagerverkauf und Spendenannahme
Haushaltsauflösungen, Umzugshilfen, Entrümpelungen, Transporte, Malerarbeiten, Möbelrestauration, Endreinigung

S'Einlädele **Tel. 280907**
 Gemeinnützige Gesellschaft für Mission und Seelsorge mbH
 Guntramstraße 58, 79106 Freiburg (ab Anfang 2025 Umzug in die Wentzingerstraße 36)
 info@seinlaedele.de, www.seinlaedele.de
 Verkauf von gespendetem Hausrat, Kleidern, Schmuck usw. Mit dem Erlös werden Hilfsprojekte in der Ukraine gefördert.

Spinnwebe **Tel. 4764094**
 Second-Hand-Kaufhaus der Diakonie
 Krozinger Straße 11, 79114 Freiburg
 spinnwebe@diakonie-freiburg.de, www.die-spinnwebe.de
 Spendenannahme, Verkauf von Möbeln, Hausrat & Kleidung, Haushaltsauflösungen

Boutique LeSac – ein Projekt von OFF **Tel. 2178683**
 Der Second-Hand-Keller ist offen für alle Frauen
 Sedanstraße 22 (Untergeschoss), 79098 Freiburg
 info@off-freiburg.de, www.off-freiburg.de/boutique-lesac

8.6 Unterstützung im Haushalt, Alltag und in der Betreuung

Der Bedarf an Unterstützung und Hilfe im Alltag, im Haushalt sowie in der Betreuung ist individuell und vielfältig. Verschiedene Dienste sind in diesen Bereichen tätig.

Unterschiedliche Dienste, die selbst zu finanzieren sind

Nachbarschaftshilfe Vauban e. V. **Tel. 4589521**
 Marie-Curie-Straße 1, 79100 Freiburg
 nachbarschaftshilfe@vauban.de, www.nachbarschaftshilfe-vauban.de

Studierendenwerk Freiburg-Schwarzwald Studijob **Tel. 2101-325**
 Basler Straße 2, 79100 Freiburg
 job@swfr.de, www.swfr.de/geld/studijob

Quartierstreff Bauverein Breisgau e. V. **Tel. 0172 7639877**
 Nachbarschaftshilfe
 Zähringer Straße 46, 79108 Freiburg
 alltagshilfe@quartierstreff.de, www.quartierstreff.de
 Für Bauvereinsmitglieder und Quartierstreffmitglieder

Angebote zur Unterstützung im Alltag

Die Dienste der folgenden Nachbarschaftshilfen, Mobile Soziale Dienste können über den Entlastungsbetrag der Pflegeversicherung von 125 € im Monat abgerechnet werden. Weiter kann der Versicherte 40 % der Pflegesachleistung dafür umwidmen.

Alle anerkannten „Angebote zur Unterstützung im Alltag“ ob individuell zu Hause oder in Gruppen finden sich auf den Homepages der Pflegeversicherungen, wie z.B. www.pflegelotse.de oder www.pflege-navigator.de

Deine Alltagshelfer Freiburg **Tel. 45873977**
 Kaiser-Joseph-Straße 254, 79098 Freiburg
 freiburg@deinealltagshelfer.com, www.deinealltagshelfer.com

Alltagshilfe Freiburg **Tel. 0151 56130333**
 mail@alltagshilfe-freiburg.de, www.alltagshilfe-freiburg.de
 Die Alltagshilfe Freiburg bietet zusätzlich das SOLLSO, ein Laufrad für Erwachsene an.

Nachbarschaftshilfe der Evangelischen Sozialstation Freiburg gGmbH
 • Schnewlinstraße 2, 79098 Freiburg **Tel. 205741-380**
 • Stadtgebiet Tuniberg **Tel. 07664 5043755**
 nachbarschaftshilfe@evsozialstation-freiburg.de, www.evsozialstation-freiburg.de

Sozialgenossenschaft SAGES eG, DNA – Die Neuen Alten **Tel. 45891846**
 Yorckstraße 23, 79110 Freiburg
 info@sages-eg.org
 www.sages-eg.org/die-neuen-alten-gelingend-aelterwerden-in-freiburg

Nachbarschaftshilfe Katholische Sozialstation Freiburg **Tel. 790923-90**
 Quäkerstraße 4a, 79102 Freiburg
 nachbarschaftshilfe@ksst-freiburg.de, www.ksst-freiburg.de

Ökumenische Nachbarschaftshilfe **Tel. 0157 77029298**
 March und Hochdorf

Patrizia Covini Alltagsassistentz **Tel. 70781138**
 Talstraße 48, 79102 Freiburg
 alltagsassistentz-covini@web.de, www.alltagsassistentz-covini.de

Quartierstreff Bauverein Breisgau e. V. **Tel. 29086665 oder 0172 7639877**
Alltagshilfe
 Zähringer Straße 46, 79108 Freiburg
 alltagshilfe@quartierstreff.de, www.quartierstreff.de, www.bauverein-breisgau.de
 Für Bauvereinsmitglieder und Quartierstreffmitglieder

St. Elisabeth Fördern und Beschäftigen e. V. – Haus&Halt **Tel. 89827269**
 ste@foerdernundbeschaeftigen.de, www.foerdernundbeschaeftigen.de

Dienste, die mit Pflegediensten kooperieren

Betreuung und Hilfen bei der Haushaltsführung und im Alltag gehören neben der Körperpflege auch zum Aufgabenspektrum von Pflegediensten. Für nicht pflegerische Aufgaben kooperieren folgende Mobile Dienste mit Pflegediensten, um für die Nutzer*innen die Abrechnung mit den Pflegeversicherungen zu ermöglichen.

- AKBN – Assistenzgesellschaft gGmbH** **Tel. 276476**
Egonstraße 54, 79106 Freiburg
hilfsdienst@akbn.de, www.akbn.de
- AWO-Freiburg Ambulante Dienste gGmbH** **Tel. 453462-190**
Ambulanter Pflege- und Sozialdienst
Sulzburger Straße 4a, 79114 Freiburg
ambulant@awo-freiburg.de, www.awo-freiburg.de
- Home Instead Familien- und Seniorenbetreuung** **Tel. 07641 9686060**
Allgemeiner Betreuungs- & Pflegedienst
Milchhofstraße 1b, 79312 Emmendingen
freiburg@homeinstead.de, www.homeinstead.de/freiburg
- Home-Service** **Tel. 2923340**
Elbenweg 18, 79114 Freiburg
w-iudik@freenet.de
- PflegeteamFreiburg GmbH und Co. KG** **Tel. 0173 6651925**
Marie-Curie-Straße 1, 79100 Freiburg
info@pflegeteam-freiburg.de, www.pflegeteam-freiburg.de
- Freiburger Pflegeservice** **Tel. 4799633**
Fichtestraße 31, 79115 Freiburg
info@freiburger-pflegeservice.de, www.freiburger-pflegeservice.de
- Michael Hornbruch Intensiv-Pflegedienst GmbH** **Tel. 594370**
Alte Bundesstraße 19, 79194 Gundelfingen
pflegedienst@hornbruch.de, www.hornbruch.de
- Ich und Du Pflege GmbH** **Tel. 45893480**
Schwarzwaldstraße 26, 79102 Freiburg
info@ich-und-du-pflege.de, www.ich-und-du-pflege.de
- Pflege mobil** **Tel. 07661 912461**
Hirschenweg 6, 79252 Stegen
info@pflegemobil.info, www.pflegemobil.info
- Pflege Partner** **Tel. 07661 980644**
Schwarzwaldstraße 19, 79199 Kirchzarten
pflege-partner@gmx.de, www.pflegepartner-kirchzarten.de
- FSP Pflegedienst** **Tel. 47999844**
Alte Straße 3, 79249 Merzhausen
info@fsp-pflegedienst.de, www.fsp-pflegedienst.de

8.7 Pflegedienste und Sozialstationen

Die Pflegedienste und Sozialstationen haben im Regelfall eine Vergütungsvereinbarung mit den Kranken- und Pflegekassen abgeschlossen und rechnen ihre erbrachten Leistungen mit dem zuständigen Kostenträger ab.

Welche Leistungen ein Pflegedienst beim Kunden erbringt, vereinbaren die Beteiligten zu Beginn in einem Beratungsgespräch. Dabei wird eine individuelle Pflegeplanung mit Kostenplan erstellt und ein Vertrag abgeschlossen.

Es werden folgende Leistungsarten unterschieden:

Behandlungspflege wird über die **Krankenversicherung** abgerechnet und muss daher vom Hausarzt verordnet werden. Zur Behandlungspflege gehören unter anderem das An- und Ausziehen von Kompressionsstrümpfen, das Sicherstellen der Einnahme von Medikamenten, Injektionen sowie Verbandswechsel.

Pflegesachleistungen werden über die **Pflegeversicherung** abgerechnet. Es muss daher ein Pflegegrad vorliegen. Vom Pflegegrad hängt außerdem ab, bis zu welcher Höhe ein Pflegedienst seine Leistung mit der Pflegeversicherung abrechnen kann. Pflegesachleistungen umfassen zum Beispiel Körperpflege, An- und Auskleiden und Hilfe beim Toilettengang. Auch pflegerische Betreuungsmaßnahmen, sowie Hilfen bei der Haushaltsführung zählen hierzu. Zusätzlich können die Dienste über den **Entlastungsbetrag** der Pflegeversicherung von 125 € monatlich abrechnen. Zu den weiteren Aufgaben der ambulanten Pflegedienste zählen auch Beratungsbesuche nach § 37 Abs. 3 SGB XI.

Die Dienstleistungen der Pflegedienste können außerdem aus eigenen Mitteln und ggf. durch das Sozialamt finanziert werden.

Ambulante Alten- und Krankenpflege Schmeling **Tel. 5517-13**
Hansastaße 4, 79104 Freiburg
info@pflegedienst-schmeling.de

Ambulanter Pflegedienst Haas **Tel. 38493156**
Gerstenhalmstraße 2, 79115 Freiburg
Verwaltung@PdHaas.de

AWO Ambulanter Pflege- und Sozialdienst **Tel. 453462-190**
Sulzburger Straße 4a, 79114 Freiburg
ambulant@awo-freiburg.de, www.awo-freiburg.de

Ambulanter Pflegedienst der Heiliggeistspitalstiftung **Tel. 61290541**
Heinrich-Heine-Straße 18a, 79117 Freiburg
pflegedienst@sv-fr.de, www.stiftungsverwaltung-freiburg.de

Casa Intensivpflegedienst GmbH Tel. 15189595

Weißerlenstraße 1a, 79108 Freiburg
info@casa-intensivpflege.de, www.casa-intensivpflegedienst.de

DREISAM Sozialmedizinische Pflegebetriebe gGmbH..... Tel. 38765-0

Hauptgeschäftsstelle – Zähringer Straße 46, 79108 Freiburg
info@3sam.de, www.3sam.de

Diakoniestation Freiburg Tel. 31913-957

Hermannstraße 10, 79098 Freiburg
info.ambulant@stift-freiburg.de, www.das-stift.de

Evangelische Sozialstation Freiburg im Breisgau gGmbH..... Tel. 205741-300

Hauptgeschäftsstelle
Schnewlinstraße 2, 79098 Freiburg
sozialstation@evsozialstation-freiburg.de, www.evsozialstation-freiburg.de

Freiburger Pflegedienst..... Tel. 5955704

Schwarzwaldstr 83, 79117 Freiburg
kontakt@freiburger-pflegedienst.de, www.freiburger-pflegedienst.de

Freiburger Pflegeservice – Pflege mit Herz Tel. 4799633

Fichtestraße 31, 79115 Freiburg
info@freiburger-pflegeservice.de, www.freiburger-pflegeservice.de

FSP Pflegedienst..... Tel. 47999844

Alte Straße 3, 79249 Merzhausen
info@fsp-pflegedienst.de, www.fsp-pflegedienst.de

Hartmann Care GmbH Tel. 5941950

Pflegedienst Schöner Leben
Krozinger Straße 7, 79114 Freiburg
info@hartmanncare.de, www.ihr-pflegedienst.de

Home Instead Familien- und Seniorenbetreuung Tel. 07641 9686060

Allgemeiner Betreuungs- & Pflegedienst
Milchhofstraße 1b, 79312 Emmendingen
freiburg@homeinstead.de, www.homeinstead.de/freiburg

Katholische Sozialstation Freiburg im Breisgau gGmbH..... Tel. 888525-0

Hauptgeschäftsstelle – Kirchstraße 6, 79100 Freiburg
info@ksst-freiburg.de, www.katholische-sozialstation-freiburg.de

Lavalena Ambulanter Pflegedienst... Tel. 1541981 (deutsch) / Tel.1541980 (russisch)

Haslacher Straße 61, 79115 Freiburg
info@lavalena.de, www.lavalena.de

Lukaspflege gGmbH – Anthroposophischer Pflegedienst..... Tel. 6800202

Littenweilerstraße 25, 79117 Freiburg
info@lukaspflege.de, www.lukaspflege.de

Malea Pflegedienst GmbH..... Tel. 88794813

Wiesentalstraße 5, 79115 Freiburg
info@maleapflege.de, www.maleapflege.de

Michael Hornbruch – Intensiv-Pflegedienst GmbH Tel. 594370

Hauptstelle – Alte Bundesstraße 19, 79194 Gundelfingen
pflegedienst@hornbruch.de, www.hornbruch.de

Ich und Du Pflege GmbH..... Tel. 45893480

Schwarzwaldstraße 26, 79102 Freiburg
info@ich-und-du-pflege.de, www.ich-und-du-pflege.de

Pflegedienst Eneh..... Tel. 48976660

Lehener Straße 100, 79106 Freiburg
info@pflegedienst-eneh.de, www.pflegedienst-eneh.de

Pflegedienst Erlenhof Tel. 4503-0

Erlenweg 3a-3d, 79115 Freiburg
ambuleitung@erlenhof.net, www.erlenhof.net

Pflegedienst Patrick Neff Tel. 42962582

Basler Landstraße 46a, 79111 Freiburg
info@pflegedienst-neff.de, www.pflegedienst-neff.de

Pflege mobil..... Tel. 07661 912461

Hirschenweg 6, 79252 Stegen
info@pflegemobil.info, www.pflegemobil.info

PflegeNetz GmbH Tel. 270-61510

Außerklinischer Pflegeservice am Universitätsklinikum
Hugstetter Straße 55, 79106 Freiburg
pflegenetz@uniklinik-freiburg.de, www.pflegenetz-freiburg.de

Pflege Partner..... Tel. 07661 980644

Schwarzwaldstraße 19, 79199 Kirchzarten
pflege-partner@gmx.de, www.pflegepartner-kirchzarten.de

PflegeTeam..... Tel. 204-8901

Marie-Curie-Straße 1, 79100 Freiburg
info@pflegeteam-freiburg.de, www.pflegeteam-freiburg.de

Regio Pflegedienst Breisgau GmbH **Tel. 59290-0**
Hauptgeschäftsstelle, Hofackerstraße 92, 79110 Freiburg
info@regio-pflegedienst-breisgau.de, www.regio-pflegedienst-breisgau.de

Wohnstift Freiburg GmbH – Ambulanter Pflegedienst **Tel. 36850**
Rabenkopfstraße 2, 79102 Freiburg
info@wohnstift-freiburg.de, www.wohnstift-freiburg.de

8.8 Zeitintensive Betreuung und Pflege zu Hause

Zeitintensive Pflege und Betreuung in der Wohnung des zu Pflegenden ist in verschiedenen Modellen organisierbar. Situations- und bedarfsbezogen werden häufig verschiedene Helfer*innen mit unterschiedlichen Qualifikationen eingesetzt. Neben den Leistungen der Pflege- bzw. Krankenversicherung ist im Regelfall noch ein erheblicher Eigenanteil zu finanzieren.

