



Stadtteilkulturzentrum
Bürgerhaus für Niendorf e.V.



2025

Januar bis Juni

INFORMATIONEN
PROGRAMM

In
for
ma
tio
nen

Tref
fen

Ver
an
stal
tun
gen

Kur
se

Ver
mie
tun
gen

BERENBERG-GOSSLER-HAUS

INHALTSVERZEICHNIS

| | | |
|-------|----|---|
| Seite | 3 | Willkommen! |
| | 3 | Hinweise für Ihre Kartenbestellung |
| | 4 | Ihr Weg zu uns |
| | 5 | Hinweis Bürgerbus |
| | 5 | Aufruf zur ehrenamtlichen Tätigkeit |
| | 6 | In eigener Sache |
| | 9 | Kunstaussstellungen Rückschau |
| | 11 | Kunstaussstellungen Vorschau |
| | 13 | Veranstaltungen Vorschau |
| | 15 | Bei uns gesehen und gehört |
| | 19 | Regelmäßige Treffen |
| | 20 | Veranstaltungen 2025 |
| | 22 | Veranstaltungstermine für Mitglieder (bitte Hinweis auf der Seite 22 beachten!) |
| | 23 | Kurse 1. Halbjahr 2025 |
| | 23 | Gesundheit und Entspannung |
| | 23 | - Qi Gong |
| | 24 | - Yoga |
| | 32 | - Pilates |
| | 34 | Sprachen |
| | 34 | - Englisch |
| | 37 | - Französisch |
| | 40 | - Italienisch |
| | 42 | Alltagskompetenzen |
| | 42 | - Impro-Theater |
| | 42 | - Gedächtnistraining |
| | 43 | - Rhetorik |
| | 45 | - Coaching / Schreibwerkstatt |
| | 45 | Kultur |
| | 45 | - Zeichnen und Malen |
| | 50 | - Zauberei |
| | 52 | Datenschutzerklärung |
| | 53 | Anmeldung für einen Kurs der Volkshochschule |
| | 55 | Beitrittserklärung für das Bürgerhaus |
| | 56 | Anmeldung für einen Kurs des Bürgerhauses |
| | 56 | Impressum |
| | 57 | Vermietungen - Hinweise |
| | 58 | Mietpreise |

WILLKOMMEN!

Liebe Freunde des Bürgerhauses, liebe Niendorfer!

Das Bürgerhaus für Niendorf wünscht allen Mitgliedern und Lesern unseres Programm- und Informationsheftes ein gesundes und erfolgreiches 2025!

Wir haben das Jahr 2024 erfolgreich abgeschlossen und freuen uns auf das neue Programmheft für das erste Halbjahr 2025. In diesem Zusammenhang möchte ich mich vorstellen, mein Name ist Thomas Rieck und ich wurde im September 2024 als Nachfolger von Reno Malzahn zum 1. Vorsitzenden gewählt, meine bisherige Funktion als 2. Vorsitzender hat Frau Eva Sikora übernommen.

Das neue Programm bietet Ihnen viel Abwechslung und Ideen mit vielen verschiedenen Veranstaltungen, Lesungen, Konzerten, Vorträgen, Fortbildungen, Vernissagen und Fitness. Unser Info-Café lädt zum gemütlichen Plausch ein. All dies wäre nicht möglich ohne die ehrenamtlichen Helferinnen und Helfer. Ihnen allen sei herzlich gedankt. Wir freuen uns, wenn sich weitere Menschen finden, die uns bei dieser Arbeit unterstützen.

Ihr
Thomas Rieck
1. Vorsitzender

Hinweise für Ihre Kartenbestellung

Sie haben die Möglichkeit, für die Veranstaltungen die Karten direkt zu erwerben:

- im „Info-Café“ des Bürgerhauses Mo, Di, Do, Fr 10 -13 Uhr und Mo, Mi, Di 15 -18 Uhr
- im „Büro Bürgerhaus“ Mo - Fr 9-13 Uhr
- im „Büchereck Niendorf Nord“, Nordalbingeweg 15, Mo - Fr 9 -18, Sa 9 -13 Uhr.

Reservierungen

Telefonisch: im Büro des Bürgerhauses zu den oben angegebenen Sprechzeiten unter 040 58 97 66 43.

Per E-Mail: jederzeit an info@buergerhaus-niendorf.de. Neben der Anzahl der gewünschten Karten nennen Sie bitte Ihren Namen und Ihre Telefonnummer.

Reservierte Karten können Sie im Info-Café zu den Öffnungszeiten oder an der Abendkasse bis spätestens 30 Minuten vor Veranstaltungsbeginn unter Nennung Ihres Namens abholen. Danach erlischt Ihre Reservierung.

Abendkasse

Die Abendkasse öffnet ca. eine Stunde vor Veranstaltungsbeginn.

IHR WEG ZU UNS

BÜRGERHAUS FÜR NIENDORF E.V.
Niendorfer Kirchenweg 17
22459 Hamburg
Telefon: 040 58 97 66 43
E-Mail: info@buergerhaus-niendorf.de
Internet: www.buergerhaus-niendorf.de



Büro geöffnet:
Mo - Fr 9 - 13 Uhr

Info-Café geöffnet:
Mo, Di, Do, Fr 10 - 13 Uhr
Mo, Di, Mi 15 - 18 Uhr

INFO
Café
im Bürgerhaus



Gilt leider nur für
Veranstaltungen
im Erdgeschoss !



Für die Niendorfer ist das Bürgerhaus bequem zu Fuß (fünf Minuten Fußweg vom Tibarg) oder mit dem Fahrrad zu erreichen. Für Autofahrer gibt es genügend Parkmöglichkeiten. (s. Lageplan).

Für die Benutzer öffentlicher Verkehrsmittel:

U-Bahn: U2 bis Niendorf Markt

Metrobus: Linie 5

Bus: 23, 24, 191, 604, 623,

jeweils bis zum Bus-Bahnhof Niendorf Markt.



In eigener Sache ...

FÜHRUNGSWECHSEL IM NIENDORFER BÜRGERHAUS

In der letzten Ausgabe unseres Informations- und Programmheftes (Juli bis Dezember 2024) begann der übliche Willkommensgruß an die Freunde des Bürgerhauses und unsere Niendorfer Leserinnen und Leser mit dem Satz: „wie heißt es so schön: Alles hat mal ein Ende“ oder in jedem Ende liegt ein neuer Anfang“. Für das Berenberg-Gossler-Haus bedeutete das, mit der nächsten Mitgliederversammlung, die am 20. September 2024 stattfand, sollte ein neuer Vorstand gewählt werden, da der bisherige erste Vorsitzende, **Reno Malzahn**, nach sechs Jahren für „jüngere“ Kräfte den Platz freimachen wollte. So fand, wie es das Niendorfer Wochenblatt in seiner Ausgabe vom 05. Oktober (Nr. 40) schrieb, ein Führungswechsel im Niendorfer Bürgerhaus statt.



Zum neuen ersten Vorsitzenden wählten die anwesenden Vereinsmitglieder, den bisherigen Stellvertreter **Thomas Rieck**, dem wir hier an dieser Stelle ganz herzlich zur Wahl gratulieren!

Den neuen Vorstand komplettieren Eva Sikora als Stellvertreterin des ersten Vorsitzenden und **Margrit Schuhr** als Schatzmeisterin. Beide Frauen sind bereits seit drei Jahren im Vorstand aktiv. Auch Ihnen gratulieren wir ganz herzlich.

Ich sag' dann mal „Tschüss“

Meine Güte, wie die Zeit vergeht!

Nun bin ich ganze 23 Jahre im Bürgerhaus Niendorf tätig gewesen und habe meine ehrenamtlichen Kollegen bei ihrer Arbeit unterstützt.

Eine verdammt lange Zeit, aber eine für mich sehr erfüllende Zeit, die von großer Wertschätzung und ebenso großem Vertrauen geprägt war. Ich habe so viele wunderbare Menschen kennenlernen dürfen und dafür bin ich sehr dankbar.

Ich wünsche mir, dass das Bürgerhaus Niendorf weiterhin von vielen engagierten Ehrenamtlichen durch die Zukunft geführt wird, da es doch ein so wichtiger Ort der Begegnungen ist, der die Menschen durch die Kultur miteinander verbindet.



Ihre

Susanne Buske

In eigener Sache ...

Ich sag´ dann mal „Hallo“

Auch wenn Susanne nach 23 Jahren das Bürgerhaus verlässt und ihren Stuhl räumt, bleibt dieser nicht unbesetzt. Mein Name ist Melanie Kneise, und ich freue mich sehr, ab dem 1. Dezember 2024 das Office-Management im Bürgerhaus übernehmen zu dürfen.

Mit meinem Wissen aus PR und Marketing und meinem Organisations-talent werde ich das Bürgerhaus tatkräftig begleiten und die Abläufe im Büro weiterhin reibungslos gestalten.

Vor sechs Jahren bin ich mit meinem Mann nach Niendorf gezogen. Inzwischen leben wir zu dritt, mit unseren kleinen Tochter, im Niendorfer Kirchenweg. In meiner Freizeit bin ich oft im Niendorfer Gehege unterwegs, ob beim Spazieren gehen, Joggen oder mit unserer Kleinen auf dem Spielplatz.

Ich freue mich schon sehr darauf, alle Menschen, die im Bürgerhaus ein- und ausgehen, kennenzulernen und mit Rat und Tat zur Seite zu stehen. Auf eine gute Zusammenarbeit!



Ihre

Melanie Kneise

Auch hier war Erneuerung angesagt!

„Tschüss und Hallo“ sagten wir auch zu den doch in die Jahre gekommenen Sanitäreinrichtungen im Erdgeschoss unseres Hauses. Siebenundzwanzig Jahre sind seit dem letzten Einbau vergangen. Ein sog. Lifting reichte einfach nicht, also stand eine totale Erneuerung an. Da die Kosten enorm waren, griff uns das Bezirksamt Eimsbüttel finanziell unter die Arme, und die Firma Loppow & Sohn führte die Arbeiten während der Sommerferien durch. Pünktlich zum Beginn der Halbjahressaison war alles fertig.



In eigener Sache ...



Kunstaussstellungen – Rückschau



Am 6. September fand die Vernissage zur **Ausstellung „fern & nah – Textile Momentaufnahmen“** der **Künstlerin Julia Hühne-Simon** statt. Ihre Arbeiten zeichnen sich durch ihre innovative Herangehensweise an Textilkunst aus. In ihrer sehr beeindruckenden Präsentation wurden verschiedene textile Bilder gezeigt, die mit einer Vielzahl von Techniken, Farben und Strukturen gearbeitet sind. Ihre Werke erzählen Geschichten und zeigen Emotionen, die sich in komplexen textilen Flächen mit facettenreichen Mustern manifestieren. Besonders bemerkenswert ist die Harmonisierung von Tradition und Moderne in ihren Arbeiten. Sie greift auf traditionelle Handwerkstechniken zurück, interpretiert diese jedoch neu und verbindet sie mit zeitgenössischen Themen wie ferne Landschaften und Horizonte, oder auch mit mikroskopischen Elementen in feinen Details im Nahbereich.

Die Musikerin Pamela Coats hat die Ausstellungseröffnung mit ihrer Klarinette begleitet.



Die Ausstellung **„Malen mit Licht“** der **Foto- und Medienkünstlerin Heike Baltruweit** wurde am 1. November eröffnet, die Verbindung von Medien und Kunst ist ein Schwerpunkt in ihren Arbeiten. Ihre Aufnahmen sind „pur“, d.h. sie verzichtet ganz bewusst auf künstlerische Verfremdungseffekte durch Bildbearbeitungsprogramme. Nicht die Bilder werden bearbeitet, sondern sie werden medial bereichert mit Augmented Reality (Erweiterte Realität), so dass ihre Kunst in einer neuen Dimension erlebbar ist.

In ihren Fotografien wählt sie sehr sensibel Ausschnitte aus, sie fangen Momente der Flüchtigkeit ein, die Aufmerksamkeit des Betrachters richtet sich auf das Unauffällige, gern Übersehene und Vergängliche wie verwitterte Wände, zerrissene Plakate, Reflexionen, Spiegelungen und Schatten. Ihre Ausstellung zeigt eine visuelle Reise durch verschiedene Großstädte, die sich aber als solche nicht zu erkennen geben.

Kunstaussstellungen – Rückschau



Den musikalischen Rahmen der Vernissage gestaltete der **Pianist und Komponist Jean Panajotoff**. In seinen Kompositionen bezog er sich auf die Werke der Künstlerin, die während des Abends auch in einer Dia-Show zu sehen waren.



© colours and shape II Heike Baltruweit

Beide Künstlerinnen haben mit ihren einzigartigen künstlerischen Ansätzen einen tiefen Eindruck hinterlassen.

Text/Fotos: HM

Vor und nach den Veranstaltungen auf einen Kaffee oder ein Gläschen Wein und einen Imbiss in unser gemütliches Café!



Geöffnet: Gäste sind jederzeit willkommen!

Mo, Di, Do, Fr 10 - 13 Uhr

Mo, Di, Mi 15 - 18 Uhr

Bei Veranstaltungen ist das Info-Café i.d.R. geöffnet!

Kunstaussstellungen - Vorschau



© Hanna Malzahn

Das Neue Jahr 2025 beginnen wir mit der Ausstellung „In eigener Sache...“ von Hanna Malzahn. Sie arbeitet in umfangreichen Serien in den Bereichen Malerei, Illustration, Fotografie und Druckgrafik und mischt in ihren Arbeiten Elemente der verschiedenen Techniken mit Acryl, Ei-Tempera und Öl auf Leinwand oder Karton, um so mit dem Eindruck von Vertrautem und Fremdem, von Realität und Fiktion zu spielen.

Die Druckkunst steht zurzeit im Mittelpunkt ihrer künstlerischen Arbeit. Die „Künstlerischen Drucktechniken des Hochdrucks, Tiefdrucks, Flachdrucks, Durchdrucks und deren Mischformen“ wurden mit Beschluss der deutschen UNESCO-Kommission im März 2018

in das Bundesweite Verzeichnis des Immateriellen Kulturerbes aufgenommen. Die künstlerische Wertung und Wertschätzung von Druckgrafiken im Handdruck hat an Bedeutung gewonnen und bestärkte sie, ihre Tätigkeiten in dieser Kunstform weiterzuentwickeln.

