

# HANNOVER

PROGRAMM 2026  
JANUAR – APRIL



## LIEBE LINDENER\*INNEN,

---

jetzt ist es schon 2026, wow!

War es nicht gerade noch 2025? Hatten wir es uns gerade nicht erst ein bisschen gemütlich gemacht in diesem Winter? Aber na gut: HALLO 2026 ALSO!! Was du uns wohl bringen magst? Zum Glück wissen wir: Zusammen geht Überwintern einfach am besten.

Daher: Macht mit beim Escape Game & Näh-Workshop „Fashion Affairs - Die Recherche!“ oder dem Graffiti-Workshop mit Jonas Wömpner, reist mit Lynn Benda nach Japan oder in die Welt der Musik mit dem Session Room Project. Außerdem auch in diesem Frühjahr wieder: One Billion Rising gegen Gewalt an Frauen und Mädchen, unser geliebter Flohmarkt und unser heißgeliebter KreativMarkt, die Pflanzentauschbörse – nun auch wieder mit unserem Nachbarn PaGaLinNo – und unsere Familienklassiker KreativZone im Lindener Rathaus und Spiel:Zeit.

**Auf ein gutes Jahr mit vielen Lichtblicken!**

**Frühe Frühlingsgrüße sendet euch  
euer Team vom FZH Linden**

---

Weitere Informationen unter: [www.fzh-linden.de](http://www.fzh-linden.de)

## EIN STADTTEIL – ZWEI STANDORTE:

---

**Freizeitheim Linden (abgekürzt FZH Linden)**

**Windheimstr. 4, 30451 Hannover**

Kontakt: [fzh-linden@hannover-stadt.de](mailto:fzh-linden@hannover-stadt.de)

Öffnungszeiten (können in den Ferien abweichen):

Montag bis Freitag: 08:00 bis 22:00 Uhr

Samstag und Sonntag: 10:00 bis 18:00 Uhr

**Lindener Rathaus**

**Lindener Marktplatz 1, 30449 Hannover**

## KOSTEN & BARRIEREFREIHEIT:

---

Mit dem **HannoverAktivPass** gewähren wir auf alle Angebote **50% Ermäßigung**. **Kinder können zum Teil kostenfrei teilnehmen**.

Das Freizeitheim Linden und das Rathaus Linden sind für Rollstuhlfahrer\*innen zugänglich.

### LEGENDE:

---

 **Angabe zur Altersempfehlung**

 **Die Texte in violetter Schrift sind in einfacher Sprache verfasst.**

## STREETART - LINDEN NEU SORTIERT

Fotografien von StreetArt-Motiven in Hannover-Linden aus den letzten 13 Jahren

FZH Linden (Kunst im Keller) |

Laufende Ausstellung: bis 18.04. zu den Öffnungszeiten | Fotograf: Ingolf Bornscheuer | kostenfrei

Ausgestellt werden Fotografien von Kunstwerken der Lindener StreetArt-Szene: Neben bekannteren, großflächigen Graffitis liegt ein weiterer Schwerpunkt auf vielen kleinen Kunstwerken, die in den Straßen des Stadtteils zu finden sind. Es sind vor allem die vielen unterschiedlichen Materialien und Stilmittel der Künstlerinnen und Künstler, die dabei ins Auge fallen. Der Fotograf Ingolf Bornscheuer hat alles dokumentiert, neu sortiert und in Zusammenhang gestellt. Dabei ist eine sehr vielfältige, bunte und beeindruckende Vielfalt zu bestaunen.

Hier könnt ihr Fotos von Graffiti-Kunst anschauen. Diese Kunst gibt es bei uns in Linden. 13 Jahre lang hat Ingolf Bornscheuer fotografiert und gesammelt.



Keine Anmeldung erforderlich.

## OPEN-CALL „KUNST IM KELLER“

Die kleine „KUNST IM KELLER“-Galerie im Untergeschoss des Freizeitheims sucht deine Kunst!

Ausgestellt werden können Zeichnungen, Fotografien, Drucke und Malereien auf Papier – eben alles, was in die Rahmen vor Ort passt.

Wer Lust hat dazu ins Gespräch zu kommen, melde sich gern per E-Mail an  
[fzh-linden@hannover-stadt.de](mailto:fzh-linden@hannover-stadt.de)

# GRUPPEN, KURSE & WORKSHOPS

JANUAR – APRIL

GRUPPEN & KURSE

## EGON KUHN GESCHICHTSWERKSTATT

Geschichte erleben im Freizeitheim Linden

---

FZH Linden (Geschichtswerkstatt) | Termine auf Anfrage | Ansprechpartner\*innen: Susanne Böhmer & Michael Kaiser | mehr Infos unter [www.geschichtswerkstattlinden.de](http://www.geschichtswerkstattlinden.de)

---

Die Geschichtswerkstatt ist seit 35 Jahren das Stadtteil-Archiv zur Geschichte der Arbeiterbewegung und des antifaschistischen Widerstands in Linden. Zu besichtigen sind alte Fahnen, seltene historische Dokumente und Fotos sowie eine nachgebaute Wohnküche um 1930. Das Geschichtskabinett ist jeden Montag zwischen 10:00 Uhr und 12:00 Uhr geöffnet, weitere Termine – auch für Schulklassen – können individuell vereinbart werden. Menschen, die ehrenamtlich neu miteinsteigen wollen, sind jederzeit willkommen! Freut euch auf regelmäßige Vorträge, Filmabende und Diskussionsrunden!

---

Hier kannst du die Geschichte von Linden und vom Freizeitheim entdecken.

---



6+

[susanne.boehmer@geschichtswerkstatt-linden.de](mailto:susanne.boehmer@geschichtswerkstatt-linden.de)

oder 0157 58233752

## OFFENE DUNKELKAMMER

Analoge Fotografie für Einsteiger\*innen und „alte Hasen“

---

**FZH Linden (Fotowerkstatt) | Jeden 1. Freitag im Monat, nach Absprache | 17:00 Uhr |**

**Kosten: 10,00 EUR und nach Absprache |**

**Kursleitung: Andreas Ohrdorf**

---

Die analoge Fotografie hat nichts von ihrem Reiz verloren – ganz im Gegenteil: Beliebt bei Menschen, die das Besondere suchen, sich ihre Bilder kreativ erarbeiten und dabei zwischen Chemikalien, Papieren und Filtern die Zeit vergessen und im Arbeitsprozess versinken. Junge Menschen entdecken hier etwas Neues, alte Hasen wiederentdecken etwas in Vergessenheit Geratenes. Das Angebot soll einen Einblick in eine Dunkelkammer ermöglichen, um mit einem Vergrößerer Papier-Abzüge von Negativen zu erstellen. Nach Absprache sind auch weiterführende Kurse möglich.

---

**Hier kannst du lernen, wie von einem Fotofilm Papierbilder in einer Dunkelkammer entwickelt werden.**

---



8+

Anmeldung unter:  
[post@ohrdorf.de](mailto:post@ohrdorf.de) oder 0157 70699651

## ZUMBA AM DIENSTAG

Spaßbetontes Tanz-Fitness Workout

---

**FZH Linden | dienstags, 13.01. – 28.04. | 19:00 – 20:15 Uhr | Kosten für 16 Termine: 96,00 EUR /**

**Angebotspreis: 64,00 EUR bei der Buchung von 2x Zumba und 1x Salsation. Mit HannoverAktivPass 48,00 EUR | Kursleitung: Angela Schlotte**

---

Zumba ist ein spaßbetontes Tanz-Fitness Workout zu Latino-Musik, bei dem alle sofort mitmachen können. Bitte Sportkleidung, ein Handtuch und ein Getränk mitbringen.

