

KULTUR*treff*BOTHEFELD

Programm April bis Juli 2023

Italienische Momente



Machen auch Sie den
Förderverein Bothfelder
Kulturtreff e.V. zu Ihrer
Herzenssache und
werden Sie Mitglied.

Wir freuen uns auf
Ihre Beitrittserklärung.

(Seite 31)

KULTURtreff BOTHFELD



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

Brandes & Diesing
VITALCENTRUM

*Wir sind für Sie da!
Ihr Vitalzentrum 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[®]

t e x t i l e s w o h n e n

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 Helmrichs · Am Ortfelde 20 b · 30916 Isernhagen · Telefax: (0511) 7 26 293 55 · Internet: www.textiles-wohnen.de



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

kürzlich sagte der Schauspieler Christoph Waltz sinngemäß, dass er nach dem Lesen der Nachrichten am liebsten wieder die „Decke über den Kopf ziehen würde“. Ich vermute, dass das in unterschiedlicher Ausprägung fast Allen von uns so geht. Für die psychische und seelische Gesundheit ist es allerdings unerlässlich, einen gelassenen Umgang mit Sachverhalten zu finden, die vom einzelnen Menschen nicht änderbar sind. Wie bereits im letzten Heft geschrieben, möchten wir Sie einladen, durch das bewusste Entgegensetzen von positiven Erlebnissen die eigene Resilienz zu stärken und Kraft zu tanken. Was bietet sich da mehr an als eine imaginäre Reise in das Sehnsuchtsland vieler Menschen? Wie geht es Ihnen beim Betrachten des Titelbildes? Möchten Sie nicht am liebsten auch gleich losfahren? Steigen Sie ein und erleben Sie schöne italienische und andere Momente.

Ich freue mich, Sie bei der einen oder anderen Veranstaltung zu treffen.

Mit herzlichen Grüßen
Regina Hogrefe

■ von rechts:

Regina Hogrefe
Gisela Schild
Renate Klute
Matthias Schmidt
Martina Raab
Jörg Kabitzsch
Silke Leniger
Elke Wittrin



Ausstellung ■ Naturräume

19.04. – 30.06.

21 Schüler*innen des Kunstleistungskurses (12. Jahrgang) der IGS Bothfeld haben sich mit dem Thema Naturbeobachtung und Naturerfahrung beschäftigt. Im Zentrum standen das Naturstudium zu unterschiedlichen Tages- und Jahreszeiten und der Eingriff des Menschen in die Natur. Dabei sollten Lieblingsorte mit Wald oder Gewässer und besondere Stimmungen in der Landschaft aufgespürt und zunächst fotografiert und skizziert werden. Diese persönlichen Landschaften (Acryl-Gemälde) aber auch Skizzen aus dem Arbeitsprozess werden nun im Kulturtreff Bothfeld präsentiert. Vielleicht erkennen Sie den einen oder anderen Ort wieder!?

- **Zur Vernissage am Mittwoch, den 19. April 2023 um 18:00 Uhr, laden wir herzlich ein.**
- **Von Schüler*innen geführte Ausstellungsbesuche: Dienstag 09. Mai und 20. Juni jeweils 17:30 – 18:00 Uhr und 18:00 – 18:30 Uhr**
Um vorherige Anmeldung wird bei allen Terminen gebeten.

Inhaltsverzeichnis

Seite

Veranstaltungen	■	04–12
Angebote für Kinder	■	13–15
Kurse Freizeit/Kreativ	■	16–25
Kurse Gesundheit	■	26–28
Was ist los bei den Nachbarn	■	29
Kontaktdaten/Informationen	■	30–31

Übersicht Termine

Seite

Vernissage	19.04.	■	04
Kaffeeklatsch	25.04.	■	06
Kreative Schreibtherapie	29.04.	■	06
Wildpflanzen-Spaziergang	03.05.	■	07
Workshop Dotpainting	06./07.05.	■	20
Zauber der Oper	07.05.	■	08
Hermi Colours	10.05.	■	21
Mittagsmusik	11.05.	■	12
Workshop Ölmalerei	14.05.	■	22
Figurentheater für Erwachsene	23.05.	■	09
Kulturelle Landpartie	24.05.	■	10
Urban Sketching	25.05.	■	10
Workshop Ölmalerei	04.06.	■	22
Mitgliederversammlung Förderverein. . .	06.06.	■	20
Mittagsmusik	08.06.	■	12
Lesung	09.06.	■	11
Papier Upcycling	14.06.	■	15
Herzmeditation	28.06.	■	27
KNO Sommerfest	30.06.	■	11
FerienCard-Aktion	06.07.	■	14
Luftsprünge	08./09.08.	■	21



Kaffee, Kuchen, Klönschnack – nicht nur – für Senior*innen

Dienstag

25.04.

15:00 – 17:00 Uhr

- Heute laden wir zum Kaffeeklatsch ein: Kommen Sie auf einen Kaffee und ein Stück Kuchen vorbei, treffen Sie neue Leute oder alte Bekannte und verbringen Sie zwei gesellige Stunden im Kulturtreff.

Um vorherige Anmeldung wird gebeten.

- **Das Erzählcafé im Kulturtreff**
pausiert zurzeit!



Workshop kreative Schreibtherapie Schreiben hilft und inspiriert

Samstag

29.04.

15:30 – 18:30 Uhr

- Der Workshop richtet sich an Menschen, die in oder nach einer schwierigen Lebensphase etwas für sich tun möchten. Die kreative Schreibtherapie kann dazu beitragen, den Alltag weniger sorgenvoll zu erleben und konstruktiv mit den individuellen Herausforderungen umzugehen. Mit gezielten Schreibimpulsen wollen wir herausfinden, was im Moment trägt und welche Kraftquellen sich auftun. Schreiben macht Spaß, inspiriert und belebt unsere inneren Ressourcen. Für die Teilnahme an einem Schreibworkshop sind keinerlei Vorkenntnisse erforderlich, lediglich Stift, Papier und eine Portion Neugierde sollten Sie mitbringen.

**Dr. med. Julia Schwerdtfeger (Frauenärztin/Psychotherapie,
Schreibtherapeutin)**

Teilnahmebeitrag: 18,00 € | mindestens 5 Teilnehmende

Vorherige Anmeldung erforderlich.

Foto: © Anita Zechel



Essbare Wildpflanzen erkunden bei einem Spaziergang in Bothfeld

Naturerlebnisse mit Anita Zechel

Selbstversorgung mit essbaren Wildpflanzen - schon eine Handvoll Wildpflanzen täglich bereichert unseren Speiseplan. Sie wirken sich wohltuend auf unseren Körper aus.

Wir bestimmen und erkennen die essbaren Wildpflanzen und Sie bekommen Tipps zur einfachen, schnellen Verwendung dieser Pflanzen in der Küche.