Das Seniorenbüro mit Pflegestützpunkt stellt dazu in einer Beratungsliste verschiedene Modelle vor, weist auf wesentliche Eckpunkte hin und nennt Anbietende verschiedener Modelle in Freiburg. Diese Übersicht ist im Seniorenbüro mit Pflegestützpunkt erhältlich und unter www.freiburg.de/senioren verfügbar.

Allgemeine Auskünfte, wichtige Hinweise sowie Checklisten zur Informationssammlung und Entscheidungsfindung hat die Verbraucherzentrale Nordrhein-Westfalen in der Broschüre „Ausländische Haushalts- und Betreuungskräfte in Privathaushalten“ zusammengestellt. Die Broschüre kann bezogen werden über:
www.verbraucherzentrale.de/pflege-rund-um-die-uhr

Unter www.pflegevertraege.de hat die Verbraucherzentrale Berlin ebenfalls wichtige Hinweise und Informationen zu diesem Thema zusammengestellt.

9 | Tagespflege und Betreuungsgruppen

Tagespflegen und Betreuungsgruppen bieten halb- oder ganztägige Betreuung, Pflege sowie Mahlzeiten außerhalb der Wohnung an. Sie ermöglichen Begegnung und Anregung für die Besucher*innen sowie Entlastung für die Angehörigen. Im Rahmen der Pflegeversicherung kann je nach Angebot über verschiedene ambulante Leistungsansprüche abgerechnet werden. Differenzierter informieren dazu die Pflegeversicherungen, die Dienstleistungsanbieter sowie das Seniorenbüro mit Pflegestützpunkt.

Tagespflege

Der Besuch der Tagespflege ist an einem oder mehreren Wochentagen möglich. In der Regel werden Fahrdienste für die Hin- und Rückfahrt angeboten.

Im Rahmen der Pflegeversicherung können ab Pflegegrad 2 ein Zuschuss zur Tagespflege sowie der Entlastungsbetrag und die Verhinderungspflege eingesetzt werden. Darüber hinaus können eine Eigenbeteiligung und zusätzliche Kosten für die Hin- und Rückfahrt anfallen.

Tagespflege der Evangelischen Sozialstation **Tel. 89734249**
Elsässer Straße 47c, 79110 Freiburg
tagespflege@evsozialstation-freiburg.de, www.evsozialstation-freiburg.de
Mo–Fr, 8–16 Uhr

Tagespflege „Offenes Wohnzimmer“ **Tel. 696878-23**
Weismannstraße 3, 79117 Freiburg
tagespflege@sv-fr.de, www.stiftungsverwaltung-freiburg.de
Mo–Fr, 8:30–17 Uhr

Tagespflege Wiehre im Marienhaus St. Johann **Tel. 7055-300**
Kirchstraße 13, 79100 Freiburg
tagespflege@marienhaus-freiburg.de, www.marienhaus-freiburg.de
Mo–Fr, 8:30–16:30 Uhr

Tagespflege Nord im Blindenheim **Tel. 3876534**
Karlstraße 85, 79104 Freiburg
info@3sam.de, www.3sam.de
Mo–Sa, 8:30–17 Uhr, Sonn- und Feiertage, 8:30–15:30 Uhr

Tagespflege im UniCarré **Tel. 3876534**
Hugstetter Straße 52, 79106 Freiburg
info@3sam.de, www.3sam.de
Mo–Sa, 8:30–17 Uhr, Sonn- und Feiertage, 8:30–15:30 Uhr

Tagespflege „GemeinsamHaid“ **Tel. 59290-0**
Rankackerweg 24–26, 79114 Freiburg
info@regio-pflegedienst-breisgau.de, www.regio-pflegedienst-breisgau.de
Mo–Fr, 8–17 Uhr

Tagespflege Weingarten **Tel. 453462-201**
Sulzburger Straße 4b, 79114 Freiburg
tagespflege-weingarten@awo-freiburg.de, www.awo-freiburg.de
Mo–Fr, 8–16:30 Uhr

Tagespflege im Thomaszentrum **Tel. 216367-123**
Jägerstraße 2, 79108 Freiburg
ph-thomaszentrum-tagespflege@stadtmission-freiburg.de,
www.pflegehaus-thomaszentrum.de
Mo–Fr, 8–16:30 Uhr

Betreuungsgruppen für Menschen mit Demenz

Die Gruppen werden von einer Fachkraft und freiwilligen Helfer*innen betreut. Manche Gruppen werden einmal wöchentlich angeboten, andere Gruppen an mehreren Tagen pro Woche. Neben gemeinsamem Kaffeetrinken können Gespräche, Singen, Spiele, Bewegung oder Spazierengehen weitere Aktivitäten sein.

Im Rahmen der Pflegeversicherung können die Angebote über den Entlastungsbetrag und/oder ggf. die Verhinderungspflege bezahlt werden.

Betreuungsgruppen, Nachbarschaftshilfe der Tel. 790923-90 Katholischen Sozialstation

Quäkerstraße 4a, 79102 Freiburg
betreuungsgruppen@ksst-freiburg.de, www.ksst-freiburg.de
Di, 9:30–13 Uhr (Betzenhausen) / Do, 14:30–17:30 Uhr (Wiehre) / Fr, 14:30–17:30 Uhr (Haslach) sowie viermal jährlich ein Halbtagsausflug

Tagesbetreuung im Wohnstift Freiburg Tel. 36850

Rabenkopfstraße 2, 79102 Freiburg
info@wohnstift-freiburg.de, www.wohnstift-freiburg.de
Tagesbetreuungsplätze für externe Besucher*innen nach Kapazität
Mo–Fr, 7:30–19:15 Uhr

GRIPS – Integratives Hirnleistungstraining Tel. 612906-48

zur Förderung der geistigen Leistungsfähigkeit und Alltagskompetenzen
Heinrich-Heine-Straße 10, 79117 Freiburg
grips@sv-freiburg.de, www.stiftungsverwaltung-freiburg.de
Mo–Fr, halb- oder ganztags

10 | Verhinderungs- und Kurzzeitpflege

10.1 Ersatzpflege bei Verhinderung der Pflegeperson

Ist die Pflegeperson verhindert (z. B. wegen Terminen, Erholungszeit, Urlaub, Krankheit), übernimmt die Pflegeversicherung unter bestimmten Voraussetzungen anteilig die Kosten einer notwendigen Ersatzpflege. Verhinderungspflege ist stunden- oder tageweise möglich.

Sie kann privat durch Angehörige oder sonstige Personen erfolgen oder über Dienste und Pflegeeinrichtungen geleistet werden. Die entsprechenden Kontaktdaten sind in den folgenden Kapiteln aufgeführt:

☞ **Kapitel 8.6** Unterstützung im Haushalt, Alltag und in der Betreuung

☞ **Kapitel 8.7** Pflegedienste und Sozialstationen

☞ **Kapitel 11.2** Pflegeeinrichtungen

Für Personen ohne oder mit geringem Hilfsbedarf:

Wohnstift Freiburg GmbH Tel. 3685-0

Rabenkopfstraße 2, 79102 Freiburg
info@wohnstift-freiburg.de, www.wohnstift-freiburg.de

Ambulant betreute Verhinderungspflege:

Evangelische Sozialstation Freiburg im Breisgau gGmbH Tel. 205741-300

Freiburger Straße 7, 79112 Freiburg-Opfingen
tuniberg@evsozialstation-freiburg.de, www.ambulant-betreute-verhinderungspflege.de
Ambulant betreute Verhinderungspflege mit rehabilitativem Schwerpunkt zur Entlastung von pflegenden Angehörigen bei Urlaub oder Krankheit sowie für kurzzeitige Pflege nach Krankenhausaufenthalt. Zuschuss der Kosten durch die Pflegekasse (ab Pflegegrad 2).

10.2 Kurzzeitpflege

Kurzzeitpflege ist ein zeitlich begrenzter Aufenthalt bis maximal acht Wochen für zu pflegende Menschen in einer stationären Pflegeeinrichtung. Sie soll die Versorgung sicherstellen, wenn die Pflegeperson eine Auszeit plant oder in Krisensituationen ausfällt. Die Kurzzeitpflege kann auch nach einem Krankenhausaufenthalt wahrgenommen werden, bis die häusliche Versorgung möglich und organisiert ist.

Fast alle Pflegeeinrichtungen in Freiburg bieten – je nach Kapazität – kurzfristig sogenannte „eigestreute Kurzzeitpflegeplätze“ an. Die folgenden Pflegeheime bieten planbare, d.h. im Voraus reservierbare Kurzzeitpflegeplätze an:

St. Anna-Stift **Tel. 7903-3111**
Holzmarkt 10-12, 79098 Freiburg
st.anna-stift@caritas-freiburg.de, www.st-anna-stift-freiburg.de

Atrium Residenz **Tel. 217800**
Schnewlinstraße 8, 79098 Freiburg
atrium-residenz@charleston.de, www.charleston.de/einrichtung/atrium-residenz

Emmi-Seeh-Heim **Tel. 20746-0**
Runzstraße 77, 79102 Freiburg
sz-freiburg@awo-baden.de, www.awo-seniorenzentrum-emmi-seeh-heim.de

Evangelisches Stift – Haus Schloßberg **Tel. 31913-161**
Hermannstraße 12, 79098 Freiburg
info-hschi@stift-freiburg.de, www.das-stift.de

Gerontopsychiatrisches Pflegezentrum Landwasser **Tel. 1301-136**
Wirthstraße 19, 79110 Freiburg
gutmueller@gpl-fr.de, www.pflegezentrum-landwasser.de
Angebot für Menschen mit demenziellen und psychischen Veränderungen

Weitere Informationen können der Beratungsliste des Seniorenbüros mit Pflegestützpunkt „Kurzzeitpflege in Freiburg“, die auch auf der Homepage www.freiburg.de/senioren unter dem Menüpunkt „Beratungslisten von A bis Z“ zu finden ist, entnommen werden.

11 | Pflegeeinrichtungen

11.1 Ambulant betreute (Pflege-)Wohngruppen

In den ambulanten (Pflege-)Wohngruppen wohnen ca. zwölf unterstützungs- und pflegebedürftige Menschen in einem eigenen Zimmer mit gemeinschaftlich genutzter Küche und Wohnraum. Sowohl für den Wohnraum als auch für die Hilfsdienste werden private Verträge abgeschlossen. Die Beteiligung der Angehörigen im Alltag und die Einbeziehung von Nachbarn und Ehrenamtlichen werden ausdrücklich gewünscht.

In den Wohngemeinschaften ist Rund-um-die-Uhr ein*e Mitarbeiter*in anwesend und für die Betreuung, das alltägliche Zusammenleben sowie die Hauswirtschaft verantwortlich. Die pflegerische Versorgung erfolgt zumeist durch einen ambulanten Pflegedienst. Im Rahmen der Pflegeversicherung besteht Anspruch auf ambulante Leistungen.

Erlenhöfle **Tel. 4503-157**
Wohngruppe für Menschen mit Demenz
Erlenweg 3a-3d, 79115 Freiburg-Haslach
info@erlenhof.net, www.erlenhof.net

Haus Lukas **Tel. 40199250**
Pflegewohngruppe im Alter
Am Mettweg 37, 79111 Freiburg-St. Georgen
hauslukas@evsozialstation-freiburg.de, www.evsozialstation-freiburg.de

Labyrinth e. V. **Tel. 0151 59093579**
Wohngruppen für Menschen mit Demenz
zwei Wohngruppen in Freiburg-Ebnat und in Kirchzarten-Burg.
Vereinsadresse: Postfach 0903, 79009 Freiburg
info@labyrinth-freiburg.de, www.labyrinth-freiburg.de

WOG e. V. **Tel. 0157 30823636**
Wohngruppe für Menschen mit Demenz
Vereinsadresse: Heinrich-Mann-Straße 20, 79100 Freiburg
info@wogevauban.de, www.wogevauban.de

Vaubanaise Plus **Tel. 592900**
Wohngruppe für Menschen in der mittleren Lebensphase mit Pflegebedarf
Wohnen-Leben-Plus e. V.
Lise-Meitner-Straße 14, 79100 Freiburg-Vauban
info@regio-pflegedienst-breisgau.de, www.regio-pflegedienst-breisgau.de

Wohngemeinschaft „GemeinsamHaid“ **Tel. 592900**
Mehrgenerationen WG für pflegebedürftige Menschen jeden Alters
Rankackerweg 24-26, 79114 Freiburg-Haslach/Haid
info@regio-pflegedienst-breisgau.de, www.regio-pflegedienst-breisgau.de

11.2 Pflegeeinrichtungen

In Freiburg gibt es derzeit 24 Pflegeeinrichtungen. Hier leben pflegebedürftige Menschen und erhalten umfassende Pflege und Betreuung. Die Anmeldung für einen Pflegeplatz kann entweder direkt bei dem gewünschten Haus oder über das Seniorenbüro mit Pflegestützpunkt erfolgen. Nähere Hinweise zu den Pflegeeinrichtungen, zu Kosten- und Finanzierungsmöglichkeiten enthält die Broschüre „Stationäre Pflegeeinrichtungen und ambulant betreute Wohngemeinschaften in Freiburg“, die in den aufgeführten Einrichtungen oder im Seniorenbüro mit Pflegestützpunkt erhältlich sowie im Internet unter www.freiburg.de/senioren abrufbar ist.