Die Arbeit mit künstlerischen Druckformen ist sehr faszinierend, zum Teil unvorhersehbar, vielschichtig und experimentell. Das Spiel mit Drucktechniken führt zu Ergebnissen, die sich prozesshaft entwickeln und Gegenständliches und Abstraktes ineinanderfließen lassen. Die Strukturen, erzeugt durch verschiedene Drucktechniken zeigen eine große Bandbreite an Bildideen und deren ganz verschiedenartige Umsetzung.

Die Vernissage beginnt am Freitag, den 10. Januar 2025 um 19 Uhr.



© Lilo Schmidt-Wiedenroth

Die international anerkannte Künstlerin Lilo Schmidt-Wiedenroth präsentiert ihre Arbeiten unter dem Credo „Kunst – wie ich sie will“ ab dem 14. März 2025 im Berenberg-Gossler-Haus. Sie ist in Peine geboren und hat in Hamburg die Fachhochschule für Gestaltung als Dipl.grad. Grafik Designerin abgeschlossen. Die Künstlerin kann auf eine große Karriere mit zahlreichen Ausstellungen im In- und Ausland zurückblicken, u.a. Argentinien, Kalifornien, Australien, Frankreich und in Spanien. Sie erhielt viele Auszeichnungen und Preise, ihre Ausstellungen wurden bereits in mehreren Filmen dokumentiert.

Die Malerin und Bildhauerin hat eine Vielzahl von Werken geschaffen, darunter Radierungen, Lithographien, Bilder in verschiedenen Maltechniken, Zeichnungen, Kunst am Bau, Skulpturen in Bronze und anderen Materialien.

Lilo Schmidt-Wiedenroth unterhält eine eigene Galerie in Schneverdingen. In der Galerie „Rotes Sofa“ und im dazu gehörendem Skulpturengarten vertritt sie namhafte

Künstlerinnen und Künstler aus der internationalen Kunstszene. Wir laden herzlich zur Vernissage am 14. März um 19 Uhr ein.

Kunstaussstellungen - Vorschau



Die Lübecker Künstlerin Gabriele Schau hat verschiedene Malschulen und Sommerakademien besucht und arbeitet als Malerin und Bildhauerin seit 2003 im eigenen Atelier in Timmendorf. Sie ist Mitglied im Kunstverein Defacto Art in Lübeck. Ihre Arbeiten zeigen eine bemerkenswerte Vielfalt, was die Motive und die Techniken betrifft. Je nach ihrer inneren Wahrnehmung und Stimmung entstehen die Bilder pastos, lasierend oder in Mischtechnik, dabei lässt sie sich vollständig von ihrer inneren Intuition leiten. Sie sagt: „Ich male nach Gefühl. Das, was mich gerade bewegt, bringe ich auf die Leinwand.“ Sturm an der Küste, wirbelnde Wellen, strauchelnde Schiffe, Hafenszenen, das

Meer, Strand und Seefahrt werden stimmungsvoll und stilistisch unterschiedlich eingefangen. Aber auch Landschaften und Abstraktes werden ausdrucksstark in Szene gesetzt. Es geht dabei nicht um die fotografische Wiedergabe der Motive in ihren Bildern und Plastiken. Sie legt den Schwerpunkt auf die Wirkung des Lichtes, der Atmosphäre und der inhaltlichen Aussage. Die Ausstellung wird am 16. Mai 2025 um 19 Uhr eröffnet.

Text/Fotos: HM

Abschied „IN EIGENER SACHE ...“



Der Titel der ersten Ausstellung im Neuen Jahr 2025 lautet „In eigener Sache...“, ich möchte gern nach sieben Jahren meiner **Kuratoren-Tätigkeit** eigene Arbeiten zeigen und Ihnen meine **Nachfolgerin Christiane Alegria** vorstellen.

Wenn man geht, wird der Abschied von Freude und Wehmut begleitet – mit einem lachenden und einem weinenden Auge. Die Arbeit hier hat mir sehr viel Freude bereitet, es gab tolle Begegnungen mit interessanten Menschen, schöne Gespräche, sehr oft ein gemütliches Beisammensein im Café. Sehr viel Unterstützung und Freundschaft von meinen Kolleginnen und Kollegen habe ich erhalten, es war eine schöne und harmonische Zusammenarbeit. Ich werde immer gern an mein Ehrenamt zurückdenken. Zur Vernissage am 10.01.2025 um 19 Uhr lade ich Sie sehr herzlich ein.

Ihre Hanna Malzahn

Veranstaltungen - Vorschau



VON BERLIN ZUM BROADWAY - Hommage an Kurt Weill (04.04.2025)

Kurt Weill war ein musikalisches Chamäleon, einer der aufregendsten und einfallreichsten Neuerer des Musiktheaters des 20. Jahrhunderts. Wohl selten in der Musikgeschichte hat ein Komponist eine derartige Vielzahl von Musikstilen in sein Werk integriert und verarbeitet, aber trotzdem seine eigene Musiksprache erhalten und weiterentwickelt. „Es gibt keinen Unterschied zwischen U und E-, zwischen Unterhaltungs- und ernster Musik, sondern nur zwischen guter und schlechter Musik“ (Kurt Weill)

In ihrem Programm begeben sich die Opernsängerin **Martina Hamberg-Möbius** und der Pianist **Gerd Jordan** mit Liedern und Texten auf die



Spuren des spannenden und turbulenten Lebensweges des berühmten Komponisten Kurt Weill, angefangen von der Berliner Theaterszene der zwanziger Jahre, über das Pariser Exil bis zur amerikanischen Künstlerszene am Broadway und Hollywood der vierziger Jahre.

Freuen Sie sich auf eine Mischung u.a. aus Songs der Dreigroschenoper, Chansons aus seiner Zeit in Paris und

seinen bekanntesten Musicalmelodien vom Broadway.

Text/Foto: Martina Hamberg-Möbius / Manju Sahwney=Martina Hamberg-Möbius, Frida Kutsche=Gerd Jordan



OPEN AIR - HAMBORGER SCHIETGÄNG (04.07.2025)

Sangesfreude und Spielwitz, Anspruch und Klamauk, Ernsthaftigkeit und Dumm Tüch, auf Hoch und Platt und Anderswie, das charakterisiert diese ungewöhnliche Salz- und Süßwasser-Gang.

So unterschiedlich diese uringen Typen und ihr musikalischer Hintergrund sind, so vielseitig ist ihr Programm, das sie mal handfest, mal feinsinnig, mit sicherem Gespür auf den jeweiligen Anlass an- und abstimmen.

Dazu gehören Poller-Songs, Rettungsring-Schlager und Ölzeug-Hits, und natürlich Windjammer-Shantys, Seemanns-Chansons, eigene „Wasser“-Lieder, „Elb-Vielharmonie“, A-cappella-Gesang und, und ...

...nu hör mol to. Wi singt Leeder, die kennt jü, ob Mann ob Fro. Singt von'n Hamborger Hoben, von Scheepen und See, jo de Hamborger Schietgäng in Luv und in Lee. Süsst du de Hamborger Schietgäng mol ob dien Kurs, röpt se nur Hummel, Hummel! Und du röps Mors, Mors.



Text/Foto: Holger Nowak /M. Dobrzinski

Veranstaltungen - Vorschau



SAXYARPA (17.01.2025)

Wer diese außergewöhnliche Gruppe im April 2024 erlebt hat, wird ihren Auftritt bei uns auf keinen Fall versäumen wollen. Ein hinreißendes Musikterzett bestehend aus Saxophon, Cajon und einem außergewöhnlichen Instrument, der Harfe, ergeben einen ganz ungewöhnlichen Klang und Musikstil, mitreißend und besonders!



SEBASTIAN SCHNOY (07.03.2025)

Hummel, Hummel - Heimat Hamburg

Das erste Mal, wir wagen es: Comedy im Berenberg-Gossler-Haus! Fröhliches über die Historie, der aus seiner besonderen Sicht schönsten Stadt, des vielseitig beschäftigten Comedianten, beheimatet in unserem schönen Niendorf. Ein sogenanntes Heimspiel für Herrn Schnoy!

Kinderferienprogramm - Vorstellungen um 9.30 Uhr und 11.00 Uhr

DIE HENNE UND DAS EI (20.03.2025)

Wolf's Figurentheater spielt eine fröhliche Ei-Odyssee auch für die Kleinsten ab 3 Jahre, unter anderem mit Max, dem kleinsten Drehorgelspieler der Welt.



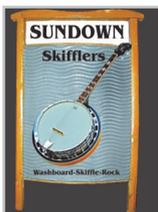
(21.03.2025)

Boogie Woogie vom Feinsten!

Wie lange mussten wir warten und ins Alma Hoppe, die Musikhalle oder in die Elphi gehen, teure Karten erstehen, um diesen Künstler bei uns begrüßen zu können. Endlich bei uns in Niendorf in gemütlicher Umgebung an unserem schönen Flügel. Lassen Sie sich einfangen von diesem norddeutschen Boogie Meister am Piano!

CHRIS B. (23.05.2025)

Chris B. spielt eigene Stücke, die vom Blues inspiriert sind. Anleihen aus Jazz, Boogie Woogie und Soul erzeugen einen spannenden Genremix, der sich gewaschen hat: Kraftvoller Gesang, swingender Groove, treibendes Boogie-Klavier.



SUNDOWN SKIFFLERS (29.06.2025)

Die erfolgreichste Skiffel-Rock-Band des Nordens spielt für uns, wenn möglich, **Open Air**, ihre fröhliche, mitreißende Washboard-Skiffel-Rock Musik. Sehr erfolgreich bei uns in 2023.

BEI UNS GESEHEN UND GEHÖRT



Orientalisches Wochenende am 19.10. und 20.10.2024

Was hatte ich, Thea Kruse, für eine wahnwitzige Idee.

Es sollte mal etwas anderes geboten werden als nur ein Konzert. So entstand diese Idee, einen „orientalischen Brunch“ am Samstag mit lauter Leckereien und sonntags eine Band, die orientalische Musik spielt. Natürlich durfte der orientalische Kuchen im Info Café nicht fehlen.



Es begann mit der Sichtung der entsprechenden Kochbücher und dem was gekocht werden soll. Die Rezepte waren schnell gefunden.

Für fünfunddreißig Personen sollte es sein. Die Zutatenliste wurde erstellt, aber auch eine Aufstellung, welches Rezept aus welchem Kochbuch.

„Spicy Piano and Oud“ als Band war auch schnell gefunden. Somit stand dem Wochenende nichts mehr im Wege. Die Karten waren im Nu vergriffen. Also aufstocken auf fünfzig und schließlich auf sechzig Personen.



Die Logistik des Einkaufs begann. Benötigt wurden u.a. 3,5 kg Butter, 3 kg Schafskäse, 130 Eier, 50 Paprika, 3 kg Walnüsse, 18 Auberginen, 5 kg Joghurt, 18 Becher saure Sahne, 3,5 kg Kichererbsen,



Mein Kühlschrank und Keller sahen aus wie ein kleiner Tante-Emma-Laden.

Am 18.10.2024 war der Tag der Tage. Es wurde geschneidelt und gekocht. Margrit Schuhr, Ilka Rieck und Helga Kuring halfen mir. Tausend Dank an Euch. Meine Wohnung war ein Schlachtfeld. Aber, mit jedem Rezept (32) sah man den Erfolg. Ohne Frage, es war ziemlich anstrengend. Spaß hat es trotzdem gemacht. Abends wurden die Salate, Dips, Kuchen etc. in den Kühlschränken des Bürgerhauses verstaut.



Thomas Rieck, Wolfgang Kreienbaum und Egbert Schuhr haben sehr liebevoll die Tische arrangiert und gedeckt. Auch an Euch meinen herzlichsten Dank!

BEI UNS GEGEHEN UND GEHÖRT



Fortsetzung: Orientalisches Wochenende am 19.10. und 20.10.2024
Samstag um 7.30 Uhr fanden wir uns im Bürgerhaus ein, um anzurichten und aufzubauen.



Pünktlich um 11.00 Uhr wurde das Buffet eröffnet. Es gab lange Schlangen, um die Köstlichkeiten zu probieren.



Von den Gästen gab es nur lobende Worte für diesen „orientalischen Brunch“ und man könnte es wiederholen. Dann werde ich wahrscheinlich von den helfenden Händen gelyncht. Sonntag spielten „Spicy Piano and Oud“ dann mediterrane Kompositionen.

„Khayrulloodoboev“, der Percussion Spieler aus Tadjikistan, verzauberte das Publikum mit seiner Kunst. Auch die Solostücke vom Oud Spieler, sowie der Gesang von Anne Holler, rissen das Publikum mit. Zum Schluss gab es Standing Ovations.

Das Wochenende war ein voller Erfolg. Es war anstrengend, aber wenn die Gäste voll des Lobes sind, dann vergisst man dies ganz schnell. Nochmals an alle Damen und Herren, die mitgewirkt haben, meinen herzlichsten Dank!

Text/Fotos: TK

BEI UNS GEGEHEN UND GEHÖRT



„FULL GARDEN“ einmal wieder am 7. September mit **Jack in the Green**. Zauberhaft, bringen die sechs Musiker dieser traditionellen Niendorfer Irish Band doch inzwischen eine Menge Blutsverwandtschaft mit. Ehefrauen und Freundinnen mit ganz „kleinem“, oder schon etwas „größerem“ Nachwuchs, tanzten erfreut und begeistert zur Musik der „Pappis“. Ein Topf Popcorn trug zur Begeisterung bei. Bei den Erwachsenen fand das extra bestellte, in Hamburg schwer zu bekommende Kilken-

ny Bier, große Zustimmung. Tolle Musik und ein wundervoller Sommerabend bei uns im Garten. Wir freuen uns schon jetzt auf den 13. September 2025.

