



2024

Programmheft



Bürgerhaus Lokstedt
Kulturelles Stadtteilzentrum

„ Die Welt mit Kinderaugen sehen“

Liebe Eltern,

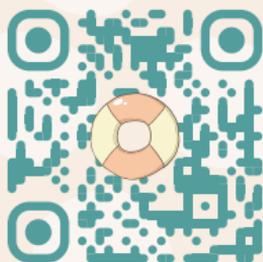
Sie finden uns in Lokstedt und Umgebung.
Wir freuen uns auf ein Kennenlernen.



Kita Käptn Kaninchen

ERLEBNIS KITA

— Entdecke deinen Standort



Sottorfallee 9



Vogt-Wells-Str. 15b



Siemersplatz 1a

Inhalt

3	Inhalt / Impressum
5	Editorial
7	Sprachbrücke, Singen, Bridge
8	Kurse
9	Malen und Zeichnen
10	Foto Workshop
11	Sprachen lernen
14	Gesundheit
18	Veranstaltungen
19	Veranstaltungen im Überblick
22	Kunst
26	Musik
29	Unterwegs
30	Vorträge & Gespräche
34	Vermietungen
37	PartnerInnen
38	Wir im Bürgerhaus
40	Beitrittserklärung
41	Informationen
43	Termine
43	WerbepartnerIn werden

Impressum

Redaktion	Mechthild Führbaum, Willmar Sting, Norbert Ellert, Isgard Golisch
Gestaltung	Kristin Hesse
Herausgeber	Bürgerhaus Lokstedt
Kontakt	Isgard Golisch Telefon (040) 56 52 12 www.buergerhaus-lokstedt.de info@buergerhaus-lokstedt.de



Gedruckt auf
Recyclingpapier
Blauer Engel





Liebe Freunde und liebe Freundinnen unseres Bürgerhauses Lokstedt,

lassen Sie uns auch in diesem Jahr wieder viel Schönes und Interessantes gemeinsam erleben. Gemeinsam ist das Schlüsselwort. Die Gegenwart zeigt uns sehr deutlich, wie notwendig das Miteinander ist. Das ist eine große Herausforderung, an der wir mitarbeiten wollen. Vielleicht können wir ja mit unserem Programm für 2024 einen kleinen Beitrag dazu leisten. Das wäre gut, aber sehen Sie selbst. Vieles kennen Sie, manches ist neu und das ein oder andere werden wir auch noch kurzfristig aufnehmen. Homepage, Newsletter und Newsticker werden laufend aktualisiert und Facebook als auch Instagram sind ebenfalls dabei. Lassen Sie sich nun begeistern von unserem Programm, das Sie ermuntern, inspirieren und zum Mitmachen bringen soll. Wir freuen uns, wenn Sie zu uns kommen.

Ihre Mechthild Führbaum



Mehr Zugkraft für Ihre Geldanlage.

Wertpapier-Sparpläne mit ETFs, Fonds und Aktien.

Wir finden für Sie den optimalen Wertpapier-Sparplan aus über 4.700 Möglichkeiten. Holen Sie sich jetzt Verstärkung bei Ihrer Geldanlage!

Wir freuen uns auf Sie:

Haspa Filiale Lokstedt
Siemersplatz 3
22529 Hamburg

Meine Bank heißt Haspa.



Haspa

Hamburger Sparkasse

Sprachbrücke

Sprache im Alltag

**Gesprächsrunde auf Deutsch für erwachsene Migranten, mit der Sprachbrücke-Hamburg e.V.
Mo 11:15 – 12:45 Uhr**

In Gesprächen und kleinen Exkursionen wird der alltägliche Gebrauch der deutschen Sprache gefördert. Die Gesprächsrunde erweitert und festigt den Wortschatz, gibt Orientierungshilfe sowie Einblicke in die deutsche Kultur. Die Themen wechseln monatlich und orientieren sich an den Bedürfnissen der Teilnehmer.

kontakt@sprachbruecke-hamburg.de,

Telefon (040) 2847 8998

Start 8. Januar 2024, kostenfrei

Singen

Klingende Brücke

Fr 12. Januar 19:30 Uhr

Der Chor pflegt und fördert das Verstehen und Singen europäischer Volkslieder in der Originalsprache an jedem zweiten Freitag im Monat im Bürgerhaus Lokstedt.

Teilnahme auf Spendenbasis, Infos und Anmeldung bei Ulrich Staets unter Tel. (040) 55 89 20 65

Weitere Termine: 9. Februar, 8. März, 10. Mai, 14. Juni, 19. Juli, 9. August, 13. September, 18. Oktober, 15. November, 13. Dezember 2024

Bridge

Brigde-Café

**So 21. Januar 14:00 Uhr
mit Freigang Müller**

Bei der monatlichen Veranstaltung sind Gäste als MitspielerInnen herzlich willkommen.

Eintritt EUR 10,-

Anmeldung unter Tel. (040) 55 76 08 88 erforderlich

Weitere Termine: 11. Februar, 10. März, 7. April, 9. Juni, 7. Juli, 11. August, 8. September, 6. Oktober, 11. November und 8. Dezember 2024

Kurse

Unser Kursangebot richtet sich an alle, die große Lust haben, in einer kleinen Gruppe Sprachen zu erlernen und zu vertiefen, ihr künstlerisches Talent auszubauen und die Beweglichkeit von Körper und Geist zu steigern.

Dafür melden Sie sich bitte unter der Nennung der jeweiligen Kursnummer telefonisch unter 56 52 12 oder per Mail an info@buergerhaus-lokstedt.de an.

Neueinsteigern bieten wir die Möglichkeit, den Kurs in einer kostenlosen Schnupperstunde kennenzulernen. Die Kursdauer und die Kursgebühren entnehmen Sie bitte der folgenden Übersicht.



Malen und Zeichnen

K03 Malen für Erwachsene

Do 10:00 – 12:00 Uhr

mit Joerg Kilian

Der Grafikdesigner Joerg Kilian unterrichtet Zeichnen mit Bleistift – für Anfänger und Fortgeschrittene.

Auch Kugelschreiber, Farbstifte, Pastell, Aquarell und Acryl werden verwendet.

