

Mi 06.03. **Zwei Biohöfe aus der Region im Filmportrait** um 20 Uhr im Saal A im Stadtteilzentrum Vauban: "Der Lernort Kunzenhof - In Verbundenheit mit den Lebensgrundlagen" (Littenweiler) und „Kommune Schafhof - ein Gemeinschafts-Projekt“ (St. Peter), dann Gespräch mit dem Dokumentarfilmer Bodo Kaiser. Eintritt frei - Spende willkommen. Verant.: 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! Weitere Infos auf der Homepage: www.akkunstvauban.de



Fr 08.03. **Meditatives Seminar** mit Maruma Mundhaas und Lupus Richter zum Thema „Leben mit dem Tod“ Ort: Lichtraum, Vaubanallee 49, Freiburg.
/Sa 09.03. Nähere Informationen: lupusrichter.de und maruma.de, Anmeldung: kontakt@lupusrichter.de oder info@maruma.de

Sa 09.03. **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



So 10.03. **"Wer hat schon alle Tassen im Schrank...?"** Interaktives Theater rund um das Leben mit und ohne Demenz. Mit der Improvisationstheatergruppe 2W+. Auftaktveranstaltung zur Initiative "Demenz braucht dich" des WOGÉ e.V. zum 20-jährigem Jubiläum. Um 19 Uhr im Saal Haus 37, der Eintritt ist frei. Weitere Infos auf www.wogevauban.de



Mo 11.03. **„Wir wählen Demokrat:innen - damit wir auch morgen noch eine Wahl haben“.** Online-Workshop des Vereins AllWeDo. Beginn: um 20.00 Uhr per Zoom, nähere Infos auf www.allwedo.eu. Veranstalter: Verein AllWeDo, siehe auch www.facebook.com/wertedemokratie/

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



Sa 16.03. **Aktionstag auf dem Kinderabenteuerhof** von 14 bis 18 Uhr (0 bis 99 J.) bis 17 Uhr: Platzarbeitsaktionen und gärtnerische Mitmachangebote. 14:30 bis 17:30 Uhr: Spielangebote (kl. Ostertipis flechten, Filzen Allerlei), 16 Uhr: Schafspaziergang (ab 6 Jahren). Info, Feuer, Spiel und Spaß. Leckeres aus dem Backhaus, Getränke und Kuchen. Aktuelle Infos unter: <https://kinderabenteuerhof.de/monatsinfo/>

Sa 23.03. **Yoga-Extra Hatha-Yoga & Meditation** in der Plumvillage Tradition nach Thich Naht Hanh um 10 - 12:30 Uhr im Raum der Stille, Alfred-Döblin-Platz 1, FR-Vauban. Kontakt: Olaf Greifzu, mobil 0176-96804024

Do 28.03. **Biografiespiel "Lebensreise"** mit Ulrike Hagemann, Mentorin für Biografiearbeit, im Café für alle 15:30 bis 17:30 Uhr, Ort: Oase in der Vaubanallee 11. Eintritt frei



beflügelnder
Gesangsunterricht

Almut Schuster
www.gesang-freiburg.de

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

vividanza

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

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

Gestresst, unausgeglichen, 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

Quartiersladen

der
Bioladen
im
Vauban



Quartiersladen eG | Vaubanallee 18 | 79100 Freiburg
www.quartiersladen.de | info@quartiersladen.de



KULTURKALENDER VAUBAN - März 2024 - Ausgabe 167

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

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 11:15 Uhr 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, Vaubanallee 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>




Praxis Caroline Tilch
Massage & Lymphdrainage
Paula-Modersohn-Platz 3 · 79100 Freiburg (Vauban)
Telefon 0761-45 70 813 · www.caroline-tilch.de

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

BACH-BLÜTENTHERAPIE
DIANELA ARROYO FERNÁNDEZ
(BACH FOUNDATION REGISTERED PRACTITIONER)
ESPAÑOL, DEUTSCH, ENGLISH
DIANELA@MADRESELVA.DE
MOBIL/WHATSAPP: +49 1573 4386248
GEORG-ELSNER-STR. 9, 79100 FREIBURG



Samstag, 27. April von 14 bis 19 Uhr
auf dem Alfred-Döblin-Platz

Vauban Frühlings-Flohmarkt

Stand: einheitlich 3 m für 15 €
Bürgergeldempfänger_innen ermäßigt 5 €

Anmeldung online auf quartiersarbeit-vauban.de



Schule für Kampfkunst
Walter Ruder



Kung Fu • Tai Chi Chuan • Qi Gong

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