

HAN  
NOV  
ER □

PROGRAMM 2024  
JANUAR – APRIL

2024

FREIZEITHEIM  
LINDEN

LANDESHAUPTSTADT  
HANNOVER

FREIZEITHEIM  
LINDEN

## LIEBE BESUCHER\*INNEN,

---

das Jahr 2024 bricht an und Neues wächst, entsteht und gedeiht. Frischen Wind bringt die interdisziplinäre Musikvermittlung mit Klavierspiel für junge Menschen. Altem lossagen und Neues kaufen kannst du bei unserem Flohmarkt für Frauen. Auch der KreativMarkt liefert Inspirationen zum Erwerben und selber aktiv werden. Tanzt mit uns bei One Billion Rising gegen Gewalt an Frauen und Mädchen. Mit dem Pagalino (Palettengarten Linden-Nord) lernst du, selber Erde herzustellen, und triffst dich nebenan zum Pflanzentausch und Plausch.

Die KreativZone im Lindener Rathaus bleibt weiterhin ein Anlaufpunkt für alle. Für die Erwachsenen haben wir jetzt einmal im Monat neue DIY-Sonntage, sowie Sport- und Bewegungskurse unter dem Motto „mach dich fit“, da ist bestimmt auch etwas für dich dabei. Komm ins Freizeitheim und mach mit!

Dieser Jahresanfang wird lehrreich und bunt.

**Einen guten Jahresanfang und einen schönen Frühling wünscht dein Team vom Freizeitheim Linden!**

---

Weitere Informationen unter: [www.FZH-Linden.de](http://www.FZH-Linden.de)

## EIN STADTTEIL – ZWEI STANDORTE:

---

### Freizeitheim Linden

**Windheimstr. 4, 30451 Hannover**

Kontakt: [FZH-Linden@Hannover-Stadt.de](mailto:FZH-Linden@Hannover-Stadt.de)

### Lindener Rathaus

**Lindener Marktplatz 1, 30449 Hannover**

## KOSTEN & BARRIEREFREIHEIT:

---

Mit dem **HannoverAktivPass** gewähren wir auf alle Angebote **50 % Ermäßigung**.

Das Freizeitheim Linden und das Rathaus Linden sind Rollstuhlfahrer\*innen zugänglich.

## LEGENDE:

---



Angabe zur Altersempfehlung



Die Texte in blauer Schrift sind in einfacher Sprache verfasst.

# GRUPPEN, KURSE & WORKSHOPS

JANUAR – APRIL

## EGON KUHN GESCHICHTSWERKSTATT

Geschichtsarbeit im Freizeitheim Linden

---

**Freizeitheim Linden (Geschichtswerkstatt) |  
Termin auf Anfrage | Ansprechpartner\*innen:  
Susanne Böhmer & Michael Kaiser | mehr Infos  
unter [www.Geschichtswerkstatt-Linden.de](http://www.Geschichtswerkstatt-Linden.de)**

---

Die Geschichtswerkstatt im Freizeitheim ist seit 35 Jahren das Stadtteil-Archiv zur Geschichte der Arbeiterbewegung und des antifaschistischen Widerstands in Linden. Zu besichtigen sind alte Fahnen, seltene historische Dokumente und Fotos sowie eine nachgebaute Arbeiter\*innen-Wohnküche um 1930. Freu dich auf regelmäßige Vorträge, Filmabende und Diskussionsrunden. Darüber hinaus ist das Geschichtskabinett im Freizeitheim Linden jeden Montag zwischen 10:00 Uhr und 12:00 Uhr geöffnet.

---

Hier kannst Du die Geschichte von Linden  
und vom Freizeitheim entdecken.

---



14+

Termin auf Anfrage:  
Susanne Böhmer (0157 58233752)

## YOGA IM ROLLSTUHL

Übungen, Asanas, Atemübungen, Pranayama

---

**Lindener Rathaus | montags, 17:00 - 18:00 Uhr  
(ab dem 08.01.) | Kursleitung: Yogalehrerin Renate  
Weidner (Partizip e. V.)**

---

Yoga ist auch für Menschen, die auf den Rollstuhl angewiesen sind, möglich. Die Stunden sind dennoch anspruchsvoll und vielseitig. Sie beinhalten körperliche Übungen, Asanas, Atemübungen, Pranayama und eine abschließende Entspannung. Der Rollstuhl wird dabei nicht verlassen.

Für den ersten Besuch bitte eine Probestunde unter [www.yoga-im-rollstuhl.de](http://www.yoga-im-rollstuhl.de) buchen.

Der Einstieg ist jederzeit möglich.

---

Wir machen Yoga im Rollstuhl.

---



Anmeldung und Preisinfo unter:  
[www.yoga-im-rollstuhl.de](http://www.yoga-im-rollstuhl.de)

## ZUMBA AM DIENSTAG

Spaßbetontes Tanz-Fitness Workout

---

**Freizeitheim Linden | dienstags, vom 09.01. -  
30.04. | 19:00 - 20:15 Uhr | Kosten für 17 Termine:  
102,00 EUR, erm. 68,00 EUR (bei der Buchung von  
2x Zumba und 1x Salsation), mit HannoverAktiv-  
Pass 51,00 EUR | Kursleitung: Angela**

---

Zumba ist ein spaßbetontes Tanz-Fitness Workout zu Latino-Musik, bei dem alle sofort mitmachen können. Bitte Sportkleidung, ein Handtuch und ein Getränk mitbringen.

---

Wir machen Zumba.