K03.a	10 mal	9.1. – 14.3.	EUR 110,- / 130,-
K03.b	6 mal	4.4. – 16.5.	EUR 66,- / 78,-
K03.c	8 mal	30.5. – 16.7.	EUR 88,- / 104,-
K03.d	6 mal	5.9. – 17.10.	EUR 66,- / 78,-
K03.e	7 mal	7.11. – 19.12.	EUR 77,- / 91,-



Lampenschirmanfertigung

Marina Hummel
Barlskamp 74a
22549 Hamburg
Tel: (040) 35 70 04 70
Mail: info@hummel-marina.de
www.abatjour-hummel.de

Foto Workshop



Lichterfahrt Hafen

© Solomon-Prym

Für alle, die mehr aus ihrer Kamera herausholen wollen.

Fr 7. Juni / Sa 15. Juni o. So 16. Juni / Fr 21. Juni mit Andreas Salomon-Prym

Nach einer Einführung in die Einstellungen der Kamera, Licht und Perspektive geht es in den Hamburger Hafen zur praktischen Anwendung. Dort suchen wir passende Fotomotive, die wir im dritten Teil besprechen und beispielhaft bearbeiten – natürlich mit passenden Tipps zur Bildentwicklung. Bitte digitale Kamera, Bedienungsanleitung, Wechselobjektive und Stativ (soweit vorhanden) mitbringen. Der Kursleiter Andreas Salomon-Prym ist selbständiger Fotograf und Designer und war u.a. für den „Stern“ und den „Spiegel“ tätig.

Die Theorietage finden im Bürgerhaus, Sottorfallee 9 statt.

Fr. 7. Juni 18:30 Einführung, ca. 3 Stunden

Sa. 15. Juni oder So. 16. Juni, Exkursion Hafen Hamburg

Tag und Uhrzeit wird im Kurs besprochen

Fr. 21. Juni 18:30 Nachbesprechung, ca. 3 Stunden

Teilnehmer: mind. 6 Personen, max. 8-10 Personen

Teilnahmegebühr für 3 Termine: EUR 85,-

Anmeldung erforderlich

Sprachen lernen

K04 Englisch – für Wiedereinsteiger +++NEU+++

Mi 11:00–12:30 Uhr

mit Anna Harutyunyan

Sie wollen Ihre Englischkenntnisse auffrischen und in lockerer Atmosphäre die Sprache verbessern, dann haben Sie dazu die Möglichkeit in unserem neuen Kurs am Mittwoch.

K04.a	10 mal	10.1. – 13.3.	EUR 110,- / 130,-
K04.b	6 mal	3.4. – 15.5.	EUR 66,- / 78,-
K04.c	8 mal	30.5.-17.7.	EUR 88,- / 104,-
K04.d	7 mal	4.9. – 16.10.	EUR 77,- / 91,-
K04.e	7 mal	6.11. – 18.12.	EUR 77,- / 91,-

K05 Englisch – Konversation

Do 16:30 – 18:00 Uhr

mit Christine Verg

Join the course and you'll be reading all kinds of texts, occasionally be going to the cinema or theatre, revising some grammar and be talking about everything under the sun.

K05.a	10 mal	9.1. – 14.3.	EUR 110,- / 130,-
K05.b	6 mal	4.4 – 16.5.	EUR 66,- / 78,-
K05.c	8 mal	30.5. –16.7.	EUR 88,- / 104,-
K05.d	6 mal	5.9. – 17.10.	EUR 66,- / 78,-
K05.e	7 mal	7.11. – 19.12.	EUR 77,- / 91,-

UNIQUE

CONCEPT COSMETICS

Seit 2004 Ihre Schönheitsexperten in Lokstedt
Lokstedter Steindamm 2, 22529 Hamburg
Telefon: 040-18162611

Exklusiv für Sie
z.B.:
-Laserbehandlungen
-Botox & Hyaluronsäure
-Carbon Peeling
-Fadenlifting

Sprachen lernen

K06 Spanisch - erweiterte Grundkenntnisse I

Mo 19:00-20:30 Uhr

mit Néstor Morales Flores

Der Kurs ist für jeden geeignet, der mit Vorkenntnissen Spanisch von einem Muttersprachler aus Argentinien lernen möchte.

K06.a	10 mal	8.1. – 11.3.	EUR 110,- / 130,-
K06.b	6 mal	8.4. – 13.5.	EUR 66,- / 78,-
K06.c	8 mal	27.5.-15.7.	EUR 88,- / 104,-
K06.d	7 mal	2.9. – 14.10.	EUR 77,- / 91,-
K06.e	7 mal	4.11. – 16.12.	EUR 77,- / 91,-

K07 Spanisch - erweiterte Grundkenntnisse II

Di 18:30 – 20:00 Uhr

mit Néstor Morales Flores

Für alle, die mit Lust und Leidenschaft in die spanische Sprache und Kultur eintauchen möchten. Ausreichende Vorkenntnisse sind erforderlich!

K07.a	10 mal	9.1. – 12.3.	EUR 110,- / 130,-
K07.b	8 mal	2.4. – 14.5.	EUR 88,- / 104,-
K07.c	8 mal	28.5. – 16.7.	EUR 88,- / 104,-
K07.d	7 mal	3.9. – 15.10.	EUR 77,- / 91,-
K07.e	7 mal	5.11. – 17.12.	EUR 77,- / 91,-



Sprachen lernen

K09 Italienisch I +++NEU+++

Mi 18:00–19:30 Uhr

mit Francesca Farinella

Erfahrene italienische Muttersprachlerin unterrichtet ihre Sprache und Kultur. Italienisch I richtet sich an Anfänger, Anfänger mit geringen Vorkenntnissen und Wiedereinsteiger.

K09.a	10 mal	10.1. – 13.3.	EUR 110,- / 130,-
K09.b	8 mal	3.4. – 15.5.	EUR 66,- / 78,-
K09.c	8 mal	30.5. – 17.7.	EUR 88,- / 104,-
K09.d	7 mal	4.9. – 16.10.	EUR 77,- / 91,-
K09.e	7 mal	6.11. – 18.12.	EUR 77,- / 91,-

K09 Italienisch II

Mi 19:30–21:00 Uhr

mit Francesca Farinella

Italienisch II richtet sich an Fortgeschrittene. Sie machen Konversation, lesen oder schreiben Texte und besprechen grammatikalische Regeln.

