

## Donnerstagabendprogramm mit Gästen

14. Dezember, 19.30 Uhr  
*Interreligiöse Gespräche: Chanukka feiern*  
Der Landesrabbiner der Liberalen jüdischen Gemeinde Hamburg, Dr. Moshe Navon, war schon einmal mit seiner Ehefrau in unserer Gemeinde zu Gast. Sie haben aus dem jüdischen Glaubensleben erzählt und mit uns gesungen und getanzt. Es war ein inspirierender und berührender Abend! Nun kommt Rabbi Navon am Vorabend von Chanukka zu Besuch. Er führt uns in das jüdische Lichterfest ein, in dem, wie in unserem Advent, Kerzen eine große Rolle spielen. In Erinnerung an eine alte jüdische Geschichte (vor fast 2200 Jahren erhoben sich die Juden gegen die heidnischen Tyrannen, reinigten den Tempel und weihten ihn acht Tage lang ein) werden acht Kerzen angezündet - ein Symbol der Hoffnung gegen jede Form von Unmenschlichkeit. Rabbi Navon sagt: "Wir können das Licht der inneren Lebendigkeit und Ehrlichkeit jetzt in dieser Zeit wieder anzünden. Wir können nun verstehen, daß dies von uns selbst und genau jetzt abhängt! Chanukka heißt ja übersetzt Wieder-Erneuerung!"

11. Januar, 19.30 Uhr  
*Das aramäische Christentum: Erbe und Zukunft Mit aramäischen Gästen*  
Die Kontakte unserer Gemeinde zu den aramäischen Christen werden gegenwärtig noch einmal enger. Eine Erzieherin aus der Kita war zu einem sechswöchigen Sabbatical in den aramäischen Heimatklöstern in der Türkei. Grund genug, etwas mehr zu erfahren! Was macht die Kultur und der Glaube des uralten aramäischen Christentums aus? Und wie stellt sich die Zukunft dar, in seinen Herkunftsländern und in unserer Kultur?

18. Januar, 19.30 Uhr  
„GosBill“ ist unser Gospelchor in Billstedt. Begonnen als Projekt, probt er nun wöchentlich mit Lust und Laune. Wer Gospelmusik und Singen mag und Spaß an Auftritten hat, ist hier richtig! Speziell der dritte Donnerstag im Monat eignet sich zum Hineinschnuppern für Neue. Infos bei Claus Kühner unter 0175 / 40 80 581.

## Donnerstagabendprogramm mit Gästen

25. Januar, 19.30 Uhr  
*Elisabeth Rütter: Die Kunst des Miteinanders lernen Wie wir Konfliktmuster aufbrechen und trennende Gegensätze in ein harmonisches Miteinander verwandeln*  
Mal ist es der sture Kollege, mal der eigensinnige Partner oder die anstrengende Chefin, an denen wir uns abarbeiten. In regelmäßig wiederkehrenden Situationen erfahren wir, wie ungeklärte Konflikte das Miteinander sabotieren, uns demotivieren, Entwicklungen blockieren. Elisabeth Rütter ist erfahrene Supervisorin, Coach und Trainerin für Unternehmen und in eigener Praxis. Sie erklärt Dynamik und Ursachen dieser Konflikte und erläutert Techniken, mit denen wir eigene und fremde Überzeugungen in Auseinandersetzungen erkennen, trennende Gegensätze bewegen und Verstrickungen lösen können.

08. Februar, 19.30 Uhr  
*Dr. Andreas Biebl: Das Geschenk der Berührung*  
Der erfahrene Kinderarzt und Öjendorfer Dr. Andreas Biebl berichtet aus seiner Praxis, wie wichtig Berührung ist. "Wie lernt ein Mensch, zunächst sich selbst zu lieben, um dann seinem Nächsten zeigen zu können, daß er ihn genauso liebt, wie sich selbst? Welche Rolle spielt dabei der Körperkontakt?" Wir freuen uns auf einen interessanten Abend mit viel Raum für lebendigen Austausch.

