

PROGRAMMHEFT • JAN. – JUNI 2018

Kurse und Ausflüge mit Herz



Aktiv in
Hamburg gGmbH

...mit guten Vorsätzen ins neue Jahr? Neue Inspirationen und Einblicke gewinnen...

Liebe Leserinnen und Leser, liebe Freundinnen und Freunde der AWO Aktiv,

unser Halbjahresprogramm 2018 möchte Sie einladen, auf vielfältige Art und Weise aktiv zu sein und einfach mal Neues auszuprobieren.

Sie haben die Wahl zwischen unseren bewährten Kursen in den Sparten: Sprachen & Länder, Gesundheit & Fitness, Kultur & Kreatives und Computer & Medien. Hier können Sie in kleinen Gruppen und entspannter Atmosphäre mit ausgesuchten Dozent*innen Ihre Talente und Fähigkeiten ausprobieren, vertiefen oder ganz neu entdecken.

Sie möchten nicht allein unterwegs sein und neue Leute kennenlernen?

Wir begrüßen Sie auf unseren Ausflugstouren! Machen Sie sich auf, in fröhlicher Runde Hamburg und Umgebung zu entdecken.

Wir bieten ein vielseitiges Angebot: Werksbesichtigungen, kulinarische Touren, Theaterbesuche und vieles mehr.

Seien Sie dabei – wir freuen uns auf Sie!

Ihre



Renate Polis
Geschäftsführerin



Unser Team der AWO Aktiv in Hamburg:



Geschäftsführerin

Renate Polis

Tel. 040 41 40 23 23

Renate.Polis@awo-hamburg.de



Koordination Kursbereich

Merle Wullbrandt

Tel. 040 391 06 372

Merle.Wullbrandt@awo-hamburg.de



Sekretariat/Ausflüge und Besichtigungen

Beate Friedrich

Tel. 040 391 06 36

Beate.Friedrich@awo-hamburg.de



Servicebereich Ehrenamt

Beate Rünzler-von Holten

Tel. 040 41 40 23 63

Beate.vonholten@awo-hamburg.de

Und so finden Sie uns:

In unmittelbarer Nähe zum Bahnhof Altona, fünf Minuten Fußweg in die Große Bergstraße, dann gleich die erste Straße rechts, die Schillerstraße.

AWO Aktiv in Hamburg gGmbH
Schillerstraße 47-49, 22767 Hamburg



Unser Angebot: Wählen Sie aus über 140

■ **Gesundheit & Fitness**

Fit sein, fit werden oder bleiben: Hier finden Sie Angebote für Ihre mentale, körperliche und geistige Gesundheit.

Weitere Infos ab

Seite 6

■ **Ausflüge, Besichtigungen & Vorträge**

Für jeden etwas: außergewöhnliche Ausflüge, aufregende Besuche hinter die Kulissen oder klassische Vorträge und Einzelveranstaltungen.

Weitere Infos ab

Seite 10

■ **Computer & Medien**

Für jede Kompetenz das richtige Angebot: Als Einzelcoaching oder offene PC-Beratung.

Weitere Infos ab

Seite 46



Angeboten das für Sie passende aus!

■ Kultur & Kreatives

Eigene Texte schreiben, eigene Bilder malen oder im Chor mitsingen: Kurse, die inspirieren und verborgene Talente wecken.

Weitere Infos ab

Seite 50

■ Sprachen & Länder

Sprachkurse in Englisch, Französisch, Spanisch und Italienisch, für Anfänger und Fortgeschrittene, in vielen Stadtteilen Hamburgs.

Weitere Infos ab

Seite 54

■ Gut beraten mit der AWO

Wir sind für Sie da! Sie finden hier eine Auswahl an Beratungsstellen im Raum Altona/Eimsbüttel/Wandsbek.

Weitere Infos ab

Seite 74

GESUNDHEIT & FITNESS

Wann, wenn nicht jetzt, ist die Zeit, sich intensiver um das eigene Wohlbefinden zu kümmern? Unsere Kurse stärken Ihren Rücken, fordern Ihren Geist oder führen Sie in asiatische Meditations- und Bewegungskünste ein.



■ Meditation-Zirkel

Nr. 50 2752

Mehr Gelassenheit und Achtsamkeit im neuen Jahr? Wenn dies einer Ihrer guten Vorsätze für 2018 war, dann ist unser Meditationskurs genau das Richtige für Sie! Üben Sie Vipassana-Meditation im Sitzen und im Gehen – unter individueller Anleitung von Sabine Witt (Vimala), ehemalige Leiterin der Buddhistischen Gesellschaft Hamburg und langjährige Meditierende.

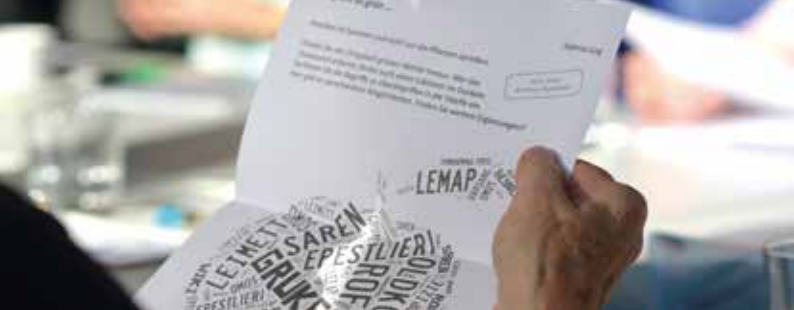
Termin: Fr., 12.01.18, Fr., 09.02.18, Fr., 09.03.18 und Fr., 13.04.18

Uhrzeit: 15.30 – 17.30 Uhr

Dozentin: Sabine Witt

Ort: AWO Aktiv in Hamburg gGmbH, Schillerstraße 47–49

Kosten: 45,- € für 4 Termine



■ Ganzheitliches Gedächtnistraining – mit allen Sinnen denken

Nr. SO 2748 + Nr. SO 2888

Von Natur aus eher faul, benötigt das menschliche Gehirn immer wieder neue Anregungen, um fit zu bleiben. In diesem Kurs werden verschiedenste Aspekte des Denkens und Wahrnehmens miteinbezogen, Bewegungs-, Koordinations- und Entspannungsübungen ergänzen das Angebot.

Starttermine: Do., 11.01.18 (SO 2748) und Do., 08.03.18 (SO 2888)

Uhrzeit: 10.00 – 11.30 Uhr

Dozentin: Angelika Lopin, Gedächtnistrainerin

Ort: AWO Aktiv in Hamburg gGmbH, Schillerstraße 47-49

Kosten: 8 Termine à 1,5 Std. / 56,- €

■ Harmonie mit der Energie

Nr. SO 2828 + Nr. SO 2829 + Nr. SO 2830

Chakren sind Energiezentren im physischen- und dem feinstofflichen Körper des Menschen und werden durch Energiekanäle verbunden. Störungen und Blockaden können sich auf das Immunsystem und die Gesundheit auswirken. In diesem Kurs bietet Frau Rickens durch leicht erlernbare Schritte die Möglichkeit, Ihre Chakren zu harmonisieren und Blockaden aufzulösen.

Starttermine: Mi., 03.01.18: **1. Chakra** (SO 2828),

Di., 06.02.18: **2. Chakra** (SO 2829), Di., 27.03.18: **3. Chakra** (SO 2830)

Uhrzeit: 15.00 – 16.30 Uhr

Dozentin: Sarah Ylan Rickens, Life Coach

Ort: AWO Aktiv in Hamburg gGmbH, Schillerstraße 47-49

Kosten: 12,- €/Termin

■ „Yoga für uns“

Nr. SO 2758 + Nr. SO 2889

In diesem Kurs werden die sanften Yogaübungen besonders auf die Bedürfnisse älterer Menschen abgestimmt. Die Übungen aktivieren Energie, regen den Kreislauf an, stärken die Gelenke und fördern die Beweglichkeit. Das Körpergefühl wird verbessert, die Muskulatur gekräftigt und gedehnt. Atemübungen und Meditation fördern innere Harmonie, ein positives Selbstwertgefühl und Ruhe im Geist. Jede Stunde endet mit einer ausgiebigen Entspannung, die Ihnen neue Energie schenken wird.

Bitte mitbringen: Eine Yogamatte, Decke, bequeme Kleidung, warme Socken und ein Getränk.

Termine: Di., 09.01.18 (SO 2758) und Di., 03.04.18 (SO 2889)

Uhrzeit: 10.00 – 11.30 Uhr

Dozentin: Gila Fischer, geprüfte Kundaliniyogelehrerin

Ort: SalsaHH – die Tanzschule, Hohenesch 13-17

Kosten: 12 Termine à 1,5 Std. / 84,- €

■ „Entzücken für den Rücken“

Nr. SO 2746 + Nr. SO 2890

Mit diesem Haltungs- und Bewegungstraining steigern Sie Ihre Ausdauer und Beweglichkeit. Die gesamte Rückenmuskulatur wird gekräftigt, gedehnt und stabilisiert. Der Einsatz von peppiger Musik fördert die Freude an der Bewegung und macht Spaß. Bei langsamer Musik in der Entspannungsphase lernen Sie auch Qi Gong- und Thai Chi-Elemente kennen.

Starttermine: Do., 11.01.18 (SO 2746, 12 Termine)

und Do., 19.04.18 (SO 2890, 10 Termine)

Uhrzeit: 10.00 – 11.00 Uhr

Dozentin: Martina Hellmund-Finnern, staatlich geprüfte Gymnastiklehrerin

Ort: SalsaHH – die Tanzschule, Hohenesch 13-17

Kosten: 12 Termine à 1,0 Std. / 84,- €; 10 Termine à 1,0 Std. / 70,- €

■ „Voll und ganz in Balance“

Nr. SO 2747 + Nr. SO 2891

Auf vielfältige Weise trainieren Sie Ihr Koordinationsvermögen und Gleichgewicht. Tai Chi- und Qi-Gong-Elemente fördern die Elastizität und Balancefähigkeit. Die im Alltag wenig beanspruchte Muskulatur wird durch Kräftigungs- und Dehnungsübungen gezielt gestärkt. So trainieren Sie eine aufrechte, stabile Haltung und beugen Stürzen vor. Musik kommt in den dynamischen als auch in den entspannenden Phasen zum Einsatz.

Starttermine: Mo., 08.01.18 (SO 2747, 12 Termine)

und Mo., 23.04.18 (SO 2891, 9 Termine)

Uhrzeit: 11.00 – 12.00 Uhr

Dozentin: Martina Hellmund-Finnern, staatlich geprüfte Gymnastiklehrerin

Ort: SalsaHH – die Tanzschule, Hohenesch 13-17

Kosten: 12 Termine à 1,0 Std. / 84,- €; 9 Termine à 1,0 Std. / 63,- €



AUSFLÜGE, BESICHTIGUNGEN & VORTRÄGE

Immer wieder haben wir für Sie neue Ideen und liegen genau richtig damit.

Ihr Interesse spricht Bände, und das freut uns.

Wollen Sie auch dabei sein?

Folgendes ist für Sie wichtig zu beachten:

- Ihre persönliche Anmeldung im Sekretariat oder per Email an aktiv@awo-hamburg.de ist Voraussetzung für eine Teilnahme.
- Ihre Teilnahmegebühr unter Angabe der Veranstaltungsnummer muss bis spätestens 1 Woche vor Veranstaltungsbeginn auf unser Konto überweisen sein.
- Bei Abmeldungen für eine bereits gebuchte Veranstaltung ist dies bis 3 Werktage vor dem Termin nur im Sekretariat direkt (oder per Email) möglich.
- Bei Veranstaltungen bis zu 10,- € Teilnahmebetrag ist die Abmeldung bis zu einem Werktag vor Termin im Sekretariat möglich (auch telefonisch).
- Wenn Sie sich nicht rechtzeitig im Sekretariat abmelden, können wir leider Ihren entrichteten Teilnahmebeitrag nicht rückerstatten.

Noch eine Bitte:

Haben Sie Verständnis dafür, dass wir keine spontan Teilnehmenden am Tag der Veranstaltung vor Ort aufnehmen können.

Bei gebuchten Führungen haben wir oft längerfristige Vorauszahlungen zu leisten und bei einer rechtzeitigen Abmeldung haben wir die Möglichkeit, für Ersatzteilnehmende zu sorgen.

Unsere Veranstaltungen bieten nicht immer ein kulinarisches Angebot. Darum bitten wir Sie, sich in diesem Fall selbst etwas an Proviant mitzunehmen.

Wir bedanken uns für Ihr Verständnis und wünschen Ihnen viel Spaß bei unseren Besichtigungen und Ausflügen!

■ Achtung `Enkeltrick`?!

Nr. SO 2834

Unseriöse Telefonanrufe und unangemeldete Hausbesuche sind trickreich. Obwohl nicht unbekannt, fallen dennoch viele auf die geschickten Betrüger rein. Wir möchten Ihnen hilfreiche Tipps für den Alltag vermitteln:

Unser Bürgernahebeamte, Herr Bogasch, erläutert, wie Sie Trickbetrüger erkennen und z.B. dem Diebstahl von Wertgegenständen oder Bargeld vorbeugen können. Gerne können Ihre Fragen abschließend mit Herrn Bogasch ausgetauscht und besprochen werden.

Datum: Fr., 05.01.18 / 10.00 – 11.30 Uhr

Referent: Frank Bogasch, Stadtteilpolizist

Ort: AWO Aktiv in Hamburg gGmbH, Schillerstraße 47-49

Kosten: 5,- €

■ „Der eingebildete Kranke“

Ernst Deutsch Theater

Nr. ST 2760

Jean-Baptiste Poquelin, genannt Molière, analysiert in seiner letzten Komödie die Mechanismen des Betrugs und der Manipulation. Mit „der eingebildete Kranke“ zeichnet Molière die Charakterstudie eines Mannes, der mit seiner Egomane und seiner Gesundheitshysterie seine Umwelt tyrannisiert. Dieser Klassiker mit Volker Lechtenbrink sowohl in der Regie als auch in der Hauptrolle verspricht ein besonderes Theater Erlebnis.

Wir bitten um Ihre Anmeldung bis zum 15.12.17!

