

KULTUR*treff*BOTHELD

Programm Januar bis April 2017



Worte und Torte!

Herzenssache: 30 Jahre Kulturtreff 

Im Jubiläumsjahr Mitglied werden!

Machen auch Sie den
Förderverein
Bothfelder Kulturtreff e.V.
zu Ihrer **Herzenssache** ♥

Wir freuen uns auf
Ihre Beitrittserklärung.
(Seite 31)



Sutelstr. 54 A
30659 Hannover
Tel.: 0511-920 39 90

Brandes & Diesing
VITALCENTRUM

*Wir sind für Sie da!
Ihr Vitalcentrum Bothfeld*



Reha- und Medizintechnik
Gehhilfen, Rollatoren,
Rollstühle, Elektro-Mobile,
Bad-Hilfen, Pflegebetten;



www.brandes-diesing.de

Viel besser.

unidruck GmbH & Co KG

Offsetdruck · Digitaldruck · Großflächendruck

Weidendamm 19 · 30167 Hannover

Telefon 0511 – 7 000 000 · Fax 0511 – 71 48 29

info@unidruck.de · www.unidruck.de

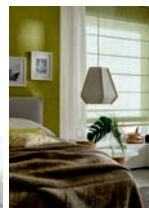


LAMM®
textiles wohnen

Tapeten
Bodenbeläge

Sonnenschutz
Möbelstoffe

Dekostoffe
Accessoires



textiles wohnen GmbH · Dieselstrasse 23 A · 30916 Isernhagen · Telefon: (0511) 7 26 293 30 · E-Mail: info@textiles-wohnen.de
Ausstellung Helmricks · Am Ortfelde 20 A · 30916 Isernhagen · Telefax: (0511) 7 26 293 55 · Internet: www.textiles-wohnen.de



Wir feiern: 30 Jahre Kulturtreff Bothfeld

Liebe Freundinnen und Freunde des Kulturtreffs, liebe Bothfelderinnen, liebe Bothfelder,

mit diesem heiteren Motto des ersten Programmheftes in 2017 gehen wir in unser Jubiläumsjahr. Nach der Lektüre des vorliegenden Programms werden hoffentlich auch Sie sagen: ein interessanter, bunter Start ins Jubeljahr.

Wir wollen dieses Jahr im Kulturtreff, mit einigen besonderen Angeboten, strahlen lassen. Ein Jahr lang soll deutlich werden, dass es etwas zu feiern gibt. Insbesondere natürlich an unserem Fest am 5. März - mit 30 Sorten Torten, und voraussichtlich vielen guten Worten. Sie, und einige andere Persönlichkeiten, sind eingeladen, uns Worte und Torten mitzubringen.

Dem Wort wollen wir in diesem Quartal besondere Aufmerksamkeit schenken. Dem gesprochenen, gehörten, geschriebenen, gesungenen... Jeder hat schon erlebt wie es ist, wenn „ein Wort sitzt“. Im Versöhnlichen, Liebevollen, Erlösenden wie im Verletzenden. Das geschieht häufig unbewusst. Ein bewusster Umgang mit dem Wort, eine Annäherung an das Wesen des Wortes selber, kann heilsam sein, für Sprecherin und Empfängerin.

Alles Gute für das Jahr 2017 und: wir hören und sehen uns, und werden vielleicht auch ein paar Worte wechseln.

von links:

Elke Wittrin,
Silke Leniger,
Klaus Brauer,
Regina Hogrefe,
Hilmar Dahlem,
Renate Klute,
Matthias Schmidt,
Birgitt Bahlmann

Ihre Birgitt Bahlmann



Klingeling: Hannah kommt nach Bothfeld!



■ Der Kulturtreff wird Ausleihstation für das Lastenfahrrad Hannah!

Hannah ist ein zweirädriges Lastenrad mit einer großen Kiste vorne, das Erwachsene kostenfrei nutzen können. Das Rad kann beim Kulturtreff Bothfeld während der Öffnungszeiten und an Samstagen im Blumenladen Schoeneich ausgeliehen werden. Ermöglicht haben dies der ADFC Hannover, das Fahrradfachgeschäft Velogold und der Stadtbezirksrat Bothfeld-Vahrenheide.

Ob einen Ausflug mit Kindern, einen Großeinkauf, einen Umzug oder Gartenutensilien - Hannah hat schon vieles transportiert.

Das Verleihsystem geht ganz einfach:

Über **www.hannah-lastenrad.de** wird das Lastenrad für ein bis drei Tage gebucht. Sie erhalten dann per Email ein Passwort. Mit dem Passwort, Ihrem Personalausweis und dem Anmeldeformular melden Sie sich im Kulturtreff - oder samstags bei Schoeneich- und können Hannah von der Station abholen. **Auf geht's**

Raumvermietung

Möchten Sie eine private Feier ausrichten?

Wir haben Räumlichkeiten für:

- Familienfeiern, Kindergeburtstage, Jubiläen u. a. bis 30 Personen
- Der große Raum ist 50 qm groß, der kleinere Raum 30 qm. Eine Küche ist vorhanden.
- Rauchen ist im Kulturtreff und auf dem Gelände untersagt.

Machen Sie mit uns einen Termin zur Besichtigung!

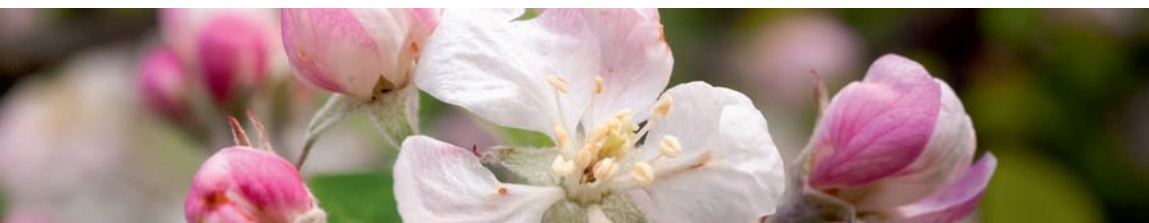
Weitere Informationen und Terminabsprache im Büro des Kulturtreffs.



Inhaltsverzeichnis

Seite

KULTUR NORDOST - Kulturpaket.....	■	06
Veranstaltungen.....	■	06 - 13
Angebote für Kinder	■	14 - 15
Was ist los bei den Nachbarn.....	■	16
Kurse Sprachen.....	■	17 - 19
Kurse Freizeit/Kreativ	■	19 - 25
Kurse Gesundheit.....	■	26 - 29
Geschlossene Gruppen.....	■	28
Kontaktdaten/Informationen	■	30 - 31



Übersicht Termine

Seite

Klönnachmittag	17.01.	■	12
Vernissage.....	23.01.	■	07
Lachyoga	29.01.	■	07
Bücherbörse	03.02.	■	07
Acryl-Workshop	17./18.02.	■	21
Klönnachmittag	21.02.	■	12
Bildbetrachtung	28.02.	■	09
Jubiläumsfeier	05.03.	■	10
Natur im Wandel.....	11.03.	■	11
Klönnachmittag	21.03.	■	12
Aquarell-Worshop	24.-26.03.	■	22
Kindertheater	31.03.	■	15
Sprechchor.....	31.03.	■	11
Lesung mit Weinprobe	27.04.	■	12


Kulturpaket KULTUR NORDOST
**Das Projekt wird
gefördert von der
Stadt Hannover –
Stadtteilkulturarbeit**

Landeshauptstadt

Hannover

- Die Stadtteilkultureinrichtungen Kulturtreff Bothfeld, Kulturtreff Vahrenheide sowie der Stadtteiltreff Sahlkamp haben im Mai 2016 ein großes Paket mit Angeboten zur „Integration durch kulturelle Bildung“ geschnürt.

Das „Kulturpaket“ bietet auch 2017 Möglichkeiten, sich im Rahmen von offenen Werkstätten, Workshops und Projekten kreativ zu betätigen, sich auszuprobieren und mit anderen Menschen und Kulturen im Stadtbezirk III in Kontakt zu kommen. Von Aquarellmalen über Nähen, Trommeln, Tanzen, Bildhauerei bis hin zu einem Theaterprojekt ist einiges drin im Paket.

Da sich das Kulturpaket permanent weiter entwickelt, achten Sie bitte auf die Hinweise in den teilnehmenden Einrichtungen und auf unserer Internetseite, sowie auf den jeweils aktuellen Programmflyern.

