



FÜR KINDER

TEXTIL-WERKSTATT

Thema: Filzen! Mit schöner, kuscheliger, farbiger Wolle machen wir zusammen die tollsten Sachen. Ab 7 Jahren.

montags, 16:15 - 17:30 Uhr | 29.04. - 13.05.24 | 3 Termine | Villa Kastanie
Gebühr: 12 € (inkl. Material) | Leitung: Eila Dettbarn (Filzexpertin)

„KINDERRESTAURANT“ - ZUR KLEINEN HEXE **NEU!**

Das „Kinderrestaurant“ – ins Gespräch kommen mit den Kindern: Was und warum schmecken ihnen Nahrungsmittel und warum nicht? Selbermachen, kleine Kostproben zum Ausprobieren – zusammen schmeckt es am besten! Ab 8 Jahren.

1. KRÄUTERKÜCHE HEX HEX Hier probieren wir aus was schmeckt und hexen in der Küche mit frischen Zutaten – bunt, frisch & frech!

Dienstag, 09.04.24 | 16:15 - 17:45 Uhr

2. DIE KLEINE HEXE KOCHT ITALIENISCH Warum schmecken Nudeln & Co sooo gut? Mit selbstgemachter Soße.

Dienstag, 07.05.24 | 16:15 - 17:45 Uhr

3. DIE KLEINE HEXE IST IM GARTEN Sommer: wir machen Pizza mit tollen Zutaten, die uns schmecken – ganz Veggi!

Dienstag, 11.06.24 | 16:15 - 17:45 Uhr |

Villa Kastanie | Gebühr pro Aktion: 5 € + 5 € Material

Leitung: Christina von Lachner - Dahm (Heilpraktikerin)

WELTRAUMWERKSTATT **NEU!**

Wir basteln das Universum! Wir bauen z.B. ein Mobile mit dem Mond, einem Kometen, einem „roten Riesen“, einer Rakete oder was Dir einfällt. Modellieren mit Draht, Kleister, Papier + anderen Materialien ... Ab 2. Klasse.

dienstags, 16:15 - 17:45 Uhr | 27.02. - 23.04.24 (nicht am 09.04.24)

6 Termine | Villa Kastanie | Gebühr: 10 € + 10 € Material

Leitung: Harriet Sablatnig (Dipl. Künstlerin)

BOLLYWOOD TANZ

Kommt mit in ein Märchen aus 1001 Nacht! Wir tanzen mit farbenprächtigen Tüchern zur Musik aus Bollywoodfilmen. Ab 7 Jahren.

mittwochs, 17:00 - 18:00 Uhr | 21.02. - 13.03.24 | 4 Termine

(evtl. Verlängerung) | GS Kastanienhof / Raum D.009 | Gebühr 12 €

Leitung: Nicole El Bakkal (Bewegungstrainerin)

ABENTEUERWERKSTATT

Tolle Aktionen, Bauen, Spiele und mehr. Mal sehen, wozu wir Lust haben ... Ab 6 Jahren.

donnerstags, 16:15 - 17:45 Uhr | 16.05. - 06.06.24 | 4 Termine

Villa Kastanie | Gebühr: 20 € inkl. Material

Leitung: Hartmut Bohl (Künstler), Timo Stoffregen (Comiczeichner)

FÜR ELTERN UND KINDER

FAMILIENCAFÉ „SCHÖNE ZEIT“

Für alle – gemeinsam und schön ... Einfach Kaffee und Kuchen genießen. Drinnen und draußen. Mit Bastelaktionen!

mittwochs, 16:00 - 17:30 Uhr | 21.02. - 13.03.24 (Pause) 15.05. -

29.05.24 | 7 Termine | Villa Kastanie & Außengelände

Mitmach-Basteltisch: 1 € Erwachsene / 1 € pro Kind

Leitung: Café Team / Carola Schröder

BUNTE TÜTE **NEU!**

Basteln, Bewegen & Tanzen für 4 bis 5-Jährige. Für Kinder und Eltern – die Eltern machen es sich in der Elternecke gemütlich ...

