

# KULTUR*treff*BOTHFELD

Programm August bis Dezember 2026

## mitreden



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

Wir freuen uns auf  
Ihre Beitrittserklärung.  
(Seite 35)

KULTURtreff BOTHFELD



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

**Brandes & Diesing**  
VITALCENTRUM

*Wir sind für Sie da!*  
*Ihr Vitalcentrum Bothfeld*

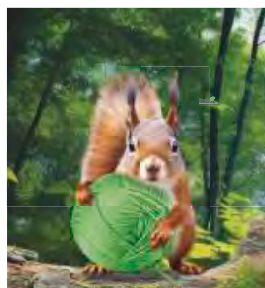


**Reha- und Medizintechnik**  
Gehhilfen, Rollatoren,  
Rollstühle, Elektro-Mobile,  
Bad-Hilfen, Pflegebetten;



[www.brandes-diesing.de](http://www.brandes-diesing.de)

*Viel besser.*

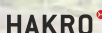


# TEXTILMANUFAKTUR AM STEINHÜDER MEER



**Umwelt  
Druckhaus.de**  
Textilmanufaktur am Steinhuder Meer.

Unsere Topmarken:









An der Friedenseiche 2 | 31515 Wunstorf Steinhude | 05033 - 981 82 18 | [info@umweltdruckhaus.de](mailto:info@umweltdruckhaus.de)

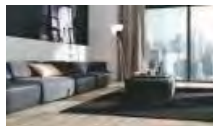
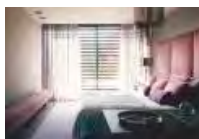
# LAMM<sup>®</sup>

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](mailto:info@textiles-wohnen.de)  
Ausstellung Helmricks • Am Ortfelde 20 b • 30916 Isernhagen • Telefax: (0511) 7 26 293 55 • Internet: [www.textiles-wohnen.de](http://www.textiles-wohnen.de)



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

erinnern Sie sich? Anfang des Jahres schrieb ich im Editorial des Heftes „Miteinander“ dass wir uns im ganzen Jahr 2026 mit dem Thema „Mitwirkung“ in all seinen Facetten beschäftigen werden. Unsere freiheitlich-demokratische Grundordnung gestattet es nicht nur, sondern lebt davon, dass Menschen diese Gesellschaft gestalten, sich einbringen, darüber sprechen. Das ist der Titel dieses Heftes: „Mitreden“. Das werden wir tun - miteinander und mit Akteuren der Stadtgesellschaft und dazu laden wir Sie herzlich ein.

Ich freue mich immer, im Heft für die zweite Jahreshälfte die ganze Vielfalt unserer Angebote zeigen zu können. Nicht fehlen dürfen in diesem Jahr der 10. Kunstspaziergang, unser Weihnachtsmarkt um die schöne Nicolaikirche und andere bekannte Termine wie der Filmabend. Aber es gibt auch viel Neues zu entdecken: Workshops zu den Themen Buchbinden, Demokratiestärkung, Tanzen und Schokolade, sowie Besuche, Ausflüge und unsere kleinen Nachmittagskonzerte, um nur einiges zu nennen. Sie sehen: Reinschauen lohnt sich wieder.

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

Und zum Schluss noch eine Bitte: Nehmen Sie Ihr Recht zur Wahl am 13.09.2026 in Anspruch und vergeben Sie Ihre Stimme an eine demokratische Partei.

**Mit herzlichen Grüßen**  
**Regina Hogrefe**

■ von links:  
**Renate Klute**  
**Silke Leniger**  
**Regina Hogrefe**  
**Martina Raab**  
**Matthias Schmidt**  
**Ricarda Schweitzer**  
**Klaas Engelking**  
**Elke Wittrin**

## Was ist los bei den Nachbarn?

### KULTUR TREFF VAHRENHEIDE

#### FeierabendKULTUR Konzert mit der Band „May Friends“

**Dienstag**

**08.09.**

**18:30 Uhr**

(Einlass 18:00 Uhr)

„May Friends“ steht für Blues-Rock mit Tiefgang und Groove und echter Spielfreude. Die Band aus Hannover überzeugt mit musikalischer Vielfalt und einem kraftvollen Livesound. Während die Rhythmusharmonikgruppe mit Schlagzeuger Boisy und Bassist Wilm ein sattes Fundament legt, setzen Georg und Jürgen stilvoll Akzente mit abwechslungsreichen Gitarren-Soli. Ergänzt wird der Sound durch die Bluesharp von Wilm. Alle Songs werden getragen und angeführt von der ausdrucksstarken Stimme von May.

Ein Muss für Fans von handgemachter Musik, die direkt unter die Haut geht.

**Wir verkaufen eine kleine Mahlzeit, Getränke & Snacks.**

**Ort: Kulturtreff Vahrenheide,  
Wartburgstraße 10, 30179 Hannover  
Telefon 0511 671812 oder [post@kulturtreffvahrenheide.de](mailto:post@kulturtreffvahrenheide.de)**



© Foto: Georg Gerlich

### STADTTEILTREFF SAHLKAMP

#### An der Grenze – Jugendtheater Teatromania 2.0

**Freitag**

**11.09.**

**19:00 Uhr**

Die Inszenierung „An der Grenze“ ist eine Reise entlang der feinen Linie zwischen gegensätzlichen Gefühlen. Der Absurdität des Alltags, die Tragik in kleinen Dingen, die Schönheit in der kleinsten Bewegung – jede Szene berührt genau die Grenze, an der sich Gefühle begegnen, überschneiden und ineinander übergehen. Auf der Bühne erwachen Geschichten zum Leben, die zwischen schonungsloser Wahrheit und Fantasie balancieren. Das Publikum wird gemeinsam mit den Schauspielern Teil eines Spiels, in dem es schwerfällt, zu unterscheiden, wo das Lachen beginnt und die Tränen enden.

**Ort: Ev. Freikirche Sahlkamp,  
Wilmersdorfweg 9, 30179 Hannover  
Anmeldung erwünscht unter 0511-168 48059  
oder [stadtteiltreff-sahlkamp@hannover-stadt.de](http://stadtteiltreff-sahlkamp@hannover-stadt.de)**



© Janek Stempel-31

**Stadtteiltreff Sahlkamp  
Elmstraße 15, 30657 Hannover, Telefon 0511 168 48051**

## Inhaltsverzeichnis

## Seite

|                                    |   |         |
|------------------------------------|---|---------|
| Was ist los bei den Nachbarn ..... | ■ | 04      |
| Veranstaltungen .....              | ■ | 06 – 19 |
| Kurse Sprachen .....               | ■ | 20 – 22 |
| Angebote für Kinder .....          | ■ | 23      |
| Kurse Freizeit/Kreativ .....       | ■ | 24 – 30 |
| Kurse Gesundheit .....             | ■ | 31 – 33 |
| Kontaktdaten/Informationen .....   | ■ | 34 – 35 |

## Übersicht Termine

## Seite

|                                                                             |                                    |   |    |
|-----------------------------------------------------------------------------|------------------------------------|---|----|
| Wandern mit Kulturgenuß .....                                               | 14.08.                             | ■ | 10 |
| Nachmittagsmusik .....                                                      | 25.08./29.09.                      | ■ | 11 |
| Omas gegen Rechts .....                                                     | 25.08.                             | ■ | 06 |
| frauenORTE Niedersachsen: Martha Fuchs BS .....                             | 27.08.                             | ■ | 12 |
| Kommunalpolitik-Escape-Room .....                                           | 27.08.                             | ■ | 06 |
| Kaffeezeit .....                                                            | 01.09./03.11./15.12.               | ■ | 17 |
| Herzmeditation .....                                                        | 02.09./07.10./04.11./20.11./02.12. | ■ | 33 |
| Ölmalerei-Workshops .....                                                   | 06.09./08.11./29.11.               | ■ | 26 |
| Buchbinden .....                                                            | 07.09./14.09. + 26.10./02.11.      | ■ | 27 |
| Vernissage Kunstspaziergang .....                                           | 09.09.                             | ■ | 13 |
| Heilende Kräfte im Tanz .....                                               | 11.09./23.10./27.11.               | ■ | 14 |
| Bothfelder Kunstspaziergang .....                                           | 12.09./13.09.                      | ■ | 18 |
| Besuch Waldforum Misburg .....                                              | 17.09.5.                           | ■ | 13 |
| Jung und Alt im Dialog: RAP-Workshop ....                                   | 18.09./22.09./25.09.               | ■ | 07 |
| Tanz-Workshop .....                                                         | 28.09.                             | ■ | 14 |
| Vortrag Digitale Welten<br>(Elternveranstaltung zum Thema Smartphone) ..... | 06.10.                             | ■ | 15 |
| Religionen im Dialog .....                                                  | 27.10.                             | ■ | 07 |
| Kindertheater .....                                                         | 04.11.                             | ■ | 23 |
| Kreative Schreibtherapie .....                                              | 07.11.                             | ■ | 15 |
| Demokratie im Dialog:                                                       |                                    |   |    |
| Mitreden – mitessen – miteinander .....                                     | 10.11.                             | ■ | 08 |
| Workshop Schokolade .....                                                   | 18.11.                             | ■ | 16 |
| Workshop Demokratiestärkung .....                                           | 20.11.                             | ■ | 08 |
| Schreib-Workshop Demokratie: Dialog .....                                   | 21.11.                             | ■ | 09 |
| Filmabend .....                                                             | 24.11.                             | ■ | 16 |
| Kreativer Sketchie-Workshop .....                                           | 25.11.                             | ■ | 09 |
| Bothfelder Weihnachtsmarkt .....                                            | 05.12.                             | ■ | 17 |
| Rauhnächte .....                                                            | 09.12./17.12.                      | ■ | 17 |



## Demokratie durch Dialog

Im gesamten Jahr 2026 initiieren wir im Rahmen des Projektes „Demokratie:Dialog“ (gefördert von der Landeshauptstadt Hannover) Angebote, Aktionen und Veranstaltungen, die dialog- und demokratiefördernd wirken.