6. Bothfelder KUNST spaziergang

Aufruf

**Wir freuen uns
auf viele alte
und neue Teil-
nehmerInnen!**

- Liebe Bothfelder Künstlerinnen und Künstler,**

auch 2017 wollen wir zeigen, wie kreativ die Bothfelder Künstlerinnen und Künstler sind. Sicherlich haben Sie seit unserem letzten Kunstspaziergang neue Werke geschaffen, und bestimmt gibt es weitere Bothfelder KünstlerInnen, die bislang nicht dabei waren. Sie haben am **9. und 10. September 2017** die Chance, Ihre Werke – ob Malerei, Grafik, Skulptur oder Objekte, ob im eigenen Atelier, im Haus oder Garten, in Gemeindehäusern oder Altenheimen – den BothfelderInnen zu präsentieren und mit ihnen ins Gespräch zu kommen.

Wenn Sie bereits seit längerem künstlerisch tätig sind und über eine entsprechende Anzahl von Exponaten für eine Ausstellung verfügen, bewerben Sie sich bitte bis spätestens 1. Mai 2017 im Kulturtreff und stellen Sie uns die Adresse Ihrer Homepage oder Fotos zur Verfügung. Die Auswahl der TeilnehmerInnen behalten wir uns vor.

Anmeldeformular und Teilnahmebedingungen bekommen Sie in unserem Büro. In organisatorischen Fragen unterstützen wir Sie gern und werden auch wieder einen entsprechenden Flyer zum 6. Bothfelder Kunstspaziergang herausgeben.



Ausstellung „...ohne Worte“

Kulturtreff meets Flüchtlingsunterkünfte

Die Ausstellung beinhaltet Aquarelle, die unter der Leitung von Rosmarie Huisenga entstanden sind. Die ausgesuchten Werke sind in einem Aquarellkurs für Fortgeschrittene im Kulturtreff und in verschiedenen Unterkünften für geflüchtete Menschen im Rahmen des Projektes „Kulturpaket“ KULTUR NORDOST entstanden.

Zur Vernissage am Montag, 23.01. um 18:00 Uhr laden wir Sie herzlich ein!

■ **ab Montag
23.01.**

Workshop Lachyoga: „Heiter ins neue Jahr!“

Lachen motiviert und ist gesund; wer lacht, denkt positiver!

Lachyoga besteht aus einer Kombination von Atem-, Dehn- und Lachübungen, erfrischt den Körper und belebt den Geist. Lachen aktiviert und fördert unsere Offenheit, Spielfreude und Kreativität. Lachen ist ein Mittel gegen Stress und stärkt das Immunsystem. Dieser Workshop richtet sich an alle, die mehr Lachen, Lebensfreude, Gelassenheit und Humor in ihr Leben bringen möchten, sowie ihre Gesundheit fördern und erhalten wollen. Bitte mitbringen: bequeme Alltagskleidung und etwas zu trinken

Renate Lena Hannemann, Ergotherapeutin und Lachtrainerin
Teilnahmebeitrag 12,00 €

■ **Sonntag
29.01.
11:00 – 14:00 Uhr**

Bothfelder Bücher-Börse

– Kaufen – Tauschen – Schenken –

Neuen Lesestoff finden, sich über Gelesenes austauschen, Ausgelesenes verschenken, verkaufen oder tauschen, all das soll bei unserer ersten Bücher-Börse möglich sein. Kommen Sie gern zum Schmökern vorbei, für Kaffee und Kuchen ist gesorgt!

Wenn Sie selbst einen Tisch mit Ihren Büchern bestücken möchten, melden Sie sich bitte bis zum 27.1. im Kulturtreff an.
Standgebühr 5,00 € / ermäßigt 3,00 €

■ **Freitag
03.02.
15:30 – 17:30 Uhr**



Improtheater Emscherblut

Donnerstag

09.02.

19:30 Uhr

**Nutzen Sie den
Kartenvorverkauf!**

■ **Sagen Sie uns ein Wort – wir machen Ihnen eine Szene**

Man nehme eine Bühne, etwas Licht, ein gewogenes Publikum, dessen Vorschläge und das Ergebnis ist fulminantes Improvisationstheater. Spontane Comedy, Wortspielereien, Geschichten und natürlich Schauspielkunst stehen im Mittelpunkt dieser interaktiven Show. Emscherblut treibt Dichtkunst, Pantomime und große Oper auf die Spitze. Weder Inhalte noch Szenen sind geplant oder einstudiert. Alles entsteht im Augenblick: auf Zuruf bestimmt das Publikum Themen, Orte, Tätigkeiten oder Gefühle. Sehen Sie, wie vor Ihren Augen aus Ihrem Vorschlag eine spannende und witzige Szene entsteht. Unmöglich?! Zählen Sie ein: 5-4-3-2-1-los – und Emscherblut spielt Ihre kühnsten Phantasien!

Die Gruppe Emscherblut ist seit 28 Jahren auf den Bühnen Deutschlands unterwegs und war auch schon mehrmals Gast beim „Kleinen Fest“. Emscherblut ist zweifacher Deutscher Meister im Theatersport und gewann viele Pokale im In- und Ausland.

Eintritt: 12,00 € / ermäßigt 10,00 €

Workshop

Das „innere Kind“ wiederentdecken - Bauch und Kopf versöhnen

Freitag – Sonntag

10.02.

18:00 – 20:00 Uhr

11.02.

11:00 – 17:00 Uhr

12.02.

11:00 – 14:00 Uhr

- Wie oft gehen Sie singend durch die Straßen und erfüllen sich spontane Wünsche? Ertappen Sie sich dabei, dass Sie die Erwartungen anderer erfüllen und dabei über Ihre Grenzen gehen? Wie oft schlucken Sie Ihren Ärger runter, anstatt sich Luft zu machen? Entdecken Sie Ihr „inneres Kind“ wieder! Das "innere Kind" repräsentiert das ganze Spektrum der Gefühle wie zum Beispiel Freude und Angst. Der "innere Erwachsene" steht für das logisch-rationale Handeln und trifft Entscheidungen. Beide Anteile gilt es in Balance zu bringen um schwierige Situationen gelassen meistern und das Leben genießen zu können. Gemeinsam entwickeln wir anhand von Gesprächen in kleinen Gruppen, kreativen Übungen und Bewegung mehr Verständnis für unsere Verhaltensweisen und kommen spielerisch in Kontakt mit unseren Bedürfnissen.

Mitzubringen sind Pausenverpflegung, bequeme Kleidung, dicke Socken und Neugier auf das eigene innere Kind!

Ute Gerken, Soziologin, Trainerin und systemische Beraterin
Teilnahmegebühr 43,00 € / ermäßigt 40,00 €

Achtung:

Dieses Seminar bietet/ersetzt keine therapeutische Unterstützung/Behandlung

FILMABEND

INFO
24-1515

Filmabend: „Die Bücherdiebin“

Liesel Meminger ist ein außergewöhnliches und mutiges Mädchen. Während des Zweiten Weltkriegs zerbricht ihre Familie und Liesel kommt zu den Pflegeeltern Hans und Rosa Hubermann. Ihr Pflegevater kümmert sich fürsorglich um das traumatisierte Mädchen, das Nacht für Nacht von ihren Erinnerungen geplagt wird und nicht einschlafen kann. Er nutzt ihre wachen Stunden und bringt ihr das Lesen bei. Von ihrer Vergangenheit verfolgt, flüchtet sie sich in die Phantasiewelten gestohlener Bücher.

Auch für Max, einen jüdischer Flüchtling, der von der Familie versteckt wird, bietet die Magie der Worte eine Möglichkeit, der Realität zu entfliehen. Eine tiefe Liebe zu Büchern und Worten wird bei Liesel geweckt, die sie auch nicht verlässt, als die Welt um sie herum in Schutt und Asche versinkt.