---



Anmeldung unter:  
[FZH-Linden@Hannover-Stadt.de](mailto:FZH-Linden@Hannover-Stadt.de)

## YIN & VINYASA YOGA

Anspannungen lösen und Ausgleich finden

---

**Freizeitheim Linden | mittwochs, vom 10.01. - 24.04. | 19:00 - 20:30 Uhr | Kosten für 16 Termine: 112,00 EUR, mit HannoverAktivPass: 56,00 EUR | Kursleitung: Shana May M'Baye**

---

Gemeinsam praktizieren wir Vinyasa Yoga zum Warmwerden und Yin Yoga für eine tiefere Entspannung. In dem dynamischen Vinyasa Flow verbindest du deinen Atem mit deiner Bewegung, stärkst deinen Körper und trainierst deine Ausdauer. Vinyasa Yoga hilft dabei abzuschalten und ist für Anfänger\*innen geeignet. Yin Yoga ist eine ruhige und meditative Praxis, bei der bestimmte Asanas lange gehalten werden. Du kannst mithilfe von Yin Yoga Anspannungen lösen und einen Ausgleich finden.

---

Wir machen Yoga.

---



14+

Anmeldung unter:  
FZH-Linden@Hannover-Stadt.de

## MACH DEIN DING!

Berufsorientierung für junge Menschen

Gefördert durch die Bürgerstiftung Hannover

---



**Freizeitheim Linden | Einzelberatung: donnerstags, 15:00 - 19:00 Uhr | zusätzliche Gruppenberatung: dienstags, 14-tägig, 17:30 - 19:30 Uhr | kostenlos | Durchführend: Ulrike Polte & David Richter**

---

Weißt du nicht, welche Ausbildung du machen willst? Willst du herausfinden, welche Fähigkeiten du hast und was dir Spaß macht? Brauchst du Hilfe bei deinen Bewerbungsunterlagen?

Dann bist du hier genau richtig. Das Projekt „Mach Dein Ding!“ unterstützt dich bei deiner beruflichen Orientierung, deine Fähigkeiten kennenzulernen und loszulegen. Hier geht es um deine Zukunft und die Frage, was dein Ding ist. In kostenlosen Einzelcoachings entwickelst du Zukunftsideen, in dem zusätzlichen Gruppenangebot erleben wir gemeinsamen Austausch und berufliche Orientierung.

---

Wir helfen dir bei deiner beruflichen Orientierung.

---



14+

Anmeldung unter:  
UlrikePolte@gmx.de oder 0176 20024170

## OFFENE DUNKELKAMMER

Analoge Fotografie für Einsteiger\*innen und „alte Hasen“

---

**Freizeitheim Linden (Fotowerkstatt) | Jeden 1. Freitag im Monat, nach Absprache | 17:00 Uhr | Kosten: Spende 10 EUR / nach Absprache | Kursleitung: Andreas Ohrdorf**

---

Die analoge Fotografie hat nichts von ihrem Reiz verloren – ganz im Gegenteil: Beliebt bei Menschen, die das Besondere suchen, sich ihre Bilder kreativ erarbeiten und dabei zwischen Chemikalien, Papieren und Filtern die Zeit vergessen und im Arbeitsprozess versinken. Junge Menschen entdecken hier etwas neues, alte Hasen wiederentdecken etwas in Vergessenheit geratenes. Das Angebot soll einen Einblick in eine Dunkelkammer ermöglichen, um mit einem Vergrößerer Papier-Abzüge von Negativen zu erstellen. Nach Absprache sind auch weiterführende Kurse möglich.

---

Hier kannst Du lernen, wie von einem Foto-film Papierbilder in einer Dunkelkammer entwickelt werden.

---



8+

Anmeldung unter:  
post@ohrdorf.de oder 0157 70699651

## SALSATION

Dance-Fitness

---

**Freizeitheim Linden | donnerstags, vom 11.01. - 25.04. | 18:30 - 20:00 Uhr | Kosten für 16 Termine: 112,00 EUR, erm. 64,00 EUR (bei der Buchung von 2x Zumba und 1x Salsation), mit Hannover-AktivPass 56,00 EUR | Kursleitung: Edier Delgado Lobaton**

---

Salsation ist ein neues Dance-Fitness Programm, das besonderen Wert auf die Interpretation der Musik legt.

---

Wir tanzen zu Salsa-Musik.

---



14+

Anmeldung unter:  
FZH-Linden@Hannover-Stadt.de

## ZUMBA AM FREITAG

Spaßbetontes Tanz-Fitness Workout

---

**Freizeitheim Linden | freitags, vom 12.01. - 26.04 | 17:30 - 18:30 Uhr | Kosten für 15 Termine: 75,00 EUR, erm. 60,00 EUR (bei der Buchung von 2x Zumba und 1x Salsation), mit HannoverAktivPass 37,50 EUR | Kursleitung: Edier Delgado Lobaton**

---

Zumba ist ein spaßbetontes Tanz-Fitness Workout zu Latino-Musik, bei dem alle sofort mitmachen können. Bitte Sportkleidung, ein Handtuch und ein Getränk mitbringen.

---

Wir machen Zumba.

---



14+

Anmeldung unter:  
FZH-Linden@Hannover-Stadt.de

## ERWACHSENEN-TÖPFERN

Töpferworkshops in Aufbautechnik

---

**Freizeitheim Linden | mittwochs, 14-tägig | vom 17.01. - 24.04. (außer 27.03., da Osterferien) | 18:30 - 21:00 Uhr | Kosten: 45 EUR (inkl. Materialkosten) pro Termin | Kursleitung: Sina Schröder | Anmeldung einzeln pro Workshop**

---

Hast du dich schon immer für Töpfern interessiert und möchtest deine eigenen Werkstücke herstellen? Dann bist du hier richtig. In den Workshops kannst du mit verschiedenen Handaufbautechniken (keine Drehscheibe) wie Pinchen, Wulsttechnik oder Plattentechnik deine Wunschkeramik herstellen. Sina steht dir dabei mit Rat und Tat zur Seite. Ein Workshop ist jeweils ein Termin à 2,5 Std.

Die Aushändigung der Keramik erfolgt ca. 2-3 Monate später, je nach Ofenauslastung.

---

Hier kannst Du lernen, wie getöpfert wird.

