



**Kinderküche von 7-12 Jahre  
jeweils 11.30–13.30 Uhr**

An die Töpfe - fertig - losgekocht! An drei Tagen gibt es alles, was Kindern schmeckt: Salate, Spagetti mit super Soße, Kartoffelgerichte, Spaghetti, Reispfanne und vieles mehr. Und Nachtisch gibt's natürlich auch. Mal was Süßes, mal was Pikantes. Frei nach dem Motto: einfach, preiswert und lecker – lernen die Kinder die Mahlzeiten zu zubereiten. Fürs Überraschungs- oder Nachkochen gibt es die Rezeptesammlung im Hefter für zu Hause mit.

- Osterferien:** Dienstag 23.03., Mittwoch 24.03. und Donnerstag 25.03.
- Sommerferien:** Dienstag 29.06., Mittwoch 30.07. und Donnerstag 01.07.
- Herbstferien:** Dienstag 12.10., Mittwoch 13.10. und Donnerstag 14.10.
- Treffpunkt:** Gesundheitsladen Nordstadt, Schaufelder Straße 17, 30167 Hannover
- Veranstaltungsort:** Küche im Nordstädter Gemeindehaus, An der Lutherkirche 12, 30167 Hannover

Pro Veranstaltungstermin Kostenbeteiligung: 1,00 Euro

### wöchentliche Gruppenangebote

- Mittwoch 10.00 – 12.00 Uhr Frühstück (ohne Anmeldg.)
- Donnerstag 10.00 – 12.00 Uhr Second Hand Kleidung, Hausrat und Spielsachen für Kinder und Erwachsene (ohne Anmeldg.)
- Freitag 17.00 – 19.30 Uhr Kochen ( 2,- Euro)

### Monatliche Gruppenangebote

- Mittwoch 15.00 – 18.00 Uhr Kreativtreff  
jeden 1. Mittwoch
- Sonntag 11.00 – 13.00 Uhr Brunch  
jeden 1. Sonntag
- Sonntag 13.00 – 18.00 Uhr Freizeitgestaltung mit Familien und Interessierten jeden 1. Sonntag

### Alle Gruppenangebote nur mit telefonischer Voranmeldung

Einzelberatung und Hausbesuche nach telefonischer Vereinbarung.

Mit der Bahn sind wir erreichbar über die Linie 6 und 11, Haltestelle Kopernikusstraße und die Linien 4 und 5, Haltestelle Schneiderberg



Hergestellt von: Medienbüro, SINA, Diakonisches Werk Stadtverband Hannover e.V./ März 2010

### Kontakt:

Diakonie- und Gesundheitsladen Nordstadt  
Schaufelder Str. 17  
30167 Hannover  
Sabine Vetterlein-Janschek  
Telefon: (0511) 169 76 78  
E-Mail: Gesundheitsladen.Nordstadt@evlka.de

### Spendenkonto:

Diakonisches Werk  
Ev. Kreditgenossenschaft eG  
BLZ neu 520 604 10 | Kto.-Nr. 200 601 233  
»Gesundheitsladen Nordstadt«

## Diakonie- und Gesundheitsladen Nordstadt



Termine 2010



Diakonisches Werk  
DES EV.-LUTH. STADTKIRCHENVERBANDES HANNOVER

## Veranstaltungen des Diakonie- und Gesundheitsladens Nordstadt 2010



Mittwoch 17.03.10 17.00 – 18.30 Uhr

### Winter ade - fit in den Frühling

Fit in den Frühling . . .

- dem Heuschnupfen trotzen
- den Winterpösterchen den gar aus machen
- der Traumfigur näher kommen
- Hauterschläffung weg massieren

#### Und wie?

- Mit Infos und Tipps zu Heuschnupfen und Pollenflug
- es werden alltagstaugliche Wege zur Traumfigur aufgezeigt, z. B. Entschlackung
- Anleitung zur Massage mit selbst hergestellten tyggerechten Hautöl, für eine straffe Haut

**Leitung:** Frau Kulinski-Schnare, Apothekerin der Nordstadt Apotheke, Bodestr. 2-6, 30167 Hannover

**Veranstaltungsort:** Stadtteil-Zentrum Nordstadt e.V. Bürgerschule Klaus-Müller-Kilian-Weg 2, ehem. Schaufelder Str. 30, 30167 Hannover

Mittwoch 19.05.10 17.00 – 19.15 Uhr

### Schüssler Salze - die sanften Heiler

Schüssler Salze beziehen den ganzen Menschen in der spürbar wohltuenden Wirkung ein. Um dem Geheimnis der nebenwirkungsfreien, preiswerten Schüssler Salze auf die Spur zu kommen, lernen Sie Möglichkeiten und Grenzen der Anwendung kennen. Dazu gibt es Genüssliches zum Probieren.

