

Do. 23.11. | 19:30 Uhr | **Grischek und Lübke - Konzert „Brotlos. Aber Kunst.“**

Schon in der Sandkiste war es ihnen verboten miteinander zu spielen, sie hatten keine gemeinsamen Freunde, studierten in weit auseinander gelegenen Städten, sind sich absichtlich nie über den Weg gelaufen, haben nie auch nur in einer Wohngemeinschaft zusammen gelebt, haben keine gemeinsamen Kinder und gönnen sich gegenseitig nicht die Butter auf dem Brot. Schon gar nicht auf der Bühne. Aber sie machen wunderschöne Musik zusammen.



Eintritt 15€ | erm. 12€

Do. 30.11. | 10:30 Uhr | **Lesung für Kinder | Bennos Bestie**

Interaktive Lesung inklusive Live-Zeichnen mit Jutta Nymphius und Volker Fredrich | „Bestie“ Angst – und wie man sie überwindet - In dieser interaktiven Lesung erzählen die Bilder und der gelesene Text gleichwertig die Geschichte von Benno und dem Umgang mit seiner Angst. Für Kinder von 7-9 Jahren

Mo. 13.11. und Mo. 27.11. | jew. 10 - 12 Uhr | **Frauen Sprachcafé und Ausflug**

Wir laden Frauen jeder Kultur ein, miteinander ins Gespräch zu kommen und gemeinsam interessante und wichtige Orte in Hamburg kennenzulernen. Dafür gibt es das Frauen-Sprachtreffen, das an ausgewählten Terminen montags von 10 bis 12 Uhr stattfindet. Sprachkenntnisse können in lockerer und ungezwungener Atmosphäre erworben und verbessert werden. Die Teilnahme an den Terminen ist kostenfrei. Anmeldung erforderlich!

Mi. 22.11. und Do. 23.11. | jew. 16 - 18 Uhr | **Wunsch gegen Punsch**

Was wünschst du dir für das neue Jahr? Was sind deine Wünsche für unser Quartier? Wenn du diese Fragen beantwortest, belohnen wir dich mit einem leckeren Punsch! Wir wollen in gemütlicher Runde zusammen mit euch schnacken und Zukunftsideen spinnen. (Keine Voranmeldung nötig) Treffpunkt: Vor dem Stadtteilbüro LeiLa e.V. Käkenflur 16H



Do. 30.11. | 14:30 - 18 Uhr | und Fr. 01.12. | 11 - 17 Uhr | **Kleiner ella Winter Basar**

Gesucht werden Nachbar:innen, die Interesse haben, ihr Selbstgemachtes zu verkaufen: Marmeladen, Wollstrümpfe, Schmuck, Puppensachen, Wollstulpen, und und und. Tischgebühr: 5€ + selbstgebackener Kuchen | Anmeldung + Tischreservierung für „Selbstgemachtes“ im ella Kulturhaus (keine kommerziellen Stände).

Do. 30.11. | 19 Uhr | **Stadtteilrats-Sitzung**

Alle Bewohner:innen Langenhorns sind herzlich eingeladen am Stadtteilrat im Saal des ella Kulturhaus teilzunehmen um sich aktiv in der Stadtteilgestaltung einzubringen. Es ist keine Anmeldung erforderlich.

## Gruppen & Kurse

### MONTAG

- 10:00 Frauen-Sprach-Café (Termine siehe Programm)
- 10:00 Offene Sprechstunde Elternlotsen (jeden letzten Mo. im Monat)
- 15:30 KinderKunstKurs mit Mirjam Tonidis-Samkange
- 18:45 ella Linedancer

### DIENSTAG

- 11:00 älter & besser - Acapella-Chor
- 14:00 Kita Gruppe Dortmund der Straße
- 18:00 Belly-Fitness mit Samira

### MITTWOCH

- 10:00 Hatha-Yoga am Morgen mit Verena Rolirad (ab Januar 2024)
- 16:30 Sprache im Alltag (In Koop. mit Sprachbrücke-Hamburg e.V.)
- 18:30 Offene Probe Improtheater Kesselhaustheater
- 19:00 Diekmoor Shanty's – Chor (zweiwöchentlich)

### DONNERSTAG

- 10:00 Palstek: Offene Familiensprechstunde
- 14:30 ella-Café
- 15:00 Smartphone Sprechstunde (nur mit Anmeldung)

### FREITAG

- 10:00 Interkulturelles Nähcafé (ab 14.11.23)

### SONNTAG

- 16:00 Tanzen für Anfänger:innen: Tango Argentino
- 17:30 Tanzen für Anfänger:innen: Standard / Latein

## Vorschau 2024

Ran an die Karten! Sichern Sie sich schon jetzt Eintrittskarten für die Emmi&Willnowski-Tour 2024 und den Hamburger Comedy Pokal!