Dabei soll das Zusammenleben im Stadtteil gestärkt und die Kommunikation und Interaktion zwischen jungen und älteren, alteingesessenen und neu zugezogenen Bothfelder\*innen ausgebaut werden. **Miteinander, mitmachen und mitreden** sind die Schwerpunkte, die sich auch in unserem jeweiligen Programm-Motto wiederfinden.

Wir laden Sie und euch herzlich ein, dabei zu sein!

**Dienstag**  
**25.08.**

**18:00 bis**  
**zirka 19:30 Uhr**



### ■ Aus dem Nähkästchen geplaudert – mit „Omas gegen Rechts“

Wir laden Sie ein zu einem moderierten Gespräch mit engagierten Menschen, die aus dem Nähkästchen plaudern werden. Einige „Omas gegen Rechts“ sind bereit, auf unseren Dialogbänken Platz zu nehmen, uns an Ihren Erfahrungen teilhaben zu lassen und von ihrem Einsatz für die Demokratie zu erzählen.

Bei einem Getränk können Sie Ihre Fragen ins Nähkästchen legen und wir werden im Lauf der Veranstaltung darauf eingehen.

**Moderation: Regina Hogrefe**

**Gäste: Omas gegen Rechts**

**Teilnahmebeitrag: 4,00 € inkl. Getränk**

**Anmeldung erforderlich**

**Donnerstag**  
**27.08.**

### ■ Der Kommunalpolitik-Escape-Room

wird von verschiedenen Stadtteilkultureinrichtungen Hannovers angeboten. Wir vom Kulturtreff Bothfeld bringen ihn am 27.08. in die IGS Bothfeld.

Die Story:

Ihr hattet Euch auf einen Tag im Büro der Oberbürgermeisterin gefreut: Die wollte Euch alles über „Kommunale Selbstverwaltung“ erzählen. Aber jetzt hat sie Euch aus Versehen eingeschlossen. Findet Ihr den Tür-Code, damit Ihr wieder nach Hause könnt?

Der mobile Escape-Room von Politik zum Anfassen e.V. lädt zum spontanen Miträtseln ein. Kommunalpolitik wird dabei so vermittelt, dass Menschen aktiv werden und verstehen können, wie ein Rathaus funktioniert.

**Wenn Sie als schulexterne Person Interesse haben, melden Sie sich bitte im Kulturtreff, damit wir einen passenden Zeitslot für Sie finden können.**



© Politik zum Anfassen

Eine Kooperation der Stadtteilkultur Hannover, der IGS und des Kulturtreffs Bothfeld.

## Demokratie durch Dialog

### „Jung und Alt im Dialog“ – mehr als ein RAP-Workshop

Wir möchten einen Dialog zwischen Jung und Alt initiieren, der dann in Form eines RAP-Songs Gestalt annimmt. In der direkten Begegnung zwischen den Generationen kann die Erkundung eigener und fremder Annahmen, Wertvorstellungen, Denk- und Verhaltensweisen stattfinden. Die Teilnehmenden tauschen sich über einen gemeinsam gewählten Begriff wie z.B. „Freiheit“ aus und lassen ihre Gedanken dazu anschließend in ihre Texte einfließen. Gemeinsam einigt sich die Gruppe auf den Refrain ihres Liedes, das sie am dritten Tag des Workshops im Studio des Musikzentrums unter professionellen Bedingungen aufnehmen kann. Die Begegnung und das Texten der individuellen Strophen für den gemeinsamen Song und die Aufnahme im Musikzentrum Hannover werden vom Musiker und Mediengestalter Drago Rajcovic fachlich begleitet.

Mitmachen können Kinder und Jugendliche ab 10 Jahren und Erwachsene, die über 60 Jahre alt sind.

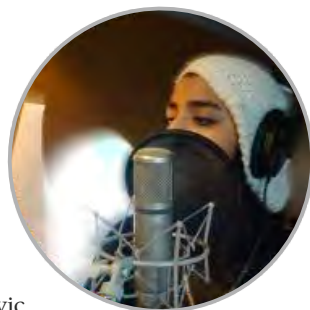
**18.09. | 15:00 – 18:30 Uhr**  
**im Kulturtreff**

**22.09. | 16:00 – 19:00 Uhr**  
**im Kulturtreff**

**25.09. | ab 12:00 – ca. 19:00 Uhr**  
**Aufnahme im Musikzentrum**

**Teilnahmebeitrag: 5,00 €**

**Anmeldung und nähere Informationen im Kulturtreff.**



■ **Freitag**

■ **Dienstag**

■ **Freitag**

### Religionen im Dialog

An diesem Abend soll es um das Thema Demokratie und Religion gehen. Welche Sicht haben die verschiedenen Religionsgemeinschaften auf das Thema Demokratie? Welchen Stellenwert hat der Dialog in ihrer Gemeinschaft? Und wie verlaufen Aufbau und demokratische Prozesse innerhalb der einzelnen Religionsgemeinschaften?

Zu diesen und anderen Fragen wollen wir mit Vertreter\*innen verschiedener Religionsgemeinschaften und mit dem Publikum ins Gespräch kommen.

Es nehmen teil: Pastorin **Helen Treutler** (St. Nicolai-Gemeinde Bothfeld), **Imam Jawad Ahmad** (Ahmadiyya-Muslim-Gemeinde Hannover Stöcken), **David Rausch** (Liberales Jüdische Gemeinde Hannover), **Dr. Dr. Tajan Tober** (Bahá'í-Gemeinde). Die Moderation übernimmt **Prof. Wolfgang Reinbold** (Haus der Religionen).

**Kostenlos, um vorherige Anmeldung wird gebeten.**

■ **Dienstag**  
**27.10.**  
**18:00 Uhr**



## Demokratie durch Dialog

**Dienstag**

**10.11.**

**15:00 bis**

**zirka 17:30 Uhr**



Foto Tetiana Fortushna



Foto Tomas Rodriguez

### ■ **Demokratie im Dialog: Mitreden – mitessen – miteinander**

**Mit Matthias Brodowy, Herbert Schmalstieg und Teatromania**

Miteinander ins Gespräch kommen und sich austauschen – bei Kaffee, Kuchen und herzhaftem Fingerfood möchten wir den persönlichen Dialog und das gegenseitige Verständnis fördern. Das Jugendtheater „Teatromania“ stimmt mit einer kurzen Theaterszene auf das

Thema ein. **Herbert Schmalstieg**, ehemaliger Oberbürgermeister Hannovers, gibt einen Impuls und persönliche Einblicke zu demokratischen Entscheidungsprozessen – auch hinter die Kulissen politischer Arbeit.

**Matthias Brodowy**, Kabarettist, Musiker und Theologe wird den Nachmittag moderieren und bereichern.

Nehmen Sie Platz und lassen es sich schmecken! Bringen Sie sich ein und lassen sich überraschen!

**Kostenlos, um eine Spende wird gebeten.**

**Ort: Gemeindehaus St. Nathanael,**

**Hartenbrakenstraße 27, 30659 Hannover**

**Vorherige Anmeldung im Kulturtreff erforderlich.**

Eine gemeinsame Veranstaltung vom Kulturtreff Bothfeld und dem ASPHALT-Magazin.

**Freitag**

**20.11.**

**10:00 – 13:30 Uhr**

### ■ **Workshop Demokratiestärkung: Umgang mit rechten, diskriminierenden Parolen**

Der Arbeitskollege zieht über Minderheiten her? Im Bus beschimpft ein Fahrgast eine Kopftuchträgerin? Die Tante sprengt die Familienfeier mit diskriminierenden Sprüchen? Wer sich in solchen Momenten sprachlos fühlt und sich nachher am meisten über sich selbst ärgert – nämlich darüber, dass er/sie nichts dazu gesagt hat – der/die ist in diesem interaktiven Kurzworkshop richtig. Schweigen kann Zustimmung bedeuten und wir wollen gegen das Schweigen angehen. Zumindest Menschen, die in ihrer eigenen Haltung verunsichert sind, können wir so erreichen. Und wir können mithelfen für ein Klima zu sorgen, welches rechtsextreme und demokratiefeindliche Äußerungen nicht einfach hinnimmt.

Der Schwerpunkt des Workshops liegt auf dem Ausprobieren und Einüben verschiedener Gesprächstechniken. Offenheit und ein aktives Mitmachen werden daher vorausgesetzt. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

**Leitung: Helga B. Gundlach (Trainerin, Beraterin und Moderatorin)**

**Teilnahmebeitrag: 5,00 €**

**Anmeldung erforderlich!**

## Demokratie durch Dialog

### Jetzt rede ich mit!

#### Eine kreative Schreibwerkstatt

Demokratie findet nicht nur in Parlamenten statt, sondern auch in Gesprächen am Esstisch, Entscheidungen im Verein und überhaupt im täglichen Miteinander. In dieser Schreibwerkstatt gehen wir der Frage nach, wie wir Demokratie im Alltag erleben. Wo scheitern wir, wo gelingt es, im Dialog die Welt ein Stück besser zu machen?

Welche Hoffnungen und Befürchtungen beschäftigen uns?

Impulse zum Austausch und kreative Schreibübungen werden dazu anregen, eigene Erfahrungen zu reflektieren und mit anderen zu teilen. Es entstehen eigene und gemeinsame Texte. Besondere Schreibverfahren sind nicht erforderlich – Neugier und die Freude am Austausch genügen!