Wussten Sie, dass uns 12 Wildpflanzen das ganze Jahr begleiten?

Treffpunkt: Kulturtreff Bothfeld

Teilnahmebeitrag: 7,00 €

Vorherige Anmeldung erforderlich.

■ **Mittwoch
03.05.
16:00 Uhr bis
zirka 18:00 Uhr**



Weitere Veranstaltungen
aus dieser Reihe finden
Sie auf Seite 21

stadtradla

**Das Lastenrad stadtradla ist am Zuweg
zum Kulturtreff stationiert und kann
ausgeliehen werden. Informationen
finden Sie unter:**

www.stadtradla.de

**Dipl. - Oec.
Frank Schweitzer**

Kugelfangtrift 138 a
30657 Hannover
Deutschland



Telefon: +49 (0) 511- 700 527 73
Telefax: +49 (0) 511 - 700 527 99
E-Mail: kanzlei@stb-schweitzer.de



Zauber der Oper

**Sonntag
07.05.**

**17:00 bis
zirka 19:00 Uhr**

- Italienische Momente in der Musik: genießen Sie eine musikalische Reise durch Italien und Frankreich mit Werken von G. Verdi, G. Puccini, J. Massenet und G. Bizet.

Beliebte und berühmte Arien und Melodien werden von **Alla Doelle** (Sopran, Mitglied der Staatsoper Hannover) und **Viktoria Muchnyk** (Klavier) gesungen und gespielt.

Eintritt: 10,00 € /ermäßigt 8,00 €

Vorherige Anmeldung erbeten.

Sutel



Apotheke

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



Foto: © Frank Olle

Figurentheater Die Roten Finger spielt für Erwachsene: „Ich bin viel mehr!“

Ein Abendprogramm über nicht ausgelebte Persönlichkeitsanteile – voller Humor, Sinnlichkeit und Tiefgang. Mit schillernden Figuren, Tango, Swing und Jazz.

Wer einen Blick nach innen wagt, wird ein reiches Innenleben entdecken können. Da tauchen Figuren auf, die man bisher erfolgreich weggedrückt hat, z. B. **der lebenslustige Italiener**, die verführerische Diva oder der geschäftstüchtige Versicherungsvertreter. Endlich dürfen sie zeigen, welche Lebendigkeit in ihnen steckt!

Doch was, wenn jede Figur versucht, sich in den Vordergrund zu spielen und die Führung zu übernehmen? Eine Herausforderung, die das Leben bunter, interessanter und vielfältiger macht.

Autor, Figurenbau, Spiel: Bernd Linde

Der Eintritt ist frei, um eine angemessene Spende in den Hut wird gebeten.

Vorherige Anmeldung erbeten.

Gefördert durch

„Niedersachsen dreht auf!“ und „Neustart Kultur“.

■ **Dienstag
23.05.**

**19:00 bis
zirka 20:40 Uhr**
(mit Pause)

Kulturelle Landpartie®

Mittwoch
24.05

Eine gemeinsame
Veranstaltung der
Kulturtreffs Bothfeld,
Hainholz und Plantage

- In diesem Jahr findet die Kulturelle Landpartie® im Wendland bereits zum 34. Mal statt. Mit Kunst, Kultur, Kulinarischem und ursprünglich vor dem Hintergrund des politischen Widerstandes gegen ein Atommülllager in Gorleben. Künstler*innen und Handwerker*innen - verteilt über die (Rundlings-)Dörfer - öffnen zwischen Himmelfahrt und Pfingsten ihre Werkstätten und Ateliers und präsentieren ihre Arbeiten. Wir möchten mit Ihnen drei besondere Orte bereisen und erleben.

Anmeldung bitte ab 17.04.

Treffen: 08:45 Uhr | Abfahrt 09:00 Uhr am ZOB Hannover

Rückkehr: gegen 19:00 Uhr

Fahrtpreis: 25,00 € | Essen und Getränke werden vor Ort selbst ausgewählt und gezahlt.

Urban Sketch: Hannover neu entdeckt mit Stift und Skizzenbuch!

Donnerstag
25.05
17:30 – 20:00 Uhr

- Erkunden Sie die Stadtteile Hannovers und probieren sich dabei als Urban Sketcher*in. Sie zeichnen einen Ort so, wie Sie ihn erleben. Im Vordergrund stehen dabei der Spaß am Ausprobieren und der Austausch untereinander. Unter der Anleitung von **Sybille Heller** (Urban Sketcherin und Grafikerin aus Hannover) entdecken Sie vielleicht ein neues Hobby oder vertiefen Ihre Zeichenkenntnisse. Nebenbei erfahren Sie Interessantes über ausgewählte Örtlichkeiten im Stadtteil.

Bei Bedarf kann Zeichenmaterial ausgeliehen werden, bitte informieren Sie uns!

Teilnahmebeitrag: 12,00 €

**Vorherige Anmeldung und Bezahlung
im Kulturtreff erforderlich!**



Lesung Ingrid Frank – umrahmt von italienischen Spezialitäten

„Ligurisches Öl“ ist ein Roman über drei Menschen in der Lebensmitte, in einer Geschichte voller Überraschungen und zutiefst menschlicher Wendungen. Die bildhafte, gefühlvolle Sprache von Ingrid Frank lässt die Protagonisten so nah erleben, als würde man neben Heiner im Flugzeug hocken, mit Fine in einer Hamburger Bar stranden oder Gunnar in einen Sauna-Club begleiten. Es entstehen unverwechselbare Portraits ganz besonderer Menschen, die sich zwischen Versuch und Irrtum, Aufbruch und Wiederkehr, Toleranz und Vorurteil bewegen. Der Weg von Currywurst mit Bier zu Ciabatta mit Oliven und Rotwein kann manchmal sehr weit sein – allerdings nicht bei dieser Veranstaltung...

Im Kulturtreff erwartet Sie eine Kostprobe aus dem neuesten Buch der Autorin Ingrid Frank. Dazu reichen wir verschiedene italienische Köstlichkeiten und Weine zum Probieren.

Teilnahmebeitrag: 15,00 € (inkl. Kostproben)
Vorherige Anmeldung erforderlich.

■ **Freitag**
09.06
19:00 Uhr



KULTUR NORDOST präsentiert: das besondere Sommerfest

FEST for Future - Familienfest im Stadtbezirk

Auf dem Stadtteilbauernhof,
Rumpelstilzchenweg 5, 30179 Hannover

Alles rund um eine nachhaltige Zukunft: Recycling und gesunde Ernährung, Informationen zum Klimaschutz, Mitmachaktionen für alle Generationen und ein buntes Musikprogramm.

Förderung beim Bezirksrat Bothfeld-Vahrenheide beantragt.

