

Januar, Februar, März 2019

KULTURTREFF

Vahrenheide

Die Stadtteilinitiative Kulturtreff Vahrenheide e.V. wird institutionell gefördert von der

Landeshauptstadt Hannover Zentrale Angelegenheiten Kultur

KULTURTREFF VAHRENHEIDE

Wartburgstraße 10, 30179 Hannover
Tel. (05 11) 67 18 12 - Fax (05 11) 964 97 62
E-Mail: kulturtreffvahrenheide@t-online.de
Internet: www.kulturtreffvahrenheide.de
Stadtbahnlinie 2, Bus 135 - Haltest. Vahrenheider Markt
Das Gebäude ist barrierefrei erreichbar!

Bürozeiten: Mo-Do 10-12 Uhr und 15-18 Uhr
Hauptamtliche Mitarbeiterinnen:
Heike Baxmann, Sabine Reese
Spendenkonto:
Stadtteilinitiative Kulturtreff Vahrenheide e.V.
Stadtparkasse Hannover
Konto-Nr. 797 170, BLZ 250 501 80
IBAN DE42 2505 0180 0000 7971 70
SWIFT-BIC SPKH DE 2H XXX



Liebe Kulturinteressierte,

2019 wird der Kulturtreff 33 Jahre alt. Wer hätte das gedacht?

In all den Jahren haben sich unsere kulturellen Angebote für Vahrenheide kontinuierlich weiterentwickelt. Das wollen wir mit vielen, über's Jahr verteilten, kulturellen Happen feiern!

Vormerken sollten Sie sich bereits jetzt den Festakt am Sonntag, 29. September 2019, zu dem wir Sie gesondert einladen werden.

Ihre Wünsche, Ideen und Anregungen sind uns willkommen. Alle, die sich an der Planung beteiligen möchten, laden wir am Mittwoch, den 30. Januar um 17.30 Uhr ganz herzlich ein.

Der Vorstand und die MitarbeiterInnen wünschen Ihnen ein glückliches und gesundes Jahr 2019!

jeweils dienstags 9.30 Uhr nur nach Voranmeldung + 10.30 Uhr

Bilderbuchkino für Kinder ab 4 Jahren

In Kooperation mit der Stadtbibliothek laden wir Kinder ab 4 Jahren zum Bilderbuchkino ein. Gruppen bitte unter Tel. 671812 anmelden!

- 08.01.: Schneewittchen (Sörensen)
15.01.: Ich mach Winterschlaf mit dir (Ackroyd)
22.01.: Der Gute-Nacht-Kuss, der daneben ging (Melling)
29.02.: Mach die Tür auf, Jonathan (Butterworth)
05.02.: Lieber Schneemann, wohin willst du? (Wilkon)
12.02.: Kamfu mir helfen? (Schmidt)
19.02.: Jagd auf den Lebkuchenmann (Rodriguez)
26.02.: Wer knuffelt mit Paulchen? (Melling)
05.03.: Wir gehen auf Bärenjagd (Oxenbury)
12.03.: Barnie (Bougaeva)
19.03.: Der wildeste Bruder der Welt (Meyer)
26.03.: Hasalisa (Rachner)



Änderungen vorbehalten

So 13.01., 10.02., 10.03. jeweils 9.30 - 16.00 Uhr

Monatliches Treffen der Regionalgruppe Hannover: Deutsch-Norwegische Freundschaftsgesellschaft (DNF)

9.30 Uhr: Norwegisch Sprach- + Strickgruppe, Hardanger Stickerei
11.00 Uhr: Begrüßung und Neuigkeiten
Ab 11.30 Uhr: Regionalleiter Bernd Fitze-Frank gibt eine Vorschau für das Jahr 2019 und über Neuigkeiten aus Norwegen. Am 10.2. steht ein Vortrag von Sylwia Chalupka-Dunse zum Thema „Wie wir unserem Körper gerecht werden – Gesunde Ernährung und sinnvolle Ergänzung“ auf dem Programm. Am 10.3. nimmt Sie Volker Böhnke mit auf „Die Lofoten zur Zeit der Mitternachts-sonne“. Ab ca. 13.00 Uhr: Mittagsbuffet, anschließend Volkstanz
Interessierte und Gäste sind herzlich willkommen.
Mehr Infos unter www.dnfv.de