Text/Foto: JP

Die Redaktion dieses Programm- und Informationsheftes hat jedes Jahr ein kleines Problem: Veranstaltungen zum Halbjahresende finden immer wieder keinen Eintrag in unser Heft. Der Grund: sie finden nach Redaktionsschluss statt! So könnten sie frühestens ein halbes Jahr später im Heft erscheinen, ein bisschen spät. Daher machen wir diesmal eine Ausnahme, da es auch eine außergewöhnliche Veranstaltung war und wir daher darüber kurz berichten wollten.

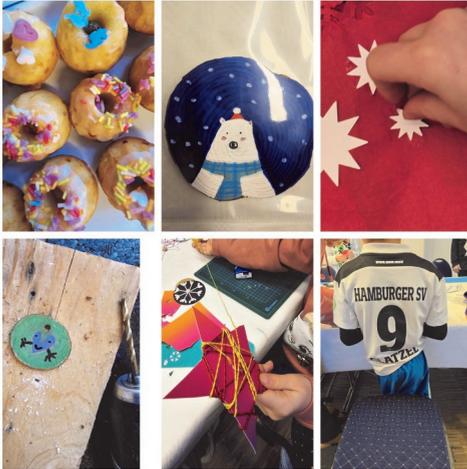


Chanson Programm mit Sabine Pregel am 21.06.24

Völlig verzaubert und entrückt lauschten die Besucher diesem großartigem **Hildegard Knef Abend**. Die Band mit dem erfreulichen Namen „Die Sommersprossen“ und einer netten Moderation trugen dazu bei, diesen wundervollen Abend mit allen schönen eingängigen und berühmten Chansons der Hildegard Knef sehr einmalig zu machen. Auf Wunsch vieler Besucher „gerne bald einmal wieder“. Für Euch soll es wieder rote Rosen regnen.

Foto/Text: JP

BEI UNS GEGEHEN UND GEHÖRT



Vorweihnachtliches Kinderbasteln im Berenberg-Gossler-Haus

Es wurde gemalt, geklebt, gebohrt, gestanzt und genascht beim **traditionellen vorweihnachtlichen Kinderbasteln** im Bürgerhaus. Und wer sagt denn, dass das nicht auch etwas für kleine HSV-Fans ist.



REGELMÄßIGE TREFFEN

Gäste sind herzlich willkommen!



montags

Bridge-Gruppe – Forum D
14.30 – 17.00 Uhr
Leitung: Marianne Kröger,
Tel. 552 31 74

montags

Kalliphonia Chor
Auskunft: Cat Lustig,
lustigpiano@gmx.net
18.00 - 19.30 Uhr
Tel. 0177 55 71 751

montags

jeden 2. + 4. Mo. im Monat
Kniffel, Halma, Rommé usw. ab 18.00 Uhr
Auskunft: Gudrun von Appen,
Tel. 58 67 05

dienstags

jeden 1. + 3. Di. im Monat
Canasta-Gruppe
14.00 – 17.30 Uhr
Leitung: Carolina Schmersow,
Tel. 555 15 62

dienstags

jeden 2. + 4. Di. im Monat
„Magische Nordlichter“
19.00 – 21.00 Uhr
Ansprechpartner: Stefan Kirst,
Tel. 89 01 86 94
stefan.ernst.kirst@gmail.com



mittwochs

jeden 3. Mittwoch im Monat
Kreativ-Treff
15.00 - 17.00 Uhr
Auskunft: Karin Gurezka
Tel. 553 73 70



donnerstags

jeden 2. + 4. Do. im Monat
Skat-Treff
ab 17.00 Uhr
Auskunft: Dieter Ortmann,
Tel. 0171 488 10 06

samstags

jeden 2. Samstag im Monat
Offener Patchwork-Treff
11.00 – 17.00 Uhr
Leitung: Karin Gurezka,
Tel. 553 73 70



VERANSTALTUNGEN 2025/1



| | |
|--|--|
| <p>Freitag, 10.01.25 19.00 Uhr</p> | <p>Vernissage "In eigener Sache", Hanna Malzahn Eintritt frei</p> |
| <p>Freitag, 17.01.25 19.00 Uhr</p> | <p>Saxyarpa – Wer diese außergewöhnliche Gruppe im April 24 erlebt hat, wird ihren Auftritt auf keinen Fall versäumen wollen!! Saxophon, Cajon und ein außergewöhnlicher Harfenklang, mitreißend und besonders. Vorverkauf: ab 06.12.24 Eintritt: 18,00 EUR</p> |
| <p>Freitag, 24.01.25 19.00 Uhr</p> | <p>Aves de paso (= Zugvögel), das sind Hendrik Leßmann (Bandoneon) und Miguel Wolf (Gesang und Gitarre). Im Tango sind sie sich begegnet und seitdem fliegen sie zusammen. Im Gepäck: Tangos, Milongas und Candombes, mal gesungen, mal instrumental, mal alt, mal neu. Vorverkauf: ab 06.12.24 Eintritt: 18,00 EUR</p> |
| <p>Freitag, 07.02.25 19.00 Uhr</p> | <p>TonART – in Planung. Nähere Informationen entnehmen Sie bitte dem Aushang und der Werbung Vorverkauf: ab 06.01.25 Eintritt: 18,00 EUR</p> |
| <p>Freitag, 21.02.25 19.00 Uhr</p> | <p>Es heißt „an Bord, Ihr Landratten“ mit den ASPHALTMATROSEN, Eckhart Breitschuh Gesang und Greg Baker am Piano spielen Seemannslieder etc. von Hans Albers, Bill Ramsey, Cole Porter bis Jac Brell. Aufgelockert durch Seemannsgeschichten von Ringelmatz. Es wird brüllend komisch, tiefgründig und feuchtfrohlich. Vorverkauf: ab 24.01.25 Eintritt: 18,00 EUR</p> |
| <p>Mittwoch, 07.03.25 19.00 Uhr</p> | <p>Sebastian Schnoy Hummel, Hummel Heimat Hamburg! Comedy und Historie über die schönste Stadt aus Sicht des vielseitig beschäftigten Comedyanten beheimatet in unserem schönen Niendorf. Ein sogenanntes Heimspiel. Herzlich Willkommen! Vorverkauf ab: 07.02.25 Eintritt: 15,00 EUR</p> |
| <p>Freitag, 14.03.25 19.00 Uhr</p> | <p>Vernissage Lilo Schmidt-Wiedenroth Eintritt: frei</p> |
| <p>Donnerstag, 20.03.25 9.30 u. 11.00 Uhr</p> | <p>Kinderferienveranstaltung „Die Henne und das Ei“ Wolf's Figurentheater spielt eine fröhliche Ei-Odyssee auch für die Kleinsten ab 3 Jahre, unter anderem mit Max, dem kleinsten Drehorgelspieler der Welt. Vorverkauf ab: 13.02.25 Eintritt: 2,00 EUR</p> |
| <p>Freitag, 21.03.25 19.00 Uhr</p> | <p>Axel Zwingenberger - Boogie Woogie vom Feinsten! Endlich bei uns in Niendorf in gemütlicher Umgebung an unserem nur für ihn neu gestimmten Flügel. Lassen Sie sich einfangen von diesem norddeutschen Meister am Piano! Vorverkauf ab: 14.02.25 Eintritt: 30,00 EUR</p> |

VERANSTALTUNGEN 2025/1



| | |
|---------------------------------------|--|
| Freitag, 04.04.25 19.00Uhr | Von Berlin zum Broadway- Hommage an Kurt Weill Opernsängerin Martina Hamberg-Möbius und Gerd Jordan Piano, begeben sich mit Liedern und Texten auf die Spuren des spannenden und turbulenten Lebensweges von Kurt Weill VVK: ab 07.03.25 Eintritt: 18,00 EUR |
| Freitag, 11.04.25 19.00 Uhr | Dr. Carstensen - über Gabriele Münter Vorverkauf ab: 14.03.25 Eintritt: 10,00 EUR |
| Freitag, 16.05.24 19.00 Uhr | Vernissage Gabriele Schau Eintritt frei |
| Freitag, 23.05.25 19.00 Uhr | Chris B. spielt einen spannenden Genreremix Swing, Blues und Boogie mit kraftvollem Gesang, fetziges Saxophon und mitreißendem Klavier sind Musik und Emotionen pur! Vorverkauf ab: 25.04.25 Eintritt: 15,00 EUR |
| Freitag, 20.06.25 19.00 Uhr | „Das ist die Berliner Luft“, Theater 47 - Eine muntere Musik- und Sketchshow mit vielen bekannten Liedern und Anekdoten, ganz nach "Berliner Schnautzen Art", zum Mitsingen und Lachen. Vorverkauf ab 23.05.25 Eintritt: 12,00 EUR |
| Freitag, 27.06.25 19.00 Uhr | TonArt -- in Planung. Nähere Informationen entnehmen Sie bitte dem Aushang und der Werbung VVK: ab 30.5.25 Eintritt: 18,00 EUR |
| Sonntag, 29.06.25 11.00 Uhr | Sundown Skiffers - Die erfolgreichste Skiffel-Rock-Band des Nordens spielt für uns, wenn möglich Open Air, ihre fröhliche, mitreißende Washboard -Skiffel-Rock-Musik.. Sehr erfolgreich bei uns in 2023 Vorverkauf ab: 30.05.25 Eintritt: 18,00 EUR |
| Freitag, 04.07.25 19.00 Uhr | OPEN AIR - Hamburger Schietgang “ Sangesfreude, Spielwitz, Anspruch und Klamauk, Ernsthaftigkeit, Dumm Tüch auf Hoch und Platt und Anderswie – das charakterisiert diese ungewöhnliche Salz- und Süßwasser Gang. Es wird spaßig! VVK ab: 06.06.25 Eintritt: 20,00 EUR |

Änderungen vorbehalten. Kartenvorverkauf im Büro, Café und Büchereck Niendorf-Nord
Reservierte Karten holen Sie bitte bis 30 Minuten vor Veranstaltungsbeginn ab. Danach erlischt Ihre Reservierung

z.Z keine VERANSTALTUNGS- TERMINE FÜR MITGLIEDER!



- Stadtbesichtigungen in der näheren oder weiteren Umgebung
- Besichtigungen von Betrieben und Instituten
- Rundgänge durch Stadtteile und Führungen durch Museen und Ausstellungen
- Spaziergänge, Fußgänger-Rallyes, Verkostungen und vieles Interessante mehr ...

**Wer sich traut für unsere Mitglieder Führungen, Besichtigungen oder auch Radtouren zu organisieren und durchzuführen, der melde sich bitte im Büro des Bürgerhauses unter der Telefonnummer: 040 58 97 66 43
Alle Tätigkeiten in diesem Zusammenhang sind ehrenamtlich!
Wir freuen uns auf Sie!**

1. Teilnahme

Grundsätzlich können nur Mitglieder des Bürgerhauses für Niendorf an den Veranstaltungen teilnehmen. Gäste sind aber für einen „Schnuppertermin“ herzlich willkommen!

Die Teilnahme erfolgt auf eigene Gefahr und Rechnung. Weder das Bürgerhaus noch die Tourenleiter haften für Schäden, Unfälle und dergleichen.

2. Anmeldung

Frühestens vier Wochen vor der Veranstaltung, dabei Bezahlung des Organisations- / Kostenbeitrages.

3. Wartelisten

Bei Bedarf wird eine Warteliste geführt. Aus dieser werden eventuell frei werdende Plätze kurzfristig nachbesetzt. Die Teilnehmer/Innen werden informiert!

4. Organisations-/Kostenbeitrag

Die Aktivitäten des Teams „Mitgliederbetreuung“ sollen kostenneutral durchgeführt werden. Wir bitten aber um Verständnis, dass ein Organisations-/ bzw. Kostenbeitrag erhoben wird, der jeweils bei der Anmeldung zu entrichten ist. Bei kurzfristigen Abmeldungen kann dieser nicht erstattet werden.

5. Absagen

Angemeldete Teilnehmer/Innen werden im Verhinderungsfall um telefonische Nachricht bei dem/der jeweiligen Organisator/In gebeten, damit „Nachrücker/Innen“ informiert werden können.

Kurse 1/25



BEWEGUNG und ENTSPANNUNG

QIGONG

Do. 10.00 – 11.30 Uhr

Beginn: 27.02.25

10 Termine € 112,00

Qigong – Shibashi (Set 1) am Vormittag

Qigong trägt als wichtige Säule der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM) zur Gesunderhaltung des Menschen bei. Die Übungen des Qigong verbinden Bewegung, Atemtechnik und innere Aufmerksamkeit, um die Lebensenergie in Harmonie zu bringen. Stoffwechsel und Energiefluss sollen angeregt, Fehlhaltungen durch einen verbesserten Muskeltonus korrigiert, Beschwerden gelindert und Selbstheilungskräfte gestärkt werden. Die erste Übungsreihe der 18 Figuren ist leicht zu erlernen. Es werden einfache Übungen im Stand ohne Schrittfolgen geübt. Für Teilnehmende ohne Vorkenntnisse geeignet. Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, Gymnastikschuhe oder rutschfeste Socken und eine Iso- oder Yogamatte.

Leitung: Elke Böer

VHS-Kurs-Nr. 8171MMM10

Anmeldung nur über die VHS unter www.vhs-hamburg.de,

E-Mail: mitte@vhs-hamburg.de,

Tel. 428 41 42 84 oder Anmeldecoupon (s. Heftende)

Di. 18.30 – 20.00 Uhr

Beginn: 04.02.25

10 Termine € 112,00

Qigong am Abend

Qi Gong ist eine Methode der traditionellen chinesischen Medizin. Es kann leicht erlernt werden und ist für alle Menschen geeignet. Die Übungen verbinden Körperbewegung, Atmung, Vorstellungskraft und innere Aufmerksamkeit. Durch sie werden das „Qi“, die Lebensenergie, mobilisiert und zum Fließen gebracht, Fehlhaltungen verbessert und die Selbstheilungskräfte gestärkt.

Bitte bringen Sie bequeme Kleidung, Gymnastikschuhe oder rutschfeste Socken mit.