K09.a	10 mal	10.1. – 13.3.	EUR 110,- / 130,-
K09.b	8 mal	3.4. – 15.5.	EUR 66,- / 78,-
K09.c	8 mal	30.5. – 17.7.	EUR 88,- / 104,-
K09.d	7 mal	4.9. – 16.10.	EUR 77,- / 91,-
K09.e	7 mal	6.11. – 18.12.	EUR 77,- / 91,-



Magnolia
Inhaberin
Marina Carstens
Floristen-Meisterin

Grelckstraße 17a · 22529 Hamburg
Tel. 040/58 97 82 88 · Fax 040/58 97 26 77
www.magnolia-carstens.de

Gesundheit



K10 Hatha-Yoga Kurs I

Di 18:00–19:30 Uhr

mit Ursula Striepe

Durch Yoga dem Rücken Gutes tun, Entspannung erfahren, Beweglichkeit erhalten, zu sich selbst finden, neue Kraft schöpfen – durch Übungen das körperliche und seelische Wohlbefinden fördern.

K10.a	10 mal	9.1. – 12.3.	EUR 110,- / 130,-
K10.b	7 mal	2.4. – 14.5.	EUR 77,- / 91,-
K10.c	8 mal	28.5. – 16.7.	EUR 88,- / 104,-
K10.d	7 mal	3.9. – 15.10.	EUR 77,- / 91,-
K10.e	7 mal	5.11. – 17.12.	EUR 77,- / 91,-

K11 Hatha-Yoga Kurs II

Di 19:45–21:15 Uhr

mit Ursula Striepe

K11.a	10 mal	9.1. – 12.3.	EUR 110,- / 130,-
K11.b	7 mal	2.4. – 14.5.	EUR 77,- / 91,-
K11.c	8 mal	28.5. – 16.7.	EUR 88,- / 104,-
K11.d	7 mal	3.9. – 15.10.	EUR 77,- / 91,-
K11.e	7 mal	5.11. – 17.12.	EUR 77,- / 91,-

K14 Yoga für (Wieder-) Einsteiger

Mi 17:30–19:00 Uhr

mit Dörte Balschun

Integrieren Sie die vielen Vorteile von Yoga (wieder) in Ihr Leben! Wir praktizieren Hatha & Vinyasa Yoga für die Gesundheit, Entspannung und innere Kraft. Sie lernen Stress zu reduzieren, Ihre Konzentration zu erhöhen und Ihren Körper zu stärken.

K14.a	10 mal	10.1. – 13.3.	EUR 110,- / 130,-
K14.b	6 mal	2.4. – 15.5.	EUR 66,- / 78,-
K14.c	8 mal	29.5. – 17.7.	EUR 88,- / 104,-
K14.d	7 mal	4.9. – 16.10.	EUR 77,- / 91,-
K14.e	7 mal	6.11. – 18.12.	EUR 77,- / 91,-

Psychologische Beratung. • Psychotherapie

Freie Termine nach Vereinbarung



Heilpraktikerin für
Psychotherapie
Jessica Ortmann

Willinks Park 8

22529 Hamburg

Tel. 040/69 211 223

Email: JessicaOrtmann@HPPsychtherapie-Ortmann.de

pruns



Ausstellungs- fläche für Beratung Events und Kultur.

Jetzt
Neu

Im Oddernskamp 2, HH

Infos regelmäßig einsehbar
unter: www.prun.s.info
& www.freinart.de

PRUNS BAUBETREUUNG ALS
GENERALUNTERNEHMER FÜR
SANIERUNG IM BESTAND

Ausserdem Neu:
Secondhandladen ila-P.
Öffnungszeiten:
Di & Mi 10-18 Uhr



www.ila-p.de

 [ilap.secondhand](https://www.instagram.com/ilap.secondhand)

 [pruns_baubetreuung](https://www.instagram.com/pruns_baubetreuung)  [frein.art](https://www.instagram.com/frein.art)

Gesundheit

K12 Qi Gong am Abend Kurs I

Mo 18:30–19:30 Uhr

mit Thorsten Dargen

Einfache Übungen in Bewegung oder auch im Sitzen zum Entspannen und zu sich kommen. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Dicke/rutschfeste Socken werden empfohlen.

K12.a	10 mal	8.1. – 11.3.	EUR 110,- / 130,-
K12.b	5 mal	8.4. – 6.5.	EUR 55,- / 65,-
K12.c	5 mal	27.5. – 24.6.	EUR 55,- / 65,-
K12.d	8 mal	1.7. – 19.8.	EUR 88,- / 104,-
K12.e	10 mal	14.10. – 16.12.	EUR 110,- / 130,-

K13 Qi Gong am Abend Kurs II

Mo 19:45–20:45 Uhr

mit Thorsten Dargen

K13.a	10 mal	8.1. – 11.3.	EUR 110,- / 130,-
K13.b	5 mal	8.4. – 6.5.	EUR 55,- / 65,-
K13.c	5 mal	27.5. – 24.6.	EUR 55,- / 65,-
K13.d	8 mal	1.7. – 19.8.	EUR 88,- / 104,-
K13.e	10 mal	14.10. – 16.12.	EUR 110,- / 130,-



Veranstaltungen

Wir laden Sie ein zu einem abwechslungsreichen Programm mit vielen kulturellen Highlights. Fest geplant sind schon Lesungen, Konzerte, Ausstellungen und Führungen. Unsere Webseite und unser Newsletter halten zudem immer noch die ein oder andere Überraschung für Sie bereit. Jeder ist bei uns herzlich willkommen – ob Mitglied oder nicht.

Für alle Veranstaltungen melden Sie sich bitte telefonisch unter 56 52 12 oder per Mail an info@buergerhaus-lokstedt.de an. Die Eintrittskarten erhalten Sie am Veranstaltungstag vor Ort.

Für Rückfragen stehen wir gerne zur Verfügung, bitte sprechen Sie uns an.



