



Titelfoto: © Jens Klatt

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

StadtteilKULTUR

NOVEMBER 2023 – JANUAR 2024

DÖHREN, WÜFEL UND MITTELFELD

LANDESHAUPTSTADT
HANNOVER

HAN
NOV
ER

1 NOV**Mittwoch**

9:30-11:30 Uhr:

Video und Fotografie

Der Kommunale Seniorenservice bietet im Freizeithaus eine Video- und Foto-gruppe an, die sich jeden ersten Mittwoch im Monat trifft. Hier können verschiedene Techniken zur Erstellung von Videofilmen und deren Bearbeitung erlernt werden. Im Vordergrund steht der Erfahrungsaus-tausch. Interessierte sind willkommen.

Veranstalter: Kommunaler Seniorenservice.

ab 14 Uhr:

Blockflötenunterricht

Einzel- oder Gruppenunterricht für Kin-der, Jugendliche und Erwachsene

Anmeldung: Musikschule, 168-44137

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

Qigong

Ein Gesundheitsangebot vom Kommunalen Seniorenservice Hannover.

Veranstalter: Kommunaler Seniorenservice.

16-18 Uhr: **Tanztreff**

Beim Tanztreff für Singles und Paare sind alle willkommen, die Lust auf Tanzen ha-ben. Getanzt wird Standard bis Discofox.

Veranstalter: Kommunaler Seniorenservice.

18 Uhr: Klangmalerei – musikalische Improvisation

Wir spielen nicht nach Noten, sondern kreieren Sounds, Melodien und Struk-turen, die zu einem Musikstück zusam-mengesetzt werden. Dabei spielt jede Person das, was sie kann und will.

Mit Thomas Siebert, weiterer Termin am 6.12. | Anmeldung: Kulturinitiative

Ort: Quartierstreff, Borgentrickstr. 13

Kosten: 7 € pro Termin/mit HAP 3,75 €

18-22 Uhr: **Squaredance**

Spaß bei Country- und Westernmusik und gemeinsamen Tanzen am Montag und Mittwoch. Alter unwichtig! Einen festen Tanzpartner benötigt Mann/Frau nicht. **Info: <https://hearties.info>**

19-20 Uhr: Lachyoga

2 NOV**Donnerstag****10-12:30 Uhr: Kreativkurs für Frauen – Herbstleuchten**

Hier können experimentierfreudige Frauen ihre Freude an Farben und For-men entdecken und spielerisch unter-schiedliche Mal- und Collagetechniken ausprobieren. Durch das Malen mit leuchtenden Farben fangen wir das Leuchten des Herbstes ein. Wir gestal-ten nach Lust und Laune, spüren unsere eigenen Stärken und beginnen eine Rei-se zu neuen Zielen. Jede Teilnehmerin wird individuell und einfühlsam in ihrem kreativen Ausdruck unterstützt.

6 Termine | Kosten 80 € | 2.11.-7.12.23

Kursleitung: Angela Mielke

Veranstalter: Freizeithaus

16:30 Uhr: Kinderzirkus „Cirque d'Oehren“

Beim Kinderzirkusprojekt trainieren Kin-der unterschiedlichste Zirkusdisziplinen. Seiltanz, Kugellauf, Einrad oder Akroba-tik sind Dinge, die ihr spielerisch auspro-bieren könnt. Wir arbeiten auf kleinere Auftritte hin, der Spaß an der Bewegung steht aber im Mittelpunkt.

Veranstalter: Freizeithaus

Kosten: 25 € pro Halbjahr

18-21 Uhr:

Südstädter Komöd'chen

Wir suchen kreative Köpfe, handwerklich Begabte, technisch Interessierte, kurz: Menschen mit Lust auf Theater vor, hin-ter und auf der Bühne! Besucht uns bei den Proben (mit Voranmeldung), um in unser Ensemble „hinein zu schnuppern“.

Veranstalter: Südstädter Komöd'chen

www.suedstaedter-komoedchen.de

Tel. 0511 808621

3 NOV**Freitag**

nachmittags:

Gitarrenunterricht

Einzel- oder Gruppenunterricht für Kin-der, Jugendliche und Erwachsene

Anmeldung: Musikschule, 168-44137



Flohmarktmarathon

16-19 Uhr: Tanzschule Vulikh (s. 5.11.)

18-19:30 Uhr: **Bauchtanz**

Die Gruppe trifft sich unter neuer Leitung.
Veranstalterin: Brigitte Keune

19:30-22 Uhr:

Mehr als nur Sirtaki

Herzlich eingeladen sind alle, die Spaß an griechischen Tänzen haben. Neben „Sirtaki“ stehen Tänze aus allen Regionen des Landes auf dem Programm.