Leitung: Ingrid Meichsner-Rudat

VHS-Kurs-Nr. 8172MMM70

Anmeldung nur über die VHS unter www.vhs-hamburg.de,

E-Mail: mitte@vhs-hamburg.de,

Tel. 428 41 42 84 oder Anmeldecoupon (s. Heftende)

Di. 18.30 – 20.00 Uhr
Beginn: 06.05.25
10 Termine € 112,00

Mi. 10.00 – 11.30 Uhr
Beginn: 26.03.25
6 Termine € 67,00

Qigong am Abend

Qigong ist eine Methode der traditionellen chinesischen Medizin. Es kann leicht erlernt werden und ist für alle Menschen geeignet. Die Übungen verbinden Körperbewegung, Atmung, Vorstellungskraft und innere Aufmerksamkeit.

Durch sie werden das „Qi“, die Lebensenergie, mobilisiert und zum Fließen gebracht, Fehlhaltungen verbessert und die Selbstheilungskräfte gestärkt.

Bitte bringen Sie bequeme Kleidung, Gymnastikschuhe oder rutschfeste Socken mit.

Leitung: Ingrid Meichsner-Rudat

VHS-Kurs-Nr. 8172MMM72

Anmeldung nur über die VHS unter www.vhs-hamburg.de,

E-Mail: mitte@vhs-hamburg.de,

Tel. 428 41 42 84 oder Anmeldecoupon (s. Heftende)

YOGA

Hatha-Yoga am Vormittag

Yoga ist eine aus Indien stammende etwas 5000 Jahre alte philosophische Lehre. Sie umfasst eine Reihe meditativer und körperlicher Übungen. Mittlerweise wird Yoga in der ganzen Welt in vielen unterschiedlichen Ausrichtungen praktiziert. Traditionelles südasiatisches Yoga ist in seinen Lehren und Praktiken sehr viel komplexer als heutige westliche Varianten.

Hatha-Yoga ist eine Einladung, mit sanften Körper-, Atem- und Entspannungsübungen die körperliche und die seelische Verfassung zu erhalten bzw. zu verbessern. Mit Hilfe von achtsam ausgeführten Bewegungen und Körperhaltungen wird die Muskulatur gekräftigt, die Beweglichkeit gefördert sowie das Körperbewusstsein geschult. Meditationsübungen stärken die Konzentrationsfähigkeit und führen zu mehr Ruhe und Gelassenheit, so dass auch Stresssituationen besser bewältigt werden können.

Bitte bringen Sie eine eigene Matte, bequeme Kleidung, eine Decke und dicke Socken mit.

Leitung: Renate Annuss

VHS-Kurs-Nr. 8181MMM09

Anmeldung nur über die VHS unter www.vhs-hamburg.de

E-Mail: mitte@vhs-hamburg.de,

Tel. 428 41 42 84 oder Anmeldecoupon (s. Heftende)

Mi. 10.00 – 11.30 Uhr
Beginn: 21.05.25
8 Termine € 89,00

Hatha-Yoga am Vormittag

Yoga ist eine aus Indien stammende etwas 5000 Jahre alte philosophische Lehre. Sie umfasst eine Reihe meditativer und körperlicher Übungen. Mittlerweise wird Yoga in der ganzen Welt in vielen unterschiedlichen Ausrichtungen praktiziert. Traditionelles südasiatisches Yoga ist in seinen Lehren und Praktiken sehr viel komplexer als heutige westliche Varianten.

Hatha-Yoga ist eine Einladung, mit sanften Körper-, Atem- und Entspannungsübungen die körperliche und die seelische Verfassung zu erhalten bzw. zu verbessern. Mit Hilfe von achtsam ausgeführten Bewegungen und Körperhaltungen wird die Muskulatur gekräftigt, die Beweglichkeit gefördert sowie das Körperbewusstsein geschult. Meditationsübungen stärken die Konzentrationsfähigkeit und führen zu mehr Ruhe und Gelassenheit, so dass auch Stresssituationen besser bewältigt werden können.

Bitte bringen Sie eine eigene Matte, bequeme Kleidung, eine Decke und dicke Socken mit.

Leitung: Renate Annuss

VHS-Kurs-Nr. 8181MMM13

Anmeldung nur über die VHS unter www.vhs-hamburg.de,

E-Mail: mitte@vhs-hamburg.de,

Tel. 428 41 42 84 oder Anmeldecoupon (s. Heftende)

RICHARD E. MAIER

IMMOBILIEN UND HAUSVERWALTUNGEN SEIT 1929

GESUCHT

Für unsere Kunden suchen wir Grundstücke, Häuser und Eigentumswohnungen in Lokstedt, Niendorf, Schnelsen und Umgebung.

Ob Verkauf, Vermietung oder Verwaltung, profitieren Sie von solider Maklerarbeit in der dritten Generation.



RICHARD E. MAIER GMBH Tibarg 32 b · 22459 Hamburg

Tel (040) 589 7000 · Fax (040) 589 700-20

info@richardemaier.de · www.richardemaier.de

Do. 19.00 – 20.30 Uhr
Beginn: 16.01.25
10 Termine € 112 €

Mo. 09.30 – 11.00 Uhr
Beginn: 06.01.25
8 Termine € 110,00

Hatha-Yoga am Abend

Yoga ist eine aus Indien stammende etwa 5000 Jahre alte philosophische Lehre. Sie umfasst eine Reihe meditativer und körperlicher Übungen. Mittlerweile wird Yoga in der ganzen Welt in vielen unterschiedlichen Ausrichtungen praktiziert. Traditionelles südasiatisches Yoga ist in seinen Lehren und Praktiken sehr viel komplexer als heutige westliche Varianten.

Hatha-Yoga ist eine Einladung, mit sanften Körper-, Atem- und Entspannungsübungen die körperliche und die seelische Verfassung zu erhalten bzw. zu verbessern. Mit Hilfe von achtsam ausgeführten Bewegungen und Körperhaltungen wird die Muskulatur gekräftigt, die Beweglichkeit gefördert sowie das Körperbewusstsein geschult. Meditationsübungen stärken die Konzentrationsfähigkeit und führen zu mehr Ruhe und Gelassenheit, so dass auch Stresssituationen besser bewältigt werden können.

Bitte bringen Sie eine eigene Matte, bequeme Kleidung und dicke Socken mit.

Leitung: Elke Böer

VHS-Kurs-Nr. 8182MMM22

Anmeldung nur über die VHS unter www.vhs-hamburg.de,

E-Mail: mitte@vhs-hamburg.de,

Tel. 428 41 42 84 oder Anmeldecoupon (s. Heftende)

Yoga für Menschen 60+

Yoga kennt kein Alter! Sie erlernen und üben Yoga in einer festen Gruppe mit persönlicher Ansprache. Entsprechend Ihres persönlichen Befindens unterstütze ich Sie dabei, das Erlernte in Ihrem Rahmen zu entwickeln. Das Wechselspiel von sanfter Bewegung mit Atem- und Entspannungsübungen sowie der anschließenden Meditation lassen Sie erfahren, dass Sie auch mit zunehmendem Alter beweglich, achtsam und ausgeglichen sein können. Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich.

Bitte bringen Sie bequeme Kleidung, eine Decke und Trinkwasser mit.

Leitung: Stephanie Brauch, Tel. 0171 650 38 29,

www.schneidersitz.de

Kurs-Nr. 01/25

Mo. 09.30 – 11.00 Uhr
Beginn: 31.03.25
7 Termine € 95,00

Yoga für Menschen 60+

siehe Seite 26

Leitung: Stephanie Brauch, Tel. 0171 650 38 29,
www.schneidersitz.de
Kurs-Nr. 02/25

WERNER EISELE

Haus- und Grundstücksmakler seit 1969



**Immobilienkompetenz seit über 50 Jahren
im Herzen von Niendorf**

Tel. 040 555 35 35

www.werner-eisele-immobilien.de

Verkauf • Vermietung • Verwaltung • Bewertung

Mo. 09.30 – 11.00 Uhr

Beginn: 02.06.25

8 Termine € 110,00

Mo. 11.15 – 12.45 Uhr

Beginn: 06.01.25

8 Termine € 110,00

Mo. 11.15 – 12.45 Uhr

Beginn: 31.03.25

7 Termine € 95,00

Mo. 11.15 – 12.45 Uhr

Beginn: 02.06.25

8 Termine € 110,00

Fr. 10.45 – 11.45 Uhr

Beginn: 10.01.25

8 Termine € 90,00

Yoga für Menschen 60+

siehe Seite 26

Leitung: Stephanie Brauch, Tel. 0171 650 38 29,

www.schneidersitz.de

Kurs-Nr. 03/25

Yoga für Menschen 60+

siehe Seite 26

Leitung: Stephanie Brauch, Tel. 0171 650 38 29,

www.schneidersitz.de

Kurs-Nr. 04/25

Yoga für Menschen 60+

siehe Seite 26

Leitung: Stephanie Brauch, Tel. 0171 650 38 29,

www.schneidersitz.de

Kurs-Nr. 05/25

Yoga für Menschen 60+

siehe Seite 26

Leitung: Stephanie Brauch, Tel. 0171 650 38 29,

www.schneidersitz.de

Kurs-Nr. 06/25

Yoga für Menschen 60+

siehe Seite 26

Leitung: Stephanie Brauch, Tel. 0171 650 38 29,

www.schneidersitz.de

Kurs-Nr. 07/25

Praxis für Krankengymnastik Patricia Löhmann



Einzeltraining auf dem Trampolin:

Osteoporoseprophylaxe,

Beckenbodentraining,

Fitnessübungen -

alles gelenk- und rüchenschonend

Paul-Sorge-Straße 140 22455 Hamburg Tel.: 555 34 15 Fax: 555 27 32

Fr. 10.45 – 11.45 Uhr

Beginn: 04.04.25

6 Termine € 70,00

Fr. 10.45 – 11.45 Uhr

Beginn: 06.06.25

7 Termine € 80,00

Fr. 12.00 – 13.00 Uhr

Beginn: 10.01.25

8 Termine € 90,00

Yoga für Menschen 60+

siehe Seite 26

Leitung: Stephanie Brauch, Tel. 0171 650 38 29,

www.schneidersitz.de

Kurs-Nr. 08/25

Yoga für Menschen 60+

siehe Seite 26

Leitung: Stephanie Brauch, Tel. 0171 650 38 29,

www.schneidersitz.de

Kurs-Nr. 09/25

Yoga auf dem Stuhl

Yoga ist eine innere Haltung, die sich durch eine äußere Haltung, Achtsamkeit und Atemübungen ausdrücken und üben lässt. Das Alter eines Menschen spielt dabei keine Rolle, wichtig ist nur, dass du offen und neugierig bist auf die Erfahrungen deiner Lebendigkeit. Du übst im Stehen oder mit und auf dem Stuhl.

Leitung: Stephanie Brauch, Tel. 0171 650 38 29,

www.schneidersitz.de

Kurs-Nr. 10/25

Ernst Pöhls +Tochter Malermeister

Garstedter Weg 291

22455 Hamburg

Tel.: 040/551 83 96

Fax: 040/551 59 72

mobil: 0170/201 93 65

e-mail: poehls-hamburg@t-online.de



Fr. 12.00 – 13.00 Uhr

Beginn: 04.04.25

6 Termine € 70,00

Do. 19.00 – 20.30 Uhr

Beginn: 09.01.25

8 Termine € 110,00

Do. 19.00 - 20.30 Uhr

Beginn: 03.04.25

7 Termine € 95,00

Do. 19.00 - 20.30 Uhr

Beginn: 05.06.25

7 Termine € 95,00

Fr. 9.30 - 10.30 Uhr

Beginn: 10.01.25

7 Termine € 95,00

Yoga auf dem Stuhl

Yoga ist eine innere Haltung, die sich durch eine äußere Haltung, Achtsamkeit und Atemübungen ausdrücken und üben lässt. Das Alter eines Menschen spielt dabei keine Rolle, wichtig ist nur, dass du offen und neugierig bist auf die Erfahrungen deiner Lebendigkeit. Du übst im Stehen oder mit und auf dem Stuhl.

Leitung: Stephanie Brauch, Tel. 0171 650 38 29,

www.schneidersitz.de

Kurs-Nr. 11/25

Yoga für den Alltag

Diese Yoga-Stunden stärken und kräftigen auf mentaler und körperlicher Ebene für den Alltag und ermöglichen ein entspanntes Loslassen und Regenerieren vom Alltag. Kopf und Herz werden frei und die innere Balance gibt eine neue Sichtweise. Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich. Bitte bringen Sie bequeme Kleidung, eine Decke/Handtuch und etwas zu trinken mit.

Leitung: Stephanie Brauch, Tel. 0171 650 38 29,

www.schneidersitz.de

Kurs-Nr. 12/25

Yoga für den Alltag

s.o.

Leitung: Stephanie Brauch, Tel. 0171 650 38 29,

www.schneidersitz.de

Kurs-Nr. 13/25

Yoga für den Alltag

s.o.

Leitung: Stephanie Brauch, Tel. 0171 650 38 29,

www.schneidersitz.de

Kurs-Nr. 14/25

Yoga für den Alltag

s.o.