**Eintritt frei, um eine Spende wird gebeten.
Vorherige Anmeldung im Kulturtreff erforderlich!**

■ **Mittwoch
22.02.
19:00 Uhr**

**Dauer:
zirka 120 Minuten**

Im Blickpunkt: „William Turner - Maler der Elemente“

Bildbetrachtung im Kulturtreff Bothfeld

„Einen Haufen Seifenlauge und Tünche“ - so beschimpfte ein Zeitgenosse Turners epochales Gemälde „Snowstorm“, mit dem er in fortgeschrittenem Alter die Sehgewohnheiten seiner Bewunderer und Kritiker herausforderte. Turner, eine malerische Frühbegabung, der mit dem Skizzenblock durch Europa reiste und besessen davon war, das Licht und die Elemente in all ihren Erscheinungen auf Papier und Leinwand zu festzuhalten, wurde für die nachfolgende Generation der Impressionisten zu einem wichtigen Impulsgeber. Auch unser Sehen wird auf die Probe gestellt werden, wenn wir uns seinem Werk nähern. In einer geführten Bildbetrachtung werden wir uns nicht nur mit „Snowstorm“ auseinandersetzen, sondern auch die malerische Entwicklung Turners, die zu diesem Werk geführt hat, versuchen nachzuvollziehen.

Referentin: Barbara Walther, Lehrerin für Deutsch und Kunstbetrachtung an der Freien Waldorfschule Bothfeld
Teilnahmegebühr: 7,50 € /ermäßigt 6,50 €

Vorherige Anmeldung und Bezahlung im Kulturtreff erforderlich!

■ **Dienstag
28.02.
18:30 bis
zirka 19:30 Uhr**





Herzenssache: 30 Jahre Kulturtreff

Jubiläumsfeier

**Sonntag
05.03.**

15:00 – 18:00 Uhr

- **Kultur und Bildung,
ein vielfältiges Programm
zum Erleben und Mitgestalten,
mit ehrenamtlichem und
hauptamtlichem Engagement**

**– dies alles bietet der Kulturtreff, bunt
und kreativ, nun bereits seit 30 Jahren!**

Deshalb wollen wir mit Ihnen feiern, uns erinnern, klönen
und genießen. Mit vielen Gästen, 30 Sorten Torte und kleinen
Überraschungen.

**Wenn Sie mit uns feiern möchten, melden Sie sich
bitte bis zum 20.2. in unserem Büro.**

Ich sehe was, was du nicht siehst Natur im Wandel der Jahreszeiten

Weg mit dem Handy, her mit der Jacke und raus – entdecken Sie die Natur in der Umgebung! In Feld, Wald, Wiese und Gärten ist allerhand los. Was wächst denn hier? Was blüht denn da? Und was fliegt und kriecht bloß dort? Und wie schön sich die Wolken wieder formiert haben...

Antje Eggers nimmt Sie mit auf Spaziergänge und Erkundungen, bei denen es eine Menge zu sehen und zu lernen gibt. Es geht dabei immer um Naturbeobachtungen, vielleicht auch um das Naheliegende, was man so leicht übersieht. Den Blick und die Sinne im Allgemeinen zu schärfen, ist das Anliegen dieser kleinen naturkundlichen und – im wahrsten Sinne des Wortes – anschaulichen Veranstaltungsreihe, die heute einen Blick in Bothfelds Vorgärten und den Anger wirft.

Antje Eggers (Landschaftsgärtnerin und Diplom-Geographin)

Teilnahmegebühr 6,00 € / ermäßigt 5,00 €

Treffpunkt/Start: Kulturtreff Bothfeld (vor der Tür)

■ **Samstag
11.03.**

11:00 Uhr

**Vorherige
Anmeldung im
Kulturtreff
erforderlich!**



Sprechchor Hannover

„Überall ist Wunderland“ - ein Ringelnatz-Programm

Der Sprechchor Hannover ist ein Chor, der spricht – aber wie...! Ob im Opernhaus, im NDR oder Altenheim: Seit 25 Jahren lassen Engelbert Georg und seine Wortbeweger aufhorchen. Zu Wort kommen die Besten, die Sprache zu bieten haben: die Dichter! Doch wer den Sprechchor Hannover kennt, weiß, dass hier nicht nur Gedichte von Joachim Ringelnatz aufgesagt werden, sondern mit Lauten gerappt, mit Silben gespielt, mit Worten gerungen, und dass auch verwurstete Worte, entwortete Beipackzettel, verwortete Verordnungen und das ein oder andere wortlose Element etwas zur Aussage beitragen: etwas zu sagen haben, das will errungen sein!

Eintritt 12,00 € / ermäßigt 10,00 €

■ **Freitag
31.03.**

19:00 Uhr

**Nutzen Sie den
Kartenvorverkauf!**

Klönnachmittage für Senioren im Kulturtreff

Dienstag

17.01.

15:00 – 17:00 Uhr

■ **„Schuberts Leben in Lied und Wort“**

Vortrag von Johanna Schliephake.

Kaffee und Kuchen sind natürlich auch mit dabei.

Ingrid Zimmeck

Dienstag

21.02.

15:00 – 17:00 Uhr

■ **Wir besuchen das Stadtteilhaus Klein-Buchholz!**

Bei Kaffee und Kuchen erfahren wir viel über das Haus, sehen es uns an und tauschen uns in gemütlicher Runde aus.

Ort: Stadtteilhaus Klein-Buchholz, Evangelisches Johannesstift Pflegen und Wohnen gGmbH, Gebrüder-Hartmann-Str. 14

Dienstag

21.03.

15:00 – 17:00 Uhr

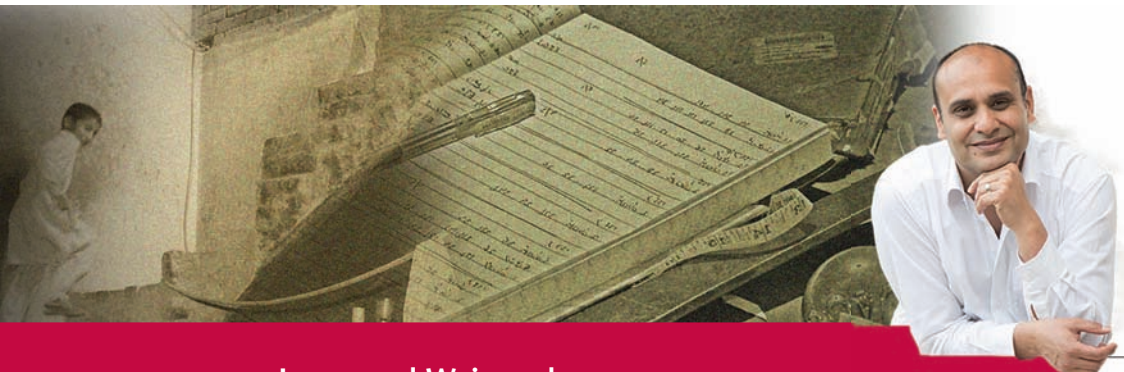
■ **„Mehr Erfolg mit Gartenrosen“**

Grundlagen zum richtigen Pflanzen und Pflegen.

Vortrag von Rosenfreund und Buchautor Hartmut Brinkmann.

Natürlich fehlen auch Kaffee und Kuchen nicht...

Ingrid Zimmeck



Lese- und Weinprobe

Donnerstag

27.04.

19:00 Uhr

■ **„Palast aus Staub und Sand“**

ist das Erstlingswerk Haroon Gordons, das im vergangenen Jahr bei der Frankfurter Buchmesse vorgestellt wurde. „Haroon Gordon ist ein großartiger Geschichtenerzähler, ein Teppichweber der Worte“ sagt ein Kollege über ihn.

Der Autor liest persönlich und wird sicherlich auch noch die eine oder andere Anekdote erzählen. Begleitet wird die Leseprobe von ausgewählten Weinen aus der „Winzer Welt“. Dort findet die Veranstaltung auch statt.

Teilnahmegebühr 20,00 € / ermäßigt 18,00 €

Vorherige Anmeldung im Kulturtreff erforderlich!

Veranstaltungsort: Winzer Welt, Klein-Buchholzer Kirchweg 3



Veranstaltungen im Klaus-Bahlsen-Haus

Bingo-Treffen

Im Klaus-Bahlsen-Haus finden zu unregelmäßigen Terminen öffentliche Bingo-Treffen statt. Zu Beginn werden die Spielregeln erläutert und dann heißt es: Bingo!