---

**Wir machen Zumba. Wir bewegen uns zu Musik. Diese Musik ist sehr flott.**

---



14+

Anmeldung unter:  
[fzh-linden@hannover-stadt.de](mailto:fzh-linden@hannover-stadt.de)

## ERWACHSENEN-TÖPFERN

### Töpferworkshops in Aufbautechnik

---

FZH Linden | mittwochs, alle 14 Tage | 14.01. / 28.01. / 11.02. / 25.02. / 11.03. / 25.03. / 08.04. / 22.04. | 18:30 – 21:00 Uhr | **Kosten pro Termin: 45,00 EUR (inkl. Materialkosten)** | Kursleitung: Fides Müller | Anmeldung einzeln pro Workshoptermin

---

Hast du dich schon immer für Töpfen interessiert und möchtest deine eigenen Werkstücke herstellen? Dann bist du hier richtig! In den Workshops kannst du mit verschiedenen Handaufbautechniken (keine Dreh scheibe!) wie Pinchen, Wulsttechnik oder Platten technik deine Wunschkeramik herstellen. Fides steht dir dabei mit Rat und Tat zur Seite. Ein Workshop besteht jeweils aus einem Termin à 2,5 Std. Die Aus händigung der Keramik erfolgt ca. 2-3 Monate später, je nach Ofenauslastung.

---

Hier kannst du lernen, wie getöpfert wird.

---



18+

Anmeldung pro Termin unter:  
[fzh-linden@hannover-stadt.de](mailto:fzh-linden@hannover-stadt.de)

## SALSATION

### Dance-Fitness

---

FZH Linden | donnerstags, 15.01. – 30.04. | 18:30 – 20:00 Uhr | **Kosten für 16 Termine: 112,00 EUR / Angebotspreis: 64,00 EUR bei der Buchung von 2x Zumba und 1x Salsation. Mit HannoverAktivPass 56,00 EUR** | Kursleitung: Edier Delgado Lobaton

---

Salsation ist ein neues Dance-Fitness Programm, das besonderen Wert auf die Interpretation der Musik legt.

---

Wir tanzen zu Salsa-Musik.



14+

Anmeldung unter:  
[fzh-linden@hannover-stadt.de](mailto:fzh-linden@hannover-stadt.de)

## ZUMBA AM FREITAG

Spaßbetontes Tanz-Fitness Workout

---

FZH Linden | freitags, 16.01. – 24.04. (03.04. entfällt) |  
17:30 – 18:30 Uhr | **Kosten für 14 Termine: 70,00 EUR**  
**/ Angebotspreis: 56,00 EUR bei der Buchung von**  
**2x Zumba und 1x Salsation. Mit HannoverAktivPass**  
**35,00 EUR** | Kursleitung: Edier Delgado Lobaton

---

Zumba ist ein spaßbetontes Tanz-Fitness Workout zu Latino-Musik, bei dem alle sofort mitmachen können. Bitte Sportkleidung, ein Handtuch und ein Getränk mitbringen.

---

Wir machen Zumba.



14+

Anmeldung unter:  
[fzh-linden@hannover-stadt.de](mailto:fzh-linden@hannover-stadt.de)

## KREATIVZONE IM LINDENER RATHAUS

Mach gerne mit!

---

Lindener Rathaus | samstags, ab 17.01. wöchentlich |  
10:00 – 12:00 Uhr | **kostenfrei**

---

Lindener Kreativschaffende laden ins Glasfoyer zu tollen Aktionen ein - ein buntes Angebot zur Marktzeit und zum Mitmachen und Ausprobieren für alle von 4 bis 99 Jahren! Unter anderem mit lustigen Fingerkarten zum neuen Jahr, Winterlichter bemalen, Trommeln oder österliche Anhänger selber herstellen, Blumensamentüten stempeln + bemalen sowie Papier-Werkstätten.

---

Wir basteln zusammen.



4+

Keine Anmeldung erforderlich.

## NEU: KOMM SPIELEN!

Der monatliche Brettspieltreff –  
jeden dritten Dienstag

---

**FZH Linden | dienstags, 20.01., 17.02., 17.03. und  
21.04. | 17:30 – 20:00 Uhr | kostenfrei | Kursleitung:  
Emma Krieger**

Du hast Lust am Spielen und suchst Menschen, die dieses Hobby teilen? Spielexpertin Emma Krieger bringt eine bunte Auswahl an Spielen mit – Klassiker und spannende Neuheiten. Du musst nichts mitbringen, nur Neugier und Lust auf Gesellschaft. Emma erklärt die Regeln, hilft bei der Auswahl und sorgt dafür, dass jede Runde gut ins Rollen kommt. Egal ob du regelmäßig spielst oder einfach mal wieder reinschnuppern möchtest – hier findest du nette Menschen, viel Spaß und vielleicht sogar dein neues Lieblingsspiel. Für alle spielebegeisterten Menschen unter 99 Jahren : )

---

**Wir spielen gemeinsam. Zum Beispiel Brettspiele oder Kartenspiele. Dabei lernen wir andere Menschen und neue Spiele kennen.**



16+

Keine Anmeldung erforderlich.

## NEU: FITTANZ

Tanz & Fitness für Energie,  
Rhythmus und Gesundheit

---

**FZH Linden | mittwochs, 21.01. – 18.03. | 19:00 –  
20:00 Uhr | Kosten für 9 Termine: 63,00 EUR. Mit  
HannoverAktivPass 31,50 EUR | Kursleitung: María  
Tamara Muñoz Lopez**

Der Kurs verbindet Tanz, Fitness und Gesundheit auf spielerische und intensive Weise. Jede Stunde kombiniert Aufwärmen, Tanztherapie, Kräftigungsübungen und Streching, begleitet von energetischer, freudvoller Musik. Die Bewegungen fördern Ausdauer, Kraft, Beweglichkeit, Haltung und innere Balance. Dabei steht der Spaß im Vordergrund: Tanzen, Lachen, Schwitzen und Entspannen. Das Angebot richtet sich an alle Altersgruppen und Fitnesslevels – keine Vorkenntnisse erforderlich. Ziel ist es, Bewegung als Quelle von Gesundheit, Lebensfreude und neuer Energie erlebbar zu machen.

---

**Tanzen für Fitness und Gesundheit. Ein Sport mit Musik und Tanz. Wir machen Kraftübungen. Für alle Altersgruppen.**



16+

Anmeldung unter:  
[fzh-linden@hannover-stadt.de](mailto:fzh-linden@hannover-stadt.de)

## NEU: TAI CHI

Im Fluss der Harmonie für Körper und Seele

---

Lindener Rathaus | samstags, 24.01. - 14.03. (14.02. entfällt) | 10:30 – 11:30 Uhr | **Kosten für 7 Termine: 49,00 EUR. Mit HannoverAktivPass 24,50 EUR | Kursleitung: María Tamara Muñoz Lopez**

---

In einer harmonischen Atmosphäre werden grundlegende Tai-Chi-Übungen für Anfänger\*innen vermittelt, begleitet von entspannender Musik. Die Kombination aus fließenden Bewegungen, bewusster Atmung und achtsamer Körperwahrnehmung hilft, den gesamten Organismus zu aktivieren, die Durchblutung zu fördern und Spannungen zu lösen. Ein besonderer Schwerpunkt liegt auf der korrekten Ausführung und Bedeutung der einzelnen Bewegungen. Der Kurs richtet sich an alle, die Tai Chi von Grund auf erlernen möchten und gleichzeitig Körper, Geist und Atmung in Einklang bringen wollen.

