

# **Seniorengruppe Freiburg: Unterstützungsmöglichkeiten im Alter und wie sorgen wir vor?**

Über das Thema „Unterstützungsmöglichkeiten im Alter und wie sorgen wir vor?“ berichtete Brigitte Paradeis, die Leiterin des Seniorenbüros der Stadt Freiburg. Sie folgte der Einladung des Kollegen Günter Sattler, der Anfang Mai zur monatlichen Veranstaltung der Senioren Freiburg geladen hatte.

Brigitte Paradeis stellte die Schwerpunkte der Arbeit des Seniorenbüros Freiburg vor. Dazu gehören die Angebote für ältere Menschen sowie die Begegnungsstätten, die monatlich Programme anbieten. Dort haben ältere Menschen Kontakt zu gleichaltrigen in offenen Treffs. Interessierte Senioren können an einem Seniorenstudium und an organisierten Reisen teilnehmen. Auch gibt es ein großes Angebot im Bereich Sport und Gesundheit.

Ältere Menschen, die sich sportlich betätigen wollen, können sich im Seniorenbüro über ein breites Sportangebot informieren. Dazu zählen Gymnastik, Bewegungsmöglichkeiten, Wandern oder Qi Gong für Körper und Seele. Auch bei körperlichen Einschränkungen oder chronischen Erkrankungen kann das Angebot genutzt werden.

Außerdem berät das Seniorenbüro zum Thema „Wohnen für Senioren“. Es gibt 1.500 Wohnungen in Freiburg, die unterschiedlich gefördert werden.

Es gibt aber auch in anderen Bereichen Unterstützung im Alter, wie z.B. der mobile Altenservice, Patientenbegleiter, Zeitstifter, Pflegebegleitung, Kulturbegleitdienst sowie Essen auf Rädern und viele mehr.

Ein weiteres Projekt der Stadt in Zusammenarbeit mit dem Studentenwerk ist das Projekt „Wohnen mit Hilfe“. Für einen bestimmten Betrag können Studierende bei Senioren wohnen und verpflichten sich dafür zur Unterstützung im Haushalt.

Außerdem begleitet das Seniorenbüro die Betreuungsgruppen für Menschen mit Demenz. Für Entlastung der Angehörigen in der täglichen Pflege gibt es folgende Angebote: Tagesbetreuung, Kurzzeitpflege, Pflegeheime und Pflegewohngemeinschaften. Die Angebote in den Landkreisen Emmendingen und Breisgau- Hochschwarzwald kann jeder bei Bedarf abfragen. Kollege Günter Sattler bedankte sich bei Brigitte Paradeis über den sehr interessanten Vortrag.