Fr 2. Feb 18 Uhr	Ausstellungseröffnung: Blätter-Befühlen mit Werken von Frau Dr. Hosseini-Mehr
Sa 24. Feb 14:30 Uhr	Führung Johannisloge
So 25. Feb 11 Uhr	Kunst mit Frühstück: Impressionismus - Expressionismus im Vergleich mit Veronika Kranich
Do 14. Mrz 19 Uhr	Gesundheit im Alltag: Chronische Krankheiten mit Dr. Navina Nasser
Fr 5. Apr 19 Uhr	Französische Chansons mit dem Colmar Ensemble
Do 11. Apr 19 Uhr	Gesundheit im Alltag: Long Covid mit Dr. Navina Nasser
Fr 12. Apr 19 Uhr	Lokstedter Abend
Fr 3. Mai 16 Uhr	Führung Mutzenbecher Villa im Niendorfer Gehege
So 12. Mai 11 Uhr	Kunst mit Frühstück: Musikalische Lesung - Autobiographie mit Veronika Kranich
Fr 31. Mai 18 Uhr	Ausstellungseröffnung: Spiel der Persönlichkeiten mit Dorothea Strack
Fr 7. Jun 14 Uhr	Führung Lokstedter Straßennamen Treffpunkt von Eicken Park
Fr 7. Jun 18:30 Uhr	3-teiliger Foto Workshop im Bürgerhaus
Sa/So 15./16. Jun	3-teiliger Foto Workshop Excursion zum Hafen
Fr 21. Jun 18:30 Uhr	3-teiliger Foto Workshop im Bürgerhaus
Fr 21. Jun 10 Uhr	Führung im Beschleunigerzentrum Desy Treffpunkt Haupteingang, Notkestraße 85
Fr 5. Jul 19 Uhr	Freigebiet Blues & Ballads mit Martin Conrad und Ronald Hinrichs
Fr 6. Sep 18 Uhr	Ausstellungseröffnung: Hamburg und seine Bauten Skizzen und Aquarelle mit Carlos Montúfar

Gazellen - Apo



**GUTE BERATUNG IST
DIE BESTE MEDIZIN**



Bild © Rainer Claus / fotolia.com

Gazellen-Apotheke
Momme Steffen
Grelckstraße 20-26
22529 Hamburg

Telefon 040 - 58 65 73
Telefax 040 - 58 74 76
info@gazellen-apotheke.de
www.gazellen-apotheke.de

Do 12. Sep 19 Uhr	Gesundheit im Alltag: Parkinson mit Dr. Navina Nasseri
Sa 14. Sep 15 Uhr	Lokstedt Rallye mit dem Bündnis für Familie Lokstedt
Fr 20. Sep 15 Uhr	Parking Day in der Grelckstraße mit der Zukunftswerkstatt Lokstedt
So 22. Sep 11 Uhr	Kunst mit Frühstück: Ernst Ludwig Kirchner mit Veronika Kranich
Fr 27. Sep 19 Uhr	Swing-Lounge Swing Abend mit Jan-Peter Behnken
Fr 11. Okt 19 Uhr	Rock Tales – legendäre Welthits live mit Jürgen Rau und Richard Rossbach
Fr 1. Nov 18 Uhr	Ausstellungseröffnung: Grün durchs Jahr Eine Werkschau des Mal- und Zeichenkurses
Do 7. Nov 19 Uhr	Gesundheit im Alltag: Männergesundheit mit Dr. Navina Nasseri
Fr 8. Nov 18 Uhr	Rhapsody in blue mit dem Piano Duo »Yolo Duo«
Do 14. Nov 18 Uhr	Social Media Instagram & Co. 3-teiliger Workshop mit Anna Clarks
Do 21. Nov 18 Uhr	Social Media Instagram & Co. 3-teiliger Workshop mit Anna Clarks
Do 28. Nov 18 Uhr	Social Media Instagram & Co. 3-teiliger Workshop mit Anna Clarks



Kunst



Chaplin-Portrait (Ausschnitt) von Dorothea Strack

Fr, 2. Februar 18:00 Uhr

Ausstellungseröffnung Blätter-Befühlen

Die iranische, promovierte Biologin Sheida Hosseini-Mehr sammelt in Ihrer Freizeit Pflanzen und gestaltet damit eigene innovative Malereien/Kollagen mit Laubblättern. „Ich glaube, dass Blätter immer etwas zeigen, das uns Menschen zum Denken anregen kann. Sie entstehen, wachsen und welken, ganz so, wie unser Leben verläuft.“

Zitat S. HM

Eintritt frei, hängt bis zum 7. März 2024

So, 25. Februar 11:00 Uhr

Kunst mit Frühstück: Impressionismus/Expressionismus im Vergleich mit Veronika Kranich

Der Vortrag widmet sich dem Vergleich der beiden Stile anhand ähnlicher Motive. Impressionismus bedeutet „Eindruckskunst“, er stellt die äußere Wirklichkeit dar. Expressionismus bedeutet „Ausdruckskunst“, ihm geht es um die Darstellung der innerlich erlebten Wirklichkeit. Es gibt viele Parallelen, aber auch viele Unterschiede. Genießen Sie den Vortrag bei einem kleinen Frühstück.

Eintritt EUR 18,- Mitglieder EUR 15,-

Anmeldung erforderlich

So, 12. Mai 11:00 Uhr

Kunst mit Frühstück: Musikalische Lesung mit Veronika Kranich

„Sohlangang und Spitzentanz“ ist die autobiographische



Aquarell von Carlos Montúfar

Geschichte der Hamburger Schauspielerin und Sängerin Veronika Kranich. Eine Lesung über den Werdegang einer ungewöhnlichen Frau, über das Bewusstwerden, voller Lebensphilosophie und spannender Geschichten. Die Lesung wird musikalisch begleitet und mit einem kleinen Frühstück ergänzt.

Eintritt EUR 18,- Mitglieder EUR 15,-

Anmeldung erforderlich

Fr, 31. Mai 18:00 Uhr

**Ausstellungseröffnung: SPIEL der
PERSÖNLICHKEITEN von Dorothea Strack**

In der zweiten Hälfte ihres Lebens hat sie ihre kreative Seite wiederentdeckt. Sie schafft es, mit der Welt der Farben, in den Gesichtern der Porträts, die Persönlichkeiten zum Ausdruck zu bringen und sie lässt die Betrachter in die Gesichter eintauchen, die in den Augen und Zügen ihrer Porträts verborgen liegen.

