

Hamburg, 27.2.2020

Energieberatung – unabhängig, kompetent und kostenfrei

Mittwoch, 01.04.2020, 15 bis 19 Uhr

Die Energieexpert*innen der Verbraucherzentrale Hamburg beraten kostenfrei und unabhängig auf Gut Karlshöhe rund um energieeffizientes Bauen und Sanieren. Dazu gehören beispielsweise Fragen zu Dämmung, Heizung, Lüftung, energetischen Baustandards, dem Einsatz Erneuerbarer Energien sowie Förderprogramme von Bund und Land. Die Beratung wird zu 100% vom Bundeswirtschaftsministerium gefördert und in Kooperation mit den Hamburger Energielotsen angeboten.

Leitung: Andreas Jatzkewitz (Energieberater); **Kosten:** keine; **Anmeldung erforderlich;** <https://bit.ly/2w5SD3Y>

Schnupper-Schmieden

Samstag, 04.04.2020, 10 bis 15 Uhr und
Samstag, 18.04.2020, 10 bis 15 Uhr

In einer kleinen Gruppe mit maximal 10 Teilnehmer*innen lernen neugierige Metallfans an diesem Tag, das Schmiedefeuer zu entfachen und Eisen richtig zu erwärmen. An der Feueresse und am Amboss lässt sich live erleben, wie im Zusammenspiel von Muskelkraft und Geschick verschiedene Werkstücke geschmiedet werden. Anschließend gibt es die Gelegenheit, die erlernten Fertigkeiten selbst anzuwenden, um Gebrauchs- oder Kunstgegenstände herzustellen. Ein einmaliges Erlebnis, für das keine Vorkenntnisse benötigt werden.

Leitung: Karl-Gerhard Seitz (Schmiedejungs); **Kosten:** 138 Euro;
Zielgruppe: ab 15 Jahren; **Anmeldung erforderlich;** <https://bit.ly/2PvleX7>
und <https://bit.ly/3a3fpbc>

Waldfondue – Käsefondue unter freiem Himmel

Samstag, 04.04.2020, 18 bis 21 Uhr

Über einem knisternden offenen Feuer hängt ein gusseiserner Kessel. Langsam schmilzt darin das Käsefondue und verbreitet seinen würzigen Duft ...

In einer Gruppe ab 15 Teilnehmer*innen haben Sie die Gelegenheit, diesen ungewöhnlichen Fonduegenuss unter freiem Himmel zu erleben. Gewappnet mit extra langen Fonduegabeln und einer schützenden Schürze, tauchen Sie das knusprige Baguette in die cremige Käsemischung und erleben so ein nicht nur kulinarisches Erlebnis. Für Getränke ist gesorgt.

Leitung: Pia Sunder, Sandra Heckmann; **Kosten:** 32 Euro (inkl. Getränke); **Anmeldung erforderlich;** <https://bit.ly/385yxnu>



Energieberatung am 1.4. – mit Expert*innen der Verbraucherzentrale in Kooperation mit den Hamburger Energielotsen (Foto: shutterstock/morrisfoto)



Altes Schmiedehandwerk live erleben – am 4.4. und 18.4. (Foto: Schmiedejungs)

Gut Karlshöhe
Hamburger Umweltzentrum
Karlshöhe 60 d, 22175 Hamburg
www.gut-karlshoehe.de

Veranstaltungen:
Sekretariat: Claudia Bade, Eva Sasse
Telefon: 040-6370249-0
info@gut-karlshoehe.de

Pressekontakt:
Hauke Sann, Referent für Presse- und Öffentlichkeitsarbeit
Telefon: 040-637 02 49-14
sann@klimaschutzstiftung-hamburg.de

Gut Karlshöhe ist ein Projekt der Hamburger Klimaschutzstiftung für Bildung und Nachhaltigkeit