Kosten: Beitrag für die Raummiete

Info: Freizeitheim

3 – 5 NOV

Fr–So

Flohmarktmarathon

Drei Tage – drei Flohmärkte

Am Freitag starten wir in das Flohmarkt-wochenende mit dem **Flohmarkt für Frauenkleidung**. Weiter geht's am Samstag mit dem **Traditionsflohmarkt**. Den Abschluss bildet am Sonntag der **Kindersachenbasar**.

3.11., 18 Uhr: **Flohmarkt für Frauenkleidung**

4.11., 10 Uhr: **Traditionsflohmarkt**

5.11., 10 Uhr: **Kindersachenbasar**

Veranstalter: Freizeitheim

Anmeldung: www.fzh-doehren.de

5 NOV

Sonntag

11-17 Uhr: **Tanzschule Vulikh**

Klassischer Tanz für Kinder und Jugendliche | Veranstalterin: Yulia Vulikh
Infos: Freizeitheim Döhren



Lach-Yoga Workshop

6 NOV

Montag

10-11:30 Uhr: **Senior*innentanz**

Tanz und Fitness für Senior*innen.
Veranstalter: Kommunalen Seniorensen.

16-18 Uhr: **Bewegungsübungen**

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

16-18 Uhr: **Die „Montagsmaler“**

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

16-19 Uhr: **Multiple Sklerose Beratungsrunde**

Offenes Angebot zum Austausch
Jeden ersten Montag im Monat

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

Es werden Bewegungsbilder erarbeitet und Übungen zur Sensibilisierung der Körperwahrnehmung und Koordination durchgeführt. Der Leiter Helmut Walker ist von Beruf Schauspieler und Lehrer, übt Tai Chi Chuan und QiGong seit 24 Jahren, hat eine Ausbildung als „Übungsleiter für Tai Chi Chuan und Körperarbeit“ und zahlreiche Fortbildungen bei kleinen und großen Meistern gemacht.

Veranstalter: Freizeitheim

18-21:30 Uhr: Squaredance (s. 1.11.)

18 Uhr: **Einführung & Ausstellung „Ich werde noch etwas“ – Paula Modersohn-Becker in Hannover**

Das Landesmuseum zeigt seine komplette Sammlung von Werken aus der

gesamten Schaffenszeit dieser bedeutendsten Künstlerin der frühen Moderne. Kunsthistoriker Dr. Christian Vogel führt in die Ausstellung ein und leitet auch den Museumsbesuch am 12.11.

Ort: Quartierstreff Borgentrickstr. 13

19-20:30 Uhr: Tanz dich fit

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

7 NOV

Dienstag

**9-10 Uhr und 10-11 Uhr:
Damengymnastik**

Konditions- und Krafttraining zur Intensivierung von Körpergefühl, Haltung und Gleichgewicht. Jede Übung bekommt durch Atemtechnik und Inkraftsetzung der inneren Muskulatur eine ganzkörperliche Ausrichtung. Neueinstieg möglich.

Leitung: Petra Hundertmark

Veranstalter: Freizeitheim

**10-11 Uhr:
Freude am Singen**

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

Veranstalter: Kommunaler Seniorenser.

**10-12 Uhr:
Malen für Senior*innen**

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

Veranstalter: Kommunaler Seniorenser.

14-16 Uhr: Boule am Dienstag

Es wird sich in lockerer Runde zum gemeinsamen Spielen getroffen. Eine Anmeldung ist nicht nötig, Sie können einfach dazu kommen. Die Boule-Gruppe trifft sich jeden Dienstag zur selben Zeit.

Durchführung: Hubertus Süllow

Ort: Fiedelerplatz

14-16:30 Uhr: Dienstagsgruppe

Seniorengruppe mit Kaffeetrinken, Klö-

nen, Spielen, Vorträge hören.

Veranstalter: Kommunaler Seniorenser.

17-20 Uhr: Tanzschule Vulikh (s. 5.11.)

20-22 Uhr: Folkloretanzgruppe

Internationale Folklore – Tanzgruppe mit Schwerpunkt „schottisch“

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

Leitung: Karola Pott

Anmeldung: Freizeitheim

8 NOV

Mittwoch

ab 14 Uhr: Blockflötenunterricht

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

16-18 Uhr: Tanztreff

18-22:00 Uhr: Squaredance

18-21 Uhr:

Telekarten Tauschabend

Monatliches Treffen für Telekartenliebhaber zum gemeinsamen Austausch und schwelgen in Erinnerungen.