**Leitung:** Frau Wilke, Gesundheitsberaterin, Ev. Familienbildungsstätte, 30169 Hannover

**Veranstaltungsort:** Diakonie- und Gesundheitsladen Nordstadt, Schaufelder Str. 17, 30167 Hannover

**Kostenbeteiligung:** 3,00 Euro

Mittwoch 02.06.10 17.00 – 18.30 Uhr

### Hexenküche

Aus heimischen Kräutern, naturbelassenen Ölen und Pflanzenwirkstoffen zaubern wir pflegende und schützende Cremes, Lotionen und Öle, die uns vor Sonneneinwirkung schützen.

**Leitung:** Frau Kulinski-Schnare, Apothekerin der Nordstadt Apotheke, Bodestr. 2-6, 30167 Hannover

**Veranstaltungsort:** Diakonie- und Gesundheitsladen Nordstadt, Schaufelder Str. 17, 30167 Hannover

**Kostenbeteiligung:** 6,00 Euro

Mittwoch 09.06.10 17.00 – 19.15 Uhr

### Das Fremde in mir

Wir lassen uns vom Märchenzauber in den Bann ziehen. Unsere Kreativität wird sich entfalten. Möglichkeiten Neues zu entdecken werden sich auftun. Unser Alltag kann bereichert werden.

**Leitung:** Frau Wilke, Gesundheitsberaterin, Ev. Familienbildungsstätte, 30169 Hannover

**Veranstaltungsort:** Stadtteil-Zentrum Nordstadt e.V. Bürgerschule Klaus-Müller-Kilian-Weg 2, ehem. Schaufelder Str. 30, 30167 Hannover

**Kostenbeteiligung:** 6,00 Euro

Mittwoch 17.11.10 17.00 – 19.15 Uhr

### Von Kopf bis Fuß

Ein Nachmittag zum Wohlfühlen und Verwöhnen für Körper und Seele. Das Verwöhnpaket enthält:

- eine geführte Entspannung
- die beliebte und sanfte Gesichtsmassage
- eine Anleitung zur Fußmassage
- eine Einladung zur Fantasiereise ein

Auch der Gaumen wird mit kleinen Häppchen verwöhnt. Lassen Sie sich überraschen.

**Leitung:** Frau Wilke, Gesundheitsberaterin, Ev. Familienbildungsstätte, 30169 Hannover

**Veranstaltungsort:** Stadtteil-Zentrum Nordstadt e.V. Bürgerschule Klaus-Müller-Kilian-Weg 2, ehem. Schaufelder Str. 30, 30167 Hannover

**Kostenbeteiligung:** 3,00 Euro

Mittwoch 01.12.10 17.00 – 19.00 Uhr

### Naturkosmetik selbst hergestellt

Naturkosmetik pflegt sanft und ist besonders hautfreundlich. In gewohnter gemütlicher Atmosphäre stellen wir cremigen Hautbalsam, Haut beruhigende und reinigende Gesichtsmasken und pflegende Haarkuren her.

**Leitung:** Frau Kulinski-Schnare, Apothekerin der Nordstadt Apotheke, Bodestr. 2-6, 30167 Hannover

**Veranstaltungsort:** Diakonie- und Gesundheitsladen Nordstadt, Schaufelder Str. 17, 30167 Hannover

**Kostenbeteiligung:** 6,00 Euro

### Bitte telefonisch anmelden

### Kostenlose Kinderbetreuung auf Anfrage

### Offene Sprechstunde

Montag 10.00 – 12.00 Uhr

Donnerstag 10.00 – 12.00 Uhr



Freizeitgestaltung sonntags