

**Mi 04.10. "Fest der 100 Solarbalkone"** von 15 bis 18 Uhr auf dem Vauban Marktplatz: Sektanstoßen mit allen, die anlässlich der Solar-Ini „Mein Quartier Co2-neutral JETZT“ bei sich einen Solarbalkon oder eine Dachanlage installiert oder den Stromtarif gewechselt haben. Mit Quartierskarte der neuen Anlagen. Beispiel-Balkonsolaranlage zum Anschauen und Anfassen, Infostand mit Experten für Dach-PV u. Solarbalkone u.m., Veranstalter: Initiative „Vauban CO2 neutral – jetzt!“ c/o AllWeDo e.V. (allwedo.eu)

**Mi 04.10. Arbeitskreis Inklusion lädt ein:** um 18 Uhr im Büro der Quartiersarbeit. Im Fokus steht inklusive Beschäftigung / Tagesstruktur. Alle Interessierte sind herzlich willkommen!

**Sa 07.10. Mitmachen beim Vauban-Quiz und Taschen bemalen** von 11 bis 14 Uhr neben dem Quartiersladen, Vauban-Mitte: Das „Vaumobil“ des Stadtteilvereins ist mit Vauban-Quiz und Infos zu Energie, Umwelt und sozialen Fragen präsent. Gesucht werden Engagierte für Belange im Stadtteil sowie Ideen und Mitarbeit zum/beim Jubiläum ± 25 Jahre Vauban im Jahr 2024. Kreatives und nachhaltiges Bio-Baumwolltaschen bemalen in Kooperation mit Kind und Umwelt – Gesundheitsförderung e.V.. Weitere Infos zu den 7. Freiburger Mitmachtagen vom 3. bis 7.10.: [freiburg.de/mitmachtage](http://freiburg.de/mitmachtage)



**Sa 14.10. Reparaturcafé Vauban** um 14–17 Uhr im Familienzentrum Kita Wiesengrün, Wiesentalstr. 20: bis 16 Uhr können Geräte oder Textilien zum gemeinsamen Reparieren und Nähen vorbeigebracht werden. Info: [quartiersarbeit-vauban.de](http://quartiersarbeit-vauban.de)



**Sa 14.10. 15 Jahre Tanz:** Benefiztanzparty von 21 Uhr bis nach Mitternacht im großer Saal, Haus 37 anlässlich des 25-jährigen Jubiläums des Kinderabenteurerhofs und 15 Jahren „Vauban tanzt“ Mit DJ Moses und DJ Moritz und der legendären Caipirinha Bar der ZOZIOLIZERZ. Eintritt 5 € + (freiwillige Spende). Die Einnahmen gehen zu 100% an den Kinderabenteurerhof.



**Mi 18.10. Beirat der Quartiersarbeit** von 16 bis 18 Uhr im großen Saal, Haus 37. Sie erfahren über Aktuelles in der Quartiersarbeit und im Vauban. Im Fokus steht die Planung der Zukunftswerkstatt „Begegnungscafé in Vauban“. Die Teilnahme ist frei, alle Bewohner\_innen sind herzlich willkommen.

**Do 26.10. Erzählkultur spielerisch erleben:** biografisches Brettspiel „Lebensreise“ begleitet von Ulrike Hagemann von 15:30 bis 17:30 Uhr im Café für alle in der OASE, Vaubanallee 11. Es gibt Kaffee und Gebäck. Die Teilnahme ist kostenfrei, keine Anmeldung nötig



Kurse etc. bitte wenden

**Kreativmarkt / Winterbasar - Handmade Designs und Kunst am 18.11. von 15 bis 20 Uhr** auf dem Alfred-Döblin-Platz und im Haus 37: Es sind noch Stände auf dem Platz zu vergeben. Außerdem sind Hobby Musiker jeden Alters gesucht, die gegen Spenden auftreten möchten, um eine tolle Stimmung zu zaubern. Info/Anmeldung: [lytvynenko@diakonie-freiburg.de](mailto:lytvynenko@diakonie-freiburg.de)



BÜCHER LESEN IST OUT?  
NICHT BEI UNS!  
SCHAUEN SIE VORBEI!

BUCHHANDLUNG VAUBAN

ONLINE 24 STUNDEN  
AN 7 TAGEN:  
[WWW.BUCHHANDLUNG-VAUBAN.DE](http://WWW.BUCHHANDLUNG-VAUBAN.DE)  
ODER BEI UNS IM LADEN:  
VAUBANALLEE 11

Sahana Eliya  
Unterstützung für aktive Menschen  
in Entwicklungsändern e.V.

Bio Gewürze aus Nepal  
(z.B. Pfeffer, Kurkuma, Kreuzkümmel, Chili, Zimt,  
verschiedene Masala für Gerichte aller Art,  
Geschenkböden mit Auswahl an Gewürzen)

Georg-Eiser-Str. 9  
79100 Freiburg (Vauban)  
[www.sahana-elिया.de](http://www.sahana-elिया.de)

DIVA la musica

beflügelnder  
Gesangsunterricht

Almut Schuster  
[www.gesang-freiburg.de](http://www.gesang-freiburg.de)

Quartiersladen

der  
Bioladen  
im  
Vauban

Quartiersladen eG | Vaubanallee 18 | 79100 Freiburg  
[www.quartiersladen.de](http://www.quartiersladen.de) | [info@quartiersladen.de](mailto:info@quartiersladen.de)

natürlich & biologisch

**Schöner Raum** (ca.55m²)  
für Kreativ-Kurse vom Malen und Singen  
bis Yoga, Tanzen und Meditation.

<https://www.raum-der-stille.de/>  
Anfragen unter: [info@raum-der-stille.de](mailto:info@raum-der-stille.de)  
oder 0761-3847309, Olaf Freifzu