Datum: So., 07.01.18 / 14.30 – 18.00 Uhr

Begeitung: Gerhard Wullbrandt

Treff: 14.30 Uhr im Foyer des Theaters

Kosten: 21,- € inkl. Eintrittskarte



■ König der Löwen – Backstage Führung

Nr. ST 2761

Jeden Abend, wenn sich der Vorhang hebt, erwartet den Zuschauer im Stage Theater, im Hafen Hamburg, ein faszinierendes und fantasievolles Schauspiel. Doch welche Arbeit steckt eigentlich dahinter, um eine derartige Musical-Produktion auf die Bühne zu bringen? Wie bereiten sich die Darsteller auf ihre Auftritte vor? Und wie sieht wohl der Blick von der großen Bühne aus? Das und noch viel mehr erfahren Sie, die an der Backstage Führung im Stage Theater, im Hafen Hamburg, teilnehmen.

Datum: Di., 09.01.18 / 16.05 – ca. 19.00 Uhr

Begleitung: Ulrike Eisenblätter

Treff: 16.05 Uhr Bahnhof Altona, DB Reiscener oder
16.35 Uhr Norderelbstraße 6

Kosten: 26,- € inkl. Eintritt, Führung

■ Führung durch das Vattenfall Verwaltungsgebäude

Nr. ST 2762

Auf der Runde durch das Haus erzählt Herr Weiß viel über das Gebäude, seine Architektur, seine sehr besonderen technischen Einrichtungen, aber auch etwas über die City Nord und den Architekten. Die Führung dauert knapp drei Stunden. Dabei gibt es immer wieder die Gelegenheit sich zu setzen. Der Weg ist barrierefrei und wenn das Wetter es zulässt und Sie Lust dazu haben, können Sie zum Abschluss vom Dach des Hauses einen tollen Blick in die Stadt werfen.

Datum: Mi., 10.01.18 / 10.00 – ca. 15.00 Uhr

Begleitung: Dieter Zwill

Treff: 10.00 Uhr Hauptbahnhof, DB Reisecenter oder
10.45 Uhr Überseering 12, am Empfang der Eingangshalle

Kosten: 8,- € inkl. Führung

■ Mehlbüddelessen im Schützenhof

Nr. ST 2763

Mehlbüddel satt, ein altes original Dithmarscher Gericht, welches mit deftigem Kassler, Schweinebauch, Senfsauce, heißem Backobst, Kirschen und Zimt und Zucker gegessen wird. Kreuz und quer, wie es jedem gefällt. Empfehlung: Langsam essen, auch bei großem Hunger!

Datum: Do., 11.01.18 / 10.50 – ca. 16.00 Uhr

Begleitung: Dieter Zwill

Treff: 10.50 Uhr Hauptbahnhof, DB Reisecenter oder
12.00 Uhr Quickborner Str. 122

Kosten: 24,- € inkl. Essen

■ Hinter den Kulissen des NDR

Nr. ST 2764

Sie interessieren sich dafür, wie ein Studio von innen aussieht? Erfahren Sie während der zweistündigen Führung, wie der NDR eine Sendung erstellt, z.B. über die „Nachrichten“ oder eine Talk Show. Sie erhalten außerdem Informationen über die Programme des NDR und ggf. einen Blick in die Maske.

Datum: Fr., 12.01.18 / 09.30 – 13.30 Uhr

Begleitung: Gerhard Wullbrandt

Treff: 09.30 Uhr Bahnhof Altona, DB Reisecenter oder
10.10 Uhr vor Ort, Hugh-Greene-Weg 1

Kosten: 8,- € inkl. Führung



■ Museum Bergedorf

Nr. ST 2765

Höhepunkte der Sammlung im Bergedorfer Schloss. 850 Jahre liegt die erste urkundliche Erwähnung Bergedorfs zurück. Die Ausstellung „Menschen, Bräuche, Veränderungen“ ist ein Rundgang durch die Bergedorfer Geschichte ab der Reformationszeit. Der Besucher geht auf eine spannende Zeitreise, die von den großen Umbrüchen in der Glaubenswelt jener Epoche erzählt. Was hatte es mit der Taufverordnung auf sich? Es gibt wunderschöne alte Taufhauben aus den Vierlanden und typische Handarbeiten zu betrachten, – sowie das imposante Landherrenzimmer.

Datum: Di., 16.01.18 / 09.50 – ca. 13.30 Uhr

Begleitung: Dieter Zwoll

Treff: 09.50 Uhr Hauptbahnhof, DB Reisecenter

Kosten: 18,- € inkl. Eintritt und Führung

■ Willkommensnachmittag für neue Mitglieder und Neu-Interessierte

Nr. SO 2835

Was macht die AWO? Was beinhaltet meine Mitgliedschaft und muss ich mich engagieren? Diese Informationsveranstaltung dient der Fragenklärung und erklärt die Traditionsgeschichte und aktuelle Vielfalt der Arbeiterwohlfahrt. Moderiert wird dieser Nachmittag von Renate Polis, Geschäftsführerin (der AiHH) und dem Team der Schillerstraße.

Datum: Di., 16.01.18 / 14.30 – 16.00 Uhr

Leitung: Renate Polis & AWO Team Schillerstraße

Ort: AWO Aktiv in Hamburg gGmbH, Schillerstraße 47-49

Kosten: kostenlos

■ Medizinhistorisches Museum Eppendorf

Nr. ST 2766

Die Ausstellung „Die Geburt der modernen Medizin“ bietet einen Rundblick durch die Medizingeschichte in Hamburg: Von der Entwicklung der Mikroskopie über medizintechnische Meilensteine bis hin zur Geschichte der Krankenhauspflege. Im Zentrum der Ausstellung steht Hamburg als Hafen- und Hansestadt mit den besonderen Herausforderungen für die Medizin. Die Ausstellung gibt Einblicke in die medizinische Versorgung und Lehre vom „Neuen Allgemeinen Krankenhaus“ bis hin zum Universitätsklinikum, unter anderem am Beispiel der beeindruckenden Moulagensammlung.

Datum: Mi., 17.01.18 / 10.10 – 14.00 Uhr

Begleitung: Dieter Zwoll

Treff: 10.10 Uhr Bahnhof Altona, DB Reiseum oder
10.45 Uhr Seiteneingang Frickestraße (Gebäude N 30)

Kosten: 15,- € inkl. Führung

■ Film ab!

Nr. SO 2836 + Nr. SO 2837 + Nr. SO 2838

...Heißt es ab jetzt jeden dritten Sonntag im Monat. Wir laden Sie herzlich zum sonntäglichen Filmnachmittag ein: Lassen Sie sich in gemütlicher Runde, bei Kaffee und Kuchen von unserem wechselnden Kinoprogramm überraschen und gehen Sie mit uns auf eine cineastische Reise! Wer mag, darf sich gerne auch mit etwas Selbstgebackenem beteiligen.

Datum: So., 21.01.18 / 15.00 – 18.00 Uhr (SO 2836),

So., 18.02.18 / 15.00 – 18.00 Uhr (SO 2837),

So., 18.03.18 / 15.00 – 18.00 Uhr (SO 2838)

Leitung: Dieter Zwoll

Ort: AWO Aktiv in Hamburg gGmbH, Schillerstraße 47-49

Kosten: je Termin 5,- € inkl. Kaffee und Kuchen

■ Elbphilharmonie – Tour ohne Konzertsäle

Nr. ST 2768 + Nr. ST 2769

Erleben Sie eine spannend geführte Tour, mit einem qualifizierten Guide, hinter die Kulissen der Hamburger Elbphilharmonie. Sehen Sie die Plaza und genießen Sie den einzigartigen Ausblick über den Hafen und die Stadt. Viele Fragen verbergen sich hinter dem neuen Wahrzeichen Hamburgs. Erhalten Sie während dieser interessanten und informativen Führung durch das Konzertgebäude alle Antworten. Ein professioneller Stadtführer erklärt Ihnen, wie es zu den Bauverzögerungen kommen konnte und was die Elbphilharmonie heute für Hamburg bedeutet.

Datum: Di., 23.01.18 / 10.10 – ca.13.30 Uhr (ST 2768) oder
Di. 30.01.18 / 10.10 – ca.13.30 Uhr (ST 2769)

Begleitung: Dieter Zwoil

Treff: 10.10 Uhr Bahnhof Altona, DB Reisecenter oder
10.50 Uhr U-Bahn-Station Baumwall, Ausgang
Kehrwiederspitze vor dem Kiosk (Backshop)

Kosten: 20,- € inkl. Führung

Ausflüge, Besichtigungen & Vorträge



■ Mit Schüßlersalzen aus dem Winter in den Frühling

Nr. SO 2842

Schüßlersalze unterstützen die Entschlackung und die Entsäuerung. Sie können innerlich und äußerlich eingesetzt werden. Gerade nach den kulinarisch reichen Feiertagen unterstützen die Schüßlersalze diesen Reinigungsvorgang des Körpers. Seelisch wirken sie reinigend an den letzten dunkleren Tagen, bei Winterblues und Müdigkeit.

Datum: Di., 23.01.18 / 14.30 – 16.00 Uhr

Dozentin: Ariane Fischer, Heilpraktikerin

Ort: AWO Aktiv in Hamburg gGmbH, Schillerstraße 47-49

Kosten: 9,- €

■ Hinter den Kulissen der Bahnhofsmision

Nr. ST 2770

Manchmal gerät das Leben aus der Spur. Dann brauchen Menschen Hilfe. Die Mitarbeiter der Bahnhofsmision in Hamburg helfen Jedem. Sofort und ohne Anmeldung. Die Bahnhofsmision hilft bei den kleinen und nicht so kleinen Problemen der Reisenden und den Menschen, die in irgendeiner Weise benachteiligt sind. Auskünfte, ein warmer Platz zum Unterstellen, Umsteigeilfe, verlorene Fahrkarten, in all diesen Fällen wird geholfen.

Datum: Mi., 24.01.18 / 10.30 – 14.00 Uhr

Begleitung: Ulrike Eisenblätter

Treff: 10.30 Uhr Hauptbahnhof, DB Reisecenter

Kosten: 8,- € inkl. Vortrag und Führung

■ Hinter den Kulissen der Nordik Brennerei

Nr. ST 2771

Die Obstbrennerei im Alten Land. Sie tauchen in die Geheimnisse der traditionellen Obstbrennerei und Spirituosenherstellung ein, in die Welt des flüssigen Obstes, der Kräuter und Aromen. Nach der Führung durch die Handmanufaktur wird Ihnen die aufwendige Fertigung der Spezialitäten gezeigt. Anschließend geht es zur Verkostung, bei der Sie auch Laugengebäck und Wasser zur Stärkung gereicht bekommen. Am Ende der Tour bekommt jeder Besucher ein Gastgeschenk.

Datum: Do., 25.01.18 / 9.50 – 15.00 Uhr

Begleitung: Gerhard Wullbrandt

Treff: 09.50 Uhr Bahnhof Altona, DB Reisecenter

Kosten: 25,- € inkl. Vortrag, Führung, Spezialitätenverkostung und Fahrkarte; Fußweg ca. 15 Minuten

■ Selbstgemachtes für mich und zum Verschenken

Nr. SO 2839 + Nr. SO 2840 + Nr. SO 2841

Diese Samstagvormittage stehen ganz im Zeichen der Kreativität. Zum Verschenken oder um die eigenen vier Wände zu schmücken – erlaubt ist, was gefällt!

Beim Papierschöpfen entstehen individuelle Lesezeichen oder einzigartiges Briefpapier. Freunde der Tischdekoration und Serviettenringe kommen beim Filzen auf ihre Kosten, das Ostermobile bringt saisonale Freude.

Datum: Sa., 27.01.17 / 10.00 – 13.00 Uhr Papierschöpfen (ST 2839),

Sa., 24.02.17 / 10.00 – 13.00 Uhr Filzen (ST 2840),

Sa., 24.03.17 / 10.00 – 13.00 Uhr Ostermobile (ST 2841)

Leitung: Alexandra Heilbronner, ausgebildete Floristin

Ort: AWO Aktiv in Hamburg gGmbH, Schillerstraße 47-49

Kosten: je Termin 5,- €, exkl. Material



■ Das Planetarium zeigt: „Wir sind Sterne“

Nr. ST 2767

Eine magische Reise in 3D durch Raum und Zeit.

Willkommen unter einem prächtigen Sternenhimmel abseits der Großstadt. Beim Blick in diese funkelnde Sternenpracht fragen wir uns, was denn die Sterne mit uns zu tun haben: Woraus bestehen die Sterne und woraus bestehen wir? Und wie ist all das entstanden?

Das Planetarium Hamburg ist mit seinen einzigartigen technischen Möglichkeiten und dem breit gefächerten Spielplan eine weit über die Grenzen Deutschlands hinaus beachtete Begegnungsstätte der Öffentlichkeit, mit Kultur und Wissenschaft.

Datum: So., 28.01.18 / 14.45 – ca. 18.00 Uhr

Begleitung: Dieter Zwoll

Treff: 14.45 Uhr Bahnhof Altona, DB Reisecenter oder 15.30 Uhr Linnering 1

Kosten: 19,- € inkl. Eintritt und Vorführung

■ Demenz!? Was nun?

Nr. SO 2843

Dementielle Veränderungen scheinen ein Schicksal unserer Zeit zu sein. Frau Steinke informiert in einem Vortrag über die verschiedenen Formen der Demenzerkrankung, den Verlauf der Erkrankung und über Hilfs- und Unterstützungsmöglichkeiten in Hamburg.

Datum: Di., 30.01.18 / 15.00 – 16.30 Uhr

Dozentin: Silke Steinke, Dipl. Päd. und Referentin der Alzheimer Gesellschaft Hamburg e.V.

Ort: AWO Aktiv in Hamburg gGmbH, Schillerstraße 47-49

Kosten: 9,- €

■ Das Logenhaus der Freimaurer

Nr. ST 2772 + ST 2773

Das Logenhaus in der Moorweidenstraße ist mit Abstand das bekannteste und schönste Logenhaus in Norddeutschland. Im Mittelbau ist das Untergeschoß aus rauen Quadern geschaffen, auf dem sich dann der Oberbau auf zwei Säulen erhebt. Links und rechts von den Säulen sieht man, in Glasmosaik hergestellt, die Bilder Johannes des Täufers und des heiligen Andreas. Über dem Gebälk der Säulen ist das mächtige Giebeldreieck aufgebaut, in dessen Fläche – wiederum im Glasmosaik – das rote Kapitelkreuz leuchtet.

