

Kinder ... sind es uns wert!

Unter diesem Motto startete **Elke Wallner** im Jahre 2018 erneut eine Sammelaktion. Frau Wallner ist Inhaberin des gleichnamigen Uhren- und Schmuckfachgeschäftes in 31134 Hildesheim, Ostertor 6a. Wie bereits in der Vergangenheit hat sie auch im abgelaufenen Jahr Sammelbüchsen für Spenden in ihren Geschäftsräumen aufgestellt. Diese sollten der Arbeit des Deutschen Kinderschutzbundes OV Hildesheim e. V. (DKSB) zugutekommen.

Kinder und ihre Rechte zu respektieren, ist das Anliegen des Kinderschutzbundes, durch Privatinitiative von Frau Wallner nun schon seit vielen Jahren unterstützt.

Schutz der Kinder vor Gewalt, Umsetzung der Kinderrechte, Armut von Kindern sind einige der Themen, für die sich der Deutsche Kinderschutzbund OV Hildesheim e. V. einsetzt.

Das Ergebnis der nun bereits im achten Jahr in Folge organisierten Sammlung ergab die stolze Summe von **1.500,00€**, erreicht durch ein beträchtliches Aufstocken von

Frau Wallner. Hansjürgen Wolf und Andy Krübel vom Vorstand des DKSB konnten am 14.12.2018 diese Spende direkt im **Kinderhaus BLAUER ELEFANT** des Deutschen Kinderschutzbundes in der Steuerwalder Str. in Hildesheim im Rahmen einer kleinen Feierstunde in Empfang nehmen.

Die beiden Vorstandsmitglieder bedankten sich für die großzügige Zuwendung, nicht zuletzt auch bei der Kundschaft von Frau Wallner, die einen wesentlichen Teil dieser Gesamtspende durch Einzelbeiträge aufgebracht hat. Herr Krübel versicherte, dass die Unterstützung erneut dem vom DKSB für Ratsuchende kostenfrei angebotenen Projekt „Familienberatung und Beratung gegen Gewalt“ zufließen wird.

Weitere Informationen sind unter www.dksb-hildesheim.de zu finden.

Alle Projekte des Deutschen Kinderschutzbundes haben das Ziel, Kindern in Not und ihren Familien zu helfen, ein Leben in Würde und mit guten Zukunftsperspektiven aufzubauen – ohne Armut, Elend und Gewalt.



„An den Frieden denken heißt, an die Kinder denken“

Michail Gorbatschow
(Staatspräsident)

der Sowjetunion
von 1990–1991)

In diesem Sinne wird Frau Wallner auch in Zukunft ihr soziales Engagement fortsetzen.

Das Wunschgewicht 2019 endlich wahr machen

Wie die Sanguinum-Kur aus Diätfrust echte Abnehmfreude macht

Die guten Vorsätze von Silvester werden oft zum schlechten Gewissen der nächsten Wochen. Der Jojo-Effekt macht den Erfolg der ersten Diät-Tage schnell wieder zunichte. Und mit der Anzahl der Diäten steigt über die Jahre hinweg auch vielfach das Gewicht weiter an. So ging es auch Sina K. (28), die immer mehr zugenommen hat und zuletzt beinahe 100kg wog. Gemeinsam mit ihrer Sanguinum Therapeutin hat sie bereits 2015 mehr als 25kg abgenommen – und in 2016 ihr Gewicht sogar noch weiter reduziert. Insgesamt sind es über 31 kg weniger!

Um Patienten mit den gleichen guten Vorsätzen für 2019 zum Wunschgewicht zu begleiten, bietet auch Heilpraktikerin Ingrid Ambrosius in ihrer Praxis in Hil-

desheim die Sanguinum Stoffwechsellkur an. Dazu arbeitet die Therapeutin zusammen mit dem Patienten einen individuellen Therapie- und Ernährungsplan aus. Ingrid Ambrosius ist überzeugt: „Das naturmedizinische Abnehmkonzept setzt auf Kontinuität, die Ursachen des Übergewichts werden beleuchtet und der Patienten wird über einen längeren Zeitraum therapeutisch begleitet.“

Interessierte erhalten ein kostenloses Informationsgespräch:
Praxis für Naturheilkunde
Ingrid Ambrosius,
Sedanstraße 25
31134 Hildesheim
Tel. 0173 5601610

NEUES JAHR, NEUES ICH!
2019 – JETZT ABNEHMEN!

Sina K. hat mehr als 31kg* abgenommen. **Machen Sie jetzt Ihre guten Vorsätze für 2019 wahr!** Wir begleiten Sie mit der Sanguinum Stoffwechsellkur.

Heilpraktikerin
Ingrid Ambrosius
Sedanstraße 25
31134 Hildesheim

ANRUFEN, ABNEHMEN:

01735601610

hp-ingrid-ambrosius@gmx.de



*Die Höhe und Dauer der Gewichtsreduktion mit der Sanguinum Stoffwechsellkur kann von Person zu Person unterschiedlich sein und nicht garantiert werden.

sanguinum

GUTSCHEIN
für ein unverbindliches
Infosgespräch

Wir sind hier, um für die Menschen da zu sein.

Das ist für uns eine Herzensangelegenheit.



Steuerwalder Str. 7
31137 Hildesheim
Tel. 0 51 21 - 76 51 20

ABTMEYER BÜCHNER
Bestattungen

www.bestattungen-abtmeyer.de

PHYSIOTHERAPIE
Angela Schubö

Massage
Krankengymnastik

Krankengymnastik
Massage
Lymphdrainage
Akupunkt-Massage
Fango
Heißluft/Kryotherapie
Ultraschalltherapie
Elektrotherapie
Schlingentisch
Hausbesuche

Bischofskamp 3 • 31137 Hildesheim
Telefon & Fax (051 21) 55055

Termine
nach Vereinbarung
Alle Kassen und Privat

IHR MOBILES PFLEGETEAM
Mit Sorgfalt – von Herzen

Pflege, wie sie sein soll: freundlich,
kompetent, erfahren. Mit 24-Std.-Notruf
und Angehörigenberatung.
Rufen Sie uns an:

Tel. 05121/99926-62

Steingrube 14
31141 Hildesheim
info@ok-pflegeteam.de
www.ok-pflegeteam.de



„Bernwards Stimme“ auf CD

Auf „Bischof Bernwards Spuren“ nun auch als Hörbuch

2017 erschien im Hildesheimer Arete Verlag das Buch „Auf Bischof Bernwards Spuren“ von Doris Carla Doussemer. Die Presse sprach damals davon, dass Frau Doussemer Bischof Bernward eine Stimme verliehen hätte.

Nun hat die Autorin auf vielfachen Wunsch den gesamten Text mit Unterstützung von Radio Tonkühle als Hörbuch eingesprochen. In über fünf Stunden Laufzeit erzählt Doris Carla Doussemer vom Leben des wohl bedeutendsten Hildesheimer Bischofs.

Sie beginnt mit dem Erzuss der bis heute einzigartigen Bernwardstür und endet mit dem Tod und der Grablegung Bernwards in Hildesheim. Sie zeigt uns einen Bernward, der fest im Glauben verwachsen ist und dennoch mitten im Leben steht; ein Mann, der mit Glaubensgenossen über Gott streiten kann und im nächsten Au-

genblick bei der Erschaffung der Bernwardstür und der Bernwardssäule tatkräftig mit Hand anlegt. Geschichte zum Anfassen, Miterleben – und vor allem Zuhören.

Doris Carla Doussemer ist gebürtige Hildesheimerin, lebt aber bereits seit vielen Jahrzehnten in der Nähe von Paris. Mehrmals im Jahr kommt sie für einige Wochen nach Hildesheim zurück. Bis heute ist sie fasziniert von den Hildesheimer Welterbestätten Dom und St. Michael.

Doris Carla Doussemer
Auf Bischof Bernwards Spuren

Eine Erzählung im Rhythmus der Jahrtausende
Ungekürzte Fassung,
gelesen von der Autorin,
1 mp3-CD, 321 min Laufzeit
Arete Verlag: Hildesheim
ISBN 978-3-96423-010-2
10,00€



Grünkohllessen

des AWO OV Hildesheim



Wie jedes Jahr trafen sich Mitglieder des OV zum traditionellen Braukohllessen. Es fand in diesem Jahr in der Südklause statt. Bei diesen Zusammentreffen wurde eine Spende an die AWO Kita „Elise Bartels“ übergeben, worüber sich die Einrichtungsleiterin Silke Strzyso sehr freute. Bei dieser Gelegenheit wurden die Mitglieder B. Reinhold und J. Voigt für 25-jährige Mitgliedschaft geehrt. Es war ein netter Abend in geselliger Runde.



