

Mi 06.11. **Auf den Spuren der Regenwasser-Versickerung im Quartier.** Ein Rundgang für Groß und Klein, ca. 45 min. Treffpunkt um 16 Uhr an der Bank vor Benny's Backwaren, Vauban-Mitte: Welche Unterschiede gibt es beim Zulauf von den Wohngebäuden? Was könnte nachträglich verbessert werden? Veranstalter: Kind und Umwelt/Gesundheitsförderung e.V.

Do 07.11. **Offenes Atelier des AK Kunst Vauban** um 19.00 Uhr im Atelierraum im Haus 37, 2. OG, Aktionskreis Kunst e.V.: künstl. Arbeiten mit schönem kreativen Input, Es sind keine Vorkenntnisse nötig, Material ist vorhanden - Spenden willkommen. Kontakt: Annette Burrer, malerei-burrer@gmx.de

Sa 09.11. +So 10.11. **Ausstellung AK Kunst Vauban** von 11 bis 18 Uhr im Haus 037, Saal A+B 10 Künstler der Ateliergemeinschaft stellen aus: Malerei, Zeichnungen, Drucke - auch mit Bezug zu 25 Jahre Vauban. Eröffnung am Sa 11 Uhr mit Musik "Klezmer und mehr" von Annette Wiedemann, Klavier und Clemens Müller Haser. Am Sonntag spielen sie ab 14.30 Uhr u.a. Jazz und Tango

Sa 09.11. **Reparaturcafé Vauban** um 14-17 Uhr im Familienzentrum Kita Wiesengrün, Wiesentalstr. 20: bis 16 Uhr können Geräte oder Textilien zum gemeinsamen Reparieren und Nähen mitgebracht werden. Infos auf quartiersarbeit-vauban.de



Di 12.11. **Gespräche über den Frieden mit Geflüchteten aus der Ukraine, 15-17 Uhr** im Raum der Kirche in Vauban, Vaubanallee 11, Eintritt frei

Sa 16.11. **Kreativmarkt und Winterbasar** von 14 bis 19 Uhr in den Sälen von Haus 037 und auf dem Alfred-Döblin-Platz. Handgemachte Werke und Design von regionalen Künstlern bietet viele schöne Geschenkideen. Mit Livemusik von "Killari" (Latino-Folklore) und dem irischen Singer/Songwriter Tierman Buckley, dazu Punsch/Glühwein und Leckereien. Der Eintritt ist frei. Kontakt über die Quartiersarbeit Vauban, lytvynenko@quartiersarbeit-vauban.de



Mi 20.11. **"Vauban trifft Vauban"** von 18 bis 21 Uhr in Hansens Esszimmer, Marie-Curie-Straße 1: Kulturkneipe und Begegnungscafé in einem, Eintritt frei, auf Spendenbasis

Mi 20.11. **Buchvorstellungen Neuheiten 2024** ab 20 Uhr in der Buchhandlung Vauban, Vaubanallee 10-12: Tolle Bücher für lange Winterabende! Veranstalter: KEN active GmbH, Info: www.buchhandlung-vauban.de

Mi 27.11. **"Demenz braucht dich - Demenz Wissen kompakt!"**, von 19:00 Uhr bis 20:30 Uhr im Stadtteilzentrum Haus 037, Saal. Infotreffen zu Krankheitsbild, Anregungen und Grundregeln zum Umgang mit dementen Menschen und irritierenden Alltagssituationen veranstaltet von WOGÉ e.V. in Kooperation mit Quartiersarbeit Vauban, Eintritt frei. Infos: www.woge-vauban.de

Do 28.11. **Biografie Spiel "Lebensreise"** mit Ulrike Hagemann, im Rahmen vom Café für alle, von 15:30 bis 17:30 Uhr in der Vaubanallee 11, Eintritt frei

Do 05.12. **Menschen von nebenan** von 15:30 bis 17:30 Uhr in der Vaubanallee 11, Café für alle: Im Rahmen der Reihe "Menschen von nebenan" teilt der Kinderrechtsexperte Benjamin Pütter seine Erfahrungen aus Indien, zeigt Bilder u. erklärt, was wir hier gegen Kinderarbeit tun können. Eintritt frei. Kooperationsprojekt von Kirche in Vauban, Quartiersarbeit Vauban und Stadtteilverein Vauban.

Anzeigen

vividanza

die Tanzschule im Vauban!
... mehr als nur Standard- und Latein
Lise-Meitner-Str. 12
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

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



BUCHHANDLUNG
VAUBAN

ONLINE 24 STUNDEN
AN 7 TAGEN:
WWW.BUCHHANDLUNG-VAUBAN.DE

ODER BEI UNS IM LADEN:
VAUBANALLEE 12

KULTURKALENDER VAUBAN - NOVEMBER 2024 - Ausgabe 174

Kalendereinträge bitte bis zum 18. 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