15. Februar, 19.30 Uhr  
„GosBill“: Der Gospelchor mit Claus Kühner

22. Februar, 19.30 Uhr  
*Karl-Ulrich Meves, Gerhard Bothe: Lukas, Momo und die unendliche Geschichte der Phantasie.*  
An diesem Abend geht es um das Werk des berühmten Kinderbuchautors Michael Ende, dessen Klassiker genauso sinnreich und bereichernd für Erwachsene sind. Der Schauspieler Karl-Ulrich Meves liest ausgewählte Passagen vor, die zum Weiterdenken und Erzählen anregen.

**Immer wieder montags**  
Der Montag im Mehrgenerationenhaus bietet ein buntes Spektrum von festen und wechselnden Angeboten! Neben einem kostengünstigen Frühstücksbuffet, das für jede/n von 09.30 Uhr bis 12.30 Uhr geöffnet ist, gibt es die Möglichkeit, kleinere oder größere Handarbeiten zu fertigen. Ansonsten steht jeder Montag unter einem eigenen Motto: Ob Spielen & Klönen, ein Vortrag oder Bingo – hier ist für jede/n etwas dabei!

- 04.12. Bewegung, Musik und Spaß mit Brunhilde
- 11.12. Handarbeiten mit Angelika
- 18.12. Bingo  
- Ferien -
- 08.01. Vortrag und Gespräch: Geburtstag
- 15.01. Spiele und Klönen
- 22.01. Handarbeiten mit Angelika
- 29.01. Bingo
- 05.02. Vortrag und Gespräch: Karneval
- 12.02. Spiele und Klönen
- 19.02. Wii Bowling
- 26.02. Bingo

Jeden Montag ab 09.30 Uhr  
Ort: Merkenstraße 4

**Spiel- und Denkrunde für Senioren**  
Jeden Montag treffen sich mitten im Leben stehende Senioren bei Kaffee und Keksen im Mehrgenerationenhaus, um miteinander zu klönen und Spaß zu haben. Umrahmt werden diese Treffen mit Spielangeboten, die Geist und Seele trainieren und zum Mitdenken anregen. Die nette Runde freut sich auf neue Menschen!

Jeden Montag von 10.30 bis 12.00 Uhr

**Kostenlose Rechtsberatung im Job-Café**  
Mit dem Anwalt Wolfhard Klatt haben wir einen kompetenten Ansprechpartner bei rechtlichen Fragen vor Ort. Für Gespräche und Beratung rund um arbeitsrechtliche Themen steht Herr Klatt allen Interessierten einmal im Monat zur Verfügung.

Dienstag, 12. Dezember, 10.00 bis 11.30 Uhr  
Dienstag, 30. Januar, 10.00 bis 11.30 Uhr  
Dienstag, 20. Februar, 10.00 bis 11.30 Uhr



**Computerzeit im MGH**  
Ist Ihr Computer für Sie manchmal ein Buch mit sieben Siegeln? Dann sind Sie nicht allein! Immer wieder sonntags gibt es Brötchen im MGH - und Menschen, die Ihre Fragen und Probleme mit dem PC aufgreifen. Nach einem gemeinsamen thematischen Einstieg leiten wir zu Ihren mitgebrachten Fragen über, die wir in der Gruppe zu klären versuchen.

Sonntag, 21. Januar, 12.30 bis 15.30 Uhr



## Winterpause im MGH

Zwischen dem 21. Dezember und dem 8. Januar finden im Mehrgenerationenhaus keine Veranstaltungen statt. Wir wünschen Ihnen feierliche und fröhliche Tage, mit Muße und weihnachtlichem Zauber. Kommen Sie gut rein ins neue Jahr!

Wir freuen uns auf ein gemeinsames 2018,  
*Ihr MGH-Team*

**Kinderhotel**  
Ein Angebot für alle, die gern mal wieder ins Theater gehen möchten oder die ganze Nacht lang tanzen. Wir sorgen dafür, daß Ihre Kinder während dieser Zeit gut aufgehoben sind! Es gibt ein buntes Programm, Geschichten und Spiele. Und dann wird gemeinsam in der KiTa in der Merkenstraße übernachtet! Das Kinderhotel endet jeweils am Sonntag nach dem Frühstück um 10.00 Uhr.