Atrium Residenz **Tel. 21780-0**
Schnewlinstraße 8, 79098 Freiburg-Altstadt
atrium-residenz@charleston.de, www.charleston.de/einrichtung/atrium-residenz

AWO Seniorenzentrum am Zollhof **Tel. 503652-500**
Ellen-Gottlieb-Straße 14, 79106 Freiburg-Brühl
info.SZAmZollhof@awo-baden.de, www.awo-seniorenzentrum-am-zollhof.de

Blindenheim **Tel. 20706-0**
 Karlstraße 85, 79104 Freiburg-Herdern
 sekretariat@blindenheim-freiburg.de, www.blindenheim-freiburg.de

Emmi-Seeh-Heim **Tel. 20746-0**
 Runzstraße 77, 79102 Freiburg-Oberau
 sz-freiburg@awo-baden.de, www.awo-seniorenzentrum-emmi-seeh-heim.de

Erlenhof **Tel. 4503-0**
 Erlenweg 3a–3d, 79115 Freiburg-Haslach
 info@erlenhof.net, www.erlenhof.net

Pflegehaus im Thomaszentrum **Tel. 2163670**
 Tullastraße 15, 79108 Freiburg-Zähringen
 ph-thomaszentrum@stadtmission-freiburg.de, www.pflegehaus-thomaszentrum.de

Evangelisches Stift Freiburg Haus Schlossberg **Tel. 31913-162**
 Hermannstraße 12, 79098 Freiburg-Altstadt
 info-hschr@stift-freiburg.de, www.stift-freiburg.de

Gerontopsychiatrisches Pflegezentrum Landwasser **Tel. 1301-500**
 Wirthstraße 19, 79110 Freiburg-Landwasser
 info@gpl-fr.de, www.pflegezentrum-landwasser.de

Haus Am Kronenmühlebach **Tel. 590179-100**
 Rehlingstraße 16a, 79100 Freiburg-Wiehre
 info@asb-fr.de, www.asbsuedbaden.de

Haus Katharina Egg **Tel. 696878-0**
 Weismannstraße 3a, 79117 Freiburg-Waldsee
 haus-katharina-egg@sv-fr.de, www.stiftungsverwaltung-freiburg.de

Haus Heiliggeist **Tel. 2108-412**
 Johanniterstraße 4, 79104 Freiburg-Neuburg/Herdern
 haus-heiliggeist@sv-fr.de, www.stiftungsverwaltung-freiburg.de

Haus Marga Sauter **Tel. 2108-512**
 Heinrich-Heine-Straße 2, 79117 Freiburg-Waldsee
 haus-marga-sauter@sv-fr.de, www.stiftungsverwaltung-freiburg.de

Johannisheim **Tel. 2113-100**
 Kartäuserstraße 115, 79104 Freiburg-Waldsee
 johannisheim@sv-fr.de, www.stiftungsverwaltung-freiburg.de

Katharinenstift **Tel. 21133**
 Leopoldring 13, 79098 Freiburg-Neuburg/Herdern
 katharinenstift-freiburg@deutscher-orden.de, www.katharinenstift-freiburg.de

Martha-Fackler-Heim **Tel. 453462-21**
 Sulzburger Straße 6, 79114 Freiburg-Weingarten
 martha-fackler-heim@awo-freiburg.de, www.awo-freiburg.de

Pro Seniore Residenz Freiburg **Tel. 4563-09**
 Maxim-Gorkij-Straße 2, 79111 Freiburg-Rieselfeld
 freiburg@pro-seniore.com, www.pro-seniore.de

St. Anna-Stift **Tel. 7903-3111**
 Holzmarkt 10–12, 79098 Freiburg-Altstadt
 st.anna-stift@caritas-freiburg.de, www.st-anna-stift-freiburg.de

St. Carolushaus **Tel. 2823-0**
 Habsburgerstraße 107a, 79104 Freiburg-Neuburg/Herdern
 info@carolushaus.de, www.st-carolushaus.de

Haus St. Joachim **Tel. 7903-3800**
 Kronenmattenstraße 3, 79100 Freiburg-Wiehre
 haus-st.joachim@caritas-freiburg.de,
 www.caritas-freiburg.de/alter-und-soziale-dienste/haus-st-joachim/

St. Laurentiushaus **Tel. 769940-00**
 Staufener Straße 4, 79115 Freiburg-Haslach
 info@stlaurentiushaus.de, www.stlaurentiushaus.de

St. Marienhaus **Tel. 7055-1000**
 Talstraße 31, 79102 Freiburg-Wiehre
 info@marienhaus-freiburg.de, www.marienhaus-freiburg.de

Stahlbad St. Antonius **Tel. 7055-200**
 Sonnenbergstraße 4, 79117 Freiburg-Littenweiler
 info@marienhaus-freiburg.de, www.marienhaus-freiburg.de

Wohnheim St. Johann **Tel. 7055-300**
 Kirchstraße 13, 79100 Freiburg-Wiehre
 info@marienhaus-freiburg.de, www.marienhaus-freiburg.de

Wohnstift Freiburg GmbH **Tel. 3685-0**
 Rabenkopfstraße 2, 79102 Freiburg-Oberau
 info@wohnstift-freiburg.de, www.wohnstift-freiburg.de

11.3 Bewohnerbeirat in Pflegeeinrichtungen

Durch das Gesetz für unterstützende Wohnformen, Teilhabe und Pflege (WTPG) wird älteren Menschen, die in einer Pflegeeinrichtung leben, ein Mitwirkungsrecht in Angelegenheiten des Heimbetriebs garantiert. Der Bewohnerbeirat ist die von den Heimbewohnern gewählte Interessenvertretung. Neben den Bewohnern können auch engagierte Personen wie Angehörige, gesetzliche Betreuer*innen und Seniorenräte in den Beirat gewählt werden. Zu den Aufgaben des Bewohnerbeirates gehören unter anderem die Entgegennahme von Beschwerden sowie die Hinwirkung auf Erledigung, die Förderung der Eingliederung aller Bewohnerinnen und Bewohner und die Mitwirkung bei Entscheidungen z. B. zu Alltags- und Freizeitgestaltungen, Vertragsgestaltung, baulichen Veränderungen und Qualitätssicherung.

11.4 Heimaufsichtsbehörde der Stadt Freiburg

Die Heimaufsicht ist für stationäre Pflegeeinrichtungen zuständig. Sie hat die Interessen und Bedürfnisse pflegebedürftiger Menschen im Blick.

Bewohner*innen, Angehörige und/oder Betreuer*innen können sich bezüglich ihrer Rechte in stationären Einrichtungen sowie ambulanten Wohngemeinschaften beraten lassen. Die Heimaufsicht prüft die Einrichtungen auf bestehende Mängel und berät zur Qualitätsverbesserung.

Heimaufsichtsbehörde der Stadt Freiburg **Tel. 201-3541 oder -3542**
Amt für Soziales
Fehrenbachallee 12, 79106 Freiburg
heimaufsicht@stadt.freiburg.de, www.freiburg.de

12 | Gesundheit

Die Erhaltung der Gesundheit spielt eine entscheidende Rolle für ein selbstbestimmtes und aktives Leben.

Es gibt eine Reihe von Faktoren, die sich förderlich auf die Gesundheit älterer Menschen auswirken können. Dazu zählen beispielsweise aktive soziale Kontakte sowie ein gesunder Lebensstil mit regelmäßiger Bewegung und ausgewogener Ernährung. Auch andere Faktoren wie das Training der geistigen Leistungsfähigkeit und die rechtzeitige Nutzung von Hörhilfen bei Hörminderungen können helfen, Krankheiten vorzubeugen, ihr Auftreten zu verzögern oder ihren Verlauf positiv zu beeinflussen.

Regelmäßige Arztbesuche tragen zusätzlich zur Prävention und Früherkennung von Erkrankungen bei.

Die **Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZGA)** hat auf einer Webseite Informationen zu verschiedenen Gesundheitsthemen im Alter zusammengestellt: www.gesund-aktiv-aelter-werden.de

Videos mit Anleitungen zu Bewegungsübungen, die zu Hause durchgeführt werden können, gibt es online unter: <https://www.gesund-aktiv-aelter-werden.de/bewegung/online-bewegungsangebote/>

Eine kostenfreie Broschüre mit 20 Empfehlungen für Gesundheit und Lebensqualität im Alter kann bei der BZGA bestellt werden und ist als Download erhältlich unter www.shop.bzga.de unter dem Menüpunkt Gesundheit älterer Menschen.



Kostenfreie Trainings- und Bewegungsangebote in Freiburg:

Benefit e.V. – richtet sich vorwiegend an Menschen mit niedrigem Einkommen und bietet einen barrierearmen Zugang zu Sport und Bewegung: www.benefit-bewegung.de

Bewegungstreffs im Freien – finden regelmäßig am gleichen Ort bei (fast) jedem Wetter statt. Es werden keine sportlichen Anforderungen gestellt, auch Sportkleidung ist nicht erforderlich. Die Teilnahme ist unverbindlich und kostenlos, ohne Anmeldung und Mitgliedschaft. Hier werden alltagstaugliche Bewegungsübungen trainiert, auf die es in der zweiten Lebenshälfte ankommt (Balance, Dehnung, Kraft, Reaktionsgeschwindigkeit). Dabei stehen die Freude an der Bewegung und das soziale Miteinander im Mittelpunkt. Weitere Informationen sind im Seniorenbüro mit Pflegestützpunkt und unter www.freiburg.de/senioren erhältlich.

👉 **Kapitel 3.1** Guter Plan (Informationsplattform)

👉 **Kapitel 6.3** Bewegung und Sport

12.1 Allgemeine Informationen zur ärztlichen Versorgung

Insbesondere im fortschreitenden Alter ist die Anbindung an einen Hausarzt oder eine Hausärztin besonders wichtig. Das Auftreten gesundheitlicher Veränderungen kann – manchmal ganz plötzlich – die Notwendigkeit einer medizinischen Betreuung mit sich bringen. Fehlt eine medizinische Betreuung, kann dies zu erheblichen und nachhaltigen Einschränkungen der Lebensqualität führen.

Wann wende ich mich wohin?

Bei nicht lebensbedrohlichen gesundheitlichen Beschwerden wenden Sie sich bitte vorrangig an Ihre Hausarztpraxis

- ➔ Ist die Hausarztpraxis geschlossen und
- ➔ es treten akute gesundheitlichen Beschwerden auf,
- ➔ deren Behandlung kann nicht bis zur nächsten Sprechstunde warten und
- ➔ die Beschwerden sind nicht lebensbedrohlich

bestehen folgende Möglichkeiten einer ärztlichen Versorgung:

- **Der hausärztliche Bereitschaftsdienst ist erreichbar unterTel. 116 117**
Die Rufnummer des Patientenservice 116117 ist rund um die Uhr erreichbar und gilt im gesamten Bundesgebiet. Zum Angebot des Patientenservice 116117 gehören außerdem die Suche nach einem Haus- oder Facharzt bzw. Psychotherapeuten. Hör- und sprachgeschädigte Menschen können ein Fax-Formular nutzen.
www.116117.de und als App.
- **Die Freiburger Notfallpraxis Freiburg für Erwachsene.....Tel. 116 117**
bietet während der unten angegebenen Öffnungszeiten ärztliche Hilfe im Sinne einer hausärztlichen Versorgung. Sie befindet sich im Erdgeschoss der chirurgischen Universitätsklinik Freiburg, Sir-Hans-A.-Krebs-Straße 3, 79106 Freiburg.
Öffnungszeiten:
Montag, Mittwoch, Donnerstag von 20 bis 23 Uhr,
Mittwoch und Freitag von 16 bis 23 Uhr und
Samstag, Sonntag und an Feiertagen von 8 bis 20 Uhr.

Bei einem lebensbedrohlichen Notfall, schweren Verletzungen oder Lebensgefahr:

- **Notarzt.....Tel. 112**
Die Notrufnummer ist rund um die Uhr besetzt.
- Das **Notfallzentrum der Universitätsklinik FreiburgTel. 270-33333**
versorgt ebenfalls lebensbedrohliche Notfälle. Es befindet sich im Erdgeschoss der chirurgischen Universitätsklinik Freiburg
Sir-Hans-A.-Krebs-Straße 3, 79106 Freiburg.

12.2 Kliniken und Rehabilitation

Kliniksozialdienst und Entlassmanagement

Nach einem Krankenhausaufenthalt kann eine Situation entstehen, in der Menschen (oft vorübergehend) Hilfe benötigen, um ihren Alltag bewältigen zu können. Im Krankenhaus unterstützt das Entlassmanagement bei Organisation einer medizinischen, rehabilitativen oder pflegerischen Versorgung im Anschluss an den Krankenhausaufenthalt.

In einigen Kliniken ist der Sozialdienst der Ansprechpartner für alle Fragen rund um das Entlassmanagement. Dabei berät und unterstützt der Sozialdienst Patienten und deren Angehörige bei persönlichen und sozialrechtlichen Anliegen, wie der Einleitung von Rehabilitationsmaßnahmen, Anschlussheilbehandlungen, Kurz- oder Dauerpflege sowie weiteren Hilfen zur Krankheitsbewältigung. Die Pflegeüberleitung/Überleitungs-pflege kümmert sich um die Organisation der häuslichen Versorgung, einschließlich eines Pflegedienstes, Hilfsmittel und einer hauswirtschaftlichen Unterstützung, sofern dies nach der Entlassung aus dem Krankenhaus erforderlich ist.

Diakoniekrankenhaus – Zentrale.....Tel. 1301-01
• SozialdienstTel. 1301-152
• Entlassmanagement/Pflegeüberleitung.....Tel. 1301-93132
Wirthstraße 11, 79110 Freiburg
sozialdienst@diak-fr.de, www.diak-fr.de

Loretto-Krankenhaus Freiburg – Zentrale.....Tel. 7084-0
• SozialdienstTel. 7084-4109
sozialdienst.lok@rkk-klinikum.de
• ÜberleitungspflegeTel. 7084-4147
ueberleitungspflege-lok@rkk-klinikum.de
Mercystraße 6–14, 79100 Freiburg
info-lok@rkk-klinikum.de, www.lorettokrankenhaus-freiburg.de

St. Josefskrankenhaus – Zentrale.....Tel. 2711-1
• SozialdienstTel. 2711-2311
• Interdisziplinäre Altersmedizin (IDA)Tel. 2711-5229
Sautierstraße 1, 79104 Freiburg
info@rkk-klinikum.de, www.josefskrankenhaus-freiburg.de

Universitätsklinikum Freiburg – Zentrale.....Tel. 270-0
• SozialdienstTel. 270-60564
• PflegeüberleitungTel. 270-60564
• Zentrale HilfsmittelorganisationTel. 270-21870
• PflegeNetz (Pflegedienst am Universitätsklinikum)Tel. 270-61510
• Palliativ Care Team SPES (Brückenpflege & SAPV)Tel. 270-31952
• Geriatrische Ambulanz an der Uniklinik.....Tel. 270-53450
Hugstetter Straße 55, 79106 Freiburg
sozialdienst@uniklinik-freiburg.de, www.uniklinik-freiburg.de

Zentrum für Psychiatrie Emmendingen – ZentraleTel. 07641 461-0
• Sekretariat des SozialdienstesTel. 07641 461-1620
Neubronnstraße 25, 79312 Emmendingen
info@zfp-emmendingen.de, www.zfp-emmendingen.de

Pflegeüberleitung der kirchlichen Sozialstationen.....Tel. 205741-550

PiA – Pflege im Anschluss

Schnewlinstraße 2, 79098 Freiburg

pia@evsozialstation-freiburg.de, www.pia-sozialstationen.de

☞ Kapitel 8.7 Sozialstationen und Pflegedienste

Rehabilitation

Eine Krankheit, ein Unfall oder eine Behinderung können Leistungen zur medizinischen, beruflichen oder sozialen Rehabilitation erforderlich machen. Verschiedene Kostenträger kommen dafür infrage. Die Rehabilitationsträger verfügen über „Ansprechstellen für Rehabilitation und Teilhabe“, die Informationen und Beratung zu Inhalten, Zielen und dem Verfahren zur Nutzung von Teilhabeleistungen bieten.

