

## ANGEBOTE FÜR ERWACHSENE

### ACHTSAM - MANNSEIN NEU!

Ein Abenteuer - Montag für Männer. Achtsamkeit ist ein mentales Abenteuer, Konzentration, Verlangsamung, Entspannung, Selbstbeherrschung, Gefühl und Erkenntnis. Dieser Herbstkurs richtet sich bewusst nur an Männer, Man(n) benötigt keinerlei Vorkenntnisse.

**montags, 19.00 - 21.00 Uhr | 7 Termine | ab 21.10 - 02.12.13**

Villa Kastanie | Gebühr: 35 Euro | Leitung: Peter Wesche (Kulturpädagogin und Hakomi Therapeut i. A.)

### YOGA FÜR FRAUEN UND MÄNNER

Entspannen - Bewegen - Wahrnehmen. Neue Perspektiven der Beweglichkeit entwickeln.

**dienstags, 19:45 - 21:30 Uhr | 8 Termine, ab 13.08. - 01.10.13**

**8 Termine, ab 22.10. - 10.12.13** | Einstieg jederzeit möglich | Aula

Gebühr: 64 Euro / 64 Euro | Leitung: Helge Eismann (Yogalehrerin)

### PILATES I

Für Mädchen und Frauen ab 14 Jahren

**mittwochs, 18:30 - 19:30 Uhr | 5 Termine ab 18.09.- 30.10.13,**

**fortlaufend** | Aula | Gebühr: Spende 1 Euro/ Termin | In Kooperation mit dem CCC-Limmer | Leitung: Viktoria Dashevskaja (Dipl. Sportpädagogin)

### PILATES II: GELASSEN IN DEN HERBST

Systematisches Ganzkörpertraining für Frauen und Männer.

**donnerstags, 19:15 - 20:30 Uhr | 5 Termine ab 12.09.- 31.10.13**

**fortlaufend** | Aula | Gebühr: 25 Euro (beim ersten Termin zu entrichten)

Leitung: Viktoria Dashevskaja (Dipl. Sportpädagogin)

## INTERKULTURELLE ANGEBOTE

### LESEN UND SCHREIBEN VON ANFANG AN NEU!

Alphabetisierungskurs für Erwachsene, der Unterricht findet während der Schulzeiten in der Grundschule Kastanienhof statt.

**montags und donnerstags, 9:00-12:00 Uhr | ab 15.08.13**

OS Gebäude 1. Etage | Gebühr: 30 Euro | In Kooperation mit der VHS und der GS Kastanienhof | Leitung: Jale Odenwald, Info: 4596269

### MAMA LERNT DEUTSCH, PAPA AUCH

Der Unterricht findet während der Schulzeiten in der Grundschule Kastanienhof statt.

**dienstags und mittwochs, 9:00 - 11:30 Uhr | ab 13.08.13**

OS Gebäude 1. Etage | Gebühr: 22 Euro | In Kooperation mit der VHS und der GS Kastanienhof | Leitung: Jale Odenwald

### PILATES FÜR MÄDCHEN UND FRAUEN

CORE-Training ist ein neues Power Programm! Rücken und Muskeln stärken, das macht eine tolle Figur! Für Anfängerinnen + Fortgeschrittene ab 14 Jahren.

**mittwochs, 18:30 - 19:30 Uhr | 5 Termine, ab 18.09. - 30.10.13**

Aula | Gebühr: Spende 1 Euro/ Termin | In Kooperation mit dem CCC-Limmer  
Leitung: Viktoria Dashevskaja (Dipl.Sportpädagogin)

### WIR IN LIMMER

Gesprächskreis für Migrantinnen. Wir wollen uns über den Stadtteil austauschen, mit wechselnden Themen und Aktionen.

**mittwochs, 16:00 - 18:00 Uhr | fortlaufend, ab 18.09.13**

### WIR IN LIMMER: MÜTTER UND KINDER KOCHEN TÜRKISCH

**mittwochs, 16:30-17:30 | 5 Termine, ab 25.09. - 06.11.13**

Villa Kastanie / Mensa GS | VHS-Kurs | Gebühr: kostenfrei / Materialumlage  
Leitung: Frau Bakici

### FITNESS FÜR FRAUEN AUS ALLER WELT NEU!

Sport und Gesundheitstipps werden hier vermittelt. (Bitte Matte / bequeme Kleidung mitbringen)

**montags, 17:00-18:00 Uhr | 5 Termine, ab 28.10. - 25.11.13**

Aula | Gebühr: 15 Euro | Leitung: Lalesim Ciyilan (staatl. anerkannte Gymnastiklehrerin)

### KOREANISCHE SCHULE IN HANNOVER E.V.

Sprachunterricht für Kinder und Erwachsene.