Hamburger Pflanzenmarkt

Sonntag, 05.04.2020, 10 bis 16 Uhr

Gartenfans aufgepasst! Am ersten April-Wochenende bietet der große regionale Pflanzenmarkt auf dem historischen Gutshof wieder ein breit gefächertes Angebot für große und kleine Garten- und Pflanzenfreunde. Mehr als 75 kleine Gärtnereien und engagierte Hobbygärtner*innen aus Hamburg und dem Umland haben eine Vielzahl von Pflanzen im Sortiment: Stauden, Kletterpflanzen, Kräuter, Gehölze, Blumenzwiebeln und Saatgut. Auch für das leibliche Wohl ist gesorgt, zwischendurch kann man sich mit Gegrilltem oder Kaffee und selbst gebackenem Obstkuchen aus dem Kleinhaus' Gartenbistro stärken. Wie immer gibt es auch diesmal einen Pflanzenparkplatz für Ihre Einkäufe sowie einen Transportservice zum Parkplatz.

*In Zusammenarbeit mit der Gesellschaft der Staudenfreunde e.V. (GdS);
Kosten: 2 Euro (für Kinder und Jugendliche bis 15 Jahren kostenfrei);*

<https://bit.ly/2Vr1AiF>

Achtsamkeitsübungen

Montag, 06.04.2020, 18.30 bis 20 Uhr

Angeleitete Achtsamkeitsmeditation und formale Achtsamkeitspraxis im Schweigen zum Erhalt und zur Auffrischung der eigenen Achtsamkeitspraxis. Im Verlauf der Veranstaltungsreihe stehen konkrete Techniken im Mittelpunkt: Bodyscan, Sitzmeditation mit Fokus auf den Atem, Achtsamkeitsmeditation, Bergmeditation, Gehmeditation und Mindful Moves.

Leitung: Susanne Pecher (Achtsamkeitstrainerin); Kosten: 15 Euro;

Anmeldung erforderlich; <https://bit.ly/3a9JeXH>

Offenes Gärtnern

Samstag, 11.04.2020, 14 bis 16 Uhr

Gärtnern ist lebendiges Gestalten. Wir gärtnern in Boden und Hochbeet, um einen möglichst vielfältigen Permakultur-Garten entstehen zu lassen. Ein Permakultur-Garten – das ist ein Ort, in dem Mensch und Natur in Einklang existieren dürfen. Im urbanen Garten des Gutes gärtnern wir gemeinsam unter Beachtung der Bedürfnisse von Mensch und Natur. So wollen wir hier ein ganzheitliches Permakultur-Gartensystem aufbauen, in dem die gleichzeitige Existenz aller Wesen sich für alle als Bereicherung zeigt.

Leitung: Almut Siewert (Dipl.-Geographin); Das Angebot ist kostenlos.

Über eine Spende freuen wir uns natürlich; Keine Anmeldung notwendig;

<https://bit.ly/2TjIhFt>



*Der Hamburger Pflanzenmarkt bietet am 5.4. ein Riesen-Angebot an Stauden, Kletterpflanzen, Kräutern, Gehölzen und Blumenzwiebeln.
(Foto: Hamburger Klimaschutzstiftung)*



*Permakultur am Samstag: monatliches offenes Gärtnern am 11.4.
(Foto: Hamburger Klimaschutzstiftung)*

Gut Karlshöhe
Hamburger Umweltzentrum
Karlshöhe 60 d, 22175 Hamburg
www.gut-karlshoehe.de

Veranstaltungen:
Sekretariat: Claudia Bade, Eva Sasse
Telefon: 040-6370249-0
info@gut-karlshoehe.de

Pressekontakt:
Hauke Sann, Referent für Presse- und Öffentlichkeitsarbeit
Telefon: 040-637 02 49-14
sann@klimaschutzstiftung-hamburg.de

Gut Karlshöhe ist ein Projekt der Hamburger Klimaschutzstiftung für Bildung und Nachhaltigkeit