Die Bundesarbeitsgemeinschaft für Rehabilitation e.V. hat ein deutschlandweites Online-Verzeichnis zusammengestellt, in dem Ansprechstellen nach Regionen und Trägerzugehörigkeit gesucht werden können. **www.ansprechstellen.de**

Unter ☞ **Kapitel 3.4 Beratung für Menschen mit Behinderung** ist die Stelle zur „Ergänzenden Unabhängigen Teilhabeberatung“ (EUTB), die trägerübergreifend und neutral zu Leistungsansprüchen und Rehabilitation beraten, aufgeführt.

Geriatrische Rehabilitation

Geriatrische Rehabilitation ist ein Angebot für ältere Menschen mit Mehrfacherkrankungen. Ziel ist, die Selbstständigkeit zu erhalten sowie Pflegebedürftigkeit zu verhindern bzw. zu vermindern. Je nach Erkrankung und Beeinträchtigungen kann die Rehabilitation ambulant oder stationär durchgeführt werden und ärztliche, therapeutische (z. B. Krankengymnastik, Ergotherapie, Logopädie), pflegerische, psychologische und soziale Maßnahmen umfassen.

Schwarzwaldkliniken Bad KrozingenTel. 07633 93-2879

Schwarzwaldklinik Geriatrie

Fachklinik für geriatrische Rehabilitation

Herbert-Hellmann-Allee 46, 79189 Bad Krozingen

info@schwarzwaldkliniken.de, www.schwarzwaldkliniken.de

AMEOS Klinikum KaiserstuhlTel. 07662 811-0

Klinik für Innere Medizin, Geriatrie und Suchtmedizin

Brunngasse 1, 79235 Vogtsburg-Bischoffingen

info@vogtsburg.ameos.de, www.ameos.eu/vogtsburg

12.3 Hilfsmittel und Sanitätshäuser

Die Vielfalt an Hilfsmitteln, wie beispielsweise Brillen, Gehhilfen, Inkontinenzartikel, Toilettenstuhl und Badewannenlifter, ist groß. In verschiedenen Gesetzen ist festgelegt, wer Anspruch auf welche Hilfsmittel bei der Kranken- oder Pflegekasse hat und welche Hilfsmittel selbst finanziert werden müssen.

So erstattet die Krankenkasse die Kosten für Hilfsmittel, die den Erfolg einer Krankenbehandlung sichern, einer Behinderung oder Pflegebedürftigkeit vorbeugen oder diese ausgleichen. Bei Vorliegen eines Pflegegrades übernimmt die Pflegekasse die Kosten für Hilfsmittel, die für die häusliche Pflege notwendig sind, beispielsweise ein Pflegebett. Die Bereitstellung eines Hilfsmittels erfordert die Genehmigung durch die Kasse, selbst wenn es auf ärztliche Verordnung hin geschieht.

Im Hilfsmittelverzeichnis des GKV-Spitzenverbands ist aufgeführt, ob und welche Hilfsmittel von den Kassen übernommen werden können: **hilfsmittel.gkv-spitzenverband.de**
Die **Kranken- und Pflegekasse berät.**

Erwerb und Verleih von Hilfsmitteln

ORMED GmbH & Co. KGTel. 4566-01

Bötzingen Straße 90, 79111 Freiburg

kundenservice@enovis.com, www.enovis-medtech.de

Pfänder Sanitätshaus Inh. Mike DehnTel. 21868-0

Munzinger Straße 5C, 79111 Freiburg

info@pfaender-freiburg.de, www.pfaender-freiburg.de

Sanitätshaus KomprimedTel. 52026

Zähringer Straße 14, 79108 Freiburg

info@komprimed.de, www.komprimed.de

Schaub Sanitätshaus

• Bötzingen Straße 55, 79111 FreiburgTel. 45511-0

• Bertoldstraße 45, 79098 FreiburgTel. 45511-227

info@schaub.eu, www.schaub.eu

Storch und Beller & Co. GmbH

• Merianstraße 14, 79104 FreiburgTel. 37291

• Zinkmattenstraße 8c, 79108 FreiburgTel. 887919780

info@storch-beller.de, www.storch-beller.de

TrautmannTel. 2119700

Leopoldring 1, 79098 Freiburg

info@geh-zu-trautmann.de, www.geh-zu-trautmann.de

Wenzel SanitätshausTel. 45988897

Lörracher Straße 16, 79115 Freiburg

www.sanitaetshaus-wenzel.de

13 | Demenz

Demenz ist ein Oberbegriff für verschiedene Erkrankungen, die alle mit dem Verlust erworbener geistiger Fähigkeiten einhergehen. Die Ursachen dafür können ganz unterschiedlich sein. Eine Demenz ist keine reine Gedächtnisstörung. Betroffen sein können unter anderem auch Aufmerksamkeit, Sprache, Auffassungsgabe, Denkvermögen, Orientierungssinn und/oder Sozialverhalten. Am häufigsten tritt die Alzheimer-Krankheit auf. Andere Formen sind z. B. die Lewy-Körperchen-Krankheit oder Erkrankungen der Hirnblutgefäße.

Gedächtnis- und Orientierungsstörungen sollten immer (fach-)ärztlich untersucht werden. Sie können auch Folge einer anderen Erkrankung sein, die sich durch eine Behandlung möglicherweise wieder bessern kann.

Weiterführende Informationen:

Wissen über Krankheiten und deren mögliche Auswirkungen auf den Alltag sind wesentlich für einen verständnisvollen und gelingenden Umgang – individuell, in der Familie und im weiteren sozialen Umfeld. Hilfreiche Online-Informationen:

- **Deutsche Alzheimergesellschaft** www.deutsche-alzheimer.de
- **Alzheimer Gesellschaft Baden-Württemberg** www.alzheimer-bw.de
- **KompassDemenz BW** www.kompassdemenz-bw.de
- **Wegweiser Demenz** www.wegweiser-demenz.de
- **Demenz und Migration** www.demenz-und-migration.de

13.1 Diagnose und Behandlung

Hausarztpraxis

In der Hausarztpraxis können erste Diagnosen gestellt werden und bei Bedarf wird an Fachärzt*innen zur weiteren Abklärung überwiesen.

Fachärzt*innen für Psychiatrie und/oder Neurologie

Fachärzt*innen für Neurologie und/oder Psychiatrie sind im Regelfall für alle psychischen, psychiatrischen und neurologischen Erkrankungen im Alter spezialisiert.

Der Patientenservice 116117 **Tel. 116 117** bietet eine Arzt- bzw. Psychotherapeutensuche an. Hör- und sprachgeschädigte Menschen können ein Fax-Formular nutzen. In Baden-Württemberg betreibt die Kassenärztliche Vereinigung Baden-Württemberg das Angebot www.116117.de und als App.

Universitätsklinikum Freiburg, Geriatrie

Die geriatrische Ambulanz im Neurozentrum der Uniklinik Freiburg bietet Diagnostik und Therapie von Gedächtnis- und weiteren geistigen Leistungsstörungen sowie von Gangstörungen an. Es werden außerdem medizinische Therapieempfehlungen sowie ggf. eine ergänzende soziale Beratung angeboten. Die Anmeldung erfolgt in der Regel nach Überweisung durch den Haus- oder Facharzt.

Geriatrische Ambulanz **Tel. 270-53450**

Breisacher Straße 64, 79106 Freiburg

www.uniklinik-freiburg.de/neurologie/geriatrie-an-der-uniklinik.html

Die Geriatriestation der Uniklinik bietet auf 20 Betten eine geriatrische Behandlung akuter Erkrankungen mit einem speziellen Fokus auf die Funktionsverbesserung, entsprechend der individuellen Therapiewünsche und -ziele. Die Verlegung auf die Geriatriestation erfolgt hausintern innerhalb der Uniklinik.

www.uniklinik-freiburg.de/neurologie/geriatrie-station.html

Zentrum für Psychiatrie Emmendingen

Zentrum für Psychiatrie Emmendingen **Tel. 07641 461-0**

Klinik für Alterspsychiatrie und Psychotherapie

Neubronnstraße 25, 79312 Emmendingen

alterspsychiatrie@zfp-emmendingen.de, www.zfp-emmendingen.de

Der Einzugsbereich umfasst den Stadtkreis Freiburg sowie die Landkreise Emmendingen und Breisgau-Hochschwarzwald. In der Klinik für Alterspsychiatrie und -psychotherapie und in der Alterspsychiatrischen Institutsambulanz werden Menschen ab dem 65. Lebensjahres behandelt.

Alterspsychiatrische Institutsambulanz **Tel. 07641 461-4444**

Medizinische Diagnostik und Behandlung der Betroffenen, Beratung und Begleitung der Angehörigen sowie bei Bedarf organisatorische Unterstützung durch den Sozialdienst.

13.2 Unterstützungsangebote bei Demenz

Entlastungsangebote für pflegende Angehörige (☞ Kapitel 15), wie Kurse für Alten- und Krankenpflege, Betreuung bei Demenz, Austauschtreffen, Schulung in der Häuslichkeit, Reha- und oder Urlaub für pflegende Angehörige.

Aus der breiten Palette von **Unterstützungsangeboten** (☞ Kapitel 8 bis 11) sind im Folgenden nur spezifische Angebote aufgeführt, welche sich an Menschen mit Demenz, Depression, Lebenskrisen und Abhängigkeitserkrankungen und deren Angehörige wenden.

Betreuungsgruppen für Menschen mit Demenz (☞ Kapitel 9) haben ihre Angebote wesentlich auf diese Zielgruppe ausgerichtet. Auch die Tagespflegeeinrichtungen gehen häufig besonders auf diese Interessen ein.

Spezielle Angebote in Freiburg sind:

Netzwerk Demenz Freiburg Tel. 2909312

Projektleiterin Waltraud Keller

Das Netzwerk Demenz Freiburg ist ein Zusammenschluss von engagierten professionellen Bündnispartner*innen die das Ziel haben, die Stadt Freiburg zu einer demenzfreundlichen Kommune werden zu lassen. Es organisiert im jährlichen Wechsel die Woche der Demenz und den Welt-Alzheimerstag sowie zahlreiche Veranstaltungen zum Thema Demenz über das ganze Jahr hinweg. Das Netzwerk informiert zu demenzsensiblen Angeboten in Gastronomie, Sport und Kultur in Freiburg.

netzwerk@demenz-freiburg.de, www.freiburg.de/netzwerkdemenz

Café Woge e. V...... Tel. 0157 30823636

Ein Treffpunkt für Menschen mit Demenz, ihre Angehörigen und Engagierte zum gemeinsamen Kaffeetrinken, Reden und Unternehmungen.

Sa, 15–17 Uhr, jeden 3. Samstag im Monat, Anmeldung erwünscht

Kirchenräume OASE, Vaubanallee 11, 79100 Freiburg

info@wogevauban.de, www.wogevauban.de

Unterstützte Selbsthilfegruppe für Menschen mit Vergesslichkeit und beginnender Demenz Tel. 21687-35

Gruppentreffen mit Austauschmöglichkeit zu verändernden Lebenssituationen, Erfahrungen und Tipps im Umgang mit beginnender Demenz.

Schwabentorring 2, 79098 Freiburg

selbsthilfe@paritaet-freiburg.de, www.selbsthilfegruppen-freiburg.de

Frontotemporale Demenz (FTD) Angehörigengruppe Freiburg Tel. 0171 7794921

Selbsthilfegruppe zum Austausch von FTD-erkrankten Familienmitgliedern

Treffen am vorletzten Samstag im Monat, 14 Uhr, Telefonische Anmeldung erwünscht

Lörracherstraße 20a, 79115 Freiburg

ftdfreiburg@gmail.com, www.ftdfreiburg.de

GRIPS – Integratives Hirnleistungstraining Tel. 612906-48

zur Förderung der geistigen Leistungsfähigkeit und Alltagskompetenzen, präventiv und/oder bei Hirnleistungsstörungen, telefonische Anmeldung erwünscht

Heinrich-Heine-Straße 10, 79117 Freiburg

grips@sv-freiburg.de, www.stiftungsverwaltung-freiburg.de

Pflegeeinrichtungen mit Wohnbereichen für Menschen mit fortgeschrittener Demenz (☞ Kapitel 11) gibt es im Blindenheim, Erlenhof, Haus Katharina Egg, Katharinenstift, St. Carolushaus, St. Marienhaus, Wohnheim St. Johann, AWO Seniorenzentrum Am Zollhof, Johannisheim, Stahlbad St. Antonius, in der Atrium Residenz und Labyrinth – Hirschen-WG.

Das Gerontopsychiatrische Pflegezentrum Landwasser ist eine Pflegeeinrichtung mit gerontopsychiatrischem Schwerpunkt (☞ Kapitel 11).

14 | Seelische Gesundheit und Sucht

Psychische Störungen wie Depressionen, Wahrnehmungsstörungen oder Abhängigkeitserkrankungen treten auch im Alter auf und können bei den betroffenen Personen und deren sozialem Umfeld zu einem hohen Leidensdruck führen. Ärzt*innen können mögliche Ursachen abklären und Behandlungsmöglichkeiten aufzeigen.

Sich über die Krankheit und ihre möglichen Auswirkungen auf den Alltag zu informieren, kann für die betroffene Person sowie ihre Familie und das soziale Umfeld maßgeblich dazu beitragen, einen gelingenden und verständnisvollen Umgang damit zu finden.

Die kostenlose Broschüre „Wegweiser Psychiatrie“ vom Gemeindepsychiatrischer Verbund Freiburg informiert über das vielfältige Angebot an Hilfen, Unterstützungs- und Beratungsleistungen für Menschen mit psychischen Erkrankungen in Freiburg.

Der „Wegweiser Psychiatrie“ kann telefonisch angefordert werden unter Telefon 201-3588 und ist als Download unter dem Menüpunkt Leben in Freiburg/Gesundheit auf www.freiburg.de verfügbar.



Weitere Informationen geben folgende Internetadressen:

Psychiatrienetz:

Informationen zu verschiedenen Erkrankungen, Behandlungen, Selbsthilfe, juristischen Aspekten etc.: www.psychiatrie.de

Gesundheitsthemen im Alter:

Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung: www.gesund-aktiv-aelter-werden.de

14.1 Diagnose und Behandlung

Hausarztpraxis

In der Hausarztpraxis können erste Diagnosen gestellt werden und bei Bedarf wird an Fachärzt*innen zur weiteren Abklärung überwiesen.

Fachärzt*innen für Psychiatrie und/oder Neurologie

Fachärzt*innen für Neurologie und/oder Psychiatrie sind im Regelfall für alle psychischen, psychiatrischen und neurologischen Erkrankungen im Alter spezialisiert.

Psychotherapie

In kritischen Lebenssituationen oder bei psychiatrischen Erkrankungen kann eine Psychotherapie Unterstützung zur Bewältigung und Neuorientierung geben.

