

Foto: © Ursula Klein, 21.8. „Origami für Anfänger – Einfach Falten“



Freizeitheim Döhren | Kulturinitiative Döhren-Wülfel-Mittelfeld e.V.

StadtteilKULTUR

JUNI – AUGUST 2024

DÖHREN, WÜLFEL UND MITTELFELD

LANDESHAUPTSTADT
HANNOVER

HAN
NOV
ER

31

MAI

Freitag

16-19 Uhr: **Europäischer Nachbarschaftstag**

Zum europäischen Nachbarschaftstag veranstaltet das Freizeitheim Döhren zusammen mit der Auferstehungsgemeinde und dem Kindergarten „Windröschenweg“ ein Nachbarschaftsfest im Stadtteil Seelhorst. Es gibt Kaffee und Kuchen, Kaltgetränke, Musik, Kreativangebote für Kinder und Tische und Bänke für gute Gespräche. **Ort: „Eierspielplatz“ Peiner Straße / Hoher Weg**

ab 20 Uhr:

Döhrener Disconacht „Frühling“ siehe 21.06.

3

JUNI

Montag

10-11:30 Uhr: Senior*innentanz

16-18 Uhr: Bewegungsübungen

16-18 Uhr: **Die „Montagsmaler“**

Die kleine Malgruppe Aquarell/Acryl trifft sich 14-tägig am Montag und sucht Teilnehmer*innen, auch Anfänger*innen.

16-19 Uhr:

Multiple Sklerose Gruppe

Offenes Angebot zum Austausch, jeden ersten Montag im Monat

18-19:30 Uhr: Tai Chi Chuan

18-21:30 Uhr: Squaredance

19-20:30 Uhr: Tanz dich fit

18 Uhr: **Einführung & Ausstellung: „Bastian Hoffmann – Radical Negation“ bei Sprengel@feinkunst**

Was passiert, wenn ein Künstler vertraute Objekte in einen anderen Zustand bringt – wenn er sie zerhackt, schmilzt, sorgfältig zermahlt? Bekommen sie durch den Prozess der Verwandlung ein neues Eigenleben? Der Kölner Künstler **Bastian Hoffmann** löst auch unsere Erwartungshaltung in verspielt-humoristischer Weise auf. Dr. Christian Vogel führt in die Ausstellung ein und leitet den Besuch am 9.6. in einem noch wenig bekannten Kunstort in der Innenstadt. **Ort: Quartierstreff Borgentrickstr. 13** **Kostenfrei, Spende erbeten**

4

JUNI

Dienstag

9-10 u. 10-11 Uhr: Damengymnastik

10-11 Uhr: Freude am Singen

10-12 Uhr: Malen für Senior*innen

14-16:30 Uhr: Dienstagsgruppe

14-16 Uhr: **Boule am Dienstag**

Wir treffen uns in lockerer Runde zum gemeinsamen Boulespielen. Eine vorherige Anmeldung ist nicht nötig, Sie können einfach dazu kommen. Die Boule-Gruppe trifft sich jeden Dienstag. **Ort: Fiedelerplatz**

Durchführung: Hubertus Süllow

17-20 Uhr: Tanzgruppe Vulikh

18-19:30 Uhr: **Orientalische Tanzgymnastik für Anfänger*innen**

Bewegen und begegnen mit Freude

Ganzkörper-Workout nach internationalen Liedern, wöchentlich.

Anmeldung: Frau Ezazi, 05101 9905488

20-22 Uhr: Folkloretanzgruppe

10-14 Uhr:

Stadtteilrunde Döhren

Hier treffen sich Einrichtungen, Institutionen und Privatpersonen, um sich über die Arbeit im Stadtteil auszutauschen.

Weitere Termine: 16.7., 27.8., 10 Uhr

Ort: Freizeitheim

5

JUNI

Mittwoch

9:30-11:30 Uhr: Video u. Fotogruppe

14-20 Uhr: Blockflötenunterricht

14-14:45 und 15-15:45 Uhr: Qigong

15-18 Uhr: Tanztreff

18-21 Uhr:

Töpfern für Erwachsene

Der Töpferkurs für Erwachsene ist offen für alle, egal ob mit oder ohne Vorkenntnisse. Laufender Kurs bis 19.6.

Der nächste Töpferkurs ist für Sep-



3.6. Ausstellung

„Bastian Hoffmann – Radical Negation“

tember geplant. Info: 0511 168 49112,

Veranstalter: Freizeitheim

18-21:30 Uhr: Squaredance

Spaß bei Country- und Westernmusik und gemeinsamen Tanzen am Montag und Mittwoch. Alter unwichtig! Ein fester Tanzpartner wird nicht benötigt.

Info: <https://hearties.info>

18-19:30 Uhr:

Klangmalerei – musikalische Improvisation

Hier dreht sich alles um die „dirigierte Improvisation“ oder auch die „Klangmalerei“. Wir spielen nicht nach Noten, sondern kreieren Sounds, Melodien und Strukturen, die von dem Dirigenten zu einem Musikstück zusammengesetzt werden. Dabei spielt jede/r immer das, was er oder sie kann und will, niemand muss Anforderungen erfüllen. Alle, die Lust zu dieser gemeinsamen musikalischen Improvisation haben, sind herzlich eingeladen teilzunehmen.