Veranstalter: Detlef Brandt

Ort: Freizeitheim

9 NOV

Donnerstag

10-12:30 Uhr: Kreativkurs f. Frauen

16:30 Uhr: „Cirque d'Oehren“

18-21 Uhr: Südstädter Komöd'chen

18 Uhr: Bezirksratssitzung

10 NOV

Freitag

nachmittags: Gitarrenunterricht

16-19 Uhr: Tanzschule Vulikh

18-19:30 Uhr: Bauchtanz

19:30-22 Uhr: Mehr als nur Sirtaki

15.30-17.30 Uhr:

**Café am Freitag
ERINNERUNGEN GEFRAGT**

Einmal im Monat gibt es das „Café am Freitag“ der Kulturinitiative im Quartierstreff. Dazu werden alle interessierten Menschen zum offenen Austausch in lockerer Runde eingeladen. Diesmal sind Ihre Erinnerungen gefragt. Milchmann, Bäcker, Landschlachter und

Fischhändler... wo sind die kleinen, längst verschwundenen Geschäfte geblieben? Wir freuen uns auf Fotos, Schriftstücke und Ihre Erzählungen.

Infos: Kulturinitiative

Ort: Quartierstreff, Borgentrickstr. 13

19 Uhr: **Vernissage:**

Hey Hannover – Eine fotografische Liebeserklärung

Ausstellung: 10.11.23 bis 16.01.24

Diese interessante Stadt offenbart ihren Charme und ihre romantischen Winkel besonders denen, die den Alltag hinter sich lassen und sich offenen Auges auf eine besonders besinnliche Entdeckungsreise begeben. Dieter Kempa, Jahrgang 1947, präsentiert eine spannende Sammlung von Eindrücken und Erlebnissen aus dem langen Zeitraum von 1972 bis 2023.

Veranstalter: Freizeitheim

12 NOV

Sonntag

11-17 Uhr: Tanzschule Vulikh

11 Uhr: **Ausstellungsbesuch „Ich werde noch etwas“ – Paula Modersohn-Becker in Hannover**, siehe 6.11.

Ort: Landesmuseum Hannover

Eintritt 10 €/8 €

13 NOV

Montag

10-11:30 Uhr: Senior*innentanz

16-18 Uhr: Bewegungsübungen

16-18 Uhr: Die „Montagsmaler“

16-19 Uhr: Multiple Sklerose Beratungsrunde

18-19:30 Uhr: Tai Chi Chuan Chuan

18-21:30 Uhr: Squaredance

19-20:30 Uhr: Tanz dich fit

14 NOV

Dienstag

9-10 u. 10-11 Uhr: Damengymnastik

10-11 Uhr: Freude am Singen

10-12 Uhr: Malen für Senior*innen

14-16:30 Uhr: Dienstagsgruppe

17-20 Uhr: Tanzschule Vulikh

20-22 Uhr: Folkloretanzgruppe



Vernissage & Ausstellung:
Hey Hannover – Eine
fotografische Liebeserklärung

15 NOV

Mittwoch

ab 14 Uhr: Blockflötenunterricht

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

16-18 Uhr: Tanztreff

18-22:00 Uhr: Squaredance

19-20 Uhr: Lachyoga

16 NOV

Donnerstag

10-12:30 Uhr: Kreativkurs f. Frauen

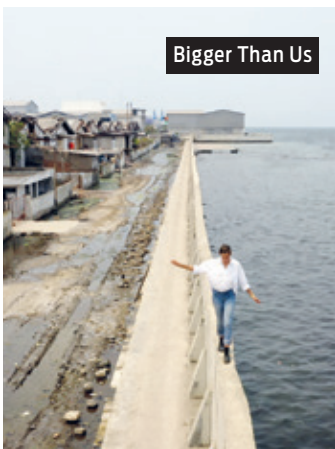
16:30 Uhr: „Cirque d'Oehren“

18-21 Uhr: Südstädter Komöd'chen

18:30 Uhr: **Bigger Than Us**

Film mit anschließender Diskussion im Rahmen des 14. EUROPÄISCHEN FILMFESTS DER GENERATIONEN.

Die 18-jährige Melati aus Indonesien hat bereits mit 12 Jahren begonnen, sich gegen die Plastikverschmutzung auf ihrer Heimatinsel Bali zu engagieren. Die eindrucksvolle Doku begleitet sie zu sechs jungen Aktivist*innen und deren Pro-



Bigger Than Us

jekten: Mohamad im Libanon, Memory in Malawi, Mary in Griechenland, Xiuh-tezcatl in den USA und Rene in Brasilien sowie Winnie in Uganda. Getragen von einem überzeugten Humanismus, von Mut und Hoffnung vereinen sie sich, um Teil von etwas zu sein, das größer ist als sie selbst – **BIGGER THAN US**.