Ort: Klaus-Bahlsen-Haus,
Klein-Buchholzer Kirchweg 11
(neben dem Kulturtreff)

**Auskünfte zu den einzelnen Terminen und eine
Anmeldung sind möglich unter**

Telefon: 0511 168 35500

■ **Wir freuen uns
auf viele
Mitspielerinnen
und Mitspieler.**



WinzerWelt
Aus Liebe zum Genuss!
Ihr Weinfachhandel
in Ihrer Nähe!

Bäckerei Die Drei Filiale Bothfeld

Inh. Uwe Plötze

Gernsstraße 19
30659 Hannover

Tel. + Fax: 0511 / 64054873



frisch, lecker...mag ich

Anzeigen

RAHLFS

**CATERING UND
PARTY-SERVICE**

www.rahlf.de



Bei den Kinderkursen zahlt das erste Kind die volle Gebühr, Geschwisterkinder zahlen die Hälfte.

Freude und Spaß beim Malen und Zeichnen

**Für Kinder ab
7 Jahren**

– Laufende Kurse für Kinder –

Die Kurse sind für Kinder gedacht, die großes Interesse am Malen und Zeichnen haben. Ihnen wird der Umgang mit Aquarellfarben, Guasch, Buntstiften und Bleistiften beigebracht. Mittels vieler kleiner, eigener Übungen erfahren die Kinder das Wesentliche über verschiedene Maltechniken. Sie erhalten eine Einführung in die Proportionen, Farb- und Perspektivlehre. Das Hauptziel ist es, den Kindern mit professioneller Unterstützung und viel Freude einen kleinen Einstieg in die tolle kreative „Malwelt“ zu ermöglichen. Wenn Plätze frei werden, sind Neueinsteiger herzlich willkommen.

Freitags

Freitags

Samstags

Samstags

- **Kurs 1** 13.01. – 24.03. (außer 27.01.) | 15:00 – 16:30 Uhr
- **Kurs 2** 13.01. – 24.03. (außer 27.01.) | 17:00 – 18:30 Uhr
- **Kurs 3** 14.01. – 25.03. (außer 28.01.) | 10:00 – 11:30 Uhr
- **Kurs 4** 14.01. – 25.03. (außer 28.01.) | 12:00 – 13:30 Uhr

Irina Simonovska | 40,50 € | Kurstage: 10

Bitte folgende Materialien mitbringen: Aquarellfarben, Pinsel (für Aquarellfarben, Nr. 16 und 6), Aquarellblock (A 3), Bleistifte und Buntstifte. Sie können sich bezüglich der nötigen Materialien auch zu Kursbeginn von der Kursleiterin beraten lassen.



Österliches Töpfern

Dienstags

14.03. – 28.03.

16:30 – 18:00 Uhr

- Mit viel Spaß und beiden Händen legen wir los: Aus Ton wollen wir Hasen, Hühnchen und andere Oster- und Frühlingsdekorationen formen. Macht mit und gestaltet euren eigenen Osterhasen! Für Kinder ab 7 Jahren.

Christa Charlotte Beyer

20,00 € (inklusive Material) | Kurstage: 3



Glanzstücke - Kindertheater im Stadtteil

Zaches & Zinnober: „Kofferkonzert“

- **Livemusik, Sprachspiele, Mitmachprogramm** -

Sind wir bald da?! - unterwegs zu sein, kann manchmal ganz schön langweilig sein. Aber nicht mit Zaches und Zinnober! In ihrem nagelneuen Mitmachprogramm entdecken sie das Abenteuer an jeder Straßenecke und vertreiben die Langeweile, wo sie sich zeigt. Zwischen Baustelle und Blaulicht, Kuscheltuch und Kofferpacken gibt es viel zu erleben: Zaches und Zinnober haben nämlich ganz schön was auf dem Koffer!

Mit fetziger handgemachter und Musik mit Gitarre, Piano, Saxofon und allerlei Koffern, lustigen Geschichten und einem Schuss Virtuosität begeben sie sich mit den Kindern auf die Suche nach den großen Abenteuern - auch auf kleinen Reisen.

Für Kinder von 4 bis 7 Jahren

Dauer: zirka 50 Minuten | Eintritt 4,00 €

Für Gruppen ist eine vorherige Anmeldung im Kulturtreff erforderlich!

In Zusammenarbeit mit der

Landeshauptstadt Hannover, Fachbereich Kultur, Stadtteilkultur.

■ **Freitag
31.03.
10:30 Uhr**

Was ist los bei den Nachbarn?

STADTTEILTREFF SAHLKAMP

Freitag
20.01.
19:30 Uhr



Thommi Baake „Spiel mir das Lied vom Entertainer“

In einer Zeit der Castingshows, Promidinner, Dailytalks, Telenovelas und Volkstümlichen Hitparaden möchte ein Mann etwas zur Rettung der Abendunterhaltung tun. Sein Name: Thommi Baake. Seine Mission: „Spiel mir das Lied vom Entertainer“.

Er hat sich bereits mit seiner Mischung aus Improvisation mit den Zuschauern, seinen gefürchteten Liedern, seinen skurrilen Geschichten und seinen kuriosen Figuren aufgemacht, die Bühnen Deutschlands zu erobern - und Hunderttausende haben sich vom Fernseher losgerissen und das Haus verlassen, um ihn live zu erleben.

Mit treffsicheren Pointen und auf charmante Art zieht Thommi Baake das Publikum auf seine Seite, so dass ihm gelegentliche Förschheit nur zu gerne verziehen wird.

Kollege Ingolf Lück sagt über ihn: „Einer der größten Komiker - der Punk von Hannover“

Eintritt: 9,50 €/ Vorverkauf 8,50 €

Veranstalter:

Stadtteiltreff Sahlkamp

Elmstraße 15, 30657 Hannover, Telefon 0511 16848051

E-Mail: Stadtteiltreff-Sahlkamp@Hannover-Stadt.de



Freitag
31.03.
19:00 Uhr



Konzert: „Melodie des Herzens“

Deutsch-russischer Musikabend

Nach dem Erfolg der „Nacht der Oper“ im Herbst 2016 in Vahrenheide haben wir erneut die **Sopranistin Alla Doelle** (Staatsoper Hannover) eingeladen.

Gemeinsam mit dem **Tenor Wladimir Kasatschuk** werden sie Ihnen russische Romanzen, Arien und Duette aus deutschen Operetten präsentieren. Am Klavier werden die Künstler von **Maria Lagutina** begleitet.

Freuen Sie sich auf Melodien des Herzens!

Eintritt 9,50 € | ermäßigt 8,50 € | mit Aktivpass 4,75 €

Veranstalter:

Kulturtreff Vahrenheide

Wartburgstraße 10, 30179 Hannover, Telefon 0511 671812

E-Mail: kulturtreffvahrenheide@t-online.de

Alle mit **vhs** gekennzeichneten Kurse finden in Zusammenarbeit mit der VHS Hannover statt. Die Anmeldung erfolgt über den Kulturtreff. Sofern nicht anders angegeben, gilt für alle Kurse eine Mindestteilnehmerzahl von 8.



ztk

Französisch

Französisch 1

– Laufender Kurs, für Neueinsteiger offen –
Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmer mit guten Vorkenntnissen der französischen Sprache. Die Kursteilnehmenden beschäftigen sich mit der französischen Kultur und den Regionen Frankreichs. Es werden Alltagsgespräche und Grammatik geübt.

Emmanuelle Tanaïs Aupest | 48,00 € / ermäßigt 44,00 € |

Kurstage: 8 | **Mindestteilnehmerzahl: 7**

Lehrbuch: „Voyages neu A2“ Klettverlag | ISBN Nr. 978-3-12-529422-6

Französisch lernen

Der Kurs richtet sich an Menschen die mit geringen Vorkenntnissen die französische Sprache kennen lernen möchten.

Emmanuelle Tanaïs Aupest | 48,00 € / ermäßigt 44,00 €

Kurstage: 8 | **Mindestteilnehmerzahl: 7**

Lehrbuch: „Voyage A1 neu“ ab Lektion 10 | ISBN 978-3-12-5294127

Französisch 2

– Laufender Kurs, für Neueinsteiger offen –
Der Kurs richtet sich an Teilnehmerinnen die bereits Stufe A2 erreicht haben. Wir legen sehr viel Wert auf freies Sprechen, wiederholen und vertiefen aber auch die Grammatik. Neueinsteiger mit entsprechenden Vorkenntnissen sind herzlich willkommen!

