

# ella

Kulturhaus Langenhorn



## Unser Programm im September

Alle Termine und ausführliche Infos zum Programm findet ihr auf unserer Internetseite:  
[www.mookwat.de/ella-kulturhaus](http://www.mookwat.de/ella-kulturhaus)

### Tanz für Frauen mit Vivienne Lütteken

Di., 03.09., 10.09., 17.09., 24.09. | jew. 09 – 10:30 | \*LVS

Start der Veranstaltungsreihe:

Hatha Yoga am Morgen | Mi., 04.09. | 10 – 11:30

Das Rollende Sofa präsentiert:  
Tornado Rosenberg Trio\*\*

Do., 05.09. | 18:30 | auf dem Baui Essener Str.



Start der Veranstaltungsreihe:  
Buggy-Workout mit Laura Lange

Fr., 6.9.-25.10.24 | 09:30 – 10:30 \*LVS

„Schlecht behandelt? Rassismus in der Medizin“ Filmvorführung der *MomentMal!*  
Kooperation & Gespräch mit der Autorin  
Johanna Lepère | Fr., 06.09. | 19:30 Uhr | im ella

Repair Café | Sa., 07.09. | 14 – 17 Uhr |  
das ella Café ist geöffnet

### Flohmarkt auf dem Käkenhof

So., 08.09. | 12 – 15 Uhr | auf dem Käkenhof

Frauensprachcafé Frühstück | Mo., 09.09. | 10 Uhr

Stimmen aus dem Off-Beat - Ein Theaterstück von  
und mit JuMBO Mook Wat e.V. Teilnehmenden

Do., 12.09. & Fr., 13.09 | jew. 19 Uhr | Einlass NUR für Personen,  
die nachweislich staatliche Hilfe erhalten. Der Eintritt ist frei.

Reservierung erforderlich unter [jumbo@mookwat.de](mailto:jumbo@mookwat.de)

**SummerMove – Mit Spaß ins Wochenende**  
Fr. 13.09. | 16–18 Uhr | Treffpunkt vor dem *ella*\*LVS

**Improvisationstheater: Workshop mit dem Kesselhaus Theater** | Sa., 14.09. | 14-17 Uhr

Anmeldung und Infos: [kesselhaustheaterkarten@gmail.com](mailto:kesselhaustheaterkarten@gmail.com)

***ella* wandert! - Frauenwandergruppe**  
Mo., 16.09. | 10 Uhr | Treffpunkt U-Bahn Ochsenzoll

**Frauensprachcafé Ausflug** | Do., 26.09. | 10 Uhr

Anmeldung und Infos: Mail: [interkulturella@mookwat.de](mailto:interkulturella@mookwat.de) o. Tel.

**Nachdenktheater: “Maus sucht Haus”**  
Do., 26.09. | 10:30 Uhr | 3,50€

**Workshop: “Kochen nach dem 4 G - Prinzip”**  
Sa., 28.09. | 13:30–16:30 \*LVS

\*\* Diese Veranstaltungen werden von der Edmund Siemers-Stiftung gefördert.



\* LVS Diese Angebote werden durch die “Lokalen Vernetzungsstellen für Prävention” (LVS) gefördert.

## Gruppen und Kurse

### MONTAG

10:00 Frauen-Sprach-Café  
18:45 *ella* Linedancer

### DIENSTAG

11:00 älter & besser - Acapella-Chor  
18:00 Belly-Fitness mit Samira  
18:00 Interkultureller Nähtreff

### MITTWOCH

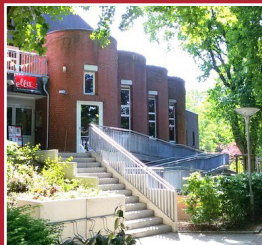
10:00 Hatha-Yoga am Morgen  
16:30 Sprache im Alltag (Koop. mit Sprachbrücke-Hamburg e.V.)  
18:45 Improtheater Kesselhaustheater  
19:00 Diekmoor Shanty´s – Chor (zweiwöchentlich)

### DONNERSTAG

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

### SONNTAG

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



**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](mailto:ella-kulturhaus@mookwat.de)  
web: [mookwat.de/ella-kulturhaus](http://mookwat.de/ella-kulturhaus)