Datum: Mi., 31.01.18 / 10.20 – 14.00 Uhr (ST 2772) oder Mi., 14.02.18 / 10.20 – 14.00 Uhr (ST 2773)

Begleitung: Dieter Zwoll (ST 2772) / Gerhard Wullbrandt (ST 2773)

Treff: 10.20 Uhr Bahnhof Altona, DB Reisecenter oder 10.45 Uhr Moorweidenstraße 36

Kosten: 8,- € inkl. Führung

■ Dr. Bachs Blütenzauber

Nr. SO 2844

Blütentherapie, nach Dr. Edward Bach, bringt uns ins seelische Gleichgewicht. Der britische Mediziner und Forscher hat viele Blüten entdeckt, erspürt und sich mit ihrer homöopathischen Wirkung beschäftigt. Sieben dieser Blüten hat er ausgewählt, damit wir Menschen in Notfallsituationen eine kombinierte Blütenmischung zur Stabilisierung zur Verfügung haben. Diese Notfallblüten kennen wir unter dem Namen `Rescue Remedy`. Diese Blütenkombination ist vielfältig in ihrer Anwendung als Tropfen, Globuli, Creme und Bonbons.

Datum: Fr., 02.02.18 / 14.30 – 16.00 Uhr

Dozentin: Ariane Fischer, Heilpraktikerin

Ort: AWO Aktiv in Hamburg gGmbH, Schillerstraße 47-49

Kosten: 9,- €

■ Mit kleiner Gruppe zum Bowling

Nr. ST 2775 + ST 2776

Die Bowling Lounge Ottensen wurde im Sommer 2007 komplett umgebaut und modernisiert. Sie gehört heute zu den modernsten und schönsten Bowling-Anlagen Deutschlands. Lassen Sie uns in kleiner Runde viel Spaß haben.

Bowling-Schuhe werden vor Ort entliehen.

Datum: Sa., 03.02.18 / 10.10 – ca.14.00 Uhr (ST 2775) oder
Sa., 03.03.18 / 10.10 – ca. 14.00 Uhr (ST 2776)

Begleitung: Dieter Zwoil

Treff: 10.10 Uhr Bahnhof Altona, DB Reisecenter oder
10.40 Uhr Baurstraße 1-3

Kosten: 2 Std. 15,- € zzgl. 2,- € Leihgebühr für Schuhe

■ Hinter den Kulissen der Lotsenstation

Nr. ST 2777

Die Lotsenstation befindet sich gegenüber von Teufelsbrück. Von dort aus teilt der diensthabende Wachleiter die 68 Hafenslotsen nach der sogenannten Börtordnung ein. Sie gibt die Reihenfolge vor, nach der die Lotsen Tag und Nacht die Schiffe besetzen. In der Lotsenstation sind seit 1977 die Einrichtungen zur Überwachung und Koordination eines sicheren und reibungslosen Schiffsverkehrs im Hafen zusammengefasst. Gerade neu renoviert werden Sie einen Blick hinter die Kulissen werfen.

Datum: Di., 06.02.18 / 09.50 – 14.00 Uhr

Begleitung: Ulrike Eisenblätter

Treff: 09.50 Uhr Bahnhof Altona, DB Info / Reisecenter

Kosten: 13,- € inkl. Vortrag und Führung

■ Budnikowsky – Lagerführung in Allermöhe

Nr. ST 2778

Iwan Budnikowsky gründete die Firma 1912 in Hamburg. Heute betreibt das Unternehmen 140 Filialen. Bei Kaffee und Keksen sehen Sie einen Film über die Entstehung der Handelskette und über ihre Logistik. Nachdem Sie sich gestärkt haben, führt Herr Stappenbeck mit der einen oder anderen Anekdote durch das Lager und beantwortet anschließend gern Ihre Fragen.

Datum: Mi., 07.02.18 / 09.10 – 13.00 Uhr

Begleitung: Gerhard Wullbrandt

Treff: 09.10 Uhr Hauptbahnhof, DB Reisecenter oder

09.50 Uhr Hermann-Wüsthof-Ring 20

Kosten: 8,- € inkl. Vortrag, Film und Führung



Man muss das

- SPECIAL KOOPERATIONEN -

■ Tanzen und Klönen

Nr. ST 2827

Im Lokal „Zur Außenmühle“ wird getanzt, geschunket, gerockt etc., was die Beine hergeben ... oder einfach nur zugehört. Es ist eine nette Gelegenheit, sich mal wieder auf das Parkett zu wagen. Dieses Angebot gilt für Singles und Paare.

Datum: So., 18.02.18 / 14.50 – 20.00 Uhr

Begleitung: Gerhard Wullbrandt

Treff: 14.50 Uhr Hauptbahnhof DB Info / Reisecenter

Kosten: 10,- € inkl. Eintritt

■ *Oll Inklusiv* präsentiert HALBPENSION

Nr. SO 2896 + Nr. SO 2897

Das geht raus an alle Hamburger Senioren und Senioritas um die 60+. Lasst uns gemeinsam um 13 Uhr eine Runde Musik-Bingo spielen und im Anschluß entspannt das Tanzbein schwingen. DJ Rita sorgt mit super Musik für beste Laune. Kuchen geht aufs Haus – Getränke à la Carte.

Datum: So., 21.01.18 / 12.00 – 16.00 Uhr (SO 2896) oder
So., 18.02.18 / 15.00 – 18.00 Uhr (SO 2897)

Leitung: DJ Rita, www.oll-inklusiv.de

Ort: Mojo Café (Reeperbahn 1) – barrierefreier Zugang

Kosten: Kuchen gratis, Getränke à la Carte



Leben tanzen!

- SPECIAL KOOPERATIONEN -

■ Mit Salsa beschwingt ins Wochenende

Nr. 50 2882

Für Anfänger*innen

Dieser Kurs bietet eine Einführung in die Salsa, die ihre Wurzeln in den traditionellen Tänzen Cubas hat, wie z.B. Son, Mambo, Cha Cha Cha' und Rumba. Salsa ist nicht nur Musikstil und Rhythmus, sondern vor allem ein Lebensgefühl. Achtung: Es soll ansteckend sein. Die Teilnahme am Kurs wird als Paar empfohlen, ist aber auch als Einzelperson möglich.

Bitte mitbringen: Flache, bequeme Schuhe, die für Turnhallen geeignet sind.

Starttermin: Fr., 19.01.18, 4 Termine zum Kennenlernen

Uhrzeit: 17.30 – 19.00 Uhr

Leitung: Rene Zambrana, Tanzlehrer

Ort: SalsaHH – die Tanzschule, Hohenesch 13-17

Kosten: 35,- € für 4 Termine

SalsaHH



■ Hinter den Kulissen der Handelskammer

Nr. ST 2779

Direkt an das Hamburger Rathaus angrenzend zeugt bereits der imposante Säuleneingang von der Historie der Handelskammer – im Inneren des Gebäudes erwarten den Besucher zudem spät-klassizistische Säle und manch architektonische Finesse. Das Gebäude wurde 1841 von den Architekten Wimmel und Forsmann errichtet. Die Hamburger Börse wurde 1999 mit der Hannover-Börse vereint. Dies geschah, um den größeren Börsen in Deutschland weiterhin Paroli bieten zu können. Die Hamburger Handelskammer ist die älteste Körperschaft in Deutschland.

Datum: Do., 08.02.18 / 10.15 – 14.00 Uhr

Begleitung: Ulrike Eisenblätter

Treff: 10:15 Uhr Bahnhof Altona, DB Reisecenter oder
10.50 Uhr Adolphsplatz 1

Kosten: 8,- € inkl. Vortrag und Führung

■ Werksbesichtigung Jungheinrich

Nr. ST 2774

Die Jungheinrich AG, mit Stammsitz in Hamburg, ist einer der führenden Anbieter in den Bereichen Flurförderzeug-, Lager- und Materialflusstechnik weltweit. Das Unternehmen beschäftigt rund 15.000 Mitarbeiter in mehr als 36 Ländern. Als Generalunternehmen steht Jungheinrich seinen Kunden von der Erstberatung über Planung, Projektierung und Systemintegration bis hin zum Service während des laufenden Betriebs zur Seite. Neugierig auf einen Einblick in die Jungheinrich-Welt? Dann freuen wir uns, Ihnen diese durch eine Werksführung und den Austausch mit Fachkräften näher bringen zu können.

Datum: Fr., 09.02.18 / 09.00 – 13.00 Uhr

Begleitung: Dieter Zwill

Treff: 09.00 Uhr Hauptbahnhof, DB Reisecenter oder
10.05 Uhr Lawaetzstraße 9

Kosten: 8,- € inkl. Vortrag und Führung

■ Auf den Spuren des alten Hamburgs

Nr. ST 2781

Möchten Sie mit mir und einigen „Zeugen“ früherer Jahrhunderte das alte Hamburg aufspüren und mehr über die Entwicklungsgeschichte von der Hammaburg bis über das gut 500-jährige Hamburger Machtzentrum an der Trostbrücke erfahren? Dann sollten Sie sich mit mir auf diese Tour begeben.

Datum: Mo., 12.02.18 / 14.45 – ca.18.00 Uhr

Begleitung: Gerhard Wullbrandt, **Stadtführerin:** Hilke Vonderheiden

Treff: 14.45 Uhr Hauptbahnhof DB Info / Reisecenter

Kosten: 15,- € inkl. Führung

■ Tuch und Technik, Tuchweberei Neumünster

Nr. ST 2780

Tuch und Technik, unter dieser Überschrift hat das Textilmuseum am 13. Oktober 2007 seinen Neubau im Stadtzentrum von Neumünster eröffnet. Auf fast 2.000 Quadratmetern können Sie durch fast 2.000 Jahre Geschichte wandern, spannende Ausstellungsstücke entdecken und einige davon selbst ausprobieren.

Datum: Di., 13.02.18 / 09.25 – 15.00 Uhr

Begleitung: Dieter Zwoil

Treff: 09.25 Uhr Hauptbahnhof DB Info / Reisecenter

Kosten: 22,- € inkl. Fahrkarte, Eintritt und Führung

■ Reinkarnation – Eine östliche Anschauung auf den Lauf des Lebens

Nr. SO 2845

Der Begriff Reinkarnation bezeichnet keine bestimmte Lehre, sondern fasst eine Vielzahl verschiedener Lehren zusammen, die Bestandteil von diversen Religionen sind. Frau Rickens, die als Ost Asiatin selbst in Buddhistischen Klöstern lernte, gibt Ihnen einen kleinen Exkurs in ihre gelebte Lebensphilosophie und bringt Ihnen ihre liebevolle Sicht auf den Menschen und das Leben nahe. Seien Sie gespannt auf einen inspirativen Vortrag, zu dem Frau Rickens Sie abschließend herzlich willkommen, zu einer anregenden Fragerunde, heißt!

Datum: Di., 13.02.18 / 15.00 – 16.30 Uhr

Dozentin: Sarah Ylan Rickens, Lifecoach

Ort: AWO Aktiv in Hamburg gGmbH, Schillerstraße 47-49

Kosten: 9,- €

■ Schloss Reinbek – Besichtigung

Nr. ST 2782

Das Schloss zu Reinbek wurde von 1572 – 1576 von Herzog Adolf I. von Schleswig-Holstein-Gottorf im Stil der niederländischen Renaissance als repräsentativer Bau, in unmittelbarer Nachbarschaft zu den Hansestädten Hamburg und Lüneburg erbaut. 1647 – 1874 war es Sitz der herzoglichen bzw. königlich dänischen Amtmänner und des preußischen Landrates. 1977 – 1987 wurde es musergültig restauriert und dient seither als Kultur- und Kommunikationszentrum für die Einwohner der Region.

Datum: Do., 15.02.18 / 10.05 – 14.00 Uhr

Begleitung: Dieter Zwoll

Treff: 10.05 Uhr Hauptbahnhof DB Info / Reisecenter

Kosten: 15,- € inkl. Eintritt und Führung

■ Der Alte Elbtunnel

Nr. ST 2783

Als der Elbtunnel 1911 eröffnet wurde, war er – als erste Flussuntertunnelung des Kontinents – eine technische Sensation. Der markante quadratische Kuppelbau beherbergt die Maschinerie und die vier großen Fahrkörbe, die Menschen und Fahrzeuge in 24 Meter Tiefe transportieren. Sie unterqueren zu Fuß die Elbe und kommen nach 426,5 Metern in Steinwerder wieder ans Tageslicht, wo Sie vom südlichen Elbufer aus das unvergleichliche Stadtpanorama genießen werden. Danach geht es unter der Elbe zurück zu den Landungsbrücken.

Datum: Fr., 16.02.18 / 11.00 – 12.30 Uhr

Begleitung: Sabine Witt

Treff: 11.00 Uhr U/S Landungsbrücken, auf der Brücke

Kosten: 8,- € inkl. Führung



■ Airbus Werksführung

Nr. ST 2784

Hamburg ist der Sitz der Geschäftsführung von Airbus Deutschland und mit mehr als 11.000 Beschäftigten der größte Airbus-Standort. Bis heute wurden von Kunden aus aller Welt etwa 4400 Flugzeuge aus der Airbus-Familie bestellt. Nachdem Sie im Besucherpavillon einen Rundgang gemacht haben, sehen Sie einen Film über das Unternehmen. Danach begeben Sie sich auf einen Werksrundgang durch die Struktur- und Endmontage der Kurz- und Mittelstreckenflugzeuge A318, A319, A321 und dem A380.

Datum: Di., 20.02.18 / 11.25 – 17.00 Uhr

Begleitung: Gerhard Wullbrandt

Treff: 11.25 Uhr Bahnhof Altona, DB Reisecenter oder

12.20 Uhr Kreetslag 7 neben dem Haupttor

Kosten: 29,- € inkl. Führung

Bitte bringen Sie Ihren Ausweis mit und teilen Sie uns bei der Anmeldung Ihr Geburtsdatum mit!