Physiotherapie Kiene

Öffnungszeiten:
Montag – Freitag
8.00–13.00 Uhr,
14.00–18.00 Uhr
Weitere Termine
nach Vereinbarung.

- Hausbesuche
- Krankengymnastik
- man. Lymphdrainage
- PNF
- Mukoviszidose
- Marnitztherapie
- KG nach Schroth
- Fango/Heißluft
- Massage
- Schlingentisch
- Elektro-/Ultraschalltherapie
- Eistherapie
- Aromamassage
- ALLE Kassen & Privat

Peiner Str. 8 · 31137 Hildesheim
Tel. 051 21 / 29 42 760
Parkplätze vorhanden (auch barrierefrei)

Auto-Reparaturen

Löhrr
AUTO-SERVICE

TÜV+AU
täglich

Reparaturen
aller
Art

Löhrr Autoservice · Steuerwalderstr. 152 · Tel. 05121/57578



Die Infoadresse
für Familien

www.hi-familie.de

Dienstags - Treff **im Treffer**

Wie – Wieso – Warum !
Ob groß
oder klein,
wir treten sportlich
– für –
die Nordstadt ein.

Mache mit!
Werfe nicht sorglos
weg!!
Deinen Dreck,
Wer – Wie – Was
Wieso, Warum?
Werfe Deine Zigarettenkippen
nicht sorglos herum!
Komme zu uns,
Du wirst sehen,
Dein soziales Umfeld
wird auch schön.

Renate Smock

Kunstverein Hildesheim e. V. bekommt 32.000 Euro Fördermit- tel vom Land Niedersachsen

Lynack: „Kunstvereine vermitteln einem breiten Publikum künstlerische und gesellschaftliche Themen. Gerade jungen Künstlerinnen und Künstlern bieten sie eine hervorragende Plattform zur Darstellung ihrer Arbeiten. Deswegen freue ich mich sehr, dass der Kunstverein Hildesheim e.V. für die Ausstellung und Vermittlung zeitgenössischer Kunst diese Fördersumme in Höhe von 32.000 Euro vom Land Niedersachsen erhält. Der Verein realisiert zwei bis vier Ausstellungsprojekte pro Jahr. Sie leisten mit einem wichtigen Beitrag zur Attraktivität Hildesheims.“

Gefördert werden Ausstellungsprogramme, die eine hohe Qualität haben und eine qualifizierte Vermittlung beinhalten.

Zu den Förderkriterien gehören insbesondere die Präsentation zeitgenössischer Künstlerinnen und Künstler, die überregionale Bedeutung des Programms.



Unique Blend

Irish and Scottish Folk

Irish und Scottish Folk Music, das bedeutet Lebensfreude, Leidenschaft und Melancholie in Töne gesetzt, ungezähmt und sanft zugleich, wie die Länder, in denen diese Musik ihren Ursprung hat.

Thomas Duschek (Gesang, Gitarre, Löf-fel, Bones und Bodhran) und Hans Lampe (Gesang, Gitarre, Banjo, Mandoline und Oktav-Mandoline) haben im Laufe der vielen Jahre, in denen sie schon in Sachen Irish und Scottish Folk unterwegs sind, ihren ganz persönlichen Interpretationsstil dieser Musik entwickelt und möchten Sie einladen, sich in den Zauber einer Musik

mit jahrhundertalter Tradition entführen zu lassen.

Dargeboten werden in einem abendfüllenden Programm schwungvolle Tunes (Tanzstücke), deren Rhythmus mitreißt, wie auch fetzige Songs, stimmungsvolle Balladen und verträumte Liebeslieder.

Die Veranstaltung findet am Freitag, den 22. Februar 2019 um 19.30 Uhr in der Begegnungs- und Beratungsstätte Treffer der Diakonie Himmelsthür statt. Der Treffer befindet sich in der Peiner Straße 6, 31137 Hildesheim. Weitere Informationen erteilt Sabine Howind gerne unter 05121 604 12 97. Der Eintritt ist frei, Spenden sind erwünscht.

KONZERT

UNIQUE BLEND

22. Februar 2019

19.30 Uhr

Irish and Scottish Folk

Eintritt frei,
Spenden
erwünscht

Diakonie Himmelsthür
Begegnungs- und Beratungsstätte Treffer
Peiner Str. 6
31137 Hildesheim

HIMMELSTHÜR

Diakonie
miteinander leben

www.diakonie-himmelsthuer.de

Ergänzende unabhängige Teilhabeberatung für Rehabilitation und Teilhabe in Hildesheim



IMPRESSUM

Herausgeber: Axel Fuchs
Redaktions- und Anzeigen-Anschrift:
Ostertor 7
31134 Hildesheim
Tel. (05121) 23947
Fax (05121) 283 08 79
Vertrieb: Werbeagentur Fuchs

Redaktionsschluß
der nächsten Ausgabe:
Freitag, 25. Januar 2019
bis 16 Uhr
Die veröffentlichten
Artikel geben nicht in
jedem Fall die Meinung
der Redaktion wieder.

Für Veranstaltungen und
Regelmäßige Termine
auf Seite 8 und 9 ist
nicht „Der Nordstädter“,
sondern Nordstadt.Mehr.
Wert verantwortlich.
Kontakt unter kalender@
nordstadt-hildesheim.de

eMail: info@hildesheimer-stadtteilzeitungen.de
Internet: www.hildesheimer-stadtteilzeitungen.de



Meins ist einfach.



Weil die Sparkasse
hilft, Ihre Wunsch-
immobilie zu finden
und zu finanzieren.



sparkasse-hgp.de/immobilien

Wenn's um Geld geht



Die Ergänzende Unabhängige TeilhabeBeratung (EUTB) Stadt und Landkreis Hildesheim hat im September 2018 ihre Arbeit aufgenommen.

In der Beratungsstelle finden Menschen mit Behinderungen, von Behinderung bedrohte Menschen sowie deren Angehörige Beratung und Unterstützung zu Fragen der Teilhabe und Rehabilitation.

„Das Beratungsangebot ist neu und wir sind Ansprechpartner im Vorfeld der Beantragung von Leistungen“, sagt Sabine Jensen, die Leiterin der Beratungsstelle. „Wir beraten unabhängig von Leistungsträgern und Leistungserbringern und sind ausschließlich den Ratsuchenden verpflichtet.“

Die ergänzende unabhängige Teilhabeberatung hat das Ziel, Menschen mit Behinderungen und von Behinderung bedrohte Menschen in ihrer Eigenverantwortung, individuellen Lebensplanung und Selbstbestimmung zu unterstützen und zu stärken.

Eine wesentliche Rolle in der Beratungsarbeit spielt dabei das sogenannte Peer Counseling. Eine Beratungsmethode, bei der Betroffene von Betroffenen beraten werden.

Die Beratung in der EUTB ist kostenlos und vertraulich.



Eine Rechtsberatung findet nicht statt.
Mit der Einführung des neuen Bundesteilhabegesetzes (BTHG) im

Januar 2018 wurden bundesweit ca. 500 Beratungsstellen eingerichtet, die über das Bundesministerium für Arbeit und Soziales gefördert werden

Die Beratungsstellen verstehen sich als ergänzendes Angebot und sollen bestehende Beratungsstrukturen nicht ersetzen.

Für weitere Informationen und bei Fragen können sich alle Interessierten direkt an die Beratungsstelle wenden.

Ergänzende unabhängige Teilhabeberatung Stadt und Landkreis Hildesheim
Osterstraße 6 (Eingang Jakobistr.)
31134 Hildesheim

Tel. 05121 - 28 20 941

info@teilhabeberatung-hildesheim.de
www.teilhabeberatung-hildesheim.de

Entlastung für pflegende Angehörige

Angehörige zu Hause zu pflegen, ist für viele Betroffene belastend – körperlich und auch seelisch. Um für Entlastung zu sorgen, gibt es spezielle Reha-Maßnahmen. Zum 1. Januar soll es leichter werden, diese zu beantragen. Darauf weist der Sozialverband Deutschland (SoVD) in Hildesheim hin.

ellen Pflegereport der Barmer hervor: Viele Angehörige seien an der Belastungsgrenze angekommen.

Um eine Auszeit vom Pflegealltag nehmen zu können, gibt es spezielle Reha-Maßnahmen. Das Problem bislang: Es müssen alle ambulanten Versorgungen am Wohnort ausgeschöpft werden, damit eine stationäre Kur genehmigt wird. Das ändert sich zum 1. Januar. Dann können pflegende Angehörige eine stationäre Reha in Anspruch nehmen, auch wenn ambulante Maßnahmen ausreichend wären.