---

Tai-Chi ist ein Sport. Tai-Chi kommt aus China. Wir bewegen uns zu ruhiger Musik.



16+

Anmeldung unter:  
[fzh-linden@hannover-stadt.de](mailto:fzh-linden@hannover-stadt.de)

## GRAFFITI UND STREETART

– ein Praxisworkshop für Erwachsene

---

FZH Linden | Sonntag, 25.01. | 14:00 – 17:00 Uhr | **Kosten: 5,00 EUR. Mit HannoverAktivPass 2,50 EUR | Kursleitung: Jonas Wömpner**

---

Habt ihr es damals als ihr jung wart auch verpasst, das Sprühen auszuprobieren? Dieser Workshop lädt alle Spät-Interessierten ein zu einem kleinen Ausflug in die Welt von Graffiti und Streetart. Wir besuchen die Ausstellung „Street-Art Linden - Neu sortiert“ von Ingolf Bornscheuer im Keller des FZH, aber wollen uns vor allem auch praktisch ausprobieren. Ihr erfahrt mehr über die Geschichte des Graffitis und die Entwicklung von Formen, aber könnt auch selbst gestalten, zeichnen und sprühen.

---

Heute dreht sich alles um Graffiti und andere Kunst auf der Straße. Ihr könnt eine Ausstellung anschauen. Und ihr könnt selbst zeichnen und mit einer Spraydose sprühen.



18+

Anmeldung unter:  
[fzh-linden@hannover-stadt.de](mailto:fzh-linden@hannover-stadt.de)

## KINDER-TÖPFERN

Ab dem 7. Lebensjahr

---

FZH Linden | mittwochs, Kurs (A) 28.01. – 25.02. | mittwochs, Kurs (B) 04.03. – 15.04. (25.03. und 01.04. entfallen) | 15:30 - 17:00 Uhr | **Kosten für 5 Termine: 50,00 EUR. Mit HannoverAktivPass 25,00 EUR | Kursleitung: Moira Fischer**

---

In unserer Töpferwerkstatt sind Kinder ab dem 7. Lebensjahr herzlich willkommen! Ihr könnt euch unter Anleitung mit dem Material Ton vertraut machen und mit verschiedenen Techniken der Aufbaukeramik eigene Dinge kreativ gestalten. Die gebrannten und glasierten Objekte könnt ihr dann später mit nach Hause nehmen.

Hinweis: Die Kurse A und B sind voneinander unabhängig und bauen nicht aufeinander auf.

---

Hier kann jedes Kind Töpfert lernen.



7+

Anmeldung unter:  
fzh-linden@hannover-stadt.de

## YIN & VINYASA YOGA - FORTGESCHRITTENE

Anspannungen lösen und Ausgleich finden

---

FZH Linden | mittwochs, 28.01. – 29.04. | 19:00 – 20:30 Uhr | **Kosten für 14 Termine: 98,00 EUR. Mit HannoverAktivPass 49,00 EUR | Kursleitung: Shana May M'Baye**

---

Gemeinsam praktizieren wir Vinyasa Yoga zum Warmwerden und Yin Yoga für eine tiefere Entspannung. Fortgeschrittene können hier tiefer eintauchen. In dem dynamischen Vinyasa Flow verbindest du deinen Atem mit deiner Bewegung, stärkst deinen Körper und trainierst deine Ausdauer. Vinyasa Yoga hilft dabei abzuschalten. Yin Yoga ist eine ruhige und meditative Praxis, bei der bestimmte Asanas lange gehalten werden. Du kannst mithilfe von Yin Yoga Anspannungen lösen und einen Ausgleich finden.

---

Wir machen Yoga. Der Kurs ist für Fortgeschrittene.



14+

Anmeldung unter:  
fzh-linden@hannover-stadt.de

## ESCAPE GAME UND NÄH-WORKSHOP

Fashion Files: Die Recherche! Escape Game zu den Themen Fast Fashion, Mode & Konsum

---

**FZH Linden | Escape Game: Freitag, 30.01., 17:00 – 20:00 Uhr | Näh-Workshop: Samstag, 31.01., 10:00 – 13:00 Uhr | Kosten: 15,00 EUR. Mit HannoverAktivPass 7,50 EUR | max. 7 Teilnehmende**

Freitag wollen wir gemeinsam einen spannenden Fall lösen: Die Journalistin Aline Abresch recherchiert weltweit zu Mode, Konsum und Fast Fashion. Durch einen Informanten ist sie dem Unternehmen Clearfashion auf die Spur gekommen. Ist der Fast Fashion Gigant in illegale Machenschaften verstrickt? Als die Journalistin und ihr Informant verschwinden, ist die Redaktion alarmiert. Könnt ihr als Recherche-Kollektiv Clearfashion das Handwerk legen, bevor es zu spät ist? Am Samstag gibt es die Möglichkeit, an einem Upcycling-Näh-Workshop teilzunehmen.

---

**Freitag Nachmittag spielen wir ein Escape Game zum Thema nachhaltige Mode. Samstag Vormittag nähen wir zusammen.**



Anmeldung unter:  
fzh-linden@hannover-stadt.de

## YIN & VINYASA YOGA - ANFÄNGER\*INNEN

Anspannungen lösen und Ausgleich finden

---

**FZH Linden | montags, 02.02. – 27.04. (06.04. entfällt) | 18:30 – 20:00 Uhr | Kosten für 12 Termine: 84,00 EUR. Mit HannoverAktivPass 42,00 EUR | Kursleitung: Shana May M'Baye**

Gemeinsam praktizieren wir Vinyasa Yoga zum Warmwerden und Yin Yoga für eine tiefere Entspannung. In dem dynamischen Vinyasa Flow verbindest du deinen Atem mit deiner Bewegung, stärkst deinen Körper und trainierst deine Ausdauer. Vinyasa Yoga hilft dabei abzuschalten und ist für Anfänger\*innen geeignet. Yin Yoga ist eine ruhige und meditative Praxis, bei der bestimmte Asanas lange gehalten werden. Du kannst mithilfe von Yin Yoga Anspannungen lösen und einen Ausgleich finden.

---

**Wir machen Yoga. Der Kurs ist für Anfängerinnen und Anfänger.**



Anmeldung unter:  
fzh-linden@hannover-stadt.de

## KREATIVER KINDERTANZ

Gemeinsam bewegen und Spaß am Tanzen haben!

---

**FZH Linden | freitags, 06.02. – 13.03. | 16:00 – 17:00 Uhr | Kosten für 6 Termine: 24,00 EUR. Mit HannoverAktivPass 12,00 EUR | Kursleitung: Anna Lenz**

---

Wir wollen uns gemeinsam zu Musik bewegen - als kleine Pirat\*innen oder schillernde Glitzerfeen! Hüpfen, toben, schleichen oder auch massieren - im kreativen Kindertanz verbinden wir Bewegung, Spiel, Fantasiewelten und Entspannung. Dabei geht es vor allem um eins: Freude und Gemeinschaft!

Die Tanzpädagogin Anna Lenz öffnet einen wertschätzenden Raum, in dem sich die kleinen Tänzer\*innen über Bewegung selbst erfahren und kreativ entfalten können. Anna ist seit 2022 Teil des Programmteams des TuTs (Schule für Tanz, Clown und Theater) in der Nordstadt.

---

Gemeinsam bewegen wir uns zur Musik. Wir denken uns dabei Geschichten aus.