Leitung: Stephanie Brauch, Tel. 0171 650 38 29,

www.schneidersitz.de

Kurs-Nr. 15/25

Fr. 9.30 - 10.30 Uhr

Beginn: 04.04.25

7 Termine € 95,00

Mo. 9.30 – 11.00 Uhr

Beginn: 06.01.25

5 Termine € 80,00

Mo. 9.30 – 11.00 Uhr

Beginn: 10.02.25

5 Termine € 80,00

Mo. 9.30 – 11.00 Uhr

Beginn: 17.03.25

5 Termine € 80,00

Yoga für den Alltag

siehe Seite 30

Leitung: Stephanie Brauch, Tel. 0171 650 38 29,

www.schneidersitz.de

Kurs-Nr. 16/25

Yin Yoga

Yin Yoga ist eine ruhige, meditative Praxis, bei der die einzelnen Asanas (Körperhaltungen) drei bis fünf Minuten und teilweise auch länger, im Liegen oder Sitzen gehalten werden. Mit Hilfe von Decken, Polstern, Yogakissen, Klötzen und Gurten ist es dir möglich, ganz entspannt in die Haltung zu sinken. Dabei lösen sich verspannte Muskeln, verklebte Faszien, der Geist kann zur Ruhe kommen und du begibst dich auf deine persönliche Reise zu innerem Frieden, Klarheit und Ausgeglichenheit. Es sind keine Vorkenntnisse nötig. Komme bitte in bequemer und gerne auch wärmerer Kleidung als üblicherweise beim Yoga und bringe eine Yogamatte, eine Decke und wenn vorhanden, oben genannte Lagerungsmaterialien, sowie etwas zu trinken mit. Leitung: Yvonne Fiege, Physiotherapeutin, Boegertherapeutin, Yoga Coach, Tel. 23 90 89 59, info@physiotherapie-fiege.de, www.physiotherapie-fiege.de
Kurs-Nr. 17/25

Yin Yoga

siehe Seite 30

Leitung: Yvonne Fiege, Physiotherapeutin, Boegertherapeutin, Yoga Coach, Tel. 23 90 89 59,

info@physiotherapie-fiege.de, www.physiotherapie-fiege.de

Kurs-Nr. 18/25

Yin Yoga

siehe Seite 30

Leitung: Yvonne Fiege, Physiotherapeutin, Boegertherapeutin, Yoga Coach, Tel. 23 90 89 59,

info@physiotherapie-fiege.de, www.physiotherapie-fiege.de

Kurs-Nr. 19/25

Mo. 9.30 – 11.00 Uhr
Beginn: 28.04.25
6 Termine € 96,00

Mo. 9.30 – 11.00 Uhr
Beginn: 16.06.25
6 Termine € 96,00

Mo. 19.00 – 20.00 Uhr
Beginn: 13.01.25
10er Karte € 140,00
5er Karte € 70,00

Yin Yoga

siehe Seite 30

Leitung: Yvonne Fiege, Physiotherapeutin, Boegertherapeutin, Yoga Coach, Tel. 23 90 89 59,
info@physiotherapie-fiege.de, www.physiotherapie-fiege.de
Kurs-Nr. 20/25

Yin Yoga

siehe Seite 30

Leitung: Yvonne Fiege, Physiotherapeutin, Boegertherapeutin, Yoga Coach, Tel. 23 90 89 59,
info@physiotherapie-fiege.de, www.physiotherapie-fiege.de
Kurs-Nr. 21/25

PILATES

Pilates

Modernes und gesundheitsorientiertes Pilatetraining. Die abwechslungsreichen Übungen fördern Beweglichkeit, Kraft, Koordination und Gleichgewicht. Für alle Erfahrungsstufen geeignet. Ausführliche Infos über die Bewegungsmethode und freie Plätze unter: www.koss-pilates.de
Leitung: Petra Koß, Tel. 0171-173 34 00,
Kurs-Nr. 22/25



seit 1918

P. Loppow & Sohn GmbH

Heizungs- und Sanitärtechnik

Niendorf · Krähenweg 3 b

Tel.: 040 / 551 49 62



DER Spezialist
für Ihre neue
Heizungsanlage
und Ihr
Wohlfühlbad

www.loppow.de

Di. 10.00 – 11.00 Uhr
Beginn: 14.01.25
10er Karte € 140,00
5er Karte € 70,00

Pilates Basics

Sanfter Einstieg in die Pilatesmethode. Du möchtest nach einer längeren Pause (z.B. Gelenkprobleme, Covid, Motivation) wieder etwas Gutes für dich tun, deine Basiskenntnisse verfeinern oder sanft bewegt in den Tag starten? In dieser Stunde verwöhnen wir unsere Wirbelsäule, stärken Rücken-, Bauch- und Beckenbodenmuskulatur und lindern Verspannungen. Wir achten darauf, welche Bewegungen gut tun und wo Widerstände auftreten.

Ausführliche Infos über die Bewegungsmethode und freie Plätze unter:

www.koss-pilates.de

Leitung: Petra Koß,

Tel. 0171-173 34 00,

www.koss-pilates.de

Kurs-Nr. 23/25



Hairstyling & more

Klaus Schneider und sein Team
freuen sich auf Ihren Besuch

Dienstag – Freitag
09.00 – 19.00 Uhr
(Montag Ruhetag)

Paul-Sorge-Straße 5
22459 Hamburg

Tel: 040 – 58 44 75
Web: www.hairstylingandmore-hamburg.de

Mi. 19.00 – 20.00 Uhr
Beginn: 15.01.25
10er Karte € 140,00
5er Karte € 70,00

Mi. 11.15 – 12.45 Uhr
Beginn: 19.02.2025
14 Termine € 169,00

Pilates

Modernes und gesundheitsorientiertes Pilatesstraining. Die abwechslungsreichen Übungen fördern Beweglichkeit, Kraft, Koordination und Gleichgewicht. Für alle Erfahrungsstufen geeignet. Ausführliche Infos über die Bewegungsmethode und freie Plätze unter: www.koss-pilates.de
Leitung: Petra Koß, Tel. 0171-173 34 00,
Kurs-Nr. 24/25

SPRACHEN

ENGLISCH

Englisch A2 Stufe 4

Am Ende der Stufe A2 können Sie ein kurzes Gespräch über alltägliche Gewohnheiten führen, Vorlieben und Abneigungen ausdrücken, genaue Auskünfte zu etwas einholen (z.B. zu Wohnen, Reisen, Freizeit), über gegenwärtige und vergangene Aktivitäten, auch im Beruf, berichten. In diesem Kurs lernen Sie in normalem Lerntempo. Der Kurs findet regelmäßig statt und in Anschlusskursen können Sie mehrere Semester lang die Sprache weiterlernen. Inhalte: Erlebnisse und Lebenserinnerungen, Personen beschreiben, im Hotel, Gesundheit, beim Arzt, Familie, Schulfächer und Lernerfahrungen; present perfect, das Passiv, present progressive für die Zukunft, Bedingungssätze. Hat der Kurs das richtige Sprachniveau für Sie? Wir empfehlen Ihnen dringend ein Beratungsgespräch unter Tel: 040/60929-5555 oder über Sprachenberatung/ Hamburger Volkshochschule (vhs-hamburg.de)
Lehrwerk: LET'S ENJOY ENGLISH A2.2, Student's Book, ISBN 978-3-12-501669-9, Lektionen: 6 - 10
Leitung: Iris Breining
VHS-Kurs-Nr. 5324MMM12
Anmeldung nur über die VHS unter www.vhs-hamburg.de,
E-Mail: mitte@vhs-hamburg.de,
Tel. 428 41 42 84 oder Anmeldecoupon (s. Heftende)

Mi. 9.30 – 11.00 Uhr
Beginn: 19.02.25
14 Termine € 169,00

Englisch B1 Stufe 2

Am Ende der Stufe B1 können Sie: eine Unterhaltung über alltägliche Themen und persönliche Interessen führen (z.B. über Arbeit, aktuelle Ereignisse, Reisen), Hoffnungen und Absichten äußern, die Handlung eines Filmes/Buches wiedergeben, über Meinungen (aus Zeitungen, Fernsehen) diskutieren.

In diesem Kurs lernen Sie in normalem Lerntempo. Der Kurs findet regelmäßig statt, und in Anschlusskursen können Sie die Sprache weiterlernen.

Inhalte: Talking about art, plans and arrangements, the future, laws and limits, the weather. Grammar: future tenses, modal verbs, if-clauses, comparatives and superlatives. Hat der Kurs das richtige Sprachniveau für Sie? Wir empfehlen Ihnen dringend ein Beratungsgespräch unter Tel. 040/60929-5555 oder über Sprachberatung / Hamburger Volkshochschule (vhs-hamburg.de)

Lehrwerk: LET'S ENJOY ENGLISH B1,1, Student's Book, ISBN 978-3-12-501710-8, Lektionen: 5 - 8

Leitung: Iris Breining

VHS-Kurs-Nr. 5332MMM15

Anmeldung nur über die VHS unter www.vhs-hamburg.de,

E-Mail: mitte@vhs-hamburg.de,

Tel. 428 41 42 84 oder Anmeldecoupon (s. Heftende)



GLASEREI DITTRICH
FENSTER SPIEGEL
aus
Holz und Kunststoff nach Maß

NOTDIENST RUND UM DIE UHR

Niendorf, Schippelsweg 55
☎ (040) 58 29 12 und (040) 555 19 51
e-mail: info@glaserei-dittrich.de

Mo. 11.15 – 12.45 Uhr

Beginn: 17.02.25

14 Termine € 169,00

Englisch B2 Stufe1

Freshen up your English

In den Kursen auf der Stufe B2 werden Sie im freien Sprachgebrauch den Grad an Flüssigkeit, Situationsangemessenheit und Korrektheit steigern. Komplexere und abstraktere Themen und Texte behandeln und dabei das Wortschatzspektrum erweitern. Kenntnisse erwerben, mit denen Sie anspruchsvolle sprachliche Situationen erfolgreich bewältigen, z.B. an Diskussionen teilnehmen, Gespräche zur Problem- und Konfliktlösung führen, etwas präsentieren.

Ziele der Aufbaustufe B2.2:

Sich aktiv verständigen, so dass ein normales Gespräch mit Muttersprachlern über die meisten Themen von allgemeinem Interesse gut möglich ist.

In Diskussionen eigene Ansichten durch Argumente und Kommentare gründen und verteidigen.

Sich so ausdrücken, dass keine Missverständnissen entstehen.

In this course you can improve your fluency in English by reading and discussing a variety of interesting texts. You have the opportunity to practice your vocabulary and to learn some more. We will look at some problem areas of grammar and revise structures to improve communication.

Hat der Kurs das richtige Sprachniveau für Sie? Wir empfehlen Ihnen dringend ein Beratungsgespräch unter

Tel:040/60929-5555 oder über

Sprachberatung/Hamburger Volkshochschule
(vhs-hamburg.de).

Leitung: Iris Breining

Lehrwerk wird im Kurs bekannt gegeben

VHS-Kurs-Nr. 5341MMM87

Anmeldung nur über die VHS unter www.vhs-hamburg.de,

E-Mail: mitte@vhs-hamburg.de,

Tel. 428 41 42 84 oder Anmeldecoupon (s. Heftende)

Do. 13.30 – 15.00 Uhr
Beginn: 13.02.25
14 Termine € 169,00

FRANZÖSISCH

Französisch A1 Stufe 4

Am Ende der Stufe A1 können Sie andere begrüßen und sich vorstellen, sehr einfache Unterhaltungen (z.B. über Ihre Herkunft, Familie, Ihren Beruf) führen, Fragen stellen (z.B. in Geschäften, auf der Straße, am Bahnhof, auf dem Flughafen), einfache Wegbeschreibungen geben. In diesem Kurs lernen Sie in normalem Lerntempo. Der Kurs findet regelmäßig statt, und in Anschlusskursen können Sie die Sprache weiterlernen.

Inhalte: über Freizeit, Sport und Urlaub sprechen, sich verabreden, eine Wohnung und ihre Einrichtung beschreiben.
Grammatik: passé composé Verneinung, il faut + Infinitiv, plus/moins...que u.a.

Hat der Kurs das richtige Sprachniveau für Sie? Wir empfehlen Ihnen dringend ein Beratungsgespräch unter Tel. 040/60929-5555 oder über

Sprachenberatung/Hamburger Volkshochschule
(vhs-hamburg.de)

Lehrwerk: wird im Kurs bekannt gegeben

Leitung: Doris Gerz

VHS-Kurs-Nr. 5341MMM87

Anmeldung nur über die VHS unter www.vhs-hamburg.de,

E-Mail: mitte@vhs-hamburg.de,

Tel. 428 41 42 84 oder Anmeldecoupon (s. Hefende)



Mi. 9.30 – 11.00 Uhr
Beginn: 12.02.25
14 Termine € 130,00

Französisch Anfänger:innen - A1 Stufe 1

Am Ende der Stufe A1 können Sie andere begrüßen und sich vorstellen, sehr einfache Unterhaltungen (z.B. über Ihre Herkunft, Familie, Ihren Beruf) führen, Fragen stellen (z.B. in Geschäften, auf der Straße, am Bahnhof, auf dem Flughafen), einfache Wegbeschreibungen geben. In diesem Kurs lernen Sie in normalem Lerntempo. Der Kurs findet regelmäßig statt, und in Anschlusskursen können Sie die Sprache weiterlernen.

Inhalte: sich begrüßen, vorstellen und verabschieden, im Hotel einchecken, über Berufe und Tätigkeiten sprechen
Grammatik: unbetonte Personalpronomen, bestimmter Artikel, Verben auf -er im Präsens u.a. Hat der Kurs das richtige Sprachniveau für Sie? Wir empfehlen Ihnen dringend ein Beratungsgespräch unter Tel. 040/60929-5555 oder über Sprachenberatung/Hamburger Volkshochschule (vhs-hamburg.de)

Lehrwerk: Bitte besorgen Sie sich das Lehrwerk vor Veranstaltungsbeginn.