■ Aromatherapie - "Ätherische Öle – die Essenz der Pflanzen und Bäume"

Nr. SO 2848

Machen Sie eine faszinierende Reise ins Reich der Pflanzenessenzen. Ätherische Öle wirken ganzheitlich auf Körper, Geist und Seele – spenden Lebensenergie für den Alltag und begleiten Sie in allen Lebenslagen. Lernen Sie die besonders reinen Öle therapeutischer Qualität kennen. Freuen Sie sich auf diesen Vormittag, an dem Sie die Öle gerne auch ausprobieren können.

Datum: Di., 20.02.18 / 15.00 – 16.30 Uhr

Dozentin: Ursula Axtmann, Heilpraktikerin

Ort: AWO Aktiv in Hamburg gGmbH, Schillerstraße 47-49

Kosten: 9,- €

■ Kennen Sie Monopoli? Ein Reisebericht mit Fotos

Nr. 50 2849

Kennen Sie Monopoli? Ja, werden Sie jetzt rufen. Aber: Ihr Monopoly schreibt sich mit einem Y am Ende, denn Sie meinen das Spiel. Mein Monopoli schreibt sich aber mit einem I und ist eine kleine wunderschöne Stadt ganz im Süden Italiens – in Apulien am Stiefelabsatz. 40 km südlich von Bari gelegen, bietet sie alles, was man von einem mediterranen (Urlaubs-)Ort erwartet: pittoreske Gassen, schöne Strände, blaues Meer, gutes Essen, Olivenbäume und eine lange Geschichte. Lassen Sie sich entführen in die „Einzige Stadt“ – denn das bedeutet „Monopoli“!

Datum: Fr., 23.02.18 / 15.00 – 16.30 Uhr

Leitung: Sabine Witt

Ort: AWO Aktiv in Hamburg gGmbH, Schillerstraße 47-49

Kosten: 9,- €

■ Gut beraten: Vorsorgevollmacht und Patientenverfügung

Nr. 50 2851

Nur wenn eine Vorsorgevollmacht vorliegt, können Sie sicher sein, dass Ihre Vertrauten in Ihrem Sinne entscheiden dürfen. Wie Sie sich für den Notfall absichern, erklärt Ihnen unsere Expertin der AWO.

Datum: Fr., 23.02.18 / 15.00 – 16.30 Uhr

Dozentin: Frauke Westenberg, AWO- Mitarbeiterin

Ort: AWO Aktiv in Hamburg gGmbH, Schillerstraße 47-49

Kosten: 9,- €

■ Die Flussschifferkirche in Hamburg

Nr. ST 2785 + ST 2786

Deutschlands einziges Gotteshaus auf Schiffsplanken liegt im Hamburger Hafen vertäut. Der ehemalige Frachtkahn wurde 1952 zur schwimmenden Kirche geweiht und lädt ein zum Gottesdienst auf dem Wasser. Seit Mai 2006 liegt das Kirchenschiff, liebevoll „Flusi“ genannt, an seinem jetzigen Platz im Binnenhafen. Sie werden die Schifferkirche besichtigen und erfahren ihre Geschichte.

Datum: Mi., 21.02.18 / 10.10 – 14.00 Uhr (ST 2785) oder
Mi., 28.02.18 / 10.10 – 14.00 Uhr (ST 2786)

Begleitung: Dieter Zwoll (ST 2785), Ulrike Eisenblätter (ST 2786)

Treff: 10.10 Uhr Bahnhof Altona, DB Reisecenter oder
10.50 Uhr Hohe Brücke 2, an dem Schiff

Kosten: 12,- € inkl. Vortrag und Besichtigung

■ Das Polizeimuseum Hamburg

Nr. ST 2787

Die Säge des Frauenmörders Fritz Honka, die vermeintlichen Hitler-Tagebücher und die präparierte Streusandkiste des Kaufhauserpressers „Dagobert“: All das konnten bisher nur Polizeischüler betrachten. Doch ab Anfang 2014 ist die Lehrmittelsammlung der Hamburger Polizei auch für uns zugänglich. Im neuen interaktiven Polizeimuseum werden wir einen Blick auf rund 200 Jahre Polizeigeschichte von Hamburg werfen.

Datum: Do., 22.02.18 / 10.00 – 14.00 Uhr

Begleitung: Dieter Zwoll

Treff: 10.00 Uhr Bahnhof Altona, DB Reisecenter oder
10.50 Uhr Carl-Cohn-Str.39

Kosten: 17,- € inkl. Eintritt und Führung



■ Ohnsorg-Theater „Plattdüütsch för Anfänger“

Nr. ST 2788

Uwe Hinrichs bezeichnet sich als den letzten noch lebenden „echten Plattdeutschen“: Der Witwer ‚beißt‘ alle Menschen weg, die ihm zu nahe kommen. Die globalisierte Welt, hat auch in seinem Heimatdörfchen Einzug gehalten. Und da seine Rente nicht ausreicht, muss er an einer Tankstelle arbeiten. Dass ausgerechnet eine Gruppe Flüchtlinge in Uwes zwangsversteigertes Häuschen einquartiert wird, bringt das Fass zum Überlaufen. Doch er hat die Rechnung ohne Frau Lautenschläger gemacht: Zusammen mit dem Bürgermeister Holthagen zwingt sie Uwe einen Deutschkurs für die Flüchtlinge zu leiten. Die neue Lehrerrolle behagt dem Sonderling ganz und gar nicht. Und so bringt er seinen Schülern – unbemerkt und aus reinem Trotz – Plattdeutsch statt Hochdeutsch bei! Doch als die Schützlinge sich mehr und mehr wie zuhause fühlen, gerät die ‚heile Dorfwelt‘ aus den Fugen.

Datum: Sa., 24.02.18 / 15.30 – ca. 19.00 Uhr

Begleitung: Dieter Zwill

Treff: 15.30 Uhr im Foyer des Ohnsorg-Theaters

Kosten: 29,- € inkl. Eintrittskarte

■ Führung durch die Großküche der AWO Hamburg

Nr. ST 2789

Die AWO Hamburg Dienste GmbH ist eine 100%ige Tochtergesellschaft des Landesverbandes. Der Geschäftsführer, Herr Kekstadt, gewährt Ihnen einen Einblick in die AWO Großküche in Wandsbek. Die Küche bereitet Essen für Senioren, Schulen, Kindergärten und auch für Flüchtlingseinrichtungen zu. In der gut ausgestatteten Produktionsküche werden die Menüs professionell, zuverlässig und mit viel Freude zubereitet. Die Versorgung von Senioren und Kindern stellen hohe Anforderungen an das Essen. Die Mahlzeiten müssen schonend und Individuell zubereitet werden.

Datum: Di., 27.02.18 / 10.20 – 13.00 Uhr

Begleitung: Dieter Zwoll

Treff: 10.20 Hauptbahnhof DB Info / Reisecenter oder
10.55 Uhr Von Bergenstraße 18, Wandsbek

Kosten: 5,- € inkl. Führung

■ Besuch im Panoptikum Hamburg

Nr. ST 2790

Seit über 130 Jahren präsentieren wir Ihnen bedeutende Herrscher der Geschichte, Genies aus Kultur und Wissenschaft und die schillerndsten Persönlichkeiten der Kunst, Kultur und des Sports. Freuen Sie sich auf ein Wiedersehen mit den Beatles, machen Sie König Heinrich VIII. Ihre Aufwartung oder verlieren Sie sich in den grünen Augen von Robbie Williams. Hier können Sie Ihre Idole hautnah erleben – ohne Bodyguards, die Ihnen den Blick versperren.

Datum: Do., 01.03.18 / 10.20 – ca. 13.00 Uhr

Begleitung: Ulrike Eisenblätter

Treff: 10.20 Uhr Bahnhof Altona, DB Reisecenter oder
10:50 Uhr im Foyer des Panoptikums

Kosten: 10,- € inkl. Eintritt

■ Unter Spannung

Nr. SO 2852

Viele Menschen leiden unter Verspannungen im Nacken und in den Schultern, die zu Steifheit, schlechter Haltung und permanentem Spannungsschmerz führen können. Es werden heute Übungen vorgestellt, welche Sie einfach in Ihren Alltag integrieren können.

Datum: Fr., 02.03.18 / 15.00 – 16.30 Uhr

Leitung: Gila Fischer, Yogalehrerin

Ort: AWO Aktiv in Hamburg gGmbH, Schillerstraße 47-49

Kosten: 9,- €

■ Staatsoper – Sie sehen „Rigoletto“

Nr. ST 2791

Der bucklige Hofnarr Rigoletto, nie um einen Scherz auf Kosten anderer verlegen, steht in den Diensten des Herzogs von Mantua. Sein einziges Lebensglück ist seine Tochter Gilda. Als Rigoletto miterleben muss, wie sie den berechnenden Liebesschwüren des skrupellosen Herzogs erliegt, sinnt er auf Rache: Der Auftragsmörder Sparafucile soll den Verführer töten. Doch Gilda opfert sich für ihren Geliebten. Rigoletto wird gewahr, dass er seine Tochter in den Tod getrieben und sein eigenes Leben zerstört hat.

Datum: So., 04.03.18 / 14.30 – 18.00 Uhr

Begleitung: Gerhard Wullbrandt

Treff: 14.30 Uhr im Foyer der Oper

Kosten: 66,- € inkl. Eintritt

■ Multimar Wattforum Nationalpark Tönning Wale, Watt...und Weltnaturerbe

Nr. ST 2792

Das Multimar Wattforum ist das Informationszentrum für den Nationalpark Wattenmeer in Schleswig-Holstein. Eine interaktive Erlebnisausstellung zu Watt, Walen und dem Weltnaturerbe. Die interaktive Erlebnisausstellung zeigt Ihnen in zahlreichen Aquarien die faszinierende Unterwasserwelt der Nordsee und erklärt Ihnen die Rätsel des Wattenmeeres. Im beeindruckenden Großaquarium mit Panoramascheibe tummeln sich neben Fischschwärmen und Katzenhaien regelmäßig auch Taucher, die die Fische füttern und sich mit den Zuschauern live unterhalten. In unserem Walhaus begegnen Sie dem spektakulären 18 m langem Pottwalmodell. Genießen Sie einmalige Einblicke und Erlebnisse, Eindrücke und Ansichten.

Datum: Di., 06.03.18 / 10.20 – ca. 19.00 Uhr

Begleitung: Dieter Zvoll

Treff: 10.20 Uhr Bahnhof Altona, DB Reisecenter

Kosten: 29,- € inkl. Fahrkarte, Eintritt und Führung



■ „Das Traumbüro“ ist zu Besuch!

Nr. 50 2853

Wer mit seinen Träumen lebt, hat mehr vom Leben, denn er lebt in engem Kontakt mit seiner eigenen „inneren Stimme“. Auf spielerische und gleichzeitig fundierte Weise wird anhand konkreter, möglichst eigener Träume das „Know How“ vermittelt, wie ein Traum schnell und doch in seiner wesentlichen Aussage verstanden werden kann. Nach diesem Workshop werden Sie in der Lage sein, mehr aus Ihren Träumen zu machen!

Dieser Workshop beinhaltet eine Mittagspause von 12–13 Uhr.

Datum: Di., 06.03.18 / 10.00 – 15.00 Uhr

Leitung: Waltraud Kirschke, Autorin

Ort: AWO Aktiv in Hamburg gGmbH, Schillerstraße 47-49

Kosten: 32,- €

■ Die aufregende Welt der Literatur

Nr. 50 2850

Sprechen Sie in geselliger Runde über literarische Themen und aktuelle Neuerscheinungen, bes. auf dem deutschen Buchmarkt. Lassen Sie sich Empfehlungen geben und erfahren Sie, was in der Hamburger Literaturszene so passiert. Die Kursleiterin Sabine Witt ist Literaturwissenschaftlerin und Leiterin der Hamburger Autorenvereinigung.

Datum: Mi., 07.03.18 / 10.00 – 11.30 Uhr,

Mi., 14.03.18 / 10.00 – 11.30 Uhr,

Mi., 21.03.18 / 10.00 – 11.30 Uhr

Leitung: Frau Sabine Witt, 1. Vorsitzende der Hamburger Autorenvereinigung

Ort: AWO Aktiv in Hamburg gGmbH, Schillerstraße 47-49

Kosten: 35,- € für 3 Termine

■ „Stint satt“ in der Fürst Bismarck Mühle

Nr. ST 2793

Sobald die kleinen lachsartigen Fische aus der Nordsee in das Elbwasser zum Laichen kommen, fängt sie an: die Stint-Saison. Wenn die Fische gefangen werden, sind sie in der Regel bis zu 15 Zentimeter lang und auf Wanderung. Sie wandern zwischen Februar und April in Schwärmen von der Nordsee flussaufwärts in die Elbe, um dort an Flachstellen zu laichen. Dafür muss das Wasser der Elbe bis zu neun Grad warm sein

Datum: Mi., 07.03.18 / 11.10 – 15.00 Uhr

Begleitung: Dieter Zwoll

Treff: 11.10 Uhr Hauptbahnhof DB Info / Reisecenter

Kosten: 26,- € Stint satt

■ Führung und Verkostung in der Baumkuchenbäckerei Salzwedel

Nr. ST 2794

Ein Besuch in Salzwedel lohnt sich nicht nur wegen der reizvollen historischen Innenstadt, sondern auch und vor allem, um auf kulinarische Entdeckungsreise zu gehen. Es wird Ihnen gezeigt, wie der Baumkuchen in Handarbeit hergestellt wird. Es lohnt sich, einen meterlangen Baumkuchen wachsen zu sehen. Über offenem Feuer wird Schicht um Schicht der butterreichen Masse auf die sich drehende Kuchenwalze aufgetragen. Seien Sie dabei und probieren Sie am Ende den frischen warmen Salzwedeler Baumkuchen.

Datum: Do., 08.03.18 / 09.40 – ca. 18.00 Uhr

Begleitung: Dieter Zwoll

Treff: 09.40 Uhr Hauptbahnhof DB Info / Reisecenter

Kosten: 19,- € inkl. Fahrkarte und Führung

■ Werksführung Abraham Schinken

Nr. ST 2795

Bei einer Werksführung lernen wir Deutschlands größten Rohschinkenhersteller, dessen ausgezeichnete Qualitätsprodukte weltweit auf den Tisch kommen, kennen. Mit 650 Mitarbeitern produzieren sie an sechs Standorten in Deutschland, Belgien und Spanien regionale und überregionale Spezialitäten – nach Originalrezepten und mit modernster Technik. Bitte bedenken sie, dass sie vom Bahnhof 19 Minuten bis zum Werk laufen müssen, es fährt kein Bus. Wir fahren vor 9.00 Uhr mit der Bahn, somit müssen wir eine Fahrkarte berechnen.