---



18+

Anmeldung pro Termin unter:  
FZH-Linden@Hannover-Stadt.de

## KINDER TÖPFERN (KURS A)

Ab dem 7. Lebensjahr

---

**Freizeitheim Linden | mittwochs | vom 17.01. - 21.02. | 15:30 - 17:00 Uhr | Kosten für 6 Termine: 60 EUR, mit HannoverAktivPass: 30 EUR | Kursleiterin: Cinzia Grundke**

---

In unserer Töpferwerkstatt sind Kinder ab dem 7. Lebensjahr herzlich willkommen. Sie können sich unter Anleitung mit dem Material Ton vertraut machen und mit verschiedenen Techniken der Aufbaukeramik eigene Dinge kreativ gestalten. Die gebrannten und glasierten Objekte dürfen dann mit nach Hause genommen werden. Sei dabei!

**Hinweis: Die Kurse A und B sind voneinander unabhängig und bauen nicht aufeinander auf.**

---

Hier kann jedes Kind Töpfern lernen.

---



7+

Anmeldung unter:  
FZH-Linden@Hannover-Stadt.de

## KINDER TÖPFERN (KURS B)

Ab dem 7. Lebensjahr

---

**Freizeitheim Linden | mittwochs | vom 28.02. - 17.04. | 15:30 - 17:00 Uhr | Kosten für 6 Termine: 60 EUR, mit HannoverAktivPass: 30 EUR | Kursleiterin: Cinzia Grundke**

---

In unserer Töpferwerkstatt sind Kinder ab dem 7. Lebensjahr herzlich willkommen. Sie können sich unter Anleitung mit dem Material Ton vertraut machen und mit verschiedenen Techniken der Aufbaukeramik eigene Dinge kreativ gestalten. Die gebrannten und glasierten Objekte dürfen dann mit nach Hause genommen werden. Sei dabei!

**Hinweis: Die Kurse A und B sind voneinander unabhängig und bauen nicht aufeinander auf.**

---

Hier kann jedes Kind Töpfern lernen.

---



7+

Anmeldung unter:  
FZH-Linden@Hannover-Stadt.de

# WÜNSCH DIR WAS

... das Programm und Angebot deines Freizeitheims wächst auch durch deine Interessen.

Vielleicht hast du ja in Zukunft Lust auf...

- Eltern-Kind-Yoga
- Makramee Workshops
- Weitere Tanz- & Bewegungsangebote

Dies sind nur Beispiele... Schreib uns doch eine E-Mail mit deinem Wunsch. Was fehlt dir in unserem Programmheft?

Wir freuen uns auf deine Ideen.  
[FZH-Linden@Hannover-Stadt.de](mailto:FZH-Linden@Hannover-Stadt.de)

## KREATIVZONE IM LINDENER RATHAUS

Mach gerne mit!

---

**Lindener Rathaus** | samstags, alle 14 Tage |  
**10:00 - 12:00 Uhr, zur besten Marktzeit** |  
**Start: 20.01. | kostenlos**

---

Lindener Kreativschaffende laden ins Glasfoyer zu tollen Aktionen ein. Ein buntes Angebot steht bereit - zum Mitmachen und Ausprobieren der künstlerischen Talente, für alle von 4 bis 99 Jahren. Schau mal rein - mach mit!

- 20.01.** Jessica Hoffmann: Glücksarmbänder für 2024  
**03.02.** Vera Lohmann: Tiere aus schönen Papieren  
**17.02.** Sabrina Heinrich: Makramee Schlüsselanhänger  
**02.03.** Katrin Lange: Tierportraits aus Eierpappe (Osterhase)  
**16.03.** Antonia Jacobsen: Osterpostkarten  
**06.04.** Ima Thume: Büchlein aus Pop Up's basteln  
**20.04.** Astrid Jahns: Bunte Schmetterlinge aus Filz

---

Du hast Lust zu basteln? Dann komm vorbei.

---



4+

Keine Anmeldung erforderlich

## KREATIVITÄT UND KLAVIERSPIEL

Musikvermittlungsprojekt für Jugendliche mit Vorkenntnissen

**Freizeitheim Linden & Online | Einzelunterricht/ Workshops jeden Samstag, vom 17.02 - 04.05 | Kosten für 12 Termine: 56,00 EUR, mit HannoverAktivPass: 28,00 EUR | kostenlos für das Publikum (13.04 und 04.05.) | für Jugendliche zwischen 12 - 15 Jahren | Voraussetzung: mind. 2 Jahre Klaviererfahrung | Projektleitung: Laura Mercedes | Bitte schreib uns, was Dich motiviert, teilzunehmen**

Ihr spielt Klavier, möchtet aber gerne das, was ihr könnt, auf eine neue, kreative, spannende Art erweitern? Wenn ihr die Musik, die ihr spielt, mit Theater, Bewegung, Kunst und euren eigenen Ideen verbindet, kann etwas Neues und Eigenes entstehen. Laura Mercedes, selber Pianistin und Klavierpädagogin, zeigt euch neue Wege zur Musik. Durchführung immer samstags: Vier zweistündige Workshops (17.02., 09.03., 13.04., 04.05., Freizeitheim Linden), alle anderen Samstage: 30min. Einzelunterricht (online). Am 13.04 & 04.05. (siehe S. 36 & 40) gibt es Aufführungen, bei denen das Publikum auch Teil des Ganzen ist.

Gefördert im Rahmen des Mentoring:Musikvermittlung der Niedersächsischen Sparkassenstiftung, Musikland Niedersachsen und der Flexförderung des Kulturbüros Hannover.



Wir spielen Klavier zusammen mit Theater, Bewegung und Malen... Das, was Du am Klavier kannst, wirst Du hier auf eine andere, neue Art lernen und teilen.



12-15

Anmeldung unter: (E-Mail mit Motivationsgrund) FZH-Linden@Hannover-Stadt.de

## DIY SONNTAG: DUFTENE GELASSENHEIT

Gestalte wunderschöne handgemachte Seifen

---

**Freizeitheim Linden | Sonntag, 28.01. | 11:00 - 14:00 Uhr | Kosten: 15 EUR, mit HannoverAktiv-Pass 7,50 EUR | Kursleitung: Jessica Hofmann**

---

Hier wirst du deine eigenen wunderschönen Seifen-kreationen mit nach Hause nehmen.