Emmanuelle Tanaïs Aupest | 42,00 € / ermäßigt 38,50 €

Kurstage: 8

Lehrbuch: „Perspectives B1“

■ Montags

23.01. – 27.03.

(außer 27.02./13.03.)

16:00 – 17:30 Uhr

■ Dienstags

24.01. – 28.03.

(außer 28.02./14.03.)

09:45 – 11:15 Uhr

■ Dienstags

24.01. – 28.03.

(außer 28.02./14.03.)

11:30 – 13:00 Uhr



vhs

Italienisch

Italienisch für Fortgeschrittene

– Laufender Kurs, für Neueinsteiger offen –
Dieser Sprachkurs ist vorrangig ein Konversationskurs. Neueinsteiger mit entsprechenden Vorkenntnissen sind herzlich willkommen!

Schauen Sie gern zu einer Probestunde vorbei!

Dr. Giuseppe Scigliano | 66,00 € / ermäßigt 61,00 €

Kurstage: 11 | **Mindestteilnehmerzahl: 7**

■ Montags

16.01. – 27.03.

16:00 – 17:30 Uhr

Englisch

vhs



Englisch zum Auffrischen

- Laufende Kurse, Neueinstieg nach Rücksprache möglich -
Diese Kurse richten sich an Teilnehmer mit Vorkenntnissen.
Es wird zum freien Sprechen ermuntert, Grammatikkenntnisse
werden aufgefrischt und kleine Texte gelesen.

Montags

■ **Kurs 1 16.01. – 27.03.** (außer 30.01.) | **09:30 – 11:00 Uhr**

Dienstags

■ **Kurs 2 17.01. – 28.03.** (außer 31.01.) | **09:30 – 11:00 Uhr**

Dienstags

■ **Kurs 3 17.01. – 28.03.** (außer 31.01.) | **11:00 – 12:30 Uhr**

Mittwochs

■ **Kurs 4 18.01. – 29.03.** (außer 01.02.) | **09:30 – 11:00 Uhr**

Mittwochs

■ **Kurs 5 18.01. – 29.03.** (außer 01.02.) | **11:00 – 12:30 Uhr**

Ute Gehrke | 52,50 € / ermäßigt 48,00 € | Kurstage: 10

Lehrbuch: Kurs 1 und Kurs 5: „Key A2“

Neueinsteigern bieten wir eine kostenlose Schnupperstunde an.

Spanisch

vhs



Dienstags

14.02. – 28.03.

16:30 – 18:00 Uhr

■ Spanisch Grundstufe A2

- Neueinsteiger mit entsprechenden Vorkenntnissen sind herzlich willkommen! -

Sie lernen alltägliche Situationen sprachlich zu meistern, üben
Konversation durch kleine Dialoge und lösen einfache Aufgaben.

Maria Dettenwanger-Medina | 42,00 € / ermäßigt 38,50 € | Kurstage: 7

Mindestteilnehmerzahl: 7

Dienstags

14.02. – 28.03.

18:00 – 19:30 Uhr

■ Spanisch für Fortgeschrittene

- Neueinsteiger mit entsprechenden Vorkenntnissen sind herzlich willkommen! -

Bei diesem Kurs stehen die Förderung der Kommunikations-
fähigkeit sowie die Vertiefung der grammatikalischen Kenntnisse
im Vordergrund. Wir wiederholen Grammatik mit Übungen aus
einem Trainingsbuch für Fortgeschrittene und werden außerdem
eine Lektüre lesen.

Maria Dettenwanger-Medina | 49,00 € / ermäßigt 44,50 € | Kurstage: 7

Mindestteilnehmerzahl: 6



vhs

Deutsch als Fremdsprache

Deutsch als Fremdsprache – für Fortgeschrittene

– Laufender Kurs, Neueinstieg nach Rücksprache möglich –
Hier geht es darum, die schon bestehenden Deutschkenntnisse grammatisch zu verfeinern. Der Kurs richtet sich an TeilnehmerInnen, deren Muttersprache nicht Deutsch ist. Wir werden schwierige grammatische „Dauerbrenner“ wiederholen, aber auch an Sicherheit im mündlichen und schriftlichen Ausdruck gewinnen.

Ingrid Grüneberg | 55,00 € / ermäßigt 50,00 € (inklusive 2,00 €

Kopiergeld) | Kurstage: 10

Die Arbeitsmaterialien werden auf den Kursinhalt zugeschnitten.

■ **Mittwochs**
18.01. – 22.03.
18:00 – 19:30 Uhr

Bonjour! Willkommen!

Miteinander reden - voneinander lernen

Zur Konversation in französischer und deutscher Sprache können sich Menschen bei Kaffee und Tee treffen, die mindestens eine der Sprachen gut beherrschen und mit Spaß ihre Sprachkenntnisse erweitern, vertiefen und ausprobieren wollen.

Bei Interesse kurze Meldung im Büro erbeten.

■ **Freitags**
20.01./10.02.
und 10.03.
10:30 – 12:00 Uhr

Smartphonekurs

Auffrischen - Festigen - Neues entdecken

Dieser Kurs ist für Smartphonebenutzer und -benutzerinnen gedacht, die bereits einen Grundkurs gemacht bzw. die schon etwas Praxis im Umgang mit Smartphones haben.

Mögliche Kurs-Inhalte sind: Datenaustausch zwischen Smartphone, Tablett und Laptop; Konten für E-Mail, Whatsapp und Skype einrichten; Terminkalender anwenden; Synchronisation von Daten; verschiedene nötige (und unnötige) Anwendungen installieren und ausprobieren.

Weiterhin kann auf individuelle Wünsche der Kursteilnehmer eingegangen werden.

Voraussetzungen: Sie verfügen über ein neueres Android-Smartphone (Android ab Version 4.4) und bringen dieses mit vollem Akku in den Kurs mit. Der Kurs wird mit einem Samsung Smartphone durchgeführt.

Jürgen Dörheide | 28,00 € / ermäßigt 26,00 € | Kurstage: 4

Bitte mitbringen: neueres Android-Smartphone mit vollem Akku, Ladegerät.

■ **Mittwochs**
25.01. – 15.02.
15:30 – 17:30 Uhr



Patchwork

vhs

Montags

30.01. – 27.02.

10:00 – 12:00 Uhr

- In diesem Kurs, der für Anfänger und Fortgeschrittene gleichermaßen geeignet ist, werden verschiedene Muster und Nähtechniken - auch Handnähtechniken - mit Anleitung vorgestellt. Neueinsteiger können gern in der ersten Stunde einmal unverbindlich vorbeischaun.

Heidemarie Gropengießer | 35,00 €/ermäßigt 32,00 € | Kurstage: 5

Bitte mitbringen: Baumwollstoffe (gemustert und einfarbig), Schere, Nähgarn, Näh- und Stecknadeln, und soweit vorhanden, eine Schneidematte und einen Rollschneider.

Stoffe können auf Wunsch auch kostenlos zur Verfügung gestellt werden.



Acrylmalerei

vhs

- Laufende Kurse, Einstieg nach Rücksprache möglich -
Acrylfarben sind Kunstharzdispersionsfarben, die mit Wasser vermalbar, nach dem Aufdrocknen jedoch wasserunlöslich sind und sich wieder übermalen lassen. In den Kursen werden Grundtechniken der Gestaltung vermittelt: Farbmischungen, Farbkontraste, Maltechniken und Komposition.

Montags

- Kurs 1 17.01. – 28.03. | 10:00 – 12:00 Uhr**
Gabriele Schwarz | 77,00 € / ermäßigt 70,50 € | Kurstage: 11
Mindestteilnehmerzahl: 7

Donnerstags

- Kurs 2 19.01. – 23.03. | 14:30 – 17:30 Uhr**
Katharina Lob | 105,00 € / ermäßigt 96,00 € | Kurstage: 10

Bitte folgende Materialien mitbringen: Leinwand, Borstenpinsel, Farben.

Workshop Acrylmalerei

Auf den Spuren großer Künstlerinnen

Wir wandeln auf den Spuren großer Künstlerinnen, die sich mit dem Thema Menschen-Darstellung auseinandersetzen bzw. gesetzt haben. Angeregt durch die Werke von Paula Modersohn-Becker, Mary Cassat, Suzanne Valdon, Frieda Kahlo, Nicki de Saint Phalle, Käthe Kollwitz u.a. lassen wir uns inspirieren und probieren einige ihrer künstlerischen Techniken aus.