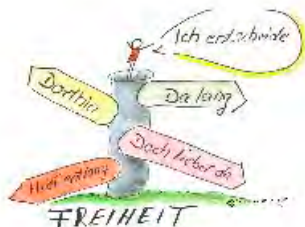
**Leitung: Burkhard Wetekam (Autor)**

**Teilnahmebeitrag: 5,00 €**

**Anmeldung erforderlich.**

■ **Samstag  
21.11.**

**11:00 – 15:00 Uhr**



### Demokratie:Dialog

#### „Kreativer Sketchie-Workshop“

Das Angebot lädt ein, unter fachlicher Anleitung kleine Zeichnungen und bunte Skizzen zu gestalten. Thema sind dabei Demokratie und **Freiheit**. Was macht Freiheit aus, welche Freiheiten kennen, genießen, brauchen wir? Wo sehen wir auch Grenzen der Freiheit? Wie können wir Freiheit buchstabieren? F wie Frieden, I wie individuell, E wie ... Nach einem kleinen thematischen Input und Austausch können Postkarten, Leporellos und Plakate mit „Sketchies“ gestaltet werden.

- Einführung ins Sketching
- Inspirierende Impulse zum Thema: Freiheit
- Kreatives Arbeiten in angenehmer Atmosphäre

**Anja Schröder / Elke Wittrin**

**Teilnahmebeitrag: 7,50 €**

**Die benötigten Materialien werden gestellt.**

**Anmeldung erforderlich.**

■ **Mittwoch  
25.11.**

**16:00 – 19:00 Uhr**

## Ausstellung ab Mitte Oktober Demokratieorte

- Demokratie hat viel mehr mit unserem Alltag zu tun hat, als man auf den ersten Blick denkt. Sie zeigt sich

nicht nur an Orten wie dem Landtag, sondern auch in unseren Stadtteilen. Sie wird sichtbar in politischen Statements auf Wänden und Stickern sowie an Orten der Begegnung, des Dialogs und der Auseinandersetzung. Zahlreiche Denkmäler erinnern uns daran, warum wir die Demokratie wahren müssen.

Demokratie ist das Grundgerüst unserer Gesellschaft, unabhängig von Herkunft, Geschlecht, Religion oder sozialem Status. Sie lebt davon, dass Bürger\*innen ihren Alltag mitgestalten und sich auf ganz unterschiedliche Weise einbringen können.

Die Fotogruppe **Urban Lens** aus dem Freizeitheim Vahrenwald hat sich mit dem Thema Demokratie beschäftigt und Fotomotive aus dem gesamten Stadtgebiet zusammengetragen.



Foto Tanja König



Foto Sandra Hirschel

- **Im August und September finden Sie im Kulturtreff die Überblicksausstellung zum Bothfelder Kunstspaziergang, siehe Seite 18/19.**

## Wandern mit Kulturgenuß – von Berg zu Berg

**Freitag  
14.08.  
10:00 bis  
zirka 17:00 Uhr**

- Wir treffen uns an der S-Bahnstation Empelde und wandern zum Waldberg Empelde, einem renaturierten, begrüneten, ehemaligen Kaliberg. Hier geht es im Rahmen einer Führung steil hinauf mit einem wunderbaren Blick auf Hannover. Anschließend wandern wir weiter durch die Wiesen zum Bentherr Berg, wo eine Einkehr im Café geplant ist. Bitte bringen Sie Verpflegung und Getränke für ein Picknick zwischendurch mit. Gesamtlänge der Wanderung inkl. Führung ca. 13 km.

**Kosten: 5,00 € für die Führung**  
**Treffpunkt: 10:00 Uhr S-Bahn Haltestelle Empelde.**  
**Anmeldung bis zum 07.08. erforderlich!**



Eine gemeinsame  
Veranstaltung  
verschiedener  
Kulturtreffs.

## Nachmittagsmusik

Kleine, feine Konzerthäppchen zu einer Tasse Kaffee oder Tee auf unserer grünen, lauschigen Innenhof-Terrasse. Kommen Sie vorbei und genießen Sie handgemachte Musik in gemütlicher Atmosphäre!

**Die Konzerte finden draußen statt – bei sehr schlechtem Wetter auch drin! Der Eintritt ist frei, um eine angemessene Spende wird gebeten. Anmeldung erbeten.**

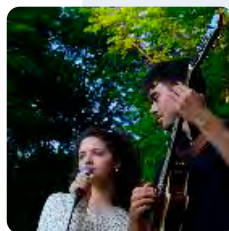
**Jeweils  
16:30 Uhr  
bis  
17:00 Uhr**

### Greta Gröning + Yuma Gao

Das Jazz-Duo Greta Gröning (Gesang) und Yuma Gao (Gitarre) studiert an der Musikhochschule Hannover und widmet sich mit großer musikalischer Hingabe dem Jazz. Inspiriert von Bebop, Hard Bop und Blues entwickeln sie einen stilbewussten, zugleich persönlichen Sound.

Swing, Improvisation und Balladen stehen im Zentrum ihres musikalischen Schaffens, in einem kontinuierlichen musikalischen Dialog zwischen Gesang und Gitarre. Beeinflusst von Jazzgrößen wie Ella Fitzgerald und Joe Pass interpretieren sie die Jazztradition auf persönliche Weise.

■ **Dienstag  
25.08.**



### Katharina Steinwachs + Bodil Mohlund

Eine musikalische Freundschaft, die verbindet:

Vor 18 Jahren lernten sich die schwedische Klarinetistin Bodil Mohlund und die Bothfelder Sopranistin Katharina Laura Steinwachs im Studium kennen. Seit einem Jahr stehen sie nun gemeinsam auf der Bühne und verzaubern ihr Publikum. Bei uns präsentieren die beiden Musikerinnen ein facettenreiches Programm, das elegant den Bogen von der Klassik bis zur Moderne spannt.

■ **Dienstag  
29.09.**



Sutel



Apotheke

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

**Donnerstag  
27.08.**

**09:40 bis  
zirka 18:00 Uhr**

■ **Martha Fuchs  
– Braunschweig**

Martha Fuchs' langjährige politische Karriere begann bereits in der Weimarer Republik. Die SPD-Politikerin wurde in der NS-Zeit verfolgt und im KZ Ravensbrück inhaftiert. Als erste Ministerin im Nachkriegsdeutschland sowie als Flüchtlingskommissarin des neugeschaffenen Landes Niedersachsen führte sie ihre politische Karriere in der Nachkriegszeit fort. Zwischen 1959 und 1964 war Martha Fuchs Oberbürgermeisterin Braunschweigs. In ihrem politischen Wirken setzte sie sich für Bildung, Gerechtigkeit und Partizipation ein.

Auf einem ca. 1,5-stündigen Stadtrundgang erfahren wir mehr über ihr Werk. Nach einer gemütlichen Mittagspause besuchen wir dann die Gedenkstätte Friedenskapelle, die als Ort des Gedenkens, der Information und für Projektarbeit fungiert. Die Kapelle ist auch Ausgangspunkt eines Friedenspfades, der zu Gedenkstätten verschiedener benachbarter Friedhöfe führt.

**Treffpunkt: 09:40 Uhr, Servicepoint am Hauptbahnhof  
(Zugabfahrt 09:55 Uhr)**

**Die gemeinsame Rückfahrt ist für ca. 17:00 Uhr ab Braunschweig geplant.**

**Teilnahmegebühr 5,00 € / Falls Sie eine Fahrkarte benötigen, entstehen Extrakosten.**

**Vorherige Anmeldung und Bezahlung erforderlich.**



© Stadtlarchiv Braunschweig

Eine gemeinsame  
Veranstaltung  
verschiedener  
Kulturtreffs.



**Dr. Birsen Benzer**

Ihre Zahnarztpraxis  
in Bothfeld

Sutelstraße 12 A

0511 732822

info@dr-benzer.de



## Eröffnungsfeier Bothfelder Kunstspaziergang



Zum Auftakt des 10. Bothfelder Kunstspaziergangs laden wir Sie herzlich ein zu einer kleinen Eröffnungsfeier! In netter Atmosphäre mit Musik, Getränken und kleinen Snacks können Sie sich entspannt auf das Kunstspaziergangs-Wochenende einstimmen.

■ **Mittwoch  
09.09.  
18:00 Uhr**

Schauen Sie vorbei und kommen mit den Künstlerinnen und Künstlern ins Gespräch. Verschaffen Sie sich einen Eindruck von der Überblicksausstellung, in der alle Beteiligten mit je einem Werk vertreten sind. Lassen Sie sich inspirieren und planen schon einmal Ihre Route für das Wochenende.

**Kostenlos, Anmeldung erwünscht.**

**Weitere Informationen zum Kunstspaziergang finden Sie auf den Seiten 18/19.**

## Misburger Wald-Forum



Direkt angrenzend an den Misburger Wald, als Trittstein zwischen Stadt und Natur, liegt das **Misburger Wald-Forum**.

Förster **Julian Hey** wird uns das Wald-Forum vorstellen und uns dann auf einer Führung den Misburger Wald mit all seinen Facetten nahebringen. Wir erfahren mehr über seine Bedeutung für Mensch und Natur sowie

■ **Donnerstag  
17.09.  
11:00 bis  
zirka 13:00 Uhr**

über die Pflanzen und Tiere, die hier zuhause sind. Außerdem gibt die Führung spannende Einblicke in die nachhaltige Forstwirtschaft und die Arbeit im Wald. Natürlich bleibt auch Zeit für Fragen und Austausch.

Bitte wald- und wetterfeste Kleidung/Schuhe tragen.