Mit Thomas Siebert, Oboist und Klarinetist, ehem. Lehrer der Musikschule.

Ort: Quartierstreff, Borgentrickstr. 13

Anmeldung Kulturinitiative

Kostenfrei, Spende erbeten

6

JUNI

Donnerstag

16:30-18 Uhr: „Cirque d'Oehren“

18-21 Uhr: Südstädter Komöd'chen

7

JUNI

Freitag

11-12 Uhr: Yoga

12-14 Uhr: Leben und Spielen

Eine Theatergruppe für Menschen mit Migrationsgeschichte · Infos: Freizeitheim

14-18 Uhr: Gitarrenunterricht

Einzel- oder Gruppenunterricht für Kinder, Jugendliche und Erwachsene
Kosten: je nach Gruppengr., Erm. mögl.
Anmeldung: Musikschule, 168-4413

16-20 Uhr: Tanzgruppe Vulikh

Klassischer Tanz für Kinder u. Jugendliche
Infos: Freizeitheim Döhren

Veranstalterin: Yulia Vulikh

18-19:30 Uhr: Bauchtanz

Veranstalterin: Brigitte Keune

20-22 Uhr: Mehr als nur Sirtaki

Herzlich eingeladen sind alle, die Spaß an griechischen Tänzen haben oder sie kennenlernen möchten. .

Kosten: Beitrag für die Raummiete

Info: Freizeitheim

15:30-17 Uhr:

Kreativzeit zu zweit

Hier finden kleine Künstler ihren ganz individuellen Zugang zu Aufgabenstellungen, Farben und Materialien. Es entstehen viele spannende Ideen, welche mit und auch ohne Unterstützung umgesetzt werden können.

Für Kinder zwischen 3 und 5 Jahren mit einer Begleitperson. · Anmeldung: Freizeitheim · Kosten: 5 € pro Kind

19 Uhr: Hannover Pur: Ulrike Gerold und Wolfram Hänel

„Rollator-Blues“ und „Dialog über das Glück, in Hannover zu leben“

Das Schriftstellerpaar **Ulrike Gerold** und **Wolfram Hänel** aus Hannover präsentieren den Roman „Rollator-Blues“. Fünf ältere Herren unternehmen eine nostalgische Reise mit einem VW-Bus an den Atlantik. Doch alles ist anders als früher, vor allem sie selbst. Trotzdem ist das Abenteuer des Lebens noch nicht vorbei: *Too old to rock'n'roll, too young to die!* Ein mitreißendes Roadmovie mit dem Soundtrack der Siebziger! Im zweiten Teil: „Hunde bitte an die Leine führen – Dialog über das Glück, in Hannover zu leben“. **Arndt Schulz** begleitet die Veranstaltung mit passender Musik.

Ort: Auferstehungskirche Döhren

Anmeldung: Kulturinitiative · Kosten: 10 €, 8 € für KI-Mitglieder, 5 € mit HAP



7.6. Hannover Pur: Ulrike Gerold und Wolfram Hänel

Foto: Eva Gerold

8 JUNI Samstag

6-ca. 9 Uhr: **Morgenspaziergang – unsere wertvolle Leinemasch erklärt**

Stadtjäger **Heinz Pyka** aus Hannover nimmt Sie mit auf eine geführte Wanderung durch die Leinemasch. Der Rundgang erstreckt sich von der alten Radrennbahn über „Teichhus“ bis zu den Ricklinger Teichen. Unterwegs hören und sehen Sie Spannendes aus dem Alltag eines Jägers. Bestaunen Sie dabei die ungeahnte Artenvielfalt in Hannovers Süden. Die Wanderung findet bei jedem Wetter statt, festes Schuhwerk ist erforderlich. Wer mag, trägt ein Fernglas mit sich. Für die Pause in der Hütte auf der Ricklinger Halbinsel sollte ein eigenes Frühstück mitgebracht werden. **Treffpunkt: Alte Radrennbahn in Wülfel, Willkenburgerstr. 16 · Anmeldung erforderlich: Kulturinitiative · kostenfrei**

9 JUNI Sonntag

11-17 Uhr: Tanzgruppe Vulikh
8-18 Uhr:
Europawahl 2024

Auch Im Freizeithem Döhren finden die Europawahlen statt. Bitte schauen Sie auf Ihre Wahlbenachrichtigung, ob das Freizeithem Döhren Ihr Wahllokal ist, nur dann können Sie im Freizeithem Ihre Stimme abgeben.

15 Uhr: **Ausstellungsbesuch „Bastian Hoffmann – Radical Negation“ bei Sprengel@feinkunst**

siehe 3.6. · Ort: Feinkunst e.V., Roscherstr. 5 · kostenfrei

10 JUNI Montag

10-11:30 Uhr: **Senior*innentanz**
Tanz und Fitness für Senior*innen.
16-18 Uhr: **Bewegungsübungen**

Sport und Bewegung für Senior*innen.
Veranstalter: Kommunaler Seniorensen.

