

VERANSTALTUNGEN

04.04. Mi  
19:30 – 21:00 Uhr

YOGA LIEBT DICH!

So, wie Du bist, bist Du richtig. Atme durch und genieße ein Yoga, das sich nach Dir richtet. Mittwochs von 19.30 bis 21.00 Uhr, freitags 10.30 bis 12.00 Uhr in Deinem YoGarden. Wir freuen uns auf Dich! Krissy & Heike ... grow with the flow. Der Kurs kann jeden Mittwoch, Freitag oder an beiden Tagen besucht werden. Anmeldung: Tel. 0163-2629168, info@yogarden-hannover.de

Veranstalter: www.yogarden-hannover.de  
Ort: Freizeitheim Döhren, www.fzh-doehren.de  
Kosten: 12 bis 10 € / 90 Minuten

07.04. Sa  
15:30 – 18:30 Uhr

SCHREIBWERKSTATT MIT ANDRA LAMATTA

Im Kurs wird mit Methoden aus der Kreativitäts- und Poesiepädagogik gearbeitet. Anregungen aus anderen künstlerischen Bereichen und fremden literarischen Texten sowie sinnliche Erfahrungen inspirieren zu Gedichten, Märchen, Geschichten ... Weitere Termine in Planung: 18.04., 25.04., 02.05., 16.05.

Veranstalter: Freizeitheim Döhren, www.fzh-doehren.de  
Info: AndraLaMatta@gmx.de  
Kosten: 7 €

08.04. So  
14:00 Uhr



MIT DER KI INS MUSEUM!

Ausstellung „Rudolf Jahns: Zuflucht Landschaft“

Weitere Termine am 27.05. im Landesmuseum Hannover und am 17.06. im Kunstmuseum Wolfsburg.

Veranstalter: Kulturinitiative Döhren-Wülfel-Mittelfeld e.V.  
Ort: Sprengel Museum Hannover  
Info: 0511 89883901, www.kulturini.de

11.04. Mi  
17:15 – 19:00 Uhr



BUCHCAFÉ: UNTERM ZIRKUSZELT

Mittelfeld schnuppert Zirkusluft! In diesem Jahr plant das Bildungsnetz Mittelfeld viele Aktionen rund um und mit dem Zirkus. Wir fangen an und begeben uns auf Geschichtensuche. Sabine Bredow stellt einige Auszüge zusammen – vielleicht können Sie etwas beitragen?

Veranstalter: Kulturinitiative Döhren-Wülfel-Mittelfeld e.V.  
Ort: Nachbarschaftstreff Mittelfeld  
Info: 0511 89883901, www.kulturini.de  
Kosten: Spenden erbeten!

13.04. Fr  
18:30 – 20:00 Uhr



DIAVORTRAG „REISE DURCH ÄTHIOPIEN“

Bilder und Eindrücke einer privaten Reise in den Vielvölkerstaat im Osten Afrikas. Bekannt durch die berühmten archäologischen Funde zur Menschheitsgeschichte, aber auch durch christliche Kirchen und Klöster. Und der Staat mit dem größten Wirtschaftswachstum der Welt. Kommen Sie mit Referent Jürgen Wunderlich auf Entdeckerreise durch grandiose Natur und Kultur! Anmeldung erforderlich!

Veranstalter: Kulturinitiative Döhren-Wülfel-Mittelfeld e.V.  
Ort: Freizeitheim Döhren  
Info: 0511 89883901, www.kulturini.de  
Kosten: 5 € / 3 € für Mitglieder

15.04. So  
16:00 Uhr



PREMIERE: BEI HITZE IST ES WENIGSTENS NICHT KALT  
KOMÖDIE NACH DEM BESTSELLER VON DORA HELDT

Mit viel Humor philosophiert Dora Heldt über Hitzewallungen, Selbstzweifel und das Älterwerden. Gespickt mit skurrilen Saunabegegnungen, Fitnessprogramm und Prosecco, erzählt das Stück von einem Lebensabschnitt, in dem die Weichen für die Zukunft noch einmal neu gestellt werden.