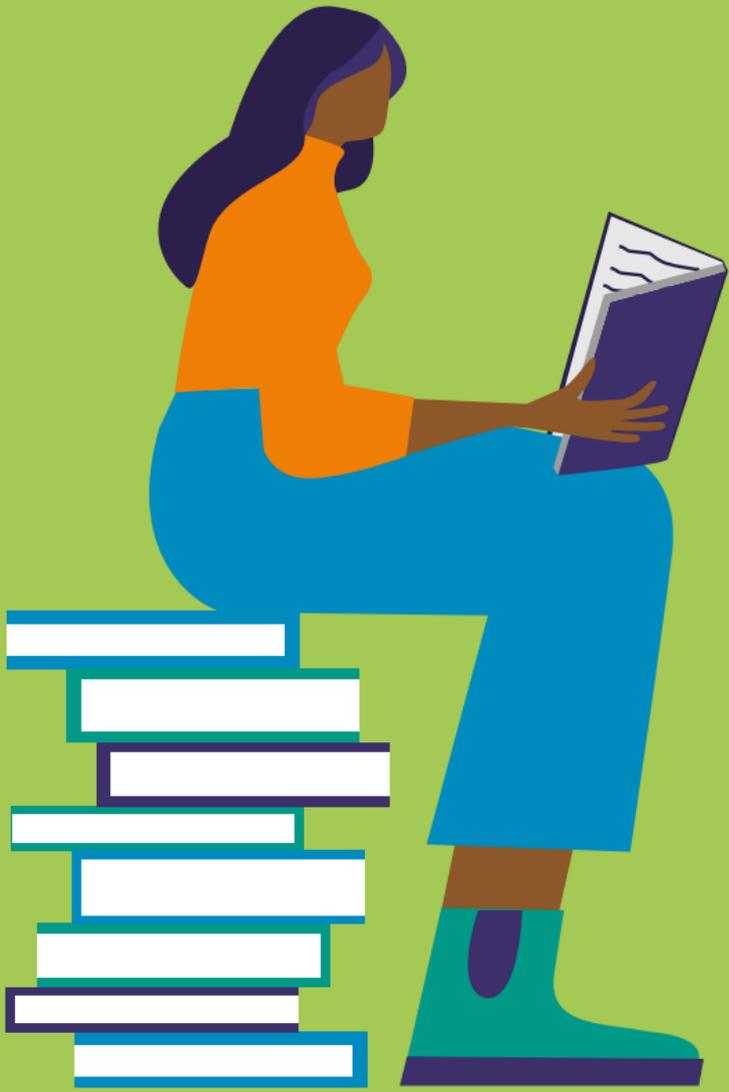
Eintritt frei, hängt bis zum 12. Juli 2024

Fr, 13. September 18:00 Uhr

Ausstellungseröffnung Hamburg und seine Bauten

Der peruanisch-französische Architekt Carlos Montúfar begann in Hamburg zu skizzieren und zu malen und eignete sich auf diese Weise detailliert an, was ihn in seiner neuen Heimat Hamburg baulich reizte und interessierte. Die Aquarelle sind eine Liebeserklärung an die Stadt.

Eintritt frei, hängt bis zum 17. Oktober 2024



Kunst



»Grün durchs Jahr« – eine Werkschau

So, 22. September 11:00 Uhr

**Kunst mit Frühstück: Ernst Ludwig Kirchner
mit Veronika Kranich**

Ernst Ludwig Kirchner (1880–1938) gilt als das eigentliche Genie der „Brücke-Maler“. Er dominierte mit intimen Porträts und Aktbildern. Nach Auflösung der „Brücke“ ändert sich sein Stil und findet eine abstraktere, stilisiertere Form.

Veronika Kranich erläutert den Werdegang des Malers anhand einiger Beispiele. Ein kleines Frühstück rundet den Vormittag ab.

Eintritt EUR 18,- Mitglieder EUR 15,-

Anmeldung erforderlich

Fr, 1. November 18:00 Uhr

**Ausstellungseröffnung: Grün durchs Jahr
Eine Werkschau des Mal- und Zeichenkurses**

Alle zwei Jahre lässt uns der Mal- und Zeichenkurs des Bürgerhauses unter Leitung von Joerg Kilian in die Vielfalt seines Schaffens blicken.

Ein Jahr lang haben die TeilnehmerInnen mit der Farbe und zum Thema „grün« experimentiert, geforscht und gemalt. Wir laden Sie herzlich ein, sich die Ergebnisse anzuschauen.

Eintritt frei, hängt bis zum 20. Dezember 2024

Musik



Colmar Ensemble

Fr, 5. April 19:00 Uhr

Colmar Ensemble – französische Chansons

Das Colmar Ensemble bietet ein liebevoll zusammengestelltes Programm aus den Chansons Française von bekannten Namen wie Édith Piaf, Barbara oder Jacques Brel, und nimmt sein Publikum mit auf eine musikalische Reise in das Paris der 20er Jahre bis heute. Das Colmar Ensemble besteht aus Gesang, Klavier, Kontrabass, Cello, Gitarre und Schlagzeug.

Eintritt EUR 18,- Mitglieder EUR 15,- Anmeldung erforderlich

Fr, 5. Juli 19:00 Uhr

Freigebiet Martin Conrad und Ronald Hinrichs

Das Duo „Freigebiet“ aus Hamburg-Lokstedt präsentiert Blues & Ballads. Eine sehr persönliche Auswahl aus dem Back-Katalog amerikanischer Blues-Roots der letzten fast 100 Jahre. Mit der Stimme von Martin Conrad und der Gitarre von Ronald Hinrichs fühlt man sich ein bisschen wie damals im Greenwich Village.

Eintritt EUR 10,- Mitglieder EUR 8,- Anmeldung erforderlich.

Fr, 27. September 19:00 Uhr

Swing Abend Jan-Peter Behnken

Mit der Hamburger „Swing-Lounge“ wird die legendäre Zeit des SWING wieder lebendig. Auf der Basis von Original-Arrangements singt Jan-Peter Behnken bekannte Evergreens u. a. von Frank Sinatra, Dean Martin und Bobby



Rock Tales

Darin. Schließen Sie die Augen und lassen Sie sich mit Titeln wie „New York, New York“, „Mack The Knife“ und „Hello Dolly“ in die Zeit der 60er Jahre zurückversetzen.
Eintritt EUR 15,- Mitglieder EUR 12,- Anmeldung erforderlich.

Fr, 11. Oktober 19:00 Uhr

Rock Tales – legendäre Welthits live!

Mit augenzwinkerndem Humor stromern die Zwei durch die Musik-Geschichte, zusammen klingen sie fast wie eine ganze Band! Für alle Fans und Musikinteressierte, die „Hits am laufenden Band“ und dazu noch echte, handgemachte Live-Musik erleben wollen, ist ein Besuch wärmstens zu empfehlen!