„Gerade für diejenigen, die durch die Pflege sehr belastet sind, ist die Änderung wichtig. Viele von ihnen konnten am-

bulante Reha-Leistungen nicht in Anspruch nehmen, weil es die familiäre Situation vor Ort nicht zugelassen hat“, sagt SoVD-Beraterin Sabine Eck. Ab 2019 müsse die Kranken-

kasse dafür sorgen, dass der Pflegebedürftige während einer stationären Kur untergebracht wird. Bislang mussten sich die Angehörigen selbst kümmern. „Das ist für viele eine große Erleichterung“, so Eck.



Steinofen PIZZERIA
05121 - 30 33 614
Himmelsthürer Straße 61 a, HI-Bockfeld
Kleines Restaurant und Außerhausverkauf.
www.steinofenpizzeria.com

Genießen Sie das italienische Original!

Für 85 Prozent der betroffenen Angehörigen bestimmt die Pflege den Alltag. Die Hälfte von ihnen kümmert sich sogar mehr als zwölf Stunden am Tag um den Pflegebedürftigen. Das geht aus dem aktu-

Buchvorstellung und Diskussion:

„Die Kurden. Ein Volk zwischen Unterdrückung und Rebellion“

mit den Autoren Kerem Schamberger und Michael Meyen

Donnerstag, 10. Januar 2019, 19 Uhr
Volkshochschule, Raum 318/
Riedelsaal (Pfaffenstieg 4-5, 31134 Hildesheim), - Eintritt frei -

Nähere Informationen zum Buch und seinen Autoren bietet der Westend Verlag:

<https://www.westendverlag.de/buch/die-kurden/>

sowie auch die offizielle Website zum Buch: <https://die-kurden.de>

Jeweils aktuelle Informationen zu der Veranstaltung in Hildesheim sind auf der Veranstaltungssseite bei Facebook zu finden:

<https://www.facebook.com/events/731014673951242/>



Die Kurden
Ein Volk zwischen Unterdrückung und Rebellion
Buchpräsentation und Diskussion mit Kerem Schamberger und Michael Meyen
Donnerstag, 10. Januar 2019, 19:00 Uhr
Volkshochschule (Raum 318, Riedelsaal)
Pfaffenstieg 4-5, 31134 Hildesheim
- Eintritt frei -

Wir freuen uns auf einen interessanten Vortrag und Austausch mit Ihnen und euch am 10. Januar.

Regina Stolte für den DGB Kreisverband Hildesheim und die Mitveranstalter (VHS Hildesheim, Ameis Buchecke, AStA der HAWK)



PETRA JORDAN
Praxen für **Logopädie**
petrajordan@t-online.de

Behandlung von Sprach-, Sprech-, Stimm- und Schluckstörungen

Scheelenstraße 7
D-31134 Hildesheim
Fon: 05121.14166
Fax: 05121.14136
scheelenstrasse@logopaedie-jordan.de

Peiner Straße 64
D-31137 Hildesheim
Fon: 05121.514520
Fax: 05121.2060231
peinerstrasse@logopaedie-jordan.de

www.logopaedie-jordan.de

Wer als pflegender Angehöriger eine stationäre Reha anstreben möchte, muss sich diese vom Arzt verordnen lassen und sie bei der Krankenkasse oder dem Rentenversicherungsträ-

ger beantragen. Dabei hilft der SoVD in Ort (SoVD-Beratungszentrum Hildesheim, Von-Voigts-Rhetz-Str. 2, 31134 Hildesheim, 05121-74790, info@sovd-hildesheim.de).

„Basar rund ums Kind“ am 27. 1. 19 Kita Moritzberg

Am 27. 1. 2019 wird in der Zierenbergstraße 69 in der Kita Moritzberg der „Basar rund ums Kind“ von 15-17 Uhr stattfinden. Für Schwangere ist der Einlass bereits um 14:45 Uhr. Es wird Baby- und Kinderkleidung bis Größe 176 sowie Ausstattung, Spielzeug und Umstandsmode angeboten. Fürs leibliche Wohl gibt es Kaffee und Kuchen, welches auch gern mitgenommen werden kann. Auf mitgebrachte Becher und Bestecke gibt es zusätzlich einen Rabatt. Eine Anmeldung für Verkäufer ist unter Basar-Moritzberg@mail.de möglich.

Menschen würdig pflegen 



T. Teresienhof
caritas senioren wohnen & pflege
Steuerwalder Str. 18 · 31137 Hildesheim
Telefon 05121 20660-3 · www.caritas-teresienhof.de

M. Magdalenenhof
caritas senioren wohnen & pflege
Mühlenstraße 24 · 31134 Hildesheim
Telefon 05121 20409-0 · www.caritas-magdalenenhof.de

Tipps für Senioren

Liebe Seniorinnen und Senioren,
liebe Nordstädterinnen
und Nordstädter,

Willkommen im Jahr 2019! Nach der Weihnachts-/ Festtagsvöllerei wird's Zeit für Bewegung!

Starten Sie sportlich ins Neue Jahr!
In diesem Zusammenhang freue
ich mich über den passenden Hin-
weis eines treuen Lesers:
Seit 15 Jahren bietet die **Kath. Fa-
milienbildungsstätte Hildesheim**
jede Woche rüstigen und tanz-
freudigen Senioren mit dem Kurs
„Internationale Folklore Tänze“
Gelegenheit zum gemeinsamen
Tanz. Mitmenschen, die die gesell-
liche Folkloretänze kennen lernen
wollen, sind zu diesem Kurs herz-
lich eingeladen. Vermittelt wer-

den traditionelle Tanzformen der
europäischen und nordamerikani-
schen Folklore, insbesondere die in
England und in den USA beliebten
Kontratänze. Wer eine sinnvolle,
bewegende Freizeitgestaltung im
Kreise gleichgesinnter, kontakt-
freudiger Tänzer und Tänzerinnen
sucht, dürfte in diesem Tanzkurs
gut aufgehoben sein. Alle Tänze
werden erklärt und gründlich ge-
übt. Vorkenntnisse sind weder er-
forderlich noch hinderlich.

Wann? Jeweils montags 15.30 bis
17.30 Uhr

Wo? Im Pfarrheim der St. Mau-
ritius-Gemeinde, Bergstraße 58,
31137 Hildesheim

**Anmeldung: Kurs 4013.1 unter
Tel. 206 4960 (KEB)**

Neustart: Montag 7. Januar
2019 (späterer Einstieg jederzeit
möglich!)

(Ein Schnupperabend ist kostenlos)
Leitung: Werner Heller, Seni-
oren-Tanzleiter Werner Heller,
Bergsteinweg 62, 31137 Hildes-
heim, Tel. 2 74 30



Tanzgruppe
(am 17.12.2018 in Aktion).

Mit „Sport für Ältere“
lädt **Eintracht Hildesheim** ein.
Angeboten werden u.a.

Gymnastik, Volleyball, Bas-
ketball und Tisch-
tennis für Ältere
Aquafitness für Män-
ner sowie Aqua 50 plus
Infos unter
0 51 21/4 44 33
oder
www.55-plus.eihi.de

Das „Aktiv Zentrum“ des MTV 48

widmet sich überwie-
gend dem Gesundheits-
sport. Viele Kurse werden von den
Krankenkassen bezuschusst!
Angeboten wird u.a.: Aqua Fit,
Aqua Fit ab 65 Jahre, Funktions-
training, Cardio Fit, Rücken Fit
und sicher für einige Leser be-
sonders interessant: Seniorens-
port für Menschen mit Handicap.

Gute Gründe vom Sofa aufzustehen und Sport zu treiben:

Schon Sebastian Kneipp stellte
fest. „Die Bewegung erhöht die
Lebenslust und hilft dem Men-
schen durch die Stärkung seiner
Körpers.“

In die heutige Sprache übersetzt:
Alle körpereigenen Systeme fin-
den ihre Balance und machen den
Menschen belastbarer, erholter,
stärker, leistungsfähiger und gelas-
sener.

Kneipp betrachtete schon da-
mals den Menschen ganzheitlich:
„Ein abgehärteter Körper
besitzt den größeren Schutz gegen
Krankheiten der Seele.“

Körperliche Aktivität
senkt nachweislich das Risiko für
Herz-Kreislauf-Erkrankungen.
Schon 30 Minuten Spazierengehen
pro Tag senkt die Häufigkeit einen
Herzinfarkt zu erleiden um 20%!
Auch bei Diabetes Typ2 verbessert
regelmäßige Bewegung den Trans-
port von Glucose in die Zellen und
wirkt so einer Insulinresistenz ent-
gegen.

**Lungenerkrankte
COPD-Patienten**
profitieren von leichterem, intensi-
ven Intervalltraining.
Selbst bei Patienten mit neurolo-
gischen Erkrankungen wie Alz-
heimer, Schlaganfall oder Parkin-
son zeigen sich durch Bewegung/
Sport positive Effekte.