Di 15.01., 12.02. + 12.03. jeweils 15.00 - 17.00 Uhr

Stricken und Lesen

Dieses Angebot ist für diejenigen gedacht, die sich in gemütlicher Handarbeitsrunde bei Kaffee, Tee und Gebäck an Literatur erfreuen möchten. StrickanfängerInnen können sich beraten lassen und erste Schritte tun. Die Geübten können sich untereinander austauschen und gegenseitig Tipps und Kniffe verraten. Literaturwünsche werden gerne berücksichtigt, auch mitgebrachte Bücher und Geschichten kommen zum Zuge. Bitte bringen Sie Wolle und Nadeln mit / H. Dollenberg + S. Reese
Kostenbeitrag pro Termin: 4,00 € incl. Kaffee, Tee + Gebäck

Mo 28.01., 25.02. + 25.03. jeweils 19.30 - 21.00 Uhr

Wir laden zum Offenen Singen ein: Singen macht glücklich
Wer hat nicht schon mal heimlich unter der Dusche gesungen oder auf dem Fahrrad? Für alle, die Lust haben, stressfrei mit anderen zusammen Lieder aus unterschiedlichen Stilrichtungen und Kulturkreisen zu singen.
Notenkennnisse oder Chorerfahrung sind natürlich keine Voraussetzung, aber auch kein Hindernis. Teilnahmebeitrag: je 5,00 € / mit HAP 2,50 €
Anleitung: Rhythmiker + Chorleiter Klaus Wössner

Zum Jahreswechsel bleibt der Kulturtreff vom 17.12.2018 bis zum 6.1.2019 geschlossen.

Kulturpaket

kulturverbunden



Mo 21.01. - Stadttreff Sahlkamp, Elmstr. 15 - 19.00 Uhr

Film: Iuventa

Eine Gruppe junger engagierter Menschen gründet im Herbst 2015 in Berlin die Initiative JUGEND RETTET. Über eine Crowdfunding-Kampagne kaufen sie einen umgebauten Fischkutter und taufen ihn auf den Namen „Iuventa“. Im darauffolgenden Jahr startet ihr Schiff zu seiner ersten Mission und schließt sich den Schiffen verschiedener Hilfsorganisationen an. Die bewegende Geschichte wurde von Regisseur Michele Cinque festgehalten. Über ein Jahr lang verfolgt der Film das Leben der jungen Seeretter, fängt die gesamte Spanne der Mission ein, beginnend mit dem Moment, in dem sie in See stechen und ihr unglaubliches Vorhaben wahr wird, bis zu dem Punkt, an dem dieser mit der politischen Realität kollidiert. Voraussichtlich wird ein Mitglied der Initiative JUGEND RETTET am Filmabend für Gespräche anwesend sein. 86 Min./ab 0 Jahre Originalfassung (Deutsch, Englisch, Arabisch) mit deutschen Untertiteln
Eintritt: 2,00 € / ermäßigt 1,00 €
Vorbestellungen sind auch in den beteiligten Einrichtungen möglich.

28.03. - 03.04. Bürgersaal - NEUES RATHAUS

Ausstellung: Ein Projekt geht zu Ende

Die Ausstellung präsentiert ausgewählte Ergebnisse und nimmt Besucher*innen mit auf eine Reise zu Gemeinsamkeiten und kultureller Vielfalt. Das Projekt war eine Kooperation der Stadtteilkultureinrichtungen Kulturtreff Bothfeld, Stadttreff Sahlkamp, Kulturtreff Vahrenheide, Kulturtreff Hainholz und dem Kulturtreff Plantage mit Unterstützung der Stadtteilkultur Hannover.
Von 2016 bis Anfang 2018 gab es in Hannovers Nordosten das sogenannte „Kulturpaket-KULTUR NORDOST. In Workshops, offenen Werkstätten sowie Projekten sind sich eingesessene und neue Hannoveraner*innen begegnet und haben sich kreativ mit aktuellen und persönlichen Themen auseinandergesetzt. 2018 wurde das erfolgreiche Kulturpaket erweitert und fand nun unter dem Namen Kulturpaket-kulturverbunden in zwei weiteren Stadtteilkultureinrichtungen statt. Es wurde viel musiziert: analog und digital - mit der eigenen Stimme, mit Instrumenten und APPs - und es sind Zeichnungen, Klang-Collagen, Skulpturen und vieles mehr entstanden.
Wir freuen uns auf Sie zur Ausstellungseröffnung am 28.3.19 um 17.00 Uhr!

