



St. Nikolai

DIE HAUPTKIRCHE
AM KLOSTERSTERN

Kolleg St. Nikolai

Programm 2. Halbjahr 2022





Liebe Freundinnen und Freunde des Kollegs,

endlich ist es wieder soweit, es gibt ein Programmheft!

Besonders freue ich mich auf zwei Veranstaltungen im Herbst, Sie finden sie gleich auf der nächsten Seite.

Vieles hat sich verändert in diesen zwei Jahren. Manche Dozentinnen und Dozenten haben sich verabschiedet, einige sind neu hinzugekommen. Ich begrüße besonders Dorothee Vieth, die die Leitung des Orchesters übernommen hat und Shamima Abbé, die mit Sitz-Yoga ein neues Angebot am Kolleg St. Nikolai macht. Das absolute Highlight in der langjährigen Arbeit des Kollegs ist ein „Drei-Künste-Abend“, eine Lesung mit Ulla Hahn, einer Uraufführung und eine kleinen Kunstpräsentation. Mein herzlichster Dank geht an Dr. Uwe Beyer, der all dies möglich macht. Auch freue ich mich auf einen ruhigen und stimmungsvollen Abend im November mit Johann Hinrich Claussen. „für sICH sein - ein Atlas der Einsamkeiten“ hat er das Buch genannt. Folgen Sie uns mit ihm auf eine Lesung an verschiedene Orte in der Kirche. Die Baustelle in der Kirche ist nicht nur Störfaktor, sie bietet auch neue Perspektiven.

Inhalt

Vorträge	Seite	4
Musik	Seite	6
Theologie, Literatur und Philosophie	Seite	10
Kunst	Seite	16
Sprachen	Seite	18
Bewegung und Entspannung	Seite	20
"Achtsamkeit" – MBSR	Seite	24
Dozenten / Dozentinnen	Seite	27
Ärztkeanzel	Seite	30
Anmeldung	Seite	32

Doch wir konnten die Zeit auch gut nutzen. Das Atrium hinter der Kirche ist eröffnet und die schönen und hellen Räume bieten gute Bedingungen für die Arbeit des Kollegs. Das Büro des Kollegs finden Sie wieder im 2. Obergeschoss, links am Ende des Ganges.

Die Kirche ist jetzt die große Baustelle: Die Orgel ist ausgebaut. Lärm, Dreck und Baugerüste prägen das Bild der Kirche in den nächsten Monaten, doch Ostern 2023 soll die neue Orgel erklingen.

Die Parkplatzsituation hat sich zum Glück etwas entspannt, nun darf während Veranstaltungen neben der Kirche geparkt werden.

Grundsätzlich halten wir uns bei den Corona-Auflagen an die Beschlüsse des Senats. Bei einigen wenigen Veranstaltungen haben wir schärfere Bedingungen. Die Gesundheit und das Alter unserer Dozentinnen und Dozenten oder ihres privaten Umfeldes lassen sie dringend bitten, diese Bedingungen einzuhalten.

Ich freue mich auf ein Wiedersehen.

Irina Nebocat

„Corona-Rhythmen“ als Krisen-Lyrik

**Lesung, Bilder und musikalische Uraufführung
Ein Abend mit Ulla Hahn, Kit Armstrong, Uwe Beyer
und Christiane Maria Luti**

*Montag, 19. September 2022, 19.30 Uhr
Hauptkirche St. Nikolai,
Harvestehuder Weg 118, 20149 Hamburg
Eintritt 10,- € nur Abendkasse*

Seit mehr als zwei Jahren bestimmt ein Virus die Rhythmen unseres Lebens. Wie sich diese Krise kreativ annehmen lässt? Das zeigt die zweisprachige, durchgängig bebilderte Anthologie "Corona-Rhythmen", herausgegeben von Dr. Uwe Beyer. Ihre zwanzig deutschen, zwanzig chinesischen Zeitgedichte namhafter Lyrikerinnen und Lyriker symbolisieren das Weltumspannende der Seuche. Sie stiften einen lyrischen Brückenbau zwischen West und Fernost, gesetzt auf Pfeiler der Verständigung.

Zum Auftakt dieses Abends wird die Lyrikerin Ulla Hahn ihr Gedicht "Traum vom Glück. Anno 2020f." aus der Anthologie lesen. Dann folgt eine Uraufführung: die Vertonung des Gedichts von Ulla Hahn durch den US-amerikanischen Komponisten Kit Armstrong im deutschen Original wie in der chinesischen Übertragung wird für den deutschen Part durch einen Chor und für den chinesischen Part durch eine Solostimme zu Gehör gebracht. Die Lesung weiterer ausgewählter Gedichte aus der Anthologie durch Ulla Hahn auf Deutsch und durch Kit Armstrong auf Chinesisch und ein anschließendes Literaturgespräch mit den Teilnehmenden zeigen die Spannweite der deutschen und der chinesischen Lyrik dieses Bandes auf und eröffnen die Möglichkeit zur vertiefenden Wahrnehmung der Texte.

Für die visuelle Rahmung des Abends wird Christiane Maria Luti sorgen. Sie hat die deutschen Gedichte bebildert und das Motiv für den Einband der Anthologie entworfen. Einige der Bilder werden an diesem Abend ausgestellt, und die Malerin wird erläutern, wie sie im Dialog mit den Gedichten entstehen konnten.

Für sICH sein

Wandellesung mit Johann Hinrich Claussen

Montag, 07.11.2022, 19:30 Uhr

Freuen Sie sich auf einen meditativen Abend rund um das Buch "Für sICH sein – Ein Atlas der Einsamkeiten" von Johann Hinrich Claussen und Ulrich Lilie.

Eine Veranstaltung im Rahmen der Akademietage 2022 und der Ev. Akademie der Nordkirche als Kooperationspartner.

Eintritt frei
Anmeldung erforderlich – es gibt nur 25 Plätze



Holzbläser-Ensemble

Die Teilnehmer*innen sind Laien, die im Kreis von Gleichgesinnten in entspannter Atmosphäre musizieren möchten. Das Ensemble besteht aus Querflöten, Oboen, Klarinetten, einem Saxophon, Fagotten und einer Pianistin. Das Repertoire reicht von barocker Kammermusik bis zur Filmmusik. Bei allem steht die Freude am gemeinsamen Musizieren im Vordergrund. Der Kreis freut sich über Verstärkung in allen Instrumentengruppen.