Datum: Di. 13.03.18 / 08.15 – 12.00 Uhr

Begleitung: Gerhard Wullbrandt

Treff: 08.15 Uhr Hauptbahnhof, DB Info / Reisecenter

Kosten: 14,- € inkl. Fahrkarte und Führung

■ Schüßlersalze – Linderung bei Allergien

Nr. SO 2846

Allergien werden bei vielen Menschen durch Pollenflug, Staub, Sonnenbestrahlung, Chemikalien, Lebensmittel usw. ausgelöst werden. Die allergische Reaktion ist die abwehrende und vermeintlich schützende Antwort des Körpers auf eine von außen kommende Substanz. Die Schüßlersalze können innerlich und äußerlich angewendet diese Symptome lindern.

Datum: Di., 13.03.18 / 14.30 – 16.00 Uhr

Dozentin: Ariane Fischer, Heilpraktikerin

Ort: AWO Aktiv in Hamburg gGmbH, Schillerstraße 47-49

Kosten: 9,- €



■ Schloss Eutin

Nr. ST 2796

Schloss Eutin erzählt von rund 850 Jahren Geschichte des Oldenburger Fürstenhauses und seinen Verbindungen in die Herrscherhäuser Europas. Aus einer mittelalterlichen Burg entwickelte sich im Laufe der Zeit die bis heute erhaltene barocke, vierflügelige Schlossanlage. Im April 2017 wurde der nächste Museumsbereich im neuen Gestaltungskonzept eröffnet. Glanzvoller Höhepunkt ist das Antependium. Das kostbare und reich bestickte Altartuch aus dem 17. Jahrhundert ist nach langer Zeit im Depot seit April 2017 in einem eigenen Raum zu bestaunen.

Datum: Mi., 14.03.18 / 09.45 – 17.00 Uhr

Begeitung: Dieter Zwoll

Treff: 09.45 Uhr Hauptbahnhof DB Info / Reisecenter

Kosten: 27,- € inkl. Fahrkarte, Eintritt und Führung

■ Das Beinhaus und St. Pauli Museum

Nr. ST 2797

Unter der St. Joseph Kirche befindet sich eine beeindruckende Krypta. Diese wurde bis zum November 2015 renoviert und beinhaltet seitdem ein Beinhaus. In dem Kellergewölbe liegen – von einer Glasscheibe geschützt – die Gebeine von zirka 350 Menschen, die zwischen 1719 und 1886 unter St. Joseph bestattet wurden. Die Knochen waren lange in den zugemauerten Katakomben der Kirche verschollen und wurden erst 2011 bei Vermessungsarbeiten wiederentdeckt. Anschließend gehen wir in das St Pauli Museum.

Datum: Do., 15.03.18 / 10.20 – 14.00 Uhr

Begleitung: Ulrike Eisenblätter

Treff: 10.20 Uhr Bahnhof Altona, DB Reisecenter oder
10.45 Uhr Davidstraße 17

Kosten: 24,- € inkl. Eintritt und Führung

■ Passagen der Innenstadt

Nr. ST 2798

Europapassage und Hanse-Viertel sind Ihnen sicherlich bekannt – aber auch Mellin Passage, Alte Post, Kaufmannshaus und Kaisergalerie? Lassen Sie sich auf diesem Spaziergang überraschen, denn es gibt es viel zu entdecken: Einen mysteriöser Schriftzug, das Geschirr eines historischen Cafés, eine Fischtreppe ...

Datum: Fr., 16.03.18 / 11.00 – 12.30 Uhr

Leitung: Sabine Witt

Treff: 11.00 Uhr vor dem Haupteingang des Hamburger Rathauses

Kosten: 8,- € inkl. Führung

■ Einfach mal Abtauchen

Nr. SO 2847

Begeben Sie sich auf eine Reise, zur Quelle Ihrer eigenen Kraft! Augusto heißt Sie herzlich willkommen und leitet Sie mit langsamen magischen Trommelrhythmen durch verschiedene Bilder- und Gedankenthemen. Während der Stunde liegen Sie bequem auf einer Matte und können entspannt den Klängen lauschen. Anschließend kommen wir wieder in unseren Alltag zurück und sind voller Klarheit und Ausgeglichenheit. Am Ende der Stunde gibt es die Möglichkeit, sich über die eigenen Erfahrungen auszutauschen.

Datum: Di., 20.03.18 / 14.30 – 16.00 Uhr

Leitung: Herr Augusto Monteiro, Musiker

Ort: AWO Aktiv in Hamburg gGmbH, Schillerstraße 47-49

Kosten: 9,- €

Bitte bringen Sie sich eine Matte oder eigenes Handtuch mit.

■ Fahrradtour Treff zum Saisonstart

Nr. ST 2799

Liebe Teilnehmer, wir laden Sie herzlich zu unserem Vortreffen für die anstehenden Fahrradtouren, ab April 2018, ein. Herr Gerhard Wullbrandt und Dieter Gowin stellen erste Touren vor und Sie erhalten Tipps zur Ausrüstung. Bitte geben Sie kurz Bescheid, ob Sie dabei sein können.

Datum: Di., 20.03.18 / 15.00 – 17.00 Uhr

Leitung: Gerhard Wullbrandt

Treff: 15.00 Uhr AWO Aktiv, Schillerstraße 47-49

Kosten: kostenlos



■ Lauenburger Schifffahrtsmuseum

Nr. ST 2800

Das Elbschifffahrtsmuseum zeigt eindrucksvoll die tausend-jährige Entwicklung der Schifffahrt auf der Elbe vom Einbaum bis zum Tankschiff und besitzt eine einmalige Sammlung von Informationen zu Schiffstypen, Motorisierungen, Mannschaften und Modellen. Durch die bisherige intensive Forschung ist eine hohe Informationsdichte vorhanden.

Datum: Mi., 21.03.18 / 09.25 – ca. 15.00 Uhr

Begleitung: Dieter Zwoll

Treff: 09.25 Uhr Hauptbahnhof DB Info / Reisecenter

Kosten: 21,- € inkl. Eintritt, Führung und Fahrkarte

■ U-Boot Bunker „Valentin“ in Bremen

Nr. ST 2801

Der U-Boot-Bunker Valentin, auch U-Boot-Bunker Farge genannt, ist ein an der Weser gelegenes Relikt, das während des 2. Weltkrieges von 1943 bis 1945 unter Einsatz von Zwangsarbeitern errichtet wurde. In dem Bunker sollten aus vorgefertigten Sektionen U-Boote montiert werden. Es handelt sich um den von der Grundfläche (35.375 m²) her größten freistehenden Bunker in Deutschland und um den zweitgrößten in Europa. 1 Mio. Tonnen Kies und Sand, 132.000 Tonnen Zement und 20.000 Tonnen Stahl wurden verbaut. Es ist geplant, den Bunker in eine Gedenkstätte umzuwandeln.

Datum: Do., 22.03.18 / 09.55 – ca. 17.00 Uhr

Begleitung: Dieter Zwoll

Treff: 09.55 Uhr Hauptbahnhof DB Info / Reisecenter

Kosten: 22,- € inkl. Fahrkarte, Eintritt und Führung

■ Piekfeine Brände Manufaktur in Bremen

Nr. ST 2804

In der Führung durch den Produktionsbetrieb werden alle Abläufe im Herstellungsprozess vom Obst bis zum Destillat erklärt, die Brennanlage wird detailliert beschrieben. Anschließend können Sie sich auf einem „Nosingpfad“ durch die Vielfalt der unterschiedlichen Aromen schnüffeln und eine Präferenz entwickeln, welchen Brand Sie verkosten möchten.

Datum: Di., 27.03.18 / 09.00 – 18.00 Uhr

Begleitung: Gerhard Wullbrandt

Treff: 09.00 Uhr Hauptbahnhof DB Info / Reisecenter

Kosten: 29,- € inkl. Vortrag, Führung und Fahrkarte



■ Glocken-Palast in Gifhorn

Nr. ST 2805

Goldene Kuppeln und bronzene Glocken in der Südheide. Kunsthandwerk, Geschichte und Visionen. Der Glocken-Palast ist Wirkungsstätte und Ausstellungsgebäude von Kunsthandwerker, eine Glockengießerei, ein Denkmal russischer Klosterarchitektur und eine Hommage an die Lebenswerke von Michail Gorbatschow und Albert Schweitzer. Die goldenen Türme und die umlaufende Galerie mit Schnitzereien und Verzierungen stehen in der Tradition der russischen Holzbaukunst.

Datum: Mi., 28.03.18 / 09.35 – ca.19.00 Uhr

Begleitung: Dieter Zwoll

Treff: 09.35 Uhr Hauptbahnhof DB Info / Reisecenter

Kosten: 27,- € inkl. Fahrkarte, Eintritt und Führung

■ Kloster Wienhausen

Nr. ST 2806

1233 bestätigte der Hildesheimer Bischof Konrad II. die Gründung des Klosters und stattete es mit zahlreichen Gütern aus. Das Kloster Wienhausen verfügt über eine außerordentliche Fülle an christlichen Kunstwerken aus dem Mittelalter. Zurzeit sind es 12 Konventualinnen und Äbtissin, die dem Konvent angehören. Die derzeit gültige Klosterordnung nennt als Aufgabe „alleinstehende, evangelische Frauen zu einer Lebensgemeinschaft auf christlicher Grundlage zu verbinden, in der sie kulturellen, kirchlichen und sozialen Zwecken dienen können“.

Hinweis: Bitte nehmen Sie sich etwas zu Essen und Trinken mit.

Datum: Do., 29.03.18 / 09.35 – ca. 20.00 Uhr

Begleitung: Dieter Zwoll

Treff: 09.35 Uhr Hauptbahnhof, DB Reisecenter

Kosten: 24,- € inkl. Eintritt, Führung und Fahrkarte

Ausflüge, Besichtigungen & Vorträge



PC & SMARTPHONE

■ Mit App & Co. Auf du-und-du!

Hier haben Sie die Gelegenheit, mit unserem Dozenten alle Fragen bezüglich der Nutzung Ihres Smartphones oder Tablets zu klären. Mögliche Themen können zum Beispiel sein: Installation und Nutzung von Apps aus dem App-Store, Personalisierung des Gerätes (Hintergrundbilder, Icons, Klänge, etc.) Wie funktioniert die Kamera? Datensicherheit und Gerätesicherheit. Wie nutze ich das Internet unterwegs? (Google Maps, Sprachassistent, etc.) Selbstverständlich geht unser Dozent auch auf alle anderen Wünsche und Fragen rund um das Thema ein.

Datum: Terminvergabe im Sekretariat

Dozent: Christian Kalusky, Student

Ort: AWO Aktiv in Hamburg gGmbH, Schillerstraße 47-49

Kosten: siehe Tabelle

Preisübersicht:

Einzelberatung Smartphone	Schillerstraße	20,- € / 1 Std.
Einzelberatung Smartphone	Beim Kunden	45,- €
Einzelberatung Smartphone	Bei Christian	25,- €
Einzelberatung PC	Schillerstraße	25,- €
Einzelberatung PC	Beim Kunden	55,- €
Einzelberatung PC	Telefonische Beratung	30,- €



■ Individuelle PC-Beratung

Was für Sie interessant sein könnte - eine Auswahl - :

- Laptop gekauft – aber wie richte ich mein Schätzchen optimal ein?
- Computer gegen „Schädlinge“ schützen?
- (Kostenlose) Programme installieren?
- Grußkarten, Visitenkarten und Einladungen gestalten ?
- Geschenke: Eine Musik-CD, ein Fotoalbum, eine Fotostory herstellen?

Datum: Terminvergabe im Sekretariat

Dozent: Michael Böhnert

Ort: AWO Aktiv in Hamburg gGmbH, Schillerstraße 47-49

Kosten: auf Spendenbasis

WORKSHOPS

■ Smartphone & Tablet Grundlagen

Nr. SO 2831

Lohnt sich ein Smartphone oder Tablet für mich überhaupt? Wie schreibe ich eine SMS? Wie rufe ich jemanden an? Christian Kalusky bietet Ihnen in diesem Seminar die Möglichkeit, alle offenen Fragen rund um das schnurlose Telefon zu klären, erzählt Ihnen Grundlegendes zu den Geräten und bietet Hintergrundwissen.

Datum: Sa., 06.01.18 / 15.00 – 17.00 Uhr

Dozent: Christian Kalusky, Student

Ort: AWO Aktiv in Hamburg gGmbH, Schillerstraße 47-49

Kosten: 9,- €



Geschenkkategorie gesucht?

Weihnachten steht (mal wieder) vor der Tür oder Ihre Liebsten haben Geburtstag?

Verschenken Sie doch einfach dieses Jahr Unterrichtsstunden für Handy, Tablet oder PC.

Mit Schwung und guter Laune geben unsere Dozenten gerne ihr Wissen weiter...

■ „WhatsApp“ – Eine Kommunikations-Alternative

Nr. SO 2832

Was ist das überhaupt, wie funktioniert WhatsApp und wo liegt dann jetzt der Unterschied zu einer SMS? Wie schreibe ich eine Nachricht und wie versende ich Bilder? Wann kann ich kostenlos telefonieren und was ist ein Videoanruf? Christian Kalusky bietet Ihnen wieder die Möglichkeit, alle offenen Fragen zu klären und erzählt Ihnen Grundlegendes zur App und ihrer Nutzung.

Datum: Sa., 17.01.18 / 15.00 – 16.30 Uhr

Dozent: Christian Kalusky, Student

Ort: AWO Aktiv in Hamburg gGmbH, Schillerstraße 47-49

Kosten: 9,- €

■ E-Mail – für Dich?

Nr. SO 2833

Wofür brauche ich E-Mails? Wie schreibe ich eine E-Mail? Wie beantworte ich eine E-Mail? Wie kann ich Fotos und andere Inhalte per E-Mail an meine Freunde versenden? Diese und viele andere Fragen wird Herr Kalusky mit Ihnen klären und zeigt Ihnen Grundlegendes zur Nutzung des Internets.

