## Grazie per 30 anni Milena e Antonio!

 Das Land Italien steht für Sonne, Sommer, Strand, mediterranes Essen und vor allem für „Dolce Vita", die Sprache für Leidenschaft, Sehnsucht und Gestik ... wohlklingend, melodisch und temperamentvoll!Wollten Sie auch schon immer Mal Italienisch lernen oder das im Hinterkopf verborgene Italienisch wieder auffischen? Dann sind Sie hier im Sasel-Haus bei den Muttersprachlern Dott.ssa Milena Cavaliere und Dott. Antonio Ingravalle genau richtig, denn beide Dozenten sind studierte Sprachwissenschaftler, dabei sehr sympathisch und kompetent und schon seit über 30 Jahren erfolgreich im Sasel-Haus im Einsatz. Grazie Milena! Grazie Antonio!
Weitere Informationen zu unseren Italienischkursen finden Sie in der Rubrik KURSE.

## Sasel-Haus ,,on tour" dank Haspa

 Caddy Sasel-Haus - Unser Dank an Haspa LotterieSparer Seit Anfang des Jahres 2020 hat das Sasel-Haus ein eigenes Auto. Das ist eine sehr große Erleichterung der täglichen Arbeit bei der Bewirtschaftung eines so großen Hauses und dige und teure Organisation durchgeführt, Werbemittel dige und teure Organistiond Unser herzicher Dank dafurHespa Wir freuen uns sehr geht an alle LotterieSparer der . Wir freue inzers dass solch hilfreiche Investitionen durch viele einzelne Sparer geleistet werden können.


Sie tragen dazu bei, Kultur vor Ort niedrigschwellig anbieten zu konnen. Durch die Unterstutzung der LotterieSparer kann das Sasel-Haus technisch in der digitalisierten Welt auf dem neuesten Stand bleiben. Die Anschaffungen, z. B. auch die eines digitalen Boards, lassen uns die Bildungsangebote zeitgemäß darstellen, sowohl in der Kita als auch im Kursund Veranstaltungsbetrieb.
Das künstlerische Betriebsbüro im Sasel-Haus kann den hier auftretenden Künstlern einen besseren Service bieten bei der Abholung zum Auftritt. Und was uns besonders freut, so können wir daran denken, die Musikförder-Projekte wie "Musik von Anfang an" oder den "Tag der Musik" in benachbarte Stadtteile zu tragen.
Unser Dank für sein Engagement geht an Marcel Sluppke, Regionalleiter der Haspa, der sich sehr für unsere neue Mobilität eingesetzt hat, und an Matthias Hamann, Filialleiter in Sasel, der das Sasel-Haus seit vielen Jahren aufmerksam der Möglichkeit, das vielseitige Programm des Sasel-Hauses
m Rahmen des sehr gelungenen, neuen Filial-Konzeptes der Haspa vorzustellen.
Unser Dank gilt auch dem Autohaus Petschallies in Sasel, das uns bei der Realisierung unseres großen mobilen Traumes unterstützt und geholfen hat.

## Alltag - Umwelt - Nachhaltigkeit

In der Sasel-Haus-Kita beschäftigt dieses Thema nicht nur die Erwachsenen, auch die Kinder erleben, dass sie mit ih eigenen Tun und Handeln viel dazu beitragen können mit es unserer Erde besser geht. Sie werden angeregt ih Verhaltensweisen einzuschätzen sowie Auswirkungen auf unser aller Leben zu verstehen.
Denn beim in die
Kita Bringen fängt es an: Vielleicht zu Fuß in die Kita gehen? Oder das Fahrrad nehmen?
 Bus und Bahn wären ein Erlebnis für die Kinder und auch mal wieder für die Eltern?
m Kindergarten werden Wasser und Energieverbrauch unter die Lupe genommen, z. B. beim Hände waschen oder be den Spielmaterialien, bei denen auf plastikfreie Variante gesetzt wird. Außerdem finden die Kids auf unserem Spiel gelände naturnahe und nachhaltige Spielmöglichkeiten. Auch Müll-Vermeidung und Müll-Trennung im eigenen All tag sind ein großes Thema! Das Fruhstuck aus regionalen rzeugnissen genießen, die Verpackung der Lebensmitte umweltgerecht entsorgen. Deswegen sind die Kinder auch zum Recyclinghof gefahren, um sich dies naher anzusehen. Und bei Festen und Feiern, wie z.B. bei unserer Galerieeroffnung, wird kein Einweggeschirr verwendet und werden keine Nahrungsreste mehr in den Müll geworfen.
Die kleinen Künstler gestalten Deko aus wertfreien Materia lien und auch das Wiederverwenden der Deko erweitert die Palette des Umgangs mit Verpackungen.
So sind aus dem diesjährigen Themenprojekt die Werke und Ausstellungsstücke für die Kindergalerie in Sasel-Haus ent standen. Aus dem vielen Papiermüll haben die Kinder neues Papier geschöpft, mit Pappmaché Schalen hergestellt und us den wertreien Vepackungen viele werer Kunstwer gestaltet, die zählen.

