

## ENTSPANNT INS NEUE JAHR

Das Wichtigste vorweg: Planen Sie regelmäßige Auszeiten ein. Jeden Tag sollte man mindestens eine Stunde für sich haben und wenn es gut läuft, dann jeden Monat ein Wochenende. Diese Zeit kann man wunderbar dafür nutzen, aktiv entspannt zu sein oder es zu lernen. Es gibt einige Möglichkeiten, den Stresslevel zu senken, z.B. mit Yoga, Meditation, Lachyoga oder Tai Chi. All diese Kurse tragen maßgeblich dazu bei, dass Körper, Geist und Seele wieder ins Gleichgewicht rutschen. Und das Gute liegt so nahe: Entspannen Sie doch einfach bei uns im Sasel-Haus.



# LIEBE SASEL-HAUS-FREUND:INNEN,

wir wünschen Ihnen viel Freude bei all dem Kommenden im neuen Jahr!

Das Sasel-Haus-Team freut sich besonders auf vier neue Gesichter, die ab Anfang 2024 Kultur und Bildung für Sasel, die Region und Hamburg aus dem Sasel-Haus heraus prägen, mitgestalten und unterstützen möchten.

**Melanie Eggelsmann-Wiehlpütz** – neue Kitaleitung

**Anna Winkels** – Kulturmanagerin für die Impuls-Reihe  
und weitere Kooperations-Veranstaltungen

**Lucas Schwengebecher** – künstlerische Leitung  
der „Tor zur Klassik“-Reihe.\*

**Sonja Portefé** – Empfang und Ticketing

Herzlich Willkommen!

\* Ausführliche Porträts finden  
sie in Kürze auf unse-  
rer Website.

## NEUE KURSE

### ZUMBA® GOLD

Original-Bewegungen des Zumba® mit geringerer Intensität. Einfache Zumba®-Choreographien zur Verbesserung von Gleichgewicht, Bewegungsumfang und Koordination. Der Kurs enthält alle Fitness-Elemente: Herz-Kreislaufübungen, Muskel-Training, Verbesserung von Flexibilität und Gleichgewicht! Perfekt für aktive Erwachsene sowie mobil Eingeschränkte. Sport und Spaß stehen hier im Vordergrund!  
**Mittwochs, ab 24.1.2024, 17.45–18.45 Uhr, 99,- €**  
(10 x 60 Min.) bei Mariana Sales



### ZUMBA® KIDS

Perfekt für unsere jüngeren Zumba®-Fans! Zumba® Kids ist eine auf Kinder abgestimmte und speziell für Kinder entwickelte energiegeladene Tanz- und Fitnessparty mit kinderfreundlichen Choreografien und der Musik, die Kinder lieben, wie z.B. Hip-Hop, Reggaeton, Cumbia u.v.m. Doch im Vordergrund steht der Spaß! Bewegungs- und Musikelemente werden miteinander kombiniert, ein Gemeinschaftsgefühl geschaffen. Die Kinder werden dazu angeregt, sich durch Bewegung und Spiel auszudrücken, was sich insgesamt positiv auf ihre Gesundheit und ihr Wohlbefinden auswirkt. Für Kinder von 10 bis 13 Jahre.  
**Mittwochs, ab 24.1.2024, 16.30–17.30 Uhr, 69,- €**  
(10 x 60 Min.) bei Mariana Sales



## ENGLISCH FÜR ANFÄNGER:INNEN MIT SEHR GERINGEN VORKENNTNISSEN

Dieser ganz neu startende Kurs richtet sich an Teilnehmende mit geringen Vorkenntnissen, die systematisch die englische Sprache (wieder) erlernen möchten. Hier werden Grundkenntnisse vermittelt und interessante Einblicke in die Kultur des Landes gegeben. Make a start! Level A1.  
**Donnerstags, ab 1.2.2024, 11.30–13.00 Uhr, 92,- €**  
(10 x 90 Min.) bei Marianne Ketteringham

