

Fr 02.02. Yoga Nidra-Meditation und Tiefe Entspannung von 18 - 20 Uhr im Lichtraum Vauban Allee 49 mit Maruma Mundhaas, info@maruma.de

Mi 07.02. AK Inklusion um 18 Uhr im Haus 07, kleiner Saal im 1. OG. Vorbereitung des Fachgesprächs "Inklusive Beschäftigung und Tagesstruktur". Kontakt über Quartiersarbeit Vauban, lytvynenko@diakonie-freiburg.de

Do 08.02. Café für alle: Origami um 15:30 -17:30 Uhr in der Oase, Vaubanallee 11: Renate Feißt und Ulrike Schubert zeigen die Kunst des Papierfaltens, Teilnahme frei, keine Anmeldung

Sa 10.02. Reparaturcafé Vauban um 14-17 Uhr im Familienzentrum Kita Wiesengrün, Wiesentalstr. 20: Wegwerfen? Nein danke! Bis 16 Uhr können Geräte oder Textilien zum gemeinsamen Reparieren und Nähen vorbeigebracht werden. Info unter quartiersarbeit-vauban.de

Di 13.02. Gesprächskreis mit Lupus Richter um 19 Uhr zum Thema „Leben mit dem Tod“ Ort: Horizonte auf der Haid, Haiierweg 23a, Infos auf lupusrichter.de, E.Mail: kontakt@lupusrichter.de

Sa 17.02. „Ein Tag nur für dich“: Yoga und Yoga Nidra von 10-15 Uhr mit Maruma Mundhaas. Lichtraum Vauban Allee 49, www.maruma.de, 0176-47628100

Mi 21.02. Beiratssitzung der Quartiersarbeit um 16 im Saal A von Haus 37, 1. OG für die Akteure im Stadtteil Vauban und dessen Bewohnerschaft Kontakt: Tel. 0761-887 925 75 oder info@quartiersarbeit-vauban.de

Do 29.02. Biografisches Erzählen von 15.30 bis 17.30 Uhr in der Oase, Vaubanallee 11 im Rahmen des Café für Alle. Ulrike Hagemann erläutert anhand praktischer Beispielen, wie das Erzählen der eigenen Lebensgeschichte bereichert und Spaß macht. Keine Anmeldung nötig, Eintritt frei.

Mi 06.03. Zwei Biohöfe aus der Region im Filmportrait um 20 Uhr im Saal A im Stadtteilzentrum: "Der Lernort Kunzenhof - In Verbundenheit mit den Lebensgrundlagen" (Littenweiler) und „Kommune Schafhof - ein Gemeinschafts-Projekt" (St. Peter), danach Gespräch mit dem Dokumentarfilmer Bodo Kaiser. Eintritt frei - Spende willkommen Veranstalter: Stadtteilverein Vauban.

Do 07.03. "OFFENES ATELIER" - Aktionskreis Kunst Vauban e.V. um 19.00 Uhr im Haus 37, 2. OG, Atelierraum Aktionskreis. Euch erwartet ein schöner, kreativer Input, lasst euch überraschen! Es sind keine Vorkenntnisse nötig, Material ist vorhanden - Eintritt frei. Spenden willkommen. Wir freuen uns auf euch! Homepage: <https://www.akkunstvauban.de>

So 10.03. "Wer hat schon alle Tassen im Schrank...?"- Interaktives Theater rund um das Leben mit und ohne Demenz. Mit der Improvisationstheatergruppe 2W+ im Rahmen der WOGÉ e.V. Initiative "Demenz braucht dich". 19 Uhr, Saal Haus 37, Eintritt frei

Mi 13.03. Das Tagebucharchiv Emmendingen zu Gast: Das deutschlandweit einzige Archiv dieser Art stellt sich vor. Mit Auszügen aus historischen Dokumenten. 18 Uhr, Saal Haus 37, Eintritt frei. Kooperationsprojekt von Stadtteilverein und Quartiersarbeit Vauban

Quartiersladen
der Bioladen im Vauban



Quartiersladen eG | Vaubanallee 28 | 79100 Freiburg
www.quartiersladen.de | info@quartiersladen.de

natürlich & biologisch

BACH-BLÜTENTHERAPIE
DIANELA ARROYO FERNÁNDEZ
(BACH FOUNDATION REGISTERED PRACTITIONER)



ESPAÑOL, DEUTSCH, ENGLISH
DIANELA@MADRESELVA.DE
MOBIL/WHATSAPP: +49 1571 4186248
GEORG-ELSER-STR. 9, 79100 FREIBURG

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

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



BUCHHANDLUNG VAUBAN

ONLINE 24 STUNDEN AN 7 TAGEN:
WWW.BUCHHANDLUNG-VAUBAN.DE
ODER BEI UNS IM LADEN:
VAUBANALLEE 11

KULTURKALENDER VAUBAN - Februar/März 2024 - Ausgabe 166

Kalendereinträge bitte bis zum 20. des Vormonats an: 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

Kunst im Atelier „Der Farbraum“ Kurse für Kinder an Faschingsferien: fortlaufende Kurse ab 4- 99 Jahre, Einzelbegleitung, in Freiburg St-Georgen. Einstieg jederzeit möglich. www.Farbraum-Altan.de

Bewegungstreff donnerstags 9:30 bis 10:15 Uhr; Treffpunkt: Grünspange 3 (Vauban-Mitte, 100m Richtung Abenteuerhof). 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 auf und mit dem Stuhl - Yoga für ältere und bewegungseingeschränkte Menschen. Dienstags bis 26.März 2024 von 9:45 bis 11:15Uhr im „Raum der Stille“, Alfred-Döblin Platz 1, 79100 FR. Kontakt: Olaf Greifzu, olaf.yogaraum@posteo.de, Tel. 0176-96804024

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



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

ChiGong und TaiChi mit Helmut: immer Freitag morgens 9:15 bis 10:15 Uhr im Raum der Stille Haus037. Übungen zur Erhaltung und Förderung der Gesundheit von Körper, Geist und Seele. Spendenbasis 10-15 €. Infos und Kontakt unter <https://freude-am-sein.net>

Gestresst, unausgeglich, antriebsarm oder körperliche Beschwerden?

Rebalancing -
Achtsame, tiefgehende Massagen
im Bindegewebe unterstützen Sie
Ihr Gleichgewicht zu halten



Mehr Infos unter www.eva-braeutigam.de
Eva Bräutigam 0761/1204765
Diva Raum 215

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
oder 0761-3847309, Olaf Greifzu

vividanza

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

Lise-Meitner-Str. 12
www.vividanza.de
Viviane Amann
2148571



Praxis Caroline Tilch
Massage & Lymphdrainage

Paula-Modersohn-Platz 3 · 79100 Freiburg (Vauban)
Telefon 0761-45 70 813 · www.caroline-tilch.de

**Schule für Kampfkunst**
Walter Ruder
Kung Fu • Tai Chi Chuan • Qi Gong
Marie-Curie-Str. 1 - Villaban - Tel. 2853022

DIVA la musica

beflügelnder
Gesangsunterricht
Almut Schuster
www.gesang-freiburg.de