Weitere Termine: 19.04., 20.04. jeweils 20 Uhr; 21.04., 22.04. jeweils 16:00 Uhr

Veranstalter: Südstädter Komöd'chen  
Ort: Freizeitheim Döhren, www.fzh-doehren.de  
Kosten: 14 € / 12 €

19.04. Do  
17:00 – 19:00 Uhr

ZEICHNEN LERNEN – ALS GRUNDLAGE ZUM MALEN

Eine Workshop-Reihe über das ganze Jahr zur zeichnerischen Gestaltung. Anatomie des menschlichen Körpers, später Stilleben. Mit Aquarellstiften und Wasserfarben kommt Farbe ins Spiel. Leitung: Jana Travnickova, Material vorhanden. Weitere Termine 17.05. und 21.06.2018

Veranstalter: Kulturinitiative Döhren-Wülfel-Mittelfeld e.V.  
Info: 0511 89883901, www.kulturini.de  
Kosten: 7,50 € pro Termin, einzeln belegbar

20.04. Fr  
18:00 Uhr



IRINA JANZ & KONSTANTIN SCHNEIDER: LIEDERABEND

Konstantin Schneider spielt Gitarre, Irinas Instrument ist ihre Stimme. Im Gepäck haben die beiden Musiker Evergreens, russische Romanzen oder deutsche Lieder und entführen das Publikum auf eine kleine Reise durch Länder und Sprachen, hin zu Gefühlen, die die Seele bewegen. Eintritt frei, angemessene Spenden erbeten!

Veranstalter: Kulturinitiative Döhren-Wülfel-Mittelfeld e.V.  
Ort: Nachbarschaftstreff Mittelfeld, Am Mittelfelde 104  
Info: 0511 89883901, www.kulturini.de

21.04. Sa  
13:00 – 17:00 Uhr



RADKULTOUR ZWISCHEN DÖHREN UND DEISTER – KENNST DU DEINE NACHBARDÖRFER?

Mit dem Rad unterwegs zu unseren Nachbardörfern. Es geht vorbei am Römerlager bei Arnum nach Hiddestorf. Wir besuchen die St. Nikolai Kirche und erkunden den Ort. Einkehr ist vorgesehen, evtl. eine Wegzehrung mitnehmen.

Veranstalter: Kulturinitiative Döhren-Wülfel-Mittelfeld e.V.  
Treffpunkt: Leinewehr Döhren  
Anmeldung: 0511 89883901, www.kulturini.de  
Kosten: 3 €, evtl. + Führungsgebühren

24.04. Di  
15:00 – 18:00 Uhr



WORKSHOP „BLÜTENRANKE AUS FINNISCHER PAPIERGARN“

Mit „Finnischem Papiergarn“ kann man nicht nur weben, stricken, häkeln, sondern auch wunderschöne Blüten herstellen. Mit einer Blütenranke aus diesem vielseitigen Material hat man eine Dekoration für das ganze Jahr. Wer möchte, kann die Ranke auch mit einer 10er Lichterkette kombinieren. Bitte kleine Schere mitbringen. Begleitet und angeleitet von Ursula Klein.

Veranstalter: Kulturinitiative Döhren-Wülfel-Mittelfeld e.V.  
Ort: Freizeitheim Döhren, Anmeldung: 0511 89883901, www.kulturini.de  
Kosten: 7 € / 5 € für Materialkosten

27. – 29.04. Fr-So



FLOHMARKTMARATHON IM FREIZEITHEIM

Wir beginnen Freitagabend um 18:00 Uhr mit dem Frauensachenflohmarkt, am Samstag findet ab 10:00 Uhr der Traditionsflohmarkt statt und am Sonntag beenden wir dieses Wochenende mit dem großen Kindersachenbasar ab 13:00 Uhr. Anmeldung für Verkäufer: FZH-Doehren@Hannover-Stadt.de

Veranstalter: Freizeitheim Döhren  
Info: 0511 168 49112, www.fzh-doehren.de

KURSE IM FREIZEITHEIM DÖHREN

Damengymnastik

Ein Schnuppertermin ist kostenfrei.