**Treffpunkt: Misburger Wald-Forum, Buchholzer Str. 60**

**Teilnahmegebühr 7,00 €**

**Vorherige Anmeldung und Bezahlung erforderlich.**





## Tanz-Workshops

**Montag**

**28.09.**

**17:30 – 19:00 Uhr**

■ **Schnupper-Tanzabend:  
Im 3/4-Takt einmal anders tanzen**

Für Jung und Junggebliebene: im Kreis oder in der Reihe werden leicht erlernbare Schritte, Schrittfolgen und Figuren in tänzerischer Bewegung verbunden. In entspannter Atmosphäre werden wir gemeinsam das Zusammenspiel von Körper und Musik erleben. Mal anders im 3/4-Takt getanzt macht Freude und hält fit!

Vorkenntnisse und ein/e Tanzpartner/in sind nicht erforderlich, ein wenig Gefühl für Rhythmus und Lust, Neues auszuprobieren wären aber hilfreich. Bitte bequeme Kleidung/Schuhe tragen und etwas zu trinken mitbringen.

**Leitung: Regina Etzrodt-Peter**

**Teilnahmegebühr: 6,00 € / ermäßigt 5,00 €**

**Freitag**

**11.09./23.10.**

**27.11.**

**18:00 – 20:00 Uhr**

■ **Tanz – Körpergefühl – Verbindung**

An diesen 3 Tanzabenden geht es darum, über den freien Bewegungsimpuls und Körperbewusstsein den Zugang zur eigenen Lebendigkeit und inneren Beweglichkeit zu finden.

Jenseits des Alltags entsteht hier ein Raum, um ganz bei sich zu sein und in den eigenen Körper hineinzufühlen. Sich ohne richtig oder falsch, ohne Leistungsdruck der Bewegung hingeben und die Energie des eigenen Körpers in den Fluss bringen.

Dieses Angebot richtet sich nur an Frauen.

Getanzt wird frei, nach der Methode HKIT® („Heilende Kräfte im Tanz“). Es sind keinerlei Vorkenntnisse erforderlich. Es wird barfuß oder in Socken getanzt. Gerne Sitzkissen und/oder Decke und etwas zu trinken mitbringen.

**Leitung: Julia Mreiche (Tanzpädagogin HKIT®)**

**Teilnahmegebühr: 10,00 € / ermäßigt 8,00 € (pro Termin)**

**Die Abende können als Einzeltermine oder zusammen gebucht werden.**

## „Digitale Welten“ – eine Elternveranstaltung zum Thema Smartphone

Mütter und Väter sind gefordert, ihre Kinder beim Medienumgang zu begleiten. Mit dem Projekt „Digitale Welten – was nutzt Ihr Kind?“ unterstützt das Niedersächsische Sozialministerium in Kooperation mit der Niedersächsischen Landesmedienanstalt Eltern rund um die verschiedenen Aspekte des Umgangs mit digitalen Medien.

Erreichbar sein, kommunizieren über WhatsApp, Videos bei TikTok hochladen, Bilder bei Snapchat posten, mit der App Freunde orten, In-Game-Käufe tätigen und personalisierte Werbung erhalten – was muss man wissen? Worauf muss man achten? Wo sind Grenzen?

Reinhold Gravelmann wird Chancen und Risiken thematisieren und Tipps geben. Die Eltern können selbstverständlich jederzeit ihre Fragen einbringen.

**Reinhold Gravelmann (Dipl.-Pädagoge, Eltern-Medientrainer der Landesstelle Jugendschutz Nds. und Autor)**

**Für Eltern mit Kindern von 6 bis 10 Jahren  
Kostenlos, vorherige Anmeldung erforderlich!**

■ **Dienstag  
06.10.  
18:30 bis  
zirka 20:00 Uhr**



## Workshop kreative Schreibtherapie Schreiben hilft und inspiriert

Dieser 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: 12,50 €**  
**mindestens 6, maximal 10 Teilnehmende**  
**Vorherige Anmeldung und Bezahlung erforderlich.**

■ **Samstag  
07.11.  
15:00 – 17:30 Uhr**

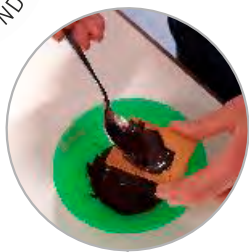


## Workshop: Schokolade mit gutem Gewissen

**Mittwoch**

**18.11.**

**16:30– 18:30 Uhr**



- Schokolade mag fast jeder Mensch. Daher kann es sehr interessant sein, mehr über ihre Bestandteile und Herkunft – und natürlich über verschiedene Geschmäcker zu erfahren. In diesem Workshop können die verschiedenen Aspekte der Schokoladenherstellung kennengelernt werden. Wir schauen uns die Rohstoffe Kakao und Kakaobutter und deren Verarbeitung zur Schokolade an. Ein wichtiger Aspekt ist dabei der Faire Handel, der eine Option für mehr Gerechtigkeit und menschenwürdige Lebens- und Arbeitsbedingungen der Kakaobauern bietet.

Zum Abschluss stellen wir gemeinsam eine Schokoladencreme her (bitte ein keines Schraubglas o.ä. mitbringen).

**Katharina Matuschke-Graf**

**Teilnahmebeitrag: 10,00 €**

**Vorherige Anmeldung und Bezahlung erforderlich.**

In Zusammenarbeit mit dem Nachhaltigkeitsbüro der Landeshauptstadt Hannover.

Landeshauptstadt Hannover Nachhaltigkeitsbüro

## Filmfest der Generationen: „Ein kleines Stück vom Kuchen“

**Dienstag**

**24.11.**

**19:00 bis**

**zirka 21:00 Uhr**



- Mahin ist 70 Jahre alt und wohnt allein in der iranischen Hauptstadt Teheran. Ihr Mann ist bereits verstorben und ihre Tochter nach Europa ausgewandert. Als sie ihre „alten Mädels“ mal wieder zu sich zum Essen einlädt, plaudern sie gesellig über Alltägliches, das Älterwerden und Männergeschichten. Dabei reift in Mahin der Wunsch, ihr Liebesleben wieder zu aktivieren. Immerhin ist sie selbstbewusst und scheut auch nicht die strenge Sittenpolizei.

Auf der Suche nach einem neuen Partner entdeckt sie in einem Restaurant Faramarz, einen älteren Taxifahrer. Sie folgt ihm und lässt sich abends von ihm nach Hause fahren – und lädt ihn spontan zu sich ein. Aus einem vorsichtigen Kennenlernen entwickelt sich im Laufe des Abends eine zarte Zuneigung mit Wein, Musik und einem Stück Kuchen... Aus der zufälligen Begegnung wird für Mahin eine unvergessliche Nacht – mit einem überraschenden Ende.

Ein kleines Filmjuwel aus dem Iran (Regie: Maryam Moghadam, Behtash Sanaeieha) über Liebe im Alter – unterlegt mit gesellschaftskritischen Tönen.

**Filmdauer: 94 Minuten**

**Im Anschluss an den Film laden wir Sie zu einem Publikumsgespräch mit Ferdos Mirabadi (Kargah e.V.) ein.**

**Kostenfrei, um vorherige Anmeldung wird gebeten.**



EUROPAISCHES  
FILMFESTIVAL  
DER GENERATIONEN

Eine Veranstaltung  
im Rahmen des  
Europäischen Filmfes-  
tivals der Generationen.

## Bothfelder Weihnachtsmarkt

### Rund um die St. Nicolai-Kirche und am Rohdenhof

Alle großen und kleinen Bothfelder\*innen sind eingeladen, wieder die besondere Weihnachtsmarkt-Atmosphäre rund um St. Nicolai-Kirche und Rohdenhof zu genießen. Neben kunsthandwerklichen Ständen, Glühwein und Leckereien können Sie den Klängen des Posaunenchores lauschen sowie das Programm in der St.-Nicolai-Kirche besuchen.

Auf die Kleinen wartet ein Karussell und noch die ein oder andere Überraschung.

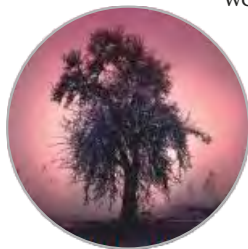
Der Bothfelder Weihnachtsmarkt ist eine gemeinsame Aktion der St. Nicolai-Kirche, der Gemeinschaft Bothfelder Kaufleute und des Kulturtreffs Bothfeld.

■ **Samstag**  
**05.12.**  
**14:00 – 18:00 Uhr**



## Workshops: Rauh Nächte

Rauh Nächte – das ist die Zeit zwischen den Jahren, wenn Dunkelheit und Kälte herrschen. Jetzt gilt es, Altes loszulassen, sich auf sich zu besinnen und kraftvolle Ideen für das neue Jahr zu entwickeln. Sie sind neugierig und wollen einen Einblick erhalten? An diesem Abend lernen Sie die kulturellen Wurzeln, Bräuche und Rituale rund um die Wintersonnenwende und die Rauh Nächte kennen. Lassen Sie sich inspirieren und gehen begeistert und gestärkt ins neue Jahr.



**Mittwoch 09.12. | 17:00 – 19:00 Uhr**

**Donnerstag 17.12. | 17:00 – 19:00 Uhr**

■ **Termin 1**  
■ **Termin 2**

**Marion Kösel**

**10,00 € / ermäßigt 8,00 € pro Termin | mindestens 6 Teilnehmende**

## Kaffeezeit mit Klönschnack

Eine Möglichkeit, um neue Menschen und alte Bekannte im Stadtteil zu treffen und gemeinsam Zeit bei Kaffee/Tee, Kuchen oder frischgebackenen Waffeln zu verbringen. Kommen Sie vorbei. Bringen Sie sich ein. Seien Sie herzlich willkommen!