Die Behandlung wird von niedergelassenen Psychotherapeut*innen durchgeführt. Bei der Therapeutensuche bieten Haus- und Fachärzt*innen, die Institutsambulanz, der Patientenservice 116 117 sowie die Krankenkassen Hilfe an.

Der Patientenservice 116117 **Tel. 116 117**
ist rund um die Uhr erreichbar. Hier erhält man die Kontaktdaten vom ärztlichen Bereitschaftsdienst, wenn die Hausarztpraxis geschlossen ist. Auch die Suche nach Haus- oder Fachärzt*innen bzw. Psychotherapeut*innen wird angeboten. www.116117.de und als App.

Bei lebensbedrohlichen Notfällen erreichen Sie den Notarzt..... **Tel. 112**

Universitätsklinikum Freiburg, Geriatrie

Klinik für Neurologie und Neurophysiologie **Tel. 270-50010**
Breisacher Straße 64, 79106 Freiburg
neurologie@uniklinik-freiburg.de, www.uniklinik-freiburg.de/neurologie

Geriatrische Ambulanz im Neurozentrum der Uniklinik Freiburg **Tel. 270-53450**
Breisacher Straße 64, 79106 Freiburg
bietet Diagnostik und Therapie von gerontopsychiatrischen Erkrankungen. Die Anmeldung erfolgt in der Regel nach Überweisung durch Haus- oder Fachärzt*innen.
www.uniklinik-freiburg.de/neurologie/geriatrie-an-der-uniklinik.html

Universitätsklinikum Freiburg, Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie

Psychiatrische Institutsambulanz (PIA)..... **Tel. 270-65500**
PIA ist ein ambulantes Behandlungsangebot für Patienten mit schweren und chronisch verlaufenden psychischen Erkrankungen
Hauptstraße 5, 79104 Freiburg
psych@uniklinik-freiburg.de, www.uniklinik-freiburg.de/psych/ambulanzen/pia

Stationärer Aufenthalt **Tel. 270-65010**
Universitätsklinikum für Psychiatrie und Psychotherapie
Hauptstraße 5, 79104 Freiburg
psych@uniklinik-freiburg.de, www.uniklinik-freiburg.de/psych

Zentrum für Psychiatrie Emmendingen

Zentrum für Psychiatrie Emmendingen..... **Tel. 07641 461-0**
Klinik für Alterspsychiatrie und Psychotherapie
Neubronnstraße 25, 79312 Emmendingen
alterspsychiatrie@zfp-emmendingen.de, www.zfp-emmendingen.de

Der Einzugsbereich umfasst den Stadtkreis Freiburg sowie die Landkreise Emmendingen und Breisgau-Hochschwarzwald. In der Klinik für Alterspsychiatrie und -psychotherapie und in der Alterspsychiatrischen Institutsambulanz werden Menschen ab dem 65. Lebensjahres behandelt.

Alterspsychiatrische Institutsambulanz **Tel. 07641 461-4444**
Neben medizinischer Diagnostik und Behandlung wird eine Beratung und Begleitung der Angehörigen sowie bei Bedarf organisatorische Unterstützung durch den Sozialdienst der Ambulanz angeboten.

14.2 Unterstützungsangebote bei Depression und psychischen Erkrankungen

Sozialpsychiatrischer Dienst Freiburg (SpDi) **Tel. 368940**
Caritasverband Freiburg-Stadt e.V. / Diakonisches Werk Freiburg
Beratung, Begleitung, Unterstützung sowie Assistenzleistungen im eigenen Wohnraum und Soziotherapie
Holzmarkt 8, 79098 Freiburg, spdi@spdi-freiburg.de, www.spdi-freiburg.de

Psychosoziale und psychiatrische Dienste im Gesundheitsamt ... **Tel. 2187-3313/-3314**
Beratung und Unterstützung bei der Wahrnehmung der Angebote für psychisch kranke und suchtkranke Menschen und deren soziales Umfeld.
Beim Landratsamt Breisgau-Hochschwarzwald
Sautierstraße 28-30, 79104 Freiburg
psych-dienste@lkbh.de, www.breisgau-hochschwarzwald.de

Gesprächs-, Begegnungs- und Bewegungsangebote können das Leben mit der Erkrankung erleichtern.

In Freiburg gibt es verschiedene Angebote:

Gruppentreff für ältere Menschen mit Depression..... **Tel. 7903-3522**
Heinrich-Hansjakob-Haus, Talstraße 29, 79102 Freiburg
14-täglich Di von 10-12 Uhr
heinrich-hansjakob-haus@caritas-freiburg.de, www.heinrich-hansjakob-haus.de

Telefonseelsorge Freiburg – ökumenisch..... **Tel. 0800 1110111**
Bundesweite gebührenfreie Rufnummer **Tel. 0800 1110222**

Arbeitskreis Leben, Hilfen in Lebenskrisen **Tel. 33388**
Beratung, Suizidprävention – auch für Angehörige
Talstraße 29, 79102 Freiburg, akl-freiburg@ak-leben.de, www.akl-freiburg.de

Weitere Informationen zum Thema Depression und Suizidprävention findet man im Internet, z.B. bei der Stiftung Deutsche Depressionshilfe und Suizidprävention unter www.deutsche-depressionshilfe.de

-  Kapitel 5.3 Selbsthilfegruppen und Gesprächskreise
-  Kapitel 15.2 Angebote für An- und Zugehörige
-  Kapitel 16.5 Trauerbegleitung und Seelsorge

14.3 Unterstützungsangebote bei Abhängigkeitserkrankungen

Suchtmittelkonsum und -abhängigkeit beeinflussen die psychische und körperliche Gesundheit und können ein selbstbestimmtes Leben gefährden. Neben den substanzgebundenen Suchtmitteln wie Alkohol, Nikotin, Drogen und Medikamente, können auch Verhaltenssüchte auftreten, wie z.B. Computerspielsucht, Mediensucht, Internetsucht und pathologisches Glücksspiel. Beratungsstellen bieten Betroffenen und Angehörigen Motivation und Unterstützung beim Entwickeln neuer Lebensperspektiven. Einen ausführlichen Wegweiser rund um das Thema Sucht in Freiburg ist bei den Kommunalen Suchtbeauftragten im Amt für Soziales erhältlich.



Die Übersicht der Kommunalen Suchtbeauftragten „Sucht – Beratung auf einen Blick“ bietet Informationen zu lokalen Hilfs- und Unterstützungsangeboten rund um Suchtprävention und Suchthilfe. Diese ist unter dem Menüpunkt Rathaus und Politik/Amtsblatt/Sonderseiten auf www.freiburg.de abrufbar.

Kommunale Suchtbeauftragte der Stadt Freiburg Tel. 201-3754/-3834

Geschäftsstelle Kommunales Suchthilfenetzwerk
Fehrenbachallee 12, 79106 Freiburg
suchtbeauftragter@stadt.freiburg.de, www.freiburg.de/suchtbeauftragter

Fachstelle Sucht Freiburg Tel. 156309-0

Beratung zu Fragen bei Konsumverhalten und Sucht
Basler Straße 61, 79100 Freiburg
fs-freiburg@bw-lv.de, www.bw-lv.de

Suchtberatung Frauzimmer e. V. Tel. 32211

Suchtberatungsstelle für Mädchen und Frauen
Basler Straße 8, 79100 Freiburg
suchtberatung@frauzimmer-freiburg.de, www.frauzimmer-freiburg.de

Nachsorgeverbund für Abhängige Tel. 29877

Arbeiterwohlfahrt Kreisverband-Freiburg e. V.
Torplatz 2, 79100 Freiburg
nachsorge@awo-freiburg.de, www.awo-freiburg.de/sucht-und-drogen

AUSWEG – Beratungsstelle für Suchtfragen, Suchtkranke der Evangelischen Stadtmission Tel. 2858 30-0

Lehener Straße 54a, 79106 Freiburg
sucht@diakonie-baden.de, www.stadtmission-freiburg.de

Sucht im Alter Tel. 20762-0

Suchtberatung Freiburg AGJ, Offene moderierte Gesprächsgruppe für Ältere
Oberau 23, 79102 Freiburg
suchtberatung-freiburg@agj-freiburg.de, www.suchtberatung-freiburg.de

Blaues Kreuz in Deutschland e. V. Tel. 2858300

Ortsverein Freiburg, Selbsthilfegruppenarbeit
Lehenerstraße 54a, 79106 Freiburg
freiburg@bw.blaues-kreuz.com, www.blaues-kreuz.de

Weitere Informationen zum Thema Abhängigkeit bzw. Sucht im Alter sind im Internet, z. B. bei der Deutschen Hauptstelle für Suchtfragen e. V. verfügbar:

www.dhs.de/lebenswelten/sucht-im-alter

15 | Angebote für pflegende An- und Zugehörige

15.1 Vereinbarkeit von Pflege und Beruf

Um eine berufliche Freistellung für die häusliche Pflege in Anspruch zu nehmen, haben beschäftigte nahe Angehörige verschiedene Möglichkeiten. Diese sind im Pflegezeit- bzw. Familienpflegezeitgesetz festgelegt. Für pflegende Beamt*innen gelten vergleichbare Vereinbarungen.

Es wird zwischen **kurzzeitiger Arbeitsverhinderung** (bis zu 10 Tage pro Kalenderjahr), **Pflegezeit** (bis zu 6 Monaten) und **Familienpflegezeit** (bis zu 24 Monaten) unterschieden. Es handelt sich um eine vollständige oder teilweise Freistellung von der Arbeitsleistung. Eine ausführliche Übersicht über die verschiedenen Möglichkeiten und damit verbundenen finanziellen Regelungen sind über das Seniorenbüro mit Pflegestützpunkt erhältlich. Information und Beratung leistet auch das

Servicetelefon des Bundesfamilienministeriums Tel. 030 20179131

www.wege-zur-pflege.de

15.2 Entlastungsangebote

Auf die Hilfe anderer angewiesen zu sein, verändert Lebensgewohnheiten, manche Aufgaben und Rollen der beteiligten Personen und kann mit sehr unterschiedlichen Herausforderungen verbunden sein. Für pflegende An- und Zugehörige gibt es konkrete Angebote zur Unterstützung und Entlastung.

Aktuelle Informationsveranstaltungen zu relevanten Themen, Kurse und Austauschmöglichkeiten u.a. für pflegende An- und Zugehörige sind im Freiburger **Veranstaltungskalender „Älterwerden in Freiburg“** zusammengestellt. Dieser erscheint quartalsweise und ist beim Seniorenbüro mit Pflegestützpunkt (Tel. 201-3032) erhältlich oder unter www.freiburg.de/senioren abrufbar.

☞ Kapitel 3.2 Beratung für Ältere, Pflegebedürftige und Angehörige

☞ Kapitel 3.5 Beratung in belastenden Lebenslagen

☞ Kapitel 5.3 Selbsthilfegruppen und Gesprächskreise

Schulung in der häuslichen Umgebung

In einer individuellen Anleitung und Schulung in der eigenen Wohnung werden Wissen und nützliche Tipps vermittelt, die die Pflege erleichtern und die Gegebenheiten vor Ort berücksichtigen. Zu Bedingungen und Finanzierung der Inanspruchnahme informieren die Pflegekassen und Pflegedienste.

Pflegekurse

In den Kursen werden Kenntnisse über Krankheitsbilder und praktische pflegerische Handgriffe vermittelt und eingeübt. Informationen zu Entlastungsangeboten sowie rechtliche und finanzielle Aspekte sind weitere Inhalte. Auch der Austausch der Angehörigen untereinander kann ein Gewinn sein.

Spezielle Kurse zur Kinästhetik fördern das Erkennen von Bewegungsressourcen bei pflegebedürftigen Menschen sowie das Erhalten der eigenen körperlichen Gesundheit. Man erlernt, Aktivitäten wie z. B. das Aufstehen vom Stuhl, Drehen und Lagern im Bett mit dem geringst möglichen Kraftaufwand zu unterstützen.

Krankheitsbezogene Kurse beziehen sich insbesondere auf die Betreuung und Pflege von Menschen mit Demenz, zum Teil auch Depression sowie den Umgang mit herausfordernden Verhaltensweisen.

Es werden auch online digitale Pflegekurse angeboten. Die Kosten werden von den Pflegekassen übernommen.

Anbietende von Kursen und Informationsreihen vor Ort:

Malteser Hilfsdienst e. V. Freiburg Tel. 4552526
Heinrich-von-Stephan-Straße 14, 79100 Freiburg
Malteser.freiburg@malteser.org, www.malteser-freiburg.de

Nachbarschaftshilfe Katholische Sozialstation Tel. 790923-90
Quäkerstraße 4 a, 79102 Freiburg
betreuungsgruppen@ksst-freiburg.de, www.ksst-freiburg.de
Kurs für Angehörige von Menschen mit Demenz nach dem Konzept Edukation Demenz

Woge e. V. Tel. 0157 30823636 (AB)
Wohnen und Leben – gemeinsam für Menschen mit Demenz
Vereinsadresse: Heinrich-Mann-Straße 20, 79100 Freiburg
info@wogevauban.de, www.wogevauban.de
Kurs Menschen mit Demenz begleiten

Zentrum für Psychiatrie Emmendingen Tel. 07641 461-0
Klinik für Alterspsychiatrie und Psychotherapie
Neubronnstraße 25, 79312 Emmendingen
alterspsychiatrie@zfp-emmendingen.de, www.zfp-emmendingen.de
Informationsreihe zu gerontopsychiatrischen Krankheitsbildern, Fragen der Versorgung und Pflege

Austauschmöglichkeiten für pflegende An- und Zugehörige

Frontotemporale Demenz (FTD) Angehörigengruppe Freiburg

Treffen einmal im Monat – bitte anmelden
ftdfreiburg@gmail.com, www.ftdfreiburg.de

Café WOGÉ in den Kirchenräumen OASE im Vauban..... Tel. 0157 30823636

Vaubanallee 11, 79100 Freiburg
info@wogevauban.de, www.wogevauban.de
Samstagstreff für Menschen mit Demenz, ihre Angehörigen und Engagierte einmal im Monat am 3. Samstag 15–17 Uhr – Anmeldung erwünscht

Netzwerk pflegeBegleitung Freiburg Tel. 2909312

im Heinrich-Hansjakob-Haus, Talstraße 29, 79102 Freiburg
Projektleiterin Waltraud Keller
pflegeBegleitung@t-online.de, www.pflegebegleiter.de
Gespräche, Begleitung und Austauschmöglichkeiten für pflegende An- und Zugehörige

- **Offene Sprechstunde** Tel. 552887 oder 0173 3922287
1. Mittwoch im Monat 14:30–16 Uhr – Anmeldung erforderlich
- **Telefon-Sprechstunde** Tel. 552887
Jeden Dienstag und Donnerstag 11–12 Uhr
- **Stammtisch für pflegende An- und Zugehörige** Tel. 2909312
3. Mittwoch in den ungeraden Monaten von 14:15–15:45 Uhr
3. Dienstag in den geraden Monaten von 17–18:30 Uhr
- **Spaziergänge für pflegende und betreuende Angehörige** Tel. 552887
1. Dienstag im Monat von 14–16 Uhr – Anmeldung erforderlich
Treffpunkt bitte nachfragen, s. a. Veranstaltungshinweise in der Badischen Zeitung

Für die Betreuung der zu pflegenden Angehörigen, können die teilnehmenden Angehörigen über „kleblatt“, eine Initiative der pflegeBegleitung, Betreuungsmöglichkeiten erfragen
Tel. 2909312

Wegbegleiter – offener Gesprächskreis für pflegende Angehörige..... Tel. 81974

Stadteiltreff Betzenhausen-Bischofslinde, Haus Albert
Sundgaullee 9, 79114 Freiburg
Treffen einmal im Monat am Montag 17–18:30 Uhr

Urlaubsmöglichkeiten für Pflegende und ihre pflegebedürftigen Angehörigen

Einmal raus aus dem Alltag und gemeinsam einen Urlaub verbringen – hierfür gibt es verschiedene Möglichkeiten für Pflegende und ihre Angehörigen.
Beim Seniorenbüro mit Pflegestützpunkt gibt es eine Übersicht über Anbieter, welche Informationen zu Urlaubsmöglichkeiten zusammenstellen.