BASTELN UND KENNENLERNEN – DAS WIRD TOLL!

donnerstags, 22.02. + 29.02.24 | 15:30 - 16:30 Uhr | Villa Kastanie

TANZEN, BEWEGEN UND TOBEN – DAS MACHT SPASS!

donnerstags, 07.03. - 04.04.24 | 17:00 - 18:00 Uhr (Andere Uhrzeit!)

Insgesamt 5 Termine | GS / Raum D.009 | Gebühr: 25 €

Leitung: Eila Dettbarn (sozial engagiert) & Anna Lenz (Tanzpädagogin)

VATER-KIND-COMIC-WORKSHOP

Ohne Vorkenntnisse in Zeichnen und Malen entstehen Comics. Wir starten mit ein paar Grundlagen und am Ende nehmt ihr die Comics mit nach Hause! Ab 7 Jahren.

Donnerstag, 25.04.24 | 16:15 - 17:45 Uhr | Villa Kastanie | Gebühr: 6 €

Leitung: Timo Stoffregen (Comiczeichner)

ALLEINERZIEHENDENTREFF MOIN MOIN **NEU!**

Frühstückstreffen für alleinerziehende Elternteile (Mamas wie Papas) mit Wunsch nach Austausch & Vernetzung und eine schöne gemeinsame Zeit mit den Kids. Verpflegung bitte mitbringen.

Bei Fragen, bitte melden.

samstags, 02.03. + 13.04. + 04.05.24 | 11:00 - 13:00 Uhr | 3 Termine

Villa Kastanie | Gebühr: 5 € pro Termin

Leitung: Eila Dettbarn & Anna Lenz (Mütter)

IN PLANUNG (AUF AUSHÄNGE ACHTEN!)

- Weitere Weltraumabenteuer mit Harriet im Garten
- Besuch von Solawi Wildwuchs im Kinderrestaurant
- Sommeraktion
- Gemeinsam gehen... z.B. ins Museum, ins Kino, spazieren gehen
- Nachhilfe für Schüler*innen in der Villa Kastanie

ACHTUNG!

- Immer anmelden! Außer bei Cafés, Feierabendtreffs und Konzerten!
- Anmeldungen sind verbindlich und können nicht kostenfrei storniert werden – es gibt die Möglichkeit eine Ersatzperson zu stellen!
- **Kursermäßigung? Bitte sprechen Sie uns gerne an!**

KASTANIE SPEZIAL

LIMMER MUSIC AND TALK IN THE ROUND

Caro und Thomas stellen in moderierten Runden Sänger*innen, Songwriter*innen, Instrumentalist*innen und kleine Ensembles vor. Gespräche und Musik in spontanen Konstellationen. Auch das Publikum wird einbezogen!

Donnerstag, 15.02.24 | 19:00 - 21:00 Uhr

nächste Termine: 14.03.24 + 18.04.24 + 15.06.24 (Gartenkonzert)

Villa Kastanie | Ein Hut geht rum | Infos: 0511/2107286 | Leitung:

Caro + Thomas GroeMa (Musiker/in) | Musikschafter bitte melden!

Kontakt/Info: LimmerMusic&Talk@gmx.de

FEIERABENDTREFF **NEU!**

Raum für Austausch und Begegnungen - 1x im Monat.

Wir freuen uns auf Euch! Getränke vorhanden.

donnerstags, 18:00 - 20:00 Uhr | 07.03. + 04.04. + 02.05. + 06.06.24

MITGLIEDERVERSAMMLUNG

Hierzu laden wir alle Mitglieder herzlich ein, mit nettem Ausklang ...

Montag, 22.04.24 | 19:30 Uhr | Villa Kastanie

„LA TANIK“: EINE FRAU + IHR LASTER, DER CARMELASTER ...