18-19:30 Uhr: Tai Chi Chuan
18-21:30 Uhr: Squaredance
19-20:30 Uhr: Tanz dich fit

11 JUNI Dienstag

9-10 u. 10-11 Uhr: Damengymnastik
10-11 Uhr: Freude am Singen
10-12 Uhr: Malen für Senior*innen
14-16:30 Uhr: Dienstagsgruppe

14-16 Uhr: **Boule am Dienstag**

17-20 Uhr: Tanzgruppe Vulikh
18-19:30 Uhr: Orientalische Tanzgymnastik für Anfänger*innen
20-22 Uhr:

Folkloretanzgruppe

Internationale Folklore –Tanzgruppe mit Schwerpunkt „schottisch“

Spaß hat Vorrang vor Perfektion! Die Gruppe trifft sich seit vielen Jahren wöchentlich. Einstieg ist jederzeit möglich.

Leitung: Karola Pott

Anmeldung: Freizeithem

12 JUNI Mittwoch

14-14:45 und 15-15:45 Uhr: Qigong

14-20 Uhr: Blockflötenunterricht

15-18 Uhr: Tanztreff

18-21 Uhr: Töpfern für Erwachsene

18-21:30 Uhr: Squaredance

16-18 Uhr:

Origami für Anfänger – Einfach Falten

Der Kranich steht in der Mythologie für Glück und Gesundheit. Er gilt als Symbol für Frieden und Harmonie. Wir falten den Kranich als „Flattervogel“ und als eleganten Glücksbringer.

Leitung Ursula Klein.

Ort: Freizeithem Döhren

Anmeldung erforderlich, bei der Kulturinitiative – max. 12 Personen

Kosten: Wir freuen uns über eine kleine Spende für Material

13 JUNI Donnerstag

16-19 Uhr: Seemanns-Chor Probe

16:30-18 Uhr: „Cirque d'Oehren“

18-21 Uhr: Südstädter Komöd'chen

18 Uhr: **Bezirksratssitzung**

Der **Stadtbezirksrat Döhren/Wülfel** tagt regelmäßig im Freizeithem. Dort gibt es auch immer die Möglichkeit, Fragen einzubringen und mit Stadtteilpolitiker*innen ins Gespräch zu kommen.

14 JUNI Freitag

- 11-12 Uhr: Yoga
- 12-14 Uhr: Leben und Spielen
- 14-18 Uhr: Gitarrenunterricht
- 16-20 Uhr: Tanzgruppe Vulikh
- 18-19:30 Uhr: Bauchtanz
- 20-22 Uhr: Mehr als nur Sirtaki

15:30-17 Uhr: Café am Freitag

Herzlich willkommen im Café am Freitag – dem Treffpunkt für gute Gespräche und gemütliches Beisammensein! In entspannter Atmosphäre können Sie Kaffee und Gebäck genießen und den Alltag hinter sich lassen. Alle sind eingeladen, gemeinsam Zeit zu verbringen und neue Kontakte zu knüpfen. Wir freuen uns auf Sie und einen schönen Nachmittag mitten in der Nachbarschaft – an jedem 2. Freitag im Monat.
 Ort: Quartierstreff, Borgentrickstr. 13
 Infos: Kulturinitiative

15 JUNI Samstag

15-ca. 17 Uhr:
Vom Busch direkt in den Mund – Exkursion zum Permakultur-Projekt

Permakultur ist ein Konzept, das auf die Schaffung von nachhaltigen und naturnahen Konzepten ausgerichtet ist. Dabei sollen Tiere und Pflanzen so kombiniert werden, dass sie sich gegenseitig unterstützen. Mehr als 50 Apfel- und Birnensorten, über 25 verschiedene Blattsalate, Gemüse und alle bekannten Beerensorten wachsen auf dem Gelände in Kirchhorst. Wir werden über das Gelände geführt und lernen natürliche Landwirtschaft bzw. natürliches Gärtnern

15.6. Vom Busch direkt in den Mund



Foto: Permakultur Kirchhorst

im Einklang mit der Natur kennen mit der Gelegenheit, auch zu naschen.
 Ort: Permakultur Kirchhorst · Treffpunkt: 13:45 Uhr am Bücherschrank am Fiedelerplatz · Kosten: 15€/Person zzgl. Fahrtkosten · Anmeldung bei der Kulturinitiative bis zum 10.6. wegen der Bildung von Fahrgemeinschaften unbedingt erforderlich.

16 JUNI Sonntag

- 11-17 Uhr: Tanzgruppe Vulikh

17 JUNI Montag

- 10-11:30 Uhr: Senior*innentanz
- 16-18 Uhr: Bewegungsübungen
- 16-18 Uhr: Die „Montagsmaler“
- 18-21:30 Uhr: Squaredance
- 19-20:30 Uhr: Tanz dich fit

18 JUNI Dienstag

- 9-10 u. 10-11 Uhr: Damengymnastik

10-11 Uhr: Freude am Singen

Sie haben Lust, einfach mal zu singen? Dann sind Sie hier richtig. Einfach singen, aus purer Freude am Singen.