■ **Freitag**
30.06.
15:00 – 18:00 Uhr



„MittagsMusik“ - Kleine Konzerte zur Mittagszeit

**Jeweils
12:30 Uhr
bis
13:00 Uhr**

In unserer Reihe „MittagsMusik“ bieten wir Ihnen auf unserer grünen, lauschigen Innenhof-Terrasse wieder feine Konzerthäppchen „für zwischendurch“.

Hannover ist „Unesco City of Music“ und wir leisten einen kleinen Beitrag, diesen Ehrentitel mit Leben zu füllen. Ob Sie auf dem Weg zum Einkauf sind, Ihre Büro-Mittagspause einmal anders verbringen möchten oder ganz gezielt ein kleines Konzert erleben wollen - hier können Sie Ihren Ohren etwas Gutes gönnen!

Die Konzerte finden draußen statt - bitte an wettergemäße Kleidung denken!

**Der Eintritt ist frei, um eine Spende wird gebeten.
Um vorherige Anmeldung wird gebeten.**

**Donnerstag
11.05.**

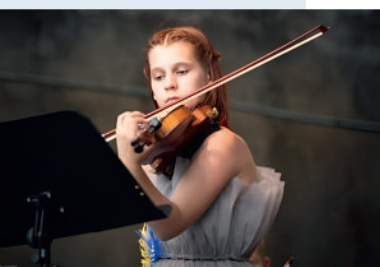
■ Bodil Mohlund & Sabine Lauer



Die beiden studierten Musikerinnen **Sabine Lauer** (Violoncello) und **Bodil Mohlund** (Klarinette) bieten ein interessantes und abwechslungsreiches Programm quer durch die Musikgeschichte, von Mozart bis zu zeitgenössischen Komponisten.

**Donnerstag
08.06.**

■ Diana Koval (Violine)



Diana begann im Alter von 6 Jahren in Kiew Geige zu spielen. Nach Kriegsausbruch zog sie mit ihrer Familie nach Deutschland und studiert nun an der Hochschule für begabte Musiker in Hannover. Diana ist Preisträgerin internationaler und nationaler Violinwettbewerbe und hat schon an vielen Musikfestivals und Geigen-Meisterkursen teilgenommen. Diana wird berühmte klassische Werke sowie Werke ukrainischer Komponisten spielen.



Bild von Sandra Zitzer

Freude und Spaß beim Malen und Zeichnen

– Neueinstieg eventuell nach Rücksprache möglich –

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 Übungen erfahren die Kinder das Wesentliche über verschiedene Maltechniken. Sie erhalten eine Einführung in Proportionen, Farb- und Perspektivlehre. Das Hauptziel ist es, mit professioneller Unterstützung und viel Freude den Einstieg in die tolle kreative „Malwelt“ zu ermöglichen.

Die frühen Kurse sind für Kinder von **7 bis 12 Jahren** und die späteren für Kinder **ab 12 Jahren** gedacht.

- | | | | |
|---------------|---------------------------------------|--------------------------|-------------------|
| Kurs 1 | 21.04. – 23.06. (außer 19.05.) | 16:45 – 18:15 Uhr | ■ Freitags |
| Kurs 2 | 22.04. – 24.06. (außer 20.05.) | 10:30 – 12:00 Uhr | ■ Samstags |
| Kurs 3 | 22.04. – 24.06. (außer 20.05.) | 12:30 – 14:00 Uhr | ■ Samstags |

Bitte 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.

Irina Simonovska | 45,00 € | Kurstage: 9

Bei den Kinder-Malkursen zahlt das erste Kind die volle Gebühr, Geschwisterkinder zahlen die Hälfte.

Kurse der Musikschule der Landeshauptstadt Hannover im Kulturtreff Bothfeld

Spielraum Musik – Eltern-Kind-Gruppe

- Laufender Kurs für 1- bis 2-Jährige mit Bezugsperson -

Veranstaltungsort: Kulturtreff Bothfeld

**Informationen und Anmeldung
über die Musikschule der Landeshauptstadt Hannover
Telefon 16844137**

www.musikschule-hannover.de

- **Donnerstags**
09:30 – 10:15 Uhr



FerienCard: "Mein Monsterquartett"

Sammelkarten selber machen

Die Monster sind los! Denn in diesem Workshop gestalten wir fantasievolle Kartenspiele selber. Zuerst braucht ihr eine Idee und einen Namen für eine Kartenfigur. Was es wird, liegt bei euch. Dann geht es ans Malen und Gestalten der Karte. Egal ob euer Wesen ein feuerspeiender Hamster oder eine Gartenbank ist - alles ist möglich. Zum Schluss gibt es noch ein paar Regeln und schon kann direkt losgespielt werden.

Für Kinder von 8 - 12 Jahren. Bitte etwas zu Essen und zu Trinken für die Pause mitbringen

**Donnerstag
06.07.**

- **Workshop 1 09:00 – 12:00 Uhr**
- **Workshop 2 12:30 – 15:30 Uhr**

Anleitung: Timo Stoffregen (Comic- und Animationszeichner)

Anmeldung: Über die FerienCard-Stelle

(<https://www.die-feriencard-hannover.de/>)

Kosten: 3,00 € / mit HannoverAktivPass 1,50 €



Luftsprünge: Stuhlbauworkshop



Lust auf Werken mit Holz? Hier kannst du dir deinen eigenen Holzstuhl bauen! An diesen zwei Tagen wird geleimt, gehämmert (oder geschraubt?), gesägt, geschliffen und gemalt... Deinen "Rudi" darfst du mit nach Hause nehmen. Warum er so heißt, erfährst du vom Erfinder des Stuhles selbst. Bitte etwas zu Essen und zu Trinken für die Pausen mitbringen.

Anleitung: Simon Kux

Alter: 12 – 14 Jahre

Ort: Lesegarten der Stadtteilbibliothek, Hintzehof 9

Kosten: 8,00 € / 6,00 € mit Feriencard /

mit HannoverAktivPass kostenlos

Anmeldung: im Kulturtreff oder über die FerienCard

(<https://www.die-feriencard-hannover.de/>)

bis zum 31.07. erforderlich!

■ **Dienstag**
08.08.

09:00 – 14:00 Uhr
und

Mittwoch
09.08.

09:00 – 14:00 Uhr

„STARTKLAR in die Zukunft“

Die Angebotsreihen „**IN ACTION**“ und „**Creativ Action**“ werden auch im ersten Halbjahr 2023 mit vielen Aktionen immer wieder Räume für kulturelle Teilhabe und neue Erfahrungen schaffen.

Der Kulturtreff Bothfeld hat 2022 Fördermittel aus dem Landesprogramm „Startklar in die Zukunft - Kunst, Kultur und Kreativität“ bewilligt bekommen und kooperiert dabei mit verschiedensten (Kultur-) Einrichtungen im Stadtbezirk.