Kosten: 30 Euro; Geschwisterkinder 20 Euro.

Samstag, 16. Dezember, 16.30 Uhr  
Samstag, 24. Februar, 16.30 Uhr

**Kindertreff Billstedt**  
Am 16. Dezember findet von 10.00 bis 12.00 Uhr eine kleine Weihnachtsfeier mit unseren Gästen aus dem Billstieg statt. Von 12.30 bis 14.30 Uhr treffen sich afrikanische Kinder im Alter von 4 bis 10 Jahren. Auch hier wird es eine kleine Weihnachtsfeier geben. Wegen eventuell anstehender Änderungen können wir noch keine Termine für Januar und Februar benennen. Nachfragen bitte bei Gabriele Franz, Hilfspunkt e.V., unter 040/ 652 12 93.

Ort: Billstedter Hauptstraße 90 (Gemeindehaus)

**Wohlspannung trotz(t) Pflegesituation**  
Menschen, die Angehörige pflegen, befinden sich oft in einer kräftezehrenden Situation. Ihnen fehlt die Muße zur Selbstfürsorge. Mit ausgewählten Elementen aus Rückenschule, Dehnung, Yoga und Entspannungstraining wird die Wahrnehmung für den eigenen Körper und dessen Bedürfnisse geschult. Das individuell angepaßte Übungsprogramm kann leicht in den Alltag integriert werden, um Kraft zu tanken und in belastenden Situationen für sich sorgen zu können.

Mittwoch, 28. Februar, 17.00 bis 20.00 Uhr  
Ort: Merkenstraße 4

Eine Anmeldung ist unbedingt erforderlich!  
040/ 306 20 436  
info@hamburgerangehoerigenschule.de

**Büchercafé**  
Jeden Dienstag können Sie von 15.00 bis 17.00 Uhr im Büchercafé aus dem großen Angebot gegen eine kleine Spende Bücher auswählen. Bei den Lesungen und dem Schriftstelleraustausch können Sie bei uns Kaffee und Kuchen genießen.



An jedem ersten Dienstag im Monat laden wir zu einem **Austausch über Schriftsteller** ein: Welches Buch hat mir besonders gefallen, worüber läßt sich diskutieren, welches Buch kann ich empfehlen... Sie sind herzlich willkommen!



Dienstag, 05. Dezember, 15.00 Uhr  
*Adventliches Büchercafé*  
Bei Punsch und Keksen ist jede/r herzlich eingeladen, lustige oder besinnliche Gedichte und Kurzgeschichten zum Thema Advent und Weihnachten mitzubringen.

Dienstag, 06. Februar, 15.00 Uhr  
*Bertolt Brecht*

**Lesungen im Büchercafé**  
Dienstag 30. Januar, 15.00 Uhr  
*„Deich Mortale“: Ein Krimi aus den Vier- und Marschlanden von Silke Schopmeyer*  
Seit Tagen ist Flavio Mantova unauffindbar. Was hat er in Curslack und Neuengamme gesucht? Getrieben von Hausdame Erne wird Junghotelier Karlo zum Aufklärer wider Willen. In der vermeintlichen Dorfidylle mit Gesangsverein, Sonderlingen und engstirnigen Amtschimmeln tauchen immer neue Fragen auf. Die Autorin stellt uns den ersten Band ihrer Deichkrimireihe vor.

Dienstag, 27. Februar, 15.00 Uhr  
*„Großes Kino - Freddie Nietschs 4. Fall“; Hugo Lobeck*  
Eine zickige Schöne, die sich als Filmstar entpuppt, springt auf der Flucht vor Gangstern in Nietschs Auto. Kurz darauf entführen sie seinen Neffen, um ihn gegen die Diva auszutauschen. Die Luft wird immer bleihaltiger, und Freddie steckt in einem internationalen Komplotz. Hugo Lobeck ist u.a. als freier Künstler und Autor tätig.