Das Projekt wird gefördert von der Stadt Stadttreffkulturarbeit



Sa 09.02. 19.00 Uhr

Wir begrüßen das neue Jahr: „Titus Oldtime Jazzband“ Traditioneller Jazz à la Chris Barber und mehr...

Den längst bekannten Musikern der Titus Oldtime Jazzband Hannover, die sich vor fast 50 Jahren aus dem Posaunenchor der Tituskirche heraus gegründet hat, fällt es nicht schwer, Dixie-Atmosphäre mit traditionellem Jazz à la Chris Barber und anderen Komponisten und Interpreten der Dixielandklänge zu verbreiten. Stilrichtung der Band ist der traditionelle Jazz, Dixieland, Swing und Oldtime-Jazz, ergänzt durch Schlager im Dixieland-Stil, Medley und Marsch. Improvisation nimmt den entscheidenden Raum innerhalb der Stücke ein, gespickt auch mit eigenen Arrangements und mit Soli-Einlagen zur Begeisterung pur. Lassen Sie sich während unseres „Spätschoppens“ mit dem Oldtime-Jazz-Virus infizieren: Fingerschnippen, rhythmisches Klatschen oder auch das Wippen mit den Füßen erwünscht!
Es spielen: Hans Peter Ertl (Schlagzeug), Wilfried Jauer (Banjo), Sigurd Bretthauer (Bass), Dieter Rös + René Eisenhauer (Klarinette), Achim Schwarz (Trompete), Klaus Peters (Posaune).
Für das leibliche Wohl ist gesorgt!
Eintritt: 9,50 € / erm. 7,50 € / Wir empfehlen eine Kartenreservierung!



Mi 13.02. 17.30 - ca. 20.30 Uhr

Veranstaltungsort: Kulturtreff Bothfeld

Argumentationstraining gegen Stammtischparolen
Rassistische Aussagen in der Straßenbahn, im Verein oder beim Familienfest? Jeder kennt diese Situationen, in denen man sich manchmal unsicher fühlt. Im Seminar wollen wir uns vorurteilsbeladene, menschenfeindliche und rechts-populistische Argumentationsstrategien anschauen, Eckpunkte der Diskussion festlegen und Handlungsstrategien entwickeln. Ziel ist es, durch verschiedene Methoden und Beispiele, die Handlungssicherheit für den privaten und beruflichen Alltag zu stärken. Das Seminar richtet sich an alle, die in ihren Vereinen, Verbänden, ihrem beruflichen und privaten Leben, menschenfeindliche Äußerungen nicht länger un widersprochen stehen lassen wollen. Dabei werden immer auch die eigenen Möglichkeiten und Grenzen diskutiert und erprobt. Achim Bröhenhorst, Landes-Demokratiezentrum Nds./ Landespräventionsrat Niedersachsen 6,00 € / erm. 5,00 € kleiner Imbiss und Getränke inklusive
Vorherige Anmeldung erforderlich.