Eintritt EUR 18,- Mitglieder EUR 15,- Anmeldung erforderlich.

Fr, 8. November 19:00 Uhr

Yolo Duo „Rhapsody in blue“

Man muss nicht unbedingt ein Fan von Klaviermusik sein, um dieses Konzert zu genießen. Das junge Piano Duo studierte an der Hochschule für Musik und Theater in Rostock und wurde mit zahlreichen internationalen Preisen und Ehrungen ausgezeichnet. Ihr Konzert wird zu einem unterhaltsamen Abend.

Eintritt EUR 18,- Mitglieder EUR 15,- Anmeldung erforderlich

Vogt-Wells-Str. 8-10
22529 Hamburg-Lokstedt
www.hoergeraete-lokstedt.de



UNSERE LEISTUNGEN FÜR SIE

- Hörakustik-Meisterbetrieb
- Professionelle Höranalyse
- Spezialist für kleinste Im-Ohr-Geräte
- Lieferant aller Markenhersteller
- Maßgefertigter Gehörschutz
- Tinnitus.Beratung
- Wartung und Reparaturservice

Informieren Sie sich jetzt über die aktuellen Techniken und Möglichkeiten unserer modernen Hörsysteme. Das Team von Asmussen & Schäfer freut sich sehr auf Sie!

Vereinbaren Sie gern einen Beratungstermin.

☎ **040 35 71 55 55**

✉ info@hoergeraete-lokstedt.de

Unterwegs

Das Bürgerhaus bietet verschiedene Führungen an, dafür bitten wir um Überweisung des Kostenbeitrages auf unser Konto. Ihre Anmeldung ist nach Eingang des Betrages spätestens fünf Tage vor Veranstaltungsbeginn verbindlich.

Sa, 24. Februar 14:30 Uhr

Eine Führung in der Johannisloge

»Zur festen Burg an der Elbe« Aufgrund der großen Nachfrage im vergangenen Jahr, konnten wir erneut einen Termin mit der Johannisloge vereinbaren.

Treffpunkt: 14.30 Uhr, Moorweidenstraße 36

*Teilnehmer*innen: max. 20 Personen,*

Kostenbeitrag: EUR 5,-, Anmeldung erforderlich

Fr, 3. Mai 16:00 Uhr

Mutzenbecher Villa im Niendorfer Gehege mit Andreas Reichel 1. Vorsitzender des Vereins Werte erleben e.V. Wir stellen die Villa vor, die Geschichte des Hauses, unsere Maßnahmen zur denkmalgerechten Instandsetzung und die Aktivitäten unseres Vereins zur Stärkung von Bildung und Demokratie vor Ort.

Eintritt frei, Spenden erwünscht

Fr, 7. Juni 14:00 Uhr

Lokstedter Straßennamen

Ein Rundgang mit Ernst Christian Schütt

Lokstedt hat ca. 205 Straßen. Einige von ihnen sind sehr alt, manche erst vor wenigen Jahren entstanden. Wer oder was hinter ihren Namen steckt, erklärt der Hamburger Autor Ernst Christian Schütt auf einem kurzweiligen Rundgang durch unseren Stadtteil. Anschließend laden wir Sie zu Kaffee und Kuchen in das Bürgerhaus ein.

Treffpunkt: 14.00 Uhr, von Eicken Park

Kostenbeitrag Eintritt EUR 10,- Anmeldung erforderlich

Fr, 21.06. 10:00 Uhr

Führung im Beschleunigerzentrum Desy

In Bahrenfeld liegt das größte Forschungszentrum der Stadt, das Deutsche Elektronen-Synchrotron DESY – dessen Aufgabe die Erforschung von Struktur, Dynamik und Funktion der Materie ist. Die Führung dauert ca. 3 Stunden. Da viele Treppen gelaufen werden müssen, ist die Führung nicht für gehbehinderte Personen geeignet.

Treffpunkt Haupteingang Notkestraße 85

*Teilnehmer*innen: max. 20 Personen*

Eintritt: EUR 5,- Anmeldung bis zum 10.6.2024

Vorträge & Gespräche

Do, 14.11., 21.11., 28.11. 18:00 Uhr – 19:00 Uhr

Von Grund auf Sozial

Entdecken Sie die Welt der Sozialen Medien

Unser dreiteiliger Workshop richtet sich speziell an Seniorinnen und Senioren und bietet eine sanfte Einführung in die Nutzung von Instagram. Den Kontakt mit Familie und Freund*innen aufrechterhalten; Tipps und Techniken, um verbunden zu bleiben und effektiv kommunizieren.

Von der Erstellung eines Kontos bis zur Verwaltung Ihres Profils und den wichtigsten Begriffen. Selbst Content teilen und verbreiten, Erstellung ansprechender Beiträge bis zur Interaktion mit anderen Nutzern und Entwicklung einer eigenen Inhaltsstrategie.

Der interaktive Workshop mit Anna Clarks bietet praktische Übungen, eine unterstützende Lernumgebung, um Ihr Verständnis und Ihre Fähigkeiten in der digitalen Welt zu verbessern.

Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Bitte mitbringen: Smartphone, Tablet oder Laptop, mit vorinstallierter App.

*Teilnehmer*innen: max. 10 Personen*

Kursgebühr für 3 Abende: EUR 40,- Mitglieder EUR 35,-

Anmeldung erforderlich

www.theriot.info/creation



SIE LIEBEN SCHÖNES DESIGN?

ICH AUCH. SPRECHEN SIE MICH AN, WENN ES UM BERATUNG,
DESIGN, WEBSITES, GRAFIKEN, POSTER, FLYER, CORPORATE IDENTITY (CI),
SCHILDER, SOCIAL MEDIA, FOTOS ODER FILME GEHT.