Verwendet werden Acrylfarben, Spachtelmasse, Tusche und alles, was man in ein Bild montieren kann. Wir arbeiten auf Papier, Malplatten, Holzkörpern, Leinwand und sonstigen Bildträgern. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich!

Bozena Kopij-Machnik | 22,50 € / ermäßigt 21,00 € (inklusive Materialkosten)

■ Freitag/Samstag

17.02.

16:00 – 18:00 Uhr

18.02.

10:00 – 13:00 Uhr



Aquarellmalerei

Aquarell für Fortgeschrittene

- Laufender Kurs, zurzeit kein Einstieg möglich -

Rosmarie Huisenga | 77,00 € / ermäßigt 70,50 € | Kurstage: 11

Aquarell für AnfängerInnen

- Laufender Kurs, Einstieg nach Rücksprache möglich -

Sie wollten schon immer mal malen. Aquarell. Aber Sie wissen nicht genau wie. In diesem Kurs erhalten Sie Anleitung und Anregung für die ersten und natürlich auch für die weiteren Schritte. Diese sehr reizvolle Technik wird Sie nicht mehr loslassen.

Rosmarie Huisenga | 70,00 € / ermäßigt 64,00 € | Kurstage: 10

Alle vorhandenen Materialien, wie Pinsel, Farben und Papier bitte mitbringen, aber nichts Neues kaufen.

Materialbesprechung erfolgt am ersten Kurstag.

■ Mittwochs

18.01. – 29.03.

10:00 – 12:00 Uhr

■ Donnerstags

19.01. – 30.03.

(außer 09.02.)

15:00 – 17:00 Uhr

Workshop Aquarellmalerei

Freitag-Sonntag

24.03.

18:00 – 20:00 Uhr

25.03. + 26.03.

10:00 – 17:00 Uhr

■ Wie kann ich „Glas“ im Aquarell umsetzen?

Gemeinsam wollen wir in entspannter Atmosphäre das Motiv "Glas" im Aquarell erarbeiten.

Ohne Zeitdruck erstellen wir vorab Skizzen, um dann ein oder mehrere entsprechende Motive ins Aquarell umzusetzen.

Rosmarie Huisenga

56,00 € / ermäßigt 51,00 €

Kurstage: 3



Portraitzeichnen lernen

Donnerstags

12.01. – 23.03.

18:00 – 20:00 Uhr

■ - Laufender Kurs, Einstieg nach Rücksprache möglich -

Das Zeichnen eines Portraits ist eine der schwierigsten und interessantesten Aufgaben für jeden Künstler. Während des Kurses lernen Sie, wie Sie das Kopfschema anlegen, die Proportionen richtig erfassen und die Grundformen des Gesichtes zeichnen. Durch das Zeichnen von unterschiedlichen Portraitfotos nähern Sie sich der Kunst des Portraitzeichnens Schritt für Schritt und können so erste Erfahrungen sammeln.

Als Zeichenmaterialien nutzen wir Bleistifte, Kohle und Pastellkreide. Die weitere Verwendung von Zeichenmitteln und die Kosten-Umlage für ein Model werden individuell im Kurs besprochen.

Dieser Kurs richtet sich an alle Interessierten ab 14 Jahre.

Irina Simonovska

77,00 € / ermäßigt 70,50 € (zuzüglich Umlage für Model-Kosten)

Kurstage: 11

Bitte Materialien mitbringen: Zeichenblock DIN A3 (ab 190mg), Bleistifte: HB-5B, Radiergummi, Knetradiergummi, Zeichenkohle, Pastellkreide



Tanzkreis für Erwachsene

Seit dem Jahre 1954 gibt es den Tanzkreis im Harzclub, Zweigverein Hannover e.V. Sowohl deutsche Volkstänze, als auch internationale Tänze gehören zum Repertoire.

Die Gruppe freut sich über neue, tanzinteressierte Menschen.

Dieter Stoy | 15,00 € pro Person/Jahr

Bitte anmelden bei Herrn Stoy unter Telefon 0511 6497815.

- **Montags**
06.02./06.03.
+ 03.04.
(jeden ersten Montag
im Monat)
20:00 – 22:00 Uhr



Bücher-Runde

Dieser Kreis spricht über Bücher, die von den Teilnehmenden vorgeschlagen, gemeinsam ausgewählt und natürlich vorher gelesen werden. In lockerer Runde tauschen wir uns aus.

Neue Teilnehmende sind herzlich willkommen und können gerne an einem der genannten Termine einmal "hereinschnuppern"!

- **Dienstags**
17.01./14.02./
+ 14.03.
10:00 – 11:30 Uhr

17.01. „Herkunft“ (Botho Strauß)

14.02. „Magdalena“ (Maarten `t Hart)

**13.12. „Wann wird es endlich wieder so,
wie es nie war“** (Joachim Meyerhoff)

Gesprächsleitung: im Wechsel, nach Vereinbarung | Kostenlos

Dipl.-Oec.
Frank Schweitzer
Steuerberater

Kugelfangtrift 138 A
30657 Hannover

Tel. 0511 6044601
Fax 0511 6044604



Afro-Treff



Samstag
21.01./18.02.
+ 11.03.
18:00 Uhr

- Nkento, der kongolesische Frauenverein, bietet jeden 2. Samstag im Monat eine gesellige Runde mit kleinem Imbiss an.

Alle Frauen und Mädchen, ob Migrantinnen oder Deutsche, die sich für interkulturellen Austausch und Integration interessieren, sind herzlich willkommen. Schauen Sie einfach vorbei.

Teilnahmebeitrag 1,00 € | Ohne Anmeldung
Kontakt: Betty Panu, Telefon 0152 15780230



Bridge

Montags
ab 16.01.
09:45 – 12:00 Uhr

■ Aufbautraining

Es werden frei gemischte oder vorbereitete Boards gespielt und nach dem Spiel kommentiert und analysiert. Wenn vorhanden, bitte Bidding-Box mitbringen.

Ferit Tavlan | Mindestteilnehmerzahl: 5

Donnerstags
12.01. – 16.03.
18:15 – 20:30 Uhr

■ Bridge-Reizen 2

Für Bridge-Spieler die schon einen Bridge Kurs Reizen 1 (oder Reizen A) absolviert haben oder über entsprechende Kenntnisse verfügen.

Behandelt werden folgende Themen: Wiederholung der Wiedergebote des Eröffners, Gegenreizung (Farbgegenreizung, SA-Gegenreizung, Info-Kontra, Stärke-Kontra), Reizung nach Eröffnung und Gegenreizung, 2. Antwort des Antwortenden, 3. Farbe Forcing, 4. Farbe Forcing, Wettbewerbsreizung, Sperransagen, Alleinspiel- und Gegenspieltechniken.

Ferit Tavlan | 79,00 € / ermäßigt 72,00 € | Kurstage: 10

Freitags
ab 13.01.
15:00 – 18:00 Uhr

■ Bridge-Treff

Für Bridgespieler ab 3 bis 4-jähriger Spielerfahrung. Wir treffen uns, um Spaß am Spiel und beim praxisorientierten Lernen zu haben.

Interessierte und neue Bridge-Spieler*innen bitte im Büro melden!
Ferit Tavlan | Spielgeld wird gegebenenfalls vor Ort eingesammelt

Handarbeits-Klönabend

Wir wollen uns alle zwei Wochen (immer in den geraden Kalenderwochen) zu einem netten, gemütlichen Beisammensein mit Handarbeit treffen. Tipps und Anregungen können bei Kaffee und Tee ausgetauscht werden.

Erika Rößner | kostenlos

- **Mittwochs**
ab 11.01.
alle 14 Tage
(in den geraden Wochen)
18:00 – 20:00 Uhr

Klassisches Gitarren-Forum

In der Tradition der englischen und amerikanischen „Classical Guitar Society“ bietet dieses offene Forum allen, die klassische Gitarre spielen und lieben, einen Treffpunkt. Hier können Sie in freundlicher und lockerer Atmosphäre andere Gitarristen und Gitarrenliebhaber kennenlernen, Erfahrungen und Spielliteratur austauschen und nach Belieben auch Kammermusik spielen. Wer Lust hat, alleine oder im Duett/Trio/Quartett zu spielen, wird hier aufmerksame Zuhörer - oder vielleicht auch neue musikalische Partner*innen - finden.