**Bitte unbedingt vorher anmelden, damit wir planen können**

■ **Dienstag**  
**01.09./03.11.**  
**15.12.**  
**15:00 – 16:30 Uhr**



# 10. Bothfelder KUNST Spaziergang

**Samstag 12. September 2026**  
14:00 – 18:00 Uhr

**Sonntag 13. September 2026**  
11:00 – 18:00 Uhr

- 1 Dachstrift 14**  
**Johanna Koechert**  
Holz, Drechselarbeiten
- 2 Kleine Heide 17**  
**Wolfgang Thelen**  
Skulpturen aus Bronze und Stein
- 3 Emil-Nolde-Weg 17**  
**Ingrid Zimmeck**  
Acryl, Collagen, Frottagen
- 4 Heilig-Geist-Gemeinde, Niggemannweg 18**  
**Jochen Roux**  
Bronzeskulpturen  
**Anja Schröder**  
Aquarell, Sketching  
[www.sketchiesbyanja.de](http://www.sketchiesbyanja.de)
- 5 Hartenbrakenstraße 26**  
**Reinhard Becker**  
Fotografie  
[www.reinhard-j-becker-1.jimdosite.com](http://www.reinhard-j-becker-1.jimdosite.com)  
**Ekkehard Kreutter**  
Schmuck, Objekte, Zepter  
[www.ekkehard-kreutter.jimdofree.com](http://www.ekkehard-kreutter.jimdofree.com)
- 6 Gartenheimstraße 31c**  
**Jutta Bilger-Umland**  
Malerei, Gouache
- 7 Rauschenplatstraße 2**  
**Bozena Kopij-Machnik**  
Öl, Acryl, Radierungen  
[www.bozena-kopij-machnik.jimdofree.com](http://www.bozena-kopij-machnik.jimdofree.com)  
**Anke Schinkel**  
Öl, Mischtechnik  
[www.kunstpausen.de](http://www.kunstpausen.de)
- 8 Auf den Kräken 21**  
**Inge Krestel**  
Acryl auf Leinwand und Papier  
**Frank Titz**  
Skulpturen / Objekte aus Holz und Metall
- 9 Im Heidkampe 89 D**  
**Dinah Nelke**  
Acryl- und Mischtechniken  
[www.dinah-nelke.de](http://www.dinah-nelke.de)
- 10 Laher Kamp, blaues Gartenhaus (Rückseite Schaumannweg 20)**  
**Martin Pistorius**  
Holzobjekte, Gedrechseltes  
[www.mp-kunsth Handwerk.de](http://www.mp-kunsth Handwerk.de)

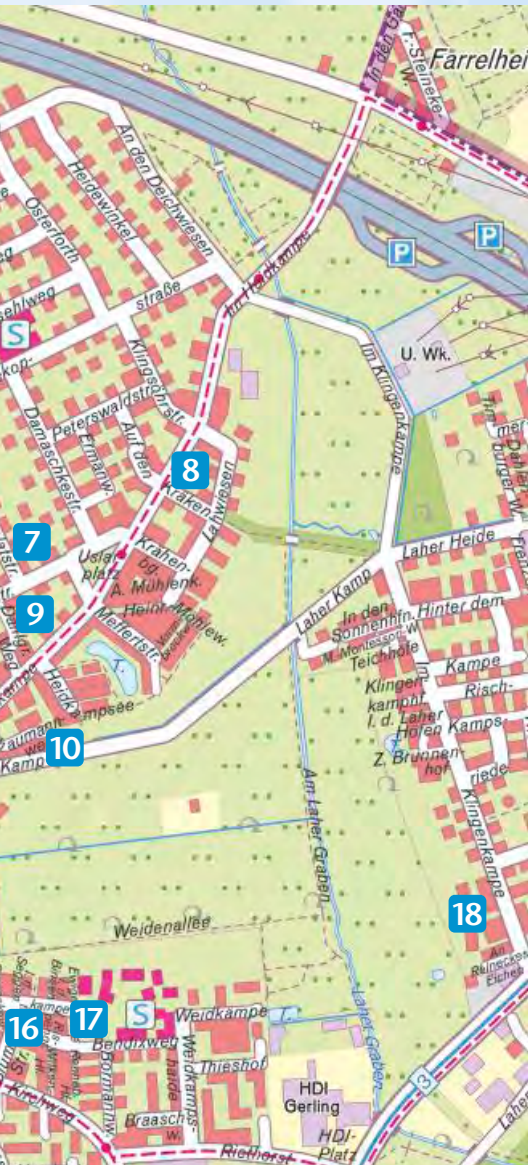


Entdecken Sie Bothfelds Künstlerinnen und Künstler bei einem Spaziergang durch den Stadtteil!

An diesem Wochenende sind viele Ateliers, Gärten und Häuser geöffnet, um Ihnen die künstlerische Vielfalt Bothfelds zu zeigen.

Für weitere Informationen achten Sie bitte auf den KunstSpaziergangs-Flyer und unsere Homepage:

[www.kulturtreffbothfeld.de](http://www.kulturtreffbothfeld.de)



Datenquelle: CC BY 4.0 – Bereich Geoinformation  
Landeshauptstadt Hannover, 2026

- 11 **St. Nicolai-Gemeinde, Sutelstraße 20**  
**Christine Schwarz**  
Aquarellmalerei  
**Petra Wrobel**  
Aquarellmalerei
- 12 **Überblicks-Ausstellung**  
der teilnehmenden Künstler\*innen.  
**KULTURtrefFbOTHfELD**  
**Klein-Buchholzer Kirchweg 9**  
[www.kulturtreffbothfeld.de](http://www.kulturtreffbothfeld.de)
- 13 **Klaus-Bahlsen-Haus,**  
**Klein-Buchholzer Kirchweg 11**  
**Katharina Lob**  
Malerei, Mixed Media  
[www.katharina-lob-art.de](http://www.katharina-lob-art.de)  
**Gundula Meiritz**  
Acrylmalerei  
**Wolfgang Roggemann**  
Acryl- und Ölmalerei  
[www.wolfgangroggemann.de](http://www.wolfgangroggemann.de)  
**Irene Schwartz**  
Acrylmalerei, Pouring, Fotografie  
[www.kunstraum-langenhagen.de](http://www.kunstraum-langenhagen.de)
- 14 **Willy-Platz-Heim, Im Heidkamp 20**  
**Andrea Krafft**  
Acryl auf Leinwand  
Instagram: [andrea\\_krafft\\_art](https://www.instagram.com/andrea_krafft_art)  
**Sophia Wilke**  
Acrylmalerei, Filz- und Buntstifte, Fineliner  
Instagram: [sophiasbunteswunder](https://www.instagram.com/sophiasbunteswunder)
- 15 **Luise-Blume-Stiftung, Luise-Blume-Straße 1**  
**Benedykt Machnik**  
und **Mal-Schülerinnen**  
Zeichnungen, Malerei
- 16 **Gieseckeweg 2**  
**Jutta Bredy-Ruiz Diaz**  
Acryl- und Mischtechniken
- 17 **Im Rispengras 1**  
**Marie-Luise Thiele-Ehlerding**  
Malerei, Objekte
- 18 **Im Klingenkamp 6a**  
**Monja Klein**  
Acrylmalerei  
[www.monjaklein.de](http://www.monjaklein.de)



## Englisch zum Auffrischen

– Laufende Kurse, Neueinstieg nach Rücksprache möglich –

|                  |   |               |                        |  |                          |
|------------------|---|---------------|------------------------|--|--------------------------|
| <b>Montags</b>   | ■ | <b>Kurs 1</b> | <b>24.08. – 02.11.</b> |  | <b>09:30 – 11:00 Uhr</b> |
| <b>Dienstags</b> | ■ | <b>Kurs 2</b> | <b>25.08. – 03.11.</b> |  | <b>09:30 – 11:00 Uhr</b> |
| <b>Dienstags</b> | ■ | <b>Kurs 3</b> | <b>25.08. – 03.11.</b> |  | <b>11:15 – 12:45 Uhr</b> |
| <b>Mittwochs</b> | ■ | <b>Kurs 4</b> | <b>26.08. – 04.11.</b> |  | <b>09:30 – 11:00 Uhr</b> |

**Ute Gehrke | 66,00 € / ermäßigt 61,00 € | Kurstage: 11**



## Montags

**24.08. – 30.11.**

(außer 12.10./19.10.)

**10:00 – 11:00 Uhr**

### ■ Französisch-Konversationskurs

– Laufender Kurs –

Der Kurs richtet sich an Teilnehmende mit sehr guten Kenntnissen der französischen Sprache, die Freude am Sprechen haben und die über die aktuelle Themen freisprechen möchten.

**Catherine Bazil-Ottmann | 60,00 € / ermäßigt 56,00 € | Kurstage: 13 mindestens 7 Teilnehmende**

**11:15 – 12:45 Uhr**

### ■ Französisch Mittelstufe 1

– Laufender Kurs –

Der Kurs richtet sich an Teilnehmende mit Vorkenntnissen der französischen Sprache (A2). Sie werden ihre Französischkenntnisse kontinuierlich ausbauen, mehr über Land und Leute erfahren und lernen, sich in verschiedenen Situationen des Alltags zu verständigen.