Carmela ist Lastwagenfahrerin, Akrobatin, Tänzerin und die einzige Frau, die Hula-Hoop mit Messern kombiniert. Treffen Sie in diesem komödi-antischen Zirkus-Theater-Stück, im öffentlichem Raum, auf eine starke Frau! Sie erzählt die unglaublichsten Geschichten aus ihrem Lila-Laster-Leben. Für sie gehören Feminismus und Humor untrennbar zusammen. Kommen und staunen Sie!

Donnerstag, 30.05.24 | Einlass: 18:00; Start: 18:30 Uhr (ca. 40 min.)

Freizeitheim Linden, Windheimstr. 4, 30451 Hannover

Eintritt frei | Bei schlechtem Wetter Indoor | In Kooperation

mit dem Bereich Stadtteilkultur und Freizeitheim Linden

GARTENFEST MIT GARTENKONZERT

Herrliches Beisammensein bei uns im Garten. Wir wollen mit Euch feiern: Kultur braucht Limmer - Limmer braucht Kultur!

Samstag, 15.06.24 | 19:00 Uhr | Garten Villa Kastanie

Eintritt frei | Spenden erbeten

FLOHMARKT HAUS & GARTEN

Stadtteillöhmarkt in Limmer: Trödel, Hausrat, Gartenzubehör, Pflanzentausch (keine gewerblichen Händler).

Beim Sommerfest des KGV Ratswiese: Wir sind dabei!

Samstag, 24.08.24 | 15:00 - 18:00 Uhr | Außengelände KGV Ratswiese,

Wunstorfer Str. 60, 30453 Hannover | Nur draußen! | Standgebühr: 3 m/6 €

Aufbau 14 Uhr, Abbau 18 Uhr | In Kooperation mit KGV Ratswiese e.V.

Anmeldung bis zum 09.08.24 | Info: Charlotte Ost 0511 - 168 45064



LIMMER ... MENSCH SEIN,
MENSCH BLEIBEN!

PROGRAMM

FEBRUAR – AUGUST 2024



KULTURTREFF

KASTANIENHOF LIMMER E.V.



FÜR ERWACHSENE

QI GONG IM GARTEN I + II

Qi Gong, die Pflege unserer Lebensenergie, ist Bestandteil der traditionellen chinesischen Medizin. In einer inspirierenden Umgebung werden wir die Bewegungen des Kranich Qi Gongs praktizieren.

I: montags, 18:00 - 19:00 Uhr | 9 Termine ab 08.04. - 17.06.24

(Achtung, nicht am 13. & 20.05.24) | Gebühr: 72 €

II: montags, 18:00 - 19:00 Uhr | 6 Termine ab 05.08. - 09.09.24

Gebühr: 48 € | Sackmannstr. 22, 30453 Hannover - Limmer

Gebühr beim 1. Termin zu entrichten | max. 10 TN

Leitung: Jutta Harles (Qi Gong Lehrerin, Achtsamkeitstrainerin)

BASISCH-VEGETARISCH KOCHEN

Essen für die Seele – wir kochen ein leckeres basisches Essen in Bioqualität zur Entspannung und Stärkung von Körper und Seele.

Gemeinsam schnippeln und essen!

Montag, 29.04.24 | 18:30 - 21:00 Uhr | Villa Kastanie

Gebühr: 15 € + 8 € Material | max. 12 TN

Leitung: Christina von Lachner - Dahm (Heilpraktikerin)

YOGA FÜR ALLE **NEU!**

Hathayoga mit Grundlage im Viniyoga. Entdecke Deine Körperkräfte mit Yoga - dehnen, atmen, entspannen, Lust auf Bewegung...

dienstags, 17:30 - 18:45 Uhr | 05.03. - 30.04.24 (Achtung: nicht am

02.04.) | 6 Termine | GS Kastanienhof / Raum D.009 | Gebühr: 48 €

Bitte bequeme Kleidung, Socken, rutschfeste Matte, großes Handtuch

mitbringen | Leitung: Ilonka Willudda-Roßa (Yogalehrerin BDY/EYU)

BACK TO BALANCE

Bei diesem Wellness-Workout wird der gesamte Körper auf entspannte Weise bewegt, gestärkt und gedehnt. Ohne Vorkenntnisse.

mittwochs, 18:30 - 19:30 Uhr | 21.02. - 13.03.23 | 4 Termine | evtl.