Maria Linnemann | 15,00 € halbjährlich

- **Donnerstags**
ab 19.01.
alle 14 Tage
(in den ungeraden Wochen)
18:00 – 20:00 Uhr

Mittwochsgruppe Wandern

Die Wanderziele werden jeweils vor Beginn der Wanderung festgelegt. Dauer maximal bis 15:00 Uhr, Pausen eingeschlossen.

Treffpunkt am Kulturtreff
Ohne Anmeldung, Wanderleitung im Wechsel

- **jeden 1. + 3.**
Mittwoch
im Monat
10:00 Uhr

Fahrradgruppe



Die Gruppe trifft sich - außer im Januar und Februar - jeden **2. Mittwoch** (neu) im Monat um 14:00 Uhr und jeden **3. Samstag** um 10:00 Uhr vor dem Gemeindehaus der Nikolaikirche, um zu Touren von ca. 30 Kilometern Länge in die Umgebung aufzubrechen. Dauer: ca. 3-5 Stunden inklusive Pausen. Die Touren werden von einem oder mehreren Gruppenmitgliedern vorbereitet.

Bei Interesse bitte im Kulturtreff-Büro melden.

- **Mittwoch**
08.03. + 12.04.
14:00 Uhr
- Samstag**
25.03.
10:00 Uhr

In den bestehenden Gruppen der Fitness und Gesundheitskurse werden hin und wieder Plätze frei, so dass ein Einstieg nach Rücksprache möglich ist.



Hatha-Yoga

why

– Laufende Kurse –

Yoga ist ein Übungsweg für Körper und Geist.

Durch Bewegungsfolgen (Karanas), Haltungen (Asanas) und Atemübungen (Pranayama) wird der Körper geschmeidiger

– die Lebensenergien werden aktiviert. Bewusst ausgeführte Bewegungen verbunden mit einer Achtsamkeit für den Atem fördern die Konzentration, lassen die Gedanken zur Ruhe kommen und können auf diese Weise zu einem Gefühl von Gelassenheit führen.

Montags

■ **Kurs 1 23.01. – 27.03.** (außer 06.02.) | **16:30 – 18:00 Uhr**

Montags

■ **Kurs 2 23.01. – 27.03.** (außer 06.02.) | **18:15 – 19:45 Uhr**

Elke Neumann | 47,50 € / ermäßigt 43,00 € | Kurstage: 9
Bitte zwei Wolldecken, ein Kissen und bequeme Kleidung mitbringen.

Mit Yoga den Rücken stärken

why

Dienstags

24.01. – 28.03.

(außer 07.02.)

18:00 – 19:30 Uhr

■ – Laufender Kurs –

Die Rückseite unseres Körpers wird uns meistens erst bewusst, wenn sie uns Beschwerden bereitet. In diesem Yogakurs steht der Rücken in seiner Gesamtheit im Mittelpunkt des Übens. Es wird darum gehen, die Aufrichtung der Wirbelsäule zu erfahren, die Rückenmuskulatur zu stärken und den inneren Raum zu entspannen.

Elke Neumann | 47,50 € / ermäßigt 43,00 € | Kurstage: 9
Bitte zwei Wolldecken, ein Kissen und bequeme Kleidung mitbringen.



Achtsamkeits-Yoga zum Tagesausklang

Dieser Kurs eignet sich für diejenigen, die einen regelmäßigen Termin suchen, um runterzufahren, abzuschalten und sich am Ende des Tages auf ihre innere Kraft zurückbesinnen möchten. Leichte Bewegungs- und Atemübungen unterstützen dabei, Abstand vom Alltag zu finden. Entspannungsübungen und kurze Meditationen helfen, die Gedanken zur Ruhe zu bringen, und es kann sich ein Zustand von wacher Stille einstellen.

Elke Neumann | 47,50 € / ermäßigt 43,00 € | Kurstage: 9
Bitte bequeme Kleidung, eine Übungsmatte oder Decke und Sitzkissen oder Yogabänken mitbringen.

■ **Dienstags**
24.01. – 28.03.
 (außer 07.02.)
19:45 – 21:15 Uhr

NEU

Der Kurs ist für AnfängerInnen geeignet.

Zumba-Gold®

Das feurige, von lateinamerikanischen Rhythmen inspirierte Tanz-Fitness-Programm ist ein Mix aus Merengue, Salsa, Cumbia, Bauchtanz, Cha-Cha-Cha, Flamenco, Tango und Rock'n Roll. Es wurde konzipiert, um besonders aktiven älteren Erwachsenen und Anfänger*innen lateinamerikanische und internationale Tanzrhythmen näherzubringen. Zumba Gold konzentriert sich auf Grundlagen, ist für alle Altersklassen geeignet und garantiert allen Teilnehmenden ein sicheres und effektives Gesamtkörpertraining.

Kurs 1 17.01.–14.03. (außer 07.02.) | **16:30 – 17:30 Uhr**

Laufender Kurs, Einstieg nach Rücksprache möglich
Simin Hajjafari | 28,00 € / ermäßigt 26,00 € | Kurstage: 8

Kurs 2 19.01.–16.03. (außer 09.02.) | **16:30 – 17:30 Uhr**

Simin Hajjafari | 28,00 € / ermäßigt 26,00 € | Kurstage: 8

Bitte Sportkleidung, Turnschuhe und eine Flasche Wasser mitbringen.

■ **Dienstags**

■ **Donnerstags**

Viniyoga

– Laufender Kurs –

Viniyoga bedeutet, dass die Bewegungen und Körperhaltungen an die Fähigkeiten und Ziele des Übenden angepasst werden. Im Kurs werden auf diese Weise Körperhaltungen (Asana) und Bewegungsabfolgen (Viniyasa) vermittelt und einfache Atemübungen (Pranayama) durchgeführt. So wird die Beweglichkeit gefördert, das Körper- und Atembewusstsein geschult, der Übende kann zu mehr Ruhe und Gelassenheit kommen.

Ursula Spuck | 35,00 € / ermäßigt 32,00 € | Kurstage: 10

Bitte bequeme Kleidung, eine Gymnastikmatte und eine Decke oder ein großes Handtuch mitbringen.

■ **Donnerstags**
19.01. – 30.03.
 (außer 09.02.)
19:00 – 20:00 Uhr

Gewaltfreie Kommunikation - Übungsgruppe

Montags
alle 14 Tage
09.01. – 20.03.
18:00 – 20:00 Uhr

■ nach Marshall B. Rosenberg

- Laufende Gruppe, Einstieg nach Absprache möglich -
Wer sich mit der Gewaltfreien Kommunikation nach Marshall B. Rosenberg beschäftigt, merkt schnell, dass sein Modell relativ simpel ist - in der Umsetzung aber umso anspruchsvoller.
In der Übungsgruppe gibt es Gelegenheit, die GFK in Übungen und mit eigenen Fallbeispielen vertiefend zu verinnerlichen.

Voraussetzung ist ein Einführungsworkshop oder Vergleichbares, z.B. intensives Literaturstudium.

Melanie Eckhoff | 56,00 € / ermäßigt 52,00 € | Kurstage: 6



Geschlossene Gruppen

An dieser Stelle finden Sie Kurse und Gruppen, die zu unserem Angebot gehören, aber zurzeit bereits aufgrund der großen Teilnehmerzahl geschlossen sind.

Montags

■ Fotogruppe

ab 09.01. (14-täglich) | **19:30 – 21:30 Uhr**
Wolfgang Beermann | 15,00 € Jahresbeitrag

Dienstags

■ Canasta-Treff

ab 10.01. (14-täglich) | **18:30 Uhr**
15,00 € Jahresbeitrag

Freitags

■ Doppelkopf-Runde

ab 20.01. (14-täglich) | **19:00 Uhr**
Hans-Georg Neblung | 15,00 € Jahresbeitrag

Freitags

■ Barock-Ensemble Herrenhausen

(jeden letzten Freitag im Monat) | **19:30 Uhr**
Bei Interesse bitte Kontakt aufnehmen mit:
Herrn Klaus Adler, Telefon 0511 660265

„Denk mit – bleib fit!“

- Laufender Kurs, wenn Plätze frei werden ist ein Einstieg möglich. -
Bitte informieren Sie sich im Kulturtreff-Büro.