Lehrbücher: Rencontres en français A2 (Ende des Buches: letzte Lektion 12), Kurs- und Trainingsbuch. Weiter geht es dann mit „Rencontres en français B1, Klett“: Kurs und Übungsbuch mit MP3-CD, ISBN: 978-3-12-529649-7 + Trainingsbuch, ISBN: 978-3-12-5296657

**Catherine Bazil-Ottmann | 78,00 € / ermäßigt 72,00 € | Kurstage: 13 mindestens 8 Teilnehmende**

**13:00 – 14:30 Uhr**

### ■ Französisch Mittelstufe 2

– Laufende Kurse, Neueinsteigende sind herzlich willkommen –

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

Lehrmaterial: „40 Kurzgeschichten aus Frankreich“ (ab Geschichte Nr. 24/40 Geschichten), PONS - Niveau A2-B2, ISBN: 978-3-125624900 und Ecoute Magazin (die Zeitschrift): Einige Artikel werden gemeinsam gelesen, analysiert und diskutiert.

**Catherine Bazil-Ottmann | 104,00 € / ermäßigt 96,00 € | Kurstage: 13 mindestens 6 Teilnehmende**



Alhambra auf dem Sabikah-Hügel im andalusischen Granada



## Spanisch

### Spanisch Mittelstufe 1 (B1)

– **Laufender Kurs, Neueinsteigende sind herzlich willkommen** –  
Der Kurs richtet sich an Personen, die die Grundstufen bis A2 absolviert haben und nun ihre Sprachfähigkeit weiter ausbauen wollen. Hierzu werden wir uns u. a. mit Rollenspielen, leichten Konversationsthemen beschäftigen und die Grammatik wird weiter vertieft. Wir arbeiten mit dem Lehrbuch „Con gusto nuevo B1“ (Klett)  
Nicht vergessen: Si no se practica lo aprendido se olvida rápidamente.

**Nicolas Becerra | 103,00 € / ermäßigt 96,00 € | Kurstage: 15 mindestens 7 Teilnehmende**

- **Dienstags**  
**18.08. – 08.12.**  
(außer 13.10./20.10.)  
**16:30 – 18:00 Uhr**

### Spanisch für Anfänger (Eingangsstufe 1, A1)

Sie wollten schon immer mal Spanisch lernen? Dann ist jetzt die Gelegenheit! In diesem neu startenden Kurs lernen Sie die spanische Sprache von Grund auf. Der Kurs richtet sich an Teilnehmer\*innen, die keine Vorkenntnisse haben. Hörverstehen und Aussprache werden im Vordergrund stehen, ebenso Begrüßungen und Verabschiedungen und Vorstellung der Person, natürlich auch grammatikalische Grundlagen.  
Lehrbuch: „Con Gusto nuevo (A1)“

**Nicolas Becerra | 78,00 € / ermäßigt 72,00 € | Kurstage: 13 mindestens 8 Teilnehmende**

- **Dienstags**  
**01.09. – 08.12.**  
(außer 13.10./20.10.)  
**18:15 – 19:45 Uhr**

**NEU**



## Italienisch

### Italienisch für Fortgeschrittene

– **Laufender Kurs, Neueinsteigende herzlich willkommen!** –  
Dieser Sprachkurs ist vorrangig ein Konversationskurs.

**Dr. Giuseppe Scigliano | 60,00 € / ermäßigt 55,00 € | Kurstage: 10 mindestens 8 Teilnehmende**

- **Montags**  
**05.10. – 07.12.**  
**16:15 – 17:45 Uhr**

## Übungsabende in Gewaltfreier Kommunikation (GfK) nach Marshall Rosenberg

### Montags

**31.08./28.09.**

**12.10./26.10.**

**09.11./23.11.**

**07.12.**

**18:30 – 21:00 Uhr**

- An diesen Übungsabenden besteht die Gelegenheit, unseren Umgang mit für uns schwierigen Situationen zu erforschen und neu zu betrachten. Dies geschieht durch Einfühlung, Aufrichtigkeit und Wertschätzung in uns selbst und unser Gegenüber.

Wir nutzen dafür die 4 Schritte der GfK: Beobachten ohne zu bewerten – Gefühle wahrnehmen und ausdrücken – Bedürfnisse erkennen und ausdrücken – Bitten aussprechen ohne zu fordern.

Ein zusätzlicher Schwerpunkt ist das „aktive Zuhören“, eine Kommunikationsform, die das Ziel hat, uns auf die andere Person auszurichten, in Selbsteinfühlung und Empathie für unser Gegenüber.

Für Menschen mit und ohne Vorkenntnisse.

**Ekkehard Rieger**

**(Trainer für Gewaltfreie Kommunikation CNVC, Mediator)**

**80,00 € / ermäßigt 75,00 € | Kurstage: 7 | mindestens 7 Teilnehmende**

## KULTURtreffBOTHFELD



- Unter [www.kulturtreffbothfeld.de](http://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 und besuchen uns im Internet oder auf unserem Instagram Account!**

# RAHLFS

**CATERING UND  
PARTY-SERVICE**

[www.rahlf.de](http://www.rahlf.de)



## Freude und Spaß beim Malen und Zeichnen

### – Laufender Kurs –

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. 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.

**Welche Materialien Sie mitbringen müssen, erfahren Sie bei der Anmeldung.**

**Kurs 1 28.08.–04.12.** (außer 16.10./23.10.) | **16:45–18:15 Uhr**

**Kurs 2 29.08.–05.12.** (außer 17.10./24.10.) | **10:30–12:00 Uhr**

**Kurs 3 29.08.–05.12.** (außer 17.10./24.10.) | **12:30–14:00 Uhr**

**Irina Simonovska**

**65,00 € | Kurstage: 13 | mindestens 8 Teilnehmende**

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



- **Freitags**
- **Samstags**
- **Samstags**

„Digitale Welten“ - eine Elternveranstaltung zum Thema Smartphone, Dienstag, 06.10. | 18:30 bis zirka 20:00 Uhr  
**Näheres siehe Seite 15.**

- **Hinweis**

## Kindertheater Theater Rotes Zebra: „Dornröschen hat verschlafen“

### Ein unterhaltsames Märchen, frech & frei nach Grimm.

Die gewiefte, aber vergessliche Frau Margarete Rose möchte dem Publikum gerne Dornröschen vorstellen. Aber nicht nur Dornröschen hat verschlafen. Nein, der gesamte Hofstaat liegt im tiefen, tiefen Dornröschenschlaf. Wer kann Dornröschen wecken? Wer gibt ihr den erlösenden Kuss, wenn der Knutsche-Prinz auch im Dornröschenschlaf liegt? Nur das Publikum gemeinsam mit Frau Rose!

**Altersempfehlung: 4 bis 8 Jahre**

**Spieldauer: ca. 45 Minuten**

**Eintritt: 5,00 €**

**Vorherige Anmeldung im Kulturtreff für Gruppen und Einzelpersonen erforderlich!**

In Zusammenarbeit mit der Landeshauptstadt Hannover, Fachbereich Kultur, Stadtteilkultur.

- **Mittwoch**  
**04.11.**  
**10:30 Uhr**



## Kurse Malerei

**Donnerstags****27.08. – 26.11.**

(außer 15.10./22.10.)

13.08. Nachholtermin

**15:00 – 17:00 Uhr**■ **Aquarell Grundstufe**– **Laufender Kurs, Neueinsteigende sind herzlich willkommen** –

Dieser Kurs bietet Einblicke in verschiedene Aquarelltechniken und die Möglichkeit diese anhand von vorhandenen oder gern auch eigenen Vorlagen anzuwenden und umzusetzen.



Bitte bringen Sie ggf. eigenes vertrautes Material mit und ergänzen Sie aus der Materialliste. Diese ist im Kulturtreff erhältlich.

**Petra Wrobel****96,00 € / ermäßigt 90,00 € | Kurstage: 12****Dienstags****25.08. – 01.12.**

(außer 13.10./20.10.)

**10:30 – 12:30 Uhr**■ **Acrylmalerei Kurs 1**– **Laufender Kurs** –**Gabriele Schwarz****104,00 € / ermäßigt 96,00 € | Kurstage: 13****Donnerstags****03.09. – 03.12.**

(außer 2 Terminen)

**14:30 – 17:30 Uhr**■ **Acrylmalerei Kurs 2**– **Laufender Kurs** –**Katharina Lob****144,00 € / ermäßigt 134,00 € | Kurstage: 12**

**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



## Gesichter zeichnen

### – Laufender Kurs –

In diesem Kurs werden Sie in das Zeichnen von Gesichtsdetails eingeführt und lernen anschließend, wie man eine Zeichnung vom Kind bis zum Erwachsenen präzise anfertigt. Der Kurs richtet sich an alle Interessierten ab 12 Jahren.

**Bitte mitbringen:** Bleistift HB, 2B, 4B, 6B, 8B, Stiftradiergummi, Knetradiergummi, normales Radiergummi, Lineal, Anspitzer,

Schleifpapier, Papierwischer, weißes A4-Papier.

**Maryam Alijani Zamani**

**pro Kursfolge 55,00 € / ermäßigt 52,00 € | Kurstage: jeweils 6 mindestens 7 Teilnehmende**

**Hinweis: die Kursfolgen können einzeln oder zusammen gebucht werden.**



## Malen von A bis Z

### – Laufender Kurs, Einstieg nach Rücksprache möglich –

Dieser Kurs beschäftigt sich mit verschiedenen Themen und Techniken. Von A wie Acryl oder Aquarell bis Z wie Zeichnen kann Vieles ausprobiert werden. In dieser Kursfolge arbeiten wir mit Acrylfarbe. Sie lernen die besonderen Eigenschaften von Acrylfarbe kennen, sowie die Grundlagen der Bildkomposition, der Farbenlehre und Pinselstrichtechniken. Anfänger\*innen und Fortgeschrittene sind gleichermaßen willkommen.