Schon von der EUTB gehört? Neue Beratungsmög- lichkeit in Hildesheim!

Bereits seit dem 1. 1. 2018 ist das

Bundesteilhabegesetz in Kraft ge-
treten. Das Bundesministerium für
Arbeit und Soziales hat im Zusammen-
hang damit unabhängige Ber-
atungsstellen zur Teilhabeberatung
eingerrichtet.



Diese Beratungsstel-
len sind für Menschen
mit Behinderung ent-
standen.
Von der Öffentlich-
keit bisher eher unbe-
merkt ist solch eine
Beratungsstelle auch
in Hildesheim entstan-
den. Die EUTB bietet
Beratung zu Fragen
von Leistungen (z. B.
med. oder berufliche

Rehabilitationsmöglich-
keiten),
Fragen zur Teilhabe (z. B. welche
Behörde ist für was und wann zu-
ständig) oder Fragen zum Thema
Wohnen (z. B. welche Wohnform
ist geeignet, wo finde ich eine ge-
eignete Wohnung, auf was sollte
ich achten...).

Wenn Sie weitere Informationen
wünschen oder Hilfe benötigen,
wenden Sie sich an die EUTB, Os-
terstr. 6, 31134 Hildesheim, Tel.
0 51 21/2 82 09 41 oder
info@teilhabeberatung-hildesheim.de

Hinweis für Kulturinteressierte

Im Jahr 2019 finden erneut die Hil-
desheimer Wallungen statt. Bereits
zum 6. Mal!
Gestalten Sie diese Veranstaltung
mit:

Es werden noch künstlerische Bei-
träge von Einzelpersonen, Grup-
pen, Vereinen und Institutionen
gesucht. Vieles ist möglich: Film,
Lesungen, Tanz, Theater, Konzert
usw.

Für jede Mitgestaltung ist eine
kleine Gage vorgesehen.
Bitte bewerben Sie sich bis zum
15. Februar 2019 unter
www.hildesheimer-wallungen.de

Kontakt unter:
[programme@hildesheimer-
wallungen.de](mailto:programme@hildesheimer-wallungen.de)

Und aus der Schmunzelecke:

Gesundheitstipps der Großmutter!

Die Oma erklärt dem Enkelkind:
„Zur besseren Verdauung trinke
ich Bier, bei Appetitlosigkeit Weiß-
wein und bei Verkühlung Slivovic.“
„Und wann trinkst Du Wasser“,
fragt das Enkelkind.
„Eine so schwere Krankheit hatte
ich noch nicht“.

Der schwerhörige Opa liest seinem
Enkel eine Gute-Nacht-Geschich-
te vor. Nach einer Weile sagt der
Enkel: „Du, Opa, kannst Du nicht
leiser vorlesen? Ich kann sonst nicht
einschlafen.“

Ihre Annette Mikulski



nordstadt hat...

...Zukunft!

Wo kämen wir hin, wenn alle sagten, wo kämen wir hin, und niemand ginge, einmal zu schauen, wohin man käme, wenn man ginge (Kurt Marti)

Wir schauen schon mal voraus:

1. Platz für Begegnung! 2019 steht als wichtiges Zukunftsthema unter dem Motto „Plätze“ - Der Runde Tisch Nordstadt hat entschieden, sich darauf zu konzentrieren. In welcher Form und mit welchen Aktivitäten wird Thema eines Treffens am **7. März um 17 Uhr in der Aula der Grundschulen** sein. Dazu laden wir Sie jetzt schon herzlich ein.

2. Vorsorglich die **Zukunft mit zu gestalten** heißt für 2019 auch das **Nordstadt-Profil zu erarbeiten**, um sehr genau zu wissen, was die am besten passenden Programme sind, um Kindern und Jugendlichen ein gutes Aufwachsen zu ermöglichen - gemeinsam mit allen Eltern im Viertel und vorbeugend, bevor größere Probleme entstehen.

3. Der Stadtteilverein Nordstadt.Mehr.Wert hat auch 2019 das Ziel, bis zum Sommer 2500,- € an Spenden zu sammeln. Das Land Niedersachsen verdoppelt dann die Summe für Ihre Projekte. Siehe dazu die **„Stadtteil-Aktivkasse“ unter www.nordstadt-mehr-wert.de**

4. Außerdem sind etliche Planungen im Gange - von der Platzgestaltung in der Neuen Mitte Nordstadt über eine neue Kita, eine neue Kinderkrippe und ein neues Bildungs- und Kulturzentrum. Bis gebaut werden kann, verstreicht häufig viel Zeit - wir laden Sie herzlich ein, Ihre Ideen einzubringen. **Melden Sie sich gerne jederzeit im Stadtteilbüro Nordstadt** im Hochkamp 25.

Vielen Dank allen, die auch 2018 so aktiv waren - Danke für all Euren und Ihren Einsatz für ein Miteinander in aller Unterschiedlichkeit!

In diesem Sinne wünschen wir Euch und Ihnen allen einen guten Start in ein glückliches und gesundes Jahr 2019!

Ihr Redaktionsteam – Cora Kästner, Anne Baier,
Kathrin Sättele und Frank Auracher

Redaktion

Ihr findet die Termine Eures Vereins oder Eurer Institution nicht im Kalender? Kein Problem! Unter kalender@nordstadt-hildesheim.de teilen wir Euch gerne mit, was wir benötigen, um Eure Termine in den Veranstaltungskalender aufzunehmen.

Redaktionsschluss für die nächste Ausgabe: 15.01.2019

Veranstaltungen im Januar 2019

Donnerstag 03.01.2019

18:30 – 22:00 Uhr

12

Ökumenische
Männerkochgruppe
Küche Gemeindehaus Nord

Freitag 04.01.2019

19:00 Uhr

21

KUNO Nordstadt
Clubhaus Gartenkolonie Nordkamp

Dienstag 08.01.2019

18:00 Uhr

13

Organisationstreffen von
Stadtblühen e.V.
für den Gemeinschaftsgarten
Nordstadt
Stadtteilbüro

Mittwoch 09.01.2019

10:00 Uhr

12

AK Sozialraum Kinder und
Jugendliche
Gemeindsaal Martin-Luther

16:00 - 18:00 Uhr

3

FAIRstrickt
Diakonie Himmelsthür
Begegnungsstätte Treffer

16:00 Uhr

9

Lebenshilfe Disko
die inklusive Disko tanzt in den
Abend
Eintritt: 1,50 €
Halle, Kulturfabrik Löseke

Sonntag 13.01.2019

15:00 Uhr

14

Fräulein Wunder AG: KAWUMMI!
im Rahmen der Reihen
schauSpielPlatz
spielerische Zerstörung für Kinder
ab 3 Jahren und ihre erwachsenen
Begeleitpersonen
Eintritt: 6,00 € bzw. 3,50 € erm.
Kinder 5,00 €
Reservierung unter
www.theaterhaus-hildesheim.de
oder Tel. 05121 / 698 14 61
Theaterhaus

Donnerstag 17.01.2019

18:30 – 22:00 Uhr

12

Ökumenische
Männerkochgruppe
Küche Gemeindehaus Nord

Freitag 18.01.2019

19:00 Uhr

21

KUNO Nordstadt
Clubhaus Gartenkolonie Nordkamp

Sonntag 20.01.2019

10:00 Uhr

12

Neujahrsgottesdienst
Martin-Luther-Gemeinde

Dienstag 22.01.2019

18:15 Uhr

13

Redaktionssitzung
Veranstaltungskalender
Stadtteilbüro

Donnerstag 24.01.2019

15:00 Uhr

13

Projektgruppe
"Offene Gesellschaft"
Stadtteilbüro

Montag 28.01.2019

17:30 Uhr

13

Projektgruppe Sauberkeit
Stadtteilbüro

Freitag 01.02.2019

19:00 Uhr

21

KUNO Nordstadt
Clubhaus Gartenkolonie Nordkamp

Dienstag 05.02.2019

18:00 Uhr

13

Verein Stadtblühen - offenes
Treffen Gemeinschaftsgarten
Stadtteilbüro

Donnerstag 07.02.2019

18:00 Uhr

13

Steuerungsgruppe Nordstadt
Stadtteilbüro

18:30 – 22:00 Uhr

12

Ökumenische
Männerkochgruppe
Küche Gemeindehaus Nord

Montag 11.02.2019

18:00 Uhr

Nordstadttreffen

Ort wird noch bekannt gegeben

Freitag 15.02.2019

19:00 Uhr

21

KUNO Nordstadt
Clubhaus Gartenkolonie Nordkamp

**Wir kaufen
Wohnmobile
+ Wohnwagen**
03944-36160
www.wm-aw.de Fa.

Ræer
AUSRÜSTUNGEN

Armeebestände
www.raeer.com

MFH-Tactical Boots
69,00 €

Telefon 05121 7487660
31137 Hildesheim · Altes Dorf 18-20

biber

**Ambulante Alten- u. Krankenpflege
professionelle Pflege daheim !**

Ottostr. 77
31137 Hildesheim
05121-51 41 94
www.biber-pflege.de

24 Std für Sie erreichbar !

SANITÄR - HEIZUNG

- Gas-, Öl-Heizung
- Fußbodenheizung
- Wartung Öl-, Gasheizung
- Sanitäre Anlagen
- Installationen für Wasser und Gas
- Solartechnik
- Brennwerttechnik