---



4 - 6

Anmeldung unter:  
[fzh-linden@hannover-stadt.de](mailto:fzh-linden@hannover-stadt.de)

## SPIEL:ZEIT

Spielkultur am Wochenende für die ganze Familie

---

**Familienzentrum Linden-Nord und FZH Linden | sonntags 1 x im Monat: 08.02., 08.03., 12.04., 10.05. (Exkursion) und 14.06. | 14:30 – 16:30 Uhr | kostenfrei**

---

**SPIEL:ZEIT** bietet der ganzen Familie Tanz, Theater, Bewegung, Musik und Kreatives. Der Spaß am gemeinsamen Tun steht im Vordergrund. Kulturschaffende und Künstler\*innen begleiten die Familien durch den Nachmittag und geben spannende Anregungen zum Selbermachen.

**08.02. FZH Linden** - Farben, Kleckse und Papier

**08.03. Familienzentrum Linden-Nord** - Kaleidoskope

**12.04. FZH Linden** - Music Playground

**10.05. Ausflug in den Berggarten**

**14.06. Familienzentrum Linden-Nord** - Dosentelefone

---

Wir spielen zusammen, gestalten und erleben tolle Dinge mit der ganzen Familie!

---



6+

Anmeldung unter:  
[fzh-linden@hannover-stadt.de](mailto:fzh-linden@hannover-stadt.de)

## MITMACH-ZIRKUS IN LINDEN (KURS A)

Ein buntes Angebot mit viel Bewegung, Spaß und einer großen Show!

FZH Linden | montags, 09.02. – 16.03. |

16:45 – 18:45 Uhr | Kosten für 6 Termine: **30,00 EUR.**

Mit HannoverAktivPass **15,00 EUR** | Kursleitung:

Ariel Vidal Avila & Maren Eisler

Zirkus hat viele Gesichter, ist vielseitig und macht Spaß! Bei so unterschiedlichen artistischen Möglichkeiten ist wirklich für alle etwas dabei - etwa Jonglage mit Bällen, Keulen und Diabolos oder Tellerdrehen, Schwingen von Tüchern und Pois, wie auch Stelzenlaufen, Tanz auf dem Drahtseil, das Laufen auf Kugeln, Fahren mit dem Einrad oder Akrobatik. All das könnt ihr ausprobieren und üben – und am Ende in einer gemeinsamen Vorführung präsentieren!

In diesem Kurs machen wir Zirkus. Hier kannst Du viele Dinge üben und probieren. Am Ende machen wir zusammen eine kleine Vorführung.

 **7 - 14**

Anmeldung unter:  
[fzh-linden@hannover-stadt.de](mailto:fzh-linden@hannover-stadt.de)

## KREATIVITÄT UND KLAVIERSPIEL

Ein besonderer Workshop für junge Menschen mit Vorerfahrungen auf dem Klavier.

FZH Linden | Sa., 28.03., 14:00 – 19:00 Uhr, So.,

29.03., 12:00 – 18:00 Uhr (ab 16:30 Uhr Konzert) und

Mo., 30.03. 12:00 – 17:00 Uhr (ab 16:00 Uhr Konzert) |

**Kosten: 21,00 EUR. Mit HannoverAktivPass 10,50**

**EUR | Kursleitung: Laura Mercedes**

Dieser Musikvermittlungsworkshop richtet sich an Kinder ab 8 Jahren, die seit mindestens zwei Jahren Klavier spielen. Die Pianistin Laura Mercedes aus Hamburg verbindet Musik mit anderen kreativen Künsten wie Malen, Tanzen und anderen Hobbys. Gemeinsam entdeckt ihr neue Wege, Gefühle und Ideen am Klavier auszudrücken. Kommt und lasst eurer Kreativität freien Lauf! Bitte bringt die Noten von einem Musikstück mit. Am Samstag und Sonntag veranstalten wir am Ende jeweils ein Labor-Konzert für alle Interessierten (siehe S. 44).

Wir tanzen, hören, malen, schreiben und verbinden das alles mit Klavier spielen.

 **8 - 14**

Anmeldung unter:  
[fzh-linden@hannover-stadt.de](mailto:fzh-linden@hannover-stadt.de)

## MITMACH-ZIRKUS IN LINDEN (KURS B)

Ein buntes Angebot mit viel Bewegung, Spaß und einer großen Show!

---

**FZH Linden | montags, 13.04. – 29.06. (25.05. entfällt) | 16:45 – 18:45 Uhr | Kosten für 11 Termine: 55,00 EUR. Mit HannoverAktivPass 27,50 EUR | Kursleitung: Ariel Vidal Avila**

---

Zirkus hat viele Gesichter, ist vielseitig und macht Spaß! Bei so unterschiedlichen artistischen Möglichkeiten ist wirklich für alle etwas dabei - etwa Jonglage mit Bällen, Keulen und Diabolos oder Tellerdrehen, Schwingen von Tüchern und Pois, wie auch Stelzenlaufen, Tanz auf dem Drahtseil, das Laufen auf Kugeln, Fahren mit dem Einrad oder Akrobatik. All das könnt ihr ausprobieren und üben – und am Ende in einer gemeinsamen Vorführung präsentieren!

---

**In diesem Kurs machen wir Zirkus. Hier kannst Du viele Dinge üben und probieren. Am Ende machen wir zusammen eine kleine Vorführung.**

---



Anmeldung unter:  
[fzh-linden@hannover-stadt.de](mailto:fzh-linden@hannover-stadt.de)

## FERMENTATION FÜR ALLE

Willkommen in der Halt-Bar

---

**Lindener Rathaus | dienstags, 14.04., 21.04., 28.04., 05.05. | 18:00 – 20:00 Uhr | Kosten für 4 Termine: 15,00 EUR. Mit HannoverAktivPass 7,50 EUR | Kursleitung: Julia Speckmann**

---

Schon länger in aller Munde, aber noch nicht in euren Töpfen? Wir entdecken zusammen die uralte Kulturtechnik des Haltbarmachens. Unterstützt werden wir dabei von der Gemüsekiste und Lindener Supermärkten mit Obst- und Gemüsespenden. Vorerfahrungen sind nicht nötig und die Gläser zum Einmachen werden gestellt. Eine Einladung in die faszinierende Welt von Mikroorganismen, Kimchi & Co. - ...und dazu noch so gesund!

---

**Wir schnippeln zusammen Obst und Gemüse. Wir legen es in Gläser. So kann man Essen haltbar machen.**

---



Anmeldung unter:  
[fzh-linden@hannover-stadt.de](mailto:fzh-linden@hannover-stadt.de)

**JANUAR**

1.	Do	
2.	Fr	<b>Winterpause: bis einschließlich 4. Januar</b>
3.	Sa	
4.	So	
5.	Mo	
6.	Di	
7.	Mi	
8.	Do	
9.	Fr	<b>Offene Dunkelkammer</b>
10.	Sa	
11.	So	
12.	Mo	
13.	Di	<b>Zumba</b>
14.	Mi	<b>Erw.-Töpfern</b>
15.	Do	<b>Salsation</b>
16.	Fr	<b>Zumba</b>
17.	Sa	<b>Kreativzone</b>
18.	So	<b>Häkel- und Strick-Treff</b>
19.	Mo	
20.	Di	<b>Zumba, Spiletreff</b>
21.	Mi	<b>FitTanz</b>
22.	Do	<b>Salsation</b>
23.	Fr	<b>Zumba</b>
24.	Sa	<b>Kreativzone, Tai Chi, Kinderkonzert</b>
25.	So	<b>Graffiti-Workshop</b>
26.	Mo	
27.	Di	<b>Zumba</b>
28.	Mi	<b>FitTanz, Erw.-Töpfern, Kinder-Töpfern (A), Yoga</b>
29.	Do	<b>Salsation</b>
30.	Fr	<b>Zumba, Escape-Game</b>
31.	Sa	<b>Kreativzone, Tai Chi, Näh-Workshop</b>