Näheres und Weiteres unter www.kulturtreffbothfeld.de



Englisch

**Englisch zum Auffrischen**

– Laufende Kurse, Neueinstieg nach Rücksprache möglich –

Montags

- **Kurs 1 24.04. – 26.06.** (außer 01./15./29.05.) | **09:30 – 11:00 Uhr**
Ute Gehrke | **42,00 € /ermäßigt 39,00 €** | **Kurstage: 7**

Dienstags

- **Kurs 2 25.04. – 27.06.** (außer 16.05.) | **09:30 – 11:00 Uhr**

Dienstags

- **Kurs 3 25.04. – 27.06.** (außer 16.05.) | **11:15 – 12:45 Uhr**

Mittwochs

- **Kurs 4 26.04. – 28.06.** (außer 17.05.) | **09:30 – 11:00 Uhr**
Ute Gehrke | **54,00 € /ermäßigt 50,00 €** | **Kurstage: 9**

Französisch

**Montags****17.04. – 19.06.**

(außer 01. + 29.05.)

11:15 – 12:45 Uhr

- **Französisch für Anfänger*innen**

– Laufender Kurs, Neueinsteigende sind herzlich willkommen –

Wenn Sie schon ein paar Vorkenntnisse – auch lang zurückliegende – mitbringen, können Sie in diesem Kurs, in entspannter Atmosphäre Ihre Grundkenntnisse ausbauen und weitere erwerben. Im interaktiven Unterricht lernen Sie kleine Dialoge zu führen und sich in wesentlichen Alltagssituationen zu verständigen.

Es wird mit dem Kurs- und Übungsbuch sowie dem Trainingsbuch „Rencontres en français A1“ vom Klett-Verlag gearbeitet. (ISBN: 978-3-12-529642-8 + ISBN: 978-3-12-529643-5)

Cathérine Bazil-Ottmann | 64,00 € /ermäßigt 59,00 €**Kurstage: 8 | mindestens 6 Teilnehmende****Montags****17.04. – 19.06.**

(außer 01. + 29.05.)

13:00 – 14:30 Uhr

- **Französisch Fortgeschrittene**

– Laufender Kurs, Neueinsteigende sind herzlich willkommen –

Der Kurs richtet sich an Personen die bereits Stufe A2 erreicht haben. Es wird sehr viel Wert auf freies Sprechen, wiederholen und vertiefen der Sprachkenntnisse gelegt, aber auch die Grammatik kommt nicht zu kurz.

Lehrbuch: Rencontres en français B1 (Kurs und Übungsbuch mit MP3-CD), Klett, ISBN: 978-3-12-529649-7

Cathérine Bazil-Ottmann | 64,00 € /ermäßigt 59,00 €**Kurstage: 8 | mindestens 6 Teilnehmende**



Spanisch

Spanisch Grundstufe 2, zweiter Teil (A2)

– Laufender Kurs, Neueinstieg nach Rücksprache möglich –

In diesem Kurs können Sie Ihre Grundkenntnisse ausbauen. Sie lernen alltägliche Situationen sprachlich zu meistern, üben Konversation durch kleine Dialoge und lösen einfache Aufgaben. Es wird viel frei gesprochen, damit Grammatik und Vokabular sich festigen können. Wir arbeiten mit dem Buch „Con gusto nuevo“ (A2) (798-3-12-514677-8), ab Lektion 2.

Nicolas Becerra | 60,00 € /ermäßigt 55,00 € | Kurstage: 10

- **Dienstags**
18.04. – 20.06.
16:30 – 18:00 Uhr

Spanisch Eingangsstufe 2 (A1)

– Laufender Kurs, Neueinstieg aber gerne möglich! –

Wenn Sie schon etwas Vorkenntnisse mitbringen, können Sie in diesem Kurs lernen, alltägliche Situationen sprachlich zu meistern und üben Konversation durch kleine Dialoge. Wir arbeiten mit dem Buch „Con gusto“ (A1) (ISBN 978-3-12-514980-9), ab Lektion 6. Schnuppern Sie gerne mal rein!

Nicolas Becerra | 80,00 € /ermäßigt 74,00 € | Kurstage: 10
mindestens 6 Teilnehmende

- **Dienstags**
18.04. – 20.06.
18:15 – 19:45 Uhr



Italienisch

Italienisch für Fortgeschrittene

– Laufender Kurs, Neueinstieg nach Rücksprache möglich –

Dieser Sprachkurs ist vorrangig ein Konversationskurs.

Dr. Giuseppe Scigliano | 54,00 € /ermäßigt 50,00 € | Kurstage: 9

- **Montags**
17.04. – 26.06.
(außer 01. + 29.05.)
18:15 – 17:45 Uhr

Italienisch für die Reise

NEU

In diesem Schnupperkurs können Sie auf einfache, unterhaltsame und freudige Weise Italienisch lernen. Es wird geübt, wie man sich vorstellt, in einer Bar oder einem Restaurant bestellt und sich in typischen Urlaubssituationen zurechtfindet. Auch andere praktische Tipps für Ihren Italienurlaub werden nicht fehlen.

Die Unterrichtsmaterialien werden in der ersten Kursstunde besprochen.

Natascia Lattucca | 34,00 € /ermäßigt 32,00 € | Kurstage: 5
mindestens 7 Teilnehmende

- **Mittwochs**
31.05. – 28.06.
16:30 – 18:00 Uhr

GfK-Übungsabende

Montags**17.04./15.05./
12.06./26.06.****Mittwochs****03.05./31.05.****18:30 – 21:00 Uhr**■ **Übungsabende (laufender Kurs)**

Dieser Workshop ist für Menschen gedacht, die ihre Fähigkeiten erweitern möchten, auch in schwierigen Situationen einfühlsam, aufrichtig und wertschätzend zu kommunizieren. Wir üben mit den 4 Schritten der GfK: Beobachten ohne zu bewerten - Gefühle wahrnehmen und ausdrücken - Bedürfnisse erkennen und ausdrücken - Bitten aussprechen ohne zu fordern.

Wir beschäftigen uns mit dem „aktiven Zuhören“, auch „Spiegeln“ genannt, und dem empathischen Zuhören, einer gewandelten Form der Kommunikation, die aus Selbsteinführung, Selbstausdruck und Empathie für unser Gegenüber besteht.

Für Menschen mit und ohne Vorkenntnisse.

Ekkehard Rieger, zertifizierter Trainer nach CNVC, Schulmediator
69,00 € / ermäßigt 64,00 € | Kurstage: 6 | mindestens 7 Teilnehmende

Schöne Bäder aus einer Hand!

**Bad-
renovierungs-
Hotline:**

☎ **05 11 /
64 79 0-83**



Bad & Wärme Manfred Meyer GmbH
Lenbachstraße 14a * 30655 Hannover
Tel.: 0511/64790-83 * www.badundwaermeplus.de

Bad & Wärme 
...für ein schönes Zuhause!