10-12 Uhr:
Malen für Senior*innen

Ein offenes Angebot für alle Senior*innen, die Lust auf Malen haben.

14-16:30 Uhr: Dienstagsgruppe

Seniorengruppe mit Kaffeetrinken, Klönen, Spielen und Vorträge hören.

Veranstalter:

Kommunaler Seniorenservice

14-16 Uhr: Boule am Dienstag

- 17-20 Uhr: Tanzgruppe Vulikh
- 18-19:30 Uhr: Orientalische Tanzgymnastik für Anfänger*innen
- 18-19:30 Uhr: Bauchtanz
- 20-22 Uhr: Folkloretanzgruppe

19 JUNI Mittwoch

9:30-11:30 Uhr:
Video- und Fotogruppe

Der Kommunale Seniorenservice bietet im Freizeitheim eine Gruppe an, die sich jeden ersten Mittwoch im Monat trifft. Im Vordergrund steht der Erfahrungsaustausch. Interessierte sind willkommen.

14-14:45 Uhr und 15-15:45 Uhr:

Qigong

Ein Gesundheitsangebot vom Kommunalen Seniorenservice Hannover.

Veranstalter:

Kommunaler Seniorenservice

16-18 Uhr: Tanztreff

Beim Tanztreff für Singels und Paare sind alle willkommen. Getanzt wird Standard, Latein und Discofox.

18-21 Uhr: Töpfern für Erwachsene

18-21:30 Uhr: Squaredance

17-20 Uhr: Filzen mit Wolle

19.6. Filzen mit Wolle



Entdecken Sie die Welt des Wollfilzens. Der Prozess des Filzens von Wolle bietet eine meditative Erfahrung und kann – einmal im Flow – eine entspannende Wirkung haben. Nach jeder Stunde nehmen die Teilnehmer ein fertiges Spielzeug mit nach Hause, das sich gut als Geschenk eignet. Wir starten mit dem Pandabären, als Symbol für Freundschaft.

Ort: Initiative Farbe Bekennen, Peiner Str. 7b · Anmeldung erforderlich, bei der Kulturinitiative – max. 15 Personen
Teilnahmegebühr: 12 € inkl. Material

20 JUNI

Donnerstag

16-19 Uhr: Seemanns-Chor Probe

16:30-18 Uhr: „Cirque d'Oehren“

18-21 Uhr: Südstädter Komöd'chen

20.6., 18 Uhr: Spargel über alles – alles über Spargel!

Jedes Jahr wieder ein Ereignis: die Spargelsaison! Ernährungsberaterin und Food-Expertin **Beate Löffler** zeigt zusammen mit Kunsthistoriker und Hobbykoch Christian Vogel, was in den leckeren Stangen an Geschmack, Nährstoffen und spannender Geschichte steckt. Neben

dem Spargelgericht wird am Ende auch ein Erdbeerdessert serviert.

Ort: Wellaris, Völgerstr. 7 · Anmeldung erforderlich: Kulturinitiative

Kosten: 12 € (bitte vorab überweisen auf das Konto der Kulturinitiative)

21

JUNI

Freitag

11-12 Uhr: Yoga

12-14 Uhr: Leben und Spielen

14-18 Uhr: Gitarrenunterricht

16-20 Uhr: Tanzgruppe Vulikh

20-22 Uhr: Mehr als nur Sirtaki

14.30-16 Uhr: Führung durch das Opernhaus

Bei unserer Führung erhalten wir Einblicke in die Abläufe hinter den Kulissen. Auf unserer Erkundungstour stöbern wir durch den Fundus, um die „Artenvielfalt der Kostüme“ zu bestaunen. Ebenso



21.6. Führung durch das Opernhaus

bekommen wir Zugang zur Chorherrengarderobe. Der Höhepunkt wird die Begehung der Bühne sein, um ihre tatsächliche Größe zu erfahren. Während des Rundgangs hören wir an ausgesuchten Orten immer wieder Interessantes zur Historie des 1852 erbauten Hauses.
Ort: Staatsoper Hannover · Anmeldung erforderlich: Kulturinitiative · Kosten: 10 €, 8 € für KI-Mitglieder, 5 € mit HAP

16:30-18 Uhr: **Druckwerkstatt**

Mit selbst gestalteten Druckplatten und bunten Farben kann man viele faszinierende Spuren auf Papier hinterlassen. Die Kinder können ihre Kreativität entfesseln und einzigartige Drucke erschaffen. Wir schauen uns den Flachdruck sowie den Hochdruck genauer an und nutzen dafür einfachste Hilfsmittel.

Für Kinder ab 6 Jahren. · Anmeldung: Freizeitheim · Kosten: 5 € pro Kind

ab 20 Uhr:

Döhrener Disconacht „Sommerparty“

Die Traditionsdisco für alle von 30-70 oder älter ;-). Musik von Schlager über Partymucke bis Rock alles, was die Menschen auf die Tanzfläche bringt.