Die Betreuungskosten des Aufenthalts können teilweise über die Leistungen der Pflegeversicherung finanziert werden, z. B. Kurzzeitpflege bis zu 1.744 €/Jahr, Verhinderungspflege bis zu 1.612 €/Jahr und/oder den Entlastungsbetrag bis 1.500 €/Jahr.

Differenzierte Informationen zu den Kosten und Erstattungsmöglichkeiten gibt es bei den jeweiligen Reiseanbietern und Ihrer Pflegekasse.

☞ Kapitel 6.5 Barrierefreies Reisen

Kur und Rehabilitation

Durch eine medizinische Vorsorge- oder Rehabilitationsmaßnahme kann man seine körperliche und seelische Gesundheit aktiv stärken. Medizinisch-therapeutische Anwendungen, psychosoziale Betreuung, Gruppenangebote und Vorträge sind Bestandteil einer solchen Maßnahme. Das Seniorenbüro mit Pflegestützpunkt berät zu Angeboten speziell für pflegende Angehörige.

Für eine Kostenübernahme ist ein Antrag mit ärztlichem Attest erforderlich. Die Antragstellung läuft über die Krankenversicherung.

Zeitgleich kann die/der Pflegebedürftige in der jeweiligen Reha- oder einer Pflegeeinrichtung versorgt werden. Die Kosten hierfür werden i.d.R. von Ihrer Krankenkasse bzw. ab 1.7.2024 auch der Pflegekasse der pflegebedürftigen Person übernommen.

16 | Sterben und Trauer

Der Prozess des Sterbens ist für jeden Menschen individuell – und betrifft doch alle Menschen gleichermaßen. Zwischen Normalität und Überwältigung kann das Thema Tod das Leben unterschiedlich beeinflussen. Offen darüber zu sprechen und Wünsche und Sorgen mit Nahestehenden zu teilen sind dabei erste Schritte der Verarbeitung.

Erste Anhaltspunkte in der Auseinandersetzung mit dem Thema Tod bieten unter anderem folgende Angebote:

• Die letzten Tage und Stunden

Broschüre über Begleitung und mögliche Veränderungen am Ende des Lebens
Bestellbar bei der Hospizgruppe Freiburg e.V. (☞ 16.3)

• Palliative Care Tipps

Broschüren zum Umgang mit im Sterbeprozess auftretenden Symptomen
Digital abrufbar über die Elisabeth-Kübler-Ross-Akademie
www.elisabeth-kuebler-ross-akademie.de/veroeffentlichungen

• Der Letzte Hilfe Kurs

Basis-Kurs zu Wissen und Umsorgung von Mitmenschen am Ende des Lebens
Vier Module à 45 Minuten; Durchführung an einem Nachmittag/Abend
Infos und Anmeldung unter: www.letztehilfe.info

Mit fortschreitendem Sterbeprozess kann ein erhöhter Bedarf an Unterstützung für die betroffene Person als auch für ihre Angehörigen auftreten. Welche Institutionen in Freiburg dabei auf unterschiedliche Art und Weise helfen können, wird in den folgenden Abschnitten dargestellt.

16.1 Ambulante Palliativversorgung

Die ambulante Palliativversorgung ist auf Menschen mit einer unheilbaren, fortgeschrittenen Erkrankung ausgerichtet, die in ihrer letzten Lebensphase sind. Bestehende Hilfesysteme der Betroffenen und ihren Angehörigen wie Haus- und Fachärzte, Pflegedienste und stationäre Einrichtungen werden dabei eingebunden. Ziel ist es, ein Leben bis zum Tod in der vertrauten Umgebung zu ermöglichen. Es gibt zwei Formen der ambulanten Palliativversorgung: Die Allgemeine Ambulante Palliativversorgung (AAPV) wird in der Regel von niedergelassenen Haus- oder Fachärzten, stationären Pflegeeinrichtungen sowie ambulanten Pflegediensten erbracht. Die Spezialisierte Ambulante Palliativversorgung (SAPV) wird ergänzend zu den bestehenden Hilfesystemen erbracht. Sie ist vor allem dann notwendig, wenn sich ein Krankheitsverlauf als äußerst komplex und intensiv darstellt und massive Probleme mit sich bringt. Die SAPV wird haus-/ fachärztlich verordnet. Die Kosten werden von den gesetzlichen Krankenkassen übernommen.

Palliativnetz Freiburg gGmbH **Tel. 38098880**
Karlsruher Straße 3, 79108 Freiburg
info@palliativnetz-freiburg.de, www.palliativnetz-freiburg.de

Palliative Care Team SPES **Tel. 270-31952**
Brückenpflege & Spezielle ambulante Palliativversorgung
am Universitätsklinikum Freiburg, Klinik für Palliativmedizin
Robert-Koch-Straße 3, 79106 Freiburg
spes@uniklinik-freiburg.de, <https://sapv-spes.uniklinik-freiburg.de>

16.2 Palliativstation

Auf einer Palliativstation werden Menschen mit einer lebensverkürzenden Erkrankung behandelt, um dann in dem bestmöglichen Gesundheitszustand nach Hause, in ein Pflegeheim oder in ein Hospiz entlassen zu werden. Palliativstationen sind nicht auf Dauerversorgung ausgelegt, sondern dienen zur therapeutischen bzw. symptomatischen Einstellung von Betroffenen im Sterbeprozess.

Die Uniklinik Freiburg verfügt über eine eigene Palliativstation in der Klinik für Palliativmedizin. Bei Fragen rund um die Aufnahme und Versorgung wird um telefonische Kontaktaufnahme gebeten.

Klinik für Palliativmedizin **Tel. 270-95900**
Robert-Koch-Straße 3, 79106 Freiburg
palliativstation@uniklinik-freiburg.de
www.uniklinik-freiburg.de/palliativmedizin/palliativstation.html

16.3 Hospizarbeit

Hospizdienste setzen sich für eine einfühlsame Begleitung Sterbender in ihrer letzten Lebensphase ein. Schwerkranken Menschen sollen möglichst ohne Schmerzen leben können, umsorgt von Familie und Freunden zu Hause, im Krankenhaus, im Pflegeheim oder in einem stationären Hospiz.

Die **Hospizgruppe Freiburg** bietet Beratung und Gespräche im Hospizbüro zu allen Fragen, die mit Sterben, Tod und Trauer verbunden sind. Sie schult Ehrenamtliche für die Begleitung Sterbender und die Entlastung der Zugehörigen und vermittelt sie für Besuche und Unterstützung im Krankenhaus, zu Hause und auch im Pflegeheim. Zusätzlich gibt es verschiedene Angebote im Bereich der Trauerbegleitung, wie Trauergruppen, Trauerwandern und Traueryoga.

Hospizgruppe Freiburg e. V. **Tel. 8814988**
Türkenlouisstraße 22, 79102 Freiburg (vorübergehend in der Talstr. 29, 79102 Freiburg)
hospizgruppe@hospizgruppe-freiburg.de www.hospizgruppe-freiburg.de
• Di, 14:30–16:30 Uhr / Do, 15–18 Uhr / Fr, 10–13 Uhr
• Sa, So und feiertags **Tel. 0173 3190085**

Nicht immer ist es möglich, zu Hause zu sterben. Im stationären Hospiz können Menschen einziehen, die

- an einer schweren, unheilbaren Erkrankung leiden, bei der keine weitere Therapie möglich oder erwünscht ist und
- deren Versorgung zu Hause (mit den möglichen ambulanten Diensten) nicht mehr gewährleistet ist und
- deren Lebenserwartung auf wenige Wochen bis Monate begrenzt ist.

Durch das enge Zusammenwirken von Fachpersonal, Angehörigen und ehrenamtlichen Hospizhelfern sind eine verlässliche Pflege und eine intensive menschliche Begleitung bis zum Tode gegeben. Auch die beteiligten Familien und Freunde werden in den Prozess miteinbezogen, begleitet und in der Bewältigung ihrer Lebenssituation unterstützt.

Das **Hospiz Karl Josef** befindet sich derzeit aufgrund von Renovierungsarbeiten der Räumlichkeiten in der Türkenlouisstraße 22 vorübergehend im Caritas-Haus St. Joachim unter der folgenden Adresse:

Hospiz Karl Josef gGmbH **Tel. 70480-0**
Kronenmattenstraße 3, 79100 Freiburg
info@hospiz-karl-josef.de, www.hospiz-karl-josef.de
Bürozeiten für Anfragen: Mo–Fr, 9–12 Uhr

16.4. Todesfall und Bestattung

Wenn ein Mensch zu Hause verstorben ist, muss zunächst der ärztliche Bereitschaftsdienst verständigt werden, damit dieser den Totenschein ausstellen kann. Bei einem Sterbefall im Krankenhaus übernimmt die Klinik diese Formalität. Der Totenschein wird für die Ausstellung der Sterbeurkunde benötigt. In der Regel wird ein Bestattungsdienst beauftragt, der dann die Formalitäten und sonstige Themen rund um die Bestattung regelt.

Bestattungsdienste

Die Friedhofsverwaltung arbeitet eng mit den jeweiligen Bestattungsdiensten in Freiburg zusammen. Diese sind unter den angegebenen Telefonnummern Tag und Nacht erreichbar:

Stadt Freiburg – Bestattungsdienst **Tel. 273044**
Friedhofstraße 8, 79106 Freiburg
bestattungsdienst@stadt.freiburg.de, www.freiburg.de

Lichtblicke Bestattungen OHG **Tel. 273344**
Tennenbacher Straße 50, 79106 Freiburg
info@lichtblicke-bestattung.de, www.lichtblicke-bestattung.de

Freiburger Bestattungsinstitut Müller **Tel. 282930**
Tennenbacher Straße 46, 79106 Freiburg
info@bestattungsinstitut-mueller.de, www.bestattungsinstitut-mueller.de

Horizonte Bestattungen & Trauerbegleitung

- **Horizonte auf der Haid** **Tel. 5904000**
Haierweg 23 a, 79114 Freiburg
info@horizonte-haid.de, www.horizonte-haid.de
- **Horizonte Dreisamtal** **Tel. 7676880**
Kunzenweg 5, 79117 Freiburg
horizonte@dreisamtal-bestattungen.de, www.horizonte-im-dreisamtal.de
- **Horizonte am Moosweiher** **Tel. 5169990**
Böcklerstraße 1, 79110 Freiburg
info@horizonte-moosweiher.de, www.horizonte-moosweiher.de

Der **Friedhofswegweiser** mit Informationen über die Freiburger Friedhöfe und weiteren Informationen rund um das Thema Bestattung ist bei der Friedhofsverwaltung erhältlich.

16.5 Trauerbegleitung und Seelsorge

Der Tod eines nahestehenden Menschen bedeutet einen tiefen Einschnitt in das eigene Leben. Der Umgang mit einer solchen Situation ist bei jedem Menschen individuell. Verschiedene Formen von Begleitung können die persönliche Verarbeitung und die

Bewältigung eines Todesfalls im Trauerprozess und darüber hinaus unterstützen. In Freiburg gibt es dazu folgende Angebote:

Einzelgespräche für Trauernde, Gesprächskreis Tel. 7903-3522 für Trauernde – Trauer, Abschied, Neubeginn

Heinrich-Hansjakob-Haus, Talstraße 29, 79102 Freiburg
heinrich-hansjakob-haus@caritas-freiburg.de, www.heinrich-hansjakob-haus.de
Ort und Zeit nach Vereinbarung

Hospizgruppe Freiburg e. V. Tel. 8814988

Türkenlouisstraße 22, 79102 Freiburg
hospizgruppe@hospizgruppe-freiburg.de, www.hospizgruppe-freiburg.de
Fachliche Beratung, Angebote für Kinder, Jugendliche und Erwachsene sowie Menschen mit Behinderung, Gruppenangebote
Zusätzliche Angebote der Hospizgruppe Freiburg e. V.:

- **Der erste Montag:**
Offene Begegnung für Trauernde ab 50 Jahren, jeden 1. Montag im Monat
- **Der zweite Samstag:**
Aufbruch – Trauernde wandern jeden 2. Samstag im Monat, in Kooperation mit dem Deutschen Alpenverein, Sektion Freiburg

Arbeitskreis Leben (AKL) Tel. 33388

Hilfen in Lebenskrisen/Suizidprävention (auch für Angehörige)
Talstraße 29, 79102 Freiburg
akl-freiburg@ak-leben.de, www.akl-freiburg.de
Für Hinterbliebene, die einen Menschen durch Suizid verloren haben.

c-punkt Freiburg – Seelsorge Tel. 70889550

Herrenstraße 33, 79098 Freiburg
info@c-punkt-freiburg.de, www.c-punkt-freiburg.de
Seelsorgerische Gesprächsangebote bei Sorgen und Trauer
Zusätzliches Angebot des c-punkt Freiburg:

- **Trauer im Café:**
Offener Austausch für Menschen, die Abschiedssituationen erleben oder erlebt haben im Café Inklusiv im c-punkt Freiburg, in Kooperation mit der Hospizgruppe Freiburg e. V.
Termine telefonisch nachfragen.

Lebens-Spuren – Treffpunkt für Trauernde Tel. 807130

Offenes Wohnzimmer im Haus Albert
Sundgaullee 9, 79114 Freiburg
Richtet sich an Personen, die einen nahestehenden Menschen durch Tod verloren haben.
Jeden 2. Donnerstag im Monat, 16–18 Uhr

17 | Finanzielle Leistungen

Alle im Folgenden genannten Leistungen setzen einen Antrag voraus. Leistungen werden in der Regel erst ab Antragstellung gewährt. Informationen zu Behörden und Verfahrensbeschreibungen (in welcher Lebenslage können welche Leistungen beantragt werden?) gibt es über den Behördenwegweiser der Verwaltung in Baden-Württemberg unter www.service-bw.de.