Schöne Bäder - moderne Energiesysteme - freundlicher Kundendienst



Kurse Malerei

Acrylmalerei Kurs 1

18.04. – 20.06.

| 10:30 – 12:30 Uhr

Gabriele Schwarz

80,00 € / ermäßigt 75,00 € | Kurstage: 10

■ **Dienstags**

Acrylmalerei Kurs 2

– Laufender Kurs –

20.04. – 22.06. (außer 11.05./18.05.)

| 14:30 – 17:30 Uhr

Katharina Lob

96,00 € / ermäßigt 88,00 € | Kurstage: 8

■ **Donnerstags**

Aquarell für Fortgeschrittene

– Laufender Kurs, Einstieg nach Rücksprache möglich –

19.04. – 21.06.

| 11:15 – 13:15 Uhr

Rosmarie Huisenga

80,00 € / ermäßigt 75,00 € | Kurstage: 10

■ **Mittwochs**

Aquarell Grundstufe

– Laufender Kurs, Einstieg nach Rücksprache möglich –

20.04. – 22.06. (außer 18.05.)

| 15:00 – 17:00 Uhr

Rosmarie Huisenga

72,00 € / ermäßigt 68,00 € | Kurstage: 9

■ **Donnerstags**

Malen von A bis Z

– Laufender Kurs –

27.04. – 22.06. (außer 18.05.)

| 18:00 – 20:00 Uhr

Irina Simonovska

64,00 € / ermäßigt 60,00 € | Kurstage: 8

■ **Donnerstags**

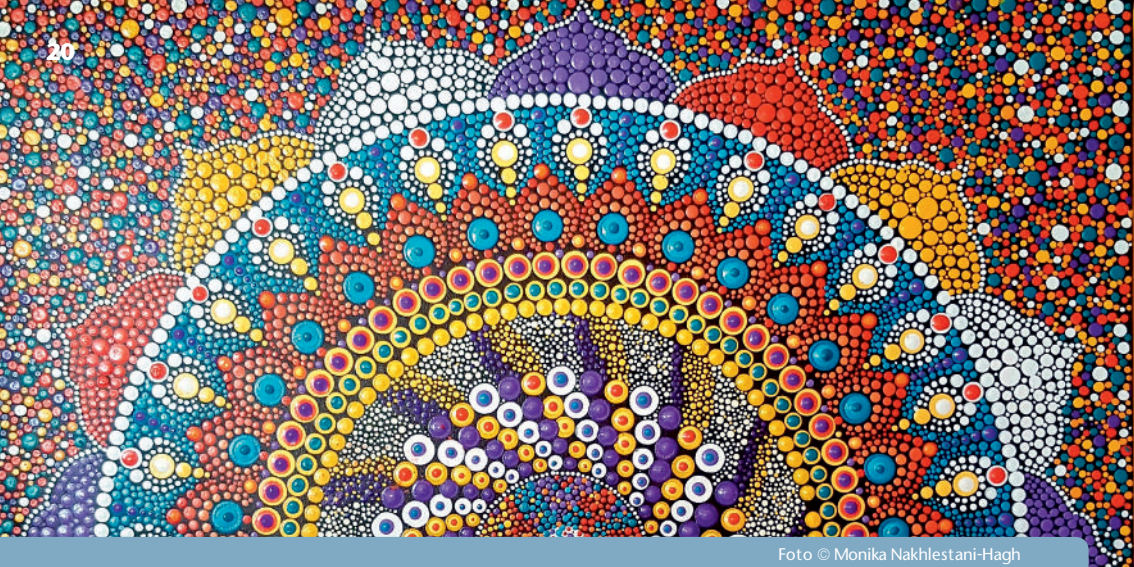


Foto © Monika Nakhlestani-Hagh

NEU

Dotpainting-Workshop

**Samstag
06.05.**

**15:00 – 18:00 Uhr
und**

**Sonntag
07.05.**

10:00 – 13:00 Uhr

- Mit Hilfe der Dotpainting-Technik werden wir an diesem Wochenende ein Mandala nach eigenen Vorstellungen und Inspirationen herstellen. Wir erlernen zuerst, welche Konsistenz unsere Acrylfarbe haben muss, um Punkte erzielen zu können und erleben dann, wie ein Mandala entsteht, bei dem unserer Fantasie keine Grenzen gesetzt sind.

Bitte mitbringen: 2 – 4 Pinsel mit runder Spitze (Größe 1 – 4), Behälter, z. B. Eiswürfelbehälter zum Anrühren der Farben

Monika Nakhlestani-Hagh

42,00 € / ermäßigt 38,00 € (inkl. Leinwand, Papier, Farben) | bei mindestens 6 Teilnehmenden | Kurstage: 2

KULTURtreff **BOTHFELD**

**Besuchen Sie
uns auch im
Internet**

- Unter **www.kulturtreffbothfeld.de** finden Sie nicht nur unser komplettes Veranstaltungs- und Kursprogramm, sondern auch Fotogalerien, Rückblicke auf besondere Veranstaltungen und Projekte, Hintergründe über die Geschichte des Kulturtreffs und seinen Förderverein und einiges mehr. Außerdem informieren wir dort natürlich aktuell über eventuelle Terminänderungen und Neuigkeiten rund um unsere Angebote.
Klicken Sie doch mal rein!

Hinweis: Am 06.06. findet die Mitgliederversammlung unseres Fördervereins statt.

Aquarellfarben: Vegan und selbstgemacht



Wir stellen gemeinsam tolle Farben aus Pflanzen her, die in der Natur vorkommen, z. B.: das italienische Goldocker.

Am Ende des Kurses nehmen Sie nicht nur einen eigenen Aquarellfarbkasten mit, der vollkommen ohne Plastik auskommt, sondern erhalten auch noch Wissen über einen umweltfreundlichen Umgang mit den Farben!

Lisa Hermann (Kunsthandwerkerin, Hermi Colours)

5,00 € | ggf. zzgl. Materialkosten vor Ort

Vorherige Anmeldung erforderlich.

Foto © HERMI.COLOURS

■ **Mittwoch**
10.05.
16:30 bis
zirka 19:00 Uhr



Foto © Elke Wittrin

Farbe in den Alltag mit Papier-Upcycling

Mit Motivausschnitten und Farben der Fotos aus alten Programmheften können nützliche Gegenstände wie z.B. Notizblöcke, Dosen- und Schraubglasdeckel gestaltet werden. Durch reißen, anordnen, kleben und fixieren entstehen kleine Kunstwerke und das bedruckte Papier macht sich noch einmal nützlich. Alle Materialien incl. Dosen, Gläsern und Notizbüchern sind vorrätig, können aber auch gerne mitgebracht werden.

Elke Wittrin (experimentiert seit zwei Jahren mit Papier und Kleister)

5,00 € / mit HannoverAktivPass 2,50 €

Vorherige Anmeldung erforderlich.