Weitere Informationen zu den Veranstaltungen und zur Arbeit des Mehrgenerationenhauses erhalten Sie im MGH-Büro.



## MGH-Büro

Merkenstraße 4  
22117 Hamburg  
Telefon 040/ 714 03 200

[mehrgenerationenhaus@doppelfisch.de](mailto:mehrgenerationenhaus@doppelfisch.de)

[www.mehrgenerationenhaeuser.de/hamburg-billstedt](http://www.mehrgenerationenhaeuser.de/hamburg-billstedt)

Ansprechpartner: Rainer Picker und Kai Schiffer

## Kirchenbüro

Merkenstraße 4  
22117 Hamburg  
Telefon 040/ 712 02 79  
Mo, Di, Do, Fr 10-12 Uhr



[kirchenbuero@doppelfisch.de](mailto:kirchenbuero@doppelfisch.de)

[www.doppelfisch.de](http://www.doppelfisch.de)

Ansprechpartnerin: Sabine Riecken

## NEUIGKEITEN ...

Sie möchten immer aktuell informiert sein?  
Dann bestellen Sie doch mal unseren elektronischen  
**Newsletter!**  
Schicken Sie einfach eine Email mit Ihrer Email-  
adresse an [mehrgenerationenhaus@doppelfisch.de](mailto:mehrgenerationenhaus@doppelfisch.de),  
und Sie werden in den Verteiler aufgenommen.

... AUS DEM MGH

## Regelmäßige Veranstaltungen

[Merkenstraße 4]

**Elterncafé mit der Kita**  
montags, mittwochs, freitags 08.00 bis 09.00 Uhr

**Job-Café für Arbeitssuchende**  
www.jobcafe-billstedt.de  
dienstags und freitags 09.00 bis 12.30 Uhr

**Frühstück**  
dienstags, mittwochs, freitags 09.00 bis 11.00 Uhr

**Büchercafé**  
jeden 1. und letzten Dienstag 15.00 bis 17.00 Uhr

**Café-Treff mit Hebammenberatung**  
mittwochs 10.00 bis 12.00 Uhr

**Donnerstagabendprogramm mit Gästen**  
jeden 2., 3. und 4. Donnerstag 19.30 Uhr

**Alle-Welt-Frauen-Treff**  
jeden 1. und 3. Mittwoch 15.00 Uhr

Auskunft zu diesem Treff erhalten Sie unter 713 14 95.

**Seniorenkreis**  
donnerstags 14.00 Uhr

**Seniorengymnastik** mit Renate Herrmann-Tonn  
mittwochs 10.45 Uhr (mit Anmeldung)

**Yoga** mit Renate Herrmann-Tonn  
montags und mittwochs (nur mit Anmeldung)

## Regelmäßige Veranstaltungen

[Merkenstraße 4]

**Nachbarschaftstreff mit der Hansa**  
jeden 1. und 3. Montag 14.15 bis 16.15 Uhr

**Töpfern für Kinder und Erwachsene**  
donnerstags (gerade Woche) 17.30 bis 21.00 Uhr  
[Töpferkeller Merkenstraße]

Informationen zu diesen beiden Gruppen erhalten Sie bei Marianne Wölk unter 712 45 52.

**Feldenkrais**  
montags 18.00 bis 19.30 Uhr  
kostenlose Probestunde nach Vereinbarung

**Sprechstunde im MGH-Büro**  
mittwochs 15.00 bis 16.30 Uhr

**SeniorPartner Diakonie**  
dienstags 10.00 bis 13.00 Uhr  
**Bunte Runde - Für Senioren mit Betreuungsbedarf**  
jeden 2. Donnerstag; bitte mit Voranmeldung

Weitere Informationen unter 32 96 58 66.