CL. RACK GMBH
Heinrichstr. 13
31137 Hildesheim
Tel: 05121/52576

Regelmäßige Termine

<p>Di. - Fr. 13 Stadtteilbüro Nordstadt.Mehr.Wert Sprechzeit Di. - Fr. nach Vereinbarung unter Tel. 05121 / 28 163 11 Stadtteilbüro MO., Di., DO., Fr. 13:00 - 17:00 Uhr 1 Mi. 09:00 - 13:00 Uhr Öffnungszeiten Bahnhofsmission</p>	<p>13:00 - 17:00 Uhr 3 Interkulturelle Frauengruppe Leitung: Nevin Sahin <i>Begegnungsstätte Treffer</i></p> <p>15:30 - 16:00 Uhr 2 Ev. Jugendhilfe Bockenheim e.V. + Pro Kids Sozialpädagogische Gruppe <i>Familienzentrum MaLuKi</i></p> <p>16:00 - 18:00 Uhr 10 Mädchengruppe <i>Familienzentrum Blauer Elefant</i></p> <p>16:30 - 18:00 Uhr 22 Cool-tur Club Für Kinder und Jugendliche von 6 - 18 Jahren Anmeldung erforderlich: Cool-tur@awo-hi.de Tel.: 05121 / 179 00 - 00 Projektzeit: 1.11.18 - 30.10.21 <i>AWO Cheruskerring 47</i></p> <p>19:00 - 21:00 Uhr 12 Gospelfriends <i>Gemeindehaus Nord</i></p>	<p>8:00 - 9:00 Uhr 2 Ev. Jugendhilfe Bockenheim e.V. Frau Heilmann beantwortet Ihre Fragen, z.B. zur Schuldnerberatung <i>Familienzentrum MaLuKi</i></p> <p>14:30 - 17:00 Uhr 2 Förderung Lese-Rechtschreibschwäche Frau Pfizke <i>Familienzentrum MaLuKi</i></p> <p>15:00 - 17:00 Uhr 3 Beratung für Menschen mit geistiger Behinderung und ihre Angehörigen <i>Begegnungsstätte Treffer</i></p> <p>15:30 - 16:00 Uhr 2 Ev. Jugendhilfe Bockenheim e.V. + Pro Kids Sozialpädagogische Gruppe <i>Familienzentrum MaLuKi</i></p> <p>17:00 Uhr 9 VoKü - Die Volxküche Mitkochen ab 17 Uhr, Mitessen ab 20 Uhr, Spenden erwünscht <i>Kulturfabrik, HOBO</i></p> <p>19:00 - 21:30 Uhr 2 Square Dreamers - Square Dance Club Frau Kelly Tel. 0176 / 74413628 <i>Familienzentrum MaLuKi</i></p>	<p>9:00 - 12:00 Uhr 22 Frauentreff "Starke Frauen" <i>AWO Bazar</i></p> <p>9:30 - 11:00 Uhr 3 Stadtteilfrühstück Kostenbeitrag 2,00 € <i>Begegnungsstätte Treffer</i></p> <p>10:00 - 11:00 Uhr 3 Sittanz <i>Begegnungsstätte Treffer</i></p> <p>15:30 - 16:30 Uhr 8 Kinderturnen für 3-6 Jährige 16:30 - 17:30 Uhr Kinderturnen für 6-10 Jährige MTV 1848 e.V. <i>Turnhalle der Grundschulen</i></p> <p>20:00 - 22:00 Uhr 12 Probe des Internationalen Chores Hildesheim <i>Gemeindsaal Gemeinde Nord</i></p> <p>Freitags 8:30 - 9:30 Uhr 2 Elterntreff im Elterncafé <i>Familienzentrum MaLuKi</i></p> <p>15:00 - 17:00 Uhr 3 Spiele und Kaffee <i>Begegnungsstätte Treffer</i></p> <p>16:00 Uhr 16 Gärtnern im Gemeinschaftsgarten <i>Gemeinschaftsgarten Nord</i></p> <p>Sonntags 14:30 - 17:00 Uhr Internet Café Dialog Tel. 05121 / 13890 <i>Teichstr. 6</i></p>
<p>Di. - Do. 10:00 - 12:00 Uhr Do. 15:00 - 17:00 Uhr Familienberatung des Kinderschutzbundes <i>Ottostr. 77</i></p> <p>Jeden 1. Freitag im Monat: 16:30 - 17:30 Uhr 3 Gesprächsstunde mit Ratsfrau Monika Höhler (SPD) <i>Begegnungsstätte Treffer</i></p>	<p>Dienstags 9:30 - 11:00 Uhr 3 Stadtteilfrühstück Kostenbeitrag 2,00 € <i>Begegnungsstätte Treffer</i></p> <p>9:45 - 11:45 Uhr 2 Griffbereit Eltern-Kind-Gruppe mit 1-3-jährigen Kindern, Nordstadt.Mehr.Wert <i>Familienzentrum MaLuKi</i></p> <p>14.30-16.30 Uhr 12 Seniorenkreis <i>Gemeindehaus Nord</i></p> <p>19:00 - 21:00 Uhr 12 Anonyme Alkoholiker (AA) <i>Gemeindehaus Nord</i></p>		

Montags

Mittwochs

Donnerstags

Zur Karte bitte umblättern ►



The ITALIAN BEE GEES

feat. Blue Weaver, Dennis Bryon und Vince Melouney (Originalmusiker der BEE GEES)

„Massachusetts“ – das authentischste Musical-Tribute weltweit feiert die BEE GEES!

„Die besten Bee Gees seit den Bee Gees!“ (Kieler Nachrichten) am 17. 3. 2019 in der Halle 39 in Hildesheim.

Die BEE GEES – eine Legende. MASSACHUSETTS – das Bee Gees Musical auf dem besten Weg dahin. Die Hits der drei Brüder Robin, Maurice und Barry Gibb brachen alle Rekorde. Jetzt sind es wieder drei Brüder - Walter, Davide und Pasquale Egiziano - die sich mit viel Liebe zum Detail und höchstem Respekt vor dem Lebenswerk der BEE GEES ver-

neigen und die Magie ihrer Musik zurück auf die Bühne bringen. Ihre lange, persönliche Beziehung zur Familie Gibb und ihre unfassbare Authentizität machen die Brüder Egiziano zu weltweit einzigartigen Botschaftern der BEE GEES. Stimmlich und optisch atemberaubend nah am Original überzeugten sie sogar Barry und Robin Gibb, die ihnen begeistert

den Titel ITALIAN BEE GEES verliehen.

Die musikalische Sensation perfekt machen BEE GEES Schlagzeuger Dennis Bryon, Original BEE GEES Mitglied Vince Melouney und BEE GEES Keyboarder Blue Weaver. Veranstalter RESET Production ist glücklich und stolz, alle drei für „Massachusetts“ begeistern und somit den Traum vieler BEE GEES Fans erfüllen zu können.

„It's amazing. Now 35 years later, I'm back on stage with 3 brothers and playing the BEE GEES Songs again!“, so ein sichtlich berührter Blue Weaver im Show-Trailer.

Tourneeveranstalter:
www.resetproduction.de,

Tel. 0365 - 54 81 83-0

Ermäßigungen!

Kinder von 7-12 Jahren €10.00 ermäßigt je Ticket
Gruppen ab zehn Personen €5.00 ermäßigt je Ticket

Unter allen, die bis zum 17. Januar eine Mail an info@hildesheimer-stadtteilzeitungen.de oder per Post an Nordstädter, Axel Fuchs, Ostertor 7, 31134 Hildesheim Stichwort Bee Gees Originale schicken, verlosen wir 3 x 2 Freikarten, die Gewinner werden umgehend benachrichtigt, die Karten sind an der Abendkasse hinterlegt.



Wir drucken umweltfreundlich ...
... mit Biostrom!

Natürlich von EVI Hildesheim und zu 1/3 selbst-
erzeugt mit unserer Photovoltaikanlage!