Wenn Sie Interesse haben melden Sie sich gerne im Büro:
040 44 11 34 211

Dozentin	Susanne Blessenohl
Ort	Neues Gemeindehaus, Nikolai-Saal
Beitrag	120,- Euro
Kurs-Nr.	8221512
Termine	23.08., 06.09., 20.09., 04.10., 25.10., 08.11., 22.11., 06.12.2022
Uhrzeit	Di., 10:00–12:15 Uhr/8 Termine

Streichorchester

Dieser Streichorchesterkurs wendet sich an interessierte Laienmusiker. Die Literatur ist so ausgewählt, dass sie spieltechnisch gut bewältigt werden kann. Dadurch kann der Fokus sehr gut auf die musikalische Arbeit gelegt werden. Genau das ist der Ensembleaspekt: man muss sich in die Gruppe einbinden, was man in alleiniger Arbeit nicht machen kann.

Nehmen Sie gerne an einigen "Schnupperproben" teil, wir freuen uns auf neugierige Teilnehmer.

Das Streichorchester hat nach langer Corona-Pause seinen Probenbetrieb wieder aufgenommen. Es probt jeden Mittwochvormittag von 10:00–12:15 Uhr.

Wenn Sie Interesse haben melden Sie sich bitte unter kolleg@hauptkirche-stnikolai.de

Blockflötenseminar

„Der Wind beflügelt die Seele!“

Willkommen sind erfahrene BlockflötistInnen, die S, A, T, B beherrschen und darüberhinaus ihre Spielfähigkeit im Ensemble vom Sopranino bis zum Subbass erweitern möchten und Freude am Zusammenspiel haben! Wir spielen Werke aus Renaissance und Barock, aber auch Musik der verschiedensten Stilrichtungen des 20. Jahrhunderts. Achtung: nur Aufnahme von SpielerInnen, die neben Sopran- und Alt- auch Tenor- und Bass-Bfl beherrschen!

Dozentin	Gisela Dunger
Ort	Kirche, Herrensaal
Beitrag	je Kurs 150,- Euro
Termine	24.08.2022–14.12.2022 (nicht am 12.10., 19.10.)
Kurs-Nr.	8221522
Uhrzeit	Mi., 09:30–11:00 Uhr
Kurs-Nr.	8221524
Uhrzeit	Mi., 11:15–12:45 Uhr/20 Termine



Anti-Aging für die Stimme

Wie alles im Körper unterliegt auch die Stimme gewissen Altersveränderungen. Zu diesen gehören u.a. ein geringeres Atemvermögen, geringerer Stimmumfang (meistens sinkt die Stimme ab, hohe Töne werden schwierig), die Intonation ist gefährdet (unsauberes Singen), Schwierigkeiten, die Töne lange auszuhalten, manchmal auch eine Neigung zu schriller Tongebung (im Chorsingen problematisch) usw. Da es sich beim Singen um eine körperliche Gesamtleistung handelt, kann man mit systematischer Stimmarbeit die verlorenen oder schlechter gewordenen Stimmfunktionen wesentlich verbessern, so dass die Stimme wieder mühelos und gut funktioniert. "Anti-Aging-für die Stimme©" ist ein Fitness-Programm für die Stimme, das diese so lange wie möglich leistungsfähig erhält, es wurde entwickelt von Prof. Elisabeth Bengtson-Opitz.

Das stimmbildnerische Programm beinhaltet Arbeit zu den folgenden Themen: Atmung, Vokale und Konsonanten, Lockerung der Artikulatoren (Kiefer, Lippen, Zunge, Gaumensegel), Geläufigkeit der Stimme, Ausdrucksfähigkeit, Dynamik, Intonations- und Höhent Training.

Bitte bringen Sie einen Handspiegel und Thera-Band zu den Treffen mit.

Dozenten	Catharina Kroeger, Markus Richter
Ort	Neues Gemeindehaus, Nikolai-Saal
Beitrag	150,- Euro
Basiskurs	6 Termine
Kurs-Nr. 8221301	Fr., 26.08.2022–30.09.2022, 10:00–11:30 Uhr
Kurs 4	6 Termine
Kurs-Nr. 8221304	Fr., 26.08.2022–30.09.2022, 11:45–13:15 Uhr
Vertiefungskurs	6 Termine
Kurs-Nr. 8201127	Mo., 22.08.2022–26.09.2022, 11:00–12:30 Uhr

Singen mit Köpfchen

Singen mit Köpfchen ist ein Interpretationskurs, dessen technisches Aufwärmprogramm den Grundlagen des Anti-Aging für die Stimme[©] von Prof. Elisabeth Bengtson-Opitz entspricht. Darüber hinaus erlernen Sie die Grundbeschaffenheit der Lieder/Stücke, um diese dem Genre und Ihren Wünschen entsprechend interpretieren zu können. Im Singen mit Köpfchen erhalten Sie die Möglichkeit, alleine oder zu zweit, Ihr bisher erworbenes Wissen anzuwenden. Betreut werden Sie dabei von einer Dozentin und einem Dozenten, die jahrelange Erfahrung mit Anti-Aging für die Stimme[©], sowie der Liedinterpretation gesammelt haben. Nach einer gründlichen, technischen Vorbereitung für Körper und Stimme, wird gemeinsam an der Interpretation der Lieder/Stücke gearbeitet. Dabei legen Markus Richter, Tenor und Songwon Kempka, Klavier viel Wert auf die ideale Zusammensetzung von Harmonie, Dynamik und Wort.

Anmeldung bis 22.06.2022 nur über Markus Richter:
tenor-richter@gmx.de, Mobile 0179 2060 992

Dozenten	Songwon Kempka, Markus Richter
Ort	Neues Gemeindehaus, Nikolai-Saal
Minigruppe	3 Termine
Kurs-Nr. 8221362	Mo., 11.07.2022, Mi., 13.07.2022, Fr., 15.07.2022, Uhrzeit nach Vereinbarung
Beitrag	115,- Euro
Einzelunterricht	3 Termine
Kurs-Nr. 8221361	Mo., 11.07.2022, Mi., 13.07.2022, Fr., 15.07.2022, Uhrzeit nach Vereinbarung
Beitrag	170,- Euro



Frauen um Luther

Der Kreis der Frauen um Luther ist nicht begrenzt auf Katharina von Bora, seine Ehefrau seit 1525, sondern umfasst auch Katharina Melanchthon, Walpurga Bugenhagen, Elisabeth Cruciger und Gräfin Dorothea von Mansfeld. Elisabeth Cruciger, geb. von Meseritz, war aus dem Kloster entlaufene Nonne wie Katharina von Bora, zwei Frauen stammten aus bürgerlichen Verhältnissen, drei aus dem Adel von Pommern bis nach Lich in Hessen. Der Kurs erweitert den oft verengten Blick auf Katharina Luther und lässt ihr und Martin Luthers Leben in einem reicheren und differenzierteren Licht erscheinen, als dies in den bisherigen Darstellungen geschehen ist.