Weitere Termine in Planung.

dienstags

Gruppe 1 9:00 – 10:00 Uhr mit Klavierbegleitung

Gruppe 2 10:00 – 11:00 Uhr

Leitung: Petra Hundertmark

Anmeldung: 0511 168 49112

Veranstalter: Petra Hundertmark in Kooperation mit dem Freizeitheim Döhren

Pilates

Weitere Termine in Planung.

donnerstags

Pilates 1 9:15 – 10:15 Uhr (nicht in den Ferien)

Pilates 2 10:30 – 11:30 Uhr (nicht in den Ferien)

Leitung: Britta Krömer

Anmeldung: 0511 168 49112

Veranstalter: Freizeitheim Döhren

Tai Chi Chuan (Taijiquan), QiGong und Körperarbeit

Neue TeilnehmerInnen sind dann willkommen, wenn sie Vorkenntnisse aus dem QiGong, Tai Chi Chuan, Kung-Fu, Karate o.Ä. mitbringen.

Bitte eine Decke, bequeme Bewegungskleidung und warme rutschfeste Socken oder Gymnastikschuhe mitbringen!

ab 09.04.2018, 9 Termine

montags 18:00 – 19:30 Uhr

Leitung: Helmut Walker

Anmeldung: 0511 841370

Lachyoga

Eine vergnügliche Art der Stressprävention – Lust auf Lachen???

Bitte rutschfeste Socken oder Gymnastikschuhe o.Ä. und etwas zu trinken mitbringen.

Ein Einstieg ist jederzeit möglich.

mittwochs 19:30 – 20:30 Uhr

Termine: 04.04., 18.04., 02.05., 16.05., 30.05., 13.06.

Kursleiterin: Sabine Heimes-Freesemann, Lach- und Humortrainerin

Anmeldung: 0421 69644307

Mehr als nur Sirtaki

freitags 19:30 – 22:00 Uhr

Kosten: Es wird ein kleiner Beitrag für die Raum-miete entstehen.

Anmeldung: ab 14:00 Uhr bei Angela Ahle, 0175 155 53 39

Folklore

Neue Tänzerinnen und Tänzer sind immer willkommen.

Ein Einstieg ist jederzeit möglich.

Weitere Termine in Planung

dienstags 20:00 – 22:00 Uhr (nicht in den Ferien)

Leitung: Karola Pott

Anmeldung: 0511 168 49112

Veranstalter: Freizeitheim Döhren

Square Dance

montags 18:30 – 21:30 Uhr

Info: 05130 790191

Gemischter Chor Hannover-Döhren e.V.

Chorprobe

dienstags 19:30 – 21:30 Uhr

Info: Torsten Burow, 0511 833615, www.doehren-chor.de

Die Montagsmaler

Kleine Malgruppe Aquarell / Acryl sucht Teilnehmer/innen, auch interessierte Anfänger.

14-tägig montags 18:00 – 20:30 Uhr

Infos: 0178 57 366 28 Fax 0511 22 83 471

Videogruppe des Kommunalen Seniorenservice

Interessierte sind immer willkommen.

Anmeldung: Rosa Bader, 0511 168 45134

## VERANSTALTUNGEN

<b>30.04.</b> ab 21:00 Uhr	<b>Mo</b>
	
<b>05.05.</b> 10:00 – 13:00 Uhr	<b>Sa</b>
	
<b>05.05.</b> 16:00 – 19:00 Uhr	<b>Sa</b>
	
<b>09.05.</b> 17:15 – 19:00 Uhr	<b>Mi</b>
	
<b>16.05.</b> 9:00 – 19:00 Uhr	<b>Mi</b>
	
<b>18. – 20.05.</b>	<b>Fr - So</b>

### TANZ IN DEN MAI

Unsere beliebte Döhrener Discoveranstaltung richtet sich wieder an alle Tanzwütigen, die mit uns den Frühling willkommen heißen möchten. Bei abwechslungsreicher Musik und guter Laune darf bis in die frühen Morgenstunden getanzt werden.