Verlängerung | GS Kastanienhof / Raum D.009 | Gebühr: 28 € | Bitte

Matte mitbringen | Leitung: Nicole El Bakkal (Gesundheitstrainerin)

FAMILIENCAFÉ „SCHÖNE ZEIT“

Für alle: gemeinsam und schön – einfach Kaffee und Kuchen genießen. Drinnen und draußen ... Mit Bastelaktionen.

mittwochs, 16:00 - 17:30 Uhr | 21.02. - 13.03.24 (Pause) 15.05. - 29.05.24

7 Termine | Villa Kastanie & Außengelände | Mitmach-Basteltisch: 1 €

Erwachsene / 1 € pro Kind | Leitung: Café Team / Carola Schröder

SOMMERCAFÉ

Für alle: wunderbar, wir sind im Garten ...

mittwochs, 16:00 - 18:00 Uhr | 05.06. - 19.06.24 | 3 Termine

Villa Kastanie Garten | Leitung: Café Team

STRICKEN & CO. MIT MARLIES

Ein gemütlicher, geselliger Abend mit Handarbeit und Tee. Das macht doch Spaß, in schöner Runde ...

mittwochs, 18:30 - 20:00 Uhr | 14-tägig ab 03.04.24 | fortlaufend

Villa Kastanie | Gebühr: 2 € (Kaffeekasse – Getränke bitte mitbringen)

Leitung: Marlies Bartels-Prauser

PILATES: FIT IN DEN FRÜHLING I + II

Systematisches Ganzkörpertraining für Frauen und Männer (Neuer Ort!)

donnerstags, 19:00 - 20:15 Uhr | Achtung: Start / Termine und Ort werden

noch bekannt gegeben! Voraussichtlich März bis Juni | z.B. 7 Termine

Gebühr: 42 € | Leitung: Viktoria Daschevski (Dipl. Sportpädagogin)

ACHTUNG!

- Immer anmelden! Außer bei Cafés, Feierabendtreffs und Konzerten!
- Anmeldungen sind verbindlich und können nicht kostenfrei storniert werden – es gibt die Möglichkeit eine Ersatzperson zu stellen!
- **Kursermäßigung? Bitte sprechen Sie uns gerne an**

WORKSHOPS

FERMENTIEREN

Gesund und lecker: Basics für Anfänger, Kimchi für Fortgeschrittene. Bitte mitbringen: 1 Liter-Glas, 1 größere Schale, 1 großes Messer, 1 grobe Reibe, alles mit kochendem Wasser abgespült. Alle Zutaten vorhanden!

Montag, 15.04.24 | 19:00 - 21:30 Uhr | Villa Kastanie

Gebühr: 15 € + 8 € Material | max. 8 TN | Leitung: Waltraud Graf

ACHTSAMKEIT & KREATIVITÄT I + II

Einfach mal abschalten und ohne Erwartungsdruck kreativ sein. Wir üben, uns selbst wieder wahrzunehmen und gestalten eine Collage aus Zeitschriftenbildern und Worten, die Dich im Alltag inspirieren kann.