**Bitte zur ersten Stunde mitbringen:** Acrylmalblock DIN A3 (ab 220mg), Acrylfarben: Set mit 10-12 Farben, Acrylpinsel.

Sie können sich bezüglich der nötigen Materialien auch beim ersten Termin von der Kursleiterin beraten lassen.

**Irina Simonovska**

**104,00 € / ermäßigt 96,00 € | Kurstage: 13**

## ■ **Dienstags**

### **Kursfolge 1**

**25.08. – 29.09.**

### **Kursfolge 2**

**27.10. – 01.12.**

**16:30 – 18:30 Uhr**

## ■ **Donnerstags**

**27.08. – 03.12.**

(außer 15.10./22.10.)

**18:00 – 20:00 Uhr**



## Workshops Ölmalerei

### Sonntag

**06.09./08.11.**

**29.11.**

**11:00 – 16:30 Uhr**

(gemeinsamer Aufbau  
und Vorbereitung ab  
10:45 Uhr)

In diesen Workshops malen wir wunderbare Motive mit Ölfarben nach einer Fotovorlage. Sie erlernen dabei maltechnische Grundlagen, 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.

Die Workshops richten sich an Interessierte ab 14 Jahren. Vorkenntnisse sollten vorhanden sein!

**Bitte mitbringen:** Papierkitchenrolle und eine Packung Baby-Feuchttücher zur Reinigung der Pinsel und Hände. Achten Sie bitte auf unempfindliche Kleidung.

**06.09. ■ Workshop 1: Der Blick aufs Meer**

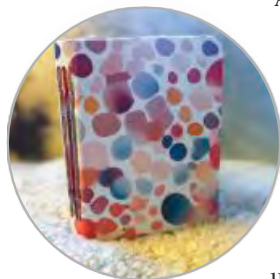
**08.11. ■ Workshop 2: Vogel bei Sonnenuntergang**  
(auch für Anfänger\*innen geeignet)

**29.11. ■ Workshop 3: Eisbär unter dem Nordlicht**

**Irina Simonovska**

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

## Papier, Faden, Buchbinden



Aus losen Blättern entsteht etwas Besonderes: In diesen jeweils zweitägigen Workshops fertigt wir ein eigenes handgebundenes Buch. Wir entdecken eine einfache, kreative Bindetechnik – ideal für alle, die Lust am Ausprobieren haben, die sich leicht umsetzen und zu Hause wiederholen lässt.

Die Workshops sind für Anfänger\*innen und Buchbinde-Liebhaber\*innen ab 14 Jahren geeignet. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

**Heike Wollborn**

**25,00 € / ermäßigt 22,00 € | mindestens 7 Teilnehmende**

**(Zzgl. 10,00 € für Materialien sind vor Ort zu bezahlen)**

**Vorherige Anmeldung erforderlich.**

■ **Workshop 1**  
**Montag**  
**07.09. + 14.09.**  
**16:00 – 18:00 Uhr**

**Workshop 2**  
**Mittwoch**  
**28.10. + 04.11.**  
**16:00 – 18:00 Uhr**

## Handarbeitstreff ■ Wer macht mit?

Sie möchten in entspannter Atmosphäre gemeinsam stricken und häkeln, Erfahrungen austauschen, Neues lernen, Anregungen für eigene Projekte bekommen und Menschen mit ähnlichen Interessen kennenlernen? All das und mehr könnte möglich sein, wenn sich eine kleine Gruppe findet, die sich regelmäßig treffen möchte. Eine Person, die die Gruppe leitet, haben wir schon. Melden Sie sich, wenn Sie Interesse an einem Handarbeitstreff haben.



## Möchten Sie eine private Feier ausrichten?



Machen Sie mit uns einen Termin zur Besichtigung unserer Räume!

**Weitere Informationen und Terminabsprache im Büro des Kulturtreffs.**

**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

## Fotogruppe



**Montags  
ab 17.08.**

**19:00 – 21:00 Uhr**

alle 14 Tage (in den  
geraden Wochen)

- **Momentan geschlossen, bei Interesse bitte im Büro melden.**

**Hans-Werner Künsebeck**

**Jahresbeitrag Raumnutzung: 15,00 €**

## Singkreis Bothfeld

**Montags  
ab 24.08.**

**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 (Stefanie Menzel) an.**

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

## DENKSALON – fragen, diskutieren, mitmachen

**Dienstags**

**10:30 – 12:30 Uhr**

Der DENKSALON fühlt sich den Pariser Salons des 18. Jahrhunderts verbunden, in denen aufgeklärte Gastgeberinnen zum kritischen Diskurs einluden. Er bietet einen geschützten Raum für den freien Austausch von Gedanken quer Beet durch Gesellschaft, Kultur, Wirtschaft, Politik und Philosophie. Teilnehmen können Frauen, die gerne nach den Grundsätzen von Freiheit, Gleichheit, Toleranz und Gerechtigkeit diskutieren möchten.

Pro Termin steht ein Thema im Mittelpunkt, das durch ein Kurzreferat angestoßen wird. Wenn Sie neugierig geworden sind und sich ins Abenteuer des freien Denkens stürzen möchten, melden Sie sich gerne an.

Langfristig könnte eine feste Gruppe entstehen, die über verschiedenste Fragen gemeinsam nachdenken und diskutieren möchte.

- 18.08. ■ **„Konservatismus – zwischen Tradition und Moderne“**
- 15.09. ■ **„Was ist Glück?“**
- 10.11. ■ **„Gerechtigkeit – drei Personen, fünf Meinungen?“**
- 08.12. ■ **„Was ist Freiheit – haben wir ein Recht darauf und wo endet sie?“**

**Claudia Kopp**

**Teilnahmebeitrag: 1,00 € pro Termin**

**Vorherige Anmeldung für die einzelnen Termine erforderlich.**

## Canasta-Treff

Interessierte mit Vorkenntnissen melden sich bitte im Büro.

**Jahresbeitrag Raumnutzung: 15,00 €**

■ **Dienstags  
ab 18.08.**

**17:30 Uhr**

alle 14 Tage (in den  
geraden Wochen)

## Gedächtnistraining

### – Laufender Kurs –

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.

**26.08. / 09.09. / 23.09. / 07.10.  
21.10. / 04.11. / 18.11. / 02.12.**

**02.09. / 16.09. / 30.09. / 14.10.  
28.10. / 11.11. / 25.11. / 09.12.**

**Marion Kösel | 48,00 € / ermäßigt 44,00 €  
Kurstage: 8 je Gruppe im 14-täglichen Wechsel**

**Mittwochs**

**10:00 – 11:30 Uhr**

■ **Gruppe 1**

■ **Gruppe 2**

## Glücksgesänge – Singen, sich erinnern, Neues lernen

**NEU**

Sich in der Gruppe begegnen, gemeinsam bekannte Lieder und Melodien singen, in Erinnerungen an frühere Zeiten verweilen oder beim Liederraten wetteifern, das alles und mehr können Sie zukünftig Mittwoch vormittags erleben. Ein ganzheitliches Angebot zur Belebung der Vitalkräfte. Selber Singen oder Klängen lauschen kann Verspannungen lösen und für innere Ruhe und Ausgeglichenheit sorgen. Je weniger der Kopf sich konzentrieren muss, umso mehr kann sich das Herz öffnen. Und so wird beim gemeinsamen Singen, Erinnern und miteinander Neues erleben sicherlich eines nicht ausbleiben: Glücksgefühle.

**Karin Fischer (Sängerin, Chorleiterin, Coach)**  
**Das Angebot ist kostenlos, es wird gefördert aus Mitteln des  
Kulturentwicklungsplans der Landeshauptstadt Hannover.  
Um Anmeldung wird gebeten.**

■ **Mittwochs  
02.09. – 02.12.**

(außer 14.10./21.10.)

**11:15 – 12:30 Uhr**

In Kooperation mit dem  
Klaus-Bahlsen-Haus.

## Bücher-Runde

### Donnerstags

**11:00 – 12:30 Uhr**

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

- 03.09.** ■ „**Patria**“ F. Aramburu
- 08.10.** ■ „**Ein Frühling in Jerusalem**“ W. Büscher
- 12.11.** ■ „**Der Blick aus meinem Fenster**“ O. Pamuk

**Susanne Erwe-Prange / Dr. Hans Georg Schütze**  
**Teilnahmebeitrag: 1,00 € pro Termin**

## Gesprächskreis Philosophie

### Donnerstags

**03.09./01.10.**

**05.11./03.12.**

**10:30 – 12:30 Uhr**

- Bei Interesse bitte im Büro melden.

**Helga Grasshoff**  
**Jahresbeitrag Raumnutzung: 15,00 €**

## Klassisches Gitarren-Forum

### Donnerstags

**ab 13.08.**

alle 14 Tage (in den  
**ungeraden Wochen**)

**18:00 – 20:00 Uhr**

- 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 €**

## Doppelkopf-Runde

### Freitags

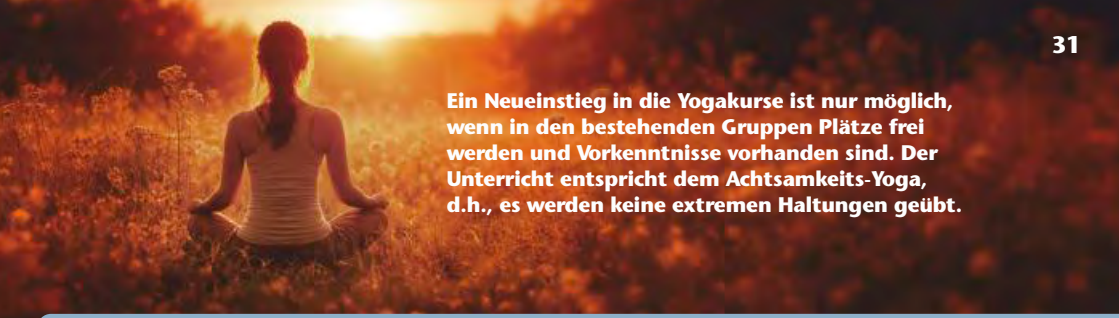
**ab 21.08.**

alle 14 Tage (in den  
**geraden Wochen**)

**19:00 Uhr**

- Bei Interesse bitte im Büro melden.