Deine selbstgemachte Seife wird nicht nur deine eigenen Sinne ansprechen, sondern könnte auch das perfekte Mitbringsel für Familie und Freunde sein.

Wie wäre es, wenn du beispielsweise eine Seife gegen Zwiebel- und Knoblauchgeruch an den Fingern herstellen könntest? Lass dich überraschen!

---

Wir stellen unsere eigenen Seifen her.

---



14+

Anmeldung unter:  
FZH-Linden@Hannover-Stadt.de

## DIY SONNTAG: URBAN WOODWORKING

Moderne Holz-Eyecatcher selber machen

---

**Freizeitheim Linden | Sonntag, 25.02. | 11:00 - 14:00 Uhr | Kosten: 15 EUR, mit HannoverAktiv-Pass 7,50 EUR | Kursleitung: Jessica Hofmann**

---

Wallhangers, Teardrop-Spiegel, Vasen... Entdecke die Welt des Holzhandwerks! In diesem Workshop erschaffst du kleine, zeitgemäße Hingucker, die in deiner Wohnung bewundernde Blicke auf sich ziehen werden. Lerne, wie du stilvolle Eyecatcher aus Holz gestalten kannst, die nicht nur funktional sind, sondern auch deine persönliche Note widerspiegeln.

---

Wir stellen unsere eigenen Haushaltsgegenstände aus Holz her.

---



14+

Anmeldung unter:  
FZH-Linden@Hannover-Stadt.de

**JANUAR**

1.	Mo	
2.	Di	
3.	Mi	
4.	Do	
5.	Fr	
6.	Sa	
7.	So	
8.	Mo	Yoga im Rollstuhl
9.	Di	Zumba
10.	Mi	Yoga
11.	Do	Salsation
12.	Fr	Zumba, Eröffnung: Das Schöne ...
13.	Sa	
14.	So	
15.	Mo	Yoga im Rollstuhl
16.	Di	Zumba
17.	Mi	Yoga, Erw. Töpfern, Kinder Töpfern
18.	Do	Salsation
19.	Fr	Zumba
20.	Sa	KREATIVzone
21.	So	
22.	Mo	Yoga im Rollstuhl
23.	Di	Zumba
24.	Mi	Yoga, Kinder Töpfern
25.	Do	Salsation
26.	Fr	Zumba
27.	Sa	
28.	So	DIY Sonntag
29.	Mo	Yoga im Rollstuhl
30.	Di	Zumba
31.	Mi	Yoga, Erw. Töpfern, Kinder Töpfern

**FEBRUAR**

1.	Do	Salsation
2.	Fr	Offene Dunkelkammer, Zumba
3.	Sa	KREATIVzone
4.	So	
5.	Mo	Yoga im Rollstuhl
6.	Di	Zumba
7.	Mi	Yoga, Kinder Töpfern
8.	Do	Salsation
9.	Fr	Zumba, Jugend-Disko All-IN
10.	Sa	
11.	So	
12.	Mo	Yoga im Rollstuhl
13.	Di	Zumba
14.	Mi	Yoga, Erw. Töpfern, Kinder Töpfern, One Billion Rising
15.	Do	Salsation
16.	Fr	Zumba
17.	Sa	KREATIVzone, Kreativität & Klavierspiel
18.	So	
19.	Mo	Yoga im Rollstuhl
20.	Di	Zumba
21.	Mi	Yoga, Kinder Töpfern
22.	Do	Salsation
23.	Fr	Zumba
24.	Sa	Kreativität & Klavierspiel
25.	So	DIY Sonntag
26.	Mo	Yoga im Rollstuhl
27.	Di	Zumba
28.	Mi	Yoga, Erw. Töpfern, Kinder Töpfern
29.	Do	Salsation

**MÄRZ**

1.	Fr	Offene Dunkelkammer, Zumba
2.	Sa	KREATIVzone, Kreativität & Klavierspiel
3.	So	Schick am Sonntag
4.	Mo	Yoga im Rollstuhl
5.	Di	Zumba
6.	Mi	Yoga, Kinder Töpfern
7.	Do	Salsation
8.	Fr	Zumba, Party nur für Uns
9.	Sa	Kreativität & Klavierspiel
10.	So	
11.	Mo	Yoga im Rollstuhl
12.	Di	Zumba
13.	Mi	Yoga, Erw. Töpfern, Kinder Töpfern
14.	Do	Salsation
15.	Fr	Zumba
16.	Sa	KREATIVzone, Kreativität & Klavierspiel
17.	So	
18.	Mo	Yoga im Rollstuhl, Manege frei!
19.	Di	Zumba, Manege frei!
20.	Mi	Yoga, Kinder Töpfern, Manege frei!
21.	Do	Salsation, Manege frei!
22.	Fr	Zumba, Manege frei!
23.	Sa	Kreativität & Klavierspiel, DIY Wochenende
24.	So	DIY Wochenende
25.	Mo	Yoga im Rollstuhl
26.	Di	Zumba
27.	Mi	Yoga, Kinder Töpfern
28.	Do	Salsation
29.	Fr	Zumba
30.	Sa	KREATIVzone, Kreativität & Klavierspiel
31.	So	