Do 21.02. 10.30 Uhr

Theaterstück für Kinder von 3 - 6 Jahre: Theater montage: Krims Krams - Solo der musikalisch und tänzerisch ausgebildeten Darstellerin Karoline von Ludinghausen - Wie die Ballerina auf einer Spieluhr beginnt sie ihr Spiel. Und so wie sie sich dreht, so drehen sich mit ihr auch ihre Gedanken. Kreiselnd schrauben sich ihre Ideen, Fragen und Geschichten empor, sprudeln förmlich über. Und so wie sie ihre Geschichten formt, zeigt sie, dass unsere Welt formbar ist und eben nicht uniform sein muss. Dauer: 35 Min. /Gruppen bitte anmelden!
Eintritt: Ki. + Erw. 4,- € /mit Aktivpass: Ki. frei, Erw. 2,- €

Sa 23.02. 10.00 - 17.00 Uhr

So 24.02. 10.00 - 14.00 Uhr

Nähworkshop: „Wir nähen wieder... ... gemeinsam mit viel kreativer Freude!“
In unserem Workshop können Sie gerne kleine Accessoires, wie Kosmetiktäschchen, kleine Umhängetaschen oder Utensilos nähen oder auch Mützen und Schals. Wenn Sie Bekleidung nähen möchten, bitte das passende Schnittmuster und die notwendigen Zutaten, wie z.B. Stoff, Reißverschluss, Einlage und passendes Nähgarn dazu mitbringen. Bitte geben Sie möglichst das gewünschte Projekt bei Ihrer Anmeldung an (z.B. „Ich möchte den Rock von Burda Style Nr. 6835 nähen“). Anleitung: Pira Otto
Voraussetzung: gute Nähkenntnisse. Eine Nähmaschine muss mitgebracht werden. Bitte vergessen Sie Ihre individuellen Materialien (Reißverschlüsse, Nähgarn, Stoffe etc.) nicht!
Teilnahmegebühr: 42,00 € / HAP 21,00 €

Do 28.02. 10.30 Uhr

Musik und Lieder für Kinder von 4 - 9 Jahre: Zaches & Zinnober: Kofferkonzert
Mit Zaches & Zinnober werden die stundenlangen Autofahrten in den Urlaub zu Spielräumen ganz eigener Art. Bis die ganze Autobahn swingt: Alltägliches wird in kleine poetische Abenteuer verzaubert, und dazu wird virtuos und vom Koffer bis zum Klavier auf allem musiziert, was gerade zur Hand ist. Dauer: 50 Min. /Gruppen bitte anmelden!
Eintritt: Ki. + Erw. 4,- € /mit Aktivpass: Ki. frei, Erw. 2,- €

Sa 02.03. 11.00 - 18.00 Uhr

- Kulturzentrum Pavillon, Lister Meile 4 -
8. Hannoversche Freiwilligenbörse
Streichen Sie sich den 2. März 2019 schon einmal dick in Ihrem Kalender an. Heute kommen Sie mit Vertreter*innen von über 60 unterschiedlichen Organisationen, Vereinen, Initiativen und Projekten in Kontakt und bekommen konkrete Angebote zum Mitmachen. Es erwarten Sie persönliche Einblicke, ein spannendes Beiprogramm und verschiedene Aktionen vor Ort. Nach den Grußworten von Oberbürgermeister Stefan Schostok können Sie sich auf dem Projektmarkt umsehen.
Eintritt: frei!



Mi 06.03. 18.00 – ca. 19.30 Uhr

Bildervortrag und Bericht:

Westafrika – Benin: Reise in eine andere Welt

Dr. Wjahaf Ahmed Waraich, geboren in Hannover und aufgewachsen in Vahrenheide und Sahlkamp, arbeitet im Bereich der Gynäkologie und Geburtshilfe in einem kommunalen Krankenhaus in der Region Hannover. Schon während seines Studiums der Medizin interessierte ihn die soziale Ungleichheit auf der Welt, insbesondere in Afrika, dessen Länder z.T. zu den ärmsten der Welt gehören.

So wurde er bei der internationalen Hilfsorganisation „Humanity First“ aktiv und reist seit etwa 10 Jahren regelmäßig in Entwicklungsländer, etwa in die Republik Bénin oder nach São Tomé in Westafrika.

Anhand von Bildern wird er von seiner Arbeit und seinen Erfahrungen, der großen wirtschaftlichen Armut und der schlechten gesundheitlichen Versorgung insbesondere der Frauen und werdenden Mütter, berichten.