**FEBRUAR**

1.	So	<b>Vergessene DIY's</b>
2.	Mo	<b>Yoga</b>
3.	Di	<b>Zumba</b>
4.	Mi	<b>FitTanz, Kinder-Töpfern (A), Yoga, Japan Vortrag</b>
5.	Do	<b>Salsation</b>
6.	Fr	<b>Offene Dunkelkammer, Zumba, Kindertanz</b>
7.	Sa	<b>Kreativzone, Tai Chi, Saturday Live Fever</b>
8.	So	<b>SPIEL:ZEIT</b>
9.	Mo	<b>Mitmach-Zirkus (A), Yoga</b>
10.	Di	<b>Zumba</b>
11.	Mi	<b>FitTanz, Erw.-Töpfern, Kinder-Töpfern (A), Yoga, Tanztee</b>
12.	Do	<b>Salsation</b>
13.	Fr	<b>Zumba, Kindertanz</b>
14.	Sa	<b>Kreativzone, One Billion Rising</b>
15.	So	
16.	Mo	<b>Mitmach-Zirkus (A), Yoga</b>
17.	Di	<b>Zumba, Spiletreff</b>
18.	Mi	<b>FitTanz, Kinder-Töpfern (A), Yoga</b>
19.	Do	<b>Salsation</b>
20.	Fr	<b>Zumba, Kindertanz, Disco All-In</b>
21.	Sa	<b>Kreativzone, Tai Chi, Bücher-Tausch-Börse</b>
22.	So	
23.	Mo	<b>Mitmach-Zirkus (A), Yoga</b>
24.	Di	<b>Zumba</b>
25.	Mi	<b>FitTanz, Erw.-Töpfern, Kinder-Töpfern (A), Yoga</b>
26.	Do	<b>Salsation</b>
27.	Fr	<b>Zumba</b>
28.	Sa	<b>KlavierWorkshop</b>
29.	Mo	<b>KlavierWorkshop, Labor-Konzert</b>
30.	Di	<b>Yoga, KlavierWorkshop, Labor-Konzert</b>
31.	Fr	<b>Zumba, Kindertanz</b>
1.	Sa	<b>Kreativzone, Tai Chi</b>

**MÄRZ**

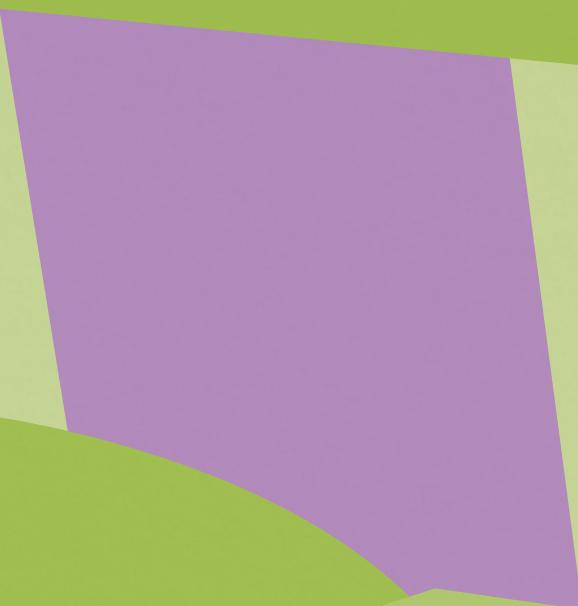
1.	So	<b>Schick am Sonntag</b>
2.	Mo	<b>Mitmach-Zirkus (A), Yoga</b>
3.	Di	<b>Zumba</b>
4.	Mi	<b>FitTanz, Kinder-Töpfern (B), Yoga</b>
5.	Do	<b>Salsation</b>
6.	Fr	<b>Offene Dunkelkammer, Zumba, Kindertanz</b>
7.	Sa	<b>Kreativzone, Tai Chi</b>
8.	So	<b>SPIEL:ZEIT</b>
9.	Mo	<b>Mitmach-Zirkus (A), Yoga</b>
10.	Di	<b>Zumba</b>
11.	Mi	<b>FitTanz, Erw.-Töpfern, Kinder-Töpfern (B), Yoga</b>
12.	Do	<b>Salsation</b>
13.	Fr	<b>Zumba, Kindertanz</b>
14.	Sa	<b>Kreativzone, Tai Chi</b>
15.	Mo	<b>KreativMarkt</b>
16.	Di	<b>Mitmach-Zirkus (A), Yoga</b>
17.	Mi	<b>Zumba, Spiletreff</b>
18.	Do	<b>FitTanz, Kinder-Töpfern (B), Yoga</b>
19.	Fr	<b>Salsation</b>
20.	Sa	<b>Zumba</b>
21.	Mo	<b>Putzmunter</b>
22.	Di	
23.	Mo	<b>Yoga</b>
24.	Di	<b>Zumba</b>
25.	Mi	<b>Erw.-Töpfern, Yoga</b>
26.	Do	<b>Salsation</b>
27.	Fr	<b>Zumba</b>
28.	Sa	<b>KlavierWorkshop</b>
29.	Mo	<b>KlavierWorkshop, Labor-Konzert</b>
30.	Di	<b>Yoga, KlavierWorkshop, Labor-Konzert</b>
31.	Fr	<b>Zumba</b>

**APRIL**

1.	Mi	<b>Yoga</b>
2.	Do	<b>Salsation</b>
3.	Fr	
4.	Sa	<b>Osterpause: bis einschließlich 6. April</b>
5.	Mo	
6.	Di	
7.	Di	<b>Zumba</b>
8.	Mi	<b>Erw.-Töpfern, Kinder- Töpfern (B), Yoga</b>
9.	Do	<b>Salsation</b>
10.	Fr	<b>Zumba</b>
11.	Sa	<b>Kreativzone</b>
12.	Mo	<b>SPIEL:ZEIT, Vergessene DIY's</b>
13.	Di	<b>Mitmach-Zirkus (B), Yoga</b>
14.	Mi	<b>Zumba, Fermentation</b>
15.	Do	<b>Kinder-Töpfern (B), Yoga, Tanztee</b>
16.	Fr	<b>Salsation</b>
17.	Sa	
18.	Mo	<b>PflanzenTauschBörse, Pflanzenkohle</b>
19.	Di	<b>Mitmach-Zirkus (B), Yoga</b>
20.	Mi	<b>Zumba, Spiletreff, Fermentation</b>
21.	Do	<b>Erw.-Töpfern, Yoga, Blind Date Kultur, Kindertheater</b>
22.	Fr	
23.	Sa	<b>Kreativzone</b>
24.	Mo	<b>Salsation</b>
25.	Di	<b>Zumba</b>
26.	Mi	
27.	Do	<b>Mitmach-Zirkus (B), Yoga</b>
28.	Fr	<b>Zumba, Fermentation</b>
29.	Sa	<b>Yoga</b>
30.	Mo	<b>Salsation</b>

# VERANSTALTUNGEN

JANUAR – APRIL



## KINDERKONZERT MIT STELLA LEE & CHU-YIN LIAO

Musik für die Allerkleinsten

Lindener Rathaus | Samstag, 24.01. | 15:00 – 16:00 Uhr |  
**kostenfrei**

2 Musikerinnen + 2 Instrumente

= 1 liebevolle und fröhliche musikalische Reise!

Eltern mit Babys und Kleinkindern sind hier eingeladen, sich von Geige und Klarinette, sanften Klängen und rhythmischen Spielen verzaubern zu lassen. Liegen, wiegen und lauschen sind hier wunderbar. Aber Stillsitzen muss nicht unbedingt sein. Im Gegenteil: Hier darf auch mitgesungen, mitgeschwungen und durch den Raum geflitzt werden.