17.1 Renten- und Versorgungsangelegenheiten

Für viele Menschen ist die Rente das wesentliche – oft das einzige – Einkommen im Alter. Entsprechend wichtig ist es, sich rechtzeitig und umfassend zu informieren.

Stadt Freiburg – Amt für Bürgerservice – Rentenbüro Tel. 201-0

Fehrenbachallee 12, 79106 Freiburg
buergerservice@stadt.freiburg.de, www.freiburg.de
Kontenklärung und Entgegennahme von Rentenanträgen der Dt. Rentenversicherung

Deutsche Rentenversicherung Baden-Württemberg Tel. 20707-0

Regionalzentrum Freiburg, Heinrich-von-Stephan-Straße 3, 79100 Freiburg
regio.fr@drv-bw.de, www.deutsche-rentenversicherung-bw.de
Kostenlose Auskunft und Beratung in allen Fragen zur Rentenversicherung

17.2 Schwerbehindertenausweis

Einen Schwerbehindertenausweis kann beantragen, wer für mindestens sechs Monate eine körperliche, seelische oder geistige Beeinträchtigung hat und dadurch an der gleichberechtigten Teilhabe an der Gesellschaft gehindert ist. Je nach Art und Grad der Behinderung sind im Ausweis auch verschiedene Merkzeichen eingetragen, die zu bestimmten Vergünstigungen wie z. B. unentgeltlicher Beförderung im Nahverkehr, Rundfunkgebührenermäßigung, Telefongebührenermäßigung oder steuerlichen Vergünstigungen berechtigen können.

Auskunft, Beratung und Antragstellung Tel. 2187-9360

Landratsamt Breisgau-Hochschwarzwald
Versorgungsamt – Fachbereich 360
Bismarckallee 18–20, 79098 Freiburg
schwerbehindertenrecht@lkbh.de, www.breisgau-hochschwarzwald.de

Parkerleichterungen für Menschen mit schweren Behinderungen

Schwerbehinderte Menschen mit einer außergewöhnlichen Gehbehinderung (Merkzeichen aG), beidseitiger Amelie oder Phokomelie oder mit vergleichbaren Funktionseinschränkungen sowie blinde Menschen können eine Ausnahmegenehmigung (den „blauen Parkausweis“) erhalten. Nur mit dem blauen Parkausweis darf auf Behinderten-

Parkplätzen mit Rollstuhl-Symbol geparkt werden. Der „blaue Parkausweis“ gilt in allen Staaten der Europäischen Union. Daneben gibt es auch den „orangefarbenen Parkausweis“, der besonderen Gruppen schwerbehinderter Menschen eine Parkerleichterung erlaubt.

Auskunft und Antragstellung **Tel. 201-0**
Stadt Freiburg – Amt für Bürgerservice
Fehrenbachallee 12, 79106 Freiburg
buergerservice@stadt.freiburg.de, www.freiburg.de/buergerservice

Freifahrten für schwerstgehbehinderte Menschen können unter bestimmten finanziellen Voraussetzungen beim Amt für Soziales beantragt werden (☞ **Kapitel 17.5 Sozialleistungen**).

17.3 Kranken- und Pflegeversicherung

Die Krankenversicherung

Krankenversicherte Menschen haben Anspruch auf Krankenbehandlung. Diese umfasst die ärztliche und zahnärztliche Behandlung, einschließlich Psychotherapie, Arznei, Heil- und Hilfsmittel, häusliche Kranken- und Behandlungspflege, Palliativversorgung sowie die Krankenhausbehandlung und Rehabilitation. Diese Maßnahmen zur Heilung oder Linderung von Krankheit oder zur Verhinderung von Pflegebedürftigkeit werden vom Arzt verordnet.

Für medizinische Leistungen wird grundsätzlich eine Eigenbeteiligung erhoben. Beratung und Antragstellung erfolgt bei den **Krankenkassen**.

Zuzahlungen und Zuzahlungsbefreiung

Die Zuzahlungen (z. B. Eigenbeträge für verschreibungspflichtige Arznei- und Verbandsmittel, Physiotherapie, Ergotherapie, Klinikaufenthalte, ambulante und stationäre Reha, Hilfsmittel) sind auf maximal 2% des jährlichen Bruttoeinkommens begrenzt. Für Menschen mit einer dauerhaften chronischen Erkrankung, die seit mindestens einem Jahr behandelt wird, liegt die Zuzahlungsgrenze bei 1% des Jahresbruttoeinkommens. Bei Erreichen der Eigenbeteiligungsgrenze kann die Befreiung bei der Krankenkasse beantragt werden. Dafür ist es wichtig, alle Belege von Zuzahlungen zu sammeln.

Internet-Tipp: Unter www.aponet.de/service/krankenkasse/zuzahlungsrechner (Gesundheitsportal der Deutschen Apotheker/innen) kann man die persönliche Zuzahlungsgrenze ausrechnen.

Die Pflegeversicherung

Pflegebedürftig im Sinne des Pflegeversicherungsgesetzes (SGB XI) sind Menschen, die gesundheitlich in ihrer Selbständigkeit und ihren Fähigkeiten beeinträchtigt sind und auf Dauer, voraussichtlich für mindestens sechs Monate, der Hilfe durch andere Personen bedürfen.

Um Leistungen der Pflegeversicherung zu erhalten, ist zunächst ein **Antrag** bei der Pflegekasse zu stellen. Gesetzlich versicherte Personen sind dort pflegeversichert, wo sie auch krankenversichert sind. Der Antrag wird von der Pflegekasse an den Medizinischen Dienst Baden-Württemberg (MD) weitergeleitet, der die **Begutachtung** durchführt und den Grad der Pflegebedürftigkeit feststellt. Die Leistungen richten sich nach dem entsprechenden Pflegegrad und danach, ob der Pflegebedürftige zu Hause oder in einer stationären Pflegeeinrichtung lebt.

Eine ausführliche Übersicht über die Leistungen der Pflegeversicherung und wie diese eingesetzt werden können, ist im Seniorenbüro mit Pflegestützpunkt erhältlich. Beratung und Antragstellung erfolgt bei den **Pflegekassen**

17.4 Vergünstigungen

Unter bestimmten Voraussetzungen sind Vergünstigungen in verschiedenen Bereichen möglich – diese muss man jedoch kennen. Im folgenden Kapitel sind verschiedene Vergünstigungen und Befreiungen, die man im Alter, bei Pflegebedürftigkeit oder bis zu einer gewissen Einkommensgrenze erhalten kann, zu finden.

Rundfunk- und Fernsehgebührenbefreiung

Wer Anspruch auf bestimmte Sozialleistungen wie zum Beispiel Grundsicherung im Alter und bei Erwerbsminderung, Hilfe zur Pflege, Blindenhilfe, Bürgergeld (früher Arbeitslosengeld II) hat, kann sich von der Rundfunkbeitragspflicht mit einem Antrag befreien lassen. Empfänger*innen von Arbeitslosengeld I, Wohngeld oder Übergangsgeld haben keinen Anspruch auf eine Befreiung.

Menschen, denen das Merkzeichen „RF“ zuerkannt wurde, beteiligen sich mit einem Drittelbeitrag an der Rundfunkfinanzierung.

ARD ZDF Deutschlandradio Beitragsservice **Tel 01806 99955510**
Postfach: 50656 Köln
www.rundfunkbeitrag.de

Entsprechende Formulare gibt es auch am Empfang des Amtes für Soziales der Stadt Freiburg (☞ **Kapitel 17.5 Sozialleistungen**).

Sozialtarif beim Telefonieren

Die Deutsche Telekom bietet unter bestimmten Voraussetzungen einen Sozialtarif auf die Entgelte für Verbindungen im Festnetz der Deutschen Telekom. Eine Vergünstigung von monatlich maximal 6,94 Euro erhalten Personen, die von der Rundfunkgebühr befreit sind oder eine Ermäßigung erhalten.

Eine Vergünstigung von maximal 8,72 Euro erhalten blinde, gehörlose oder sprachbehinderte Menschen mit einem Behinderungsgrad von mindestens 90.

www.telekom.de **Tel. 0800 3301000**
Antragsformulare können online unter www.telekom.de abgerufen werden.

Telekom Shop Freiburg

- Kaiser-Joseph-Straße 203, 79098 Freiburg Tel. 283990
- Munzinger Straße 1 Tel. 44774700
- Käthe-Kollwitz-Straße 18 Tel. 44084

Telefonkosten können mit sogenannten Billigvorwahlen gespart werden, Tarifrrechner gibt es im Internet z. B. unter www.teltarif.de oder www.tariftipp.de.

Kostenlose Kulturveranstaltungen über KulturWunsch Freiburg e. V.

Der gemeinnützige Verein KulturWunsch Freiburg ermöglicht Menschen mit geringem Einkommen den Besuch von Kulturveranstaltungen (Theater, Konzert etc.).

Dazu werden nicht verkaufte Karten einer Veranstaltung kostenfrei an diesen Personenkreis vergeben. Für die Vermittlung der Karten können sich Personen, die eine gewisse Einkommensgrenze (1.100 € bei Einzelpersonen, 1.400 € bei Zweipersonenhaushalten) unterschreiten, für ein Jahr als KulturGast registrieren lassen.

KulturWunsch Freiburg e. V. Tel. 61257737

Wannerstraße 33, 79106 Freiburg
info@kulturwunsch-freiburg.de, www.kulturwunsch-freiburg.de

FreiburgPass

Empfänger*innen von Sozialleistungen können mit dem FreiburgPass Ermäßigungen bei Bildungs- und Kulturangebote erhalten.

Informationen unter www.freiburg.de/freiburgpass

Die Antragsstellung erfolgt beim Amt für Soziales (☎ Kapitel 17.5 Sozialleistungen)

Sozialticket – Ermäßigung für den Freiburger Nahverkehr

Empfänger*innen von Grundsicherung, Sozialhilfe, Wohngeld oder Asylbewerberleistungen können vergünstigte Tickets für öffentliche Verkehrsmittel erhalten. Das Sozialticket wird bei dem Amt beantragt, bei dem auch andere Leistungen gezahlt werden oder beantragt sind (Amt für Soziales, Jobcenter oder Amt für Migration und Integration).

Informationen unter www.freiburg.de/sozialticket

Ermäßigte BahnCard für Senior*innen und Menschen mit Behinderung

Bei der Deutschen Bahn erhalten Personen ab 65 Jahren sowie Personen, die wegen voller Erwerbsminderung eine Rente beziehen und Menschen mit einem Grad der Behinderung von mindestens 70 eine Ermäßigung für die BahnCard 25 und BahnCard 50. Diese gilt jeweils ein Jahr. Informationen sind unter www.bahn.de/bahncardsenioren erhältlich oder bei den Geschäftsstellen der Deutschen Bahn.

Möglichkeiten ausgeschöpft sind. Das sind im Wesentlichen vorrangige Versicherungs- und Versorgungsleistungen, der Einsatz des eigenen Einkommens und Vermögens.

Leistungen beim Amt für Soziales in Freiburg

Die Hauptaufgabe des Amtes für Soziales ist es, wirtschaftliche und persönliche Hilfen für Bürger*innen der Stadt Freiburg bereitzustellen. Auf dieser Grundlage werden vom Amt für Soziales Leistungen z. B. an dauerhaft voll erwerbsgeminderte Menschen, ältere und ggf. pflegebedürftige Menschen, wohnungslose oder von Wohnungslosigkeit bedrohte Menschen und Menschen mit Behinderung gewährt (www.freiburg.de).

Empfang Tel. 201-3507

Fehrenbachallee 12, 79106 Freiburg (barrierefreier Zugang)
afs@stadt.freiburg.de, www.freiburg.de/afs

- Auch der **Freiburg Pass** der Stadt Freiburg wird dort ausgegeben. Mit dem Pass erhalten Empfänger*innen von Leistungen nach dem Sozialgesetzbuch XII diverse Vergünstigungen bei kulturellen Angeboten in Freiburg. Das komplette Angebot ist auf www.freiburg.de/freiburgpass abrufbar.
- Weiter sind Antragsformulare auf **Befreiung vom Rundfunkbeitrag** erhältlich. Der Empfang ist bei der Antragstellung behilflich.

Soziale Erstberatung Tel. 201-3966/-3967

Fehrenbachallee 12, 79106 Freiburg
afs@stadt.freiburg.de

Insbesondere bei zunächst unklaren, mehrschichtigen Anliegen oder Unterstützungsbedarf prüft die Soziale Erstberatung zunächst, wer für ein Anliegen oder einen Antrag zuständig ist.

Wohngeld

Wohngeld erhält man, wenn man nicht über ausreichendes Einkommen verfügt, um den Wohnraum bezahlen zu können. Das Wohngeld für Mieter*innen heißt Mietzuschuss, das Wohngeld für Eigentümer*innen von selbst genutztem Wohnraum heißt Lastenzuschuss. Die Höhe ist vom Einzelfall abhängig. Es orientiert sich an der Haushaltsgröße, dem Einkommen und der Miete beziehungsweise Belastung. Im Falle einer Schwerbehinderung und/oder Pflegebedürftigkeit gibt es Freibeträge, die sich wohngelderhöhend auswirken. Keinen Wohngeldanspruch haben Empfänger*innen von Arbeitslosengeld II, Sozialhilfe- und Grundsicherungsleistungen.

Wohngeldstelle Tel. 201-5480

Fahnenbergplatz 4, 79098 Freiburg
wohngeld@stadt.freiburg.de

Wohnberechtigungsschein

Ein Wohnberechtigungsschein ermöglicht die Anmietung einer geförderten Wohnung, die in der Regel kostengünstiger als eine frei finanzierte Wohnung ist. Bei Anspruch auf eine geförderte Wohnung ist die Wohnungsgröße abhängig von der Zahl der Haus-

17.5 Sozialleistungen

Jeder Mensch kann durch Krankheit, Behinderung oder finanzielle Engpässe in eine Notlage geraten, in der er sich nicht mehr selbst helfen kann. Anspruch auf Unterstützungsleistungen oder Sozialhilfe bestehen in der Regel erst dann, wenn alle anderen

haltsmitglieder. Je nach Art und Höhe der Wohnraumförderung sind die Kaltmieten und die Einkommensgrenzen, die zum Bezug einer geförderten Wohnung berechtigten, verschieden.

Wohnberechtigungsschein **Tel. 201-5480**
Fahnenbergplatz 4, 79098 Freiburg
wbs@stadt.freiburg.de

Grundsicherung im Alter und bei Erwerbsminderung

Anspruch auf Grundsicherung kann ab dem gesetzlichen Rentenalter oder bei einer dauerhaften vollen Erwerbsminderung bestehen. Die Leistung erstreckt sich auf alle notwendigen Aufwendungen des täglichen Bedarfs (Ernährung, Kleidung, Körperpflege, Kommunikation u.a.). Die laufende Hilfe bemisst sich nach Regelbedarfsstufen sowie den angemessenen Kosten für die Unterkunft. Ein Mehrbedarf kann bei bestimmten Erkrankungen oder Behinderungen (z. B. Merkzeichen „G“ im Schwerbehindertenausweis) anerkannt werden.