Diese Werke sind seit dem 28.2.2020 in der Kindergale ie der Kita zu bestaunen
Dieses Projekt kann und wird nicht mit Eröffnung der Kin dergalerie beendet sein, denn es wird uns weiter, in der ei der anderen Form, begleiten. Ein Besuch des Müllmobils er Stadtreinigung Hamburg in der Kita findet Mitte März statt Unseren Müll werden wir weiter trennen, vor allem reduzieren und selbst der Gemüseanbau im Kita eigenen Beet auf dem Kindergartengelände macht Nachhaltigkeit für di Kinder erfahrbar.

## DIE SASELI HAUS ZEITUNG


3.517 Kilometer mit Kind und Kegel schräg, anders und unglaublich witzig! Afrika, Asien, Südamerika, Antarktis uberall war André Schumacher unter wegs. Heimatlos. Rauschhaft. 20 Jahre ang. Süchtig nach der Ferne, nach Men schen, nach Geschichten.

## schen, nach Geschichten

Inseln. Er startet in er die Kanarischen le. Dann geht alles ganz schnell. Auf de dritten Insel trifft er Jenni, auf der siebten ist sie schwanger, und damit ist das Reiseleben vorbei!
Gemeinsam machen sie sich auf die Suche nach einer Heimat, finanzieren über Crowdfunding einen Hof, pflanzen Bäu-
me, wechseln Windeln. Doch das Reisen kann André einfach nicht lassen: Kurzerhand schnappt er sich die Familie und bricht wieder auf ...
Mit einem Lastenfahrrad, 10 Kilo Win deln und einer Durchschnittsgeschwindigkeit von $1,26 \mathrm{~km} / \mathrm{h}$ fahren die dre von Bäbelin bei Wismar nach Pamplona in Spanien. Sie zelten auf Supermarktparkplätzen, in Gärtnereien oder Turn hallen, zwischen Dolomitenfelsen und Pyrenäengipfeln. Sie trampen mit einem Containerschiff, treffen Spinner und Visionäre, werden von Nonnen umsorg und kurz vor dem Ziel von Polizisten verhaftet - sechs Monate voller kleiner und
großer Abenteuer, Herausforderungen und Katastrophen.
André Schumacher erzählt mit viel Humor und wunderbaren Bildern die Ge schichte dieses irrwitzigen Roadtrips durch Europa Er erzählt vom Aussteigen aus bekannten Strukturen und vom Verwirklichen seiner Träume, von Komfortzonen und Grenzerfahrungen. Davon das Leben selbstbestimmt in die Hand zu nehmen und in seiner ganzen Fülle zu umarmen.
Lassen Sie sich von André am 17.4. um 20.00 Uhr in den Arm nehmen! Tickets ür $17,50 €$ unter www.saselhaus.de oder www.adticket.de

O40 601716-0
O40 601716-17
info@saselhaus.d
info@saselhaus.de
www.saselhaus.de

Unsere Büro-Offnungszeite
Mo.-Do.: 9.00-16.0.
Fr. geschlossen

Auflage: 15.000
Redaktion: Nasi Tiessen

## Atementspannung

Alleskönner Atem: Durch richtiges Atmen können wir den Körper stärken und die Seele beruhigen. Die richtigen Atemübungen helfen bei Erschöpfung, Angst und Panik genauso wie bei Verspannungen, Kopfweh und Magenproblemen. Lerne Deinen Atem kennen! Der frei fließende Atem braucht Platz. Du lernst leichte Dehnübungen für mehr Weite im Brustraum. Aufatmen, durchatmen und tief Luft holen. Nicht so schnell außer Atem kommen, Ruhe finden, für mehr Entso schnell außer Atem kommen, Ruhe finden, für mehr Entspannung sorgen bedeutet weniger Stress.
Montags, ab 20.4.2020, 10.00-11.00 Uh
Kursgebühr $\in 58,-(8 \times 60$ Min.), Dozentin: Miriam Böttcher

## Workshops

Tai Chi
Die Tai-Chi- und Qi-Gong-Lehrerin Silke Sander bietet einen Wochenend-Workshop „Tai Chi" zum Kennenlernen an. Dieses Seminar richtet sich sowohl an Interessierte, die Tai Chi einmal kennenlernen möchten, aber auch an Freunde des Tai Chi Chuan, die bereits Tai Chi praktizieren und jetzt an einem Wochenende gern etwas Neues lereinem Wochenende gern etwas Neues ler-
nen und ihr Körpergefühl intensivieren möchten.
Tai Chi ist geeignet für Menschen jeden Alters, die daran interessiert sind, Ihren Körper besser kennenzulernen und auf schonende, ruhige Weise einen kraftvollen und geschmeidigen Körper zu erlangen und zu Gelassenheit und innerer Ruhe zu kommen.