Musik für Kinder zwischen 0 und 5 Jahren und ihre Begleitpersonen. Musik zum Zuhören. Musik zum Mitmachen.

0 - 5

Keine Anmeldung erforderlich.

## HÄKEL- UND STRICK-TREFF

Zusammen Werkeln mit  
einem Hörspiel für die Ohren

---

FZH Linden | Sonntag, 18.01. | 15:00 – 17:00 Uhr |  
**kostenfrei**

---

Lust auf gemütliches Häkeln und Stricken zu einem spannenden Hörspiel? Dann komm zu unserem Handarbeitstreff. Ob Anfänger\*in oder Profi an Nadel und Garn – bring dein Projekt mit! Gemeinsam lassen wir die Nadeln klappern, tauschen Tipps aus und kommen zu Kaffee und Tee ins Gespräch. Einfach vorbeikommen, mitmachen und Spaß haben!

---

Wir häkeln oder stricken gemeinsam. Dabei hören wir ein Hörspiel. Es gibt Kaffee und Tee. Wir machen es uns gemütlich.



Anmeldung unter:  
[fzh-linden@hannover-stadt.de](mailto:fzh-linden@hannover-stadt.de)

## VERGESSENE DIY'S

Der Kreativtreff

---

FZH Linden | Sonntag, 01.02., 12.04. | 14:00 – 16:30  
Uhr | **kostenfrei** | Kursleitung: Samanta  
(Instagram: [@nur\\_samanta](https://www.instagram.com/@nur_samanta))

---

DER Kreativtreff für alle, die angefangene DIY-Projekte zuhause liegen haben. Das Stapeln hat ein Ende! Entstaubt eure Ideen und kommt vorbei! Wir treffen uns regelmäßig, um gemeinsam an kreativen Projekten wie Stricken, Malen, Miniaturbauten, Nähreperaturen, Schmuckgestaltung oder anderen DIY-Vorhaben weiterzuarbeiten. Hier tauschen sich Hannoveraner\*innen aus und helfen sich gegenseitig. Wer kein Projekt hat, kann an einem kleinen Workshop teilnehmen. Die Workshops variieren.

---

Wir basteln gemeinsam. Zum Beispiel Stricken, Malen oder Nähen. Du kannst deine eigenen Bastelprojekte mitbringen.



Keine Anmeldung erforderlich.

## WÜNSCH DIR WAS

... das Programm und Angebot deines Freizeitheims wächst auch durch deine Interessen.

Vielleicht hast du ja in Zukunft Lust auf...

- Eltern-Kind-Yoga
- Makramee-Workshops
- Weitere Tanz- & Bewegungsangebote

Dies sind nur Beispiele...

Was fehlt DIR in unserem Programmheft?

**Schreib uns doch eine E-Mail mit deinem Wunsch an**  
[fzh-linden@hannover-stadt.de](mailto:fzh-linden@hannover-stadt.de)

## JAPAN ABSEITS DER KLASSISCHEN PFADE

Von den tropischen Stränden Okinawas bis zu den endlosen Weiten Hokkaidos

---

**Lindener Rathaus | Mittwoch, 04.02. | 18:00 – 19:30 Uhr | Kosten: 5,00 EUR | Vortrag: Lynn Benda**

---

Im Sommer 2025 reiste Lynn Benda quer durch Japan – von den tropischen Stränden Ishigakis, das näher an Taiwan liegt als am Rest des Landes, über das pulsierende Tokio und die heißen Quellen Hakones bis zu den weiten Landschaften Hokkaidos hoch im Norden an der Grenze zu Russland. In ihrem Reisevortrag zeigt sie Japan jenseits der bekannten Routen, erzählt von Begegnungen mit Menschen, kulinarischen Highlights, Naturerlebnissen und wie es ist, eine Tsunami-Warnung live zu erleben. Der kurzweilige Reisebericht ist eine Einladung, das Land neu zu entdecken.

---

Lynn Benda reiste im Sommer 2025 durch Japan. Sie besuchte viele Orte im Land. Lynn erzählt uns von ihrer Reise. Sie zeigt uns Japan anders als üblich.

---



12+

Anmeldung unter:

[fzh-linden@hannover-stadt.de](mailto:fzh-linden@hannover-stadt.de)

## SATURDAY LIVE FEVER

Musik zum Hören & Mitmachen  
mit dem SessionRoom Project

---

**FZH Linden | Samstag, 07.02. | 15:00 – 21:30 Uhr | kostenfrei**

---

Der SessionRoom Project e.V. stellt sich vor und lädt herzlich dazu ein, in die Welt der Musik einzutauchen!

**15:00 Uhr:** Welcome Lounge

**15:30 Uhr:** Bühne mit Instrumenten & Technik zum Ausprobieren

**18:00 Uhr:** Soundcheck zum Zuschauen

**19:00 Uhr:** Live-Konzert mit einer Band aus Hannover

**20:30 Uhr:** Offene Jam-Session zum Mitmachen und Tanzen in entspannter Atmosphäre.

Getränke und Snacks sind vor Ort erhältlich.

[mu' zi?k] für alle!

---

Heute dreht sich alles um Musik. Ihr könnt zuhören und mitmachen. Am Abend wollen wir auch tanzen.

---



0+

Keine Anmeldung erforderlich.

## TANZTEE FÜR DIE GENERATION PLUS

Ob allein, zu zweit oder in der Gruppe:  
Tanzen macht glücklich!

---

**FZH Linden | Mittwoch, 11.02. | 14:00 – 16:00 Uhr | mit dem KSH Linden | kostenfrei**

---

Tanzen und Tee im Freizeitheim Linden! Wir spielen Evergreens, altbekannte Lieder, Schlager und auch Moderneres. Da kann bestimmt niemand stillsitzen. Gemeinsam mit dem Kommunalen Seniorenservice Hannover laden wir herzlich zum Schwofen und Mischwingen ein. Ein unvergesslicher Nachmittag voller Musik und Spaß. Für Wasser, Tee und Kaffee ist gesorgt.

---

Tanzen für Menschen bis 99 Jahren.

Wir reden, tanzen und verbringen  
gemeinsam eine gute Zeit.



60+

Anmeldung unter:  
[fzh-linden@hannover-stadt.de](mailto:fzh-linden@hannover-stadt.de)

## ONE BILLION RISING

Weltweite Tanzdemo gegen Gewalt an Frauen und Mädchen

**Kröpke | Samstag, 14.02. | 12:30 – 13:30 Uhr | mit den Frauenbeauftragten der Region und der Stadt, Faust e.V., Notruftelefon für Frauen, kargah e.V., Kulturbüro Linden Süd, Fliegende Blume Kunst hilft e.V., STZ Weiße Rose Mühlenberg, Violetta e.V. | kostenfrei**

One Billion Rising ist die größte weltweite Kampagne zur Beendigung von Gewalt gegen Frauen und Mädchen. Sie wurde im September 2012 von Eve Ensler initiiert und findet jährlich in ca. 190 Ländern statt. Wir laden euch ein, am Kröpke gegen Gewalt an Frauen und Mädchen zu tanzen. Der gemeinsame Tanz wird angeleitet. Neben einigen Reden gibt es Musik von der Trommelschule Illu und Aufführungen von Künstler\*innen. Wir zeigen unsere kollektive Stärke und unsere globale Solidarität über alle Grenzen hinweg. Setzen wir ein Zeichen!

**Wir tanzen zusammen. Damit es keine Gewalt an Frauen und Mädchen mehr gibt. Es tanzen viele Menschen auf der ganzen Welt.**



0+

Keine Anmeldung erforderlich.