Veranstalter: Freizeitheim

Eintritt frei

17 NOV

Freitag

nachmittags: Gitarrenunterricht

16-19 Uhr: Tanzschule Vulikh

18-19:30 Uhr: Bauchtanz

19:30-22 Uhr: Mehr als nur Sirtaki

16-19 Uhr:

Oper verstehen & erleben: Die Zauberflöte

Diese Oper von W.A. Mozart ist ein musikalisches Märchen über die Macht der Liebe mit glücklichem Ende. Am 11.11. hören wir von der Opernkennerin Chr. Held Interessantes und Persönliches über den Komponisten und sein Schaffen und erfahren so viel über die Oper, sodass wir gut vorbereitet am 19.11. gemeinsam die Vorstellung im Opernhaus besuchen.

Anmeldung: Kulturinitiative

Ort: Kulturbüro Südstadt

Kosten: 33 €, mit HAP 16,50 €

19 NOV

Sonntag

11-17 Uhr: Tanzschule Vulikh

16 Uhr: Oper verstehen & erleben: „Die Zauberflöte“

s. 17.11. | Ort: Staatsoper Hannover

20 NOV

Montag

10-11:30 Uhr: Senior*innentanz

16-18 Uhr: Bewegungsübungen

16-18 Uhr: Die „Montagsmaler“

18-19:30 Uhr: Tai Chi Chuan

18-21:30 Uhr: Squaredance

19-20:30 Uhr: Tanz dich fit

21 NOV

Dienstag

9-10 u. 10-11 Uhr: Damengymnastik

10-11 Uhr: Freude am Singen

10-12 Uhr: Malen für Senior*innen

14-16:30 Uhr: Dienstagsgruppe

17-20 Uhr: Tanzschule Vulikh

20-22 Uhr: Folkloretanzgruppe

22 NOV

Mittwoch

ab 14 Uhr: Blockflötenunterricht

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

16-18 Uhr: Tanztreff

18-22 Uhr: Squaredance

23 NOV

Donnerstag

10-12:30 Uhr: Kreativkurs f. Frauen

16:30 Uhr: „Cirque d'Oehren“

18-21 Uhr: Südstädter Komöd'chen

18-20 Uhr: Schreibwerkstatt „Stadtteilgeschichten“ mit Burkhard Wetekam

In dieser Schreibwerkstatt entwickeln wir Ideen für Geschichten aus dem Stadtteil. Wir tauschen uns darüber aus und fangen an zu schreiben. Was macht eigentlich eine gute Geschichte aus? Was hilft, wenn man beim Schreiben nicht weiter kommt? Wer schon im September teilgenommen hat, kann an die Arbeit von dort anknüpfen. Neue Teilnehmer*innen sind auch herzlich willkommen!

Leitung: Burkhard Wetekam, Schriftsteller und Journalist aus Döhren

Ein Projekt aus dem Kulturentwicklungsplan der LH Hannover

Anmeldung: Kulturinitiative

Ort: Freizeitheim

Kosten: 5 €/mit HAP 2,50 €

20 Uhr / Einlass ab 19 Uhr:

Abenteuer Kajak: Soča – Live Filmvortrag

Der Abenteurer, Buchautor und Kajakfilmer **Olaf Obsommer** entführt sein Publikum bei seiner herbstlichen Vortragstour in das wunderschöne Soča-Tal

– für ihn „der schönste Fluss der Alpen“. Smaragdgrüner Fluss, legendäres Wildwasser-Revier, gelegen im Herzen des Triglav-Nationalparks in Slowenien. In seinem Vortrag erzählt Obsommer von den Menschen, die im Soča-Tal leben, dort eine neue Heimat gefunden haben oder einfach Urlaub im Wasser oder in den Bergen verbringen.

Veranstalter: Freizeitheim | Eintritt: 12 Euro Erw. / 10 € Kinder / 8 € im VVK
Infos / VVK: www.obsommer.de/vortraege

24 NOV Freitag

- nachmittags: Gitarrenunterricht
- 16-19 Uhr: Tanzschule Vulikh
- 18-19:30 Uhr: Bauchtanz
- 19:30-22 Uhr: Mehr als nur Sirtaki

20 Uhr: **Konzert „Klosterbrüder“**

„Ich kann mir nicht helfen, ich finde mich schön“ ist das diesjährige Motto des Konzerts. 20 sangesfreudige Männer aus unterschiedlichen Berufen haben sich vor mehr als 20 Jahren zusammengefunden und präsentieren vielstimmig und witzig alte und neue Schlager. Ein vergnüglicher Abend!