[Billstedter Hauptstraße 90]

**Seniorenkreis**  
montags 14.00 bis 16.00 Uhr

**Kleiderkammer**  
mo, di, do 10.00 bis 13.00 Uhr

**Zwei tolle Läden unter einem Dach!**  
**Einkaufsmöglichkeiten für alle Generationen und Gelegenheiten in der Billstedter Hauptstraße 86-90**

Im **Umsonstladen KOSTwenig** gibt es Dinge aller Art.  
[Träger: Umsonstladen Hamburg Billstedt e.V.]

### Öffnungszeiten

Dienstag 10.00 bis 13.00 Uhr  
Freitag 13.00 bis 16.00 Uhr  
jeden 2. Samstag im Monat  
11.00 bis 14.00 Uhr

☎ 040/ 360 95 823



Die **Kleiderkammer Billstedt** bietet vielfältige Second-Hand-Kleidung für Erwachsene.  
[Träger: Ev.-Luth. Kirchengemeinde in Schiffbek und Öjendorf]

### Öffnungszeiten

Montag 10.00 bis 13.00 Uhr  
Dienstag 10.00 bis 13.00 Uhr  
Donnerstag 10.00 bis 13.00 Uhr

☎ 0176/ 524 50 680



➔ Während der Öffnungszeiten können Sie nicht nur einkaufen: Gleichzeitig können Sie auch gut erhaltene Kleidung für Kinder und Erwachsene oder Gebrauchsgegenstände in den jeweiligen Läden abgeben!

## Talk unterm Turm: Café unter Freunden

In bunt gemischter Frühstücksrunde werden wir satt, kommen ins Gespräch und lernen uns und die deutsche Sprache kennen. Eine Sprachlehrerin unterstützt uns. Die professionelle Begleitung und Beratung im Café, Planung und Durchführung von Angeboten werden von drei SozialpädagogInnen gewährleistet.

Das Café wird unter Berücksichtigung der Bedürfnisse der TeilnehmerInnen immer wieder weiterentwickelt. Sabine Arnold bietet in der Förderwerkstatt für Musik und Sprache - unterstützt von den Billekidz - Kindern und Eltern eine professionelle Sprachförderung mit Musik und Bewegung an. Eine Hebamme steht in dieser Zeit für werdende und neue Mütter zur Beratung und zum Gespräch zur Verfügung.

*Talk unterm Turm* gehört zur Angebotspalette für Familien, die dieser Stadtteil zur Verfügung stellt.

Ein Projekt zusammen mit der Elternschule Billstedt.

Termine: Jeden Mittwoch von 10.00 bis 12.00 Uhr  
Ort: Merkenstraße 4

## Familienamstage: Auszeit mit Spezialitäten - Manchmal sind wir speziell

Gemeinsam mit Familien aller Nationen wollen wir kochen, essen, spielen und uns bewegen. So lernen wir Gerichte aus aller Welt kennen und stellen fest, daß Spaß, Gemeinschaft und Genuß keine Grenzen haben. In freundlicher Atmosphäre bringen wir die Küche zum Dampfen und die Hütte zum Beben!

Eine Hebamme steht in dieser Zeit für werdende und neue Mütter zur Beratung und zum Gespräch zur Verfügung. Sabine Arnold und Jana Wiesenthal bieten in der Förderwerkstatt für Musik und Sprache - unterstützt von den Billekidz - Kindern und Eltern eine professionelle Sprachförderung mit Musik und Bewegung an. Ein Projekt zusammen mit der Elternschule Billstedt.

Samstag, 13. Januar, 10.30 bis 14.30 Uhr  
Samstag, 24. Februar, 10.30 bis 14.30 Uhr

Ort: Merkenstraße 4

Anmeldung bis Mittwoch davor unter 040/ 427 31 25 70



Mehr Generationen Haus  
Wir leben Zukunft vor



# Programm im MGH



**Dezember 2017  
Januar, Februar 2018**

Ev.-Luth. Kirchengemeinde in  
Schiffbek und Öjendorf  
Merkenstraße 4 / 22117 Hamburg

Gefördert vom:



**Billstedt Horn  
gemeinsam  
vorn**