## KULTURKALENDER VAUBAN - Oktober 2023 - Ausgabe 164

Kalendereinträge bitte bis zum 20. des Vormonats an: [kuka@stadtteilverein-vauban.de](mailto:kuka@stadtteilverein-vauban.de)  
Preise pro Eintrag: 8 € gemeinnützig / 10 € privat / 15 € kostenpflichtige Kurse etc.  
Herausgeber ist der Stadtteilverein Vauban e.V. – Redaktion und Layout: Daniel Haas

**Bewegungstreff** donnerstags 9:30 bis 10:15 Uhr; Treffpunkt: Grünspanne 3 (Vauban-Mitte, 100m Richtung Abenteurerhof). Einfache angeleitete Übungen, um Kraft, Balance und Beweglichkeit zu erhalten. Für alle, die sich gerne gemeinsam an der frischen Luft bewegen wollen. Leitung: Hanne Irion und Franz Doll. Kostenlos, keine Anmeldung. Veranstalter: AK Älter werden / Quartiersarbeit

**Yoga mit Olaf** - für die ältere Generation. Einstieg jederzeit möglich. Der Kurs findet sowohl präsent, als auch online statt, immer dienstags 10 - ca. 11:30 Uhr. Kosten: 10-12 € pro Termin. Ort: Raum der Stille im Haus 037, Alfred-Döblin Platz 1. Kontakt: [olaf.yogaraum@posteo.de](mailto:olaf.yogaraum@posteo.de) oder Tel. 0761-3847309

**Café für Alle** donnerstags von 15.30 bis 17.30 Uhr in der Oase, Vauban-allee 11. Ungezwungenes Treffen für Gespräche aller Art. Kooperation v. Quartiersarbeit Vauban, Kirche im Vauban und Stadtteilverein. Ausnahme: am 17.08. und 24.08. macht das CfA Ferien.



**Tai-Chi, Qigong, Meditation** - Regelmäßig neue Einsteigerkurse. Termine auch nach Absprache: Montag bis Freitag zwischen 8:00 und 15:00. Einstieg jeder Zeit möglich. Keine Vorkenntnisse notwendig. Kurse auch für/bei Firmen möglich. Kosten: 55 Euro für 5 Termine. Schnupperstunde kostenfrei. Kontakt: Ágota Hölzel-Kiss, [terugras@gmail.com](mailto:terugras@gmail.com), 0152-01974 894, 0761-21409287

**Neuer Yogakurs mit Doris** ab 16.10.2023. Kundaliniyoga, eine dynamische Form des Yogas, angepasst an jedes Alter. Hält fit und beweglich und ist gepaart mit Entspannung und tiefer Meditation. Montags 9 Uhr – 10.45 Uhr im Raum der Stille, Haus 037 DG, Stadtteilzentrum Vauban. 15 Euro pro Termin. [doris.mueller@vauban.de](mailto:doris.mueller@vauban.de) 01520 2395 395

**„Leben aus der Quelle“** – meditative Inseln im Alltag mit Lupus Richter und Maruma Mundhaas. Innehalten & Besinnen mittels Meditation, Yoga, tänzerischer Bewegung und achtsamen Austauschs finden sich Klarheit und Kraft für weitere Schritte im Leben in Balance. Jeden ersten Montag im Monat von 18.30 bis 21.30 Uhr, Nächster Termin 2.Okt 23 im Lichtraum, Vauban Allee 49. Info + Anmeldung bei [kontakt@LupusRichter.de](mailto:kontakt@LupusRichter.de) oder [info@maruma.de](mailto:info@maruma.de)

**ChiGong und TaiChi** mit Helmut: ab Oktober immer Freitag morgens 9:15 Uhr bis 10:15 Uhr im Raum der Stille Haus 037. Übungen zur Erhaltung und Förderung der Gesundheit von Körper, Geist und Seele. Spendenbasis 10-15 €. Weitere Infos unter <https://freude-am-sein.net>

## vividanza

die Tanzschule im Vauban!  
... mehr als nur Standard- und Latein

Lise-Meitner-Str. 12  
[www.vividanza.de](http://www.vividanza.de)  
Viviane Amann  
2148571

### Schöner Raum im Vauban

ca. 50 qm mit Parkettboden,  
Stühle etc. vorhanden,  
stunden- / tageweise oder  
regelmäßig, z.B. für Kurse, Gruppen,  
Versammlungen u.ä. zu vermieten.

Tel. 0163-1382336 mit AB

### BACH-BLÜTENTHERAPIE

DIANELA ARROYO FERNÁNDEZ  
(BACH FOUNDATION REGISTERED PRACTITIONER)

ESPAÑOL, DEUTSCH, ENGLISH

[dianela@madreselva.de](mailto:dianela@madreselva.de)  
MOBIL/WHATAPP: +49 1573 4386248  
GEORG-ELSER-STR. 9, 79100 FREIBURG

## Füße hoch!

Wir machen den Rest.

scotty

Marie-Curie Str. 3  
79100 Freiburg (Vauban)  
Tel.: 0761 4014411

Öffnungszeiten:  
Mo - Fr 14:30 - 19:00

[www.scotty-pc.de](http://www.scotty-pc.de)  
[info@scotty-pc.de](mailto:info@scotty-pc.de)

Computerwerkstatt und Handel  
Neugeräte • Reparaturen • Gebrauchtgeräte



## Schule für Kampfkunst Walter Ruder



**Kung Fu • Tai Chi Chuan • Qi Gong**

Marie-Curie-Str. 1 - Villaban - Tel. 2853022