Veranstalter: Freizeitheim Döhren,  
www.fzh-doehren.de  
Eintritt: 5 €

### SCHREIBWERKSTATT AM NACHMITTAG: ICH!? ...UND ICH + DU!? ...UND WIR!?

Wir bewegen uns schreibend von unserer eigenen Person hin zu uns nahestehenden Menschen, Bekannten, Freunden ...eben gedanklich zu Begleitern in unserem Leben. Anregungen und Techniken in bewährter Weise von Annette Bochynek-Friske, M.A. In Kooperation mit in Koop. mit OSTLAND Wohnungsgenossenschaft eG

Veranstalter: Kulturinitiative Döhren-Wülfel-Mittelfeld e.V.  
Ort: Wohnen UMZU  
Anmeldung: 0511 89883901,  
www.kulturini.de  
Kosten: 7 €

### ERZÄHLCAFÉ ZUM DÖHRENER JAMMER

Nach dem Vortrag von Denkmalpflegerin Hedwig Kern im letzten Quartal schließt sich nun ein Erzählcafé zum Döhrener Jammer an. Wir werden verschiedene Themen und Zeiten ansprechen. Wer hat etwas zu erzählen? Wer hat noch alte Fotos? Bei Kaffee, Tee und Keksen wollen wir uns austauschen.

Veranstalter: Kulturinitiative Döhren-Wülfel-Mittelfeld e.V.  
Ort: Freizeitheim Döhren  
Anmeldung: 0511 89883901,  
www.kulturini.de  
Kosten: 5 € / 3 € für Mitglieder

### BUCHCAFÉ: BRIGITTA RUDOLF LIEST

Brigitta Rudolf schreibt Schmunzelkrimis und Kurzgeschichten. Von ihren Katzensgeschichte hören wir vielleicht auch eine Kostprobe. Freuen Sie sich auf einen Nachmittag mit Gänsehaut und einem Lächeln im Gesicht! Und wie immer mit einer schönen Tasse Tee!  
Eintritt frei, Spenden erbeten!

Veranstalter: Kulturinitiative Döhren-Wülfel-Mittelfeld e.V.  
Ort: Nachbarschaftstreff Mittelfeld  
Info: 0511 89883901,  
www.kulturini.de

### WENDLANDTOUR ZUR KULTURELLEN LANDPARTIE

In diesem Jahr findet die Kulturelle Landpartie im Wendland bereits zum 29. Mal statt. Mit Kunst, Kultur und Kulinarischem und immer vor dem Hintergrund des politischen Widerstandes gegen ein Atommülllager in Gorleben. Rund 800 Künstler und Handwerker - verteilt auf über 80 Dörfer - öffnen ihre Werkstätten und Ateliers

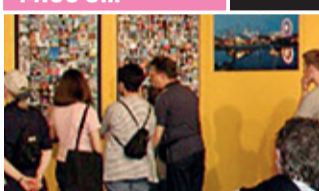
Veranstalter: Kulturinitiative Döhren-Wülfel-Mittelfeld  
Anmeldung: vom 23.4. bis 27.4.,  
0511 89883901,  
www.kulturini.de  
Kosten: 19 €

### „HIP HOP PFINGSTCAMP“ UND „BATTLE OF THE YEAR“

Freizeitheim Döhren, Kinder & Jugendarbeit Hannover and Battle Of The Year in cooperation with Hip Hop Community Hanover e.V. presenting: HipHop Pfingstcamp X SNIPES Battle Of The Year  
Infos: <https://www.facebook.com/events/379974859130397/>

Veranstalter: Kinder- und Jugendarbeit Hannover  
Ort: Freizeitheim Döhren,  
www.fzh-doehren.de

<b>28.05.</b> 14:00 Uhr	<b>Mo</b>
----------------------------	-----------



### BESUCH DES EXPOSEEUM

Die Expo ist jetzt volljährig! Bei einem Rundgang durchs EXPOSEEUM kommen Erinnerungen an die Expo-Zeit im Jahr 2000 auf. Fotos, Modelle und zahlreiche Gastgeschenke dokumentieren die Zeit, als die Welt zu Gast in Hannover war. Führungsdauer ca. 1 Std.  
Treffpunkt: Exposeeum, Expo-Plaza 11