**APRIL**

1.	Mo	Yoga im Rollstuhl, Zirkus
2.	Di	Zumba
3.	Mi	Yoga, Kinder Töpfern
4.	Do	Salsation
5.	Fr	Offene Dunkelkammer, Zumba
6.	Sa	Kreativität & Klavierspiel
7.	So	
8.	Mo	Yoga im Rollstuhl, Zirkus
9.	Di	Zumba
10.	Mi	Yoga, Erw. Töpfern, Kinder Töpfern
11.	Do	Salsation
12.	Fr	Zumba
13.	Sa	KREATIVzone, Kreativität & Klavierspiel, Labor-Konzert
14.	So	
15.	Mo	Yoga im Rollstuhl, Zirkus
16.	Di	Zumba
17.	Mi	Yoga, Kinder Töpfern
18.	Do	Salsation
19.	Fr	Zumba
20.	Sa	Rundgang: Mein Quartier Linden, Kreativität & Klavierspiel
21.	So	Der Kreativmarkt
22.	Mo	Yoga im Rollstuhl, Zirkus
23.	Di	Zumba
24.	Mi	Yoga, Erw. Töpfern, Kinder Töpfern
25.	Do	Salsation
26.	Fr	Zumba
27.	Sa	KREATIVzone, Kreativität & Klavierspiel
28.	So	DIY Sonntag, Pflanzenkohle für Terra Preta, PflanzenTAUSCHbörse
29.	Mo	Yoga im Rollstuhl, Zirkus
30.	Di	Zumba

## DIY WOCHENENDE: OSTERFLOW

Ei am what Ei am

---

**Freizeitheim Linden | Samstag und Sonntag, den 23.03. und 24.03. | 11:00 - 14:00 Uhr | Kosten für einen Tag: 15 EUR, mit HannoverAktivPass 7,50 EUR | Tage können einzeln oder auch zusammen gebucht werden | Kursleitung: Jessica Hofmann**

---

Hier wird nicht rumgeEiert, sondern zusammen kreativ und ostercool liebevolle Dekoprodukte rund um Ostern hergestellt. Wir benutzen verschiedene Techniken wie Makrame, Handlettering, Stempeln, Aquarellieren uvm. Lass uns von Herzen kreativ sein und Ostern noch besonderer machen.

---

Wir stellen unsere eigenen Objekte zur Dekoration für die Ostertage her.

---



14+

Anmeldung unter:  
FZH-Linden@Hannover-Stadt.de

## DIY SONNTAG: SCHÖN SCHÖN

Diamonds are the Girls best friends

---

**Freizeitheim Linden | Sonntag, 28.04. | 11:00 - 14:00 Uhr | Kosten: 15 EUR, mit HannoverAktivPass 7,50 EUR | Kursleitung: Jessica Hofmann**

---

Ok, hier geht es nicht um Diamanten, und der Kurs ist nicht nur für Girls, sondern für alle Geschlechter geeignet. Es ist an der Zeit, sich langsam für die Freiluft-saison vorzubereiten. Armbänder/Freundschaftsarmbänder, Ringe, Ketten und Ohrringe: Herstellen! Ummachen! Strahlen! GLAMOUR TO GO...

---

Wir stellen unsere eigenen Schmuck her, etwa Ringe, Ketten, Armbänder und Ohrringe.

---



14+

Anmeldung unter:  
FZH-Linden@Hannover-Stadt.de

## PFLANZENKOHLE FÜR TERRA PRETA

Wir brennen Pflanzenkohle für eigenen, reichhaltigen Boden

---

**Freizeitheim Linden | Sonntag, 28.04. | 10:30 - 14:00 Uhr | mit Regina Behne vom Pagalino**

---

Wir wollen in einem Pyrolyseofen verschiedenes zu Pflanzenkohle brennen/vergasen. Als Brennmaterial können Tannenzapfen, Pelletz und Nussschalen, sowie kleine Holzstücke dienen.

Wir nutzen die Hitze und bereiten eine Gemüsepfanne auf dem Ofen zu. Am Ende wird die Kohle abgelöscht, damit sie nicht zu Asche verbrennt. Die Kohle wird zu Terra Preta verarbeitet werden. Es gibt einen kleinen Theorie-Teil im Freizeitheim, u.A. zum Vererden von Bokashi mit der Pflanzenkohle, sowie einen praktischen Teil neben dem Freizeitheim im Pagalino. Bitte bringt für euch gerne Essen und Trinken mit.

---

Selber Dünger und Erde herstellen.

---



18+

Anmeldung unter:  
FZH-Linden@Hannover-Stadt.de

## ZIRKUS IN LINDEN

Ein buntes Angebot mit viel Bewegung, Spaß und einer großen Show!

---

**Freizeitheim Linden | montags, 17:00 - 19:00 Uhr | 08.04. - 17.06. | Kosten für 10 Termine: 50,00 EUR, mit HannoverAktivPass 25,00 EUR | Kursleitung: Maren Eisler**

---

Zirkus hat viele Gesichter, ist vielseitig und macht Spaß! Bei so unterschiedlichen artistischen Möglichkeiten ist wirklich für alle etwas dabei, etwa: Jonglage mit Bällen, Keulen und Diabolos oder Tellerdrehen, Schwingen von Tüchern und Pois, wie auch Stelzenlaufen, Tanz auf dem Drahtseil, das Laufen auf Kugeln, Fahren mit dem Einrad oder Akrobatik. All das könnt ihr ausprobieren und üben – und am Ende in einer gemeinsamen Vorführung präsentieren! Vor diesem Kurs gibt es in den Osterferien zusätzlich eine Zirkus-Intensivwoche (siehe Seite 35)!

---

In diesem Kurs machen wir Zirkus. Hier kannst Du viele Dinge üben und probieren. Am Ende machen wir zusammen eine kleine Vorführung.

---



7-14

Anmeldung unter:  
FZH-Linden@Hannover-Stadt.de

# VERANSTALTUNGEN

JANUAR – APRIL

## DAS SCHÖNE IM KLEINEN

Lyrik – Fotografie – Kalligrafie

(Fotoausstellung der „GALERIE IM KELLER“)

---

**Freizeitheim Linden | Eröffnung der Ausstellung:  
Freitag, 12.01. um 19:30 Uhr | Laufzeit der Ausstel-  
lung: 12.01. - 03.04. | kostenlos**

---

Die Ausstellung „Das Schöne im Kleinen – Lyrik, Fotografie und Kalligrafie von Jan Wagner, Detlef Kohnen und Andrea Roppelt“ wird am Freitag, den 5. Januar, um 19:30 Uhr im Freizeitheim Linden feierlich eröffnet. Zur Einführung spricht Detlef Kohnen. Die Ausstellung der „GALERIE IM KELLER“ ist im Anschluss im Zeitraum vom 05.01. bis zum 03.04. während der Öffnungszeiten des Freizeitheimes zu sehen. Die Eröffnung sowie die Ausstellung an sich kann kostenlos besichtigt werden.