## DISCO ALL-IN

Für alle Menschen ab 14 Jahren, mit und ohne Beeinträchtigung

**FZH Linden | Freitag, 20.02. | 18:00 – 21:00 Uhr | Eintritt: 2,00 EUR. Für Gruppen ab 8 Personen und mit HannoverAktivPass 1,00 EUR**

Im Freizeitheim Linden geht die Post ab! Unter dem Motto „Nach dem Fasching ist vor dem Fasching“ feiern wir auch nach Aschermittwoch. Verkleiden ist weiterhin erlaubt! Alle Menschen ab 14 Jahren sind herzlich eingeladen, bei bunten Lichtern und fetziger Musik zu tanzen, den Alltag zu vergessen und das Leben zu feiern. Hier ist jede Tanzbewegung willkommen – hauptsache, ihr seid ganz ihr selbst und habt Spaß! Unser DJ sorgt für die passende Stimmung.

In Zusammenarbeit mit dem NiL e.V. und Schüler\*innen der BBS2. Disco ohne Alkohol.

**Wir tanzen zusammen und machen eine Disco für alle Menschen. Wir können uns dazu verkleiden.**



14+

Anmeldung unter:  
[fzh-linden@hannover-stadt.de](mailto:fzh-linden@hannover-stadt.de)

## BÜCHER-TAUSCH-BÖRSE

Komm vorbei und schenke Büchern neues Leben!

---

FZH Linden | Samstag, 21.02. | 14:00 - 16:00 Uhr |  
kostenfrei

Deine Regale platzen vor ausgelesenen Geschichten?  
Du bist auf der Suche nach neuem Lesestoff?  
Dann komm vorbei! Bring alte Bücher mit (bitte maximal 5 Stück!) und tausche sie gegen neue Schätze ein – egal, ob Fantasy, Krimi, Graphic Novel, Kinder- oder Sachbuch. Hauptsache, die Bücher sind in gutem Zustand. Da bei den letzten Börsen einige Exemplare übrig geblieben sind, bitten wir euch nicht getauschte Bücher wieder mit nach Hause zu nehmen.

---

Du kannst fünf Bücher tauschen. Die Bücher müssen in einem guten Zustand sein.



9+

Keine Anmeldung erforderlich.

## SCHICK AM SONNTAG

Ein Frauen\*flohmarkt mit  
Musik, Wein, Kaffee & Kuchen

---

FZH Linden | Sonntag, 01.03. | 11:00 – 17:00 Uhr |  
für Besucher\*innen kostenfrei

Beim Frauen\*flohmarkt wartet eine bunte Auswahl an Kleidung, Taschen, Schuhen und Accessoires auf neue Besitzer\*innen. Hier könnt ihr stöbern, euch inspirieren lassen und ins Gespräch kommen. Nachhaltig, bezahlbar und mit Liebe ausgewählt - perfekt, um zum Frühling und Sommer eure Gaderobe aufzufrischen und vielleicht das ein oder andere Lieblingsstück zu finden. Du möchtest selbst verkaufen? Die Teilnahme wird ausgelost. Alle Informationen dazu findest du rechtzeitig auf [www.fzh-linden.de](http://www.fzh-linden.de).

---

Du kannst gebrauchte Frauenbekleidung kaufen und verkaufen.



0+

Für Besucher\*innen  
keine Anmeldung erforderlich.

## KREATIVMARKT

DER Markt für Design- und Kunsthandwerk

---

Lindener Rathaus | Sonntag, 15.03. | 11:00 – 18:00  
Uhr | kostenfrei

---

Bei unserem bunten Markt findest du allerlei Schätze! Schmuck, Textiles, Einrichtungsgegenstände, Gebrauchskeramik, Kunstdrucke, Kosmetik, Lebensmittel und vieles mehr. Alles selbstgemacht und nachhaltig. Das Ganze mit musikalischer Untermalung, Speisen und Getränken sowie vielen Kursen & Workshops, wie zum Beispiel Terazzo, Naturkosmetik oder Linoldruck.

---

Wir machen einen Markt. Hier kannst du selbstgemachte Sachen kaufen und an verschiedenen Kursen teilnehmen.



0+

Keine Anmeldung erforderlich.

## PUTZMUNTER

Natürlich auch in Linden!

---

FZH Linden | Samstag, 21.03. | 10:00 – 12:00 Uhr |  
kostenfrei

---

Auf den Müll! Fertig! Los!: Wir machen mit beim großen Frühjahrsputz von aha und Hannover sauber. Säcke, Handschuhe und Werkzeuge werden gestellt, ein kleiner Snack zur Belohnung am Ende natürlich auch. Zusammen für unseren schönen Stadtteil und mehr Umweltbewusstsein!

---

Wir machen unseren Stadtteil sauber.  
Wir sammeln Müll.



0+

Keine Anmeldung erforderlich.

## LABOR-KONZERTE

Einblicke in KREATIVITÄT UND KLAVIERSPIEL

---

FZH Linden | Sonntag, 29.03. und Montag, 30.03. |  
So., 16:30 – 17:30; Mo., 16:00 – 17:00 Uhr |  
Projektleitung: Laura Mercedes | **kostenfrei**

---

Die Teilnehmenden des Workshops „Kreativität und Klavierspiel“ (siehe S.25) machen für euch am Ende der Kurstage Klaviermusik erlebbar – das Publikum wird Teil des Ganzen! Die Labor-Konzerte ermöglichen allen Interessierten, interaktiv an der Erfahrung der interdisziplinären Klavermethode von Laura Mercedes teilzuhaben. Bringt euch gerne etwas zu essen und zu trinken mit, es wird ein besonderes Erlebnis.

---

Ein Konzert mit Klavier, Musik, Bewegung, Geschichten und Kunst. Du kannst mitmachen und bist wichtig für das Konzert.



Anmeldung unter:  
[fzh-linden@hannover-stadt.de](mailto:fzh-linden@hannover-stadt.de)

## TANZTEE MIT SPEED-DATING

Tanzglück und neue Bekanntschaften für die Generation Plus!

---

FZH Linden | Mittwoch, 15.04. | 14:00 – 16:00 Uhr |  
mit dem KSH Linden | **kostenfrei**

---

Ein Tanztee mit Speed-Dating im Freizeitheim Linden! Lernen Sie neue Menschen kennen und tanzen Sie gemeinsam. Wir spielen Evergreens, altbekannte Lieder, Schlager und auch Moderneres. Da kann bestimmt niemand stillsitzen. Gemeinsam mit dem Kommunalen Seniorenservice Hannover laden wir zum Schwofen und Mitschwingen ein.

Ein unvergesslicher Nachmittag voller Musik, Kennenlernen und Spaß. Für Wasser, Tee und Kaffee ist gesorgt.

Tanzen für Menschen bis 99 Jahren. Wir reden, tanzen und verbringen gemeinsam eine gute Zeit.



Anmeldung unter:  
[fzh-linden@hannover-stadt.de](mailto:fzh-linden@hannover-stadt.de)

## AUF DIE PFLANZE - FERTIG - LOS!

Die Pflanzen- und SamenTAUSCHbörse  
im FZH Linden

---

FZH Linden | Sonntag, 19.04. | 14:00 – 17:00 Uhr |  
**kostenfrei**

---

Tauscht untereinander Pflanzen, Samen, Setzlinge oder anderes Grünzeug. So kann jede\*r auf einfache Weise eine große Vielfalt in die Wohnung oder den Garten zaubern. Außerdem kann man wunderbar fachsimpeln und Erfahrungen über verschiedene Pflanzen und Hausmittel gegen Trauermücken etc. austauschen.