Eintritt: 5 € · Veranstalter: Freizeitheim

23 JUNI Sonntag

11-17 Uhr: Tanzgruppe Vulikh

25 JUNI Dienstag

14-16 Uhr: **Boule am Dienstag**

25 – 28 JUNI Di - Fr

11-14 Uhr: **Töpferkurs:**

Das alte Ägypten – große Kunst einer vergangenen Kultur

FERIENPROJEKT FÜR KIDS



Abb.: © Jane Wyrwa

In diesem Ferienprojekt wollen wir uns die Kultur des alten Ägyptens ansehen und Tonobjekte nach altägyptischen Vorbildern modellieren. Obwohl die Zeit der alten Pharaonen schon vor mehr als 5.000 Jahren begann, ist noch viel von ihrer Kultur erhalten. Lassen wir uns inspirieren von ihrer Kunst. Wir töpfeln kleine Statuen, Sarkophage, modellieren eine Sphinx, und vieles andere mehr. Nach dem ersten Brand, dem Schrühbrand, könnt Ihr alles mit bunten Glasuren bemalen.

Glasertermin am Samstag, ca. 14 Tage später 14-17 Uhr · Für Kinder zwischen 8 und 12 Jahren. Anmeldung: Freizeitheim Kosten: 25 € inkl. Material, mit HAP 50%

2 JULI Dienstag

14-16 Uhr: **Boule am Dienstag**

9 JULI Dienstag

14-16 Uhr: **Boule am Dienstag**

17:30-19:30 Uhr: **BEST OF ORIENT**

Workshop mit Verazade „Best of Orient“

Workshop mit Verazade, einstudiert wird eine Belly Dance Choreografie.

Kosten für Kurs: 20 € · Anmeldung: Brigitte Keune, 0176-55996577

10 JULI Mittwoch

18-19:30 Uhr: **Klangmalerei – musikalische Improvisation** siehe 5.6.

11 JULI Donnerstag

16-19 Uhr: Die wilden Schätze in unserer Umgebung kennenlernen

Wir erkunden die nahe Umgebung und lassen uns überraschen, was bei uns an Heilpflanzen im Sommer wächst. Wir suchen wilde Stauden – Sommer-Wildkräuter – und erfreuen uns an ihren aromatischen Düften. Anschließend verarbeiten wir die eingesammelten Kräuter in Essig oder Öl. Zusätzlich soll aus den „Sommer-Wildkräutern“ noch eine Tinktur hergestellt werden, die dann mitgenommen werden kann. Es gibt einen Imbiss und selbst hergestellten Kräutertee zur Kräftigung unseres Körpers. Bitte an wetterfeste Kleidung und festes Schuhwerk denken.

Ort: Quartierstreff, Borgentrickstr. 13

Anmeldung erforderlich: Kulturinitiative · Kosten: 15 €, 7,50 € mit HAP

12 JULI Freitag

15:30-17 Uhr: **Café am Freitag** siehe 14.6.

16 JULI Dienstag

14-16 Uhr: **Boule am Dienstag**

10-14 Uhr: **Stadtteilrunde Döhren** siehe 4.6.

23 JULI Dienstag

14-16 Uhr: **Boule am Dienstag**

17:30-19:30 Uhr: **BEST OF ORIENT**

Workshop mit Verazade „Best of Orient“ siehe 9.7.

30 JULI Dienstag

14-16 Uhr: **Boule am Dienstag**

30 JULI – 2 AUGUST Di - Fr

11-14 Uhr:

Mosaikprojekt: Sonnenuhr mit Mosaik



Für unsere Sonnenuhr benötigen wir ein Brett mit einem Zeiger. Dafür nehmen wir ein Holzbrett, auf dem wir ein dreieckiges Holzstück als Zeiger befestigen.



Um 12 Uhr, wenn die Sonne im Zenit steht, können wir unsere Sonnenuhr ausrichten. Wir zeichnen den Sonnenstand auf unser Holzbrett ein, markieren so die Uhrzeiten und kleben ein Zifferblatt aus Mosaiksteine. Die restliche Fläche der Sonnenuhr könnt ihr nach eigenen Ideen mit Mosaik bekleben.

Für Kinder zwischen 8 und 12 Jahren.

Anmeldung: Freizeitheim · Kosten: 25 € inkl. Material (50% mit HAP)

5 AUGUST Montag

10-11:30 Uhr: Senior*innentanz

16-18 Uhr: Bewegungsübungen

17-19 Uhr: Multiple Sklerose Gruppe

18-19:30 Uhr: Tai Chi Chuan

18-21:30 Uhr: Squaredance

19-20:30 Uhr: Tanz dich fit

6 AUGUST Dienstag

9-10 Uhr und 10-11 Uhr:

Damengymnastik

Wöchentliches Konditions- und Krafttraining zur Intensivierung von Körpergefühl, Haltung und Gleichgewicht.

Neueinstieg jederzeit möglich.

Leitung: Petra Hundertmark

Veranstalter: Freizeitheim

10-11 Uhr: Freude am Singen

10-12 Uhr: Malen für Senior*innen

14-16:30 Uhr: Dienstagsgruppe

14-16 Uhr: **Boule am Dienstag**

17-20 Uhr: Tanzgruppe Vulikh

18-19:30 Uhr: Orientalische Tanzgymnastik für Anfänger*innen

20-22 Uhr: Folkloretanzgruppe

7 AUGUST Mittwoch

14-14:45 und 15-15:45 Uhr: Qigong

14-20 Uhr:

Blockflötenunterricht

Einzel- oder Gruppenunterricht für Kinder, Jugendliche und Erwachsene

Kosten: je nach Gruppengr., Erm. mögl.