Oster-Power: Mit der Energie-Rallye Kopf und Körper auf Touren bringen

Sonntag, 12.04.2020, 11 bis 18 Uhr und
Montag, 13.04.2020, 11 bis 18 Uhr

In der Erlebnis-Ausstellung auf Gut Karlshöhe feiern wir Ostern mit aktivierenden Fragen rund um das Thema Gewinnung und Verbrauch von Energie und einer Verlosungsaktion zur Rallye. Wie viele Möhren muss zum Beispiel der Feldhase essen, damit er genug Energie hat, um alle Eier zu verteilen? Und wie lässt sich aus Toilettenabfall Energie gewinnen? Nach der Rallye seid ihr pünktlich zu Ostern richtige Energieexperten. Wer den ausgefüllten Rallyebogen zum Schluss an der Ausstellungskasse abgibt, nimmt automatisch an einer Verlosungsaktion teil.

*Eintritt: Die Teilnahme an der Rallye ist kostenfrei, Besucher*innen zahlen nur den Eintrittspreis für die Ausstellung: 6 Euro für Erwachsene und 3,50 Euro für Kinder, verschiedene Familientarife, freier Eintritt für Kinder unter 4 Jahren; Eine Anmeldung ist nicht erforderlich; <https://bit.ly/2Pvk1iF> und <https://bit.ly/2VoQOtg>*

Qigong am Abend (8 Termine)

Donnerstags, 16.04.2020 bis 18.06.2020, 18 bis 19.30 Uhr

Entspannung in Bewegung: Die alte chinesische Bewegungskunst des Qigong kann uns helfen, Körper und Geist in Einklang zu bringen und harmonisch mit unserer Umwelt zu leben. Die Übungsreihe vermittelt an 8 Tagen Wege, diesem Ziel näher zu kommen.

Leitung: Claudia Röttgers-Blank (ANU Hamburg e.V.); Kosten: 64 Euro; Anmeldung erforderlich; <https://bit.ly/2VqhR7C>

Hamburgs Wilde Küche: Wildkräuter

Freitag, 17.04.2020, 17 bis 22 Uhr und
Samstag, 18.04.2020, 16 bis 21 Uhr

Ein Koch- und Schlemmerkurs der besonderen Art: Lernen Sie köstliche Kräuter und Wildgemüse kennen und verarbeiten Sie sie gemeinsam zu einem leckeren mehrgängigen Menü. Erfahren Sie, wo Sie Kräuter im Garten und in der freien Natur finden, wie man sie erkennt und zubereitet. Anschließend genießen wir die Gerichte gemeinsam.

Leitung: Katharina Henne und Lore Otto; Kosten 45 Euro; Anmeldung erforderlich; <https://bit.ly/385zqwi> und <https://bit.ly/3cbV31p>

Fahrradflohm Markt

Samstag, 18.04.2020, 10 bis 12 Uhr

Alle, die auf der Suche nach einem gebrauchten Zweirad sind – oder ihr altes Schätzchen aus dem Keller endlich versilbern wollen, sind auf dem privaten Fahrradflohm Markt von Gut Karlshöhe genau richtig. Auch Roller,



Energie verbrauchen und gewinnen: bei der Oster-Rallye am 12. und 13.4. (Foto: Hamburger Klimaschutzstiftung, Theresa Senk)



Hamburgs wilde Kräuter genießen: am 17. und 18.4. (Foto: Hamburger Klimaschutzstiftung, Katharina Henne)

Gut Karlshöhe
Hamburger Umweltzentrum
Karlshöhe 60 d, 22175 Hamburg
www.gut-karlshoehe.de

Veranstaltungen:
Sekretariat: Claudia Bade, Eva Sasse
Telefon: 040-6370249-0
info@gut-karlshoehe.de

Pressekontakt:
Hauke Sann, Referent für Presse- und Öffentlichkeitsarbeit
Telefon: 040-637 02 49-14
sann@klimaschutzstiftung-hamburg.de

Gut Karlshöhe ist ein Projekt der Hamburger Klimaschutzstiftung für Bildung und Nachhaltigkeit