Veranstalter: Kulturinitiative Döhren-Wülfel-Mittelfeld e.V.  
Anmeldung: bis zum 17.05.,  
0511 89 88 39 01,  
www.kulturini.de  
Kosten: 6,50 € inkl. Führung und Eintritt

<b>01.06.</b> 16:00 Uhr	<b>Fr</b>
----------------------------	-----------



### MIT RITTER CARL VON LINNÉ IM BERGGARTEN HANNOVER

Folgen Sie einem der größten Pflanzenkenner und „Liebhaber“ in die Zeit von vor 250 Jahren und lassen Sie sich von seiner großen Liebe zur Natur anstecken. Der Naturforscher war ein gepriesener und bei seinen Studenten äußerst beliebter Geschichtenerzähler ... und er ist es heute noch ... Rainer Künnecke schlüpft in die Gestalt des großen Botanikers und berichtet über Lebensabenteuer und abenteuerliche Pflanzenforschung. Dauer ca. 1 ¼ Std.

Veranstalter: Kulturinitiative Döhren-Wülfel-Mittelfeld e.V.  
Treffpunkt: Kasse Berggarten  
Anmeldung: 0511 89883901,  
www.kulturini.de  
Kosten: 9 €, zzgl. Eintritt

<b>05.06.</b> 17:00 – 19:00 Uhr	<b>Di</b>
------------------------------------	-----------



### SÜDSTÄDTER FRAUENLEBEN – historischer Stadtteilspaziergang

Wir begeben uns mit der Historikerin Corinna Heins auf die Spuren von vier faszinierenden Frauen: Aenne Koken, Lisa Hausmann-Löns, Künstlerin Martel Schwichtenberg, und Bildungsreformerin Ada Abbenhethern-Lessing  
Veranstalter: Kulturbüro Südstadt Kooperation mit den Kulturtreffs Hainholz, Vahrenheide, Plantage, Bothfeld und der Kulturinitiative Döhren-Wülfel-Mittelfeld.  
Treffpunkt: Vor der Nazarethkirche, Sallstr. 55

Veranstalter: Kulturinitiative Döhren-Wülfel-Mittelfeld  
Anmeldung: 0511 89883901,  
www.kulturini.de  
Kosten: 8 €

<b>10.06.</b> 11:00 – 13:30 Uhr	<b>So</b>
------------------------------------	-----------



### FILME ZUM FRÜHSTÜCK: „EIN LIED FÜR NOUR“

Ein bewegender Film über eine Gruppe palästinensischer Kinder, die versuchen, ihren Traum zu verwirklichen. Dazu möchten wir Ihnen Kaffee oder Tee und ein kleines Frühstück anbieten. Die nächsten Termine dieser Reihe am 08.07., 12.08., 14.10. und 09.12.2018

Veranstalter: Freizeitheim Döhren  
Info: 0511 168 49112  
Eintritt: 5 €

<b>13.06.</b> 17:15 – 19:00 Uhr	<b>Mi</b>
------------------------------------	-----------



### BUCHCAFÉ: EIN NACHMITTAG MIT BABETTE REINEKE

Babette Reineke, inzwischen 86 Jahre jung, ist als Märchenerzählerin und Autorin bekannt. Ihre Geschichten und Gedichte sind heiter und voll Lebensweisheit. Heute wird sie in lockerer Atmosphäre lesen und erzählen.  
Eintritt frei, Spenden erbeten!

Veranstalter: Kulturinitiative Döhren-Wülfel-Mittelfeld e.V.  
Ort: Nachbarschaftstreff Mittelfeld  
Info: 0511 89883901,  
www.kulturini.de

<b>23.06.</b> ab 21:00 Uhr	<b>Sa</b>
-------------------------------	-----------



### SOMMERPARTY IM FREIZEITHEIM

Zu Beginn des Sommers und in den hellsten Nächten des Jahres soll bei unserer beliebten Discoververanstaltung wieder das Tanzbein geschwungen werden. Kommen Sie vorbei, bringen Sie Ihre FreundInnen mit und genießen Sie einen Abend mit guter Musik und guter Laune, wir freuen uns auf Sie.