■ **Mittwoch**
14.06.
16:30 – 18:30 Uhr





Workshops Ölmalerei

Sonntags

14.05./04.06.

11:00 – 16:30 Uhr

In diesen Workshops lernen Sie, wunderbare Motive mit Ölfarben nach einer Fotovorlage zu malen. Für jedes Motiv gibt es die richtigen Pinsel und ein paar Maltricks beim Stupfen und Verblenden. Sie erlernen auch die maltechnischen Grundlagen (Malflächen, Malmittel, Firnis), sowie Form-, Farb- und Kompositionstechnik. Es wird ein vollständiges Ölbild nach der Vorgabe der Kursleiterin gemalt, welches Sie selbstverständlich mit nach Hause nehmen können. Farben, Pinsel, Malspachtel und eine Leinwand werden gestellt. **Bitte mitbringen:** Papierküchenrolle und eine Packung Baby-Ölpflegetücher zur Reinigung der Pinsel und Hände. Achten Sie bitte auf unempfindliche Kleidung.

Die Workshops richten sich an alle Interessierten ab 14 Jahren.

14.05. ■ **Workshop 1:** Venedig

04.06. ■ **Workshop 2:** Schwäne auf dem See

Irina Simonovska

40,00 € /ermäßigt 37,00 € (inklusive Materialien)

BÖLSCHÉ 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

Einstiegskurs Kalligrafie & Lettering

Moderne Kalligrafie, Lettering und Faux Calligraphy. Was ist das eigentlich? Dieser Kurs bietet einen kompakten Überblick über das Thema Schriftgestaltung von klassischer Spitzfederkalligrafie hin zum modernen Brush- und Handlettering. Alle, die diese Techniken gerne einmal ausprobieren möchten, bekommen die Gelegenheit, unterschiedliche Schriftarten kennenzulernen und sammeln Erfahrungen im Umgang mit den Schreibgeräten.

Materialpauschale: 8,00 € pro TN (bitte passend zum ersten Termin mitbringen). Darin enthalten: ein Basisset mit Schreibfeder, Federhalter, Tinte und Papier. Letteringstifte werden während des Kurses zur Verfügung gestellt.

Bitte zusätzlich mitbringen: Bleistift, Radiergummi

Sabine Amtsberg | 32,00 € /ermäßigt 30,00 € | Kurstage: 3 mindestens 6 Teilnehmende

- **Mittwochs**
26.04./03.05./
10.05.
16:00 – 18:00 Uhr



Fotogruppe

Leben ist Bewegung. Bewegung ist flüchtig. Und Ereignisse oder Zustände sind für den Zeitzeugen nichts als eine vergängliche Reihung von Augenblicksbildern, die sich dem Gestern und Morgen entziehen. Vieles vom Zeitgeschehen festzuhalten und zu konservieren, motivierte den Menschen von jeher. Was als einfache Grottenmalerei begann, wird als digitales Smartphone-Foto nicht den Schlusspunkt der Aufzeichnungs- und Wiedergabetechnik bilden. Immer aber steht dahinter das wache Auge des Lichtbildners. Die grenzenlose Faszination wirkungsstarker Fotografie bietet schöpferische Freude und bedeutet kulturelles Wirken zugleich.

Neue Interessent*innen herzlich willkommen, bitte im Büro melden.

Wolfgang Beermann | Jahresbeitrag: 15,00 €

- **Montags**
ab 17.04.
19:00 – 21:00 Uhr
alle 14 Tage (in den
geraden Wochen)

RAHLFS

**CATERING UND
PARTY-SERVICE**

www.rahlf.de



Singkreis Bothfeld

Montags

ab 24.04.

19:00 – 21:00 Uhr

alle 14 Tage (in den
ungeraden Wochen)

- **Helga Hoffmann**
Jahresbeitrag Raumnutzung: 15,00 € | Es fallen zusätzliche Gebühren für die Chorleitung (Nikolai Brovtchenko) an.

Bei Interesse an diesem Angebot melden Sie sich gerne im Büro, wir vermitteln Ihnen dann den Kontakt.

Canasta-Treff

Dienstags

ab 18.04.

17:30 Uhr

alle 14 Tage (in den
geraden Wochen)

- Neue Interessierte sind herzlich willkommen.
Teilnahme nur mit vorheriger Anmeldung möglich.

Jahresbeitrag Raumnutzung: 15,00 €

Handarbeits-Klönabend

Mittwochs

ab 19.04.

18:00 – 20:00 Uhr

alle 14 Tage (in den
geraden Wochen)

- 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 | Jahresbeitrag: 15,00 €

Gedächtnistraining

Mittwochs

10:00 – 11:30 Uhr

In diesem Kurs wird ohne Leistungsdruck, durch unterschiedliche Übungen, mit Spaß und Spannung das Gedächtnis in Schwung gebracht. Beim Ganzheitlichen Gedächtnistraining werden Geist, Körper und Seele trainiert und mit Hilfe von 12 Trainingszielen alle Sinne und beide Gehirnhälften aktiviert.

Bitte mitbringen: Kugelschreiber, Bleistift, Radiergummi, einen Textmarker sowie etwas zu trinken, Neugierde und Spaß.

Neuanmeldungen sind nur möglich, falls in den bestehenden Gruppen Plätze frei werden. Bitte erkundigen Sie sich im Büro.

Gruppe 1

- **19.04. / 03.05. / 17.05. / 31.05. / 14.06.**

Gruppe 2

- **26.04. / 10.05. / 24.05. / 07.06. / 21.06.**

Marion Kösel | 30,00 € / ermäßigt 28,00 € | Kurstage: 5 je Gruppe im 14-täglichen Wechsel

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.

Angelika Schrobsdorff:

„Du bist nicht so wie andere Mütter“ (dvtv)

Francoise Sagan:

„Bonjour Tristesse“ (Ullstein Taschenbuch | 12,00 €)

Benjamin Myers:

„Offene See“ (Taschenbuch Dumont Buchverlag | 12,00 €)

Dr. Siegfried Schildmacher | Teilnahmebeitrag: 1,00 € pro Termin
Bitte melden Sie sich im Kulturtreff an.

Donnerstags

11:00 – 12:30 Uhr

■ **13.04.**

■ **11.05.**

■ **08.06.**



Klassisches Gitarren-Forum

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

Nähere Auskunft bei Maria Linnemann, Telefon 0511 3006324
Jahresbeitrag Raumnutzung: 15,00 €

■ **Donnerstags**
ab 13.04.

alle 14 Tage (in den
ungeraden Wochen)

18:00 – 20:00 Uhr

Doppelkopf-Runde

Bei Interesse bitte im Büro melden.

Tanja Migacz | Jahresbeitrag: 15,00 €

■ **Freitags**
ab 14.04.

alle 14 Tage (in den
ungeraden Wochen)

19:00 Uhr



Hatha-Yoga am Vormittag - ein aktiver Start in den Tag

Montags

24.04. – 26.06.