Skateboards, Inliner und Zubehör werden hier gehandelt. Einziges Kriterium: umweltverträglich sollte das Fortbewegungsmittel schon sein.
Kosten: keine; Keine Anmeldung notwendig; <https://bit.ly/3aafn1s>

Intuitives Bogenschießen

Sonntag, 19.04.2020, 12 bis 17 Uhr

Entspannen – fokussieren – anspannen – dem eigenen Bauchgefühl vertrauen – und loslassen. Das intuitive Schießen ist die ursprüngliche Technik des Bogenschießens. Die Treffer entstehen durch Übung und Selbstbeobachtung. Am 19.04. bietet sich die Gelegenheit, die eigenen Fähigkeiten zu entdecken und diese Technik kennenzulernen. Wie wählt man einen passenden Bogen aus? Welche Bestandteile hat er und wie funktioniert er? Welche Sicherheitsregeln sind zu beachten? Das Team von FlowBow vermittelt das Basiswissen. Und dann geht's auch schon los.

Leitung: Conny Enß (FlowBow), Roger Lange (FlowBow); Kosten: 25 Euro (12 Euro pro Stunde für freies Schießen); Zielgruppe: Erwachsene, Familien, Kinder ab 6 Jahren; Anmeldung erforderlich; <https://bit.ly/2T2CvJh>

Gärtnern über's Gartenjahr

Mittwoch, 22.04.2020, 18 bis 20 Uhr

Schaffe dein eigenes Stück Stadtnatur: Im Gemeinschaftsgarten von Gut Karlshöhe können wir ausprobieren, was unsere Nutzpflanzen brauchen, um in der richtigen Jahreszeit zu gedeihen. Beim Gärtnern eignen wir uns das nötige Wissen an, um auch eigene Projekte umzusetzen – auf der Fensterbank, auf dem Balkon oder auf der städtischen Freifläche.

Leitung: Almut Siewert (Dipl.-Geographin); Kosten: keine; Anmeldung erforderlich; <https://bit.ly/392nUTO>

Lange Nacht der Museen 2020 auf Gut Karlshöhe

Samstag, 25.04.2020, 18 bis 01 Uhr

Jedes Jahr nehmen an der Langen Nacht der Museen mehr als 50 Hamburger Museen und Ausstellungshäuser teil. Zum 20-jährigen Jubiläum zeigen wir mit unserem hauseigenen Motto „Alles verändert sich“, dass wir wach, aber nicht stehen bleiben. Als Menschen verändern wir uns und unsere Umwelt ständig. Um selbst Veränderungen wahrzunehmen, die auf den ersten Blick nicht sichtbar sind, braucht es ein wachsames Auge und Zeit für Beobachtungen. Genau darum dreht sich unser Programm:

- Wintererwachen und Frühlingssschlaf – die Natur geht steil
- Mit dem Herzen sieht man klarer – auch nächtens auf dem Gut
- Singalong-Gutswanderung für neugierige Ohren und wache Sinne
- Aus dem Feuer geboren: Nachtschicht der Bronzegießer*innen

Kosten: 18 Euro, ermäßigt 13 Euro; Zusätzlich gibt es das Junge Nacht Ticket (13-17 Jahre) für 5,00 Euro, Kinder bis einschließlich 12 Jahre haben freien Eintritt; Keine Anmeldung notwendig; <https://bit.ly/32wcSng>



Gebraucht kaufen und verkaufen: Auf dem privaten Fahrradflohmkt am 18.4. werden umweltverträgliche Fortbewegungsmittel gehandelt. (Foto Gut-Karlshöhe)



Veränderungen wahrnehmen, die auf den ersten Blick nicht sichtbar sind: bei der Langen Nacht der Museen auf Gut Karlshöhe am 25.4. (Foto: Hamburger Klimaschutzstiftung, Theresa Senk)

Gut Karlshöhe
Hamburger Umweltzentrum
Karlshöhe 60 d, 22175 Hamburg
www.gut-karlshoeh.de

Veranstaltungen:
Sekretariat: Claudia Bade, Eva Sasse
Telefon: 040-6370249-0
info@gut-karlshoeh.de