Heike Tschernich | Materialkosten 1,00 € pro Stunde

In Zusammenarbeit mit dem Kommunalen Seniorenservice Hannover.

■ **Freitags
ab 20.01.**

10:00 – 11:00 Uhr

Sutel



Apotheke

Iris Teichmann Sutelstr. 54b 30659 Hannover
Telefon 0511 / 6 49 98 21 Telefax 0511 / 6 47 67 22
www.sutel-apotheke.de

Anzeigen

**Elektro-
Boxhorn**
Elektroanlagenbau

Tiergartenstraße 54
30559 Hannover
Telefon 52 15 05/51 32 62
Fax 52 23 42

- Reparatur- und Kundendienst
- Kabel- und SAT-Anlagen
- Telefon- und Sprechanlagen
- Haus-, Licht- und Datentechnik
- Industrie- und Anlagentechnik
- E-Check und BGV A3-Messungen

Sutelstraße 54B
30659 Hannover
Telefon 65 01 17



Ricklinger Stadtweg 39
(Schünemannplatz)
30459 Hannover
Telefon 42 14 64

www.elektro-boxhorn.de • E-Mail: info@elektro-boxhorn.de

BÖLSCH TÜRENCENTER
GLAS- UND BAUELEMENTE ALU · KUNSTSTOFF · HOLZ

Büro und Ausstellungsräume

Stargarder Weg 2 A · 30659 Hannover · Ebelingstr., Ecke Eulenkamp

Telefon (05 11) 6 49 74 72 · Telefax (05 11) 64 03 31

www.boelsche-glas.de · boelsche-glas@t-online.de

Förderverein Bothfelder Kulturtreff e.V.

Telefon

Fax

E-Mail

- Klein-Buchholzer Kirchweg 9, 30659 Hannover
0511 6476262
0511 6499441
kulturtreff.bothfeld@t-online.de
www.kulturtreffbothfeld.de

Bürozeiten

- Montag - Donnerstag 09:30 - 13:00 Uhr
Dienstag + Donnerstag 17:00 - 19:00 Uhr

Eingeschränkte Öffnungszeiten

- vom 10. 04. bis 21.04.2017

Bankverbindung

- Sparkasse Hannover | BIC SPKHDE2HXXX
IBAN DE59 2505 0180 0000 7935 66

Sie erreichen uns

- mit der Stadtbahnlinie 9, Haltestelle Bothfelder Kirchweg

Wir bitten

- um freundliche Beachtung der Inserate unserer Anzeigenkunden

■ Anmeldung und Bezahlung

Sie können sich persönlich, telefonisch oder per E-Mail in unserem Büro anmelden.

Die Anmeldung ist verbindlich. Bei einem Rücktritt ist eine Rückzahlung der Kursgebühr nur möglich, wenn der Platz anderweitig vergeben werden kann. Bei Ausfall bzw. Absage der Veranstaltung durch den Kulturtreff wird die Kursgebühr voll erstattet. Bei Sprachkursen ist nach Rücksprache eine unverbindliche „Schnupperstunde“ möglich.

Die Bezahlung kann persönlich während unserer Bürozeiten erfolgen oder per Überweisung auf das angegebene Konto.

■ Ermäßigte Kursgebühren

Mitglieder des Fördervereins Bothfelder Kulturtreff e.V., Auszubildende, SchülerInnen, StudentInnen, Arbeitslose, SozialhilfeempfängerInnen und RentnerInnen mit geringem Einkommen bezahlen ermäßigte Kursgebühren.

Bei den Kinderkursen zahlt das erste Kind die volle Gebühr, Geschwisterkinder zahlen die Hälfte.

Alle Hannover-Aktiv-Pass-Inhaber bekommen im Kulturtreff 50 % Ermäßigung auf Kurse und Veranstaltungen.

Impressum

Herausgeber

- Förderverein Bothfelder Kulturtreff e.V.
Klein-Buchholzer Kirchweg 9, 30659 Hannover

Fotos

- die jeweiligen Künstler, Rosmarie Huisenga (Seite 21, 22), Irina Simonovska (Seite 22), Heike Wollborn (Seite 3, 25), Wikimedia Commons (Seite 09), fotolia: victoria p. (Seite 01), francescorizzato (Seite 04), kotina (Seite 06), Durluby (Seite 09), Picture-Factory (Seite 10), vege (Seite 18), inna_astakhova (Seite 20) Serkat Photography (Seite 24), kieferpix (Seite 26), andrus (Seite 28), pixabay: eniast (Seite 20), Alexas_Fotos (Seite 23), qimono (Seite 29) und weitere

Layout

- havey. Layoutatelier Heike Wollborn, www.havey.de

Druck

- unidruck GmbH & Co KG, Telefon 0511 7000000, www.unidruck.de



Der Förderverein Kulturtreff Bothfeld e.V. wird von der Landeshauptstadt Hannover, Fachbereich Kultur, Stadtteilkultur, institutionell gefördert

- Wir gestalten** ■ über das ganze Jahr ein abwechslungsreiches Programm:
 • Kulturelle Veranstaltungen im Bereich Musik, Theater, Film • Kurse für Erwachsene und Kinder • Offene Treffs und Gruppen • Veranstaltungen zu stadtteilbezogenen Themen • Stadtteilfeste • Familienangebote
 • Exkursionen • Workshops und Projekte für unterschiedliche Zielgruppen
- Wir wollen** ■ mit unseren Angeboten Kinder, Jugendliche, Erwachsene und SeniorInnen erreichen und damit eine lebendige Begegnungskultur im Stadtteil fördern.
- Wir pflegen** ■ den Kontakt zu Institutionen, Vereinen und Kirchengemeinden im Stadtteil, fördern den Zusammenhalt untereinander und bauen Brücken zur Stadt Hannover und zu kulturellen Institutionen in anderen Stadtteilen.
- Wir sind** ■ ein gemeinnütziger Verein. Für und mit den BürgerInnen dieses Stadtteils stellen wir ein vielfältiges kulturelles Angebot zusammen und werden dabei von der Stadt Hannover institutionell unterstützt. In diesem Jahr feiern wir unser 30. Gründungsjahr.
- Wir freuen uns,** ■ wenn Sie unsere Arbeit unterstützen möchten und Mitglied werden - und / oder sich bei uns ehrenamtlich engagieren.

Herzlich willkommen beim Kulturtreff Bothfeld!

Beitrittserklärung

Hiermit erkläre ich meinen Beitritt zum Förderverein Bothfelder Kulturtreff e.V.

ab Datum: _____

Name: _____ Geburtsdatum: _____

Straße: _____

PLZ/Ort: _____

Telefon: _____

E-Mail: _____

☐ **Einzugsermächtigung**
 Bitte ziehen Sie den jährlich fälligen Beitrag von meinem Konto ein:

Beitrag in Höhe von € _____

IBAN: _____

BIC: _____

Bankinstitut: _____

☐ **Der jährliche Beitrag in Höhe von**
 (Nichtzutreffendes bitte streichen)
 • 30,00 €/ermäßigt 20,00 €
 • Ehepaare 50,00 €/ermäßigt 30,00 €
 wird von mir auf das Konto des Kulturtreffs Bothfeld überwiesen.

Ort, Datum:

Unterschrift: _____



TEGTMEYER

Hoch-, Tief- & Stahlbetonbau
///... seit 1879

- Neubau
- Um- und Anbauten
- Balkone – Neubau und Sanierung
- Reparatur- und Sanierungsarbeiten, auch für feuchte Keller
- Wärmedämmputz
- Schmutz- und Regenwasser-Kanäle

**Sprechen
Sie uns an,
wir beraten
Sie gern**

Baugeschäft Tegtmeier GmbH u. Co.
Im Heidkampe 14 • 30659 Hannover

Telefon: (05 11) 64 80 81
Telefax: (05 11) 64 80 70

Schöne Bäder aus einer Hand!

**Bad-
renovierungs-
Hotline:**
☎ 05 11 /
64 79 0-83



Bad & Wärme Manfred Meyer GmbH
Klein-Buchholzer-Kirchweg 5 * 30659 Hannover
Tel.: 0511/64790-83 * www.badundwaermeplus.de

Bad & Wärme
...für ein schönes Zuhause!

Schöne Bäder - moderne Energiesysteme - freundlicher Kundendienst