(außer 01.05./29.05.)

Den Körper dehnen und mit dynamischen Bewegungsabläufen in Schwung kommen. Über die Mobilisierung der Wirbelsäule und die Aktivierung der Muskulatur die Durchblutung fördern und den Kreislauf beleben. Mittels der Verbindung von Atem und Bewegung die Aufmerksamkeit auf das Üben ausrichten und die Gedanken fokussieren. Der Yogaunterricht entspricht dem Achtsamkeits-Yoga. Es werden keine extreme Haltungen geübt.

Mitzubringen sind: Decke, rutschfeste Matte, Sitzkissen oder Yogabänkenchen, bequeme Kleidung und warme Socken.

Neueinstieg nur möglich, wenn in den bestehenden Gruppen Plätze frei werden und Vorkenntnisse vorhanden sind.

Kurs 1 ■ **10:00 – 11:15 Uhr** | **Ort: Klaus-Bahlsen-Haus**

Kurs 2 ■ **11:30 – 12:45 Uhr** | **Ort: Klaus-Bahlsen-Haus**

Elke Neumann | 40,00 € /ermäßigt 36,00 € | Kurstage: 8

Mit Yoga den Rücken stärken

Montags

24.04. – 26.06.

(außer 01.05./29.05.)

Die Schultern sind verspannt, die Nackenmuskulatur ist verhärtet und der Rücken tut weh - die Rückseite unseres Körpers wird uns oft erst bewusst, wenn sie uns Beschwerden bereitet. In diesem Kurs steht der Rücken in seiner Gesamtheit im Mittelpunkt des Übens. Es geht darum, über fließende Bewegungsabläufe die Aufrichtung der Wirbelsäule zu erfahren, über Wahrnehmungsübungen An- und Entspannung nachzuspüren, über die Verbindung von Atem und Bewegung die Gedanken zur Ruhe bringen. Die Übungsweise entspricht dem Achtsamkeits-Yoga. Es werden keine extremen Haltungen geübt.

Mitzubringen sind: rutschfeste Matte, Wolldecke, Sitzkissen.

Neueinstieg nur möglich, wenn in den bestehenden Gruppen Plätze frei werden und Vorkenntnisse vorhanden sind.

Kurs 1 ■ **17:00 – 18:15 Uhr** | **Ort: Kulturtreff / Bühnenraum**

Kurs 2 ■ **18:30 – 19:45 Uhr** | **Ort: Kulturtreff / Bühnenraum**

Elke Neumann | 40,00 € /ermäßigt 36,00 € | Kurstage: 8

Ein Abend mit Musik, Stille und Herzmeditation

NEU

Mit Musik geht alles besser und leichter wird es mit den Flügeln von Rhythmen. An diesem Abend werden Sie mit einfachen Klängen, Poesie und Rhythmen arbeiten. Die persische Rahmentrommel Daf wird dabei ihr Herz sinnbildlich zum Schwingen bringen. Es wird aber auch Stille-Phasen für Herzmeditation und Atemübungen geben. Beseelt und gestärkt geht es dann zurück in den Alltag.

Keine Vorkenntnisse erforderlich.

Eva Knoche (Impulsgeberin, Coach)

Kostenloses Schnupperangebot, vorherige Anmeldung im Kulturtreff erforderlich

■ **Mittwoch**

28.06.

18:30 – 20:00 Uhr

TriloChi®

NEU

TriloChi® basiert auf der Traditionellen Chinesischen Medizin. Durch Verbindung von fernöstlichen Disziplinen (z.B. Qi Gong, Tai Ji, Yoga) mit westlichen Trainingsmethoden (Pilates, Beckenboden- und Rückenübungen, Faszienübungen) lernen wir bewusst und einfühlsam mit unserem Körper umzugehen.

TriloChi® steigert unsere Körperwahrnehmung, Koordination, Balance und Beweglichkeit, die harmonische Mischung aus Aktivierung und Entspannung eröffnet neue Wege, Inneres wahrzunehmen.

Die lockernden und schwingenden Bewegungen sind leicht nachvollziehbar und vielfältig. Mit dazu passender Musik wecken sie Freude und Leichtigkeit.

Bitte mitbringen: eine Decke, bequeme sportliche Kleidung, Stoppersocken (falls Sie nicht barfuß üben möchten) und - falls vorhanden - eine eigene (Yoga-)Matte

Sabine Wiekenberg (seit 2015 TriloChi® Lehrerin)

**28,00 € /ermäßigt 25,00 € | Kurstage: 4
mindestens 7 Teilnehmende**

■ **Donnerstags**

25.05. – 15.06.

17:00 – 18:30 Uhr



Viniyoga

- Laufender Kurs -

Ursula Spuck | 36,00 € /ermäßigt 34,00 € | Kurstage: 9

■ **Donnerstags**

20.04. – 22.06.

(außer 18.05.)

19:00 – 20:00 Uhr

Fahrradgruppe „Radeln und Genießen“



Die Fahrradgruppe wird sich ab April wieder **jeden zweiten Mittwoch im Monat um 14:00 Uhr und jeden 4. Samstag im Monat um 10:00 Uhr** an der St.-Nicolai-Kirche treffen. Die Touren haben eine Länge von zirka 30 km (mittwochs) und 40 km (samstags) und beinhalten eine Einkehr im Lokal oder Biergarten. Die gefahrene Geschwindigkeit liegt bei 13-15 km/h, wird aber der Gruppe angepasst. Die Touren werden von drei Mitgliedern der Gruppe ausgearbeitet, vorbereitet und durchgeführt. Die Corona-Regeln der Region Hannover sind einzuhalten:

Maximal 20 Teilnehmende, Teilnahme nur möglich mit vorheriger Anmeldung: Rainer Fuest | Telefon 0511 44490344 oder per Email an r-fuest@web.de

Mittwoch
Samstag
Mittwoch

- **12.04. | 14:00 Uhr** | El Fritze, Großburgwedel
- **22.04. | 10:00 Uhr** | Leinerausch, Hannover-Döhren
- **10.05. | 14:00 Uhr** | Inklusives Kulturcafé Anna Blume, Hannover-Stöcken

ACHTUNG: wegen Pfingsten verschoben

Samstag
Mittwoch
Samstag
Mittwoch
Samstag
Mittwoch

- **03.06. | 10:00 Uhr** | Spargelessen Spargelhof Heuer, Fuhrberg
- **14.06. | 14:00 Uhr** | Café Yunana, Hannover-Döhren
- **24.06. | 10:00 Uhr** | Hafenblick, Seelze
- **12.07. | 14:00 Uhr** | Café Edelweiß im Rosenrot, Hemmingen
- **22.07. | 10:00 Uhr** | Gutshof Rethmar, Sehnde-Rethmar
Längere Strecke, ca. 50km !
- **09.08. | 14:00 Uhr** | Galerie-Café Webstuhl, Hemmingen
Längere Strecke, ca. 40km !