Dozent	Hauptpastor em. Dr. Ferdinand Ahuis
Ort	Kirche, Herrensaal
Beitrag	40,- Euro
Kurs-Nr.	8222002
Termine	13.10.2022–03.11.2022
	Do., 15:00–16:30 Uhr/4 Termine
Ort	Kirche, Herrensaal

Kindheitserinnerungen großer Schriftsteller

Erinnerungen an die eigene Kindheit von grossen Schriftstellern geben einen aufschlußreichen Einblick in vergangene Zeiten und die literarische Verarbeitung ihrer leidvollen wie glücklichen Erfahrungen und fragen: erinnern sich Frauen anders? Sind die Ängste ihrer Kindheit und ihre Freuden andere als bei den Männern? Welche Rolle spielt die Religion? Wie wird Gewalt in der Kindheit, besonders Kindheit in Krieg und Verfolgung 'bewältigt'? Was berührt uns besonders?

Christa Wolff, Kindheitsmuster; Ruth Klüger, Weiterleben; Ulla Hahn, Das verborgene Wort; Cordelia Edvardsson, Gebranntes Kind sucht das Feuer; Marie Luise Kaschnitz, Orte; Annie Ernaux, Scham; Monika Helfer, Bagage.

Dozent	Prof. Dr. Hans-Jürgen Benedict
Ort	Neues Gemeindehaus, Coester-Raum
Beitrag	60,- Euro
Kurs-Nr.	8223002
Termine	01.09.2022–29.09.2022
	Do., 10:30–12:00 Uhr

Thomas Mann

»Joseph und seine Brüder«

Die Freundinnen und Freunde Thomas Manns sind herzlich zu einem Abschlussseminar der Josephsgeschichte eingeladen. Wir werden in Referaten, Lesungen und Gesprächen die Grundzüge des vierteiligen Romans und seine biblische Basis im Buch Genesis behandeln und uns in den letzten Seminarstunden dem vierten Teil »Joseph, der Ernährer« widmen. Zur Vorbereitung des Seminars wird das Buch des Referenten empfohlen: Thomas Manns Bibelroman »Joseph und seine Brüder« lesen - verstehen - erleben

Mit Rücksicht auf die Gesundheit von Teilnehmenden und Dozenten findet die Veranstaltung unter 2G+ statt, d.h. geimpft oder genesen + ein Test. Bitte machen Sie vor der Veranstaltung einen Selbsttest.

Dozent	Dr. Eberhard Stromberg	Es gilt 2G+
Ort	Margarethe Braun-Raum, Gemeindehaus, Atrium	
Beitrag	50,- Euro	
Kurs-Nr.	8223005	
Termine	09.06.2022–07.07.2022	
	Do., 10:30–12:30 Uhr/5 Termine	



Aus dem Leben erzählen

Eine kreative Schreibwerkstatt

Sie erlebten die satten 60er, wilden 70er und 80er Jahre, die mit ihren Protesten den Weg in unsere heutige Zeit bahnten. Vielleicht haben Sie sogar noch Erinnerungen an die braven und ärmlichen 50er Jahre. Ich lade Sie ein, sich schreibend auf den Weg in Ihre Vergangenheit zu machen, Erinnerungen aufzuspüren und kleine Texte zu verfassen. Spielerisch können Sie verschiedene Methoden und Techniken des Erinnerns und Kreativen Schreibens kennenlernen und erproben.

Dozentin	Barbara Mannitz
Ort	Neues Gemeindehaus, Flee-Raum
Beitrag	je Kurs 120,- Euro
Anz. Termine	8 Termine
Kurs-Nr.	8223063
Termine	Mi., 05.10.2022–30.11.2022, 15:30–17:45 Uhr
Kurs-Nr.	8223073
Termine	Mi., 05.10.2022–30.11.2022, 10:15–12:30 Uhr

Die offene Gesellschaft und ihre Feinde

Karl Popper beschloss, das Buch mit gleichnamigem Titel zu schreiben, als Hitler 1938 in Österreich einmarschierte, in sein „Heimatland“, wie Popper in seinem 90. Lebensjahr 1992 im Vorwort zur 7. deutschen Auflage schreibt.

Das Werk sollte sich gegen Hitler und Stalin richten und identifizierte mit ausführlichen Analysen die geistigen Väter dieser „politischen Ideologie“, Platon, Hegel und Marx. Im selben Jahr erscheint auch die erste russische Ausgabe, die er mit einem besonderen Brief an die russischen Leser versieht und in dem es um den zentralen Gedanken seines Werkes geht, um die Umsetzung einer Rechtsordnung in einen Rechtsstaat. Für Popper besteht eine parallele Entwicklung von freiem Markt und Rechtsstaat. Die „offene Gesellschaft“ ist im demokratischen Diskurs der letzten Jahre zum positiven Synonym für Freiheit und Selbstbestimmung geworden.

In der vierteiligen Seminarreihe werden wir dem Popper'schen Verständnis einer offenen Gesellschaft auf die Spur kommen. Anhand ausgewählter Texte vollziehen wir seine kritische Analyse von Platon „Platons Zauber“, von Hegel und Marx, „orakelnde Philosophien“ im Sinne einer „kritischen Einführung in die Philosophie der Politik und der Gesellschaft“ (Vorwort zur ersten englischen Ausgabe, Christchurch 1944) nach.

Seine Reverenz auf Immanuel Kant als „letzten großen Vorkämpfer der Aufklärung“ bildet den Abschluß.

(Textgrundlage: Karl Popper, Die offene Gesellschaft und ihre Feinde. Bd I, Der Zauber Platons, Bd. II Falsche Propheten: Hegel, Marx und die Folgen . Tübingen 8. Aufl. 2003

Dozentin	Dr. Ellen Drünert
Ort	Kirche, Herrensaal
Beitrag	48,- Euro
Kurs-Nr.	8223045
Termine	17.11.2022–08.12.2022
	Do., 15:00–17:00 Uhr/4 Termine



Gesellschaftliche Transformation

Gesellschaftliche Transformation

hat angesichts der bewußter werdenden Klimathematik den Schwerpunkt von Wachstumskritik an Wirtschaft zwischen Deep-Growth, DeGrowth und PostGrowth etwas verlagert. Ihrer Notwendigkeit im Hinblick auf die Voraussetzungen und Ziele und auf ihre Bereiche und Wege nachzugehen, hat in Zustimmung und Ablehnung zu vielschichtigen alternativen Erwägungen (u.a. im "Transformationssalon" der Evangelischen Akademie der Nordkirche) geführt, denen zukünftig niemand wird ausweichen können.