## MÄNNER-YOGA

Wenn Sie Yoga schon immer mal ausprobieren wollten, aber nicht gerne der einzige Mann unter vielen Frauen sein wollten, dann ist dieser Kurs genau richtig für Sie: Hier gibt es zu 100% männliche Teilnehmer! Dieser dynamische Kurs stärkt die körperliche und geistige Fitness, führt zu Ruhe und Ausgeglichenheit. Es hilft unter anderem bei typischen Büroleiden wie Schulter-, Nacken- und Rückenbeschwerden und bietet zudem mit Entspannung und Meditation den perfekten Ausgleich zu einem zeitlich ausgefüllten Alltag und einem anspruchsvollen Job. Es sind keine Vorkenntnisse nötig.  
**Dienstags, ab 13.2.2024, 20.00–21.00 Uhr, 89,- €**  
(10 x 60 Min.) bei Tanja Garrelts, zertif. Yoga-Kursleiterin

## LACHEND DIE WOCHE AUSKLINGEN LASSEN

Lachyoga-Übungen unterstützen Anspannungen oder Stress loszulassen und für den Moment aus allem anderen auszuweichen. Durch die tiefere Atmung fühlt man sich locker und frisch. Zudem wird eine Verbundenheit durch das gemeinsame Lachen erzeugt. Kommen Sie gerne vorbei und spüren Sie, wie wohltuend es ist, einfach mal wieder ohne Grund zu lachen!  
**Freitags, ab 9.2.2024, 11.30–12.30 Uhr, 65,- € (8 x 60 Min.)**  
bei Maren Seemann, zertifizierte Lachyoga-Leiterin nach Dr. Kataris School Of Laughter Yoga

## YOGA FÜR SPÄTEINSTEIGER

Es ist nie zu spät, durch Yoga mehr Lebensenergie zu tanken, beweglicher zu werden und das Immun- sowie das Nervensystem zu stärken. Sanft angeleitete Übungen aus dem Hatha-, sowie aus dem Kundalini-Yoga wirken rückenstärkend und entspannend. Sie unterstützen außerdem das positive Denken, sodass man mit mehr Sicherheit und Gelassenheit durch unterschiedliche Lebenssituationen gelangt.  
**Montags, ab 19.2.2024, 14.15–15.15 Uhr, 79,- €**  
(10 x 60 Min.) bei Andrea Giese

## ANMELDUNG

online unter  
[www.saselhaus.de](http://www.saselhaus.de)



## WORKSHOPS

## ITALIENISCH KOMPAKT – FIT FÜR DEN URLAUB

In diesem Kurs werden Sie darauf vorbereitet, die wichtigsten Alltagssituationen auf einer Reise durch Italien zu bewältigen. Sie erfahren viel über Kultur, Land und Leute. Kein Lehrwerk, das Arbeitsmaterial wird vorab gemailt.

**Samstag, 13.4.2024, und Sonntag, 14.4.2024, je 10.00–15.30 Uhr (zusammenhängende Termine), Anmeldungen bis 2.4.2024 erbeten, 88,- €, bei Antonio Ingravalle**

## INTENSIVTAG ACHTSAMKEIT

Innere Ruhe und ein liebevoller Umgang mit sich selbst sind bedeutende und kraftvolle innere Ressourcen - wie wichtig diese (wieder) zu erkennen in unseren herausfordernden Zeiten! Durch eine Mischung aus Meditation, Körper- und Achtsamkeitsübungen lernen wir unseren Geist und den „Achtsamkeitsmuskel“ zu trainieren. Der vertrauensvolle Austausch in der Gruppe unterstützt uns dabei, diesen Weg mit Leichtigkeit, Geduld und Humor zu bestreiten – eine spannende Reise zu sich selbst kann beginnen.

**Samstag, 17.2.2024, 10.00–17.00 Uhr,  
79,- €, bei Simone Latza**

## LERNEN SIE IHR ANDROID- SMARTPHONE KENNEN

### GRUNDLAGEN 1 + 2

Inhalt: Telefonieren, Kontakte, Whatsapp, Klingeltöne, Flugzeugmodus, QR-Codes, WLAN und Taschenlampe. Dieser Kurs richtet sich an Einsteiger:innen. In ruhiger Atmosphäre beschäftigt sich der zweiteilige Workshop von A bis Z mit allem, wofür Sie Ihr Smartphone im Alltag wirklich benötigen. Nicht für das iPhone und nur eingeschränkt für Senioren-Handys geeignet!