Treffpunkt: an der St.-Nicolai-Kirche, Sutelstraße

Bäckerei Die Drei
Filiale Bothfeld

Inh. Uwe Plötze

Gernsstraße 19
30659 Hannover

Tel. + Fax 0511 64041613



Was ist los bei den Nachbarn?

Kompanie CircO Jugendensemble: „Verstehen - Розуміння“

im Städtoskoop auf dem Sahlkampmarkt

Das neu gegründete Kompanie CircO Jugendensemble beschäftigt sich in ihrer ersten Produktion mit dem Thema Zirkus als gemeinsame Sprache. Die 12 deutschen und ukrainischen Jugendlichen begleitet das Thema Kommunikation bereits seit Gründung im Sommer 2022. Die Gruppe stand vor der Aufgabe, ohne eine gemeinsam gesprochene Sprache eine Show zu erarbeiten. Zusätzlich brachten die Jugendlichen jeweils ganz eigene ästhetische Vorstellungen und unterschiedliche künstlerische Ausdrucksformen mit, die es zu einem gemeinsamen Stück zu kombinieren galt. „Verstehen - Розуміння“ zeigt, wie Artistik zum Mittelpunkt der Kommunikation werden kann.

Stadtteiltreff Sahlkamp, Elmstraße 15

Foto © C. Kirsch



**STADTTEILTREFF
SAHLKAMP**

**Montag
17.04.
18:30 Uhr**

„Ich kann mir nicht helfen, ich finde mich schön!“

Unter der Leitung von Klaus Wössner trifft sich der 20-köpfige Männerchor „Die Klosterbrüder“ einmal monatlich zur Probe. Die Männer haben sich (fast) ausschließlich dem deutschen Schlager verschrieben und begeistern mit dreistimmigen Gesang, ausgefeilten, eigenwilligen Choreographien und sehr viel Esprit ihr Publikum.

Ein Genuss für Auge, Herz und Ohr!

**Einlass ab 19:15 Uhr
Eintritt: 11,00 € / 8,00 €
Anmeldung erbeten unter Telefon 0511 671812
oder post@kulturtreffvahrenheide.de**

Kulturtreff Vahrenheide, Wartburgstraße 10

Foto © CLAUDIA G. RIEDEL cgr.photography@yahoo.de



**Freitag
21.04.
20:00 Uhr**



Förderverein Bothfelder Kulturtreff e.V.

Telefon	■ Klein-Buchholzer Kirchweg 9, 30659 Hannover 0511 6476262
Internet & Email	■ www.kulturtreffbothfeld.de kulturtreff.bothfeld@t-online.de
Bürozeiten	■ Montag – Donnerstag 09:30 – 13:00 Uhr Dienstag + Donnerstag 17:00 – 19:00 Uhr
Schließzeit	■ Während der Schulferien gelten eingeschränkte Öffnungszeiten. Bitte informieren Sie sich auf unserer Homepage oder telefonisch.
Bankverbindung	■ IBAN DE59 2505 0180 0000 7935 66 Sparkasse Hannover BIC SPKHDE2HXXX
Sie erreichen uns	■ mit der Stadtbahnlinie 9, Haltestelle Bothfelder Kirchweg.
Wir bitten	■ um freundliche Beachtung der Inserate unserer Anzeigenkunden.

■ **Anmeldung und Bezahlung** Zurzeit ist für alle Angebote eine vorherige Anmeldung erforderlich!

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 oben angegebene Konto.

■ **Unsere Angebote stehen allen Interessierten unabhängig von Mitgliedschaft im Verein und Wohnort offen.**

■ **Ermäßigte Kursgebühren**

Ermäßigte Kursgebühren bezahlen Auszubildende, Schüler*innen, Student*innen, Arbeitslose und Rentner*innen mit geringem Einkommen.

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

Hinweis: Alle HannoverAktivPass-Inhaber*innen bekommen im Kulturtreff 50 % Ermäßigung auf Kurse und Veranstaltungen.

Impressum

Herausgeber	■ Förderverein Bothfelder Kulturtreff e.V. Klein-Buchholzer Kirchweg 9, 30659 Hannover
Fotos und Bilder	■ © die jeweiligen Künstler*innen, Kursleiter*innen Adobe Stock: ID233066589 Mapics (Seite 01), ID317904535 Ramcreative (Seite 02 Anzeige oben links), ID 111669914 De Visu (Seite 27) Pixabay: DNR.co (Seite 06 oben), Gert Altmann (Seite 08 oben Hintergrund), FrauBieneMaja (Seite 11 unten), PublicDomainPictures (Seite 16), 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 sind** ■ ein gemeinnütziger Verein. Für und mit den Bürger*innen dieses Stadtteils stellen wir seit mehr als 30 Jahren ein vielfältiges kulturelles Angebot zusammen und werden dabei von der Stadt Hannover institutionell unterstützt.
- 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
 ◦ Stadtteilstefte
 ◦ Familienangebote
 ◦ Exkursionen
 ◦ Workshops und Projekte für unterschiedliche Zielgruppen
- Wir wollen** ■ mit unseren Angeboten Kinder, Jugendliche, Erwachsene und Senior*innen 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 freuen uns,** ■ wenn Sie unsere Arbeit unterstützen möchten und Mitglied werden - und / oder sich bei uns ehrenamtlich engagieren. Sie sind herzlich eingeladen, Ihre Ideen oder Wünsche einzubringen! Sprechen Sie uns gern an.

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)
 • 35,00 €/ermäßigt 20,00 €
 • Ehepaare 60,00 €/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. **Telefon: (05 11) 64 80 81**
Im Heidkampe 14 • 30659 Hannover **Telefax: (05 11) 64 80 70**



Entspannungszentrum Fang-Song
Hannover 30659, An den Deichwiesen 15
www.fang-song.de / Fon: 0511 6500684



Krankenkassen-Gesundheitskurse für Tai Chi, Qigong, Autogenes Training u. Progressive Muskelentspannung mit Entspannungspädagoge
Dipl. Päd. M. Puschitzky / Tai Chi- u. Qigong- Lehrer u. Ausbilder

Wir alle haben kein Abonnement auf Glück und Gesundheit
Wir alle müssen selbst immer wieder dafür sorgen, dass es uns gut geht.

Um glücklich und gesund zu sein, brauchen wir Entspannung. Das ist das Ziel
Wir üben gemeinsam am:

	Mo	Di	Mi	Do
10:30	PME	AT	16:00	Qigong
11:45			17:00	
17:00	Qigong	Qigong	Kinder 4-6 Jahre	Tai Chi
18:15				
18:15	Qigong	Qigong	Tai Chi	Tai Chi
19:30				

Jedes Quartal neue Krankenkassen-Gesundheitskurse