Anmeldung: Musikschule, 168-44137

15-18 Uhr: Tanztreff

18-19:30 Uhr: **Klangmalerei – musikalische Improvisation** · siehe 5.6.

18-21:30 Uhr: Squaredance

8 AUGUST Donnerstag

16-19 Uhr: Seemanns-Chor Probe

16:30-18 Uhr: **Kinderzirkus „Cirque d'Oehren“**

Beim Kinderzirkusprojekt trainieren Kinder unterschiedlichste Zirkusdisziplinen. Seiltanz, Kugellauf, Einrad oder Akrobatik sind Dinge, die ihr spielerisch ausprobieren könnt. Wir arbeiten auf kleinere Auftritte hin, der Spaß an der Bewegung steht aber im Mittelpunkt.

Veranstalter: Freizeitheim

Kosten: 25 € pro Halbjahr

18-21 Uhr:

Südstädter Komöd'chen

Wir suchen kreative Köpfe, handwerklich Begabte, technisch Interessierte, kurz: Menschen mit Lust auf Theater! Besucht uns unverbindlich zu unseren Proben (Voranmeldung erbeten), um in unser Ensemble „hinein zu schnuppern“.

Veranstalter: Südstädter Komöd'chen

www.suedstaedter-komoedchen.de

Tel. 0511 808621

7:30-19:30 Uhr: **Tagesfahrt nach Lüneburg**

Unweit des Lüneburger Zentrums liegt das 1172 gegründete **Kloster Lüne mit Textilmuseum**. Inmitten weitläufiger Gartenanlagen ist es eine Insel der Ruhe, aber auch der Begegnung und Kultur. Christliche Klostertradition trifft auf ein



8.8. Tagesfahrt nach Lüneburg

modernes Miteinander und handwerkliche Tradition in der angeschlossenen Handweberei. Zwischen den Führungen genießen wir Kaffee und Kuchen im Café im historischen Renaissance-Gebäude oder im Garten. Nach dem Klosterbesuch ist Zeit für einen Spaziergang in der Innenstadt und eine Stärkung in einem der Restaurants am „Stint“, dem früheren Hafen am alten Kran.

Anmeldung erforderlich: Kulturinitiative · **Treffpunkt:** 7:30 Uhr Hauptbahnhof
Fahrtkosten: mit Metronom, Deutschlandticket-Inhaber*innen kostenlos, anderen mit gemeinsamen Niedersachsen ticket · **Eintritt/Führung:** 10 €

9 AUGUST Freitag

11-12 Uhr: Yoga

12-14 Uhr: Leben und Spielen

14-18 Uhr: Gitarrenunterricht

15:30-17 Uhr: **Café am Freitag**
siehe 14.6.

16-20 Uhr: Tanzgruppe Vulikh

18-19:30 Uhr: Bauchtanz

20-22 Uhr: Mehr als nur Sirtaki

11 AUGUST Sonntag

11-17 Uhr: Tanzgruppe Vulikh

12 AUGUST Montag

10-11:30 Uhr: Senior*innentanz

16-18 Uhr: Bewegungsübungen

16-18 Uhr: Die „Montagsmaler“

18-19:30 Uhr: **Tai Chi Chuan, Qigong und Körperarbeit**

In diesem Kurs werden unterschiedliche Bewegungsbilder erarbeitet und Übungen zur Sensibilisierung der Körperwahrnehmung und Koordination durchgeführt. **Leitung:** Helmut Walker
Veranstalter: Freizeitheim

18-21:30 Uhr: Squaredance

19-20:30 Uhr: **Tanz dich fit**

„Ein bisschen Spaß muss sein“! Hier geht es nicht um Perfektion, kein Paartanz. Gelebt es miteinander und ganz nebenbei bei flotter Musik fit werden – das ist unser Motto. **Veranstalter und Info:** Turn-Vereinigung Döhren von 1889 e.V.
 turn-vereinigung-doehren.de

13 AUGUST Dienstag

9-10 u. 10-11 Uhr: Damengymnastik

10-11 Uhr: Freude am Singen

10-12 Uhr: Malen für Senior*innen

14-16:30 Uhr: Dienstagsgruppe

14-16 Uhr: **Boule am Dienstag**

17-20 Uhr: Tanzgruppe Vulikh

18-19:30 Uhr: Orientalische Tanzgymnastik für Anfänger*innen

20-22 Uhr: Folkloretanzgruppe

14 AUGUST Mittwoch

14-14:45 und 15-15:45 Uhr: Qigong

14-20 Uhr: Blockflötenunterricht

15-18 Uhr: Tanztreff

18-21:30 Uhr: Squaredance

15 AUGUST Donnerstag

16:30-18 Uhr: „Cirque d'Oehren“

18-21 Uhr: Südstädter Komöd'chen

16 AUGUST Freitag

11-12 Uhr: Yoga

12-14 Uhr: Leben und Spielen

14-18 Uhr: Gitarrenunterricht

16-20 Uhr: Tanzgruppe Vulikh

18-19:30 Uhr: Bauchtanz

20-22 Uhr: Mehr als nur Sirtaki

17 AUGUST Samstag

11-15 Uhr: **Handlettering – wir schnörkeln!**

Mit Pinselfilzstiften, Schwung und Phantasie entstehen liebevoll gestaltete Worte oder Texte. Nach der Einführung in ein Basis-Alphabet verzieren wir unsere Letterings mit individuellen Schnörkeln und runden so die Gestaltungen ab. Vor-

Good Vibes

kenntnisse sind nicht erforderlich. Bitte mitbringen: einige Lieblingswörter.