In seinem 35-minütigen Vortrag erhalten Sie einen Einblick in den Lebensalltag, von dem Leid, aber auch den schwierigen Lebensbedingungen der Menschen. Man wird verstehen, warum so viele Menschen aus ihrer Heimat flüchten um Europa zu erreichen! **Eintritt frei**

Mi 20.03. 10.00 und 11.15 Uhr

Treffpunkt: Podbielskistraße 11

Führung bei Bahlsen

Das 1911 errichtete Bahlsen-Stammhaus in der Podbielskistraße ist ein Stück Stadtgeschichte. Im neu gestalteten Willkommenstoyer erfahren Sie Wissenswertes über die Geschichte des Unternehmens. Große Glasflächen ermöglichen Ihnen, den Beschäftigten des sogenannten B.Lab zuzuschauen, dort werden neue Produkte und Rezepturen entwickelt und ausprobiert. **Eintritt frei**

Wegen der maximalen Gruppengröße von 5 Personen bitten wir dringend um Anmeldung bis zum 14. März!

Do 27.03. 10.30 Uhr

Theater für Kinder ab 4 Jahren: Die Königin der Farben - nach dem bekannten Kinderbuch von Jutta Bauer, gespielt vom Theater Mär:

Traum und Wirklichkeit verschmelzen in dieser Geschichte um eine Königin, die das sanfte Blau, das wilde Rot und das warme aber auch manchmal zickige Gelb beherrscht. Bis alles durcheinander gerät.... **Dauer: 45 Min. / Gruppen bitte anmelden!**

Eintritt: Ki. + Erw. 4,- € / mit Aktivpass: Ki. frei, Erw. 2,- €

4. Februar bis 15. März 2019: Ausstellung

Martina Pütz: hin und weg

Ursprünglich Bildhauerin greift die Künstlerin auch in ihren Gemälden zunächst nach „fassbaren“, formbaren und strukturgebenden Materialien, gestaltet sie mit selbst hergestellter Spachtelmasse in Kombination mit Urgesteinsmehl in dem breiten Spektrum von Grau- und Erdtönen: in ständigem Dialog vom Abstrakten zum für sich stehenden Bild.

Martina Pütz ist Mitglied im Gemeinschaftsatelier Mira und im Bund Bildender Künstler (BBK) in Hannover

Kultur im Stadtbezirk

Hier möchten wir Sie auf Veranstaltungen hinweisen, die im Stadtbezirk Bothfeld-Vahrenheide angeboten werden:

Kulturtreff Bothfeld

Klein-Buchholzer-Kirchweg 9, Tel. 6476262

Fr 25.01. 19.00 – ca. 20.30 Uhr

Märchen aus aller Welt

Die Märchenerzählerinnen Elke Lange, Sabine Müller und Heiderose Schweikart verzaubern das Publikum an diesem Abend durch die Magie der Märchen.

Mit Geschichten zum Schmunzeln, Träumen, Nachdenken oder Staunen werden Sie in Zeiten und Welten entführt, in denen das Wünschen noch geholfen hat. Entdecken Sie, welche Geheimnisse in den alten Geschichten aus aller Welt verborgen sind... **Eintritt: 10,00 / erm. 8,00€**

Der Märchenabend ist eine Benefiz-Veranstaltung zugunsten des Vereins für krebserkrankte Kinder Hannover e.V., sämtliche Eintrittsgelder werden gespendet

Stadtteiltreff Sahlkamp

Elmstraße 15, Tel. 168-48051

Fr 25.01. 19.30 Uhr

Comedy, Kabarett & Musik

Olaf Bossi: Harmoniesüchtig

Auf seiner neuen „Harmoniesüchtig“ Tour singt und erzählt Olaf Bossi Geschichten aus dem puren Leben. Er versteht es wie kein anderer, humorvolle und berührende Texte mit eingängigen Melodien zu verbinden ohne dabei Witze auf Kosten anderer zu machen. Wo Harmonie draufsteht ist leider oftmals Stress drin: Die Liebe ist voller Kompromisse, die Kinder machen was sie wollen und die besten Freunde lassen sich plötzlich „glücklich“ scheiden. Und überhaupt: habe ich zuhause das Bügeleisen angelassen?