**freitags, 15:00 - 18:00 Uhr | fortlaufend** | Kunstküche, Raum 14

Gebühr: 25 Euro pro Monat

## WORKSHOPS

### BUCHBINDEKURS

Japanbindung, Heftbindung, Kodex und Co. Einführung in Buchformen und Bindetechniken: Musterbücher binden und informatives Wissen über Beschaffenheit von Papieren und Werkzeugen.

**dienstags, 19:00 - 21:00 Uhr | 4 Termine, ab 22.10 - 05.11.13**

Villa Kastanie | Gebühr: 55 Euro zzgl. 5 Euro Material | max. 6 Teilnehmer  
**Abschlussstermin, Freitag, 15.11.13, 16:00 - 20:00 Uhr**, im Atelier, Fössestr. 77 | Leitung: Laura van Joolen (Künstlerin)

### TONATELIER FÜR ERWACHSENE NEU!

Hier wird gezeigt, wie das wunderbare Naturmaterial Ton mit Tricks und diversen Techniken bearbeitet werden kann. Die gebrannten Werke werden dann noch farbig glasiert.

**freitags, 18:30-20:00 Uhr, 4 Termine, ab 20.09.- 01.11.13**

Villa Kastanie | Gebühr: 35 Euro + 4 Euro Material (inkl. Schrühhbrand/ Glasurbrand) | max. 8 Teilnehmer | Leitung: Harriet Sablatnig (Künstlerin)

## AKTIONEN

### LESEALON NEU!

Ein Abend mit und über Literatur! Lieblingsbücher vorstellen, neue Bücher kennenlernen, Geschichten und Gedichte lesen, in ungezwungener Atmosphäre bei einem Tässchen Tee ...

**dienstags, 20:00 - 21:15 Uhr, 3 Termine, 01.10.+ 05.11.+ 03.12.13**

**(jeden ersten Dienstag im Monat)** | Villa Kastanie, evtl. Kopierpauschale

Leitung: Vera Burmester

### HERBSTWANDERUNG

Wunderbare Tagestour durch herbstlich leuchtende Landschaft...

Ziel wird noch bekannt gegeben (ca. 15 km).

**Sonntag, 20.10.13 | 09:00 Uhr** | Treffpunkt Limmer, Haltestelle Brunnenstr.

Info unter Tel.: 2102614 | Leitung: Waltraut Graf, Renate Dyuren

### DANCE - DAY: LIMMER TANZT! NEU!

„Dance Fitness“ Workshop, wir tanzen uns durch die 60 Minuten mit den schönsten Songs der Pop- und Dancefloor – Musik. Leicht nachvollziehbare Aerobic – Bewegungen verschmelzen mit fetzigen Tanz – Moves, tolle Erfahrung für TeilnehmerInnen jeglicher Altersstufe (Jugendliche ab 16 Jahren)

**Montag, 28.10.13 | 18:00 – 19:00 Uhr** | Aula | Gebühr: 10 Euro

Leitung: Ercan Carikci (Tanz, Coaching) | www.ErcanCarikci.de

### DIE 1. VORSITZENDE LIEST VOR II

Es wird bunt! Wir treffen erneut auf Tiere, lernen wie man den richtigen Anfang macht und streifen natürlich die bekannten Weihnachtskatastrophen ...

**Mittwoch, 27.11.13 | Beginn: pünktlich um 20.00 Uhr** | Einlass und Wein

ab 19.45 Uhr | Villa Kastanie | Eintritt frei | Leserin: Vera B.

### ADVENTSCAFÉ

Für alle: Ein schöner Nachmittag, Kaffee und Kuchen, Suppe, Punsch, tolle Tütentombola und Weihnachtsmärchenstube für Kinder.