**Montag, 15.4. und 22.4.2024, je 9.30–12.30 Uhr (beide Termine gehören zusammen), 79,- € (2 x 180 Min.) bei Dirk Schoeniger**

## ANDROID-SMARTPHONE/-TABLET – SURFEN, SHOPPING, SICHERHEIT

Inhalt: Online einkaufen, Cookies, Updates und Google Wallet App. Dieser Kurs richtet sich an Fortgeschrittene. Wie sicher ist das mobile Internet, wie kann ich mich schützen und wo lauern Gefahren? Wie funktioniert das Online-Shopping und was sind eigentlich Cookies? Führen Sie wichtige Updates durch und bringen Sie Ihr Gerät auf den neusten Stand. Danach

gehen Sie auf Shopping-Tour (Produktsuche, Preisvergleiche, Kaufprozess inkl. Registrierung und Bezahlungsmöglichkeiten). Lernen Sie das Bezahlen per

Google-Wallet-App.

Nicht für das iPhone und nur eingeschränkt für Senioren-Handys geeignet!

**Montag, 11.3.2024, 9.30–12.30 Uhr  
40,- €, bei Dirk Schoeniger**

## ANMELDUNG

online unter  
[www.saselhaus.de](http://www.saselhaus.de)

## ENTSPANNT INS NEUE JAHR

### KOMPAKT-KURS: EINFÜHRUNG IN DIE MEDITATION

Immer mehr Menschen erkennen, dass die Meditation ein effektiver Weg ist, sich zu entspannen und zu innerem Frieden und Glück zu finden. Regelmäßiges Üben hilft dabei, Stress zu bewältigen, die Lebensqualität zu erhöhen, den Gesundheitszustand positiv zu beeinflussen, das eigene Bewusstsein zu erweitern und die Fähigkeit zu erhöhen, einen achtsamen Umgang mit sich selbst zu leben. Der Kurs beinhaltet Aufwärm- und Dehnsequenzen sowie einfache Bewegungsübungen im Stehen, Sitzen und auf der Matte als auch Atemübungen. Keine Vorkenntnisse nötig.

**Freitags, 5.4./12.4./26.4./3.5.2024, jeweils 17.00–19.00 Uhr, 99,- €, bei Tanja Garrelts, zertifizierte Meditationslehrerin und Yoga-Therapeutin.**



## ANDROID-SMARTPHONE/-TABLET – GOOGLE-KONTO, PLAYSTORE, APPS

Wir beschäftigen uns intensiv mit dem Google-Konto und machen dort gemeinsam die wichtigsten persönlichen Einstellungen (Datenschutz, Werbung). Wie installiere ich eigentlich eine neue App? Worauf muss ich dabei achten? Für welche App muss ich bezahlen? Und was sind eigentlich Widgets? Nicht für das iPhone und nur eingeschränkt für Senioren-Handys geeignet!

Montag, 6.5.2024, 9.30–12.30 Uhr, 40,- €, bei Dirk Schoeniger

## ANDROID-SMARTPHONE/-TABLET – GOOGLE-SUCHE, MAPS, ÜBERSETZER

In diesem Kurs erhalten Sie viele wertvolle Tipps für eine schnelle und effektive Google-Suche: Suche per Text oder Sprache, fotografieren von Texten, Gegenständen oder Barcodes, um Übersetzungen, Ortsangaben und Produktinformationen zu erhalten. Google-Maps: Berechnung einer Route für Auto, Fahrrad oder Wanderung, Suchen von Informationen zum Zielort (Hotels, Restaurants ...). Speichern von Karten und Standorten. Lernen Sie mit dem Google-Übersetzer das Verstehen fremder Sprachen durch Eingabe von Text, Sprache oder Foto. Nutzen Sie die Unterhaltungsfunktion. Nicht für das iPhone und nur eingeschränkt für Senioren-Handys geeignet!