Pressekontakt:
Hauke Sann, Referent für Presse- und Öffentlichkeitsarbeit
Telefon: 040-637 02 49-14
sann@klimaschutzstiftung-hamburg.de

Gut Karlshöhe ist ein Projekt der Hamburger Klimaschutzstiftung für Bildung und Nachhaltigkeit

Bronzeguss (2 Tage)

Samstag, 25.04.2020, 10 bis 18 Uhr und
Sonntag, 26.04.2020, 10 bis 18 Uhr

Seit mehr als 4.000 Jahren wird in Europa Bronze gegossen, wobei sich die angewandten Techniken bis heute kaum verändert haben. Was die wichtigsten Werkstatt-Geheimnisse sind, können die Teilnehmer*innen im Rahmen des zweitägigen Kurses erfahren und ausprobieren. Gemeinsam werden Wachsmodelle hergestellt und über Nacht gebrannt. Hierbei entstehen Formen für Schmuck, Geräte oder kleine Plastiken. Der zweite Tag beginnt mit dem Bau eines Grubenofens, in dem die Bronze unter Mithilfe aller aufgeschmolzen wird. Das Gießen der 1.200 °C heißen Legierung aus Kupfer und Zinn in die eigene Form, wird von jedem selbst ausgeführt. Mit der Nachbearbeitung der Rohgüsse beginnen wir noch vor Ort.

Leitung: Thorsten Helmerking (Archäotechniker); **Kosten:** 108 Euro (zzgl. Materialkosten, diese werden nach Verbrauch vor Ort berechnet);
Für Erwachsene, Jugendliche und Kinder ab 10 Jahren in Begleitung;
Anmeldung erforderlich; <https://bit.ly/3aafs5g>

Hamburgs Natur im Frühling

Sonntag, 26.04.2020, 14 bis 16 Uhr

Der erwachenden Natur auf der Spur – auf dem Entdecker-Rundweg von Gut Karlshöhe: die Sonne gibt Energie, das Leben erwacht! Frisches Grün, Blüten und Bienensummen. Auch im Teich regt sich schon etwas und unsere schwarzen Lämmer toben über die Weide. Wir keschern, erforschen Frühblüher und das spannende „Flirtverhalten“ einiger Tiere.

Der Frühlings-Raum unserer Ausstellung bietet zusätzliche Erlebnisse: Steigen Sie durch den Insektenkokon in das riesige Vogelnest, bestaunen Sie meterhohe Gänseblümchen und eine lebende Schlange.

Leitung: Gabriela Krümmel (ANU Hamburg / Schleswig-Holstein e.V.);
Kosten: keine; **Anmeldung erforderlich;** <https://bit.ly/2TjxH15>



Selbst einen Grubenofen bauen und Bronze gießen – das können Metallfans am 25. und 26.4. live erleben. (Foto: Hamburger Klimaschutzstiftung)



Der erwachenden Natur auf der Spur – am 26.4. auf dem Entdecker-Rundweg von Gut Karlshöhe (Foto: Hamburger Klimaschutzstiftung)

Alle Veranstaltungen auf Gut Karlshöhe finden Sie online unter www.gut-karlshoehe.de

Gut Karlshöhe ist Hamburgs Bildungs- und Freizeitort für nachhaltige Lebensart. Zu den besonderen Angeboten zählen die Natur- und Klimaschutzausstellung „jahreszeitHAMBURG“ sowie das Kleinhuis' Gartenbistro.

Rückfragen:

Sekretariat: Claudia Bade, Eva Sasse
Telefon: 040-6370249-0
info@gut-karlshoehe.de

Pressekontakt:

Hauke Sann, Referent für Presse- und Öffentlichkeitsarbeit
Telefon: 040-637 02 49-14
sann@klimaschutzstiftung-hamburg.de

Gut Karlshöhe ist ein Projekt der Hamburger Klimaschutzstiftung für Bildung und Nachhaltigkeit