Samstag, 4.4.2020, und Sonntag, 5.4.2020,
jeweils 10.00-13.00 Uhr,
Kursgebühr $€ 70$, , Dozentin:
Silke Sander
Silke Sander

## Laufende Kurse

Hier sind noch Plätze frei. Neue Teilnehmer herzlich willkommen, Einstieg jederzeit möglich. Melden Sie sich zu einer kostenlosen Probestunde an: Tel. 601 716-12 oder maike.ahrens@saselhaus.de

## Hatha-Power-Yoga

Ein Power-Yoga-Kurs, der über den Atem erlebbare, fließende und statische Übungen zur Vitalisierung und Harmonisierung von Körper, Geist und Seele vermittelt. Anspruchsvolles und dynamisches Yoga für Geübte.
Donnerstags, $00.45-12.15$ Uhr, Kursgebühr $€ 92$, ( (12 $\times 90$ Min.), mit Katharina Hansen-Guschitz

Spanisch „After Work"

## Anfänger ohne Vorkenntnisse

Sprechen ist das Ziel, deswegen liegt auf der Sprache von Anfang an der Schwerpunkt und nicht nur auf grammatikali chen Inhalten. So ist Lernen unterhaltsam!
ch 1/Arbeitsbuch 1
Dienstags, 17.30-19.00 Uhr, mit Adriana Isa

Italienisch mit geringen Vorkenntnissen
Lehrwerk: Con piacere A2, Lez. 10
Dienstags, 9.00-10.30 Uhr, mit Dott. Antonio Ingravalle

Italienisch mit geringen Vorkenntnissen
Lehrwerk: Con piacere A2, Lez. 5
Freitags, 9.00 - 10.30 Uhr, mit Dott.ssa Milena Cavaliere

## Italienisch mit Vorkenntnissen

Lehrwerk: Allegro nuevo A2, Lez. 1
Dienstags, 9.00 - 10.30 Uhr, mit Dott.ssa Milena Cavaliere

Italienisch mit guten Vorkenntnissen
Lehrwerk: Con piacere B1, Lez. 8
Mittwochs, 10.45-12.15 Uhr, mit Dott. Antonio Ingravalle

## Italienisch mit sehr guten Vorkenntnissen

Sie haben sehr gute Vorkenntnisse und möchten das Erwor bene üben auch ohne, dass es immer um ein weiteres Vor angehen geht.
Lehrwerk: Con piacere B1, Lez. 10
Montags, 15.00-16.30 Uhr, mit Dott. Antonio Ingravalle

Weitere Informationen auf www.sasel-haus.de

Anmeldung für alle Kurse zwingend erforderlich

Tickets für die Veranstaltungen Im Sasel-Haus-Büro, für die Sonntagskonzerte montags und donnerstags von 9.30 bis 12.30 Uhr auch in der Konzertkasse im Sasel-Haus, unter sasel-haus.de oder adticket.de, unter der Tickethotline 01806050400 . actAnuff aus den Festnetzen, max. 0,60 efinnuf aus den Mobilifnknetzen)

SASEL A HAUS

## Laufende Treffpunkte

## Offenes Singen

Donnerstags, 2 . und 16.4., jeweils $19.30-21.00$ Uhr, Raum 29, bei Knut Müller, Kostenbeitrag pro Termin und Teilnehmer: $\in 2$,- (vor Ort zu zahlen) Weitere Termine entnehmen Sie bitte: www.saselhaus.de/Kurse/ Treffpunkt

Philosophischer Club
Montag, 27.4.2020, 19.30-21.30 Uhr, Raum 30, bei Klaus Kaiser, Kostenbeitrag pro Termin und Teilnehmer: $€ 5$,-(vor Ort zu zahlen)

## Talk am Dienstag für Frauen

Gespräche und Erfahrungsaustausch mit Frauen im besten Alter. Thema: Werteveränderung im Wandel der Zeit Es geht um eine offene Gesprächsrunde, die zum Ziel hat sich Themen zu widmen, die uns alle beschäftigen, aber nicht immer die nötige Beachtung finden. Wie gehen ande e Menschen mit Fragen unserer Zeit um? Das herauszufinden, ist der Ursprung von TALK AM DIENSTAG!
in jedem Talk behandeln wir ein neues Thema und freuen uns ganz besonders auf Ihre Sicht der Dinge. Schauen Sie vorbei und bleiben Sie neugierig
Dienstag, 28.4.2020, $19.00-20.30$ Uhr, bei Karin Heinrich, Raum 30. Kostenbeitrag je Termin und Teilnehmer: $€ 3$,-(vor Ort zu zahlen)