**Karsten Jäkel**  
**Jahresbeitrag Raumnutzung: 15,00 €**



Ein Neueinstieg in die Yogakurse ist nur möglich, wenn in den bestehenden Gruppen Plätze frei werden und Vorkenntnisse vorhanden sind. Der Unterricht entspricht dem Achtsamkeits-Yoga, d.h., es werden keine extremen Haltungen geübt.

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

Den Körper dehnen und mit dynamischen Bewegungsabläufen in Schwung kommen. Über die Mobilisierung der WS und die Aktivierung der Muskulatur die Durchblutung fördern und den Kreislauf beleben. Die Verbindung von Atem und Bewegung hilft Tun und Lassen auszubalancieren, die Gedanken zur Ruhe zu bringen und in der Stille der Meditation innezuhalten.

**Bitte mitbringen:** Decke, rutschfeste Matte, Sitzkissen oder Yogabänken, bequeme Kleidung und warme Socken.

Kurs 2 übt mit dem Stuhl als Hilfsmittel und ist geeignet für Personen mit Bewegungseinschränkungen.

**Montags**  
**05.10. – 07.12.**

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

■ **Kurs 1**

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

■ **Kurs 2**

**Elke Neumann | 50,00 € / ermäßigt 46,00 € | Kurstage: 10**

## Mit Yoga den Rücken stärken

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.

**Bitte mitbringen:** rutschfeste Matte, Wolldecke, Sitzkissen.

**Montags**  
**05.10. – 07.12.**  
(außer 02.11.)

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

■ **Kurs 1**

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

■ **Kurs 2**

**Elke Neumann | 45,00 € / ermäßigt 41,50 € | Kurstage: 9**

## Viniyoga

### Donnerstags 20.08. – 03.12.

(außer 17.09./24.09./01.10.)

**19:00 – 20:00 Uhr**

- – **Laufender Kurs, Neueinstieg nur möglich, wenn in der bestehenden Gruppe Plätze frei werden und Vorkenntnisse vorhanden sind.** –

Viniyoga bedeutet, dass die Bewegungen und Körperhaltungen an die Fähigkeiten und Ziele des Übenden angepasst werden. Im Kurs werden Körperhaltungen (Asana) und Bewegungsabfolgen (Viniyasa) vermittelt, der Atem einbezogen und einfache Atemübungen (Pranayama) durchgeführt. Die Beweglichkeit wird gefördert, das Körper- und Atembewusstsein geschult, und der Übende kann zu mehr Ruhe und Gelassenheit kommen. Bitte bequeme Kleidung, eine Gymnastikmatte und eine Decke oder ein großes Handtuch mitbringen.

**Ursula Spuck | 52,00 € / ermäßigt 49,00 € | Kurstage: 13**

### Hinweis

- Es gibt ein neues regelmäßiges Tanz-Angebot am Freitagabend „Tanz – Körpergefühl – Verbindung“, Näheres siehe Seite 14.

## TriloChi®

### Donnerstags 17.09. – 03.12.

(außer 15.10./22.10.)

**17:00 – 18:30 Uhr**

- – **Laufender Kurs** –

Die ersten 4 Wochen im Übergang, dem Element Erde, zentrieren wir uns körperlich und geistig. Wir verbinden uns mit der nährenden, tragenden Kraft der Erde. Bewusstes Bewegen mit und aus der Körpermitte geben uns Halt und Stabilität. Im Herbst, dem Element Metall, fordern Dehnungsübungen den Geist und halten die Muskeln, Sehnen und Gelenke geschmeidig. Wir koordinieren Atmung, Bewegung und Musik miteinander. Anhand einer klaren Sprache werden Struktur und Ordnung unterstützt.

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.

**Bitte mitbringen:** eine Decke, bequeme sportliche Kleidung, Stoppersocken (oder barfuß) und ggf. eine eigene (Yoga-)Matte

**Sabine Wiekenberg (seit 2015 TriloChi® Lehrerin)**  
**60,00 € / ermäßigt 55,00 € | Kurstage: 10**



## Herzmeditation

### Ein Abend mit Musik, Stille und Herzmeditation

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.

**Teilnahmegebühr: 8,00 € / ermäßigt 7,00 € pro Termin**

### Mein Herz ist mein Kompass – Herzmeditation

In meditativer Atmosphäre bei Kerzenschein erfahren wir eine ruhige und zugleich stärkende Einstimmung ins Wochenende, mit Musik, Freude, Austausch und Erfahrungen zur Herz-Meditation.

**Eine Teilnahme ist ohne Vorkenntnisse möglich.**

**Eva Knoche (Impulsgeberin/Coach)**

**Teilnahmegebühr: 16,00 € / ermäßigt 14,00 €**

**Anmeldung für die einzelnen Termine erforderlich!**

- **Mittwoch**  
**02.09./07.10.**  
**04.11./02.12.**  
**18:30 – 20:00 Uhr**

- **Freitag**  
**20.11.**  
**18:00 – 21:00 Uhr**

## Fahrradgruppe

Die Rad-Touren sind für eine Gruppe von bis zu 15 Personen geplant. Sie haben eine Länge von ca. 30 km – 45 km und die gefahrene Geschwindigkeit wird je nach Teilnehmenden bei 13–15 km/h liegen.

**10:00 bis ca. 16:00 Uhr** | Engensen-Lahberg  
Tour ca. 30 km, mit Einkehr im Restaurant „Haus am Walde“

**14:00 bis ca. 17:30 Uhr** | Zur Anna Blume in Stöcken  
Tour ca. 30 km, mit Kaffeepause

**Treffpunkt für die Touren: vor dem Gemeindehaus der Nicolaikirche in der Sutelstraße**

**Vorherige Anmeldung im Kulturtreff erforderlich!**

Wer über die angegebenen Termine hinaus Interesse an weiteren (auch spontanen) Touren hat, kann sich über das Kulturtreff-Büro auf einen Email-Verteiler setzen lassen.

- **Samstag**  
**12.09.**
- **Mittwoch**  
**07.10.**



## Förderverein Bothfelder Kulturtreff e.V.

|                             |                                                                                                                                                                       |
|-----------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Telefon</b>              | ■ Klein-Buchholzer Kirchweg 9, 30659 Hannover<br>0511 6476262                                                                                                         |
| <b>Internet &amp; Email</b> | ■ <a href="http://www.kulturtreffbothfeld.de">www.kulturtreffbothfeld.de</a>   <a href="mailto:kulturtreff.bothfeld@t-online.de">kulturtreff.bothfeld@t-online.de</a> |
| <b>Bürozeiten</b>           | ■ Montag – Donnerstag 09:30 – 12:30 Uhr<br>Dienstag + Donnerstag 16:00 – 18:00 Uhr                                                                                    |
| <b>Schließzeit</b>          | ■ Während der Schulferien gelten eingeschränkte Öffnungszeiten.<br>Bitte informieren Sie sich auf unserer Homepage oder telefonisch.                                  |
| <b>Bankverbindung</b>       | ■ IBAN DE59 2505 0180 0000 7935 66<br>Sparkasse Hannover   BIC SPKHDE2HXXX                                                                                            |
| <b>Sie erreichen uns</b>    | ■ mit der Stadtbahnlinie 13, Haltestelle Bothfelder Kirchweg.                                                                                                         |
| <b>Wir bitten</b>           | ■ 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 oder per Überweisung auf das oben angegebene Konto erfolgen und soll eine Woche vor Veranstaltungs- bzw. Kursbeginn eingegangen sein. Sie erhalten keine Rechnung.

■ **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 und Vereinsmitglieder.

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, Veranstalter\*innen  
Heike Wollborn (S. 03 oben), Elke Wittrin (S. 07 oben), W. Beermann (s. 13 oben), Silke Leniger (S. 16 oben)  
**Adobe Stock:** ID 1853639037 Armin - generiert mit KI (Titelbild), ID317904535 (S. 02 oben links), ID120823319 (S. 06 oben), ID67095798 (S. 15 Anzeige links)  
**Pixabay:** philipkim (S. 09 oben), Alana Jordan generiert mit KI (S. 14), Kohji Asakawa (s. 15 oben), SuperHerftigGeneral (S. 17 mittig), DNR.co (S. 17 unten), Denis Doukhan (s. 21), Alexa (S. 28), Markus Kammermann (s. 33 oben), Manfred Antranas Zimmer (S. 33 unten)  
**Chat GPT generiert:** S. 07 unten, S. 27 mittig, S. 31 und weitere

### Layout

- havey. Layoutatelier Heike Wollborn, [www.havey.de](http://www.havey.de)

### Druck

- Umweltdruckhaus Hannover GmbH, [www.umweltdruckhaus.de](http://www.umweltdruckhaus.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 fast 40 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 ◦ Stadtteilfeste ◦ 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.  
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  
Lenbachstraße 14a • 30655 Hannover  
Tel.: 0511/64790-83 \* [www.badundwaermeplus.de](http://www.badundwaermeplus.de)

**Bad & Wärme**   
...für ein schönes Zuhause!

Schöne Bäder - moderne Energiesysteme - freundlicher Kundendienst