Datum: Sa., 13.01.18 / 15.00 – 16.30 Uhr

Dozent: Christian Kalusky, Student

Ort: AWO Aktiv in Hamburg gGmbH, Schillerstraße 47-49

Kosten: 9,- €

KULTUR & KREATIVES

Entdecken Sie die eigene Kreativität: endlich die eigene Geschichte aufschreiben, das eigene Bild malen, eigene Entwürfe nähen, von der Kunst und Literatur anderer lernen und sich dadurch zu eigenen Kreationen ermutigen lassen.

■ Kreatives Schreiben für Frauen

Nr. SO 2749 + Nr. SO 2892

Wir beflügeln Erinnerung und Phantasie durch kreative Übungen und den Austausch in der Gruppe. So entstehen lebendige, biografische und fiktive Texte. Die Freude am eigenen Ausdruck und die Lust am Ausprobieren stehen im Vordergrund. Die freundliche Atmosphäre in der Gruppe macht den Einstieg leicht.

Startermine: Fr., 12.01.18 (SO 2749) und Fr., 16.03.18 (SO 2892)

Uhrzeit: 10.00 – 12.00 Uhr

Dozentin: Brigitte Pagendam, Leiterin für literarische Schreibwerkstätten

Ort: AWO Aktiv in Hamburg gGmbH, Schillerstraße 47-49

Kosten: 8 Termine à 2 Std. / 70,- €



■ Kreatives Schreiben für Frauen – Einsteigergruppe

Nr. SO 2750 + Nr. SO 2893

Schöpfen Sie aus Ihrem Schatz an Erfahrungen und Erlebnissen, Wünschen und Ideen, um eigene Texte zu gestalten. Kreative Übungen, Spiele und Methoden erleichtern den Einstieg ins autobiografische und fiktive Schreiben. Der wertschätzende Austausch in der Gruppe bereichert und macht Freude. Neue Gruppe, gut geeignet zum Einsteigen.

Starttermine: Fr., 12.01.18 (SO 2750) und Fr., 16.03.18 (SO 2893)

Uhrzeit: 11.30 – 13.00 Uhr

Dozentin: Brigitte Pagendam, Leiterin für literarische Schreibwerkstätten

Ort: AWO Aktiv in Hamburg gGmbH, Schillerstraße 47-49

Kosten: 8 Termine à 1,5 Std. / 70,- €

■ Die Schreibwerkstatt

Nr. SO 2751 + Nr. SO 2883

Was ich schon immer aufschreiben wollte... Sie lernen Ihre Erinnerungen, Erlebnisse und Ideen so aufzuschreiben, dass sie für die Leser*innen zu einem spannenden und belebenden Ereignis werden. Sie erproben verschiedene Erzählformen und Schreibtechniken. Spezielle Schreibübungen fördern Ihre Kreativität. Auch für Schreiberfahrene geeignet.

Starttermin: Mo., 29.01.18, 12 Termine (SO 2751) und

Mo., 30.04.18, 3 Termine (SO 2883)

Uhrzeit: 16.00 – 18.30 Uhr

Dozent: Oliver Platz, Literaturwissenschaftler, Autor

Ort: AWO Aktiv in Hamburg gGmbH, Schillerstraße 47-49

Kosten: 12 Termine à 2,5 Std. / 116,- €; 3 Termine à 2,5 Std. / 29,- €

■ „Es tönen die Lieder...“

Nr. SO 2759

In geselliger Runde treffen sich unsere Chormitglieder und üben vorwiegend Lieder und Schlager mit deutschsprachigen Texten ein. Es wird viel gelacht und erzählt. Die Chorleitung begleitet am Keyboard und heißt „neue Stimmen“ herzlich willkommen.

Starttermin: Do., 11.01.18

Uhrzeit: 14.00 – 15.30 Uhr

Leitung: Mayya Rosenfeldt, Sängerin

Ort: AWO Aktiv in Hamburg gGmbH, Schillerstraße 47-49

Kosten: 16,- € / Monat

■ Wunschalerei

Nr. SO 2756

Wenn Sie Freude am bildnerischen Gestalten haben und sich immer schon mal ausprobieren wollten, sind Sie in dieser Gruppe herzlich dazu eingeladen. Wir begeben uns spielerisch auf die Spuren der eigenen Kreativität und haben Spaß am ideenreichen Austausch mit anderen.

Starttermine: Mi., 10.01.18

Uhrzeit: 15.30 – 17.00 Uhr

Dozentin: Vera Neumann, Künstlerin

Ort: AWO Aktiv in Hamburg gGmbH, Schillerstraße 47-49

Kosten: 12 Termine à 1,5 Std. / 84,- €

■ Acryl-Malerei

Nr. SO 2757

Entdecken Sie die eigene Kreativität. Individuelle Anregung, und wichtige Tipps über die Maltechniken und Malmaterialien sind wesentlicher Bestandteil des Kurses. Hier können Sie in entspannter Atmosphäre experimentieren und mit professioneller Unterstützung Ihre individuellen Ideen umsetzen.

Starttermin: Mo, 08.01.18

Uhrzeit: 13.00 - 14.30 Uhr

Leitung: Sarah Ylan Rickens

Ort: AWO Seniorentreff Horn im Stadtteilhaus „Horner Freiheit“,
Am Gojenboom 46

Kosten: 28,- € / Monat + Materialumlage



SPRACHEN & LÄNDER

Sprachkurse in 12 Stadtteilen

Wollten Sie nicht schon immer eine neue Sprache lernen, fanden aber nie die Zeit dazu? Andere Länder und Kulturen kennen lernen? Unsere Sprachkurse in Englisch, Französisch, Spanisch und Italienisch richten sich an Anfänger und Fortgeschrittene. Sie lernen in kleinen Gruppen, die Inhalte werden auf Ihre Vorkenntnisse und Ihr individuelles Lern-tempo abgestimmt.

Infos

Wir orientieren uns an dem „Gemeinsamen Europäischen Referenzrahmen für Sprachen“ und unterscheiden nach Eingangsstufe A1, Grundstufe A2, Mittelstufe B1, Aufbaustufe B2 und Oberstufe C1. Es gibt Kurse in 12 Stadtteilen. Sie finden in überwiegend gut erreichbaren Stadtteil-, Kultur- und Bürgereinrichtungen statt.

Insbesondere kooperieren wir mit den Seniorentreffs des AWO Landesverbandes Hamburg e. V. Die Kursleiter*innen sind ausgebildete Pädagogen*innen und stellen sich auf die Bedürfnisse der Gruppenteilnehmer*innen ein. Die Gruppengröße ist jeweils ausgerichtet auf eine optimale Lernatmosphäre. Die Kosten für die Kurse sind abhängig von der Anzahl der Teilnehmer (s. Seite 70 Gebührenstaffelung). Bei geringem Einkommen ist eine Ermäßigung auf die Kursgebühr nach Rücksprache möglich. Wenn Sie sich unsicher sind, welches der richtige Kurs für Sie ist, lassen Sie sich beraten oder verabreden Sie eine unverbindliche Probestunde.

Sprache verbindet!

Dies gilt nicht nur weltweit über Ländergrenzen hinweg, sondern auch im eigenen Stadtteil: In unseren Sprachkursen lernt man neue Menschen kennen. Außerdem werden beim Erlernen oder Vertiefen einer Sprache Synapsen im Gehirn neu verbunden. Damit wird die Gedächtnisleistung gefördert und der Geist für Neues wach gehalten. Lernen Sie eine neue Sprache oder frischen Sie Ihre Kenntnisse auf und halten damit Geist und Seele fit.

Information und Anmeldung

Anmeldung telefonisch im Sekretariat:

Tel. 040 - 391 06-36

Koordination und Kursverwaltung:

Ansprechpartnerin: Merle Wullbrandt,

E-Mail: Merle.Wullbrandt@awo-hamburg.de

Unsere Bürozeiten:

montags bis donnerstags 10.00 – 15.00 Uhr

freitags 10.00 – 13.00 Uhr

Infos zu Gebühren und Teilnahmebedingungen finden Sie ab S. 70



ALTONA

■ Italienisch B1

Nr. KU 2712 + Nr. KU 2855

Immer flüssiger werden im Sprechen – darum geht es in diesem Konversationskurs. Hier werden aktuelle und kulturelle Themen besprochen. Dabei vertiefen Sie Ihre Grammatik- und Wortschatzkenntnisse und lernen neue Redewendungen. Es gibt genug Raum, sich mündlich und auch schriftlich auszuprobieren.

Starttermine: Mi., 10.01.18 (KU 2712) und Mi., 11.04.18 (KU 2855);

je 8 Termine à 1,5 Std.

Uhrzeit: 09.30 – 11.00 Uhr

Dozentin: Sabine Witt

Ort: AWO Aktiv in Hamburg gGmbH, Schillerstraße 47 – 49

■ Italienisch A2

Nr. KU 2724 + Nr. KU 2856

Sie haben Vorkenntnisse und möchten wieder einsteigen? Das ist in diesem Kurs auch nach längerer Pause möglich. Die Teilnehmenden der kleinen Gruppe lernen engagiert und mit viel Spaß. Aussprache, Grundvokabular und wesentliche grammatikalische Regeln werden geübt. Im Vordergrund steht die gesprochene Sprache.

Starttermine: Mi., 10.01.18 (KU 2724) und Mi., 11.04.18 (KU 2856);
je 8 Termine à 1,5 Std.

Uhrzeit: 11.30 – 13.00 Uhr

Dozentin: Sabine Witt

Ort: AWO Aktiv in Hamburg gGmbH, Schillerstraße 47 – 49

■ Englisch A2

Nr. KU 2707 + Nr. KU 2857

In entspannter Atmosphäre bestimmen Sie das Lerntempo mit! Sie lernen nützliche Redewendungen für Urlaub und Freizeit und frischen mit kleinen Dialogen und Sprachübungen Ihre Grammatik- und Wortschatzkenntnisse wieder auf. Bei einer erfahrenen Dozentin und in netter Gruppe wird Ihnen der Einstieg leicht fallen.

Starttermine: Mo., 08.01.18 (KU 2707) und Mo., 09.04.18 (KU 2857);
je 10 Termine à 1,5 Std.

Uhrzeit: 10.30 – 11.00 Uhr

Dozentin: Christine Geffert

Ort: AWO Aktiv in Hamburg gGmbH, Schillerstraße 47 – 49

■ Englisch B1

Nr. KU 2711 + Nr. KU 2858

In lockerer und anregender Atmosphäre können Sie anhand von gehörten Lehrbuch-Dialogen, aktuellen Sachtexten und moderner Literatur Ihre Sprachkenntnisse erneuern und vertiefen. Im freien Gespräch und mit selbstverfassten Texten setzen Sie Ihr Wissen um. Durch das Bewusstmachen, Einüben und Wiederholen festigen Sie grammatikalische Strukturen.

Starttermine: Di., 09.01.18, 12 Termine (KU 2711) und
Mo., 07.05.18, 9 Termine (KU 2858)

Uhrzeit: 14.00 – 15.30 Uhr

Dozentin: Anette Spiering

Ort: AWO Aktiv in Hamburg gGmbH, Schillerstraße 47 – 49

■ Englisch A2

Nr. KU 2710

Hier können Sie in netter Gruppe in kleinen Schritten und mit vielen Übungsmöglichkeiten die grammatikalischen Strukturen und den erlernten Wortschatz vertiefen. Für Wiedereinsteiger mit guten Basiskenntnissen geeignet.

Starttermin: Mi., 10.01.18, 12 Termine à 1,5 Std.

Uhrzeit: 14.00 – 15.30 Uhr

Dozentin: Helga Fierlings

Ort: AWO Aktiv in Hamburg gGmbH, Schillerstraße 47 – 49



■ Englisch A2

Nr. KU 2709 + Nr. KU 2859

Es wird einfaches Englisch gesprochen. Dabei werden grundlegende grammatische Regeln erarbeitet und angewendet. Einfache Liedtexte bereichern die Veranstaltung. Wünsche aus dem Teilnehmerkreis werden gern aufgegriffen.

Starttermine: Di., 09.01.18, 12 Termine (KU 2709) und Di., 08.05.18, 10 Termine (KU 2859)

Uhrzeit: 11.30 – 13.00 Uhr

Dozent: Klaus Pfordte

Ort: AWO Aktiv in Hamburg gGmbH, Schillerstraße 47 – 49

■ Spanisch A2

Nr. KU 2705 + Nr. KU 2854

Dieses Kursangebot ist kommunikativ ausgerichtet und vermittelt sowohl die Umgangssprache als auch Grammatikübungen für Wiedereinsteiger. In einer persönlichen, ruhigen Atmosphäre wird nicht nur die Sprache, sondern auch die spanische Kultur und Lebensart vermittelt.

Starttermine: Di., 02.01.18 (KU 2705) und Di., 03.04.18 (KU 2854); je 10 Termine

Uhrzeit: 09.30 – 11.00 Uhr

Dozentin: Carmela Diez

Ort: AWO Aktiv in Hamburg gGmbH, Schillerstraße 47 – 49

BARMBEK

■ Englisch B1

Nr. KU 2727 + KU 2862

Wir orientieren uns am Lehrbuch GREAT B1. Auch andere Texte (z.B. aus Zeitungen oder Liedern) werden benutzt. Es wird ausschließlich Englisch gesprochen und diskutiert. Grammatik wird aufgefrischt, wenn erforderlich. Wünsche der TeilnehmerInnen werden aufgegriffen und in den Zusammenhang gestellt. Die Gruppe ist hoch motiviert und hat bereits ein hohes Niveau erreicht.

Starttermine: Di., 09.01.18, 12 Termine (KU 2727) und

Mi., 02.05.18, 10 Termine (KU 2862)

Uhrzeit: 09.30 – 11.00 Uhr

Dozent: Klaus Pfordte

Ort: AWO Seniorentreff im Basch, Wohldorfer Str. 30

■ Englisch A1/B1

Nr. KU 2726 + Nr. KU 2861

Ruhiges Lerntempo. In beiden Kursen liegt der Schwerpunkt auf dem freien Sprechen. Zusätzlich vertiefen Sie Ihre Kenntnisse mit unterschiedlichem Lehrmaterial, zum Beispiel aus dem Spotlight Magazin und festigen das früher schon einmal Gelernte. Des weiteren werden Theaterbesuche geplant, die selbstverständlich nachbesprochen werden. Willkommen in den sehr ansprechenden Räumlichkeiten der Köster- Stiftung! Neue Teilnehmende sind immer herzlich willkommen.