**Dienstag: 10.12.13 | 16:00-19:00 Uhr** | Villa Kastanie

## DEMNÄCHST

### LIMMER SINGT!

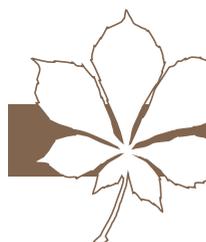
Chor: Wir suchen interessierte Sänger und Sängerinnen!

**BITTE ANMELDEN!**



# PROGRAMM

SEPTEMBER-DEZEMBER 2013



## KULTURTREFF

KASTANIENHOF LIMMER E.V.



## ANGEBOTE FÜR KINDER

### DANCE-DAY: LIMMER TANZT! NEU!

Tanzworkshop für Kinder. Hier geht es um verschiedene Tanzstile wie Hip-Hop, Street-Dance, Jazz-Dance. Spielerisch erarbeitet sich die Gruppe eine kleine Choreografie und hat jede Menge Spaß! Für Kinder von 6 - 16 Jahren.

**Montag, 28.10.13 | 16:00 - 17:30 Uhr** | Aula | Gebühr: 7 Euro  
Leitung: Ercan Carikci (Tänzer, Coach und Choreograf)

### HASENSCHULE ABC

Für 5-6 jährige, die mal in die Schule schnuppern möchten! Das ABC kreativ, künstlerisch und spielerisch angeschaut.

**montags, 15:30 - 17:00 Uhr | 8 Termine, ab 16.09 - 18.11.13**  
Villa Kastanie | Gebühr: 8 Euro | Leitung: Angelika Wolf (Künstlerin)

### ABENTEUERWERKSTATT: AUS ALT MACH NEU NEU!

Draußen und drinnen, wir bauen Drachen, tolle bunte Lichter und vieles mehr ... Für Jungen und Mädchen ab 6 Jahren !

**dienstags, 16:30 - 18:00 Uhr | 5 Termine, ab 10.09. - 22.10.13**  
Garten Villa Kastanie / Werkraum GS | Gebühr: Spende | Leitung: Katja Bicker (Designerin), Wolfgang Ost (Künstler)

### FILZWERKSTATT

Wunderschöne Dinge aus Wolle in tollen Farben ... Bilder, Blumen, Haargummis, Stifthüllen und mehr. Für Jungen und Mädchen ab 6 Jahren.

**dienstags, 15:30 - 17:00 Uhr | 6 Termine, ab 29.10. - 03.12.13**  
Villa Kastanie | Gebühr: 6 Euro | Leitung: Christine Haller

### ZIRKUS KASTANIE

Schwerpunkt Bewegung und Theater.

**Start wird bekanntgegeben. Mittwochs 15.30 - 16.30 Uhr** | Turnhalle GS

### YOGA FÜR KINDER

Schnupperkurs ab 6 Jahre.

**mittwochs, 16:30 - 17:30 Uhr | 3 Termine, ab 18.09. - 02.10.13**

Aula | Gebühr: 12 Euro (es geht evtl. weiter.) | Wir suchen eine Vertretung!  
Leitung: Claudia Pahlke (Yogalehrerin / Kinderkrankenschwester)

### PLÜSCHSTUNDE NEU!

Nutella erzählt aus dem Nähkästchen...Fabelhaftes Treffen der Kuscheltiere... Wir tauchen ein in fantastische Plüschgeschichten ! Von 3 - 6 Jahren.

**mittwochs, 16:00 - 17:00 Uhr | 3 Termine, ab 30.10.- 13.11.13**

Villa Kastanie | Gebühr: 4 Euro | Leitung: Bina Moneke (Figurentheater-Spielerin, Chorleiterin)

### TONWERKSTATT

Hier zeigt Dir Harriet wie Figuren, Tiere, und andere Dinge geformt, gebrannt und farbig glasiert werden, das ist mega-cool! Ab 8 Jahren.

**donnerstags, 15:00 - 16:30 Uhr | 8 Termine, ab 19.09. - 28.11.13**

Villa Kastanie | Gebühr: 8 Euro | Leitung: Harriet Sablatnig (Künstlerin)

### HAPPY KIDS + MUSIKALISCHE FRÜHERZIEHUNG

Die Veranstaltungen finden zu den gewohnten Terminen statt.

## AKTIONEN FÜR ELTERN UND KINDER

### ABENTEUERLUST: LAGERFEUER + TRAPPERBROT NEU!

Holz sammeln, Feuer machen, schnippeln...gemeinsam am Feuer kochen und essen! Hier lernst Ihr den Umgang mit Feuer und heißen Töpfen... Ein tolles Wildnissabenteuer für Eltern und Kinder ab 6 Jahren.