Olaf Bossi ist einer der erfolgreichsten Texter und Komponisten in der deutschen Musikbranche, der in den letzten Jahren zahlreiche Chart Hits geschrieben hat und in den 90ern als „Das Modul“ selbst mehrere Chart Hits hatte. Er wurde mehrfach mit Gold und Platin sowie einem Echo-Award ausgezeichnet. **Eintritt: 12,00 € / Vvk. 10,00 € Karten unter Tel.: 0511 168-48059**

Laufende Angebote/Kurse

Für alle Kurse ist es empfehlenswert, sich vorher telefonisch oder persönlich anzumelden. Die Kursgebühr ist spätestens bei Kursbeginn zu entrichten. Mit dem Hannover-Aktiv-Pass gewähren wir für Kurse folgende Ermäßigungen: Kinder, Jugendliche + Erwachsene 50 %.

Die mit vhs gekennzeichneten Kurse finden in Zusammenarbeit mit der Ada und Theodor Lessing Volkshochschule Hannover statt. Über Ermäßigungen informieren wir Sie gerne!

Montag

09.30 - 10.30 Uhr Denk mit - bleib fit I
10.45 - 11.45 Uhr Denk mit - bleib fit II

Hier können Seniorinnen und Senioren ihr Gedächtnis in heiterer Form trainieren. **Neueinstieg nach Absprache!** **Ilse Schulz**
Infos: Kommunalen Seniorenservice, Tel. 168-42690

10.00 - 12.30 Uhr Kochgruppe - geschlossenes Gruppenangebot - der Sozialpsychiatrischen Beratungsstelle, Plauener Str. 12 a, 30179 Hannover. **Teilnahme nur nach Rücksprache mit dem Gruppenleiter Herrn Horn, Tel. 61648405**

17.00 - 19.00 Uhr Selbsthilfegruppe für Menschen bis Mitte 30 „JED“ - Junge Erwachsene Depression & Ängste - Wer an dieser Gruppe teilnehmen möchte, melde sich bitte unter folgender Mailadresse an: **JED-Hannover@gmx.de**

Dienstag

Stadtbibliothek Vahrenheide im Kulturtreff
Telefon: 168-49849

Öffnungszeiten:
dienstags + donnerstags: 11.00 – 13.00 + 14.00 – 17.00 Uhr
Die Bibliothek ist in den Ferien geöffnet!
Büchereistunden / Klassenführungen / Vorlesestunden für Grundschule und Kindergarten

8.30 - 9.30 Uhr Gymnastik für Frauen
Rhythmische Gymnastik für Frauen aller Altersgruppen. **Dagmar Wolff**
Ein Neueinstieg ist z.Zt. nicht möglich!

10.00 - 11.30 Uhr Qi Gong – Die 8 Brokate– Nr. 95433R8 vhs
Mit äußerer und innerer Bewegung finden Sie zur Regeneration der Lebenskraft (Qi), zu wachsender Ruhe, Stabilität und Lebensfreude. Mit den Bewegungs- und Entspannungsübungen „Die acht Brokate“ lernen Sie im Kurs das Zusammenspiel von gelassener Atmung, langsam fließenden Bewegungen und gelenkter Aufmerksamkeit kennen. Sie können die Vertiefung der Atmung und die Harmonisierung des Herz-Kreislauf-Systems erleben. Damit werden Ihre Ressourcen gestärkt und erweitert, die Sie für Erholung und die stressreduzierte Gestaltung des (Berufs-/Familien-) Alltags einsetzen können. Sie werden vieles finden, was Freude macht, interessant und spannend ist, wohltut und Ihre Gesundheit fördert.
15.01. – 19.03. / 10 x / 97,00 € inkl. Bearb.geb./Gabriele Schulz
Viele Krankenkassen gewähren einen Zuschuss, bitte erkundigen Sie sich!