Anmeldung / Ort: Freizeitheim
Kosten: 10 € / 8 € Mitglieder Kulturini.

25 NOV Samstag

- 11-15 Uhr: **Südstädter Komöd'chen Theaterprobe**
- 15-18 Uhr:
Lach-Yoga Workshop

Lachen gegen den Novemberblues für alle Menschen jeglichen Alters, die ihr Wohlbefinden steigern möchten. Es werden Lachyoga-, Atem- und Klatschübungen, Blickkontakt und spielerisches Verhalten miteinander kombiniert. Glückshormone beginnen zu tanzen, Stresshormone werden gehemmt, das Immunsystem gestärkt, der ganze Körper mit Sauerstoff versorgt.

Anmeldung: Sabine Heimes-Freesemann,
Tel: 0421 69644307 | Kosten: 40 €

26 NOV Sonntag

- 11-17 Uhr: Tanzschule Vulikh

27 NOV Montag

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

28 NOV Dienstag

- 9-10 u. 10-11 Uhr: Damengymnastik
- 10-11 Uhr: Freude am Singen
- 10-12 Uhr: Malen für Senior*innen
- 14-16:30 Uhr: Dienstagsgruppe
- 17-20 Uhr: Tanzschule Vulikh
- 20-22 Uhr: Folkloretanzgruppe

15-17 Uhr: **Döhren bastelt**

Wir möchten mit euch gemeinsam kreativ werden. An drei Tischen können winterliche Bastelsets für die Kulturleine (s. 3.12.) vorab gebastelt werden. Von riesigen Sternen bis zu kleinen Zwergen findet sicher jede*r etwas, das er oder sie gern herstellt. Klein und Groß von 3-100 Jahren sind herzlich willkommen ... und ab 1. Advent flattert auf dem Fiedelerplatz wieder die Kulturleine mit Basteleien für Zuhause.

Teilnahme kostenlos, kleine Spende für Material wird gern genommen.

29 NOV Mittwoch

- ab 14 Uhr: Blockflötenunterricht
- 14-14:45 und 15-15:45 Uhr: Qigong
- 16-18 Uhr: Tanztreff
- 18-22 Uhr: Squaredance
- 19-20 Uhr: Lachyoga

30 NOV Donnerstag

- 10-12:30 Uhr: Kreativkurs f. Frauen
- 16:30 Uhr: „Cirque d'Oehren“
- 18-21 Uhr: Südstädter Komöd'chen

1 DEZ**Freitag**

nachmittags: Gitarrenunterricht

15.30-17.30: **Café am Freitag**
siehe 10.11. | Ort: Quartierstreff

16-19 Uhr: Tanzschule Vulikh

18-19:30 Uhr: Bauchtanz

19:30-22 Uhr: Mehr als nur Sirtaki

18 Uhr: **Lebendiger
Adventskalender**

Erleben Sie den Auftakt der Adventszeit mit einer kulturellen Überraschung am Freizeitheim. Die Feuerschale sorgt für Wärme, Punsch und Gebäck für die Gemütlichkeit. Bei schlechtem Wetter findet die Veranstaltung im Foyer statt.

Veranstalter: Freizeitheim

3 DEZ**Sonntag**

11-17 Uhr: Tanzschule Vulikh

Eröffnung der Kulturleine

Ort: Fiedelerpl. | Info: Kulturinitiative

4 DEZ**Montag**

10-11:30 Uhr: Senior*innentanz

16-18 Uhr: Bewegungsübungen

16-18 Uhr: Die „Montagsmaler“

16-19 Uhr: Multiple Sklerose Beratungsrunde

18-19:30 Uhr: Tai Chi Chuan

18-21:30 Uhr: Squaredance

19-20:30 Uhr: Tanz dich fit

18 Uhr: **Einführung & Ausstellung „Akinbode Akinbiyi – Manchmal heißt verloren sein gefunden werden“**

Der 1946 in Oxford als Sohn nigerianischer Eltern geborene Fotograf, Dichter und Autor lebt heute in Berlin. Er erkundet Zentral- und Randgebiete von Metropolen und hält sie mit seiner Kamera fest. Seit dem Frühjahr 2023 erkundet er Hannover auf der Suche nach den verborgenen Seiten der Stadt. Dr. Vogel führt in die Ausstellung ein und leitet den Ausstellungsbesuch am 9.12..