Dozentin	Prof. Dr. Marie-Elisabeth Hilger
Ort	Neues Gemeindehaus, Fleeer-Raum
Beitrag	40,- Euro
Kurs-Nr.	8223043
Termine	10.11.2022–03.12.2022
	Do., 15:00–16:30 Uhr/4 Termine

Märchenseminar

Schönheit im Märchen

Allerleirauh (KHM Nr. 65)

„Es war einmal ein König, der hatte eine Frau mit goldenen Haaren, und sie war so schön, dass sich ihres Gleichen nicht mehr auf Erden fand.“ Was bedeutet eine solche Schönheit für die Königin selber, für den König, für die gemeinsame Tochter, schließlich für das ganze Reich? Wirkt eine solche Schönheit zum Segen oder zum Unheil? Wo und wie begegnen wir ihr heute? Wir hören das Märchen und fragen in einem gemeinsamen Gespräch nach seiner Bedeutung. Anschliessend kann dem Gehörten mit unterschiedlichen Materialien bildhaft Ausdruck gegeben werden.

Dozentin	Liane von Schweinitz
Ort	Kirche, Herrensaal
Beitrag	20,- Euro
Kurs-Nr.	8223022 (Abendveranstaltung)
Termin	Di., 29.11.2022, 18:00–21:00 Uhr

Die aufgeregte Gesellschaft

Wie Emotionen unsere Moral prägen und die Polarisierung verstärken

Moralische Urteile sollten sich auf Prinzipien gründen und rational sein. So ist es der Anspruch der Philosophie. Wie aber, wenn sie primär Effekte von Affekten sind? Von Angst, Zorn, Ekel, Scham, Schuld? Wenn sie Gesellschaften meist polarisieren, weil sie gruppenspezifische Vorurteile und persönliche Vorlieben repräsentieren? Dann gilt es, die Entstehung von Moral neu darzustellen: Als biologisch motiviert und etabliert, um im Zusammenhalt der Gruppe überleben zu können. Aber entscheidet die Neigung zu stammesartigen Gebilden wirklich allein darüber, welche Moral herrscht? Nein, meint der Philosoph Philipp Hübl (*1975). Seinem Gedankengang werden wir uns in diesem Seminar widmen.

Dozent	Dr.phil. Uwe Beyer
Ort	Kirche, Herrensaal
Beitrag	80,- Euro
Kurs-Nr.	8223042
Termine	Sa., 24.09.2022, 11:00–13:00 Uhr; 14:00-17:30 Uhr So., 25.09.2022, 11:30–13:15 Uhr; 14:15-17:15 Uhr



URBAN SKETCHING

Unterwegs in Hamburg

Nutzen Sie auf Ihren Ausflügen in Hamburg oder im Alltag ein Skizzenbuch als persönliches Bildertagebuch Ihrer Erlebnisse. Füllen Sie die Seiten mit Skizzen, Bildern und Texten, um Ihre besonderen Eindrücke in Gestalt einer Collage festzuhalten. Alles was man dazu benötigt, sind Lust und Interesse am Skizzieren sowie eine einfache Grundausrüstung, bestehend aus einem Skizzenbuch (DIN A4), Bleistift, Kugelschreiber, Fineliner, Pentel Brush und einen kleinen Aquarellkasten.

Dozent	Peter Koch
Ort	Margarete Braun-Raum, Gemeindehaus, Atrium
Beitrag	je Kurs 81,- Euro
Kurs-Nr.	8225065
Termine	Ab Di., 08.11.2022, 11:00–13:00 Uhr/6 Termine
Kurs-Nr.	8225066
Termine	Ab Fr., 12.11.2022, 11:00–13:00 Uhr/6 Termine

Zeichnen mit Farbstiften

Augen auf!

Genaueres Beobachten ist unerlässlich, um Motive detailgetreu wiederzugeben. Wir "erarbeiten" Stillleben mit Blei- und Farbstiften und erlernen dabei zum Beispiel Früchte, Pflanzen, Porzellan oder Steine zeichnerisch darzustellen. Hintergründe, Lichtreflexe und Schatten geben den Gegenständen schließlich die Tiefe. Das exakte Zeichnen ist die Basis jeder Malerei und wird Ihnen viel Freude bereiten. Die Kurse sind sowohl für Anfänger als auch Fortgeschrittene geeignet. Bitte besorgen Sie Material erst nach Absprache.

Dozentin	Helga von Pfeil
Kurs-Nr.	8225024 / Schnuppernachmittag
Termin	Sa., 27.08.2022, 15:00 –18:00 Uhr
Ort	Margarete Braun-Raum, Gemeindehaus, Atrium
Beitrag	30,- Euro
Kurs-Nr.	8225023
Termine	Sa., 16.07.2022, 10:00–16:00 Uhr So., 17.07.2022, 11:00–16:00 Uhr
Ort	Margarete Braun-Raum, Gemeindehaus, Atrium
Beitrag	80,- Euro
Kurs-Nr.	8225022
Termine	04.10.2022–22.11.2022 Di., 10:00–12:00 Uhr/8 Termine
Ort	Neues Gemeindehaus, Flee-Raum, Atrium
Beitrag	107,- Euro

Bildnerisches Gestalten

Malen und andere Techniken

Beginnend mit Aufgaben als Grundlage entwickeln wir aus den verschiedensten Elementen der Bildgestaltung (Form- und Farbenlehre) eigene Arbeiten. Vorkenntnisse oder maltechnische Fähigkeiten sind nicht Bedingung. Material: Tuschkasten, Pinsel, Federn, Tusche, Malpapier oder Karton.

Dozent	Jockel Walz
Ort	Kirche, Herrensaal
Beitrag	72,- Euro
Kurs-Nr.	8225034
Termine	24.08.2022–29.09.2022 Mi., 15:00–17:00 Uhr/6 Termine



Talking and reading English

„English is a simple, but difficult language. It consists of nothing but borrowed words which are mispronounced“ – Kurt Tucholsky said a long while ago. We say: Come and practise talking about anything under the sun, reading all kinds of texts and revising some grammar.

Dozentin	Christine Verg
Ort	Kirche, Herrensaal
Beitrag	204,- Euro
Kurs-Nr.	8224102
Termine	Ab 19.08.2021
	Do., 10:00–11:30 Uhr/17 Termine



Italiano livello intermedio

In questo corso (livello B1) ripassiamo e approfondiamo elementi della grammatica italiana leggendo brevi testi letterari e parlando di argomenti, come la cucina, i viaggi e l'attualità.

Dozentin	Nadia Malverti
Ort	Neues Gemeindehaus, Fleeer-Raum
Beitrag	180,- Euro
Kurs-Nr.	8224202
Termine	24.08.2022–21.12.2022 (Nicht am 07.09., 12.10., 19.10.2022 und in den Ferien) Mi., 10:00–11:30 Uhr/15 Termine

Sitzyoga

Wer sein Leben lang Yoga gemacht hat, muss auch im fortgeschrittenen Alter nicht auf seinen Lieblingssport verzichten: Es gibt sogar vereinfachte Varianten – wie zum Beispiel Yoga im Sitzen. Aber auch für Menschen, die noch nie Yoga gemacht haben, bietet sich diese Sport-Art an.