---

Eine Ausstellung mit vielen Fotos, Bildern und Texten zum Thema „Das Schöne im Kleinen“.

---



0+

FZH-Linden@Hannover-Stadt.de  
(Anmeldung für die Eröffnung)

## JUGEND-DISKO „ALL-IN“

Für alle Menschen zwischen 12-17 Jahren,  
mit und ohne Beeinträchtigung

---

**Freizeitheim Linden | Freitag, 09.02. | 18:00 -  
20:30 Uhr | Eintritt: 2€, mit HannoverAktivPass 1€**

---

Im Freizeitheim Linden geht die Post ab! Alle jungen Menschen zwischen 12 und 17 Jahren können hier bei bunten Lichtern und wilder Musik gemeinsam tanzen, feiern und den Alltag vergessen. Und das wird crazy: Alle Tanz-Moves sind erlaubt, egal wie verrückt sie sind – hier könnt ihr einfach ihr selbst sein, das wird wirklich eine ganz besondere Disko! Moderiert wird der Abend genauso verrückt vom DJ Margodt, bekannt aus: Béi Chéz Heinz, Kulturzentrum Faust, Café Glocksee etc.

<> Einlass nur mit Schüler\*innenausweis (oder anderem Ausweis. Disko ohne Alkohol.

---

Wir tanzen zusammen und machen eine  
Disko für alle jungen Menschen.

---



12-17

Anmeldung unter:  
FZH-Linden@Hannover-Stadt.de

## ONE BILLION RISING

Tanzdemo gegen Gewalt an Frauen & Mädchen

---

**Am Kröpke | Mittwoch, 14.02. | 16:00 - 17:00 Uhr |  
mit den Frauenbeauftragten der Region und der  
Stadt Hannover, Faust e. V., Notruftelefon für  
Frauen, kargah e. V., Kulturbüro Linden Süd, STZ  
Weiße Rose Mühlenberg, Violetta e. V. | kostenlos**

---

One Billion Rising (OBR) ist die größte weltweite Kampagne zur Beendigung von Gewalt gegen Frauen und Mädchen. Sie wurde im September 2012 von der Feministin Eve Ensler initiiert. OBR findet jährlich in bis zu 190 Ländern statt, auch hier in Hannover. Am 14. Februar laden wir euch ein, am Kröpke gemeinsam zu tanzen. Der Tanz wird von Angela Schlote und Edier Delagado geleitet. Neben mehreren Reden gibt es Musik von der Trommelschule Ilu und eine Theaterperformance von The f\*collective. Wir zeigen unsere kollektive Stärke und unsere globale Solidarität über alle Grenzen hinweg. Seid dabei!

---

Wir tanzen zusammen. Damit es keine Gewalt  
an Frauen und Mädchen mehr gibt. Es tanzen  
vielen Menschen auf der ganzen Welt.

---



0+

Keine Anmeldung erforderlich.

## SCHICK AM SONNTAG

Der Frauenflohmarkt, mit Musik, Kaffee & Kuchen

**Freizeitheim Linden | Sonntag, 03.03. |**

**Aufbau: 10:00 Uhr, Einlass: 11:00 - 17:00 Uhr | für Besucher\*innen kostenlos | für Verkäufer\*innen: 15€ Standgebühr + 5€ Müll-Pfand**

Der Frühling kommt und die Wintersachen sollen weichen... Schafft Platz für Neuwertiges, GUTES Second-Hand, Ungetragenes oder Fehlkäufe von anderen. Wer möchte, kann natürlich auch die Seiten wechseln und - nach einer Anmeldung bei uns - die eigenen modischen Highlights zum Verkauf anbieten. Standbedingungen: Standbreite max. 3 m, keine eigenen Tische erlaubt (2 Tische á 1,20 m werden durch uns gestellt), plus max. 1 eigene Kleiderstange. Verkauft wird nur Frauenbekleidung, keine Kindersachen.

[Frauenbekleidung kaufen und verkaufen.](#)



Anmeldung unter: (für Verkäufer\*innen)  
FZH-Linden@Hannover-Stadt.de

## PARTY NUR FÜR UNS

Internationaler Frauentag

**STZ „Weiße Rose“ Mühlenberg, Mühlenberger Markt 1, 30457 Hannover | Freitag, 08.03 | 18:00 Uhr | Veranstalterinnen: Familienzentrum St. Vinzenz und St. Godehard, Kulturbüro Linden Süd und STZ Mühlenberg**

Alle Frauen sind herzlich eingeladen zur Party ins Stadtteilzentrum Weiße Rose Mühlenberg. Eine DJane sorgt für tanzbare Musik. Musikwünsche bitte bis 26.02. an [astrid.borgas@hannover-stadt.de](mailto:astrid.borgas@hannover-stadt.de). Bereits seit mehr als 100 Jahren wird an diesem Tag weltweit auf Frauenrechte, die Gleichstellung der Geschlechter und bestehende Diskriminierungen aufmerksam gemacht. Mit dieser gemeinsamen Veranstaltung vom Kulturbüro Linden-Süd, STZ Ricklingen und Stadtteilzentrum Weiße Rose Mühlenberg wollen wir das Frau-Sein feiern. Kosten: Bitte erfragen unter: [Stadtteilzentrum-Muehlenberg@Hannover-Stadt.de](mailto:Stadtteilzentrum-Muehlenberg@Hannover-Stadt.de)

[Wir feiern den Welt-Frauen-Tag mit Informationen, Musik, Tanz und Essen](#)



