

MO 02.03.	DI 03.03.	MI 04.03.	DO 05.03.	FR 06.03.	14.03.2026 geschlossene Veranstaltung
*„Mama lernt Deutsch“ Deutschkurs 9:00 – 11:00 Uhr Kreativvormittag 11:00 – 12:30 Uhr Wahlverwandtschaften e.V. Gemeinsames Singen mit Mary und Peter 16:00 – 17:00 Uhr	NEU: YOGA mit Aline 19:30 – 20:45 Uhr	*Kinder- und Eltern-Kreativgruppe 15:00 – 17:00 Uhr	Aktion Sauberes Lübeck, Start: 14:30 Spielnachmittag 15:30 – 16:30 Uhr Gesangsgruppe ab 18:00 Uhr	*„Mama lernt Deutsch“ Deutschkurs 9:00 – 11:00 Uhr	
MO 09.03.	DI 10.03.	MI 11.03.	DO 12.03.	FR 13.03.	
*„Mama lernt Deutsch“ Deutschkurs 9:00 – 11:00 Uhr Kreativvormittag 11:00 – 12:30 Uhr	YOGA mit Aline 19:30 – 20:45 Uhr	*FamilienFrühstück (nur mit Anmeldung) 9:30 – 11:00 Uhr *Kinder- und Eltern-Kreativgruppe 15:00 – 17:00 Uhr	Unterstützungsangebot für Senior:innen u. Jugendliche (mit Terminvereinbarung) ab 10:00 Uhr Spielnachmittag 14:30 – 16:30 Uhr	*„Mama lernt Deutsch“ Deutschkurs 9:00 – 11:00 Uhr TANZTEE 16:00 – 18:00 Uhr	
MO 16.03.	DI 17.03.	MI 18.03.	DO 19.03.	FR 20.03.	
*„Mama lernt Deutsch“ Deutschkurs 9:00 – 11:00 Uhr Kreativvormittag 11:00 – 12:30 Uhr Filmnachmittag Start: 15:00 Uhr	YOGA mit Aline 19:30 – 20:45 Uhr	*Kinder- und Eltern-Kreativgruppe 15:00 – 17:00 Uhr	*„Mama lernt Deutsch“ Deutschkurs 9:00 – 11:00 Uhr Spielnachmittag 15:00 – 16:30 Uhr Gesangsgruppe ab 18:00 Uhr	Brunch (nur mit Anmeldung!) 10:00 – 12:00 Uhr Kosten: 6,- Euro *Eltern-Info-Nachmittag Kindergesundheit ADHS und Omega 3 Fette (mit Anmeldung) 17:00 – 18:30 Uhr	
MO 23.03.	DI 24.03.	MI 25.03.	DO 26.03.	FR 27.03.	
*„Mama lernt Deutsch“ Deutschkurs 9:00 – 11:00 Uhr Kreativvormittag 11:00 – 12:30 Uhr *Osterbasteln (für Eltern mit Kind) 15:00 – 17:00 Uhr	*„Mama lernt Deutsch“ 9:00 – 11:00 Uhr YOGA mit Aline 19:30 – 20:45 Uhr	*FamilienFrühstück (nur mit Anmeldung) 9:30 – 11:00 Uhr *Kinder- und Eltern-Kreativgruppe 15:00 – 17:00 Uhr	Spielnachmittag 14:30 – 16:30 Uhr Unterstützungsangebot für Senior:innen u. Jugendliche (mit Terminvereinbarung) ab 14:30Uhr	Vom 27.03. bis 10.04.2026 findet kein „Mama lernt Deutsch“ Deutschkurs statt.	
MO 30.03.	DI 31.03.	MI 01.04.	DO 02.04.		
Kreativvormittag 11:00 – 12:30 Uhr Wahlverwandtschaften e.V. Gemeinsames Singen mit Mary und Peter 16:00 – 17:00 Uhr	YOGA mit Aline 19:30 – 20:45 Uhr	*Kinder- und Eltern-Kreativgruppe 15:00 – 17:00 Uhr	Spielnachmittag 14:30 – 16:30 Uhr Gesangsgruppe ab 18:00 Uhr		

*Angebote in Kooperation mit dem Familienzentrum Dreifaltigkeit: Bitte melden Sie sich für diese Angebote direkt im Familienzentrum Dreifaltigkeit, Tel.: 0451 / 790 70 196 oder unter familienzentrum-dreifaltigkeit@kitawerk.de.

Ansprechpartnerin:

Grundstücks-Gesellschaft TRAVE mbH · Vivien Behrens,
Tannenbergsstraße 5 · 23569 Lübeck,
Tel.: 0451 7 99 66 131 · E-Mail: quartiershaus@trave.de

Laden Sie sich mit dem QR-Code
den Monatsplan direkt auf Ihr Handy!



Die Trave. Leben in Lübeck

www.trave.de

Detox Yoga mit Aline (für Anfänger und Geübte)



Verabschiede dich von den Altlasten des letzten Jahres, der Frühling ist die beste Zeit dafür!