10.00 - 12.00 Uhr Malkurs: Wir machen uns auf den Weg vhs
In diesem Malkurs werden wir mit Bleistift und Farbe auf eine innere Entdeckungsreise gehen. Wir forschen, gestalten, entscheiden und kreieren unseren persönlichen Weg auf dem Papier. Die Themen Komposition und individuelle Ausdrucksformen werden dafür besprochen.
Bitte mitbringen: Bleistift, Papier, Acrylfarben, Pinsel und Palette.
22.01. – 19.02. / 5 x / 42,50 € Tatjana Kulakovskaja – Kunstschule Lotus

14.30 - 18.15 Uhr Klavierunterricht für Kinder
Hier können Kinder im Einzelunterricht das Klavierspiel erlernen. **30 Min. 11,00 € / 45 Min. 16,00 €** **Svetlana Stummeyer**

17.00 - 19.00 Uhr Angehörigengruppe
Am 15.1./12.2./12.3./9.4./7.5. + 4.6. trifft sich die Angehörigengruppe der sozialpsychiatrischen Beratungsstelle im Kulturtreff.
Ansprechpartnerin: Frau Tomaske, Tel. 61648405

19.30 - 21.00 Uhr Selbsthilfegruppe
Offene Gruppe für Medikamenten- und Alkoholabhängige
Rat- und Hilfesuchende sind willkommen.
Ansprechpartner: Ursula Dobbart-Rennemann, Tel. 05173/7280 und Dirk Waldmann

Mittwoch

10.00 - 12.00 Uhr „Farbvergnügen“ vhs
Mit Farben kann man wunderbar Stimmungen beschreiben. Das wollen wir mit verschiedenen Methoden auf Papier ausprobieren: Materialdruck, Aquarell, Reißen, Schneiden, Kleben, Monotypie. Wir wollen Ideen finden, wie die entstandenen Blätter eingesetzt werden können.
Bitte mitbringen: Skizzenblock und Stifte **Martina Schrader**
06.03. – 03.04. / 5 x / 30,00 €

10.00 - 11.30 Uhr Theaterprobe „Bühnengeister“
Das Seniorentheater Vahrenheide trifft sich im Kulturtreff, um gemeinsam ein Stück zu „erarbeiten“, mit allem was dazu gehört: entwickeln, schreiben, Ideen sammeln, spielen und aufführen. **Interessierte/Akteure sind willkommen; Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.**
Dorothea Kurtz / Infos: Kommunalen Seniorenservice, Tel. 168-42690

14.15 - 19.00 Uhr Klavierunterricht für Kinder
Hier können Kinder im Einzelunterricht das Klavierspiel erlernen. **30 Minuten 11,00 € / 45 Min. 16,00 €** **Svetlana Stummeyer**

16.00 - 17.30 Uhr Spielenachmittag für Erwachsene
Bei diesem Spielenachmittag geht es nicht nur um Gesellschafts- oder Kartenspiele. Spiele zum Trainieren des Gedächtnisses und Bewegungsspiele für „Zwischendurch“ stehen ebenso auf dem Programm. **2,- € pro Termin** **Heike Nolde**

18.00 - 21.00 Uhr Töpferkurs vhs
„Tonbegeisterte“ Frauen und Männer können hier frei nach eigenen Ideen Witziges und Nützliches für Haus und Garten gestalten. **06.02. – 27.03. / 8 x / 24,00 € zzgl. Materialkosten** **Inge Holzhausen**

19.00 - 21.00 Uhr Norwegische Volkstänze „Folkedans“
Vierzehntägiger Übungsabend (16. + 30.01., 13. + 27.02., 13. + 27.03.) der Deutsch-Norwegischen Freundschaftsgesellschaft. Gäste sind herzlich willkommen. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Informationen erteilen Herr Kloth, Tel. 05171-989354 und Bernd Fitze-Frank, Tel. 0511-71654365.