Anmeldung unter:  
Betina.Kahle@Hannover-Stadt.de

## TONBAD: KONZERT laGRETA

Eine Stunde eintauchen zum Weltfrauentag

---

**Freizeitheim Linden | Freitag, 08.03. | 19:00  
- 20:00 Uhr | Eintritt: 5,00 EUR, mit Hannover-  
AktivPass 2,50 EUR | TONBAD ist eine Reihe der  
Stadtteilkultur - Kulturelle Erwachsenenbildung**

---

laGRETA serviert cinematisch anmutende Blues-Pop-Songs ohne viel Gedöns, aber mit Talent. Sie hat keine krasse Show zu bieten, weder die Genre-Neuschöpfung des Jahrhunderts, noch schwindelerregende Virtuosität im Gepäck. Was sie mitbringt: Gesang, Klavier, Gitarre, Anekdoten und Gesellschaftskritik. Die Texte ihrer rund 40 eigenen Songs leben von metaphorischen bis philosophischen Bildern, wobei das passende Kopfkino dem Publikum selbst überlassen bleibt. **!** Erwähnung von psychischen Erkrankungen sowie sexualisierter und struktureller Gewalt auf der Bühne.

---

laGRETA singt und spielt Klavier, eine Stunde lang. Sie singt über wichtige Dinge und hat eine tolle Stimme.

---



16+

Anmeldung unter:  
FZH-Linden@Hannover-Stadt.de

## MANEGE FREI!

Zirkusferien mit viel Bewegung,  
Spaß und einer großen Show!

---

**Freizeitheim Linden | Montag, 18.03. bis Freitag,  
22.03. | 10:00 - 14:00 Uhr | Kosten: 20,00 EUR,  
mit HannoverAktivPass 10,00 EUR | Kursleitung:  
Maren Eisler**

---

Ihr habt Lust, euch im Zirkus auszuprobieren? Dann könnt ihr in den Osterferien Zirkusluft bei uns schnuppern! Ob Jonglage mit Bällen, Keulen oder Diabolos, ob Tellerdrehen, das Schwingen von Tüchern und Pois, Stelzenlaufen, Tanz auf dem Drahtseil, Akrobatik, oder auch das Laufen auf einer Kugel sowie das Fahren mit dem Einrad - all das könnt ihr ausprobieren und üben! Am Ende könnt ihr eure kleinen Kunststücke in einer gemeinsamen Vorführung präsentieren! Nach dieser Projektwoche startet montags ein regelmäßiges Zirkusangebot (siehe Seite 27)!

---

Im Zirkus kannst Du viele verschiedene Dinge üben und ausprobieren. Am Ende machen wir gemeinsam eine kleine Vorführung.

---



7-14

Anmeldung unter:  
FZH-Linden@Hannover-Stadt.de

## LABOR-KONZERT PART 1

Musikvermittlungsprojekt:  
„KREATIVITÄT UND KLAVIERSPIEL“

---

**Freizeitheim Linden | Samstag, 13.04. | kostenlos |  
Projektleitung: Laura Mercedes**

Gefördert im Rahmen des Mentoring:Musikvermittlung der Niedersächsischen Sparkassenstiftung, Musikland Niedersachsen und der Flexförderung des Kulturbüros Hannover.

---

Am 13.04. und 04.05. werden die Schüler\*innen des Projektes „Kreativität und Klavierspiel“ (siehe S. 19) gemeinsam mit ihrem Publikum auf eine Reise gehen. Dabei wird das Publikum Teil des Ganzen. Die Labor-Konzerte sind nicht nur speziell für Freunde oder Familie der Schüler\*innen gedacht, sondern für alle Besucher\*innen, die interaktiv an der interdisziplinären Klaviermethode von Laura Mercedes teilhaben und diese Erfahrung auf aktive Weise erleben wollen. Bringt euch gerne etwas zu Essen und Trinken mit, es wird besonders und gemütlich.

---

Ein Konzert mit Klavier, Musik, Bewegung, Geschichten und Kunst. Du kannst mitmachen.

---



7+

Anmeldung unter:  
FZH-Linden@Hannover-Stadt.de

## MEIN QUARTIER LINDEN: LINDENER BERG

Rundgang über den Lindener Berg

---

**Treffpunkt: Wasserhochbehälter auf dem Lindener Berg | Samstag, 20.04. | 14:00 - 15:30 Uhr |  
weitgehend Barrierefrei | kostenlos |  
Leitung: Jonny Peter**

---

Auf dem Rundgang werden die Sehenswürdigkeiten der Geschichte, Kultur und Natur auf dem Lindener Berg gezeigt. Stationen sind u.a. der Wasserhochbehälter, der Lindener Turm, die Kleingärten und der Lindener Bergfriedhof mit dem Küchengartenpavillon. Der Rundgang ist auch Teil des städtischen Programms „Grünes Hannover.“

---

Bei dem Rundgang sehen wir uns  
interessante Gebäude und die schöne  
Natur des Lindener Berges an. Dazu wird  
über die Geschichte des Ortes berichtet.

---



14+

Anmeldung unter: Tel. 0160 96754410 |  
MeinQuartierLinden@web.de

## DER KREATIVMARKT

Design- und Kunsthandwerkmarkt

---

**Freizeitheim Linden | Sonntag, 21.04. |  
11:00 - 18:00 Uhr | kostenlos**

---

Auf unserem bunten Markt findest du allerlei Schätze! Schmuck, Textiles, Einrichtungsgegenstände, Gebrauchskeramik, Kunstdrucke, Kosmetik, Lebensmittel und vieles mehr. Alles selbstgemacht und nachhaltig. Das Ganze mit musikalischer Untermalung, Speisen und Getränken sowie vielen Kursen & Workshops wie: Töpfern, Yoga, Makrame, Siebdruck und vieles mehr. Weitere Informationen findest du auf unserer Website.

---

Wir machen einen Markt. Hier kannst du selbstgemachte Sachen kaufen und an verschiedenen Kursen teilnehmen.