Veranstalter: Freizeitheim Döhren,  
www.fzh-doehren.de  
Eintritt: 5 €

<b>26.06.</b> 16:00 – 19:00 Uhr	<b>Di</b>
------------------------------------	-----------



### GÄNSEBLÜMCHEN UND MARGERITEN

Wir filzen mit einer Grundtechnik, die sich für verschiedene Blüten eignet. Es kann auch ein kleines Reliefbild entstehen. Wir arbeiten mit feiner Merinowolle im Vlies und im Kammzug.  
Auch für ältere Kinder geeignet! Leitung: Gudrun Bialas  
Bitte mitbringen: 2 Geschirrtücher, kleine Plastikschale ca. 20cm Durchmesser, Schöpfkelle, scharfe Schere. Materialkosten ca. 5 €.

Veranstalter: Kulturinitiative Döhren-Wülfel-Mittelfeld e.V.  
Ort: Nachbarschaftstreff Mittelfeld  
Info: 0511 89883901,  
www.kulturini.de  
Kosten: 9 € / 7 €

## VERANSTALTUNGEN IN DER STADTBIBLIOTHEK DÖHREN

<b>jeden</b> 16:00 Uhr	<b>Do</b>
<b>18.04., 16.05. und 20.06.</b> 10:00 Uhr	<b>Mi</b>
<b>07.05. und 04.06.</b> 15:00 – 17:00 Uhr	<b>Mo</b>
<b>17.04.</b> 18:30 – 21:00 Uhr	<b>Di</b>
<b>12.06.</b> 14:00 – 17:00 Uhr	<b>Di</b>

### BILDERBUCHKINO

Spaß mit lustigen Geschichten für Kinder ab 4 Jahren

Eintritt: frei

### BABYS IN DER BIBLIOTHEK

In dem Kurs erfahren Eltern wie sie ihr Kind sprachlich und motorisch fördern können. Tipps, Bilderbücher, Fingerspiele und Reime bilden ein abwechslungsreiches Programm.

In Kooperation mit der AWO  
Eintritt: frei

### CAFÉ IN DER BIBLIOTHEK

Ein heißer Kaffee und ein Buch, auf dem Teller ein Stück Kuchen und draußen könnte die Welt untergehen! Wir laden Sie ein zu einer literarischen Pause bei Kaffee und Kuchen.

### 32. DÖHRENER LESESCHNUPPERABEND

Neues vom Buchmarkt und Kulinarisches vom Buffet  
Für die musikalische Einstimmung sorgt das „Trio Isetta“ mit Schlagern der 50er bis 80er Jahre. Wir freuen uns auf einen interessanten Abend mit vielen Gästen!

Eintritt: 4 €  
Um Anmeldung wird gebeten.

### SOMMERPICKNICK IM KLEINEN GARTEN DER STADTBIBLIOTHEK DÖHREN

Für Spiele, Getränke und kleine Leckereien ist gesorgt – Sie können aber auch gern Ihren gefüllten Picknickkorb mitbringen!



**INFO:** Im Freizeitheim Döhren können Sie jetzt ein offenes, freies WLAN nutzen. Wählen Sie hierzu unter den angezeigten Netzwerken **Stadt\_Hannover** aus und bestätigen Sie auf der angezeigten Seite die **WLAN\_Nutzungsbedingungen** der Landeshauptstadt Hannover. Danach können Sie kostenlos surfen.

## IMPRESSUM

Landeshauptstadt **Hannover**

LANDESHAUPTSTADT HANNOVER  
Bereich Stadtteilkultur  
Freizeitheim Döhren  
An der Wollbahn 1  
30519 Hannover  
Tel. 0511 168 49112  
Fax 0511 168 49114  
fzh-doehren@hannover-stadt.de

Redaktion für diese Ausgabe: Jörg Kölling, Sonja Alves  
Konzept und Grafik-Design: www.friedland-design.de  
Redaktionsschluss Ausgabe: Juli bis September 2018: 17.05.2018

[www.fzh-doehren.de](http://www.fzh-doehren.de)

[www.hannover.de/stadtbezirke](http://www.hannover.de/stadtbezirke)