Montag, 13.5.2024, 9.30–12.30 Uhr, 40,- €, bei Dirk Schoeniger

## PATIENTENVERFÜGUNG UND BETREUNGSVOLLMACHT

Leider kann es Situationen im Leben geben, wo wir plötzlich nicht mehr allein entscheiden können. Wer handelt und entscheidet dann für mich? Wofür soll ich überhaupt Vorsorge treffen? Was kann denn schon passieren? Wird mein Wille auch beachtet? Wer verwaltet mein Vermögen? Wer erledigt meine Bankgeschäfte? Für solche Fälle ist es wichtig, rechtzeitig Vorsorge zu treffen. Erhalten Sie Informationen über General- und Vorsorgevollmacht, Betreuungsvollmacht und Patientenverfügung.

Mittwoch, 14.2.2024, und Donnerstag, 15.2.2024, je 19.00–21.00 Uhr (beide Termine gehören zusammen), 25,- € (2 x 120 Min.) bei Rechtsanwalt Dirk Gosau

## NÄHEN – ERSCHAFFE DEIN LIEBLINGSSTÜCK

Für Anfänger und Fortgeschrittene. Genäht wird, was man möchte. Ob für das Kind oder für einen Erwachsenen, die erfahrene Dozentin Anne Storm steht mit Rat und Tat zur Seite. Mitzubringen: eigene Nähmaschine/Zubehör.

Samstag, 2.3.2024, 12.00–17.00 Uhr, 49,- €, bei Anne Storm. Weiterer Termin: 27.4.2024

## TAI CHI

Kennenlernen von Softening Exercises, um sie in den Alltag integrieren zu können. Für Anfänger und Fortgeschrittene. Frei beweglich mit geschmeidig machenden Übungen des Yang-Familien-Tai-Chi. Es handelt sich um therapeutische Übungen, die ermöglichen, die Beweglichkeit des Körpers wieder herzustellen und Geschmeidigkeit zu erlangen.

Samstag, 9.3.2024, 10.00–16.00 Uhr, Anmeldungen bis spätestens 1.3.2024 nötig, 88,- €, bei Silke Sander

## PLÄTZE FREI

Diese laufenden Kurse brauchen Verstärkung. Anmeldung unter [kurse@saselhaus.de](mailto:kurse@saselhaus.de)

## RÜCKENFITNESS

Dieser Kurs verbindet Elemente aus der Wirbelsäulengymnastik und der Rückenschule.

Donnerstags, 19.30 Uhr, Dozentin Karin Klebs, 85,- € (10 x 60 Min.)

## YOGA FÜR EARLY BIRDS

Donnerstags, 9.00 Uhr, Dozentin Andrea Giese 92,- € (10 x 90 Min.)

## ITALIENISCH MIT SEHR GUTEN VORKENNTNISSEN, LEVEL B1.2

Montags, 10.45 Uhr, oder freitags, 9.00 Uhr, Dozentin: Milena Cavaliere, ab 92,- € (10 x 90 Min.)

## FRANZÖSISCH KONVERSATION „APRÈS LE TRAVAIL“, LEVEL B2

Montags, 19.00 Uhr, Dozentin: Florence Duthil, ab 92,- € (10 x 90 Min.)

## FRANZÖSISCH MIT SEHR GUTEN KENNTNISSEN, LEVEL B1

Mittwochs, 11.15 Uhr, Dozentin: Florence Duthil, ab 92,- € (10 x 90 Min.)

## ENGLISCH GOING GLOBAL, MIT GUTEN VORKENNTNISSEN, LEVEL A2/B1

Der Kurs beschäftigt sich mit wechselnden Themen zur Nachhaltigkeit.



Donnerstags, 9.30 Uhr, Dozentin: Brenda Buhmann-Gore, ab 92,- € (10 x 90 Min.)

## ENGLISCH AUFGEFRISCHT, MIT VORKENNTNISSEN, LEVEL A2

Für alle, die schon Englisch gelernt haben, sich aber nicht mehr sicher fühlen.

Donnerstags, 9.30 Uhr, Dozentin: Marianne Ketteringham, ab 92,- € (10 x 90 Min.)