Shamima Abbé sagt. "In meinem Sitz-Yoga Kurs geht es darum, Menschen die in Ihrer Bewegungsfreiheit eingeschränkt sind (z.B.: Arthrose, Kniebeschwerden, Rollstuhlfahrende), den Spaß an regelmäßiger, aktivierender Bewegung wieder näher zu bringen. Viele meiner Schülerinnen sagen, dass sie zwar auf die Matte runter kommen, aber nicht mehr alleine hoch kommen. Deshalb biete ich Yoga im Sitzen an, da es auch für Senioren sehr gut geeignet ist. Wir beginnen von den Füßen über den ganzen Körper hoch bis zu den Augen, um dann in einer Endentspannung den Kurs zu beenden.

- Wir bewegen Gelenke (Füße, Hüfte, Schulter, Hand und Fingergelenke...),
- die Wirbelsäule wird aktiviert (Vorbeuge und Rotationen),
- die Gehirnhälften beansprucht (Übungen die über Kreuz gehen: rechter Fuß, linke Hand...),
- Fingerübungen (einzelne Finger bewegt, Handgelenke kreisen...),
- Schulter, Nacken und Augenübungen bis wir dann zur Endentspannung kommen.

Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung, warme Socken.

Dies ist ein neues Angebot. Bei Fragen wenden Sie sich bitte an das Büro 040 44 11 34 211 oder kolleg@hauptkirche-stnikolai.de

Dozentin	Shamima Abbé	Es gilt 2G
Ort	Neues Gemeindehaus, Nikolai-Saal	
Beitrag	160,- Euro	
Kurs-Nr.	8226052	
Termine	13.06.2022–19.12.2022	
	Mo., 09:30–10:30 Uhr/20 Termine	

Tai Chi Qi Gong Shibashi

TAI CHI QI GONG SHIBASHI ist eine Übung aus Ostasien, in der über 2500 Jahre Erfahrung von Generationen zusammenfließt. Durch Bewegung, Atmen und Vorstellungskraft lernen Sie, die Kraft des Lebens, Qi, zu lenken. Geist, Kraft und Bewegung sind Eines, und zwar in dieser Reihenfolge. Das Ziel ist, sich körperlich, emotional und mental, also insgesamt zu harmonisieren, das Gute zu unterstützen, und mit dem Ganzen durch bewegende und bewegte Meditation zu leben, als ganzer Mensch unabhängig vom Alter gesünder zu werden und zu bleiben. Wir werden weiterhin zusätzliche Qi Gong- und Tai Chi-Übungen lernen, um den Kurs noch vielfältiger zu gestalten und die Gesundheit zu fördern. Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung und Schuhe/Wollsocken.

Es gilt 2G+

Dozentin	Divina-Gracia Martens
Ort	Kirche, Herrensaal
Beitrag	je Kurs 120,- Euro
	Mit Beginn jeden Kurses ist ein Neueinstieg möglich
Kurs-Nr.	8226012
Termine	21.07.2022–22.09.2022
	Do., 10:00–11:00 Uhr/10 Termine
Kurs-Nr.	8226013
Termine	13.10.2022–15.12.2022
	Do., 10:00–11:00 Uhr/10 Termine
Kurs-Nr.	8226022
Termine	21.07.2022–22.09.2022
	Do., 11:15–12:15 Uhr/10 Termine
Kurs-Nr.	8226023
Termine	13.10.2022–15.12.2022
	Do., 11:15–12:15 Uhr/10 Termine

Feldenkrais – Bewusstheit durch Bewegung

Die Feldenkrais-Methode ist eine Lern-Methode, mit der Sie Ihre Beweglichkeit verbessern können, sowohl körperlich als auch geistig. Im Gruppenunterricht probieren Sie unter Anleitung einzelne Bewegungen und Bewegungsabläufe aus. Der Schwerpunkt liegt dabei im aufmerksamen Wahrnehmen des Bewegungsprozesses. So werden das Nervensystem und das Gehirn angeregt, neue Wege zu gehen oder alte, vergessene wiederzufinden. Die Kurse sind für alle Menschen geeignet, die sich in ihrer Persönlichkeit weiterentwickeln möchten und einen ganzheitlichen Ansatz suchen. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Auch mit Behinderungen oder Bewegungseinschränkungen können Sie an den Kursen teilnehmen.

Bitte kommen Sie in warmer, bequemer Kleidung und bringen Sie eine Unterlage (Woldecke oder Yogamatte o.ä.) mit.

Dozentin	Dorothea Willkomm
Ort	Kirche, Herrensaal
Beitrag	je Kurs 120,- Euro
Kurs-Nr.	8226003
Termine	19.08.2022–07.10.2022
Uhrzeit	Fr., 12:00–13:00 Uhr/8 Termine
Kurs-Nr.	8226004
Termine	28.10.2022–18.12.2022
Uhrzeit	Fr., 12:00–13:00 Uhr/8 Termine

GESUND UND FIT DURCH GYMNASTIK UND PILATES

Dieser Kurs richtet sich an Alle, die fit und beweglich bleiben oder es wieder werden wollen. Trainiert wird der gesamte Körper, unabhängig vom Alter und der körperlichen Leistungsfähigkeit. Regelmäßige Übungen kräftigen und formen den Körper schon nach kurzer Zeit und verbessern auf schonende Weise die Beweglichkeit, die Ausdauer, die Koordination und die Körperhaltung. Dabei lernen und üben wir auch, uns auf die richtige Atmung zu konzentrieren. Das BESONDERE an diesem Kurs liegt in der sehr individuellen Betreuung jeder einzelnen Person, die in kleiner Gruppe ihr Training genießen kann.

Bitte mitbringen: Bequeme Kleidung, warme Socken und ein Handtuch.

Bei Interesse melden Sie sich im Büro 040 44 11 34 211 oder kolleg@hauptkirche-stnikolai.de oder direkt bei Katrin Jepsen: 0151 10 000 939 / 040 46 47 23.

Eine Online-Anmeldung ist nicht möglich!

Katrin Jepsen wird sich dann mit Ihnen in Verbindung setzen und gerne ein Probetraining verabreden.