Ort: Quartierstreff, Borgentrickstr. 13

5 DEZ**Dienstag**

9-10 u. 10-11 Uhr: Damengymnastik

10-11 Uhr: Freude am Singen

10-12 Uhr: Malen für Senior*innen

14-16:30 Uhr: Dienstagsgruppe

17-20 Uhr: Tanzschule Vulikh

20-22 Uhr: Folkloretanzgruppe

17 Uhr: **Theaterpädagogische
Fortbildung** – Infoveranstaltung

Quelle: ZEW

Im Mittelpunkt der berufsbegleitenden einjährigen Fortbildung steht die Vermittlung theaterpädagogischer Methoden. Das Konzept beinhaltet einen Wechsel von fachlichen Inputs, praktischen Übungen und Reflexion eigener Erfahrungen und Umsetzung in die jeweiligen pädagogischen Berufsfelder. Die Fortbildung ist ein Kooperationsprojekt des Freizeitheims und der ZEW der Leibniz Universität Hannover.

Ort: Schloßwender Str. 5, Gebäude 1208, Raum C001 (EG)

Weitere Infos online:

**6 DEZ****Mittwoch**

9:30-11:30: Video und Fotogruppe

ab 14 Uhr: Blockflötenunterricht

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

16-18 Uhr: Tanztreff

18-22 Uhr: Squaredance

18-19:30: **Klangmalerei**, s. 1.11.**7 DEZ****Donnerstag**

10-12:30 Uhr: Kreativkurs f. Frauen

16:30 Uhr: „Cirque d'Oehren“

18-21 Uhr: Südstädter Komöd'chen

8 DEZ

Freitag

nachmittags: Gitarrenunterricht

16-19 Uhr: Tanzschule Vulikh

18-19:30 Uhr: Bauchtanz

19:30-22 Uhr: Mehr als nur Sirtaki

9 DEZ

Samstag

15 Uhr: **Ausstellungsbesuch „Akinbode Akinbiyi – Manchmal heißt verloren sein gefunden werden“**

siehe 4.12. | Ort: Kunstverein

Hannover | Eintritt 6 € / 4 €

10 DEZ

Sonntag

11-17 Uhr: Tanzschule Vulikh

11 DEZ

Montag

10-11:30 Uhr: Senior*innentanz

16-18 Uhr: Bewegungsübungen

16-18 Uhr: Die „Montagsmaler“

18-19:30 Uhr: Tai Chi Chuan

18-21:30 Uhr: Squaredance

19-20:30 Uhr: Tanz dich fit

12 DEZ

Dienstag

9-10 u. 10-11 Uhr: Damengymnastik

10-11 Uhr: Freude am Singen

10-12 Uhr: Malen für Senior*innen

14-16:30 Uhr: Dienstagsgruppe

17-20 Uhr: Tanzschule Vulikh

20-22 Uhr: Folkloretanzgruppe

13 DEZ

Mittwoch

ab 14 Uhr: Blockflötenunterricht

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

16-18 Uhr: Tanztreff

18-22 Uhr: Squaredance

19-20 Uhr: Lachyoga

14 DEZ

Donnerstag

16:30 Uhr: „Cirque d'Oehren“

18-21 Uhr: Südstädter Komöd'chen

18 Uhr: **Bezirksratssitzung**

15 DEZ

Freitag

nachmittags: Gitarrenunterricht

16-19 Uhr: Tanzschule Vulikh

18-19:30 Uhr: Bauchtanz

19:30-22 Uhr: Mehr als nur Sirtaki

16 DEZ

Samstag

20 Uhr: **Döhrener Disconacht Die Weihnachtsdisco**

Tanzen Sie mit Freunden, als Paar oder alleine. Ü30, Ü40, Ü50 oder älter, alle fühlen sich bei unseren Disconächten wohl.