Druckhaus  **Köhler**
Harsum GmbH

Druckhaus Köhler GmbH · Siemensstraße 1-3 · 31177 Harsum
Telefon (0 51 27) 90 20 4-0 · Telefax (0 51 27) 90 20 4-44
E-Mail: info@druckhaus-koehler.de · www.druckhaus-koehler.de

Neues von KUNO und K50p

Kultur-Nordstadt & Kultur 50plus - Immer aktuell im Internet

KUNO-Kultur-Nordstadt: <http://kultur-nordstadt.de>

Kultur 50plus: <https://k50p.de>

K50p & KUNO die Initiativen für ein neues Lebensgefühl der Generation 50plus

Voller Zuversicht starten wir in das Jahr 2019. Wir erinnern uns an die eindrucksvollen Worte von Bundespräsident Frank-Walter Steinmeier:

Unsere Demokratie baut darauf, dass wir unsere Meinung sagen, für unsere Interessen streiten. Und sie setzt uns der Gefahr aus, dass auch der andere mal recht haben könnte. Die Fähigkeit zum Kompromiss ist unsere Stärke. Wir sollten mehr miteinander sprechen, zuhören und lernen, andere Meinungen zu akzeptieren. Niemand dürfe mit Gleichgesinnten entscheiden, wer dazugehört. Mehr noch als der Lärm von manchen sei er besorgt über das Verhalten von vielen, die sich wegduckten oder einfach schweigen. Das gelte besonders für die Nutzung und den Umgang untereinander in den sozialen Medien.

Mal darüber nachdenken!



Rückblick: Weihnachtsmärchen „Frau Holle“ im Theater nebenan

Im Dezember besuchte KUNO-Kultur-Nordstadt wieder einmal das „Theater nebenan“ in Ahrbergen. Gespielt wurde das bekannte Märchen „Frau Holle“. Wir besuchten allerdings die Abendvorstellung in einer krass abgewandelten Version speziell für Erwachsene.

Am Ende war allen Zuschauern klar, warum das Wetter häufig so verrückt spielt. Frau Holle ist grundsätzlich eine total liebe, verständnisvolle und gerechte Frau. Aber, es gibt da ein kleines Problemchen. Die Gute ist voll frustriert und hängt gelegentlich an der Flasche. Und wenn der flü-

sige Nachschub ausbleibt, dann gibt es eben nur Wetterchaos beim Betten schütteln.

Auch ihr Mann, Herr Holle ist da keine echte Hilfe. Hausarbeit ist eben nicht so sein Ding. Was Frau



Hat Frau Holle ein Alkoholproblem? Hier gibt's neue Erkenntnisse zum Klimawandel.

Holle von ihrem Angetrauten sonst noch erwartet, bringt der schon lange nicht mehr. (Frau Holle aber auch nicht). Gut, dass da die arme, aber fleißige Goldmarie erscheint und für Ordnung beim Wettermachen sorgt (aber auch nur da).

Für ihre Dienste wird sie fürstlich belohnt und kehrt reich mit Gold beschenkt in ihr Dorf zurück. Das weckt natürlich Begehrlichkeiten bei Bürgermeister Schröder. Der ist gerade knapp bei Kasse und muss obendrein noch für etliche Ex-Frauen sorgen. Und sein neuer Job als Gasableser bringt leider nicht genug Millionen in die Gemeindekasse. Also wird kurz entschlossen Goldmaries unfähige Stiefschwester überredet, doch auch mal ihr Glück bei Frau Holle zu versuchen.

Das Ende des Märchens ist bekannt und endet im Fiasko für die faule Pechmarie. Die hilfsbereite Goldmarie aber wird glücklich mit ihrem armen, aber pfiffigen Bäcker-gelesen. Und was wurde aus Frau und Herrn Holle? Einfach mal auf das Wetter achten.

Vorankündigung

Viel passiert in 2018, doch was erwartet uns im kommenden Jahr 2019. Da geht noch mehr – Freu Dich auf Neues. Hier ein Ausblick. Nette Menschen im Umfeld bringen neue und aufregende Erfahrungen. Und so heißt es auch 2019 wieder: Deine Ideen und Vorschläge sind gefragt, alles ist machbar. Keine Idee ist zu verrückt, gemeinsam bekommen wir das hin. Action oder Winterpause? Du hast die Wahl:

Sonntag 6. Januar 2018:

Tanzcafé von 15 bis 18 Uhr im MIRAI-Restaurant-Lounge-Cafe, Steingrube 19a in Hildesheim.

Wir waren im Dezember bereits da und haben getestet: Tolle Musik für unsere Generation, Wohlfühl-Atmosphäre, Kuchenauswahl vom

Buffet und gepflegte Gastronomie. Tanz von 15 bis 18 Uhr. Die Location ist am Sonntag bis 21 Uhr geöffnet. Unsere Tischreservierung für den Januar ist bereits abgeschlossen.

Für den nächsten Tanztreff am 3. Februar 2019 bitte rechtzeitig Plätze reservieren:

WhatsApp-Messenger

Tel.: +49 16066 48139

Threema-Messenger ID:

6D5DAR9M

oder Telefon: 05121 52700 (AB)

Samstag 16. Februar 2018:

Nächste interne Veranstaltung von KUNO-Kultur-Nordstadt (nur für Nordstädter). Wanderung mit Braunkohlessen um ca. 16 Uhr im Clubhaus des Einumer Sportvereins. Nähere Infos demnächst auf der Webseite.

Aktuelle Informationen auf der Homepage:

Mehr Bilder, Extra-Tipps, neue Veranstaltungen, Berichte früherer Aktionen und News für Insider:

K50p: <https://k50p.de> & **KUNO:** <http://kultur-nordstadt.de>

Die neuesten Termine findest Du hier: <https://k50p.de/termine>

Andere gehen in Rente, wir gehen ins Internet und auf die Piste. Hier gibt es Freizeittipps, Veranstaltungen und Lebensfreude pur für die aktive Generation 50plus und darüber hinaus.

Eigene Vorschläge, Ideen und Termine können hier mitgeteilt werden (Redaktion KUNO-Kultur-Nordstadt):

WhatsApp-Messenger

Tel.: +49 16066 48139

Threema-Messenger ID:

6D5DAR9M

Telefon: 05121 52700 (AB)

E-Mail:

redaktion@kultur-nordstadt.de

zur Anzeige aller Termine direkt <https://k50p.de/termine> den untenstehenden QR Code mit dem Smartphone scannen.

Willkommen auf unserer Website



Text & Bilder:

Jürgen Warps



Familienbildungsstätte am Domhof Programm 2019 setzt neue Impulse

Mit dem neuen Programm 2019 setzt die neue Leitung der Familienbildungsstätte erstmalig eigene Inhaltliche Impulse um. „Als ich im Januar begonnen hatte stand das Programm ja bereits“ sagt Annette Zängle. Und das sei auch gut so. Denn eine große Zahl der Angebote sind den Teilnehmenden vertraut und bieten eine hohe Verlässlichkeit: verschiedene Formate im Fachbereich „Als Familie leben“, also insbesondere Eltern-Kind-Gruppen sowie Gesundheitskurse, Fremdsprachen, Koch- und Nähangebote für Erwachsene finden stabilen Zulauf. Das gelingt laut Zängle durch die hervorragende Beziehungsarbeit der Kursleitungen, die neben Fachkenntnissen ausschlaggebend sei. Es herrscht eine gute Atmosphäre im Haus die zu einer hohen Kundenbildung führt.

Im ersten Quartal starten auch neue Angebote, wie zum Beispiel ein Themennachmittag zu Vätern in der Kindertagesstätte oder

eine Reihe zur Vereinbarkeit von Familie und Beruf für junge Eltern. Der Zugluft der Zeit wird mit Achtsamkeitsseminaren, einem Atem-, Stimm- und Singangebot aber auch mit dezidierten Angeboten zur Orientierung und Spiritualität entgegen getreten.

Neu ist auch ein eigens gegründeter Sozialfond, aus dem Gebühren und Ermäßigungen für Menschen in besonderen Lebenslagen entrichtet werden. Die Familienbildungsstätte soll weiterhin ein Ort sein, an dem alle Menschen zusammen kommen, um einander zu begegnen und zu bilden.

Das Programm finden Sie in digitaler Form unter www.fabi-hildesheim.de, wird Ihnen aber auch gern persönlich zugesandt. Montags-Donnerstags zwischen 9:00 und 15:00 Uhr ist unter Tel. (05121) – 206 4961 jemand für Sie da.