## TREFFPUNKTE

### OFFENES SINGEN

Donnerstag, 15.2.2024, 19.00–21.00 Uhr, Raum 29,  
Leitung: Knut Müller, Kostenbeitrag: 3,- € , weitere Termine:  
7.3., 11.4.2024, Anmeldung: [kurse@saselhaus.de](mailto:kurse@saselhaus.de)

### PHILOSOPHISCHER CLUB

Montag, 5.2.2024, 19.45–21.45 Uhr, Raum 23, Leitung:  
Klaus Kaiser, Anmeldung bis 2.2.2024: [kgkaiser@arcor.de](mailto:kgkaiser@arcor.de),  
Kostenbeitrag: 5,- € , weiterer Termin: 11.3.2024

### TALK AM DIENSTAG – OFFENE GESPRÄCHSRUNDE

Dienstag, 27.2.2024, 19.00–20.30 Uhr  
Thema: Das Experiment – Perspektivenwechsel 2024! Weitere  
Informationen auf unserer Website [www.saselhaus.de](http://www.saselhaus.de)  
Leitung: Karin Heinrich, Business Coach & Consultant  
Anmeldung bis 23.2.2024 an [info@karinheinrich.de](mailto:info@karinheinrich.de)  
Kostenbeitrag: 3,- € (bitte gerne passend mitbringen),  
weitere Termine: 23.4./28.5./25.6.2024

## VERANSTALTUNGEN

Samstag, 17.2.2024, 20.00 Uhr

### MINOTAUROS KOMPANIE – DAS INKLUSIVE PROFI-THEATER

Revue à la Carte – es ist zum Verrückt-Werden.  
Über den Sinn im Wahn

Die inklusive MINOTAUROS KOMPANIE präsentiert einen  
bunten Theaterabend mit Comedy, Chansons und Travestie,  
der in offensiver und humorvoller Weise den oft fließenden  
Übergang zwischen „Normal“ und „Nichtnormal“ themati-  
siert. Ob dramatische Szenen, irrsinnige Monologe, ergei-

fende Chansons oder Slapstick – kurz  
Kabarett ad absurdum – hier ist für jede  
Seele etwas dabei. Herzhaft, sauer, bittersüß.  
Sasel-Haus-Mitglieder sind zu diesem beson-  
deren Abend eingeladen.  
Ticket: 19,50– €

**TICKETS**  
im Sasel-Haus-Büro  
(Tel. 040 6017160)  
und unter [saselhaus.de](http://saselhaus.de)

## BILDERBUCHKINOS

### FÜR KINDER AB CA. 4 JAHREN IM KINDER-LESECLUB

Die Kinder betrachten in gemütlichen  
Kleingruppen liebevoll animierte  
Bilder einer Geschichte auf der Lein-  
wand, während der Text „live“ vorge-  
lesen wird. Im Anschluss gibt es  
für die Kinder noch eine kleine Bastel-  
oder Malaktion für zu Hause und es dürfen noch Kinder-  
bücher ausgeliehen werden. Dauer: ca. 30–45 Minuten.



Freitag, 23.2.2024, 15.20 und 16.15 Uhr

### „DIE SACHE MIT DEN TIGERSTREIFEN“

Freitag, Freitag, 5.4.2024, 15.20 und 16.15 Uhr

### „HELMA LEGT LOS“

Tickets kostenfrei, Spende erbeten.

Anmeldung bitte unter [kinderleseclub@saselhaus.de](mailto:kinderleseclub@saselhaus.de)

Freitag, 23.2.2024, 20.00 Uhr

### INGE KLOEPFER: DIE ZWEIFEL DES HOMER SPIEGELMANN

Inge Klopfer ist eine preisgekrönte Sachbuch- und Film-  
autorin. „Die Zweifel des Homer Spiegelmann“ ist ihr  
Debutroman. Nach dem Unfalltod seiner Mutter, den er als  
Achtjähriger miterleben muss, wächst Homer in einer New  
Yorker Großfamilie auf. Stigmatisiert mit dem Attribut des Unglück-  
lichen wird er immer mehr zum  
Außenseiter. Sein gleichaltriger  
Cousin Matt, mit dem er seit seiner  
Kindheit wie mit einem Bruder  
verbunden ist, wird zu seinem  
Gegenspieler. Die Rollen scheinen  
wie bei Kain und Abel klar verteilt:  
Matt ist der Sonnyboy, dem mit  
Leichtigkeit alles gelingt, ein  
scheinbar blitzsauberer Charakter.  
Homer dagegen ist der verschlos-  
sene Einzelgänger, der sich selbst  
im Weg steht, dem man misstraut. Auf ihnen beiden ruhen  
gleichermaßen die Hoffnungen der jüdischen Familie: Homer  
und Matt sollen es weiterbringen als ihre Väter.