Eintritt: 5 € | Veranstalter: Freizeitheim

17 DEZ

Sonntag

11-17 Uhr: Tanzschule Vulikh

18 DEZ

Montag

10-11:30 Uhr: Senior*innentanz

16-18 Uhr: Bewegungsübungen

16-18 Uhr: Die „Montagsmaler“

18-21:30 Uhr: Squaredance

19-20:30 Uhr: Tanz dich fit

19 DEZ

Dienstag

9-10 u. 10-11 Uhr: Damengymnastik

10-11 Uhr: Freude am Singen

10-12 Uhr: Malen für Senior*innen

14-16:30 Uhr: Dienstagsgruppe

17-20 Uhr: Tanzschule Vulikh

20-22 Uhr: Folkloretanzgruppe

20 DEZ

Mittwoch

ab 14 Uhr: Blockflötenunterricht

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

16-18 Uhr: Tanztreff

18-22 Uhr: Squaredance

21 DEZ

Donnerstag

16:30 Uhr: „Cirque d'Oehren“

18-21 Uhr: Südstädter Komöd'chen

18 Uhr: **Adventssingen auf dem Fiedelerplatz**

Ort: Fiedelerplatz am Weihnachtsbaum

22 DEZ**Freitag****nachmittags: Gitarrenunterricht**

16-19 Uhr: Tanzschule Vulikh

18-19:30 Uhr: Bauchtanz

19:30-22 Uhr: Mehr als nur Sirtaki

7 JAN**Sonntag**

11-17 Uhr: Tanzschule Vulikh

8 JAN**Montag**

10-11:30 Uhr: Senior*innentanz

16-18 Uhr: Bewegungsübungen

16-18 Uhr: Die „Montagsmaler“

16-19: Multiple Sklerose Beratungstd.

18-19:30 Uhr: Tai Chi Chuan

18-21:30 Uhr: Squaredance

19-20:30 Uhr: Tanz dich fit

18 Uhr: **Einführung & Ausstellung „Rebecca Ackroyd: Period Drama“**

Die britische Künstlerin setzt sich mit dem Unterbewusstsein auseinander. Ihre Bilder und Skulpturen bestehen aus fragmentierten Erinnerungen und sind sowohl in apokalyptischen Fantasien als auch in der Realität verwurzelt. Kunsthistoriker Dr. Christian Vogel führt in die Ausstellung ein und leitet auch den Ausstellungsbesuch am 12.1.

Ort: Quartierstreff, Borgentrickstr. 13

9 JAN**Dienstag**

9-10 u. 10-11 Uhr: Damengymnastik

10-11 Uhr: Freude am Singen

10-12 Uhr: Malen für Senior*innen

14-16:30 Uhr: Dienstagsgruppe

17-20 Uhr: Tanzschule Vulikh

20-22 Uhr: Folkloretanzgruppe

10 JAN**Mittwoch****ab 14 Uhr: Blockflötenunterricht**

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

16-18 Uhr: Tanztreff

18-21 Uhr: Telekarten Tauschabend

18-22 Uhr: Squaredance

19-20 Uhr: Lachyoga

11 JAN**Donnerstag**

16:30 Uhr: „Cirque d'Oehren“

18-21 Uhr: Südstädter Komöd'chen

12 JAN**Freitag****nachmittags: Gitarrenunterricht**

15.30-17.30: **Café am Freitag**
siehe 10.11. | Ort: Quartierstreff

16-19 Uhr: Tanzschule Vulikh

18-19:30 Uhr: Bauchtanz

19:30-22 Uhr: Mehr als nur Sirtaki

16 Uhr: **Ausstellungsbesuch „Rebecca Ackroyd: Period Drama“**, siehe 8.1.

Ort: Kestnergesellschaft | Eintritt frei

14 JAN**Sonntag**

11-17 Uhr: Tanzschule Vulikh

15 JAN**Montag**

10-11:30 Uhr: Senior*innentanz

16-18 Uhr: Bewegungsübungen

16-18 Uhr: Die „Montagsmaler“

18-19:30 Uhr: Tai Chi Chuan

18-21:30 Uhr: Squaredance

19-20:30 Uhr: Tanz dich fit

16 JAN**Dienstag**

9-10 u. 10-11 Uhr: Damengymnastik

10-11 Uhr: Freude am Singen

10-12 Uhr: Malen für Senior*innen

14-16:30 Uhr: Dienstagsgruppe

17-20 Uhr: Tanzschule Vulikh

20-22 Uhr: Folkloretanzgruppe

17 JAN**Mittwoch****ab 14 Uhr: Blockflötenunterricht**

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

16-18 Uhr: Tanztreff

18-22 Uhr: Squaredance

18 JAN**Donnerstag**

16:30 Uhr: „Cirque d'Oehren“

18-21 Uhr: Südstädter Komöd'chen

19 JAN**Freitag****nachmittags: Gitarrenunterricht**

16-19 Uhr: Tanzschule Vulikh

18-19:30 Uhr: Bauchtanz

19:30-22 Uhr: Mehr als nur Sirtaki

18 Uhr: **Vernissage:**
„Klatschmohn wandert 2“
Ausstellung: 19.01. bis 14.03.24

Ein Kunstdialog zwischen Künstler*innen mit und ohne Behinderung: Die Leinwand ist zweigeteilt, beide malen darauf, es entstehen spannende Dialoge zwischen Menschen. Sandra Christians hat schon zum zweiten mal eine bunte, spannende und vielschichtige Ausstellung geschaffen.