0+

Anmeldung unter:  
FZH-Linden@Hannover-Stadt.de

## TAUSCH DIE PFLANZE, FERTIG, LOS!

Die Pflanzen- und SamenTAUSCHbörse

---

**Freizeitheim Linden | Sonntag, 28.04. |  
14:00 - 17:00 Uhr | kostenlos**

---

Tauschen Sie untereinander Pflanzen, Samen, Zöglinge oder anderes Grünzeug. Kein Verkauf - nur Tausch oder zum Verschenken. So kann Jede\*r auf einfache Art und Weise eine große Vielfalt in der heimischen Wohnung oder den Garten zaubern. Auch kannst du hier herrlich fachsimpeln und Erfahrungen mit verschiedenen Pflanzen und Hausmittelchen gegen Trauermücken usw. austauschen.

---

Wir Tauschen Pflanzen, Samen und Erfahrungen aus.



14+

Keine Anmeldung erforderlich.

## VORSCHAU MAI: LABOR-KONZERT PART 2

Musikvermittlungsprojekt:

„KREATIVITÄT UND KLAVIERSPIEL“

**Freizeitheim Linden | Samstag, 04.05. | kostenlos | Projektleitung: Laura Mercedes**

Gefördert im Rahmen des Mentoring:Musikvermittlung der Niedersächsischen Sparkassenstiftung, Musikland Niedersachsen und der Flexförderung des Kulturbüros Hannover.

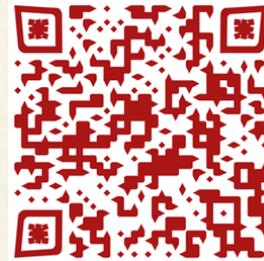
Am 13.04. und 04.05. werden die Schüler\*innen des Projektes „Kreativität und Klavierspiel“ (siehe S. 19) gemeinsam mit ihrem Publikum auf eine Reise gehen. Dabei wird das Publikum Teil des Ganzen. Die Labor-Konzerte sind nicht nur speziell für Freunde oder Familie der Schüler\*innen gedacht, sondern für alle Besucher\*innen, die interaktiv an der interdisziplinären Klaviermethode von Laura Mercedes teilhaben und diese Erfahrung auf aktive Weise erleben wollen. Bringt euch gerne etwas zu Essen und Trinken mit, es wird besonders und gemütlich.

Ein Konzert mit Klavier, Musik, Bewegung, Geschichten und Kunst. Du kannst mitmachen.



7+

Anmeldung unter:  
FZH-Linden@Hannover-Stadt.de



## FOLGST DU UNS SCHON AUF INSTAGRAM?

VERPASSE KEINE AKTIONEN UND VERANSTALTUNGEN

## KENNST DU UNSEREN NEWSLETTER?

JETZT ABBONIEREN UND IMMER INFORMIERT SEIN



## FRÜHLINGSLABYRINTH: ZEIGE DEM SCHMETTERLING DEN WEG ZUR BLUME

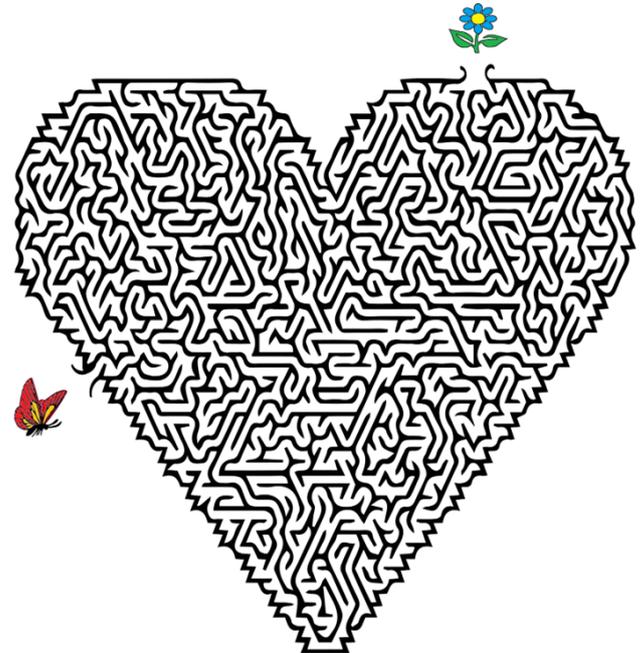
### NETZWERKE UND STADTTTEILRUNDEN

Wir freuen uns über euer Interesse

---

- Kinder- & Jugendforum Linden Nord
- Stadtteilforum Linden Nord  
(im Aufbau, bei Interesse gerne melden)
- Koordinierungskreis Mediennetz
- LGBTIQ in der Kinder- & Jugendarbeit
- Bündnispartner im Menschenrechtsbündnis
- kargah e. V.
- Schule:Kultur
- Lesementoring
- KinderKulturAbo
- Luftsprünge/Feriencard
- MigrantInnenSelbstOrganisationen-Netzwerk  
Hannover e.V. (MiSO e.V.)

Weitere Informationen unter:  
**[www.FZH-Linden.de](http://www.FZH-Linden.de)**



Landeshauptstadt



Hannover



**STADT  
TEIL  
KULTUR.**

Freizeitheim Linden

## LANDESHAUPTSTADT HANNOVER

Der Oberbürgermeister, Bereich Stadtteilkultur

---

### Freizeitheim Linden

Windheimstraße 4  
30451 Hannover

FZH-Linden@Hannover-Stadt.de  
+49 511 168 44 897

---

### IMPRESSUM

**Redaktion:** Lilian Martinez Miguel,

Yvonne Liebermann, David Lee Henry Richter

**Layout und Grafik:** Constanze Hopff, pongdesign

**Druck:** Wir machen Druck GmbH

**Auflage:** 2000 Exemplare

gedruckt auf 100% Recyclingpapier, Blauer Engel FSC

FREIZEITHEIM  
**LINDEN**

[www.FZH-Linden.de](http://www.FZH-Linden.de)