Zitate aus „Zwischentöne“ vom 1. Oktober 2023 im Deutsch-  
landfunk Kultur mit Feuilleton-Redakteur Joachim Scholl im  
Gespräch mit Inge Klopfer über ihren Debütroman:  
„Homer Spiegelman, ein großartiger, widersprüch-  
licher Charakter, ich war hingerissen von ihm, von  
dem ganzen Buch.“

„Woher haben Sie denn diesen grandiosen Stoff  
gezogen?“

„Also, ich musste bei der Familienbiografie instinktiv  
immer an John Irvings grandiosen Owen Meany denken.“  
„Ich finde das Beeindruckende, dass es ein sehr ge-  
fühlvoller, psychologischer Roman ist mit dem Hinter-  
grund von Homers komplizierter Familiengeschichte.“

Ticket: 19,50– €





erfolgreich macht, ist seine sehr intensive Form des Zusammenspiels. Die drei Musiker:innen sind hungrig und haben Spaß am Experimentieren bei den Ausgestaltungen. Sie ringen um jede



musikalische Interpretation, als würden sie das bereits bekannte Werk das allererste Mal auf der Bühne präsentieren. Seit August 2023 nimmt Hayk Sukiasyan die Position am Cello ein und wird mit Elene Meipariani (Violine) und Till Hoffmann (Klavier) in allen Konzerten des Ensembles zu erleben sein. Ticket: ab 10,- € unter [www.adticket.de](http://www.adticket.de)

Freitag, 12.4.2024 um 20:00 Uhr

## BESTSELLER-AUTORIN URSULA WEIDENFELD LIEST: DIE KANZLERIN

Eine Bilanz der 16 Regierungsjahre Angela Merkels: Was bleibt? Das mächtigste Amt der deutschen Politik hat noch niemand freiwillig aufgegeben – außer Angela Merkel. Dabei hat sie sich gerade am Ende ihrer Amtszeit wieder als Krisenmanagerin bewährt und hohe Zustimmungswerte kassiert. Denn so schätzten



sie die Deutschen: Angela Merkel war so pragmatisch, wie Helmut Schmidt es gerne gewesen wäre. Unaufgeregt schlachtete sie mehrere heilige Kühe der Christdemokraten, etwa die Wehrpflicht oder die Kernkraft. Kritiker warfen ihr vor, ihr einziges Programm sei es, Kanzlerin zu sein.

Tickets: 19,50 €

Mini-Klassik: Freitag, 19.4.2024, 16.00 Uhr

## DAS BABYKONZERT MIT DEM CANEA QUARTETT



Auf dem Programm stehen jeweils bekannte oder eingängige Werke der Klassik, von Mozart, Bach und Haydn. Wir möchten für Babys und Geschwisterchen bis 18 Monate, Eltern, Großeltern, Schwangere und werdende Väter klassische Musik erleb- und erfahrbar machen. Unsere Musikpädagogin Juliane Giese führt durch

die Konzerte. Es spielt das CANEA Quartett und wir singen gemeinsam.

Tickets zu 6,50 € unter [www.saselhaus.de](http://www.saselhaus.de)  
JEDE/R Zuhörer/in benötigt ein Ticket, auch Babys.

Mit freundlicher Unterstützung der Stiftungen der Sparkasse Holstein.



Tor zur Klassik: Sonntag, 21.4.2024, 18.00 Uhr

## SOYOUNG YOON & MARCIN SIKORSKI: IN 80 MINUTEN DURCH EUROPA

Soyoung Yoon ist eine Ausnahme-Erscheinung auf ihrem Instrument. Gemeinsam mit dem Pianisten Marcin Sikorski unternimmt sie eine Reise zu den europäischen Nachbarn – in 80 Minuten!