FREUE MICH, ANNA.CLARKS :)

Fr, 12. April 19:00 Uhr

32. Lokstedter Abend

Unser Stadtteil ist im stetigen Wandel. Wir nehmen Sie mit auf einen virtuellen Spaziergang in und um den Lokstedter Wasserturm und durchs Zylinderviertel. Zur Geschichte dürfen auch die Geschichten nicht fehlen. Ehemalige Schüler*innen des Gymnasiums Corvey berichten über das Lokstedt der 1970er Jahre. Der Lokstedter Abend ist eine Veranstaltung in Kooperation mit dem Forum Kollau.
Eintritt frei, Spenden willkommen Anmeldung erforderlich

*Die Zukunftswerkstatt Lokstedt
hat ein lesenswertes Lokstedt-Buch
herausgebracht:*



***Lokstedt entdecken!
33 Orte, die man kennen muss***

Das Buch kostet **15 €**

Bestellungen an: info@zukunftswerkstatt-lokstedt.de

Vorträge & Gespräche



Dr. Med. Navina Nasserri

Gesundheit im Alltag

Auch in diesem Jahr setzen wir unsere beliebte Vortragsreihe Gesundheit im Alltag mit der approbierten Ärztin und Dozentin für Berufs- und Hochschulen Dr. Navina Nasserri fort.

Eintritt EUR 10,- Anmeldung erforderlich

Do, 14. März 19:00 Uhr

Chronische Krankheiten aus der Perspektive der Traditionellen Chinesischen Medizin

Eine länger währende Erkrankung bringt häufig zusätzliche Themen mit sich: Nebenwirkungen werden zunehmend störend, Frustrationen über die eigene Leistungsfähigkeit werden größer und nicht selten hat man das Gefühl „die Krankheit verändert sich“. Wie erklären sich diese Phänomene in der Traditionellen Chinesischen Medizin? Können die Schulmedizin und die TCM sich ergänzen?

Do, 11. April 19:00 Uhr

Long Covid: Aktuelle Forschung und Erkenntnisse

Welche Mechanismen sind an der Entstehung von Long-Covid beteiligt; gibt es Risikofaktoren vor denen man sich schützen kann? Was weiß man über die Krankheit, welche Therapieformen gibt es und welche wirken nachhaltig?

Do, 12. September 19:00 Uhr

Diagnose: Parkinson. Wie geht es weiter?

Der Begriff Parkinson ist für Viele mit Angst verbunden: Ist eine gute Lebensqualität mit Parkinson möglich? Was die Schulmedizin in den vergangenen Jahren für Fortschritte gemacht hat und was man selbst für einen möglichst günstigen Verlauf tun kann, erfahren Sie in diesem Vortrag.

Do, 7. November 19:00 Uhr

Männergesundheit

Männer haben eine durchschnittlich geringere Lebenserwartung als Frauen; dies gilt besonders für unverheiratete und solche ohne feste Partnerschaft. Der heutige Vortragsabend widmet sich den häufigsten „Männerkrankheiten“, den Vorsorgeuntersuchungen und möglichen Gründen für das schlechtere Ergebnis in der Lebenserwartung.

Website: <https://drnasseri.de>

Instagram: [@tcm_knauerstrasse](https://www.instagram.com/tcm_knauerstrasse)



Die Hoffnungen Unserer Zeit

Die erfolgreiche Reihe „Hoffnungen unserer Zeit“ wird auch im nächsten Jahr fortgesetzt. Um aktuelle Themen auch kurzfristig aufzunehmen, werden wir sowohl die Themen als auch die Termine zeitnah auf unserer Homepage, unseren Schaukästen und der lokalen Presse veröffentlichen. Damit Sie immer auf dem Laufenden sind, folgen Sie uns auf Instagram: „buergerhaus.lokstedt“, auf facebook: „buergerhauslokstedt.de“ oder abonnieren Sie unseren Newsletter: www.buergerhaus-lokstedt.de.

Vermietungen

Wussten Sie schon, dass ... Sie unser Bürgerhaus Lokstedt mieten können? Das Erdgeschoss des Bürgerhauses bietet einen angenehm familiären und sehr ansprechenden Rahmen für Geburtstagsfeiern vom 1. bis 111., Hochzeiten, Konfirmationen, Kommunionen oder Taufen. Auf über 100 Quadratmetern haben 45 Gäste Platz zum Feiern und Tanzen. In unserer großzügigen und modernen Küche finden Sie vom Tortenheber bis zur Geschirrspülmaschine alles, was Sie brauchen. Der Clubraum neben der Küche ist ideal, um ein Büffet zu servieren.

Zum Spielen und Frischluft schnappen eignet sich unser schöner Garten perfekt. Auch für Betriebsfeiern, Versammlungen, Workshops, Seminare oder Fortbildungen stehen Ihnen unsere Räumlichkeiten zur Verfügung.



Großer
Garten zum
Spielen,
Frischluff-
schnappen
oder
Verweilen



Verschiedene
Spielgeräte
versprechen
viel Spielspaß
für die Lütten



Der große
Raum im
Erdgeschoss
ist ca. 30 qm
groß und lässt
sich dank
Tischmodulen
sehr flexibel
möblieren.



Infos und Terminabsprachen unter
Telefon (040) 56 52 12 oder per Mail
an info@buergerhaus-lokstedt.de



Ihr Fachgeschäft für Orientteppiche in Lokstedt

Wir sind ein Familienbetrieb in der 4. Generation und seit mehr als 30 Jahren in Hamburg tätig in der Produktion, dem Verkauf, der Veredlung und der Pflege von Orient- und Perserteppichen aus Wolle und Seide.



Verkauf und Ankauf

modern, klassisch, antik

Fachgerechte Reinigung

Bio-Handwäsche, Seidenglanzwäsche
spezielle Wäsche alter und antiker Teppiche
Fleckenentfernung

Professionelle Restaurierung

Fransen, Brandlöcher, Kettelung,
Mottenschäden, u.v.m.

Kostenloser Hol- und Bringservice

ETFA GmbH
Siemersplatz 5
Telefon 040 321785
info@teppich.com
www.teppich.com

Brooktorkai 7
(Speicherstadt)
20457 Hamburg
Telefon 040 33 64 77
Telefax 040 33 74 96

PartnerInnen

Bündnis für Familie Lokstedt

Kontakt: Anna Clarks,
info@buendnisfuerfamilie-lokstedt.de,
www.buendnisfuerfamilie-lokstedt.de

Sprachbrücke-Hamburg e.V.