I: Dienstag, 12.03.24 | 18:30 - 20:30 Uhr

II: Donnerstag, 23.05.24 | 18:30 - 20:30 Uhr

Villa Kastanie | Gebühr: 22 € inkl. Material pro Termin

Leitung: Nicole El Bakkal (Achtsamkeitstrainerin)

RESTEVERWERTUNG **NEU!**

Bestimmte Teile unseres Gemüses werden für ungenießbar gehalten. Doch die Blätter von Kohlrabi, Karotte & Co können sehr schmackhafte Snacks & Gerichte werden. Wir werden Grundlagen und Rezepte mit Saison Gemüse kennenlernen und verkosten! Bitte mitbringen: Gefäß / Tupper

Dienstag, 04.06.24 | 18:30 - 20:30 Uhr | Villa Kastanie

Kostenlos, Spende gern gesehen | max. 12 TN

Leitung: Solidarische Landwirtschaft – www.solawi-wildwuchs.de

SAHNETORTEN SELBSTGEMACHT **NEU!**

Wir schwelgen in Sahne, probieren Techniken zum Einstreichen und Verzieren einer Schokoladensahnetorte. Bitte mitbringen, falls vorhanden: 1 Handmixer, 1 mittlere Teigschüssel, 1 Teiglöffel, 1 Spritzbeutel mit Sterntülle, 1 großes Messer oder Palette, 1 Tortenbehälter.

Freitag, 01.03.24 | 18:30 - 21:00 Uhr | Villa Kastanie | Gebühr: 15 € + 15 €

Material | max. 8 TN | Leitung: Ralf Schöning (Kuchenexperte)

NACHBARSCHAFTSTIPPS + MEHR:

- **Frauenflohmarkt 'Schick am Sonntag'**
Mit Musik, Kaffee und Kuchen | Sonntag, 03.03.24 | 11:00 - 17:00 Uhr
FZH Linden, Windheimstr. 4 | Eintritt frei, Verkäuferinnen: 15 € Standgebühr + 5 Euro Müllpfand | Barrierefrei | Anmeldung erforderlich für Verkäufer*innen. Infos unter: www.hannover.de/fzh-linden
- **Kräuterspaziergang im Deister**
Frühlings-Kräuterspaziergang für Genießer*innen: Mit leckerem Büffet | Samstag, 20.04.24 | 11:00 - 16:00 Uhr | Treffpunkt: Niedere Wiesen 23, 31848 Nienstedt | Gebühr: Bitte erfragen! | Infos und Anmeldung unter: info@cvoid.de, www.cvoid.de Tel.: 05042 -504995
Leitung: Christina von Lachner-Dahm (Heilpraktikerin)
- **Tausch die Pflanze, fertig, los!** | 28.04.24 | 14:00 - 17:00 Uhr
Pflanzen- und Samen Tauschbörse - weitere Infos: FZH Linden, Windheimstr. 4, 30451 Hannover
- **Kreativ Kiosk veranstaltet auch Kindergeburtstage!**
Wunstorfer Str. 108, 30453 Hannover

„HERZENSANGELEGENHEIT“ LIMMER

Mensch sein – Mensch bleiben... müssen wir in diesen Zeiten, wo so vieles in Frage gestellt wird!

Demokratisches Denken und Handeln – wie kann „Zukunft“ und „Gegenwart“ zum Guten gestaltet werden? In kleinen und großen Zusammenhängen sind alle gefragt, sich einzusetzen! Das wollen wir tun und wir sind damit nicht alleine.

Also – lasst uns treffen, wunderbare oder auch schwierige Dinge gemeinsam meistern! Auf eine wichtige Zeit 2024, wo alle gefragt sind: mit Meinungen, Diskussionen, Einsatz, Freude und Verantwortung, Möglichkeiten auszuloten! Vielen Dank für 2023, für Euren Einsatz und Kooperationen, sowie Eure Begeisterung für den Stadtteil Limmer – Wir machen weiter!!

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
0511-168-45064 | ost@kulturtreff-kastanienhof.de
www.kulturtreff-kastanienhof.de



STADT
TEIL
KULTUR.