Unter dem Titel „Around Germany in 80 minutes“ nimmt uns das Duo Soyoung Yoon, Violine & Marcin Sikorski, Klavier mit auf eine virtuose Reise rundum Deutschlands europäische Nachbarn. Komponisten aus Deutschland, Österreich, Tschechien, Polen, Dänemark, den Niederlanden, Belgien, Luxem-



burg, der Schweiz und Frankreich werden gespielt. Tickets ab 10,- € unter [www.adticket.de](http://www.adticket.de)



▼ Dienstag, 30.4.2024, 20.00 Uhr

## GROSSE MAIPARTY MIT DER BAND EIGHTZERO

Dieses Mal konnten wir die Profi-Band EIGHTZERO überzeugen! Mit Eightzero bekommt ihr keine müde Tanzmusik einer Hobby Coverband, sondern einen aktuellen, neuen und frischen Sound. Anstatt altes zum tausendsten Mal wieder aufgelegt zu bekommen, hört ihr bei Eightzero eher Coldplay statt Deep Purple oder Katy Perry statt Tina Turner. Eightzero ist somit die richtige Partyband für Feiern und Veranstaltungen aller Art! Die Band spielt Hits aus den 70er, 80er, 90er, 2000er Jahren und das Beste von heute. Eightzero deckt einen großen



Querschnitt der bekanntesten Titel dieser Epochen ab und passt den Sound und Rhythmus der heutigen Zeit an, ohne den Charakter der Originale zu verfremden. Überzeugt euch von dem Sound hier: [www.eightzero.de](http://www.eightzero.de)  
Ab 8 Tickets stellen wir Euch gerne einen Partytisch zur Verfügung. Tickets: 19,50 €

## RÜCK- & AUSBLICKE

### VIELN DANK DEN LOTTERIE-SPARERN!

#### HASPA ÜBERREICHT SCHECK

Mirco Bretz, Filialleiter, und Lena Raabe, stellvertretende Filialleiterin in Sasel, überreichen den Zweckertrag aus dem Lotterie-Sparen an Christine Weiss, Geschäftsführerin im Sasel-Haus, die ihn mit großer Freude entgegennimmt. Das Sasel-Haus möchte mit dieser Unterstützung eine Höranlage anschaffen. Immer häufiger erreichen uns

Anfragen nach einer besseren Verstehbarkeit und Unterstützung für hörgeschädigte Personen. Neben Gehörlosen und von Geburt an Betroffenen ist das vor allen Dingen die wachsende Zahl an altersbedingten Hörbeeinträchtigungen. Wir werden immer älter und gleichzeitig geistig länger fit. Im Sasel-Haus begreifen wir und vermitteln Lernen und gesellschaftliche Teilhabe als lebenslange Aufgabe. Auch das möchten wir mit der Anschaffung einer Höranlage weiter bestmöglich verwirklichen können.

Wenn Sie für die Höranlage spenden möchten, freuen wir uns sehr.



QR-Link zur  
Höranlage auf  
betterplace

### FREUNDESKREIS FÖRdert BABYKONZERTE 2024

Bereits zu Jahresbeginn freut sich der Freundeskreis dank des Einsatzes von Eckart Albrecht über neue Mitglieder. Dank zahlreicher Spenden aus den Reihen des Freundeskreises können der KITA-Sommerausflug 2024 und die Babykonzerte 2024 gefördert werden. All den Spender:innen sei an dieser Stelle herzlich gedankt!

Werden auch Sie Mitglied im Freundeskreis!

Unterstützen Sie Projekte aus dem Quartier für das Quartier!  
[www.sasel-haus.de/freundeskreis](http://www.sasel-haus.de/freundeskreis)



### NACHHALTIGKEIT IM SASEL-HAUS

Seit Jahren verfolgt die Geschäftsführung Christine Weiß das Ziel der nachhaltigen Gestaltung der Zukunftsfähigkeit u.a. durch den Einsatz von LED bei Neuinstallationen und durch Schaltung verschiedener Beleuchtungsszenen. Die Folge des neuen Lichtkonzeptes sind erheblich spürbare Energieeinsparungen. Ebenso erfolgsversprechend ist der reduzierte Energieverbrauch durch den hydraulischen Abgleich der Heizungsanlage. Über ein aufwändiges Verfahren werden Heizkreise aufeinander abgestimmt, die Durchlauftemperatur reduziert und SMART, also digital, gesteuert.