Sachgebiet Existenzsichernde Leistungen **Tel. 201-3602**
Fehrenbachallee 12, 79106 Freiburg
afs@stadt.freiburg.de

Ambulante und stationäre Hilfen zur Gesundheit und zur Pflege

Hilfen zur Gesundheit

Hilfen zur Gesundheit erhalten Personen ohne entsprechenden Krankenversicherungsschutz.

Sachgebiet Pflege/Krankenhilfe, Krankenhaushilfe **Tel. 201-3626/-3693**
Fehrenbachallee 12, 79106 Freiburg
afs@stadt.freiburg.de

Hilfe zur Pflege

Die Hilfe zur Pflege unterstützt pflegebedürftige Menschen zu Hause oder im Pflegeheim, wenn die Leistungen der Kranken- und Pflegeversicherung nicht ausreichen und die Aufwendungen für die Pflege nicht aus eigenen Mitteln bezahlt werden können. Der Sozialdienst Pflege berät über die Hilfsmöglichkeiten, klärt ggf. bei einem Hausbesuch die notwendigen Hilfen ab und nimmt die entsprechenden Anträge entgegen.

- **Sachgebiet Pflege – Servicetelefon** **Tel. 201-3652**
Fehrenbachallee 12, 79106 Freiburg
afs@stadt.freiburg.de
- **Sozialdienst Pflege** **Tel. 201-3695 bis -3698**
Fehrenbachallee 12, 79106 Freiburg
afs@stadt.freiburg.de

Landesblindenhilfe

Landesblindenhilfe erhalten blinde oder hochgradig sehbehinderte Menschen, deren Sehschärfe auf dem besseren Auge nicht mehr als 1/50 beträgt (Nachweis durch das Merkzeichen „Bl“ im Schwerbehindertenausweis). Die Landesblindenhilfe ist nicht von Einkommen und Vermögen abhängig. Darüber hinaus kann bei geringem Einkommen und Vermögen ein ergänzender Anspruch auf ergänzende Blindenhilfe nach SGB XII bestehen.

Sachgebiet Pflege/Blindenhilfe **Tel. 201-3626/-3693**
Fehrenbachallee 12, 79106 Freiburg
afs@stadt.freiburg.de

Leistungen für Menschen mit Behinderung

Anspruch auf Eingliederungshilfe haben Menschen, die durch eine dauerhafte Behinderung (körperlich, geistig, seelisch) wesentlich in ihrer Fähigkeit eingeschränkt sind, an der Gesellschaft teilzuhaben oder von einer solchen Behinderung bedroht sind. Die Ausgestaltung der Hilfen richtet sich nach dem individuell festgestellten Bedarf.

Ansprechstelle Eingliederungshilfe **Tel. 201-3702**
Fehrenbachallee 12, 79106 Freiburg
ansprechstelle@stadt.freiburg.de, www.freiburg.de/ansprechstelle-ingliederungshilfe
Sprechzeiten: Mo–Fr, 9–12 Uhr

Information und Beratung zu Leistungen der Teilhabe sowie zum Leistungsrecht für Menschen mit Beeinträchtigung und deren Angehörigen, Unterstützung bei der Antragstellung auf Leistungen der Eingliederungshilfe

Freifahrten für schwerstgebehinderte Menschen

Zur Teilnahme am gesellschaftlichen Leben können schwerstgebehinderte Menschen, insbesondere solche die auf einen Rollstuhl angewiesen sind, Freifahrten mit entsprechenden Fahrzeugen erhalten.

Als Nachweis dazu genügt der Schwerbehindertenbescheid / der Schwerbehindertenausweis mit Merkzeichen „aG“. Sofern nur Merkzeichen „G“ eingetragen ist, wird zusätzlich ein ärztliches Attest benötigt. Das Attest muss der antragstellenden Person bescheinigen, dass sie den öffentlichen Personennahverkehr im Zusammenhang mit der Gehbehinderung nicht benutzen kann.

Personen, die ein eigenes Kraftfahrzeug besitzen bzw. Haushalte, in denen ein Kraftfahrzeug vorhanden ist, das auch für die behinderte Person eingesetzt werden kann, haben keinen Anspruch auf diese Hilfe.

Leistungen für Menschen mit Behinderung **Tel. 201-3702**
Fehrenbachallee 12, 79106 Freiburg
afs@stadt.freiburg.de

18 | Öffentliche und barrierefreie Toiletten

Wer unterwegs ist, benötigt früher oder später eine Toilette. Wenn keine Möglichkeit besteht oder die Toilette bei eigenen Einschränkungen nicht nutzbar ist, kann dies die Aktivitäten und den eigenen Radius sehr einschränken. Die verschiedenen Standorte von (barrierefreien) Toiletten werden nachfolgend aufgeführt.

Informationen und eine Karte zu den **öffentlichen und netten Toiletten** sind zudem unter www.visit.freiburg.de zu finden:

Öffentliche Toiletten

In der **Innenstadt** gibt es insgesamt sieben öffentliche Toiletten:

- Augustinerplatz, Augustinerplatz 1 (10–22 Uhr, barrierefrei)
- Bertoldstraße, Bertoldstraße 17 (9–22 Uhr)
- Karlsbau, Karlsplatz (7–22 Uhr, barrierefrei)
- Münsterplatz/Stadtbibliothek, Münsterplatz 17 (6–21 Uhr, barrierefrei)
- Stadtgarten, Jacob-Burckhardt-Straße 2 (9–19 Uhr, barrierefrei)
- Turmstraße, Turmstraße 28 (9–22 Uhr)
- Wall-Toilette, Rotteckring 2 (nur mit Euroschlüssel)

Weitere öffentliche Toiletten befinden sich insbesondere in Parkanlagen z. B. im Seepark, Dietenbachgelände, Joseph-Bandel-Anlage oder am Moosweiher.

Nette Toilette

Es gibt in Freiburg 19 Gastrobetriebe, bei denen die Toilette kostenfrei genutzt werden darf. Eine Plakette an der Tür mit der Aufschrift „Nette Toilette“ informiert über die Möglichkeit der Nutzung und über die Barrierefreiheit.

Toiletten für Alle

Schwer- und mehrfachbehinderte Menschen können rein barrierefreie Toiletten häufig nicht nutzen. Für diese Menschen gibt es in Freiburg neun „Toiletten für Alle“. Sie bieten einen Lifter, eine höhenverstellbare Pflegeliege und ein großes Rollstuhl-WC.

Standorte:

- C-Punkt Münsterforum, Herrenstraße 33
- Dreifeldhalle, FT 1844 e. V., Schwarzwaldstraße 181
- Haus der Jugend, Uhlandstraße 2
- Innenstadtrathaus, Rathausplatz 2–4
- Mundenhof, Mundenhof 37
- Rathaus am Stühlinger (Altbau), Fehrenbachallee 12
- Schauinslandbahn Berg- und Talstation, Bohrerstraße 11, 79289 Horben
- Europa-Park Stadion, Achim-Stocker-Straße 1
- Stadtbibliothek Freiburg, Münsterplatz 17

Weitere Informationen unter: www.toiletten-fuer-alle-bw.de

Für Veranstaltungen kann zudem eine „mobile Toilette für alle“ von der Freiburger Wirtschaft Touristik und Messe (FWTM) zur Verfügung gestellt oder von Veranstaltern gemietet werden. Informationen unter www.freiburg.de/mobile-toilette-fuer-alle/ und Anmietung unter der E-Mailadresse: info.maerkte@fwtm.de

Euroschlüssel zur Nutzung barrierefreier Toiletten

Um Menschen mit Behinderung oder speziellen Erkrankungen die Nutzung von barrierefreien Toiletten zu ermöglichen, gibt es den sogenannten Euroschlüssel. Dieser Generalschlüssel öffnet öffentliche Toiletten, Toiletten in Autobahnraststätten oder in öffentlichen Einrichtungen und Behörden. Den Euroschlüssel erhalten Menschen mit Schwerbehindertenausweis mit Merkzeichen **aG** oder **G** ab 70% GdB, **B**, **H** oder **BL**. Auch Menschen mit Erkrankungen wie z. B. Multiples Sklerose, Morbus Crohn oder Träger eines Stomas können einen Euroschlüssel erhalten. Alternativ zum Schwerbehindertenausweis kann die Berechtigung mit ärztlichem Attest nachgewiesen werden.

Ausgabe des Euroschlüssels in Freiburg (Schutzgebühr 31 €):

Ring der Körperbehinderten e. V.

Meckelhof 1, 79110 Freiburg
info@ring-freiburg.de, www.ring-freiburg.de

Stadt Freiburg, Amt für Soziales – Empfang

Fehrenbachallee 12, 79106 Freiburg
afs@stadt.freiburg.de, www.freiburg.de/afs

19 | Bürgertelefone und Bürgerdienste

BürgerberatungTel. 201-0

Rathausplatz 2-4, 79098 Freiburg (barrierefrei erreichbar)

buergerberatung@stadt.freiburg.de, www.freiburg.de

Mo-Do, 8-17:30 Uhr, Fr, 8-16 Uhr

Auskunft und Beratung, amtliche Beglaubigungen, Lebensbescheinigungen, Feinstaubplaketten, Broschüren und Anträge, Anregungen und Beschwerden

BürgerserviceTel. 201-0

Fehrenbachallee 12, 79106 Freiburg (barrierefrei erreichbar)

www.freiburg.de/buergerservice, buergerservice@stadt.freiburg.de

Nach Terminvereinbarung

Service: amtliche Beglaubigungen, Ausweis- und Passangelegenheiten, Lebensbescheinigungen, Meldewesen, Kfz-Angelegenheiten, Feinstaubplaketten, Sonderparkausweise für schwerbehinderte Menschen

Einheitliche Behördenrufnummer Tel. 115

für allgemeine Fragen an alle Ämter und Behörden

Mo-Fr, 8-18 Uhr

Service für Gehörlose

www.gebaerdentelefon.de/115

Bundesministerium für Gesundheit

Mo-Mi, 8-16 Uhr, Do, 8-18 Uhr und Fr, 8-12 Uhr

- Bürgertelefon zur KrankenversicherungTel. 030 340 60 66-01
- Bürgertelefon zur PflegeversicherungTel. 030 340 60 66-02
- Bürgertelefon zur gesundheitlichen PräventionTel. 030 340 60 66-03
- Beratungsservice für Gehörlose und Hörgeschädigte **info.gehoerlos@bmg.bund.de**
- Gebärdentelefon (Videotelefonie) **www.gebaerdentelefon.de/bmg**
www.bundesgesundheitsministerium.de

Bundesministerium für Arbeit und Soziales

Mo-Do, 8-17 Uhr, Fr, 8-12 Uhr

- Bürgertelefon zur RenteTel. 030 221911-001
- Bürgertelefon Teilzeit/Altersteilzeit/MinijobsTel. 030 221911-005
- Bürgertelefon zum Thema BehinderungTel. 030 221911-006
- Grundsicherung im Alter und bei ErwerbsminderungTel. 030 221911-008
- Service für Hörbeeinträchtigte und Gehörlose **www.gebaerdentelefon.de/bmas**
info.gehoerlos@bmas.bund.de

info@bmas.bund.de, www.bmas.de

Alzheimer-Telefon

- Alzheimer Gesellschaft Baden-Württemberg e.V.Tel. 0711 2484966
beratung@alzheimer-bw.de, www.alzheimer-bw.de
- Deutsche Alzheimer Gesellschaft e.V.Tel. 030 259379514
info@deutsche-alzheimer.de, www.deutsche-alzheimer.de

Universalschlichtungsstelle des BundesTel. 07851 7957940

Zentrum für Schlichtung e. V.

Straßburger Straße 8, 77694 Kehl am Rhein

mail@universalschlichtungsstelle.de, www.universalschlichtungsstelle.de

Verbraucherschlichtung bei Streitigkeiten in Zusammenhang mit dem Wohn- und Betreuungsvertragsgesetz (z. B. in Pflegeeinrichtungen)

Unabhängige Patientenberatung Deutschland Tel. 0800 011 77-22

Mo, Di und Do, 9:30-12 Uhr und 15-17 Uhr, Mi und Fr, 9:30-14 Uhr

www.patientenberatung.de

Kostenfreie telefonische Beratung zu gesundheitlichen und gesundheitsrechtlichen Fragen

Notfallnummern und -kontakte

Notruf (Feuerwehr, Rettungsdienst) Tel. 112

Faxnotruf für Hörgeschädigte..... Fax 112

Polizei Tel. 110

Faxnotruf für Hörgeschädigte..... Fax 110

Polizei-Zentrale Freiburg Tel. 882-0
freiburg.pp@polizei.bwl.de

**Fax-Notruf für Hörgeschädigte,
Feuerwehr-Leitstelle Freiburg** Fax 2013399

Ärztlicher Notfall-Bereitschaftsdienst Tel. 116 117
bei Lebensgefahr immer die 112 wählen

Notfallzentrum des Universitätsklinikum Freiburg..... Tel. 270-33333
Sir-Hans-A.-Krebs-Straße, 79106 Freiburg
notfallzentrum@uniklinik-freiburg.de,
www.uniklinik-freiburg.de/notfallzentrum

Apotheken-Notdienst Tel. 0800 0022833
www.apotheken.de

Meine persönlichen Notfallkontakte

1. Name _____ Tel. _____

2. Name _____ Tel. _____

3. Name _____ Tel. _____

4. Name _____ Tel. _____

Achtung bei Betrugsversuchen am Telefon!



(Weitere Informationen unter: www.polizei-beratung.de)

- **Kommt Ihnen ein Anruf verdächtig vor**, informieren Sie unverzüglich die Polizei unter der Nummer 110.
- **Lassen Sie sich am Telefon nicht unter Druck setzen.**
Legen Sie einfach den Hörer auf und besprechen Sie sich mit einer Vertrauensperson.
- **Schützen Sie Ihre persönlichen Daten**, indem Sie am Telefon keine sensiblen Informationen wie Bankdaten oder Passwörter preisgeben.
- **Überprüfen Sie die Telefonnummern von Institutionen** und seien Sie vorsichtig bei unerwarteten Anrufen und bei unbekanntem Nummern.



Information und Beratung



Rathaus im Stühlinger
Fehrenbachallee 12
79106 Freiburg

Tel. 0761 201-3032
Fax 0761 201-3039
www.freiburg.de/senioren
E-Mail: seniorenbuero@stadt.freiburg.de

Telefonische Erreichbarkeit
Mo-Mi und Fr: 9-16 Uhr
Do: 12:30-16 Uhr

Persönliche Termine und
Videoberatung nach Vereinbarung



Linien 1, 2, 3, und 4:
Rathaus im Stühlinger



Stadtseniorenrat Freiburg e. V.



Geschäftsstelle:
Schusterstraße 19
79098 Freiburg

Tel. 0761 201-3070
www.freiburg.de/stadtseniorenrat
E-Mail: info@ssr-freiburg.de

Sprechzeiten:
Mo und Do: 10-12 Uhr



Linien 1, 2, 3 und 4:
Bertoldsbrunnen