Kontakt: Annja Haehling von Lanzenuer,
kontakt@sprachbruecke-hamburg.de

Zukunftswerkstatt Lokstedt

Kontakt: Dr. Sebastian Dorsch und Dr. Uwe Reimer,
info@zukunftswerkstatt-lokstedt.de,
www.zukunftswerkstatt-lokstedt.de

Kita Käptn Kanninchen

Öffnungszeiten: Montag bis Freitag 7:30 – 16:30 Uhr
Kontakt und Anmeldung: Wiebke Fischer,
Tel. 040 – 552 01 361, www.kikaka.de/Anmeldung

musikKUNSTschule des Vereins zur Förderung von Musik und Kultur e.V.

Kontakt: Mareike Holler,
info@musikkunstschule.de,
www.musikkunstschule.de



Ihr Wein und Spezialitäten Spezialist für

Argentinien - Brasilien - Chile - Uruguay - Mexico
und von unserem Familienweingut aus Rheinhessen.

Direkt bei uns am Lager (ehemals Kemmsche Kuchen Fabrik)

Lokstedter Steindamm 33a -22529 Hamburg
Tel. 040-54887070 - Fax 040-54887077
E-Mail: info@hoefferle.de - www.hoefferle.de



Wir im Bürgerhaus





Beitrittserklärung

Ja, ich möchte Mitglied werden im Bürgerhaus Lokstedt e.V.

Vorname, Name _____

Geboren _____ m w d

Straße, Hausnummer _____

Postleitzahl, Ort _____

Telefon _____

E-Mail _____

Mein Jahresbeitrag beträgt EUR _____
(mindestens EUR 36,-/Jahr)

LASTSCHRIFTERMÄCHTIGUNG (SEPA-VERFAHREN)

Ich ermächtige das Bürgerhaus Lokstedt e.V., Zahlungen von meinem Konto mittels SEPA-Lastschriftmandat einzuziehen.

Zugleich weise ich mein Kreditinstitut an, die vom Bürgerhaus Lokstedt e.V. auf mein Konto gezogenen Lastschriften einzulösen.

Hinweis: Ich kann innerhalb von acht Wochen, beginnend mit dem Belastungsdatum, die Erstattung des belasteten Betrages verlangen.

Es gelten dabei die mit meinem Kreditinstitut vereinbarten Bedingungen

Kontoinhaber _____

Kreditinstitut _____

BIC _ _ _ _ _ | _ _ _ _ _

IBAN DE _ _ | _ _ _ _ | _ _ _ _ | _ _ _ _ | _ _ _ _ | _ _

Abbuchung

in einem Betrag – oder ...

halbjährlich, in zwei gleichen Teilbeträgen (nur ab einem freiwilligen Jahresbeitrag von EUR 50,- möglich)

ÜBERWEISUNG

Ich überweise meinen Mitgliedsbeitrag jeweils bis zum 31. Januar des Jahres auf das Konto:

Bürgerhaus Lokstedt e.V.

bei der Hamburger Sparkasse

IBAN DE96 2005 0550 1035 2121 80

Datum _____ Unterschrift _____

Das Formular erhalten Sie auch im Internet:
www.buergerhaus-lokstedt.de/über-uns/



Informationen

Unser Newsletter Aktuelle Informationen über Neuigkeiten und Termine des Bürgerhauses erhalten Sie regelmäßig in unserem Newsletter. Abonnieren Sie den Newsletter direkt auf unserer Website oder senden Sie eine kurze E-Mail.

Ehrenamtliches Engagement Das Bürgerhaus lebt ausschließlich vom Engagement vieler Einzelner. Wenn auch Sie Lust haben, etwas gemeinsam mit anderen Menschen in unserem Stadtteil zu gestalten und zu teilen, kommen Sie zu uns. Wir freuen uns auf alle Aktiven!

Spenden und Fördern Als gemeinnütziger Verein finanzieren wir uns durch Mitgliedsbeiträge und Spenden und sind nicht institutionell gefördert. Wir setzen auf Wohlwollen und Großzügigkeit unserer Besucher und freuen uns über jede Spende (Spendenbescheinigung ab EUR 300,-). Regelmäßige Spenden geben Planungssicherheit.

Mitglied werden Das zahlt sich aus! Bei allen Veranstaltungen und Kursen erhalten Sie eine Ermäßigung. Außerdem unterstützen Sie mit einem Mitgliedsbeitrag ab EUR 36,- pro Jahr unsere Arbeit und helfen uns, ein attraktives Programm zu gestalten. Einfach gleich die Beitrittserklärung auf Seite 40 ausfüllen und bei uns abgeben. Danke!



Elvira Jauk

Änderungsschneiderei
Grelckstraße 1
22529 Hamburg
Telefon (040) 58 89 18
Montag-Freitag
9:00 – 18:00 Uhr

GANZ SCHÖN SPORTLICH

Entdecke unser vielfältiges Sportangebot in den Sportzentren Bundesstraße und Hoheluft. Zwei Fitnessstudios mit Saunabereich, wöchentlich über 300 Fitnesskurse, 22 Abteilungen mit über 40 Sportarten. Rehasport, Bouldern, Kindergeburtstage und vieles mehr.

>> etv-hamburg.de



ETV
HAMBURG

Termine

**Do, 18. Januar 19:00 Uhr + Do, 6. Juni 19:00 Uhr
+ Do, 5. Dezember 19:00 Uhr**
Öffentliche Vorstandssitzungen
des Bürgerhaus Lokstedt e.V.

Fr, 19. April 19:00 Uhr
Mitgliederversammlung des
Bürgerhaus Lokstedt e.V.

Mi, 20. November
Vollversammlung der Zukunftswerkstatt Lokstedt

Wie werde ich WerbepartnerIn?

Haben Sie Interesse, bei uns eine Anzeige zu schalten?
Nähere Informationen erhalten Sie unter
info@buergerhaus-lokstedt.de
oder Telefon (040) 56 52 12.

Wir freuen uns sehr, dass viele lokale Werbepartner
unsere Arbeit schon jahrelang unterstützen
und sich in unserem Programmheft empfehlen.



Kontakt:

Bürgerhaus Lokstedt e.V.

Sottorfallee 9

22529 Hamburg

Telefon 040 – 565212

info@buergerhaus-lokstedt.de

www.buergerhaus-lokstedt.de

Bürozeiten:

Dienstag 9:30 – 13 Uhr

Mittwoch 9:30 – 13 Uhr

Donnerstag 9:30 – 13 Uhr



Das Bürgerhaus Lokstedt
wird gefördert durch:



Hamburg | Bezirksamt
Eimsbüttel