Starttermine: Fr., 12.01.18 (KU 2726) und Fr., 13.04.18 (KU 2861);

12 Termine à 1,5 Std.

Uhrzeit: A1: 11.00 – 12.30 Uhr und B1: 09.30 – 11.00 Uhr

Dozent: Stefan Gonschorek

Ort: Köster-Stiftung, Meisenstr. 25

BRAMFELD

■ Englisch B2

Nr. KU 2729 + Nr. KU 2863

Lesen, sprechen, üben. Hier können Sie in geselliger Gruppe in ruhigem Tempo Ihre Englischkenntnisse auffrischen und pflegen. In Absprache mit den Teilnehmenden werden die Inhalte bestimmt. In diesem Unterricht fühlen sich neue Teilnehmende unterschiedlicher Vorkenntnisse gut integriert.

Starttermine: Mi., 10.01.18 (KU 2729) und Mi., 28.03.18 (KU 2863);

12 Termine à 1,5 Std.

Uhrzeit: 11.30 – 13.00 Uhr

Dozentin: Karin Alu

Ort: BRAKULA, Bramfelder Chaussee 265

■ Englisch A1

Nr. KU 2728 + Nr. KU 2864

Hier können Sie sich in netter Gruppe in kleinen Schritten und mit vielen Übungsmöglichkeiten die wichtigsten Grundkenntnisse des Englischen aneignen. Es bestehen bei den Teilnehmern Vorkenntnisse und alle sind mit sehr viel Motivation und Spaß dabei.

Starttermine: Do., 11.01.18 (KU 2728) und Do., 05.04.18 (KU 2864);

12 Termine à 1,5 Std.

Uhrzeit: 10.30 – 12.00 Uhr

Dozent: Stefan Gonschorek

Ort: BRAKULA, Bramfelder Chaussee 265

■ Englisch B1

Nr. KU 2730 + Nr. KU 2865

Die Kursleiterin ist Muttersprachlerin und kann Ihnen die Thematik mit britischem Humor näherbringen. Behandelt werden aktuelle Themen zu Umwelt-/ Menschenrechts-/ Fair Trade Fragen. In diesem Semester steht das Thema „Gleichstellung der Geschlechter und die sexuelle Revolution“ auf dem Lehrplan. Es wird das Werk „Das Bildnis von Dorian Gray“ nach Oscar Wilde gelesen und abschliessend bei einem Theaterbesuch verfolgt.

Starttermine: Mo., 08.01.18, 8 Termine (KU 2730) und Mo., 09.04.18, 10 Termine (KU 2865)

Uhrzeit: 10.00 – 11.30 Uhr

Dozentin: Brenda Buhmann-Gore

Ort: Bramfelder Laterne, Weltladen und Infozentrum Globales Lernen, Berner Chaussee 58



Bildungspartnerin
für **Nachhaltigkeit**



EIDELSTEDT

■ Englisch A1

Nr. KU 2736 + Nr. KU 2866

Hier können Sie sich in netter Gruppe in kleinen Schritten und mit vielen Übungsmöglichkeiten die wichtigsten Grundkenntnisse des Englischen aneignen.

Starttermine: Mo., 08.01.18 (KU 2736) und Mo., 07.05.18 (KU 2866);
je 12 Termine

Uhrzeit: 11.00 – 12.30 Uhr

Dozent: Harald Behrens

Ort: Eidelstedter Bürgerhaus, Alte Elbgastr. 12



■ Englisch A2

Nr. KU 2735 + Nr. KU 2734 + Nr. KU 2867 + Nr. KU 2868

Immer sicherer werden im freien Sprechen. Sie lernen Redewendungen für alltägliche Situationen und vertiefen mit vielen Dialogen und Sprachübungen ihre Grammatik- und Wortschatzkenntnisse.

Starttermine / Uhrzeiten:

Mo., 08.01.18: 13.00 – 14.30 Uhr (KU 2735) und 15.00 – 16.30 Uhr (KU 2734)

Mo., 07.05.18: 13.00 – 14.30 Uhr, (KU 2867) und 15.00 – 16.30 Uhr (KU 2868);

je 12 Termine

Lehrbuch: Great A2 / B1

Dozent: Harald Behrens

Ort: Eidelstedter Bürgerhaus, Alte Elbgaustr. 12

■ Englisch B1

Nr. KU 2731 + Nr. KU 2869

In dieser geselligen Gruppe stehen Konversation und Literatur im Vordergrund. Sie wiederholen und festigen bereits Gelerntes in ruhigem Lerntempo. Sie lesen und übersetzen Lektüre.

Starttermine: Do., 11.01.18 (KU 2731) und Do., 29.03.18 (KU 2869);

je 10 Termine

Uhrzeit: 10.00 – 11.30 Uhr

Dozent: Nick Jones

Ort: Eidelstedter Bürgerhaus, Alte Elbgaustr. 12

■ Englisch A2

Nr. KU 2732 + Nr. KU 2870

Wiedereinsteiger und Fortgeschrittene fühlen sich gleichermaßen wohl in dieser Gruppe. Freies Sprechen, Arbeit mit dem Lehrbuch und Lektüre ergänzen sich. Bei diesem abwechslungsreichen Unterricht können Sie Ihre Kenntnisse vertiefen und festigen.

Starttermine: Do., 11.01.18 (KU 2732) und Do., 05.04.18 (KU 2870);

je 12 Termine

Uhrzeit: 14.00 – 15.30 Uhr

Dozentin: Martina Queck

Ort: Eidelstedter Bürgerhaus, Alte Elbgastr. 12

■ Englisch A2

Nr. KU 2733 + Nr. KU 2871

Sie haben einige Vorkenntnisse und große Lust, diese zu vertiefen? Hier können Sie sich in kleinen Schritten die wichtigsten Grundkenntnisse des Englischen aneignen, um dann das freie Sprechen auf Englisch zu lernen.

Starttermine: Do., 11.01.18 (KU 2733) und Do., 29.03.18 (KU 2871);

je 10 Termine

Uhrzeit: 13.30 – 15.00 Uhr

Dozent: Nick Jones

Ort: Eidelstedter Bürgerhaus, Alte Elbgastr. 12

EIMSBÜTTEL

■ Englisch B1

Nr. KU 2737 + Nr. KU 2872

In lockerer und anregender Atmosphäre können Sie anhand von gehörten Lehrbuch-Dialogen, aktuellen Sachtexten und moderner Literatur Ihre Sprachkenntnisse erneuern und vertiefen. Im freien Gespräch und mit selbstverfassten Texten setzen Sie Ihr Wissen um. Durch das Bewusstmachen, Einüben und Wiederholen festigen Sie grammatikalische Strukturen.

Starttermine: Di., 09.01.18 (KU 2737) und Di., 10.04.18 (KU 2872);

je 10 Termine

Uhrzeit: 9.45 – 11.15 Uhr

Dozentin: Annette Spiering

Ort: Kirchengemeinde Eimsbüttel, Bei der Christuskirche

■ Französisch B2

Nr. KU 2738

Sie möchten Ihre Französischkenntnisse auffrischen und vertiefen? In diesem Kurs können Sie Ihre Sprachkompetenz Schritt für Schritt ausweiten. Dies geschieht durch anregenden Austausch über aktuelles Material sowie durch Original-Texte, Novellen bzw. kurze Geschichten.

Starttermine: Fr., 12.01.18, 12 Termine

Uhrzeit: 10.00 – 11.30 Uhr

Dozentin: Dr. Brigitte Volkhausen

Ort: Kulturhaus Eppendorf, Julius-Reincke-Stieg 13 a

LANGENHORN

■ Englisch A2/B1

Nr. KU 2740 + Nr. KU 2873

Die Kursleiterin ist Muttersprachlerin und kann Ihnen die Inhalte mit britischem Humor näherbringen. Behandelt werden aktuelle Themen zu Umwelt-/Menschenrechts-/Fair Trade Fragen. In diesem Semester steht das Thema „Gleichstellung der Geschlechter und die sexuelle Revolution“ auf dem Lehrplan. Es wird das Werk „Das Bildnis von Dorian Gray“ nach Oscar Wilde gelesen und abschließend bei einem Theaterbesuch verfolgt.

Starttermine: Mo., 08.01.18 (KU 2740) und Mo., 09.04.18 (KU 2236);
je 10 Termine

Uhrzeit: 14.00 – 15.30 Uhr

Dozentin: Brenda Buhmann-Gore

Ort: Stadtteilhaus, Bornbachstieg 15



**Bildungspartnerin
für Nachhaltigkeit**



RAHLSTEDT

■ Englisch B1

Nr. KU 2743 + Nr. KU 2874

In entspannter Atmosphäre bestimmen Sie das Lerntempo mit! Sie lernen nützliche Redewendungen für Urlaub und Freizeit und frischen mit kleinen Dialogen und Sprachübungen Ihre Grammatik- und Wortschatzkenntnisse wieder auf.

Starttermine: Mo., 08.01.18 (KU 2743) und Mo., 09.04.18 (KU 2874);

je 12 Termine

Uhrzeit: 10.00 – 11.30 Uhr

Dozent: Stefan Gonschorek

Ort: Ev. luth. Markus-Kirchengemeinde, Halenseering 6

■ Englisch A1

Nr. KU 2742 + Nr. KU 2875

Hier können Sie in netter kleiner Gruppe mit Spaß und ohne Leistungsdruck Ihre Englischkenntnisse auffrischen und vertiefen. Freies Sprechen, Arbeit mit Texten und grammatische Übungen ergänzen sich.

Starttermine: Di., 09.01.18 (KU 2211) und Di., 10.04.18 (KU 2239);

je 12 Termine

Uhrzeit: 09.30 – 11.00 Uhr

Dozentin: Silke Schroff

Ort: AWO-Seniorentreff Berne, Berner Allee 3c

■ Englisch A2/B1

Nr. KU 2744 + Nr. KU 2876

Die Kursleiterin ist Muttersprachlerin und kann Ihnen die Inhalte mit britischem Humor näherbringen. Behandelt werden aktuelle Themen zu Umwelt-/Menschenrechts-/Fair Trade Fragen. In diesem Semester steht das Thema „Gleichstellung der Geschlechter und die sexuelle Revolution“ auf dem Lehrplan. Es wird das Werk „Das Bildnis von Dorian Gray“ nach Oscar Wilde gelesen und abschliessend bei einem Theaterbesuch verfolgt.

Starttermine: Fr., 12.01.18, 8 Termine (KU 2744) und Fr., 13.04.18, 10 Termine (KU 2876)

Uhrzeit: 09.30 – 11.00 Uhr

Dozentin: Brenda Buhmann-Gore

Ort: DRK Seniorentreffpunkt Sasel, Redder 2B



**Bildungspartnerin
für Nachhaltigkeit**

WINTERHUDE

■ Englisch A1 mit Vorkenntnissen

Nr. KU 2745 + Nr. KU 2877

In entspannter Atmosphäre bestimmen Sie das Lerntempo mit! Sie lernen nützliche Redewendungen für Urlaub und Freizeit und frischen mit kleinen Dialogen und Sprachübungen Ihre Grammatik- und Wortschatzkenntnisse wieder auf. Es ist bereits ein Lehrbuch durchgearbeitet. Das aktuelle Lehrbuch „Network Now A 1“ wird ergänzt durch Rollenspiel und Lieder, die gesungen und besprochen werden.

Starttermine: Fr., 12.01.18, 12 Termine (KU 2213) und Fr., 04.05.18, 10 Termine (KU 2241);

Uhrzeit: 09.45 – 11.15 Uhr

Dozent: Klaus Pfordte

Ort: AWO-Aktivtreff, Alsterdorfer Str. 43-45

NIENDORF

■ Englisch A1 mit Vorkenntnissen

Nr. KU 2741 + Nr. KU 2878 + Nr. KU 2879 + Nr. KU 2880

Das Lehrbuch „GREAT A1“ ist unsere Leitlinie. Anhand von Alltagssituationen werden Wortschatz und Grammatik aufgebaut und verbessert. Auch einfache Lektüre ist schon besprochen worden, die TeilnehmerInnen mitgebracht haben.

Englisch A1 mit Vorkenntnissen

Starttermine: Do., 11.01.18, 12 Termine (KU 2214) und

Do., 03.05.18, 10 Termine (KU 2242)

Uhrzeit: 11.00 – 12.30 Uhr

Dozent: Klaus Pfordte

Ort: AWO-Seniorentreff Niendorf, Tibarg 1b

Englisch A1 ohne Vorkenntnissen

Starttermine: Do., 11.01.18, 12 Termine (KU 2879) und

Do., 03.05.18, 10 Termine (KU 2880)

Uhrzeit: 13.00 – 14.30 Uhr

Dozent: Klaus Pfordte

Ort: AWO-Seniorentreff Niendorf, Tibarg 1b

HORN

■ Englisch A1

Nr. KU 2879 + Nr. KU 2880

In entspannter Atmosphäre bestimmen Sie das Lerntempo mit! Sie lernen nützliche Redewendungen für Urlaub und Freizeit und frischen mit kleinen Dialogen und Sprachübungen Ihre Grammatik- und Wortschatzkenntnisse wieder auf.

Starttermine: Mo., 08.01.18 (KU 2739) und Mo., 09.04.18 (KU 2881)

je 12 Termine

Uhrzeit: 13.00 – 14.30 Uhr

Dozent: Dirk Abraham

Ort: AWO-Seniorentreff Horn im Stadtteilhaus „Horner Freiheit“,
Am Gojenboom 46

NEUE KURSgebÜHRENSTAFFELUNG AB JANUAR 2018

Unsere Gebührenstaffelung für die Sprachkurse. Die Mindestteilnehmerzahl beträgt 6 Personen. Nehmen weniger Interessierte teil, so erhöht sich die Kursgebühr entsprechend.