Karina Scholz

DENTAL FRISCH

"Gepflegter Zahnersatz. Visitenkarte eines Prothesenträgers"

<p>Herstellung von Zahnersatz</p> <ul style="list-style-type: none"> - Kronen - Brücken - Totale Prothesen - Kombierter Zahnersatz - Implantatversorgung (Suprakonstruktion) - CAD/CAM Zirkon Vollkeramik - Fräs- und Geschleibetechnik - Kostenvoranschläge (Zähne müssen bezahlbar bleiben) 	<p>Reinigung von herausnehmbarem Zahnersatz</p> <p><i>Professionelle Beseitigung von</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - Ablagerungen - Tabak - Tee - Kaffee - Calcium (Zahnstein) Rückständen
--	---

Orleansstr. 74 - 31135 Hildesheim
Tel: 0 51 21 / 2 94 60 00 Fax: 0 51 21 / 9 22 90 01
Mobil: 0171 / 9 36 28 95



Marco Conrad
Meister der Zahntechnik

e-mail: dentalfrisch@web.de

Jetzt für die neuen Kurse anmelden!

PARENS® Begleitung im ersten Lebensjahr

Mittwoch, 10x ab 16.01.2019, 9:00 – 10:30 Uhr (1001.2)

Treffpunkt – Gemeinsam statt einsam

Offene Gruppe für Menschen in schwierigen Lebenssituationen
Dienstags, 1x im Monat ab 22.01.2019, 17:00 – 18:30 Uhr (6009.1)

Singen. Lernen. Leben

Motivierender und inspirierender Zugang zum Singen
Montags, 1x im Monat ab 28.01.2019, 14:15 – 15:00 Uhr (8017.1)

Vätern begegnen, Väter beteiligen

Zusammenarbeit mit Eltern in Kita und Hort
Donnerstag, 31.01.2019, 19:00 – 21:15 Uhr (8016)

Achtsamkeit und Resilienz

Stark gegen Stress, Depressionen und Burn-Out
Samstag, 09.02.2019, 10:00 – 16:00 Uhr (6007)

Geht nicht – gibt's nicht!

Vereinbarkeit von Familie und Beruf für junge Paare
Dienstag, 12.02.2019, 17:20 – 19:00 Uhr (6005.1)

Anmeldungen und viele weitere Angebote

Familienbildungsstätte der KEB
Domhof 2 • Tel. (05121) 206 49-61

fabi.hildesheim@keb-net.de
www.fabi-hildesheim.de



Mit Schwung ins neue Jahr

Haben auch Sie gute Vorsätze für das neue Jahr gefasst? Vielleicht hilft ein Kurs der Ev. Familien-Bildungsstätte Ihnen dabei, diese umzusetzen! Einige Kurse für körperliche und geistige Fitness für eher ältere Menschen starten im Januar wieder und freuen sich über neue Teilnehmer_innen. So z.B. der Kurs „Denkspaß“ ab Donnerstag, 10.01., 14.30 Uhr. In diesem Kurs wird in gemütlicher, ungezwungener Runde bei einer Tasse Tee und viel Spaß und Humor das Gedächtnis trainiert. Interessierte haben die Möglichkeit, einmal unverbindlich vorbeizuschauen.

Im Kurs „Yoga für Senioren“ ab Montag, 14.01., 15.30 Uhr haben Sie die Möglichkeit, in kleiner, entspannter Runde ohne jeglichen Leistungsdruck die wohltuende, gesundheitsstärkende Wirkung des Yoga zu erfahren.

Und beim Kurs „Wassergymnastik für Frauen über 50 Jahre“ werden gelenkschonende gymnastische Übungen bei einer Wassertemperatur von 30 °C durchgeführt. Dieses Angebot findet ab Montag, 07.01., 11.00 Uhr im Schwimmbad des Altenheims Am Steinberg in Ochtersum statt.

Information und Anmeldung: Ev. Familien-Bildungsstätte, Steingrube 19 A, Hildesheim. Telefon 051 21/13 10 90 oder <http://familie.d-li.de>

Pitti

An und Verkauf

Haushaltsauflösungen, Transporte, Umzüge, Entrümpelungen

Telefon: 05 121 - 28 74 300 / Mobil: 0176 - 79797182

Steuerwalderstraße 91 / 31 137 Hildesheim



IHR PARTNER FÜR ENERGIE

EVI ENERGIEVERSORGUNG HILDESHEIM



Umweltfreundlich mit Biowärme versorgt im Wohngebiet OSTEND



Das Holzheizkraftwerk erzeugt seit 2011 durch Kraftwärmekopplung Biowärme und Strom. Es speist diese Energie in das Fernwärme- und das Stromnetz ein. Als Energieträger verwendet die EVI naturreiches Waldrestholz, das ständig nachwächst. Vor dem Holzheizkraftwerk: Selina Goodfellow (von links), erste Ansprechpartnerin im Vertrieb, Jörg Tornau, Ansprechpartner im Vertrieb für die Fernwärme, und Klaus Blome, der den Betrieb des Kraftwerkes verantwortet.



An der Ladebox im Kundencenter: Michael Bosse-Arbogast (von links), Simone Feldhausen und Andreas Hempel, Ansprechpartner für private und gewerbliche Ladeinfrastruktur.

Ladeboxen für umweltfreundliche Autos

Interview mit Michael Bosse-Arbogast, Simone Feldhausen und Andreas Hempel

Herr Bosse-Arbogast, die EVI engagiert sich seit einiger Zeit im Bereich Elektromobilität. Was hat das mit der Energieversorgung zu tun?

Michael Bosse-Arbogast: Beides ist nicht getrennt voneinander zu betrachten – gerade im Hinblick auf Klimaschutz und Nachhaltigkeit.

Wir wollen uns deshalb in Hildesheim und der Region als Anbieter für Elektromobilität etablieren. Die Energie dafür muss dabei aus regenerativen Quellen stammen. Die EVI setzt auf Ökostrom sowie Photovoltaik und fördert die Ladeinfrastruktur für E-Fahrzeuge. Da auch Carsharing aktiven Umweltschutz unterstützt, werden wir Angebote mit E-Autos voranbringen.

Welche Pläne verfolgen Sie im Neubaugebiet OSTEND?

Simone Feldhausen: Dort wollen wir E-Ladesäulen bauen und Carsharing für E-Autos einrichten. Da aber etwa 80 Prozent aller Ladevorgänge für Elektrofahrzeuge zu Hause erfolgen, unterstützen wir die Bauherren beim Kauf von Ladesäulen und Ladeboxen. Das spart nicht nur Kosten, sondern verbessert auch die persönliche Umweltbilanz.

Das Engagement der EVI beschränkt sich aber nicht nur auf den neuen Stadtteil ...

Michael Bosse-Arbogast: Selbstverständlich nicht! Unser Förderprogramm „E-Mobilität“ gilt bereits heute für unsere Kundinnen und

Kunden in der Stadt und dem Landkreis Hildesheim und darüber hinaus.

Wie hoch sind die Kosten für eine Ladebox?

Andreas Hempel: Weil jedes Gebäude oder jede Garage mit den dazu gehörenden Anschlüssen sehr unterschiedlich sind, schauen wir uns das gerne erst einmal an und machen dann Aussage zum Preis.

Und wie groß sind die Ladeboxen? Passen die überhaupt in übliche Garagen?

Simone Feldhausen: Unsere kleinste Ladebox hat etwa die Größe von einem DIN-A4-Blatt Papier und sollte damit in jede Garage passen. Die Ladeboxen für den privaten Bedarf, oder auch diejenigen, die die meisten Unternehmen nutzen, haben, was die Größe betrifft, gar nichts mit den Ladesäulen zu tun, die wir aus dem öffentlichen Raum kennen.

Oh, das ist ja wirklich klein ...

Andreas Hempel: Ladeboxen für den privaten Bereich sind ja absolut neu und dadurch selbstverständlich auch erklärungsbedürftig. Das ist ja normal. Die Boxen müssen für jeden Kunden und dessen Bedürfnisse genau passen. Das ist sehr individuell, auch mit Blick auf die baulichen Voraussetzungen. Die Ladeboxen sind zur Präsentation in unserem Kundencenter am Römering ausgestellt.

Der Hildesheimer Energieversorger EVI kann das gesamte Neubaugebiet OSTEND ans Fernwärmenetz anschließen

Dort, wo vor einigen Jahren noch Soldaten stationiert waren, entsteht Hildesheims neues Wohngebiet: Auf dem Gelände der ehemaligen Mackensen-Kaserne werden künftig etwa 1200 Menschen in ihre Miet- und Eigentumswohnungen sowie Häuser einziehen.