Donnerstag

10.00 - 12.00 Uhr Ideen aus den eigenen Reihen
Im Vordergrund steht das gemeinsame Gestalten, die Umsetzung kreativer, auch ungewöhnlicher Ideen und Anregungen der Teilnehmerinnen. Es entstehen Materialkosten. **Inge Holzhausen**

14.15 - 18.30 Uhr Klavierunterricht für Kinder
Hier können Kinder im Einzelunterricht das Klavierspiel erlernen. **30 Min. 11,00 € / 45 Min. 16,00 €** **Svetlana Stummeyer**

16.00 - 17.00 Uhr Bewegung und Tanz - für Jungen und Mädchen von 4 - 6 Jahren
Galoppieren wie ein Pferd, Schleichen wie ein Tiger und Schlingeln wie eine indische Prinzessin – spielerisch entdecken wir Bewegungsmöglichkeiten, toben uns aus und lassen uns von der Musik in verschiedene Kulturen führen. Mit Bewegungsspielen und kleinen Tänzen werden Kraft, Gelenkigkeit und Koordination trainiert. Dabei steht der Spaß an der rhythmisch-musikalischen Bewegung im Vordergrund. **Johanna Rohnke**
Teilnahmegebühr:
3,00 € pro Termin / mit Aktivpass 1,50 € / monatlich zu zahlen!
Ein kostenloser Schnuppertermin ist möglich!

16.30 - 18.30 Uhr Mosaikworkshop
In unregelmäßigen Abständen treffen sich Interessierte zum Arbeiten mit alten Fliesen. Verschiedene Materialien sind vorhanden. Was hergestellt wird entscheidet jede/r selbst. **5,00 € pro Termin** **Heike Baxmann**
17. + 31.01. - Weitere Termine nach Absprache

18.00 - 19.00 Uhr Rückenschule/Wirbelsäulengymnastik vhs
Im Mittelpunkt stehen präventive Übungen für ein rückenfreundliches Alltagsverhalten. Sie können helfen, auch arbeitsbedingte Belastungen des Bewegungsapparates zu reduzieren. Wohltuende kräftigende Bewegungsübungen für aufrechte Haltung sowie Entspannungs- und Dehnübungen dienen der Förderung Ihrer Gesundheit. Bitte bringen Sie lockere Sportkleidung mit. **17.01. – 21.03. / 10 x / 95,00 €**
Für Fortgeschrittene werden weitergehende Übungen trainiert.
Dipl.-Sportlehrer, Rückenschulleiter, Trainingstherapeut Serwaan Karim
Viele Krankenkassen gewähren einen Zuschuss, bitte erkundigen Sie sich!

Freitag

14.30 - 15.30 Uhr SeniorInnengymnastik vhs
Angemessene Übungen für ältere Menschen von Kopf bis Fuß. Geschicklichkeits- und Reaktionstraining ist auch dabei. Bequeme Kleidung ist angebracht. **1,60 € pro Teilnahme** **Inge Behrens**
Neueinstieg nur begrenzt möglich!

Termine im Stadtteil

Senioren-Begegnungsstätte, Plauener Str. 23 A:
1) Musikalisches Sonntagscafé **jeweils 15.00 – 17.00 Uhr**
20.01.: Two Flutes (Marie Leinpinsel + Eileen Skolik) „Bekannte Werke für zwei Querflöten“
17.02.: Steffi und Peter Nettelbeck (Akkordeon Duo mit Gesang)
Melodien zur Faschingszeit
17.03.: Cord Renders (Musik von Elvis zum Mitsingen und Tanzen)
2) – jeden 2. und 4. Samstag Kintopp – **Einlass 14.00 Uhr**
Spiele, Dokumentationen, Reiseberichte usw.
zu 1) + 2): Eintritt frei

Flais e.V., Dunantsstr. 3 c, Tel. 3731854:
JobCafé – 1. + 3. Mittwoch im Monat 11.00 - 12.30 Uhr
Suchen Sie eine Arbeit? Dann kommen Sie ins JobCafé.
Alle Angebote kostenfrei

Sitzungen des Stadtbezirksrats Bothfeld-Vahrenheide
Mi 23.01., 18.00 Uhr: Herschelschule, Großer Kolonnenweg 37
Mi 20.02., 18.00 Uhr: Stadtteiltreff Sahlkamp, Elmstraße 15
Mi 27.03., 18.00 Uhr: Schulzentrum Bothfeld

Sitzungen des Integrationsbeirats Bothfeld-Vahrenheide
Mi 06.02., 18.00 Uhr: Stadtteiltreff Sahlkamp, Elmstraße 15

... weitere Termine unter www.vahrenheide-info.de