Es gilt 2G

Dozentin	Katrin Jepsen
Ort	Kirche, Herrensaal
Beitrag	150,- Euro
Anz. Termine	10 Termine pro Kurs

Wochentag	Di., 10:00 / Di., 11:15 Uhr
Kurs-Nr.	8226143
Termine	26.07.2022–27.09.2022
Kurs-Nr.	8226144
Termine	11.10.2022–13.12.2022

Wochentag	Fr., 10:00
Kurs-Nr.	8226143
Termine	29.07.2022–30.09.2022
Kurs-Nr.	8226144
Termine	14.10.2022–16.12.2022

Wochentag	Sa., 10:00
Kurs-Nr.	8226143
Termine	30.07.2022–01.10.2022
Kurs-Nr.	8226144
Termine	15.10.2022–17.12.2022



Achtsam sein

Ein meditativer Abend zum Kennenlernen

Was ist mit dem Begriff Achtsamkeit eigentlich gemeint? Wie lässt sich mit Achtsamkeitsmeditation die Persönlichkeit weiter entwickeln? Wie geht Meditieren überhaupt genau? Und warum hilft es, gelassener und agiler zu werden? Fragen, die an diesem sommerlichen Schnupperabend beantwortet werden sollen. Vor allem aber lernen Neugierige einige typische Achtsamkeitsübungen kennen, um einen lebendigen Eindruck davon zu bekommen, wie sie sich anfühlen.

Dozentin	Corinna Schöps
Ort	Kirche, Herrensaal
Beitrag	20,- Euro
Kurs-Nr.	8226074
Termin	Di., 07.09.2022, 19:00–20:30 Uhr

Es gilt 2G+

„Achtsamkeit“ – MBSR

Innehalten und gelassener werden

Achtsam zu sein, bedeutet den gegenwärtigen Moment wahrzunehmen, wie er ist, ohne ihn sofort zu bewerten. Es ist eine Haltung, die freier macht, die jeder erleben und lebenslang verfeinern kann. In diesem Kurs in MBSR (Mindfulness-Based Stress Reduction) nach Jon Kabat-Zinn erlernen Sie dafür grundlegende Techniken. Der achtwöchige MBSR-Kurs ist eines der wissenschaftlich bestuntersuchten Programme zur Gesundheitsprävention weltweit. Achtsamkeitsmeditation, wie sie hier geübt wird, stärkt ganzheitliche Ressourcen. Sie kann etwa zufriedener machen, die Stimmung verbessern und Schmerzerleben vermindern. Sie hilft belastbarer zu werden, zugleich aber auch freundlicher mit sich selbst. Sie beugt Stresserkrankungen vor, erhöht die Selbstregulation und die Konzentration. Wer Achtsamkeit praktiziert, erlebt sich im Alltag häufiger in einem Modus des gelassenen Seins – und kann aus dem Hamsterrad-Modus ständigen Planens und Machens leichter mal aussteigen. Das verschafft Abstand und erweitert die Spielräume. Die Meditationen werden im Liegen, Sitzen und Gehen angeboten, ergänzt durch leichte Dehnungsübungen. Die Teilnehmer erhalten ausführliches Lehr- und Übungsmaterial für die regelmäßige Praxis zu Hause.

Für Terminanfragen für ein kostenloses, aber verbindliches Vorgespräch wenden Sie sich bitte an Corinna Schöps, Tel.: 0173-370 57 45, achtsam@mbsr-schoeps.de, www.mbsr-schoeps.de

Zuschuss der Krankenkasse:

Die achtwöchigen Kurse von Corinna Schöps zur „Stressbewältigung mit Achtsamkeit“ MBSR werden von den gesetzlichen Krankenkassen als Gesundheitsprävention bezuschusst. Je nach Satzung der Kasse liegt der Zuschuss in unterschiedlicher Höhe. Folgende Kassen machen mit: Die Ersatzkassen wie DAK, TK, Barmer-GEK, KKH, HEK, die Kassen im BKK-Dachverband, die AOK, IKK, Knappschaft und BiG direkt. Bitte erkundigen Sie sich bei Ihrer Krankenkasse nach der genauen Höhe des Zuschusses. Sie bekommen am Abschlussabend des MBSR-Kurses eine Teilnahmebescheinigung. Mit dieser Bescheinigung können Sie dann einen Antrag auf Erstattung bei Ihrer Krankenkasse stellen.

Dozentin	Corinna Schöps	Es gilt 2G+
Ort	Kirche, Herrensaal	
Beitrag	390,- Euro	
Kurs-Nr.	8226075 (Anmeldeschluss 08.09.2022)	
Termine	14.09.2022–09.11.2022 (Nicht am 12.10.2022)	
	Mi., 19:00–21:30 Uhr/10 Termine	
	Achtsamkeitstag: So., 30.10.2022, 14:00–19:00 Uhr	



Achtsamkeit vertiefen und im Alltag verankern

Eine herbstlichen Abendreihe für jene, die bereits einen MBSR-Kurs absolviert oder andere Erfahrungen mit dem Meditieren haben. Jeder der vier Abende widmet sich vertiefend einem Thema aus der Achtsamkeit. Die klassischen MBSR-Übungen im Liegen, Sitzen und Gehen werden wiederholt, um die Praxis lebendig zu halten, sie aufzufrischen oder nach einer Pause wieder neu damit zu beginnen. Der Kurs findet in Präsenz im Herrensaal statt, falls pandemiebedingt nötig, werden die Termine online fortgesetzt oder können nachgeholt werden.

Da die Plätze begrenzt sind, ist eine Anmeldung unbedingt erforderlich unter: achtsam@mbsr-schoeps.de

Dozentin	Corinna Schöps	Es gilt 2G+
Ort	Kirche, Herrensaal	
Beitrag	120,- Euro	
Kurs-Nr.	8226076	
Termine	06.09., 18.10., 15.11., 06.12.2022	
	Di., 19:00–20:30 Uhr	

Dozenten / Dozentinnen

Shamima Abbé

Shamima Abbé ist Yogalehrerin, 200h AYA, Yin und Hormon-Yoga. Sie unterrichtet seit einigen Jahren Sitz-Yoga.

Dr. Ferdinand Ahuis

Dr. Ferdinand Ahuis war bis 2007 Hauptpastor an St. Nikolai und ist Mitglied der Europäischen Akademie der Wissenschaften und Künste.

Prof. Dr. Hans-Jürgen Benedict

Hans Jürgen Benedict ist Theologe und war Professor an der Ev. Hochschule für soziale Arbeit und Diakonie des Rauhen Hauses in Hamburg.

Dr.phil. Uwe Beyer

Dr.phil. Uwe Beyer ist Autor, Dozent an verschiedenen Akademien und gehört zum Leitungsteam der Evangelischen Stadtakademie Aachen.

Susanne Blessenohl

Susanne Blessenohl studierte Schulmusik mit Hauptfach Querflöte und ist als freiberufliche Instrumentalpädagogin tätig.