Lektionen: RENCONTRES EN FRANCAIS A1, Kurs- und Übungsbuch, ISBN 978-3-12-529647-3, Lektionen: 1 - 3
Leitung: Doris Gerz

VHS-Kurs-Nr. 5511MMM01

Anmeldung nur über die VHS unter www.vhs-hamburg.de,

E-Mail: mitte@vhs-hamburg.de,

Tel. 428 41 42 84 oder Anmeldecoupon (s. Heftende)



Blumen

Gisela und Axel Kröger

Krähenweg 19 (im EDEKA-Markt)
22459 Hamburg

Seit 1982

Telefon 040 552 65 48

Mi. 11.15 - 12.45 Uhr
Beginn: 12.02.25
14 Termine € 130,00

Französisch A2 Stufe 4

Am Ende der Stufe A2 können Sie: ein kurzes Gespräch über alltägliche Gewohnheiten führen, Vorlieben und Abneigungen ausdrücken, genaue Auskünfte zu etwas einholen (z.B. zu Wohnen, Reisen, Freizeit), über gegenwärtige und vergangene Aktivitäten, auch im Beruf, berichten. In diesem Kurs lernen Sie in normalem Lerntempo. Der Kurs findet regelmäßig statt, und in Anschlusskursen können Sie die Sprache weiterlernen. Inhalte: Vorschläge machen, über Traditionen, kulturelle Unterschiede sprechen, über neue Medien, die Zukunft sprechen u.a. Grammatik: Stellung und Bildung Adverbien, Zeitangaben, futur simple u.a. Hat der Kurs das richtige Sprachniveau für Sie? Wir empfehlen Ihnen dringend ein Beratungsgespräch unter Tel. 040/60929-5555 oder über Sprachberatung/Hamburger Volkshochschule (vhs-hamburg.de)

Leitung: Doris Gerz

VHS-Kurs-Nr. 5524MMM15

Anmeldung nur über die VHS unter www.vhs-hamburg.de,

E-Mail: mitte@vhs-hamburg.de,

Tel. 428 41 42 84 oder Anmeldecoupon (s. Heftende)



50

*Verkauf von Klavieren, Flügeln und Ankauf/Mietkauf,
Mietinstrumente und Zubehör; Stimmservice – Konzertbetreuung,
Fachwerkstatt für Reparaturen und Restaurierung,
Erstellung von Gutachten*

*Der Familienbetrieb
mit der großen Leistung*

Knittel

KLAVIERBAUBETRIEB

*Krähenweg 3 a · 22459 Hamburg
Tel. 040 / 551 90 69 · Fax 040 / 555 29 22*

Mo. 10.00 – 11.30 Uhr
Beginn: 13.01.25
10 Termine € 105,00

ITALIENISCH

Italienisch B1 – C1 + Konversation

Adesso conversiamo!

In einer kleinen Gruppe finden Sie die Möglichkeit viel italienisch zu sprechen. Gleichzeitig wird Ihr Vokabular deutlich erweitert, u.a. durch spannende Lektüre.

Italienische Muttersprachlerin wird Sie in einer kleinen Gruppe gezielt in der Konversation fordern und fördern. In einer lockeren und spaßigen Atmosphäre werden wir die lebendige und gestenreiche italienische Konversation leben.

Lehrwerk: Quà è là (Hueber Verlag)

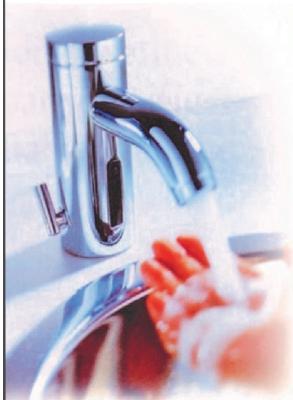
Leitung: Manuela Racinelli,

Tel. 47 93 99, Mobile: 0172-541 74 14

Kurs-Nr. 25/25

Hansa-Armaturen-Ausstellung

Alle Armaturen sind installiert
und voll funktionsfähig



Senioren- und
behinderten-
gerechte
BÄDER

©NW



KREMPEL



Klempnerei · Heizungsbau · Installation
Sanitäre Anlagen · Gas · Wasser · Bedachung

Niendorf · Garstedter Weg 282 a · Tel. 551 41 55

Mo. 11.45 – 13.15 Uhr
Beginn: 13.01.25
10 Termine € 105,00

Di. 9.30 – 11.00 Uhr
Beginn: 14.01.25
10 Termine € 105,00

Di. 11.15 – 12.45 Uhr
Beginn: 14.01.25
10 Termine € 105,00

Italienisch für Fortgeschrittene mit Vorkenntnissen oder für Wiedereinsteiger

Ricominciamo!

Verfügen Sie schon über Vorkenntnisse der italienischen Sprache und wollen Ihre Sprachkenntnisse auch durch kleine Lektüren weiterentwickeln? Dann ist dies der richtige Kurs für Sie.

Impariamo insieme. In entspannter und lockerer Atmosphäre werden Sie von einer italienischen Muttersprachlerin in einer kleinen Gruppe unterrichtet. Von der Bestellung im Ristorante bis zum Einholen von Informationen über Reisen, ital. Kultur, Freizeit etc. werden wir zusammen ergründen. Lehrwerk: Allegro B1 und Lektion 7

Leitung: Manuela Racinelli,

Tel. 47 93 99, Mobile: 0172-541 74 14

Kurs-Nr. 26/25

Italienisch A1 (ab Lektion 9)

Wollten Sie schon immer eines der melodischsten Sprachen der Welt erlernen? Jetzt ist es so weit!

In entspannter und lockerer Atmosphäre werden Sie von einer italienischen Muttersprachlerin in einer kleinen Gruppe unterrichtet. Wir lernen zusammen u. a.: sich vorstellen, im Restaurant bestellen, nach dem Weg oder Sehenswürdigkeiten fragen, die italienische Kultur und vieles mehr.

Lehrwerk: Allegro nuovo A1 Lektion 9 + Supplemento

Leitung: Manuela Racinelli,

Tel. 47 93 99, Mobile: 0172-541 74 14

Kurs-Nr. 27/25

Italienisch B1

Sie haben die Grundkenntnisse der italienischen Sprache erlangt und wollen jetzt lernen, kurze Gespräche über alltägliche Themen zu führen?

Vieni da noi! In entspannter und lockerer Atmosphäre werden Sie von einer italienischen Muttersprachlerin in einer kleinen Gruppe unterrichtet. Wir lernen zusammen unter anderem: italienische Kultur und Küche, typisches Touristenvokabular und vieles mehr.

Lehrwerk: Allegro B1 Lektion 5

Leitung: Manuela Racinelli,

Tel. 47 93 99, Mobile: 0172-541 74 14

Kurs-Nr. 28/25

Tageskurs

jew. letzter Di. i. Mon.

20.00 – 21.30 Uhr

Termine einzeln buchbar

1 Termin € 15,00

Do. 14.30 – 16.00 Uhr

Beginn: 06.02.25

5 Termine € 55,-

inkl. Material

ALLTAGSKOMPETENZEN IMPROVISATIONS-THEATER

Impro für dein Leben – für mehr Spaß und Gelassenheit im Leben

Ungeplant und immer anders? Das Leben ist nicht planbar und du musst dich ständig auf neue Situationen einstellen. Improvisations-Theater hilft dir dabei, den täglichen Wahnsinn gelassener und mit mehr Freude zu meistern. In kleinen Gruppen übst du, besser im Alltag (privat und beruflich) gemeinsam reflektieren wir die Anwendung in deinem Leben. Für alle, die mal weg vom Alltagstrott kommen und etwas Neues ausprobieren wollen. In einem Raum, wo Fehler erwünscht und Lacher garantiert sind. Klingt spannend, aber du traust dich nicht? Weil du nicht lustig, zu schüchtern oder untalentiert bist? Tausende Impro-Neulinge hatten die gleichen Bedenken und waren dankbar, es trotzdem ausprobiert zu haben. Überzeug dich selbst. Einfach anmelden und Spaß haben!

Leitung: Ruben Schwerin, Tel. 01590 63 59 63,

ruben@schwerins.de

Kurs-Nr. 29/25

GEDÄCHTNISTRAINING

Ganzheitliches Gedächtnistraining

Wenn wir das Gedächtnis – ähnlich wie den Körper – regelmäßig trainieren, bleiben wir fit im Alltag. In entspannter Atmosphäre aktivieren wir das Gehirn mit interessanten Wortspielen, spannenden Denkaufgaben, bunten Bilderreihen und Logikrätseln bis hin zu merkwürdigen Assoziationen. Verschiedene Techniken des ganzheitlichen Gedächtnistrainings fördern u.a. die Konzentration und Merkfähigkeit, bringen Ihre Fantasie in Bewegung, bei angeregtem Austausch in der Gruppe. Sie können die Methoden ganz praktisch im täglichen Leben anwenden. Wie schön wäre es, wenn Sie sich den Einkaufszettel, Schlüsselplatz und Namen leichter merken. Freuen Sie sich auf diesen neuen Kurs: Als zertifizierte Gedächtnistrainerin begleite ich Sie in herzlich-fröhlicher Runde durch die kreativen Übungen. Ein abwechslungsreiches Programm wartet auf Sie, das Spaß macht und gleichzeitig Ihr Gehirn auf Trab hält.

Kommen Sie gerne einmal zum Schnuppern vorbei.

Leitung: Beate Winkler, mail@beabea.de, www.beabea.de

Kurs-Nr. 30/25

Do. 14.30 – 16.00 Uhr
Beginn: 27.03.25
5 Termine € 55,00
Inkl. Material

Tageskurs
Mi. 18.00 – 21.30 Uhr
1 Termin € 39,00
Termine:

22.01.2025
19.02.2025
09.04.2025
14.05.2025
16.07.2025
Termine einzeln buchbar

Tageskurs
Mi. 17.00 – 18.30 Uhr
16.04.2025
1 Termin € 18,00

Ganzheitliches Gedächtnstraining

siehe Seite 42

Leitung: Beate Winkler, mail@beabea.de, www.beabea.de
Kurs-Nr. 31/25

RHETORIK

„Machen Sie von sich Reden“ – per Workshop zum Erfolg (SmartStarter)

Plötzlich ist sie da, die Situation. Und alle Augen sind auf Sie gerichtet. Weil eine Rede ansteht: von Ihnen! Wie sicher sind Sie dann? Damit Sie z.B. auf dem 75. Geburtstag Ihrer Schwiegermutter oder bei der Versammlung Ihres Vereins zurecht auf sich stolz sein können, sollten Sie die Profitipps kennen. Für eine Rede, die Eindruck hinterlässt! Alles was Sie dafür brauchen, ist ein richtiger Aufbau und eine Struktur für Lob und Anerkennung. Einfach eine Rede halten: Entdecken Sie, was in Ihnen steckt – Sie können es! Gleich Schnupperkurs buchen!

Leitung: Jens-Uwe Adler, Präsident der Hanse Redner Hamburg 2019/2020, Präsident der City Redner Hamburg 2018/2019, Tel. 0170/620 69 62, kontakt@redestolz.de, www.redestolz.de
Kurs-Nr. 32/25

„Machen Sie von sich Reden“ – mit Stegreifreden zum Erfolg (SmartStarter Special Stegreifrede)

Spontan reden kann jeden treffen. Von jetzt auf gleich eine Präsentation oder Rede halten ohne Vorbereitung ist eine richtigen Werkzeugen wird jede Stegreifrede zum Kinderspiel. Nach kurzer Einweisung geht es in die Praxis. Der Workshop findet ab 4 Teilnehmern statt.

Leitung: Jens-Uwe Adler, Präsident der Hanse Redner Hamburg 2019/2020, Präsident der City Redner Hamburg 2018/2019, Tel. 0170/620 69 62, kontakt@redestolz.de, www.redestolz.de
Kurs-Nr. 33/25

Workshop

2 Termine: 01./02.02.25
10.00 – 15.00 Uhr
€ 395,00

Workshop

2 Termine: 29./30.03.25
10.00 – 15.00 Uhr
€ 395,00

Workshop

2 Termine: 26./27.04.25
10.00 – 15.00 Uhr
€ 395,00

Workshop

2 Termine: 12./13.07.25
10.00 – 15.00 Uhr
€ 395,00

Power-Pack-Weekend

Für Keine Zeit-Haber
Ganz schnell zum Erfolg?
2-Tage-VIP-Crash-Kurs in Einzelcoaching
Exklusives Experten-Training
Integrität, Kraft, Wissen und Motivation für die Bühne; Zeit,
die Grenzen zu sprengen: Selbsterfahrung, Learnings und
Übungen, Praxisorientiertes Know-how, Vermittlung meiner
persönlichen Erfolgsstrategien.
Leitung: Jens-Uwe Adler, Präsident der
Hanse Redner Hamburg 2019/2020,
Präsident der City Redner Hamburg
2018/2019, Tel. 0170/620 69 62,
kontakt@redestolz.de, www.redestolz.de
Kurs-Nr. 34/25

Power-Pack-Weekend

Für Keine Zeit-Haber
s.o.
Leitung: Jens-Uwe Adler, Präsident der Hanse Redner
Hamburg 2019/2020, Präsident der City Redner Hamburg
2018/2019, Tel. 0170/620 69 62, kontakt@redestolz.de,
www.redestolz.de
Kurs-Nr. 35/25

Power-Pack-Weekend

Für Keine Zeit-Haber
s.o.
Leitung: Jens-Uwe Adler, Präsident der Hanse Redner
Hamburg 2019/2020, Präsident der City Redner Hamburg
2018/2019, Tel. 0170/620 69 62, kontakt@redestolz.de,
www.redestolz.de
Kurs-Nr. 36/25

Power-Pack-Weekend

Für Keine Zeit-Haber
s.o.
Leitung: Jens-Uwe Adler, Präsident der Hanse Redner
Hamburg 2019/2020, Präsident der City Redner Hamburg
2018/2019, Tel. 0170/620 69 62, kontakt@redestolz.de,
www.redestolz.de
Kurs-Nr. 37/25

Tageskurs

14.00 - 17.00 Uhr

11.01.25

01.02.25

15.02.25

26.04.25

17.05.25

14.06.25

Termine einzeln buchbar

1 Termin € 30,00

Fr. 10.00 - 12.00 Uhr

Beginn: 24.01.2025

5 Termine € 120,00

Tageskurs

2 Termine

Fr. 20.06.25

17.00 - 19.30 Uhr

Sa. 21.06.25

14.30 - 17.30 Uhr

Coaching

Ich und die anderen. Lerne dich selbst besser kennen.

Warum habe ich im Supermarkt nichts gesagt, als sich jemand vorgedrängelt hat, jetzt ärgere ich mich. Und warum habe ich immer wieder denselben Streit mit meinem Kollegen? Solchen und ähnlich Fragen gehen wir mit szenisch-kreativen Methoden nach, die uns dabei helfen, die Situation und uns selbst zu reflektieren und dadurch besser zu verstehen. Der so entstehende Handlungsspielraum gibt uns die Möglichkeit, Dinge zukünftig anders zu machen und direkt vor Ort spielerisch auszuprobieren. Wir arbeiten in einer kleinen Gruppe mit fünf bis maximal zwölf Personen. Kurze Yoga-Übungen ergänzen die Termine.