Gefördert wurden diese Energiesparmaßnahmen durch die Behörde für Kultur und Medien über die „Förderung energieverbrauchsenkender Maßnahmen für institutionell geförderte Einrichtungen“. Unser Dank gilt der Behörde sowie den vielen Partner:innen, die uns bei der Umsetzung der umweltschonenden Maßnahmen unterstützen.



Hamburg | Behörde für Kultur und Medien



▼ Sonntag, 25.2.2024, 18.00 Uhr

## TALENTKONZERT: EDWARD AHLBECK GLADER (SCHWEDEN)

Bühne frei für die Stars von morgen! Erleben sie den erst 16-jährigen Pianisten Edward Ahlbeck Glader.

Er ist eines der großen Talente am Klavier. Der schwedische Pianist gewann jeweils den ersten Preis im September 2023 der MozArte International Piano Competition Junior in Aachen und der Gothenburg International Piano Competition in Schweden sowie die Nordic Junior Piano Competition, den



Steinway Inspirational Award, den Gold Award des Northern Lights International Piano Festivals, den zweiten Preis der Franz Liszt Competition und den zweiten Preis der Savhinsky International Music Competition in St. Petersburg. Er stammt

aus einer musikbegabten Familie. Seine beiden Geschwister spielen ebenfalls Klavier und studieren in Düsseldorf.

**Der Eintritt ist frei, um eine Spende wird gebeten. Kostenfreie Tickets unter [www.adticket.de](http://www.adticket.de)**

Die Talentkonzerte werden gefördert von der Sparkasse Holstein.



▼ Freitag, 1.3.2024, 20.00 Uhr

## DER ENKELTRICK

Eine Kriminalkomödie von Frank Piotraschke mit Barbara Stieg und Jens Raygrotzki. Manfred staunt nicht schlecht, als



er seine Großmutter Veronica nach fast 20 Jahren zum ersten Mal wiedersieht. Der erste Eindruck der drolligen Seniorin verfliegt aber schnell, als er im Keller die Leiche eines jungen Mannes findet und sie ihm ein ungewöhnliches Angebot macht.

Die Lesekomplizen spielen diese spannende Kriminalkomödie im Publikum und nicht auf einer Bühne. Seien Sie gespannt!

**Ticket: 19,50 €**

▼ Sonntag, 10.3.2024, 18.00 Uhr

## TOR ZUR KLASSIK:

### TRIO E.T.A.: MUSIKMETROPOLEN

Das in Hamburg gegründete junge Trio E.T.A. ist einer der „Rising Stars“ der Kammermusikszene. Auf dem Programm stehen Werke von Rachmaninow, Haydn und Brahms. 2019 in Hamburg gegründet verneigt sich das Trio E.T.A. mit seinem Namen vor dem Schriftsteller, Komponisten und Kritiker E.T.A. Hoffmann. Der ist, gerade durch seine Vielseitigkeit und seine Liebe zur Musik als der für ihn höchsten Kunst, ein Idol für die drei jungen Musiker:innen. Was dieses Trio so

## IMPRESSUM

Sasel-Haus e.V.  
Saseler Parkweg 3, 22393 Hamburg,  
Tel. 040 601716-0  
[info@saselhaus.de](mailto:info@saselhaus.de), [www.saselhaus.de](http://www.saselhaus.de)

Redaktion: Nasi Tiessen

Auflage: 25.000

## UND SONST SO

### Hamburger Brick-Börse

6.+7.4.2024, jew. 10.00–16.00 Uhr  
Eintritt: Erw. 4,- €, Jugendliche 2,- €

### Frühlingsmarkt der Kunsthandwerker

16. + 17.3.2024, jew. 10.00–17.00 Uhr  
Eintritt: 2,- €

### Kindergalerie der KITA Sasel-Haus

Kindergartenkinder stellen ihre Werke aus.  
8.3.2024, 12.00 Uhr  
Eintritt frei

Weitere Informationen finden Sie auf [www.saselhaus.de](http://www.saselhaus.de)

## TICKETS

im Sasel-Haus-Büro  
(Tel. 040 6017160)  
und unter [saselhaus.de](http://saselhaus.de)

Mit freundlicher Unterstützung von:



Hamburg | Bezirksamt Wandsbek