## ERESEC 17.4.2020, 15.30 Uhr

Bilderbuchkino: „Helma legt los"
Kleiner brauner Osterhase, bring mir viele Ostereier groß und rund, bemal sie vorher richtig bunt, hier und dort im Gras versteckt ch hab sie gleich entdeckt..
Der Kinder-Leseclub lädt am 17.4. um 15.30 Uhr zum österlihen Bilderbuchkino „Helma legt los ein. Alle Huhner in der Hunnerschule legen schōne weiße Eier.Nur Helmas Eier sind bunt, rot, blau und gelb. Mit diesen Eiern kommt sie leider nicht in die nächste Klasse. Eine witzige und liebevolle Ge schichte nach einem Bilderbuch von Dorothy Palanza und Ute Krause. Dauer: ca. 30 Minuten, ohne Voranmeldung. Eintritt frei, Spende erbeten. Im Anschluss darf noch gemalt oder gebastelt werden. Weitere Infos unter www.saselhaus.de.

### 19.4.2020, 18.00 Uhr

## Sonntagskonzerte:

## Talentkonzert

Eine feste Kooperation verbindet die Musikhochschule Lübeck und das Sasel-Haus miteinander. Regelmäßig stehen herausragende Studierende der Hochschule auf der Bühne im Sasel-Haus und präsentieren ihr Können. Dabei stehen sie den „Profis" in nichts nach und legen eine Spielfreude an den Tag, die mitreißend ist.


Es prasentiert sich das Ensemble der Celloklasse von Prof. Ulf Tischbirek. Gespielt werden arrangierte Stücke für Soloklavier und fürs Cello-Ensemble, die im laufenden Semester erarbeitet werden. Kostenfreier Eintritt. Spende erbeten. Reservierung dringend erforderlich.
Mit freundlicher Unterstützung der Sparkasse
Holstein

### 25.4.2020, 18.00 Uh

Werkschau: Fremd in der Fremde Ein Theaterstück mit geflüchteten und Einheimischen Unter dem Titel,„Begegnungen" hat Theaterregisseur Jürgen Rudin zusammen mit Geflüchteten und Deutschen Theaterfliken ditionen unvermittelt aufeinander treffen. Wie verhalte ich mich? Wie offen bin ich? Oder verschließe ich mich lieber? Das ist hier die Frage. Antworten darauf gibt es am 25.4 um 18 Uhr im Sasel-Haus im Rahmen einer kleinen Werkschau zu der wir Sie herzlich einladen möchten.

### 30.4.2020, 20.00 Uh

## Tanz in den Mai

Und schon wieder steht ein Jubiläum an. Die Partyband „, Vis a Vis" begleitet diese Kult-Veranstaltung schon seit 25 Jahren. Tanzen Sie mit uns, denn tanzen ist nicht nur gesellig, sondern abwechslungsreich und vor allem: schön gesund! Geist, Körper und Seele leben bei Musik und Bewegung regelrecht auf. Machen Sie ruhig weiter damit - am besten bei uns im großen Saal beim Tanz in den Mai. Und für zwischendurch gibt es Getränke, Cocktails, Snacks und mehr. Die heiß begehrten Tickets zu 19,- $€$ sind im Sasel-Haus-Büro erhältlich.

## SASEL HAUS KALENDER

2.4., 19.30 Uhr - Offenes Singen mit Knut Müller
4.4., 20.00 Uhr - Alexander v. Rothkirch \& Band Hamburger Singer-Songwriter
17.4.,20.00 Uhr - Wildes Europa / Reiseshow Mit Kind und Kegel auf dem Fahrrad durch Europa 17.4.,15.30 Uhr - Bilderbuchkino: Helma legt los 16.4., 19.30 Uhr - Offenes Singen mit Knut Mülle 19.4., 18.00 Uhr - Sonntagskonzert: Talentkonzert 25.4., 18.00 Uhr - Werkschau: Fremd in der Fremde Theateraufführung mit Geflüchteten und Einheimischen 27.4., 19.30 Uhr - Philosophischer Club
28.4.,19.00 Uhr - Talk am Dienstag

Gespräche mit Frauen im besten Alter
30.4., 20.00 Uhr - Tanz in den Mai

Weitere Informationen finden Sie auf www.saselhaus.de