Leitung: Stephanie Brauch,

Tel. 0171 650 38 29, www.schneidersitz.de und

Stefanie Gronau

Kurs-Nr. 38/25

Schreibwerkstatt

Romane und Biografien schreiben

Entdecke dein inneres Autorenpotential – beginne mit einem Roman oder deiner Biografie! In diesem Schreibkurs zeigt die erfahrende Autorin und Schreibmentorin Joel Bianca Tan wie aus ersten Ideen ganze Kapitel werden. Lerne mit Leichtigkeit Texte zu strukturieren und erwecke deine Figuren zum Leben. Gemeinsam mit Gleichgesinnten, die deine Leidenschaft fürs Schreiben teilen, erhältst du das nötige Handwerkszeug, um dich auf deine persönliche Schreibreise zu begeben. Alles, was du brauchst, ist eine Buchidee.

Leitung: Joel Bianca Tan, Schriftstellerin, joel@thetans.de

Kurs-Nr. 39/25

KULTUR

ZEICHNEN UND MALEN

Zentangle®-Kompakt-Kurs

Entdecken Sie die Welt von Zentangle®, einer kreativen Methode, die Achtsamkeit mit dem einfachen Zeichnen verbobener Muster (Tangle) verbindet. Diese meditative (Zen) Technik ist leicht zu erlernen, bringt sofortige Entspannung und begeistert viele Menschen auf der ...

weiter auf Seite 46

2 Termine á € 55,00
zzgl. Materialkosten
€15,00

ganzen Welt. Schritt für Schritt entstehen aus sich wiederholenden Linien wunderschöne 3D-Muster. Wir blenden alles um uns herum aus, konzentrieren uns nur auf den Stift und das Papierkärtchen (Tile). Entschleunigung ist vorprogrammiert, und wie von Zauberhand entsteht fast nebenbei ein kleines grafisches Kunstwerk.

Der Kurs eignet sich für Anfänger/innen und Zentangle-Fans

Leitung: Beate Winkler, certified Zentangle teacher,
0172 420 30 40, mail@beabea.de,
www.beabea.de
Kurs-Nr. 40/25

BRÖTCHEN • KUCHEN • BROT

CAFÉ • BACKSTUBE • BEL. BRÖTCHEN

BÄCKEREI

Hönig
Konsequent Natürlich

KONFITOREI

©NW Wir geben unserem Gebäck das Beste was wir haben.

Zeit.
Zeit zum Reifen.
Zeit, Geschmack zu entwickeln

Papenreye 18, Tel. 526 78 36 25 | Tibarg 28, Tel. 526 78 36 27
Sentastraße 37 / HH-Barmbek, Tel. 29 66 21
Am Grasbrookpark 1 / Hafencity, 526 78 36 17 | www.baeckerei-hoenig.de

Mi. 15.30 – 17.00 Uhr
Beginn: 08.01.25
8 Termine € 85,00

Mi. 15.30 – 17.00 Uhr
Beginn: 05.03.25
8 Termine € 85,00

Mi. 15.30 – 17.00 Uhr
Beginn: 30.04.25
8 Termine € 85,00

Aquarellmalen ist einfach?!

Für Anfänger und Fortgeschrittene
Wir lernen den Umgang mit Aquarellfarben, zarte Flächen,
Formen und Akzente in Stillleben und Landschaften zu
setzen.

Leitung: Witka Kova, Tel. 57 45 77
Kurs-Nr. 41/25

Aquarellmalen ist einfach?!

s.o.

Leitung: Witka Kova, Tel. 57 45 77
Kurs-Nr. 42/25

Aquarellmalen ist einfach?!

s.o.

Leitung: Witka Kova, Tel. 57 45 77
Kurs-Nr. 43/25



IKON **ROLF KAPPLER** **KESO**
EINBRUCHSCHUTZ

• Einbruchschutz • Schlüsseldienst • Alarm- und Schließanlagen uvm. • Beratung bei Ihnen zu Hause
• Montagefestpreise in ganz Hamburg • Sofortdienst
Volksdorf ☎ 603 03 90
HH-Niendorf, Vogt-Cordes-Damm 10c ☎ **46 46 22**
www.kappler-einbruchschutz.de

KEINBRUCH SICHERN SIE IHR ZUHAUSE
WIK-KEINBRUCH.DE

Wir sind auf der Errichterliste der polizeilichen Beratungsstelle.

Tageskurs
Sa. 25.01.25
14.00 – 18.00 Uhr
1 Termin € 47,00

Tageskurs
Sa. 01.03.25
14.00 – 18.00 Uhr
1 Termin € 47,00

Abenteuer Malerei
Für Anfänger/innen

In ungezwungener Atmosphäre tauchen wir ein in die bunte Welt der Farben und (wieder-)entdecken unser Kreativ-Sein. Eine individuelle Unterstützung in kleiner Gruppe macht auch Ungeübten Lust aufs Malen. Das Material (Acrylfarben, Pinsel, Spachtel etc.) wird gestellt. Eine Leinwand kann vor Ort erworben werden. Leitung: Ariane Hessenius, www.art-of-hessenius.de
Tel. 0172 942 00 02
Kurs-Nr. 44/25

Abenteuer Malerei
Für Anfänger/innen

s.o.
Leitung: Ariane Hessenius, www.art-of-hessenius.de
Tel. 0172 942 00 02
Kurs-Nr. 45/25

www.erwin-juers.de

Ihr Niendorfer
Traditions-
unternehmen

*seriös und
würdevoll*



Tag- und
Nachruf
Tel. 040 -
58 65 65

EJ BEERDIGUNGSINSTITUT
ERWIN JÜRS STIFTUNG

Niendorfer Marktplatz 8 • 22459 Hamburg-Niendorf

E-Mail: info@erwin-juers.de

Tageskurs
Sa. 29.03.25
14.00 – 18.00 Uhr
1 Termin € 47,00

Tageskurs
Sa. 26.04.25
14.00 – 18.00 Uhr
1 Termin € 47,00

Abenteuer Malerei

Für Anfänger/innen
siehe Seite 48

Leitung: Ariane Hessenius, www.art-of-hessenius.de
Tel. 0172 942 00 02
Kurs-Nr. 46/25

Abenteuer Malerei

Für Anfänger/innen
siehe Seite 48

Leitung: Ariane Hessenius, www.art-of-hessenius.de
Tel. 0172 942 00 02
Kurs-Nr. 47/25

Ihre häusliche Krankenpflege
und Seniorenbetreuung

Seniorenhilfe **Jürgen Off** GmbH

- ♥ Vertragspartner aller Krankenkassen
- ♥ Erfahrene und engagierte Mitarbeiter/innen
- ♥ 24 Std. Notrufbereitschaft
- ♥ Kostenlose Beratungsbesuche
- ♥ Modernes Wundmanagement
- ♥ Pflege während der Urlaubszeit (Verhinderungspflege)
- ♥ Parenterale Ernährung und Infusionstherapie
- ♥ Hilfe zur Weiterführung des Haushaltes

Seit
1986

Ihre **Beratungsstelle** in Niendorf:
Nordalbinerweg 17, 22455 Hamburg
Tel. **040-555 20 85** (24 Std. erreichbar)
www.seniorenhilfe-juergen-off.de

Tageskurs
Sa. 17.05.25
14.00 – 18.00 Uhr
1 Termin € 47,00

Tageskurs
Sa. 19.07.25
14.00 – 18.00 Uhr
1 Termin € 47,00

Abenteuer Malerei
Für Anfänger/innen
siehe Seite 48
Leitung: Ariane Hessenius, www.art-of-hessenius.de
Tel. 0172 942 00 02
Kurs 48/25

Abenteuer Malerei
siehe Seite 48
Leitung: Ariane Hessenius, www.art-of-hessenius.de
Tel. 0172 942 00 02
Kurs-Nr. 49/25

Wir lassen Sie nicht im Regen stehen und bieten Ihnen folgende Immobilienverwaltungen an:

| | |
|---|--|
| <p>WEG-VERWALTUNG</p> <p>Als Familienunternehmen haben wir uns seit 1954 auf die Verwaltung von Wohnungseigentumsgemeinschaften spezialisiert.</p> | <p>MIETVERWALTUNG</p> <p>Als Ihr Treuhänder für die Mietverwaltung ist es unsere Aufgabe Ihre Rendite zu sichern und für die Werterhaltung zu sorgen.</p> |
| <p>SONDEREIGENTUMS-VERWALTUNG</p> <p>Als Vermieter übertragen Sie uns die Verwaltung Ihrer Immobilie mit allen damit verbundenen Aufgaben und Pflichten.</p> | <p>VERMIETER-SORGLOSPAKET</p> <p>Vergessen Sie als Vermieter Courtagen, Leerstand, Mietausfall und Mietnomaden. Informieren Sie sich bei uns.</p> |

 **Möchten Sie weitere Informationen? Rufen Sie uns gerne an oder senden Sie uns eine E-Mail!**

www.hausmann-hausverwaltung.de info@hausmann-hausverwaltung.de **Tel: (040) 529 0000**

Tageskurs
Sa. 05.04.25
10.00 – 16.00 Uhr
1 Termin € 65,00
(inkl. Material)

ZAUBEREI

Zauberei ganz nah...ich zaubere für die Familie! Der beliebte Zauberkurs für Erwachsene

Magie und verblüffende Zauberkunststücke machen Spaß und faszinieren Erwachsene und Kinder und bauen oft Brücken zwischen den Generationen. In diesem Kurs lernen Sie mit individueller Unterstützung Zauberkunststücke mit Seilen, Karten, Würfeln und anderen alltäglichen Dingen. Dabei bekommen Sie viele wertvolle Tipps wie Sie auch mit einfachen Mitteln eindrucksvolle Zauberkunststücke vorführen können und was bei der Zauberei für und mit Kindern besonders wichtig ist. Haben Sie Kinder oder Enkel, für die Sie gerne einmal zaubern würden? Die Familie wird begeistert sein. Der Kurs erfordert keine Vorkenntnisse.

Leitung: Wolfgang Buhr, Tel. 0176/37 57 56 50
Seit 40 Jahren Mitglied im magischen Zirkel von Deutschland, viele Jahre Zauber-Praxis und langjährige Erfahrung mit Zauberunterricht für Jung und Alt.
Kurs-Nr. 50/25

Erfolgreich werben!

*Wollen Sie in unserem Informations-
und Programmheft, mit einer Auflage
von 5000 pro Halbjahr, eine
gewerbliche Anzeige schalten?
Dann kontaktieren Sie uns unter der
Telefonnummer 040 58 97 66 43*

BERENBERG-GOSSLER-HAUS

Datenschutzerklärung

Verantwortliche Stelle im Sinne der Datenschutzgesetze, insbesondere der EU-Datenschutzgrundverordnung (DSGVO), ist das Bürgerhaus für Niendorf e.V. Niendorfer Kirchenweg 17, 22459 Hamburg

Ihre Betroffenenrechte

Unter den angegebenen Kontaktdaten unseres Datenschutzbeauftragten können Sie jederzeit folgende Rechte ausüben:

- Auskunft über Ihre bei uns gespeicherten Daten und deren Verarbeitung,
- Berichtigung unrichtiger personenbezogener Daten,
- Löschung Ihrer bei uns gespeicherten Daten,
- Einschränkung der Datenverarbeitung, sofern wir Ihre Daten aufgrund gesetzlicher Pflichten noch nicht löschen dürfen,
- Widerspruch gegen die Verarbeitung Ihrer Daten bei uns und
- Datenübertragbarkeit, sofern Sie in die Datenverarbeitung eingewilligt haben oder einen Vertrag mit uns abgeschlossen haben.

Sofern Sie uns eine Einwilligung erteilt haben, können Sie diese jederzeit mit Wirkung für die Zukunft widerrufen.

Sie können sich jederzeit mit einer Beschwerde an die für Sie zuständige Aufsichtsbehörde wenden. Ihre zuständige Aufsichtsbehörde richtet sich nach dem Bundesland Ihres Wohnsitzes, Ihrer Arbeit oder der mutmaßlichen Verletzung. Eine Liste der Aufsichtsbehörden (für den nichtöffentlichen Bereich) mit Anschrift finden Sie unter: https://www.bfdi.bund.de/DE/Service/Anschriften/anschriften_node.html

Wir verarbeiten Ihre personenbezogenen Daten nur zu den in dieser Datenschutzerklärung genannten Zwecken. Eine Übermittlung Ihrer persönlichen Daten an Dritte zu anderen als den genannten Zwecken findet nicht statt. Wir geben Ihre persönlichen Daten nur an Dritte weiter, wenn:

- Sie Ihre ausdrückliche Einwilligung dazu erteilt haben,
- die Verarbeitung zur Abwicklung eines Vertrags mit Ihnen erforderlich ist,
- die Verarbeitung zur Erfüllung einer rechtlichen Verpflichtung erforderlich ist,
- die Verarbeitung zur Wahrung berechtigter Interessen erforderlich ist und kein Grund zur Annahme besteht, dass Sie ein überwiegendes schutzwürdiges Interesse an der Nichtweitergabe Ihrer Daten haben.

Löschung bzw. Sperrung der Daten

Wir halten uns an die Grundsätze der Datenvermeidung und Datensparsamkeit. Wir speichern Ihre personenbezogenen Daten daher nur so lange, wie dies zur Erreichung der hier genannten Zwecke erforderlich ist oder wie es die vom Gesetzgeber vorgesehenen vielfältigen Speicherfristen vorsehen. Nach Fortfall des jeweiligen Zweckes bzw. Ablauf dieser Fristen werden die entsprechenden Daten routinemäßig und entsprechend den gesetzlichen Vorschriften gesperrt oder gelöscht.

Kontaktformular

Treten Sie bzgl. Fragen jeglicher Art per E-Mail oder Kontaktformular mit uns in Kontakt, erteilen Sie uns zum Zwecke der Kontaktaufnahme Ihre freiwillige Einwilligung. Hierfür ist die Angabe einer validen E-Mail-Adresse erforderlich. Diese dient der Zuordnung der Anfrage und der anschließenden Beantwortung derselben. Die Angabe weiterer Daten ist optional. Die von Ihnen gemachten Angaben werden zum Zwecke der Bearbeitung der Anfrage sowie für mögliche Anschlussfragen gespeichert. Nach Erledigung der von Ihnen gestellten Anfrage werden personenbezogene Daten automatisch gelöscht.