Dr. Ellen Drünert

Dr. Ellen Drünert ist ehemalige leitende Mitarbeiterin der Deutschen Gesellschaft für Internationale Zusammenarbeit (GIZ) GmbH und im Ruhestand.

Gisela Dunger

Gisela Dunger ist als Dipl. Musiklehrerin an der Staatl. Jugendmusikschule Hamburg tätig und verfügt außerdem über langjährige Erfahrung in der Arbeit mit Erwachsenen.

Prof. Dr. Marie-Elisabeth Hilger

Marie-Elisabeth Hilger war Professorin für Sozial- und Wirtschaftsgeschichte an der Universität Hamburg.

Katrin Jepsen

Katrin Jepsen ist ausgebildete Sportlehrerin und Gymnastik- und Tanzpädagogin und unterrichtet seit über 35 Jahren.

Songwon Kempka

Songwon Kempka ist Pianistin und leitet seit einigen Jahren "Singen mit Köpfchen" zusammen mit Markus Richter.

Peter Koch

Dipl. Ing. Architekt Peter Koch hat das Handwerk des Skizzierens noch von der Pike auf gelernt und gibt mit Tipps und Tricks seine Erfahrungen als Dozent weiter, wie man z. B. mit wenigen Strichen das Charakteristische einer Situation einfangen kann. Peter Koch ist Architekt, VHS-Dozent und war Baudezernent Hamburg.

Catharina Kroeger

Catharina Kroeger ist Sopranistin, Gesangpädagogin, zertifizierte Anti-Aging-für-die-Stimme©-Trainerin und Dozentin für Gesang an der Musikhochschule Lübeck.

Nadia Malverti

Italienerin, leitet den Italienisch-Kurs seit 2010. Sie ist auch als Schauspielerin und Autorin tätig

Barbara Mannitz

Barbara Mannitz ist Diplom-Soziologin mit Psychotherapieausbildung, Hörfunkautorin und Dozentin.

Divina-Gracia Martens

Divina-Gracia Martens ist Psychologin und Psychotherapeutin mit den Schwerpunkten Psychosomatik und Psychotherapie in eigener Praxis.

Helga von Pfeil

Helga von Pfeil ist diplomierte Modedesignerin. Sie war Moderedakteurin und arbeitete als Designerin und Illustratorin.

Markus Richter

Markus Richter ist Sänger und zert. Gesangspädagoge, auch er ist schon 5 Jahre dabei. Das Programm wurde entwickelt von Elisabeth Bengtson-Opitz, sie ist Professorin für Gesang und Gesangsmethodik der Hamburger Hochschule für Musik und Theater.

Corinna Schöps

Corinna Schöps ist Medizin- und Wissenschaftsredakteurin bei der ZEIT, ZEIT Doctor und MBSR-Lehrerin ausgebildet am Institut für Achtsamkeit und Stressbewältigung, Bedburg.

Liane von Schweinitz

Liane von Schweinitz war Vorsitzende Richterin am Landgericht in Hamburg und lange Zeit im Vorstand des Märchenforum Hamburg e.V. engagiert. Sie ist Mitglied der Europäischen Märchengesellschaft (EMG).

Dr. Eberhard Stromberg

Dr.jur. Eberhard Stromberg hat Theologie und Jura studiert und war in beiden Bereichen beruflich tätig. Seit seiner Pensionierung als Richter am Landgericht Hamburg hält er Vorträge und Kurse zum Leben und Werk Thomas Manns.

Christine Verg

Christine Verg ist seit vielen Jahren in der Erwachsenenbildung als Englischdozentin tätig.

Dorothee Vieth

Die Diplom Musiklehrerin Dorothee Vieth arbeitet freiberuflich als Geigen- und Bratschenlehrerin. Daneben bringt sie langjährige Erfahrung in der Leitung unterschiedlichster Ensembles mit.

Jockel Walz

Jockel Walz ist als freischaffender Maler tätig, Ausstellungen in Hamburg, Köln, Zürich, Kassel, München.

Dorothea Willkomm

Dorothea Willkomm, seit 1992 Unterricht in der Feldenkrais-Methode®, u.a. mit MusikerInnen, Menschen mit Behinderungen, SchauspielerInnen und SeniorInnen.

Ärztkeanzel 2022

Planetary Health – Gesundheit und Medizin in Zeiten des Klimawandels

In den letzten Jahrzehnten gab es immer wieder endemische und pandemische Ausbrüche neuer und sich lokal ausbreitender Erreger. Allerdings waren sie meist schnell beherrschbar und zum Teil nicht auf uns Menschen übergreifend, so dass wir sie schnell wieder ausblenden konnten. Das war dieses Mal anders.

Die COVID-Pandemie hat uns unvorbereitet, heftig und weltweit getroffen, ist noch nicht überstanden, hat aber unseren Blick auf die Gefahr weltweiter Zoonosen (*Erklärung) und ihren Übertragungsgefahren erweitert. Sie hat uns aufgeschreckt und Angst gemacht, viele Kranke und Tote gekostet – was haben wir gelernt?

Die Pandemie ist nur ein Teilaspekt des Klimawandels, der uns existenziell bedroht. Er gefährdet unsere natürliche Lebensgrundlage in der Luft, im Meer und auf der Erde, macht uns physisch und psychisch krank und führt zu lokalen und globalen sozialen Verschiebungen bisher unbekanntem Ausmaßes. Wer weiter verdrängt und negiert hat den Warnschuss nicht gehört!

Unsere Referenten und Referentinnen beschäftigen sich schon viele Jahre und zum Teil Jahrzehnte mit dieser globalen und gesamtgesellschaftlichen Herausforderung und forschen und arbeiten an nachhaltigen Anpassungsstrategien und -kompetenzen.

Der letzte Klimazustandsbericht der Weltwetterorganisation (WVO) zeigt verheerende Zahlen. Wissenschaftler, alle Gesundheitsakteure und politische und ökonomische Entscheidungsträger müssen nun endlich rettende Perspektiven erarbeiten und durchsetzen.

Im Rahmen unseres Jahresthemas an St. Nikolai „Schöpfung bewahren“ möchten wir, das „Ärztkeanzel“-Team, an diesen entscheidenden Zukunftsthemen eine Verantwortung übernehmen, informieren, aufklären und in einen Dialog treten.