Ort: Quartierstreff, Borgentrickstr. 13

Anmeldung erforderlich: Kulturinitiative - Kosten: 15 €, mit HAP 7,50 €

16:30 Uhr:

Das große orientalische Sommerfest „Best of Orient“

BEST OF ORIENT

Großes Show-Programm mit vielen Gruppen und Solo-Tänzer*innen, nicht



Foto: Verazade

17.8. Das große orientalische Sommerfest „Best of Orient“

nur aus der Region Hannover. Basar und Henna Tattoos im Foyer ab 16:30 Uhr. Show um 19 Uhr im Saal, Einlass 18 Uhr. (siehe Workshops am 9.7. und 23.7.)

Ort: Freizeitheim Döhren · Eintritt: 20 €

Info: Brigitte Keune, 0176-55996577

18 AUGUST Sonntag

11-17 Uhr: Tanzgruppe Vulikh

19 AUGUST Montag

10-11:30 Uhr: Senior*innentanz

16-18 Uhr: Bewegungsübungen

18-19:30 Uhr: Tai Chi Chuan

18-21:30 Uhr: Squaredance

19-20:30 Uhr: Tanz dich fit

20 AUGUST Dienstag

9-10 u. 10-11 Uhr: Damengymnastik

10-11 Uhr: Freude am Singen

10-12 Uhr: Malen für Senior*innen

14-16:30 Uhr: Dienstagsgruppe

14-16 Uhr: Boule am Dienstag

17-20 Uhr: Tanzgruppe Vulikh

18-19:30 Uhr: Orientalische Tanzgymnastik für Anfänger*innen

20-22 Uhr: Folkloretanzgruppe

21 AUGUST Mittwoch

9:30-11:30 Uhr: Video u. Fotogruppe

14-20 Uhr: Blockflötenunterricht

14-14:45 und 15-15:45 Uhr: Qigong

15-18 Uhr: Tanztreff

18-21:30 Uhr: Squaredance

16-18 Uhr: Origami für Anfänger – Einfach Falten

Die Welt ist bunt wie ein Origamikreisel.

Wir falten zwei verschiedene Kreisel, die sich wunderbar als Dekoration oder zum Spielen eignen. Leitung: Ursula Klein

Ort: Freizeitheim Döhren

Anmeldung erforderlich: Kulturinitiative · Wir freuen uns über eine kleine

Spende für Material.

22 AUGUST Donnerstag

16-19 Uhr: Seemanns-Chor Probe

18-21 Uhr: Südstädter Komöd'chen

18 Uhr: Bezirksratssitzung

siehe 13.06.

23 AUGUST Freitag

11-12 Uhr: Yoga

12-14 Uhr: Leben und Spielen

14-18 Uhr: Gitarrenunterricht

16-20 Uhr: Tanzgruppe Vulikh

18-19:30 Uhr: Bauchtanz

20-22 Uhr: Mehr als nur Sirtaki

ab 20 Uhr:

Döhrener Disconacht

„Sommerparty“ · siehe 21.06.

24 AUGUST Samstag

10-18 Uhr: Retrocomputertreff

Der Retrocomputer-Treff Niedersachsen RCT ist ein Workshop für alle Freunde

alter Computer wie AMIGA, ATARI, C64, Apple II oder Sinclair. Die Teilnehmer*innen kommen mit ihren Rechnern vorbei

und daddeln, basteln und fachsimpeln und haben einen Tag lang einfach Spaß.

Das Treffen wird vom Verein zum Erhalt klassischer Computer e.V. organisiert

und findet seit 2012 dreimal im Jahr statt. Der Eintritt ist für Teilnehmer*innen frei, um eine Anmeldung unter www.classic-computing.de wird gebeten.

Besucher*innen kommen ohne Anmeldung.

25 AUGUST Sonntag

11-17 Uhr: Tanzgruppe Vulikh

26 AUGUST Montag

10-11:30 Uhr: Senior*innentanz

16-18 Uhr: Bewegungsübungen

16-18 Uhr: Die „Montagsmaler“

18-19:30 Uhr: Tai Chi Chuan

18-21:30 Uhr: Squaredance

19-20:30 Uhr: Tanz dich fit

27 AUGUST Dienstag

9-10 u. 10-11 Uhr: Damengymnastik

10-11 Uhr: Freude am Singen

10-12 Uhr: Malen für Senior*innen

14-16:30 Uhr: Dienstagsgruppe

14-16 Uhr: **Boule am Dienstag**

17-20 Uhr: Tanzgruppe Vulikh

18-19:30 Uhr: Orientalische Tanzgymnastik für Anfänger*innen

20-22 Uhr: Folkloretanzgruppe

10-14 Uhr: **Stadtteilrunde Döhren** siehe 4.6.