Das Baugebiet OSTEND ist nicht nur zentral gelegen, sondern wird auch nachhaltig sein. „Unser Ziel ist es, den Stadtteil mit einer modernen und klimafreundlichen Energie- und Wärmeversorgung aufzubauen, inklusive eines modernen Mobilitätskonzepts“, betont Michael Bosse-Arbogast, Geschäftsführer des Hildesheimer Energieversorgers EVI. „Wir sind uns dort unserer Verantwortung bewusst und verfolgen einen ganzheitlichen Ansatz.“ Aus diesem Grund sind im OSTEND Ladestationen für Elektroautos und Carsharing-Angebote geplant. Bereits heute fördert das

Unternehmen Ladeboxen für E-Fahrzeuge mit 500 Euro.

Ein wichtiger Baustein für das klimafreundliche und moderne Baugebiet ist der Anschluss ans Fernwärmenetz: Die EVI kann das gesamte OSTEND aus ihrem Holzheizkraftwerk beliefern, zusätzlich auch Gebäude, die auf dem Weg dorthin an der Fernwärmeleitung liegen. „Mit unserer Fernwärme versorgen wir beispielsweise schon den Campus der HAWK, den Dom, das Rathaus, Hotels, Schulen, Verwaltungsgebäude und zahlreiche private Gebäude“, erklärt Jörg Tornau, im Vertrieb zuständig für das Thema Wärmeversorgung. Zudem sind durch den sehr guten sogenannten Primärenergiefaktor der Fernwärme der EVI Einsparungen beim Hausbau möglich, weil hohe Anforderungen an den Umweltschutz bei Neubauten bereits zum Teil erfüllt werden.

Der Anschluss an die Fernwärme

(EVI BioWärme) ist für Bauherren damit auch ein Baustein bei der Finanzierung, um gute Chancen für günstige Kredite und Zuschüsse von der Kreditanstalt für Wiederaufbau (KfW) zu bekommen. „Fernwärme kann für Boden- und Wandheizungen sowie Raumlufttechniken genutzt werden. Außerdem ist sie mit Solarthermieanlagen für die Warmwasseraufbereitung koppelbar“, erläutert Frank Melchior vom Energie-Beratungs-Zentrum Hildesheim (ebz). Die Technik benötige zudem vergleichsweise wenig Platz und erfordere einen geringen Betriebs- und Wartungsaufwand. In Hildesheim profitieren schon seit 2011 zahlreiche Kunden von der Biowärme der EVI.

Wichtig für Umwelt und Klimaschutz ist auch regenerativ erzeugter Strom, den die EVI bei neuen Produkten aus schließlich im Angebot hat. Der Energieversorger bietet außerdem den Ausbau

von Photovoltaikanlagen an, mit denen Hausbesitzer ihren eigenen Ökostrom produzieren können. Das Tochterunternehmen EVI Solarmeile berechnet auf Wunsch die Wirtschaftlichkeit, übernimmt die Installation der Module und Speicher sowie die Wartung. Für den Ausbau der kompletten Infrastruktur im Neubaugebiet OSTEND verlegt die EVI etwa zehn Kilometer Leitungen. Geplant ist auch der Ausbau des Glasfasernetzes für schnelles Internet.

Ansprechpartner im Energie-Beratungs-Zentrum Hildesheim (ebz): Frank Melchior.



Weil die EVI Nähe lebt ...

... unterstützt sie Kundinnen und Kunden, die eine Ladesäule oder Ladebox erwerben. Mit persönlicher Beratung!

... bietet sie Schülerinnen und Schülern umweltpädagogische Projekte an – auch zum Thema E-Mobilität.

... hat sie alle Informationen zum OSTEND und rund um die E-Mobilität auf ihrer Homepage unter www.evi-hildesheim.de.

EVI Energieversorgung
Hildesheim
Römering 1, 31137 Hildesheim
kontakt@evi-hildesheim.de

Ihr Partner
für Energie



Telefon Kundenservice
+49 (0) 5121 508 - 333

Fax Kundenservice
+49 (0) 5121 508 - 222

Alle Kundenbüros finden Sie auf: www.evi-hildesheim.de

Weil Ihr Dach Ihnen Strom liefert,
Sie frei und unabhängig macht.

Mein Zuhause. Meine Energie. Meine EVI.
www.evi-hildesheim.de

Ihr Partner
für Energie



„Pennen in der Penne“

oder Warum 13 Kinder freiwillig ein Wochenende in der Schule verbrachten

Nicht während des Unterrichts, sondern des nachts haben 13 Mädchen und Jungen im Alter von 7 – 11 Jahren in einer Schule geschlafen – und daher nichts verpasst. Anlass war eine erneute Kooperation zwischen den Evangelischen Fachschulen für Sozial- und Heilpädagogik und dem Offenen Kindertreff im Kinder- und Jugendhaus Nordstadt (KJN). Eine Gruppe angehender ErzieherInnen hatte sich im Vorfeld mit dem Thema Offene Kinder- und Jugendarbeit auseinandergesetzt und im Zuge dessen ein vielseitiges und gut durchdachtes Wochenendprogramm für Kinder entwickelt. Dieses konnte mit Hilfe der KJN-Kinder in der Praxis erprobt werden. Allein der Aufenthalt in der Schule selbst war ein spannendes Ereignis: Gemeinsame Ballspiele in der Aula, Kochen in der großen Schulküche, gemeinsame Mahlzeiten und das Schlafen in einem ganz runden Raum mit Panoramafenstern. Hinzu kam die Einladung zur Teilnahme an einem Weihnachts-Projekttag, bei dem Leh-

rende Workshops für ihre SchülerInnen durchführten. Fröhlich und neugierig schwirrten die 13 Kinder durch die Schule, probierten sich im sorgfältigen Falten von Schachteln, kreierte Bilder im Siebdruckstil, musizierten und sangen, erlernten einen schottischen Tanz, bauten Knusperhäuschen etc.

Darüber hinaus durften die Hildesheimer Kinder bei einem Rundgang die Stadt Osnabrück kennenlernen. Man besuchte unter anderem den Dom, in dem eine riesige Krippe, mit ganz vielen Kerzen umstellt, lange bestaunt wurde. Die 8jährige Sara wollte zudem wissen, wofür die Wasserschalen in der Kirche dienen. So erfuhren die vorwiegend evangelischen und muslimischen Familien stammenden Kinder bei dem Besuch einer



evangelischen Schule, was Weihwasser ist und wie sich ein Katholik damit bekreuzigt. Wenn das nicht gelebte Ökumene ist..

Im Rathaus wärmte die Gruppe sich im Friedenssaal auf und hinterließ Grüße im Gästebuch. Und zu guter Letzt folgte eine interessante und kindgerechte Führung durch

das Museum für Industriekultur samt Begehung eines alten Stollens, in dem einst Steinkohle gefördert wurde. In 30 Metern Tiefe

erfuhren die Kinder vom harten Leben der Bergarbeiter zur Zeit der Industrialisierung. Gemeinsam gelang es ihnen sogar, eine ca. 1000 Kilogramm schwere Lore mit Steinkohle zu bewegen.

Erleichtert, wieder unter freiem Himmel zu sein, wurde kurz vor der Heimreise noch im frisch gefallenen Schnee getobt. Die schöne Idee, daheim einen Schneemann zu bauen, schmolz aber mit jedem Kilometer dahin. Denn je näher man der Heimat kam, desto weniger blieb von der weißen Winterlandschaft. Auch das war eine Erfahrung.

Zur Erinnerung an das erlebnisreiche Wochenende durfte sich jedes Kind schon vor Ort ein Fotoalbum basteln und individuell gestalten, denn die aufmerksamen SchülerInnen hatten alle Aktionen fotografisch begleitet.

Stephanie Terstappen

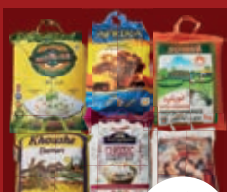




PARSIAN

مواد غذایی پارسیان

Parsian Lebensmittel • Bernwardstr. 24 • 31134 Hildesheim



Reis
diverse Sorten
ab / از **9,99**



Getrocknete Kräuter
diverse Sorten, Beutel
ab / از **1,99**



Do Ghazal Tea
diverse Sorten, Packung
ab / از **2,99**



Orientalische Knabereien
diverse Sorten
ab / از **1,49**



Berberitze
Packung
ab / از **1,99**



oriental.
Gewürze
ab / از **0,99**



Eingelegtes Gemüse
diverse Sorten, Glas
ab / از **1,99**



Butter Ghee
500g
ab / از **5,99**



Konserven-
gerichte
ab / از **2,49**



Ahmad Tea
diverse Sorten, 500g
ab / از **4,99**



Persische Süßwaren
diverse Sorten
ab / از **2,49**

فروشگاه مواد غذایی پارسیان عرضه کننده انواع محصولات ایرانی افغانستانی ترکی عربی هندی با بهترین کیفیت و نازل ترین قیمت در خدمت مشتریان