Mittwoch, 26. Oktober, 20.00 Uhr

**Klimaerwärmung, Globalisierung und Gerechtigkeit –
Herausforderungen für die Zukunft**

Prof. Dr. Mojib Latif
Klimaforscher, Präsident der Akademie
der Wissenschaften in Hamburg
Leiter der Forschungseinheit:
Maritime Meteorologie, Helmholtz-Zentrum

Mittwoch, 02. November, 20.00 Uhr

**Warum ist der Klimawandel eine globale
Gesundheitskrise – und wie wollen wir sie lösen?**

MSc Juliane Bönecke
Hochschule für Angewandte Wissenschaften Hamburg
(HAW), Department Gesundheitswissenschaften

„Let's Talk Climate“

Diskussion mit Juliane Bönecke und Prof. Dr. mult.
Walter Leal, Leiter des Forschungs- und Transferzentrums
„Nachhaltigkeit und Klimafolgenmanagement“ der HAW

Mittwoch, 09. November, 20.00 Uhr

**Zwischen Angst und Verdrängung –
Psychische Auswirkungen des Klimawandels**

Katharina van Bronswijk
Psychologische Psychotherapeutin in Schneverdingen
Mitgründerin und Sprecherin von „Psychologists for Future“

Sonntag, 13. November, 10 Uhr

Themengottesdienst zur Ärztekanzel 2022

Planetary Health –
Gesundheit und Medizin in Zeiten des Klimawandels
Hauptpastor und Propst Dr. Martin Vetter und Mitglieder
des Ärztekanzel-Teams



So melden Sie sich an

Bitte melden Sie sich schriftlich per Post, Fax, E-Mail, online, telefonisch oder gern auch persönlich im Büro an. Bitte geben Sie die Kursnummer an.

Ihre Anmeldung ist verbindlich.

Sie erhalten keine Anmeldebestätigung, werden aber benachrichtigt, wenn der Kurs bereits besetzt ist oder abgesagt werden muss.

Wenn Sie einen Kurs absagen müssen, bitten wir Sie, dies schriftlich oder telefonisch bis spätestens 1 Woche vor Kursbeginn zu tun. Andernfalls ist die gesamte Kursgebühr fällig.

Nichterscheinen gilt nicht als Abmeldung.

Teilnahme ohne Anmeldung gilt als Anmeldung zum gesamten Kurs.

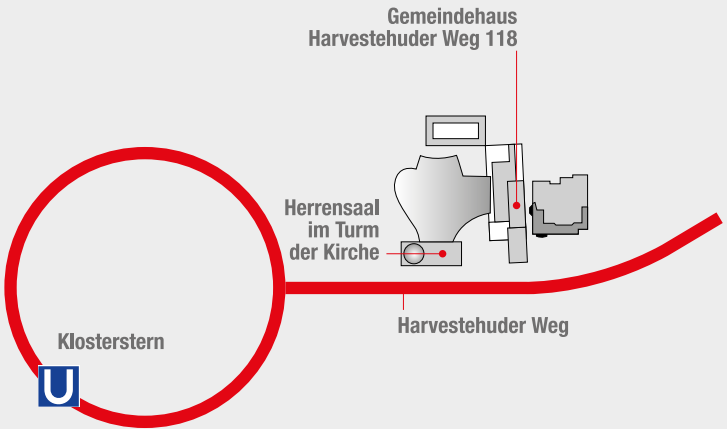
Die Teilnehmerbeiträge müssen vor Kursbeginn auf dem Konto des Kollegs eingehen. Bitte beachten Sie: Für alle Kurse ist eine Mindestteilnehmerzahl notwendig. Erst wenn die entsprechenden Kursgebühren eingegangen sind, werden die Kurse stattfinden.

Für Teilnehmerbeiträge von über 100 Euro kann eine Ratenzahlung vereinbart werden.

Veranstaltungsorte sind, sofern nicht anders angegeben:

- Hauptkirche St Nikolai
- Gemeindehaus, Harvestehuder Weg 118, 20149 Hamburg
- Atrium, Eingang über Gemeindehaus
- Herrensaal, im Turm der Kirche

Am besten erreichen Sie uns mit der Linie U1, Haltestelle Klosterstern, Ausgang Rothenbaumchaussee.



Haben Sie Fragen zum Programm, oder möchten Sie sich anmelden? Ihre Ansprechpartnerin ist:

Irina Nebocat
Hauptkirche St. Nikolai, Kolleg

Büro:

Harvestehuder Weg 118/Neues Gemeindehaus / 2. OG
20149 Hamburg

Telefon 040-44 11 34-211
Fax 0 40-44 11 34-26
E-Mail kolleg@hauptkirche-stnikolai.de
www.hauptkirche-stnikolai.de

Sprechzeiten:

Di und Mi: 9:30–13:00 Uhr
Do: 9:30–13:00 Uhr und 14:00–16:00 Uhr

Bitte beachten Sie:

Ab dem 13.06.2022 ist das Büro geschlossen.

Ab Dienstag, den 12.07.2022 bin ich wieder erreichbar.

Bankverbindung:

Hauptkirche St. Nikolai, Kolleg
Evangelische Bank e.G.
IBAN: DE75 5206 0410 1506 4460 00

**Das Programm des Kollegs finden Sie auch im Internet unter:
www.hauptkirche-stnikolai.de**

Das Kolleg freut sich über neue Teilnehmer/innen. Helfen Sie uns bitte bei der Werbung. Geben Sie das Programmheft im Freundes- und Bekanntenkreis weiter.

Bildnachweis:

Titel	Bernd Schmidt / pixelio.de
Seite 2	Hinrich Franck
Seite 4	strichcode / pixelio.de
Seite 6	Daniela Lövenich
Seite 8	Silke Parusel / pixelio.de
Seite 10	Rainer Sturm / pixelio.de
Seite 12	Verona-2 / pixelio.de
Seite 14	Helga von Pfeil
Seite 16	Hartmut910 / pixelio.de
Seite 24	Rita Gäbel / pixelio.de
Seite 26	knipseline / pixelio.de
Seite 32	Thorben Wengert / pixelio.de



Hiermit melde ich an:

Kurs-Nr.	8	2	2	_____	_____	_____	_____	_____	Name, Vorname
Kurs-Nr.	8	2	2	_____	_____	_____	_____	_____	Name, Vorname
Kurs-Nr.	8	2	2	_____	_____	_____	_____	_____	Name, Vorname
Kurs-Nr.	8	2	2	_____	_____	_____	_____	_____	Name, Vorname
Kurs-Nr.	8	2	2	_____	_____	_____	_____	_____	Name, Vorname



RAUM FÜR DAS GANZE LEBEN
St. Nikolai
DIE HAUPTKIRCHE
AM KLOSTERSTERN



Absender

Titel

Name

Straße, Hausnummer

PLZ, Ort

Telefon (tagsüber)

E-Mail

Ich erkläre mich einverstanden mit der digitalen
Verarbeitung meiner Angaben für die Zwecke der
Hauptkirche St. Nikolai, gemäß:
www.hauptkirche-stnikolai.de/datenschutz/

Bitte
freimachen

**Hauptkirche St. Nikolai
Kolleg
Frau Irina Nebocat
Harvestehuder Weg 118
20149 Hamburg**