**Montag, 30.9.13 | 16:00 - 18:00 Uhr** Außengelände Villa Kastanie

Gebühr: Erw. 6 Euro / Kinder 3 Euro | max. 12 Teilnehmer  
Leitung: Jörg Näther (Wildnispädagoge)

### TÜRKISCH KOCHEN + ESSEN NEU!

Mutter und Kind kochen türkische Spezialitäten mit Frau Bakici. Hmmm lecker!

**mittwochs, 17:00-18:00 Uhr | 5 Termine, ab 25.9.-6.11.13**

Mensa / Villa Kastanie | Gebühr: Materialumlage,VHS Kurs  
Leitung: Frau Bakici ( Dozentin Interkultur)

### SEIFENWERKSTATT II

Noch einmal: Wunderbare, duftende Seifen selbst herstellen ... Auch zum Verschenken! Eine Aktion für Eltern und Kinder ab 6 Jahren.

**Montag, 04.11.13 | 16:00 - 18:00 Uhr** | Villa Kastanie | Gebühr: 3 Euro

Erw./ 3 Euro Kinder | Pro Person bitte ein Handtuch mitbringen!  
Leitung: Katrin Schäfer (Kulturpädagogin)

### MUSIKWERKSTATT NEU!

Mit Pauken und Trompeten! Instrumente kennenlernen und angstfrei ausprobieren ... Toll, das macht Spaß! Aktion für Eltern und Grundschulkindern.

**Donnerstag, 07.11.13 | 16:30-17:30 Uhr** | Aula | Gebühr: frei

Leitung: Magdalena Wendeburg (Dipl. Musikpädagogin)

### SCHNUPPERWERKSTATT: MALEN UND ZEICHNEN NEU!

Rot, lila, leuchtendgelb, nebelgrau. Wir malen uns den November bunt! Ran an die Farben und Stifte!

Eine Aktion für Eltern und Kinder ab 6 Jahren..

**Donnerstag, 21.11.13, 16:15 - 17:45 Uhr | Donnerstag, 28.11.13,**

**16:15 - 17:45 Uhr** | Villa Kastanie | Gebühr (pro Termin): 3 Euro Erw./ 3 Euro Kinder | Leitung: Maria Fieseler-Roschat (Künstlerin)

**BITTE ANMELDEN!**

IN EIGENER SACHE Im Sommer fand zum 14. Mal der Klamottenflohmarkt für Frauen statt, es gab tolle Angebote vom Stretchmini bis zur Nasenflöte, knallrote Mäntel, leckeres Essen, Sonne pur und gute Laune! Wir bedanken uns ganz herzlich bei allen Helferinnen und Helfern, die uns schon seit Jahren und seit neuestem so großartig unterstützen! Auch die Sommerfrische im Garten der Villa Kastanie haben alle genossen. Es wurde geplansch, geschnackt und geschmaust. Wir freuen uns sehr über die rege Teilnahme an den Schnupperwerkstätten für Eltern und Kinder. Deshalb gibt es wieder tolle, neue Angebote für Euch.

MITMACHEN Wenn es Menschen gibt, die Lust haben, sich im Kulturtreff zu engagieren, freuen wir uns sehr über Kontaktaufnahme!

TEILNAHME Bitte für alle Kurse anmelden und die Gebühr zu Beginn des Kurses entrichten. Die Teilnahme an unseren Kursen erfolgt auf eigenes Risiko. Der Kulturtreff Kastanienhof übernimmt keine Haftung, Eltern haften für ihre Kinder. Haben Sie Ideen für einen Kurs? Oder wollen Sie selbst einen Kurs anbieten? Wir freuen uns über Ihre Anregung und Mitarbeit. Warum nicht einfach Mitglied werden?

Bürozeiten: dienstags 10 - 12 Uhr, mittwochs 14 - 17 Uhr  
Kulturtreff Kastanienhof Limmer e.V.

Leitung: Charlotte Ost  
Harenberger Str. 31 | 30453 Hannover  
Fon 0511-16845064 | Fax 0511-168-41350  
ost@kulturtreff-kastanienhof.de  
www.kulturtreff-kastanienhof.de

HANNOVER

Hannover