Änderung unserer Datenschutzbestimmungen

Wir behalten uns vor, diese Datenschutzerklärung anzupassen, damit sie stets den aktuellen rechtlichen Anforderungen entspricht oder um Änderungen unserer Leistungen in der Datenschutzerklärung umzusetzen, z.B. bei der Einführung neuer Services. Für Ihren erneuten Besuch gilt dann die neue Datenschutzerklärung.

Fragen an den Datenschutzbeauftragten

Wenn Sie Fragen zum Datenschutz haben, schreiben Sie uns bitte eine E-Mail oder wenden Sie sich direkt an die für den Datenschutz verantwortliche Person in unserer Organisation: Herr Thomas Rieck (Daten s.o.)

Bitte senden Sie Ihre Anmeldung per Fax an:

040/ 428 41 33 62

oder per Post an:

Hamburger Volkshochschule
VHS-Region Mitte/Eimsbüttel
Schanzenstr. 75 – 77
20357 Hamburg

Bei gleichzeitiger Vorlage der entsprechenden Unterlagen können Sie Entgeltermäßigung beantragen:

Erklärung zur Entgeltermäßigung

Aufgrund der Zugehörigkeit zu einer der folgenden Gruppen habe ich Anspruch auf Ermäßigung des Teilnahmeentgelts.

Ermäßigungen gelten nicht für die zusätzlichen Kosten Materialumlagen (MK), Nutzungspauschalen (NP), Modellgelder, Prüfungsgebühren etc.

50 % Ermäßigung

- Schüler/innen
- Auszubildende
- Studierende
- Teilnehmende am freiwilligen sozialen oder ökologischen Jahr
- Teilnehmende am Bundesfreiwilligendienst

2 Kurse pro Kalenderjahr zum Mindestentgelt, ab dem 3. Kurs: 25 % Ermäßigung

Empfänger/innen von:

- Arbeitslosengeld II*
- Sozialhilfe*
- Leistungen nach dem Asylbewerberleistungsgesetz*

* bzw. mein Ehepartner ohne eigenes Einkommen

25 % Ermäßigung

Empfänger/innen von:

- Arbeitslosengeld I
- Wohngeld
- Existenzgründerzuschuss
- Eltern mit Mindestbeitrag Kita-Gebührensatz bzw. für ganztägige Betreuung in Schulen
- Schwerbehinderte (ab 50 % Behinderungsgrad)
- Au-Pair

10 % Ermäßigung

- Rentner/innen oder Personen über 65

x

Datum, Unterschrift

Beitrittserklärung

**Berenberg-Gossler-Haus
Bürgerhaus für Niendorf e.V.**
Niendorfer Kirchenweg 17
22459 Hamburg
Telefon 040 58 97 66 43

Ich/Wir beantrage/n hiermit meine/unsere Aufnahme in den Verein

„**Berenberg-Gossler-Haus — Bürgerhaus für Niendorf e.V.**“

Name, Vorname (auch Ehepartner) bzw. Firma/Organisation

Anschrift

PLZ/Ort

E-Mail

Telefon

Geb.-Datum

Geb.-Datum Ehepartner

Ich/Wir zahle/n folgenden **Jahresbeitrag**:

- 33,- Euro Einzelmitglied
- 23,- Euro ohne Zusendung von Programmen/Einladungen
- 50,- Euro Ehepaare/Familien
- 40,- Euro ohne Zusendung von Programmen/Einladungen
- Euro zusätzlich als Spende (Bescheinigung wird erbeten)
- 160,- Euro Firmen/Organisationen mit Zusendung des Info/Programmheftes
Beiträge sind steuerlich absetzbar

Ich/Wir bitte/n um **Bankeinzug** des Mitgliedsbeitrages vom Konto:

Kontoinhaber/in: _____

IBAN: DE _____

BIC: _____

Datum

Unterschrift

Bankverbindung:

Hamburger Sparkasse (BLZ 200 505 50) Konto: 1216/122 554

IBAN: DE13 2005 0550 1216 1225 54 BIC: HASPDEHHXXX

Die Datenschutzerklärung auf Seite 52 habe(n) ich/wir gelesen und zur Kenntnis genommen!

✂ Hier bitte ankreuzen

Anmeldung für einen Kurs des Bürgerhauses BGH

Bitte senden an:
Bürgerhaus Niendorf e.V.
Niendorfer Kirchenweg 17
22459 Hamburg
Tel. 040 58 97 66 43

Ich melde _____ mich _____ mein Kind _____
für den Kurs Nr. _____
Titel des Kurses _____ an
Unterschrift _____

**Bitte die Bezahlung der Teilnahmegebühr bei der Kursleitung am ersten
Tag des Kurses vornehmen.**

Name, Vorname _____
Straße, Hausnummer _____
PLZ, Ort _____ Tel. tags _____ abends _____

Sie erhalten eine Anmeldebestätigung bzw. eine Nachricht bei Ausfall des Kurses.

**Die Datenschutzerklärung auf Seite 52 habe(n) ich/wir gelesen und zur Kenntnis
genommen!**

Hier bitte ankreuzen



Impressum

Gestaltung und Redaktion: Hanna Malzahn (HM)
Ariane Hessenius (AH)
Reno Malzahn (RHM)
Jutta Pilz (JP)
Thea Kruse (TK)
Susanne Buske (SB)
Melanie Kneise (MK)

Anzeigen: Melanie Kneise (MK)
Koordination Kursprogramm: Melanie Kneise (MK)
Layout/DTP: Reno Malzahn
Druck: Langebartels & Jürgens,
Hamburg

Auflage: zurzeit 5000 pro Halbjahr
V.i.S.d.P.: Bürgerhaus für Niendorf e.V.
Niendorfer Kirchenweg 17
22459 Hamburg

Telefon: 040 58 97 66 43

E-Mail: info@buengerhaus-niendorf.de

Internet: www.buengerhaus-niendorf.de

Facebook, Instagram, Kultur in Hamburg: [Stadtteilkultur - hamburg.de](http://Stadtteilkultur-hamburg.de)

Das Copyright für veröffentlichte, vom Autor selbst
erstellte Objekte bleibt allein beim Autor der Seiten.
Eine Vervielfältigung oder Verwendung solcher
Grafiken und Texte in anderen elektronischen oder
gedruckten Publikationen ist ohne ausdrückliche
Zustimmung des Autors nicht gestattet.

Die Redaktion behält sich vor, eingereichte Beiträge
zu korrigieren und zu kürzen.

VERMIETUNGEN



Was ist ein Bürgerhaus?

Bürgerhaus – ein Haus für Bürger, das jedem Bürger offen steht. In ihm können Sie Veranstaltungen besuchen, sich in den angebotenen Kursen weiterbilden, sich mit den Menschen aus dem Stadtteil treffen und kommunizieren.

Unabhängig vom angebotenen Programm ist das Bürgerhaus auch offen für private Veranstaltungen wie Familienfeiern, Jubiläen oder für Versammlungen von Gruppen und Vereinen. Die Räume können zu günstigen Konditionen gemietet werden. Eine Aufstellung der Mietpreise und einige unerlässliche Hinweise für die Benutzung der Räume haben wir hier zusammengestellt.

Wir hoffen, dass Sie diese Information anregt, die schönen Räume unseres Bürgerhauses einmal unverbindlich anzuschauen und danach zu nutzen. Sie werden sich wohlfühlen!

Wichtige Hinweise für Mieter des Bürgerhauses

Im Bürgerhaus werden alle Arbeiten von den Mitgliedern ehrenamtlich ausgeführt. Es gibt keinen Hausmeister, der vor- oder nacharbeitet. Deshalb ist es wünschenswert, dass die Mieter einige Arbeiten erledigen und folgende Hinweise beherzigen:

Allgemein

Das Bürgerhaus ist ein Nichtraucher-Haus. Die EG-Räume sind behindertengerecht, es gibt ein Behinderten-WC. Ausgestellte Bilder, Klavier und Strahler/Spots dürfen nicht berührt bzw. verändert werden. Wände, Türen und Fenster dürfen nicht beklebt werden.

Parken

Ausreichend Parkplätze gibt es in der Parkpalette am Niendorfer Kirchenweg. Im Halteverbot vor dem Bürgerhaus handelt man sich schnell ein "Ticket" ein.

Müllentsorgung

Für Mülltrennung stehen Tonnen für Papier/Pappe, für Plastik/Dosen sowie für Restmüll zur Verfügung. Flaschen werden vom Mieter selbst entsorgt.

Energiekosten

Während der Heizperiode sollten vor Verlassen des Hauses die Thermostate auf 3 gestellt und das Licht im gesamten Gebäude ausgeschaltet werden.

Musik

Eine etwaige GEMA-Anmeldung erfolgt durch den Mieter. Bei lauter Musik sollten – mit Rücksicht auf die Nachbarn – die Fenster geschlossen sein.

Nach der Veranstaltung

Je nach Verschmutzung werden Fußböden grob gereinigt, Tische und Stühle feucht abgewischt und zurückgestellt, Geschirr, Herd und Spüle sauber hinterlassen.

Der Mieter überprüft, ob sich noch Personen im Haus (Toilette!) befinden, Fenster, Zwischentüren und Haustür geschlossen sind. Danach wird der Schlüssel wie vereinbart zurückgegeben.

Notfälle

Erste-Hilfe-Kasten: Im Vorraum zum Keller.

Polizeikommissariat 24, Garstedter Weg 24, Telefon: 428 65-2400.

MIETPREISE

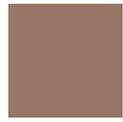


| Kurse | je 60 Min. |
|----------------|------------|
| Saal EG | 20,- € |
| Raum Blau / OG | 12,- € |
| Raum Gelb / OG | 12,- € |
| Dachstudio | 20,- € |

| Gruppen und Vereine | je 60 Min. |
|---|------------|
| Saal | 20,- € |
| Raum Blau / OG | 12,- € |
| Raum Gelb / OG | 12,- € |
| Dachstudio | 20,- € |
| Küche nur in Verbindung mit Saal, Raum Blau oder Gelb | 10,- € |

| Kommerzielle Veranstaltungen | je 60 Min. (Preise zuzüglich 19% MwSt.) |
|---|---|
| Saal | 40,- € |
| Raum Blau/OG | 30,- € |
| Raum Gelb/OG | 30,- € |
| Dachstudio | 40,- € |
| Küche nur in Verbindung mit Saal, Raum Blau oder Gelb | 10,- € |

| Privatpersonen | (Preise inkl. 19% MwSt.) |
|--|---|
| EG: Saal inkl. Küche Reinigung | 400,- € 50,- € |
| EG: Saal inkl. Café und Küche Reinigung | 450,- € 50,- € |
| Café Café inkl. Küche Reinigung | 80,- € 100,- € 50,- € |
| Raum Blau inkl. Küche Raum Gelb inkl. Küche Beide Räume inkl. Küche Reinigung | 160,- € 120,- € 240,- € 50,- € |



| Kaution | ohne Küche | mit Küche |
|---------------------|------------|-----------|
| Saal mit Küche | — | 150,- € |
| Raum Blau oder Gelb | 50,- € | 100,- € |
| Beide Räume | 100,- € | 150,- € |
| Café | 25,- € | 50,- € |

| Stornogebühren | |
|----------------------------|---------|
| bei Absage 2 Wochen vorher | 50,- € |
| bei Absage 1 Woche vorher | 100,- € |

| Räume und Ausstattung | | | |
|-------------------------|-------------------------------------|--------------------------|---|
| Raum | Größe | Tische | Kapazität |
| Erdgeschoss: Saal | 66 qm inklusive Bühne 6 x 2 m | 14 Tische 70 x 170 cm | 80 Pers. (Stuhlreihen) 50 Pers. (Tische und Stühle) |
| Obergeschoss: Raum Blau | 52 qm teilbar 30/22 qm | 12 Tische 75 x 75 cm | 20 Pers. (30 qm) 15 Pers. (22 qm) |
| Obergeschoss: Raum Gelb | 32 qm | 10 Tische 50 x 130 cm | 20 Pers. |
| Dachstudio | 41 qm | 3 Tische 80 x 160 cm | 12 Pers. (12 Stühle) |
| Café | 23 qm | 4 Tische Bistro rund | 16 Pers. (16 Stühle) |

Saal:

Bühnenlicht/Spots, Lautsprecheranlage, Klavier, 2 elektrisch betriebene Filmleinwände.
Weiter stehen zur Verfügung:

LAN/WLAN (Internet), Whiteboard, Overhead-Projektor, Flipcharts, 2 Metaplan-Tafeln, CD
- und DVD-Player, Fernseher, Beamer, Verstärker, Mikrofonanlage, Mischpult, Laptop.

Küche: Geschirr, Bestecke, Gläser für 60 Personen, Geschirrspüler, 2 Kühlschränke

Heudorfer Reformhaus GmbH
Tibarg 21 · 22459 Hamburg · Telefon 040 - 58 18 97

heudorfer **Reformhaus**
Das Biohaus



Eine **gute Gesundheit** ist für ganz viele Menschen das Allerwichtigste.

Die Heudorfer Apotheke am Dorfplatz inmitten des Tibargs
und Ihre Niendorfer Apotheke begleiten Sie auf Ihrem ganz persönlichen Weg
zu Ihrer Gesundheit.

Das außergewöhnlich vielseitige Know-how des Teams
wird sorgsam gepflegt. **Aktuelles, Besonderes und Traditionelles**
wird in den Köpfen verantwortungsbewußt bewegt.

Im **Bio-Reformhaus** gleich nebenan finden Sie viele Möglichkeiten
für eine gesunde Ernährung, natürlich mit bester Beratung.

heudorfer **A**
Die Apotheke

niendorfer **A**
Meine Apotheke

Tibarg 21 · 22459 Hamburg
Telefon 040 - 58 78 84
Fax 040 - 58 91 72 86
dieapotheke@heudorfer.net

Tibarg 7-9 · 22459 Hamburg
Telefon 040 - 55 40 37 02
Fax 040 - 55 40 37 03
meineapotheke@heudorfer.net