Kein Verkauf, nur Tauschen oder Verschenken.

---

Wir tauschen Pflanzen und Samen aus.  
Wir sprechen über unsere Erfahrungen mit  
Pflanzen.

---



15+

Keine Anmeldung erforderlich.

## PFLANZENKOHLE FÜR TERRA PRETA

Gemeinsam für einen reichhaltigen Boden –  
ein Workshop parallel zur Pflanzentauschbörse

---

FZH Linden + PaGaLiNo | Sonntag, 19.04. | 14:00 –  
17:00 Uhr | **kostenfrei** | Workshopleitung: Regina  
Behme von PaGaLiNo

---

Wir stellen in einem Pyrolyse-Ofen Pflanzenkohle her. Als Brennmaterial können Tannenzapfen, Pelletz und Nusschalen sowie kleine Holzstücke dienen. Dabei nutzen wir die Hitze des Ofens und bereiten zusammen eine Gemüsepflanne zu. Am Ende löschen wir die Kohle ab, damit sie nicht zu Asche verbrennt. Diese Kohle verarbeiten wir zu Terra Preta. Der Workshop startet mit einem kleinen theoretischen Teil im FZH, u.a. zum Vererden von Bokashi mit der Pflanzenkohle. Daran schließt ein praktischer Teil im Palettengarten PaGaLiNo direkt neben dem FZH an.

---

Wir stellen unseren eingenen Dünger her.  
Wir stellen unsere eigene Erde her.

---



8+

Keine Anmeldung erforderlich.

## BLIND DATE KULTUR

Ein überraschendes Treffen mit der Kultur

**Treffpunkt: Haltestelle Nieschlagstraße | Mittwoch, 22.04. | 17:00 Uhr | kostenfrei**

Das Blind Date Kultur ist eine außergewöhnliche Begegnung von Kunst, Kultur und Menschen an einem solchen Ort im Stadtteil, wo dies so üblicherweise nicht stattfindet - ein spannendes Experiment für das Publikum und für die Kulturschaffenden zugleich.

Musik, Theater, Malerei, Tanz und vieles mehr kann sich hinter der Veranstaltung verbergen. Wer neugierig geworden ist, kann einfach mal hingehen und sich überraschen lassen. Gerne auch mehrmals, denn jedes Blind Date Kultur ist anders.

Eine Veranstaltung, bei der die Menschen nicht wissen, was passiert. Lass Dich überraschen!



Anmeldung unter:  
[fzh-linden@hannover-stadt.de](mailto:fzh-linden@hannover-stadt.de)



## FOLGST DU UNS SCHON AUF INSTAGRAM?

VERPASSE KEINE AKTIONEN UND VERANSTALTUNGEN

## KENNST DU UNSEREN NEWSLETTER?

JETZT ABONNIEREN UND IMMER INFORMIERT SEIN



## DER KLEINE ANGSTHASE

Ein Kindertheaterstück von der Berliner Theatergruppe Artisanen

---

FZH Linden | Mittwoch, 22.04. | 10:30 Uhr |

**Kosten: Kinder & Erwachsene je 5,00 EUR. Mit HannoverAktivPass Erwachsene 2,50 EUR, Kinder kostenfrei | Kinder mit Begleitung**

---

Der kleine Angsthase fürchtet sich vor Dunkelheit, vor Hunden, Gespenstern und großen Jungen. Er fürchtet sich eigentlich vor allem. Seine Großmutter fürchtet sich ebenfalls vor allem Unbekannten. Doch plötzlich geschieht etwas Unerwartetes, was für den kleinen Angsthasen eine große Wendung bedeutet. Er überwindet seine Angst, als der Fuchs den ganz kleinen Hasen Uli holen will.

---

Der kleine Angsthase fürchtet sich vor allen Dingen. Vor Hunden und großen Jungen, er hat Angst vor Dunkelheit und Gespenstern. Doch dann wird er mutig.

---

4 - 8

Anmeldung unter:  
[fzh-linden@hannover-stadt.de](mailto:fzh-linden@hannover-stadt.de)

## ANSPRECH-BAR

Unsere Ansprech-Bar mit Tee & Keksen im Foyer des Freizeitheims ist von 15:30 – 17:00 Uhr geöffnet am:

- Montag, 12.01.
- Mittwoch, 11.02.
- Donnerstag, 12.03.
- Dienstag 07.04.

Komm vorbei.

Wir freuen uns auf deine Ideen!

## WÜNSCH DIR WAS

... das Programm und Angebot deines Freizeitheims wächst auch durch deine Interessen.

# TIPPS IN DER NÄHE

UNSERE EMPFEHLUNG

## CHORSINGEN NUR FÜR MÄNNER

Der Kulturtreff Kastanienhof Limmer lädt ein!

---

Villa Kastanie | Donnerstag, 22.01. + 29.01. | 19:30 – 21:30 Uhr | **Kosten: 10,00 EUR** | Anmeldung bis 12.01. | Chorleitung: Martina Wagner

---

Alle Männerstimmen, die einmal das mehrstimmige Singen in einer Gemeinschaft ausprobieren wollen oder schon länger nicht mehr gesungen haben, sind herzlich eingeladen! Wir werden an zwei Terminen ein bunt gemischtes Repertoire einstudieren, u.a. von den Comedian Harmonists.

---

Männer singen gemeinsam im Chor.



18+

Anmeldung bei:  
Charlotte Ost, 0511 - 168 45064

## NETZWERKE UND STADTTEILRUNDEN

Wir freuen uns über euer Interesse

- Kinder- & Jugendforum Linden Nord
- Koordinierungskreis Mediennetz
- Bündnispartner im Menschenrechtsbündnis
- Schule:Kultur
- Lesementoring
- KinderKulturAbo
- Luftsprünge/Feriencard
- Seniorennetzwerk Linden

Weitere Informationen unter: [www.fzh-Linden.de](http://www.fzh-Linden.de)

## EINLASSVORBEHALT

Das Team des Freizeitheims behält sich vor, von seinem Hausrecht Gebrauch zu machen und Personen, die (rechts)extremen Parteien oder Organisationen angehören, der (rechts)extremen Szene zuzuordnen sind oder bereits in der Vergangenheit durch extremistische, rassistische, nationalistische, antisemitische oder sonstige diskriminierende Äußerungen in Erscheinung getreten sind, den Zutritt zu Veranstaltungen zu verwehren oder sie von diesen auszuschließen. Jegliche Film-, Ton- und/oder Videoaufnahmen, die nicht mit der Geschäftsleitung vorab besprochen wurden, sind nicht erlaubt.

## FRÜHLINGSBLUMEN

- zum Ausmalen und Entspannen. Viel Spaß damit!



Landeshauptstadt

Hannover

**STADT  
TEIL  
KULTUR.**  
Freizeitheim Linden

## LANDESHAUPTSTADT HANNOVER

Der Oberbürgermeister, Bereich Stadtteilkultur

### Freizeitheim Linden

Windheimstraße 4  
30451 Hannover

fzh-linden@hannover-stadt.de  
+49 511 168 44 897

### IMPRESSUM

**Redaktion:** Lilian Martinez Miguel, Nina Neuhaus,  
Julia Speckmann, Poisy

**Layout und Grafik:** Constanze Hopff, constanzehopff.de

**Druck:** Wir machen Druck GmbH

**Auflage:** 1500 Exemplare gedruckt auf 100% Recyclingpapier,  
Blauer Engel FSC

**FREIZEITHEIM  
LINDEN**

[www.fzh-linden.de](http://www.fzh-linden.de)