## INFOS, KARTENVORVERKAUF & ANMELDUNG

Dienstag 10 - 12 Uhr | Donnerstag 16 - 18 Uhr

ella Kulturhaus Langenhorn

Käkenflur 30  
22419 Hamburg

**MOOKWAT** e.v.

Verein zur Förderung der Selbsthilfe



Tel.: (040) 533 271 50  
Mail: ella-kulturhaus@mookwat.de  
web: mookwat.de/ella-kulturhaus

ella

# ella

Kulturhaus Langenhorn

## November 2023



## Programm

### Do. 02.11. | Aufführung und Workshop für Schulen - TEATRO TRONO

Teatro Trono kombiniert Pantomime, musikalische Einlagen und Forumtheater nach Augusto Boal. In ihren Produktionen macht die Gruppe auf soziale und gesellschaftspolitische Themen aufmerksam. Begleitet werden die Auftritte von traditioneller bolivianischer und zeitgenössischer Musik. (WdV)

### Do. 02.11. | 19 Uhr | Das Rollende Sofa | Alicja Heldt - Stand-Up-Comedy "Alicja im Wunderland"

Die freche Hamburger Deern mit polnischen Wurzeln trägt ihren Namen zu Recht denn sie ist die Heldin unserer Zeit, die Heldin in ihrer langjährigen Beziehung mit Michael, quasi der Hauptinspirationsquelle und Feldstudie im eigenen Wohnzimmer. In einer Zeit in der vermeintlich perfekte Influencer-Paare den super perfekten Lifestyle auf verschiedenen sozialen Plattformen darstellen, enttarnt Alicja auf radikale Weise diese getunten Social-Media Welten.



Veranstaltungsort: Bauspielplatz Tweeltenmoor, Tweeltenmoor 11 | Voranmeldung im ella Kulturhaus. Eintritt: 5 € | Gefördert durch die Edmund Siemers-Stiftung



### Mo. 06.11. | 10 Uhr | Persischer Tanz für Frauen

Fariba zeigt dir, wie du deinen Körper in Bewegung bringen kannst. Im persischen Tanz führt die Bewegung zu Harmonie, Schönheit und Glück. Durch das Ausüben des Tanzes lernen wir eine positive Balance im Leben und im persönlichen Gefühl zu erreichen. Der persische Tanz ist sehr traditionell und ein fester Bestandteil der Kultur. Zusammen mit Fariba erlernen wir die Bewegungen des Tanzes. Dieses Angebot ist nur für Frauen. Anmeldung unter: [interkulturella@mookwat.de](mailto:interkulturella@mookwat.de) (WdV)

### Mo. 06.11. | 15 - 17 Uhr | Improtheater mit Daniela Menge für Kinder und Erwachsene

Improvisieren? Geht das? Und ob das geht! Mit viel Kreativität, Spaß und witzigen Charakteren wird die Theater-AG unseres Treffpunktes der Sozialpsychiatrie Nord lustige und abenteuerliche Geschichten auf der Bühne entstehen lassen. Ob klein oder groß, jung oder nicht mehr so jung, alle sind herzlich eingeladen teilzunehmen, mitzuspielen, zu lachen oder einfach dabei zuzuschauen, was da auf der Bühne so vor sich geht. Die Veranstaltung findet im ella Kulturhaus im großen Saal statt und ist eine Kooperation mit dem rauhen Haus. (WdV)



Tel.: 040-533-271-50 | web: [mookwat.de/ella-kulturhaus](http://mookwat.de/ella-kulturhaus)  
Mail: [ella-kulturhaus@mookwat.de](mailto:ella-kulturhaus@mookwat.de)  
instagram: [ella\\_kulturhaus\\_langenhorn](https://www.instagram.com/ella_kulturhaus_langenhorn)

# ella Kulturhaus Langenhorn

### Di. 07.11. | 16 Uhr | Yin Yoga | für Erwachsene, von Anfänger:in bis Fortgeschritten



In unserem Alltag sind wir häufig schnell, aktiv und manchmal auch hektisch (=Yang). Yin-Yoga ist ein toller Ausgleich, um nach einem langen und stressigen Tag zu entspannen und zur Ruhe zu kommen. Durch geführte Atemtechnik und intensive Dehnung der Muskeln und Faszien spüren wir in uns hinein und konzentrieren uns wieder mehr auf das Hier und Jetzt. Diese Veranstaltung findet in Kooperation mit dem Rauhen Haus statt. Anmeldungen unter: [khamburg@rauhenshaus.de](mailto:khamburg@rauhenshaus.de) / 0160 4301683 (WdV)