18:30 Uhr: **Liederabend:**
Ja, ich liebe das Leben!

Die Sängerin **Lisa Natho** und der Musiker **Luis Ernst** präsentieren die schönsten Lieder aus vergangenen Zeiten. Vicky Leandros, Zarah Leander und Udo Jürgens – sie und noch viele weitere geben den Ton an. Ein Abend zum Erinnern und natürlich auch zum Mitsingen!

Ort: Freizeitheim

Eintritt frei, Spenden erbeten

21 JAN**Sonntag**

11-17 Uhr: Tanzschule Vulikh

22 JAN**Montag**

10-11:30 Uhr: Senior*innentanz

16-18 Uhr: Bewegungsübungen

16-18 Uhr: Die „Montagsmaler“

18-19:30 Uhr: Tai Chi Chuan

18-21:30 Uhr: Squaredance

19-20:30 Uhr: Tanz dich fit

23 JAN**Dienstag**

9-10 u. 10-11 Uhr: Damengymnastik

10-11 Uhr: Freude am Singen

10-12 Uhr: Malen für Senior*innen

14-16:30 Uhr: Dienstagsgruppe

17-20 Uhr: Tanzschule Vulikh

20-22 Uhr: Folkloretanzgruppe

24 JAN**Mittwoch****ab 14 Uhr: Blockflötenunterricht**

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

16-18 Uhr: Tanztreff

18-22 Uhr: Squaredance

19-20 Uhr: Lachyoga

25 JAN**Donnerstag**

16:30 Uhr: „Cirque d'Oehren“

18-21 Uhr: Südstädter Komöd'chen

26 JAN**Freitag****nachmittags: Gitarrenunterricht**

16-19 Uhr: Tanzschule Vulikh

18-19:30 Uhr: Bauchtanz

19:30-22 Uhr: Mehr als nur Sirtaki

28 JAN**Sonntag**

11-17 Uhr: Tanzschule Vulikh

29 JAN**Montag**

10-11:30 Uhr: Senior*innentanz

16-18 Uhr: Bewegungsübungen

16-18 Uhr: Die „Montagsmaler“

18-19:30 Uhr: Tai Chi Chuan

18-21:30 Uhr: Squaredance

19-20:30 Uhr: Tanz dich fit

30 JAN**Dienstag**

9-10 u. 10-11 Uhr: Damengymnastik

10-11 Uhr: Freude am Singen

10-12 Uhr: Malen für Senior*innen

14-16:30 Uhr: Dienstagsgruppe

17-20 Uhr: Tanzschule Vulikh

20-22 Uhr: Folkloretanzgruppe

31 JAN**Mittwoch****ab 14 Uhr: Blockflötenunterricht**

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

16-18 Uhr: Tanztreff

18-22 Uhr: Squaredance

INFORMATIONEN UND ANMELDUNGEN

BEI DEN VERANSTALTER*INNEN



Freizeitheim Döhren

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



Kulturinitiative Döhren-Wülfel-Mittelfeld e.V.

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







Kommunaler Seniorenservice

0511 168-45134, 0511 43888

Musikschule der Landeshauptstadt Hannover

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

	Freizeitheim Döhren
	Kulturinitiative Döhren-Wülfel-Mittelfeld e.V.
	Kommunaler Seniorenservice
	Musikschule der Landeshauptstat Hannover

ÖFFNUNGSZEITEN FREIZEITHEIM DÖHREN

Mo. – Fr. 8 – 22 Uhr *An Wochenenden kann es wegen Veranstaltungen*
Sa. – So. 9 – 16 Uhr *zu Verschiebungen der Öffnungszeiten kommen.*

GEÄNDERTE ÖFFNUNGSZEITEN

*Das Freizeitheim Döhren schließt seine Türen in diesem Jahr am 23.12.2023.
Im neuen Jahr haben wir vom 2.1. bis 5.1.2024 von 8-16 Uhr geöffnet. Ab dem
8.1.2024 sind wir dann wieder zu den gewohnten Öffnungszeiten für Sie da und
die meisten Kurse starten wieder.*

Landeshauptstadt

Hannover

**STADT
TEIL
KULTUR.**
Freizeitheim Döhren

Fachbereich Kultur, Bereich Stadtteilkultur
Freizeitheim Döhren

Redaktion: Jörg Kölling, Nicole Calvo Ruiz

Gestaltung: friedland-design

Druck: diaprint KG

Gedruckt auf 100% Recyclingpapier