Fotoausstellung zur Artenvielfalt im Stadtteil Vauban noch bis 15.11.24 immer Mo-Do, 9-18 Uhr, Fr -12-30 Uhr in der VHS Galerie, Rotteckring 12: 17 erläuterte Fototafeln zu den Themen Singvögel, Mauersegler, Bienen und Co, naturnahe Gärten, Obstgehölze und Bäume, Bildungsprojekt im urbanen Garten, Gründächer, Hausbegrünung, Nischenpflanzen. Verant: Stadtteilverein Vauban e.V. in Kooperation mit der Volkshochschule Freiburg

Ausstellung "Heimat ist ein Gefühl, und Kunst ist geistige Heimat" bis zum 15.11.: Bilder, gemalt von geflüchteten Ukrainerinnen mit und ohne Behinderung im Alter von 14 bis 80 Jahren, begleitet von Lutz Goebel: Öffnungszeiten: dienstags von 15 bis 17 Uhr und donnerstags von 15:30 bis 17:30 Uhr sowie So 03.11. - 15 - 18 Uhr / Fr. 08.11. - 16 - 18 Uhr / Sa. 09.11. - 16 - 19 Uhr / So. 10.11. - 15 - 18 Uhr

Hatha-Yoga montags 9:55-10:55 Uhr / 14.10.-16.12.24 / 10 Einheiten im Haus 37 im DG . Inhalte & Ziele: Asanas und Meditation / Entspannt und gestärkt zugleich / einfach nur auf sich selbst fokussieren / ankommen im Hier & Jetzt / zur Ruhe kommen. Kosten: 100 €. Kontakt: Iris Jacobs, www.pilatestrainingjacobs.de/ / 0171 19 55508

Yogakurs mit Doris Kundaliniyoga, eine dynamische Form des Yogas, angepasst an jedes Alter. Hält fit und beweglich und ist gepaart mit Entspannung und tiefer Meditation mit dem Ziel das Bewusst Sein zu entwickeln. Montags 9 Uhr – 10.45 Uhr, Raum der Stille, Haus 37 im DG, 15 € pro Termin / 10er Karte 130 €. doris.mueller@vauban.de, 01520 2395 395

Yoga mit Olaf auf und mit dem Stuhl - Yoga für ältere und bewegungseingeschränkte Menschen. Dienstags von 9:45 bis 11:15 Uhr im „Raum der Stille“, Alfred-Döblin Platz 1, Kontakt: Olaf Greifzu, olaf.yogaraum@posteo.de, Tel. 0176-96804024

Tai-Chi, Qigong, Meditation - Regelmäßig neue Einsteigerkurse. Termine auch nach Absprache: MO - FR 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: Ágota Hölzel-Kiss, terugras@gmail.com, 0152-01974 894, 0761-21409287

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 und sich gemeinsam an der frischen Luft zu bewegen. Leitung: Hanne Irion und Franz Doll. Kostenlos, keine Anmeldung. Veranstalter: AK Älter werden / Quartiersarbeit

Kundalini Yoga - Donnerstag von 10.30 bis 12 Uhr + laufender Kurs Mo 9-10.30 Uhr Einstieg möglich. Finde deine innere Mitte, öffne Dein Herz, sei präsent. Ort: Raum der Stille im Haus 037, Kontakt: doris.mueller@vauban.de oder Tel. 01520 2395 395.

Café für Alle donnerstags von 15.30 bis 17.30 Uhr in der Oase, Vauban-allee 11. Ungezwungenes Treffen für Gespräche aller Art. Eine Kooperation von Quartiersarbeit Vauban, Kirche im Vauban und Stadtteilverein Vauban



SOMA Breath Atemmeditation und Atemreisen: Donnerstags 18-19 Uhr im Haus 037. Eine einfache, wirkungsvolle wissenschaftl. basierte Atemmethode für mehr Entspannung, Kreativität, Freude, Leichtigkeit, Motivation, zur Regulierung des Nervensystems bei Stress, Angst, Erschöpfung, Trauma etc. Anmeldung bei Eva Makkos, Tel. (0761) 5951 8915, eva.makkos@gmail.com, 18 € einmalig, 5er Karte 80 €

ChiGong und TaiChi mit Helmüt: immer Freitag morgens 9:15 bis 10:15 Uhr im Raum der Stille Haus 37. Übungen zur Erhaltung und Förderung der Gesundheit von Körper, Geist und Seele. Spendenbasis 10-15 €. Info/Kontakt über <https://freude-am-sein.net>

Beteiligungshaushalt der Stadt Freiburg bis 8. November

Projektvorschläge für den Freiburger Doppelhaushalt 2025/26, sind sehr willkommen - besonders wenn sie auch Vauban zugutekommen:

online auf: mitmachen.freiburg.de

Weitere Hinweise erhältlich über kontakt@stadtteilverein-vauban.de

Anzeigen

Quartiersladen
der Bioladen im Vauban



Quartiersladen eG | Vaubanallee 18 | 79105 Freiburg
www.quartiersladen.de | 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 oder 0176-96804024, Olaf Greifzu



DIVA la musica

beflügelnder Gesangsunterricht

Almut Schuster
www.gesang-freiburg.de



Schule für Kampfkunst
Walter Ruder



Kung Fu • Tai Chi Chuan • Qi Gong

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