Kursgebühren für Sprachkurse

Teilnehmer	12 Termine	10 Termine	8 Termine
7 Personen	84,00 €	70,00 €	56,00 €
6 Personen	94,00 €	79,00 €	63,00 €

TEILNAHMEBEDINGUNGEN

Anmeldung

Eine schriftliche Anmeldung zu den Kursen ist notwendig. Die Anmeldung ist verbindlich und verpflichtet zur Zahlung der Kursgebühr. Sie muss bis zur 3. Kursstunde bei der AWO Aktiv in Hamburg gGmbH eingegangen sein. Für neue Teilnehmer*innen ist der Besuch einer Probestunde unverbindlich, sie wird bei Belegung des Kurses als 1. Sitzung berechnet.

Teilnehmerzahl / Gebühren / Ermäßigung

Die Kursgebühr gilt für eine Mindestanzahl von 9 Teilnehmer*innen. Sollte ein Kurs nicht die erforderliche Mindestteilnehmerzahl erreichen, behält sich die AWO Aktiv in Hamburg gGmbH vor, den Kurs abzusagen. Die Teilnehmer*innen werden dann umgehend benachrichtigt. In Ausnahmefällen kann ein Kurs auch mit weniger als der Mindestteilnehmerzahl durchgeführt werden. Das setzt voraus, dass alle Teilnehmer*innen bereit sind, eine entsprechend höhere Gebühr zu zahlen. Bei geringem Einkommen (bis 950,- € mtl. für einen 1-Personenhaushalt) sind 20 % Ermäßigung auf die Gebühr nach Rücksprache und Abgabe einer schriftlichen Erklärung zum Einkommen möglich.

Gesetzliches Widerrufsrecht

Die verbindliche Anmeldung kann innerhalb von zwei Wochen schriftlich widerrufen werden. Die Frist beginnt mit Zugang der Anmeldung. Zur Wahrung der Frist genügt die rechtzeitige Absendung des Widerrufs. Er ist zu richten an AWO Aktiv in Hamburg gGmbH. Bitte beachten: das Widerrufsrecht erlischt jedoch vor Ablauf der zweiwöchigen Widerrufsfrist, sofern die gebuchte Veranstaltung begonnen und der erste Termin stattgefunden hat.

Rücktrittsbedingungen

Sollte ein*e Teilnehmer*in an dem gebuchten Kurs nicht teilnehmen können, muss der Rücktritt auf jeden Fall bis spätestens 7 Tage vor Kursbeginn bekannt gegeben werden. Bis zu dieser Frist können wir eine Bearbeitungsgebühr erheben. Nach dieser Frist wird eine Entschädigung in Höhe der Kursgebühr fällig, falls keine geeigneten Ersatzteilnehmer*innen zur Verfügung stehen. Das Recht auf außerordentliche Kündigung aus wichtigem Grunde bleibt davon unberührt. Bitte beachten: Eine Abmeldung bei der Kursleitung ist zum wirksamen Rücktritt nicht ausreichend und das Fernbleiben vom Kurs gilt nicht als Rücktritt und entbindet nicht von der Zahlung!

Haftung

Die Teilnehmer/innen besuchen die Veranstaltungen auf eigene Gefahr. Die AWO Aktiv in Hamburg gGmbH übernimmt keine Haftung für Unfälle und/oder Beschädigungen oder Verlust von Sachen der Teilnehmer*innen, es sei denn, dass die AWO Aktiv in Hamburg gGmbH den Unfall der Person, die Beschädigung oder den Verlust von Sachen vorsätzlich oder grob fahrlässig herbeigeführt hat. Eine Versicherung gegen Unfall und gegen die Beschädigung oder den Verlust eingebrachter Sachen besteht nicht.

Datenschutz

Alle personenbezogenen Daten werden im Zusammenhang mit der Kursteilnahme von der AWO Aktiv in Hamburg gGmbH unter Einhaltung der gesetzlichen Regelungen des Bundesdatenschutzgesetzes bzw. des Hamburger Datenschutzgesetzes gespeichert und automatisch verarbeitet. Die Daten werden nicht an Dritte weitergegeben.

(Stand November 2017)

Wir sind ganz in der Nähe!

Unsere Kurse finden in ganz Hamburg statt: Neben unseren Räumlichkeiten am Hauptstandort Schillerstraße, Nähe Bahnhof Altona, nutzen wir verschiedene Stadtteileinrichtungen und unsere über ganz Hamburg verteilten Seniorentreffs. Kommen Sie doch einfach mal vorbei!

1 Altona

AWO Aktiv in Hamburg gGmbH

**AWO Bildung und
Begegnung 60 plus**

Schillerstraße 47-49

SalsaHH - Die Tanzschule

Hohenesch 13-17

AWO-Seniorentreff Louise Schroeder

Gefionstr. 3

2 Barmbek

AWO-Seniorentreff im BARMBEK°BASCH

Wohldorfer Str. 32

Köster-Stiftung

Meisenstr. 25

3 Bramfeld

Brakula

Bramfelder Chaussee 265

Bramfelder Laterne

Berner Chaussee 58

4 Eidelstedt

Eidelstedter Bürgerhaus

Alte Elbgaustr. 12

5 Eimsbüttel

Kirchengemeinde Eimsbüttel

Bei der Christuskirche

6 Eppendorf

Kulturhaus Eppendorf

Julius-Reincke-Stieg 13 a

7 Horn

**AWO-Seniorentreff
im Stadtteilhaus**

„Horner Freiheit“

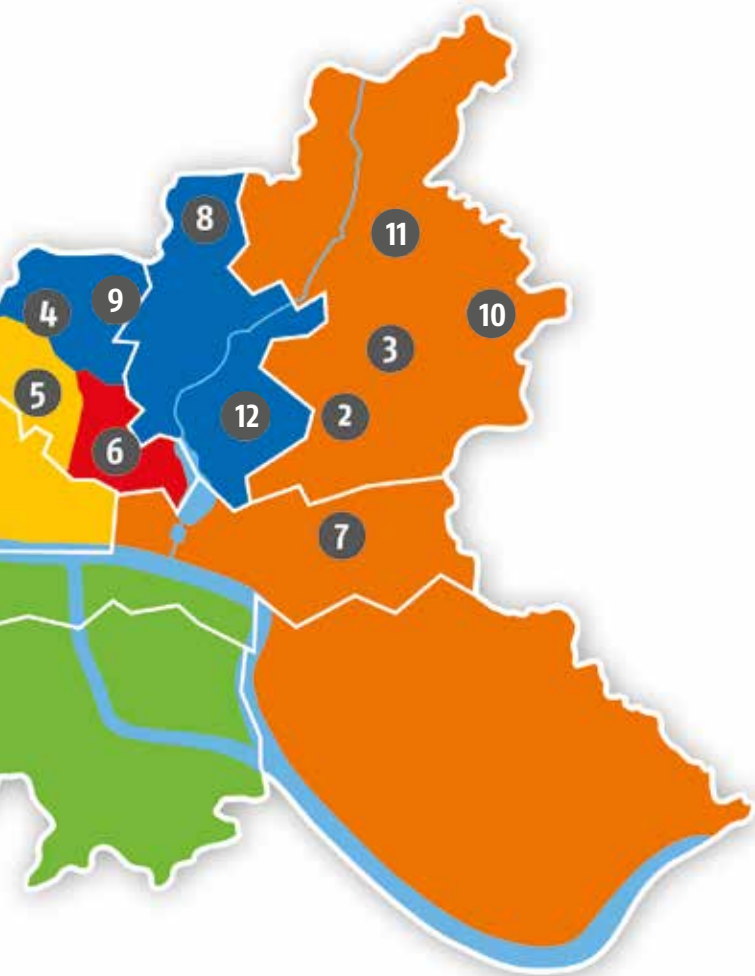
Gojenboom 46

8 Langenhorn

Stadtteilhaus

Bornbachstieg 15





9 Niendorf

AWO-Aktivtreff Niendorf
Tibarg 1b

10 Rahlstedt

Ev. luth. Markus-Kirchengemeinde
Halenseering 6
AWO-Seniorentreff Berne
Berner Allee 3c

11 Sasel

DRK Seniorentreffpunkt Sasel
Redder 2B

12 Winterhude

AWO-Aktivtreff Winterhude
Alsterdorfer Str. 43-45

■ RATGEBER – Wir sind für Sie da!



Infozentrum und Freiwilligenagentur von Altona

altonavi verbessert den Zugang zu bereits existierenden lokalen Angeboten und fördert den Aufbau einer Kultur des Miteinanders im Stadtteil. Damit sich Selbsthilfe, bürgerschaftliches Engagement, Nachbarschaft und professionelle Unterstützung gut ergänzen. altonavi macht die umfangreichen Angebote in Altona für die Interessenten mehr sichtbar und agiert als Zentrum, leicht erreichbar und offen für alle.

Adresse:

Große Bergstraße 189, 22767 Hamburg
Telefon: 040- 24 43 64 17
Internet: www.altonavi.de



Sie möchten sich ehrenamtlich engagieren?

Dann besuchen Sie uns entweder während unserer Öffnungszeiten oder, falls das nicht möglich ist, zu einem vorher vereinbarten Termin. Wir besprechen dann mit Ihnen, welche ehrenamtliche Tätigkeit zu Ihnen passt. Es ist uns sehr wichtig, eine Aufgabe zu finden, die Ihren Wünschen und Fähigkeiten entspricht.

Adresse:

Im Bezirksamt, Raum 300a,
Schloßstraße 60, 22041 Hamburg

Telefon:

040 – 42881 3031 oder 3064

Internet:

www.aktivoli-wandsbek.de



Sozialstation
Eimsbüttel gGmbH

Professionelle Pflege und Betreuung

Seit über 30 Jahren ist die AWO Sozialstation in Eimsbüttel und seit fast 15 Jahren in der Weidenallee. Wir sind Ihre Ansprechpartner*innen für herzliche, professionelle Pflege und Betreuung im Stadtteil. Und wenn Sie Fragen zum Thema Pflege haben, können wir Sie – selbstverständlich kostenlos – fundiert beraten.

Adresse: Weidenallee 59, 20357 Hamburg**Ansprechpartner:** Kay Seidl, Pflegedienstleiter**Telefon:** 040 – 431 700-0**E-Mail:** SST-Eimsbüttel@awo-hamburg.de



Offene Sprechstunde

Jeden Donnerstag von 12-14 Uhr haben Menschen ab 65 Jahre die Möglichkeit sich zu Themen rund um ein sicheres und würdevolles Leben im Alter kostenlos beraten zu lassen. Hierzu zählen z.B. Pflegegrad, Hausnotruf, Beantragung von Sozialleistungen. Für Menschen, die nicht in der Lage sind die Sprechstunde aufzusuchen, kann eine Beratung nach Absprache Zuhause stattfinden.

Offene Sprechstunde im AWO-Seniorentreff Louise Schroeder:

Zeit: Donnerstags von 12:00 bis 14:00 Uhr

Adresse: Gefionstr. 3, 22767 Hamburg

Ansprechpartnerin: Sabine Scharp-Hilcken, exam. Krankenschwester

Internet: www.aktionaugenauf.de

Email: eimsbuettel@aktionaugenauf.de

Terminabsprache für Hausbesuch:

Telefon: 040 - 24 18 49 60



Landesverband
Hamburg e.V.

Krebsberatung / Psychologische Sprechstunde

Eine Krebserkrankung löst häufig widerstreitende Gefühle wie Hoffnung, aber auch Ängste oder Niedergeschlagenheit aus. Der erkrankte Mensch und dessen Angehörige stehen plötzlich vor etlichen Fragen: „Wie geht es weiter?“ , „Wie kann ich selbst meine Heilung unterstützen?“ oder „Wer oder was kann mir helfen?“

Im Gespräch mit einer erfahren Psychologin können Sie diese und andere Fragen besprechen und sich über konkrete Möglichkeiten beraten lassen, um mit Ihrer individuellen Situation besser zurechtzukommen. Sie erhalten ebenso Tipps zu weiterführenden Hilfen.

Terminvereinbarung und Informationen:

AWO – KREBSBERATUNGSSTELLE

Zeit: Dienstags und Donnerstags ab 18:00 Uhr

Ort: AWO Aktiv in Hamburg gGmbH, Schillerstraße 47/49, 22767 Hamburg

Ansprechpartnerin: Kathleen Raasch, Diplom-Psychologin

Telefon: 040 - 41 40 23 30

E-Mail: krebsberatung@awo-hamburg.de

Alle Beratungsangebote sind kostenfrei und werden über öffentliche Zuwendungen oder Spenden finanziert.

■ Information und Anmeldung

Anmeldung im Sekretariat: 040 – 391 06 36

Besichtigungen und Ausflüge:

Ansprechpartnerin: Beate Friedrich

Anmeldung: 040 – 391 06 372

Kursverwaltung und Vorträge

Ansprechpartnerin: Merle Wullbrandt

Unsere Bankverbindung:

AWO Aktiv in Hamburg gGmbH

IBAN: DE47200505501002174280, BIC: HASPDEHHXXX

Verwendungszweck:

Angabe der jeweiligen Veranstaltungsnummer

AWO Aktiv in Hamburg gGmbH

Schillerstr. 47-49, 22767 Hamburg

aktiv@awo-hamburg.de

www.aktiv-in-hh.de

Unsere Öffnungszeiten:

montags – donnerstags: 10.00 – 15.00 Uhr

freitags: 10.00–13.00 Uhr

Und so finden Sie uns:

In unmittelbarer Nähe zum Bahnhof Altona, fünf Minuten Fußweg in die Große Bergstraße, dann gleich die erste Straße rechts, in die Schillerstraße.

Fotoquellen:

Cover: iStock/horstgerlach und 123RF/belchonock; S.6: shutterstock/wavebreakmedia,
S.12: Stage Entertainment/Morris Mac Matzen; S.14: NDR/Uwe Ernst; S.17: 123RF/Arnold Zimmer
S.20: Planetarium Hamburg/NSC Creative; S.25: SalsaHH/Rene Zambrana
S.29: commons.wikimedia.org/Kay Baumgartel; S.33: Ohnsorg-Theater/Sinje Hasheider
S.36: Multimar/Christensen; S.40: commons.wikimedia.org/anonym
S.44: commons.wikimedia.org/Aisano; S.45: Lüneburger Heide GmbH
Restliche Seiten: AWO Hamburg



Aktiv in
Hamburg gGmbH