### Mi. 08.11. | 14 - 16 Uhr | Gemeinsames stricken für Frauen

Stricken, Häkeln und ein bisschen Schnacken. Das Strick- und Häkel-Café ist für alle Frauen. Kommt gerne vorbei und macht mit. Es wird gestrickt, gehäkelt, geklönt und Tee getrunken. Einige Frauen haben schon etwas mehr Erfahrung und können anderen bei Bedarf Tipps geben. Was bringe ich mit? Wolle und Strick-/Häkelnadeln und was du benötigst um es dir gemütlich zu machen. (WdV)



### Mi. 08.11. | 16:30 - 17:30 Uhr | Deutsch sprechen für Erwachsene mit Sprachbrücke Hamburg e.V. im ella

Deutsch gemeinsam üben. Bei der Gesprächsrunde von Sprachbrücke-Hamburg e.V. können deutsch Lernende Zugewanderte aktiv die noch ungewohnte Sprache üben und verbessern. Unter dem Motto aufeinander zugehen, voneinander lernen und miteinander wachsen treffen sich Teilnehmer:innen und Gesprächsleiter\*innen um in kleinen Gruppen und in entspannter Atmosphäre deutsch zu sprechen und zu üben. Kommt gerne vorbei und macht mit! (WdV)

### Do. 09.11. | 19 Uhr | MANDOS KAATZ DUD : „Emigratsie“ - jiddische Lieder

Heute ist das Thema Emigration aktuell wie nie. Das MANDOS- KAATZ-DUO erinnert mit teils traurigen, teils humorvollen Liedern an die Situation vertriebener Menschen damals und heute. Inge Mandos (Gesang, Moderation), Klemens Kaatz (Piano) Tickets und Vorverkauf über das ella Kulturhaus (WdV)



Eintritt: 10 € / erm. 7 €

Mi. 08.11. | 16 Uhr | ella liest Märchentage | Kinderlesung „Wohn der Wind uns trägt“ mit Petra Albersmann Märchen reisen um die ganze Welt. Mal landen sie hier, mal dort, und tatsächlich auch bei uns. Euch erwartet eine spannende, interaktive Lese-Reise für Abenteuerlustige und Entdecker\*innen, für Zupackende und Gernelachende, für Kleine und Große. Ab 6 Jahren.



Eintritt: 2,00 € | Veranstaltungsort: Baui, Essener Str. 87b, 22419 Hamburg | Anmeldungen über das ella.

### Fr. 10.11. | 12:30 Uhr | Tanz für Frauen mit Vivienne Lütteken

Alle Frauen sind – mit oder ohne Kind – herzlich eingeladen mitzutanz. Hier könnt ihr euch austauschen, gemeinsam durch die Bewegung Stress abbauen und eine kleine Auszeit vom Alltag genießen. Keine Sprachkenntnisse und auch keine Tanz-Vorkenntnisse nötig. Jede Frau macht so mit, wie sie kann – dieses Angebot ist für alle geeignet. (WdV)



### Sa. 11.11. | 11 - 15 Uhr | Workshop: Eine Ney-Flöte bauen und spielen mit Eider Sabancie

Workshop für alle ab 12 Jahren | Keine technischen oder musikalischen Vorkenntnisse nötig. In diesem Workshop bauen wir ein exotisches und historisches Musikinstrument, genannt »Ney-Flöte« oder auch »Schilfrohrflöte«. Eider gibt Anweisungen und jede/r baut sich ein eigenes Instrument. Wenn die Instrumente fertig sind, werden sie ausprobiert. Eider zeigt euch, wie ihr eine einfache Melodie spielen könnt. Eider ist Musiker der Band Tango meet Orient und spielt unter anderem die türkischen Musikinstrumente Ney-Flöte und Oud. | 5€ Materialkosten | Mit Anmeldung (WdV)



### Fr. 17.11. und Sa. 18. 11. | jew. 19:30 Uhr | Das Kesselhaustheater präsentiert: „Der Hexer“ von Matthias Hahn

Das Kesselhaustheater präsentiert ab November die Bühnenumfassung des Kriminalklassikers „Der Hexer“ nach der bekannten Romanvorlage von Edgar Wallace. Wer muss als Nächstes sterben? Wird der Hexer gefasst? Oder ist er wieder schlauer als Scotland Yard? Spannende Unterhaltung ist garantiert! Anmeldung und Karten per Mail an: [kesselhaustheaterkarten@gmail.com](mailto:kesselhaustheaterkarten@gmail.com)



Veranstaltungen im Rahmen der Woche der Vielfalt in Hamburg Nord sind mit (WdV) gekennzeichnet. Weitere Infos zur Woche der Vielfalt und das Programm findet ihr auf unserer Homepage oder über [www.hamburg.de/hamburg-nord](http://www.hamburg.de/hamburg-nord)