

## MITTWOCH, 1. APRIL

### Knochengesundheit- Osteoporose

#### Ein Vortrag von Dr. Sabine Bleuel

Leise, still und oft unbemerkt: Osteoporose lässt Knochen porös werden und kann im Alltag schnell zur Stolperfalle werden. Doch mit einfachen Übungen, besserem Gleichgewicht und etwas Wissen kann man viel dagegen tun. Neugierig, wie stark Ihre Knochen wirklich sind? Dann machen Sie mit beim kleinen Fit- & Standtest im Vortrag.

Restaurant „Hanseatic“ / 16 Uhr

## DONNERSTAG, 2. APRIL

### Besuch bei unserem Nachbarn, dem Internationalen Seegerichtshof

Während des Vortrags und der Führung durch den Internationalen Seegerichtshof erfahren Sie mehr über die Geschichte und die Arbeit des ITLOS sowie von aktuellen Fällen und der internationalen Gerichtsbarkeit.

Der Besuch ist kostenlos.

**Der Termin ist bereits ausgebucht.**

Treffpunkt an der Rezeption 9:50 Uhr,

Dauer 1,5 bis 2 Stunden.

## OSTERSONNTAG, 5. APRIL

### Ostermenü

Thunfisch-Tatar / Spargelmousse /

Kräuter-Mayonnaise



Bärlauchcremesuppe / Burrata / Crostini



Kalbsfilet / Pfeffer-Whiskysauce / bunte Möhren /  
Kartoffelmousseline

oder

Lachs / Wildblütensauce / grüner Spargel / Arancino  
(gefüllte Reisbällchen)

oder

Pilz-Maultasche / Ziegenkäsecreme / Wildkräuter /  
getrocknete Tomaten



Walnuss-Soufflé / Espresso-Krokant-Eis /  
Himbeerschaum

**Für Gäste € 49,-**

Restaurant „Hanseatic“ / 11:30 – 14:30 Uhr

## OSTERMONTAG, 6. APRIL

### Osterbrunch

Feiern Sie das Osterfest mit einem gemütlichen und köstlichen Osterbrunch bei uns! Genießen Sie eine bunte Auswahl an frisch zubereiteten Gerichten und lassen Sie sich von österlichen Spezialitäten verwöhnen.

Ob süße oder herzhaft Leckereien - unser Osterbrunch bietet für jeden Geschmack etwas. Kommen Sie mit Familie und Freunden und genießen Sie die Feiertage in guter Gesellschaft.

**Für Gäste € 49,- inkl. ein Glas Sekt**

Restaurant „Hanseatic“ / 11 – 14:30 Uhr

## DIENSTAG, 7. APRIL

### Hausempfang der Häuser 3 und 4

Bei einem gemütlichen Umtrunk können sich die Bewohnerinnen und Bewohner der verschiedenen Häuser näher kennenlernen.

Bibliothek / 16 Uhr

## DONNERSTAG, 9. APRIL

### Jazz und Swing

**Mit Ralf Böcker Tenorsaxophon und Klarinette  
Kay Franzen am Piano und Gesang  
Philipp Straske, Banjo und Gitarre**

Frischer Swing aus dem Geburtsland des Jazz. Ralf Böcker ist gerade von einem drei Jahre langen Aufenthalt in den USA zurückgekehrt, wo er in Washington D.C., New Orleans und San Francisco mit zahlreichen Bands und Musikern gespielt hat. Heute präsentiert er seine Eindrücke gemeinsam mit Kay Franzen und Philipp Straske. Auf dem Programm stehen Jazz und Swing aus New Orleans.

Restaurant „Hanseatic“ / 16 Uhr

## FREITAG, 10. APRIL

### Verkaufsausstellung von Mode Mobil

Mode Mobil lädt zu einem Modeverkauf mit aktueller Frühjahrs- und Sommermode ein. Entdecken Sie leichte, bequeme und stilvolle Mode für die neue Saison. Lassen Sie sich inspirieren und wählen Sie in aller Ruhe.

Kinosaal Haus 5 / 10-16 Uhr

## SONNTAG, 12. APRIL

### Besichtigung der Elbschloss Residenz

#### Klein Flottbek

Anlässlich des „Tag der offenen Tür“ zeigt Ihnen Frau Harms, Direktorin, unser Haus in Klein Flottbek. Nutzen Sie bequem unseren Shuttle und **melden Sie sich bis 10. April an der Rezeption der Elbschloss Residenz an. Die Teilnehmerzahl ist begrenzt.**

Treffpunkt Rezeption / 10 Uhr

## MITTWOCH, 15. APRIL

### Gesprächskreis für Sehbeeinträchtigte

Der Gesprächskreis bietet in vertrauter Runde unter Betroffenen eine Möglichkeit des Erfahrungsaustausches.