Wir praktizieren Übungen, die Körper und Geist entgiften und Platz schaffen für mehr Beweglichkeit und Wohlbefinden. Im Anschluss trinken wir gemeinsam Tee, der die Wirkung verstärkt.

Hast du körperliche Beeinträchtigungen? Sag es mir einfach vor Beginn des Kurses, so dass ich darauf eingehen kann, denn nicht jede Übung ist für jeden geeignet.

Komm bitte in bequemer Sportkleidung und bring dicke Socken, eine Yogamatte und ein Meditationskissen mit. (Matte und Kissen können ggf. bei mir geliehen werden.)

Wann: dienstags, 03.03.2026 – 21.04.2026, 19:30 - 20:45 Uhr

Wo: Quartiershaus Middenmang, Tannenbergsstraße 5

Kosten: 8 x 75min 120,- € (für TRAVE-Mieter:innen 8 x 75min 100,- €)

Anmeldung bitte an folgende E-Mailadresse: A.schroeder2016@gmx.de oder an quartiershaus@trave.de.

Om Shanti, Aline



Ansprechpartner:

Grundstücks-Gesellschaft TRAVE mbH · Frau Vivien Behrens
Tannenbergsstraße 5 · 23569 Lübeck
Tel.: 0451 7 99 66 131 · E-Mail: quartiershaus@trave.de



TRAVE

TANZTEE Ü60

Tanzen hält den Körper, den Geist und die Seele gesund.

Genießen Sie einen entspannten Nachmittag mit **Tanz, Musik Kaffee und Kuchen** und geselligem Beisammensein in angenehmer Atmosphäre.

Bei Musik und Bewegung zählt das Miteinander. **Wir freuen uns auf Sie. Auch wenn Sie allein kommen. Getanzt wird gemeinsam!**

Für eine bessere Planung melden Sie sich bitte bis **zum 12.03.2026** an.

Ihre Grundstücks-Gesellschaft

Quartiershaus

**MIDDEN-
MANG**

Eintritt:
frei

Wann?
Freitag,
13. März 2026
16:00 - 18:00 Uhr

Wo?
Quartiershaus
Middenmang
Tannenbergs-
straße 5

Für die
Musik sorgt
Stefan Burmeister

„Frühjahrsputz“ Müllsammelaktion für eine saubere Nachbarschaft

Wir beteiligen uns an der Aktion „Sauberes Lübeck“ (offizieller Termin 07.03.2026) und brauchen Ihre/deine Unterstützung.

Gemeinsam sammeln wir den Müll aus den Grünanlagen im TRAVE-Quartier der Tannenbergsstraße/Tilsitstraße und freuen uns über jede helfende Hand.

Handschuhe und Müllsäcke stellen wir bereit. Hilfsmittel, wie Greifer, dürfen gern mitgebracht werden.

Nur gemeinsam schaffen wir uns eine saubere Umgebung zum Wohlfühlen und Leben.

Nach dem Sammeln gibt es für alle Helfer:innen ein Eis im Quartiershaus.

Wann: Donnerstag, 05.03.2026, Start: 14:30 Uhr

Treffpunkt: Quartiershaus Middenmang, Tannenbergsstraße 5



Ansprechpartner:

Grundstücks-Gesellschaft TRAVE mbH Vivien Behrens
Tannenbergsstraße 5 · 23569 Lübeck
Tel.: 0451 7 99 66 131 · E-Mail: quartiershaus@trave.de

Unterstützungsangebot für Senior:innen & Bewerbungsunterstützung für Jugendliche

Neu im Quartiershaus Middenmang, Tannenbergsstraße 5

Ein Schreiben flattert ins Haus oder ein Antrag ist längst überfällig und Sie wissen nicht weiter.

Lassen Sie sich vertraulich, unabhängig und kostenlos beim Kontakt zu Behörden, Banken, Strom- und Gasanbietern, Telekommunikationsanbietern oder auch Krankenkassen unterstützen.



Herr Hinz ist mittlerweile Rentner, aber noch fit in Vertragsangelegenheiten und gut vernetzt. Als „Altkücnitzer“ engagiert er sich ehrenamtlich bei uns, um Ihnen weiter zu helfen.

Auch Jugendliche, die Unterstützung bei ihren Bewerbungen benötigen oder noch keine Idee haben, wie sie ihre berufliche Zukunft gestalten wollen, sind herzlich willkommen.



Bitte teilen Sie diese Information gern mit Menschen, die davon profitieren könnten.

NEUE Termine!!!

Wann: am Donnerstag, 12.03.2026, ab 10:00 Uhr bis ca.12:00 Uhr
am Donnerstag, 26.03.2026, ab 14:30 Uhr bis ca.16:30 Uhr

Eine vorherige Terminabsprache wäre wünschenswert. Bitte melden Sie sich telefonisch oder per E-Mail bei Vivien Behrens, um eine konkrete Uhrzeit an den benannten Tagen zu vereinbaren und lange Wartezeiten zu vermeiden.

Ansprechpartner:

Grundstücks-Gesellschaft TRAVE mbH · Vivien Behrens
Tannenbergsstraße 5 · 23569 Lübeck
Tel.: 0451 7 99 66 131 · E-Mail: quartiershaus@trave.de