28 AUGUST Mittwoch

14-14:45 und 15-15:45 Uhr: Qigong

14-20 Uhr: Blockflötenunterricht

15-18 Uhr: Tanztreff

18-21:30 Uhr: Squaredance

29 AUGUST Donnerstag

16-19 Uhr: Seemanns-Chor Probe

16:30-18 Uhr: „Cirque d'Oehren“

18-21 Uhr: Südstädter Komöd'chen

30 AUGUST Freitag

12-14 Uhr: Leben und Spielen

14-18 Uhr: Gitarrenunterricht

16-20 Uhr: Tanzgruppe Vulikh

18-19:30 Uhr: Bauchtanz

20-22 Uhr: Mehr als nur Sirtaki

16-19 Uhr:

Wildkräuterspaziergang

Wildkräuter, Heilpflanzen und Blüten bzw. Blätter der heimischen Sträucher, Bäume zum Kennenlernen, Befühlen, Beschnuppern und Probieren. Wir verbringen einen Nachmittag im Wildgarten. Wir ernten Frisches uns stellen daraus etwas für zuhause her (z.B. Wildkräuter-Honig, Heilpflanzen-Hautöl). Es

gibt einen Imbiss und frischen Kräutertee zur Stärkung unseres Immunsystems. Bitte an wetterfeste Kleidung und festes Schuhwerk denken.

Ort: Bolzum, Im Weißdorgarten, Marktstr. 2c · **Treffpunkt:** 15:15 Uhr am Bücherschrank am Fiedelerplatz
Teilnahmegebühr: 22 €, mit HAP 11 €
Anmeldung bis 24.8. wegen der Bildung von Fahrgemeinschaften unbedingt erforderlich: Kulturinitiative

31 AUGUST Samstag

10-13 Uhr: **Traditionsflohmarkt**

Der Flohmarkt bietet die Möglichkeit, endlich mal die Dinge loszuwerden, die sie beim Aufräumen gefunden haben.



Foto: © Fiedels/Adobe Stock

Käufer*innen stöbern nach Kunst, Kitsch und Kuriosem. Meist findet sich noch gut Erhaltenes, aber keine Neuware.

Veranstalter: Freizeitheim

Anmeldung für Verkäufer*innen:

flohmarkt.doehren@hannover-stadt.de

11-15 Uhr: Südstädter Komöd'chen

17 Uhr: **Vernissage – Vorhang auf für 2**

Die Künstlerinnen **Jana Travnickova** und **Martina Wagner** arbeiten im Bereich experimentelle Druckgrafik, Fotografie, Illustration und Aquarell. Wir laden Sie zu unserer Vernissage ein. Wir freuen uns auf nette Begegnungen und anregende Gespräche.

Ort: Quartierstreff, Borgentrickstr. 13

Infos: Kulturinitiative



© Martina Wagner



© Jana Travnickova

INFORMATIONEN UND ANMELDUNGEN

BEI DEN VERANSTALTER*INNEN



Freizeitheim Döhren
An der Wollebahn 1, 30519 Hannover
0511 168-49112
fzh-doehren@hannover-stadt.de
www.fzh-doehren.de

Kulturinitiative Döhren-Wülfel-Mittelfeld e.V.

An der Wollebahn 1, 30519 Hannover
0511 37465952
ki@kulturini.de · www.kulturini.de
IBAN DE 80 2505 0180 0000 3081 88



Musikschule der Landeshauptstadt Hannover
Maschstr. 22-24, 30169 Hannover
0511 168-44137, musikschule@hannover-stadt.de
www.musikschule-hannover.de

Kommunaler Seniorenservice

0511 168-45134, 0511 43888

Freizeitheim Döhren

Kulturinitiative Döhren-Wülfel-Mittelfeld e.V.

Kommunaler Seniorenservice

Musikschule der Landeshauptstadt Hannover

ÖFFNUNGSZEITEN FREIZEITHEIM DÖHREN

Mo. – Fr. 8 – 22 Uhr *An Wochenenden kann es wegen Veranstaltungen*
Sa. – So. 11 – 16 Uhr *zu Verschiebungen der Öffnungszeiten kommen.*

GEÄNDERTE ÖFFNUNGSZEITEN in den Sommerferien

Vom 24. Juni bis 2. August ist das Freizeitheim nur montags bis freitags zwischen 8 und 16 Uhr geöffnet.

Landeshauptstadt

Hannover

**STADT
TEIL
KULTUR.**
Freizeitheim Döhren

Fachbereich Kultur, Bereich Stadtteilkultur
Freizeitheim Döhren

Redaktion: Jörg Kölling, Nicole Calvo Ruiz, Christian Recha
Gestaltung: friedland-design
Druck: diaprint KG
Gedruckt auf 100% Recyclingpapier