Club Raum / 10:30

## DONNERSTAG, 16. APRIL

### William Shakespeare – Romeo und Julia Eine Lesung von Seraphina Schweiger

Ein Klassiker der Weltliteratur, der seit über 400 Jahren berührt. Erleben Sie die berühmte Liebesgeschichte in einer lebendigen Lesung – voller Poesie, Leidenschaft und zeitloser Sprache. Ein Nachmittag für Literaturgenuss, große Gefühle und einen Hauch von italienischem Sommer.

Restaurant „Hanseatic“ / 16 Uhr

## FREITAG, 17. APRIL

### Schreibclub – „Worte, die bleiben. Geschichten, die verbinden.“

Sie möchten schreiben – wissen aber nicht, wie Sie anfangen sollen? Irmhild Speck von der Akademie für Publistik lädt Sie herzlich zu einem Schreibclub ein. Hier erfahren Sie, wie Sie Erinnerungen, Ideen und Geschichten so festhalten, dass sie gern gelesen werden. In geselliger Runde probieren Sie kreative Schreibübungen aus – ganz klassisch mit Stift und Papier. Und entdecken, was große Vorbilder wie unter anderem Heinrich von Kleist, Theodor Fontane oder Patricia Highsmith übers Schreiben erzählen. Die eigenen Gedanken und Ideen aufzuschreiben, vorzulesen und darüber gemeinsam zu sprechen, kann viel Freude schenken. Ob kleine Episoden aus dem Leben, Gedichte, Fantasiegeschichten oder erste Kapitel eines

Romans. Werden Sie Teil einer lebendigen Schreibgemeinschaft.

**Probetermin kostenfrei. Anmeldung an der Rezeption.**

Clubraum / 10-11:30 Uhr

## SONNTAG, 19. APRIL

### Vernissage

Eröffnung der Ausstellung »IM NORDEN« mit Werken von Viola Lang und Bettina Bick.

Foyer / Galeriepassage / 16 Uhr

## MITTWOCH, 22. APRIL

### Andacht mit Pastor Präckel

Bibliothek / 10 Uhr

## UND

### Vogelgezwitscher

Kathleen Fleischer begrüßt mit Ihnen, wie jedes Jahr, die Vögel auf unserem Gelände und berichtet Wissenswertes über die Vogelwelt.

**Anmeldungen bitte bis 20. April an der Rezeption – die Teilnehmerzahl ist begrenzt.**

Treffpunkt Foyer / 16:30 Uhr

## DONNERSTAG, 23. APRIL

### Die wilden Vögel –

#### Leben und Werk von Edvard Munch

#### Ein Vortrag von Dr. Hans Thomas Carstensen

„Ich male, dann langweile ich mich am wenigsten“ – so unspektakulär hat Edvard Munch (1863 – 1944) einmal seine Motivation zur künstlerischen Arbeit beschrieben. Doch was ihn eigentlich antrieb, war nichts weniger als die Rettung seiner Seele und seiner Existenz. Unter dem Leidensdruck psychotischer Angstzustände und einer selbstzerstörerischen Alkoholsucht entstanden Munchs „Bilder aus dem modernen Seelenleben“. Sie berichten von der Trauer um seine Angehörigen, der Unmöglichkeit der Liebe - und immer wieder von seiner Lebensangst.

Edvard Munch hat um sein Leben gemalt und hat diesen Kampf gewonnen. So ist Munchs Lebenswerk auch ein bewegendes Zeugnis

dafür, wie die mitreißende Kraft der Kunst aus finsterner Nacht wieder ins Licht führen kann.

Restaurant „Hanseatic“ | 16 Uhr

## FREITAG, 24. APRIL

### Kino – Die Deutschstunde

Anlässlich des 100sten Geburtstag von Siegfried Lenz zeigen wir die Verfilmung seines Romans *Deutschstunde* von Christian Schwochow. Erscheinungsjahr: 2019; Länge: 125 Minuten

Kinosaal Haus 5 | 17 Uhr

## MITTWOCH, 29. APRIL

### Klönschnack

Gemütliches Beisammensein für Bewohnerinnen und Bewohner.

Bibliothek | 17:30 Uhr

## FREITAG, 1. MAI

### Maibockfest

#### Konzert mit dem Orchester der Freiwilligen Feuerwehr Großhansdorf e.V.

Das Orchester erfreut seit 100 Jahren mit schöner und unterhaltsamer Blasmusik. Es hat sich in den letzten Jahren zu einem der besten Amateurblasorchester im Norddeutschen Raum mit nationalen und internationalen Kontakten entwickelt.

Innenhof | 10:30 Uhr Konzert

#### Anschließend Brunchbuffet mit Maibockbier

€ 49 für Gäste inkl. einem Begrüßungsgetränk.

Restaurant „Hanseatic“ | 11 – 14:30 Uhr

## Veranstaltungen rund um die Gesundheit

### MONTAG, 30. MÄRZ

#### Sprechstunde Hörakustik Euphonia

Kostenlose Inspektion Ihrer Hörgeräte. Bitte vereinbaren Sie Ihren Termin DIREKT bei Euphonia unter der Telefonnummer: Tel: 95 06 04 50

Arztzimmer Haus 1 | 15 – 18 Uhr

## Regelmäßige Veranstaltungen

### JEDEN ERSTEN (6.4.) UND DRITTEN (20.4.) MONTAG IM MONAT

#### Gesprächskreis Politik

Salon „Nautilus“ | 17 Uhr

### JEDEN VIERTEN (27.4.) MONTAG IM MONAT

#### Parkinson-Gesprächsgruppe

und Parkinson-Spielekreis

Clubraum | 16 Uhr

### DIENSTAGS

#### Strick- und Häckelrunde

Bei Interesse melden Sie sich bitte bei Kaja Johns.

Restaurant „Hanseatic“ | 15:30 Uhr

### JEDEN ERSTEN (1.4.) UND DRITTEN (15.4.) MITTWOCH IM MONAT

#### English Club - „Let's speak English“

Bei Interesse melden Sie sich bitte bei Alexandra Flamme.

Bibliothek | 17:30 Uhr

### JEDEN ZWEITEN (8.4.) UND VIERTEN (22.4.) MITTWOCH IM MONAT

#### Gemeinsames Singen mit Gundula Albrecht

Bei Interesse melden Sie sich bitte bei Alexandra Flamme. Kursgebühr € 8,- pro Termin (auch bei Nicht-Teilnahme).

Bibliothek | 15 Uhr

### FREITAGS

#### Boule spielen mit den Nachbarn

Boulebahn | 14.30 Uhr

### FREITAG, 10. UND 24. APRIL

#### Literaturkreis mit Brigitte Leser

Bei Interesse melden Sie sich bitte bei Alexandra Flamme. Kursgebühr € 12,- pro Termin (auch bei Nicht-Teilnahme).

Salon „Nautilus“ | 10:30 Uhr



### MONTAGS

#### AquaFit 30 Minuten (kostenlos)

- Entfällt am 6. April

Wellness Pool | 16 Uhr

#### PowerAQUA 45 Minuten (kostenlos)

- Entfällt am 6. April

Wellness Pool | 17 Uhr

### DIENSTAGS

#### Seniorengymnastik (kostenlos)

Wellness Spa | 10 Uhr

#### AquaFit 30 Minuten (kostenlos)

Wellness Pool | 16 Uhr

### MITTWOCHS

#### Seniorengymnastik (kostenlos)

Wellness Spa | 10 Uhr

### DONNERSTAGS

#### Yoga mit Kaja Johns (€ 15,-)

Bei Interesse melden Sie sich bitte an der Rezeption.

Haus 5 | 9 Uhr

#### Tanzen im Sitzen (kostenlos)

02.04. und 30.04.: The Golden Oldies

09.04., 16.04 und 23.04.: Tanzen im Sitzen

Wellness Spa | 10 Uhr

## Angebot des Monats

#### The Golden Oldies mit Hilde Schürmeyer

Sanfte Stuhlgymnastik mit Yogaelementen, Atemübungen & kleinen Entspannungseinheiten.

- Ideal zur **Sturzprophylaxe**
- Fördert **Kraft, Beweglichkeit & Koordination**
- Bringt **Ruhe und neue Energie**

Donnerstag, 02.04. und 30.04.26



# Unsere Veranstaltungen April 2026



„Es ist das Osterfest alljährlich für den Hasen recht beschwerlich.“  
Wilhelm Busch