



Kiosk Samson

Alles von A bis Z

Mo-Sa 6-23.30 Uhr,

So 7-23.30 Uhr

Steuerwalder

Straße 43



Der Nordstädter

wünscht
allen
Lesern und
Insertenten
ein frohes
Fest
und guten
Rutsch
ins
Neue Jahr



Im Dezember auf Piercingschmuck 20%

Création

Bodypiercing • Piercingschmuck

Bernwardstraße 7 • 31134 Hildesheim

Phone 05121 / 9 99 69 49

www.piercingstudio-hildesheim.de

„Augen auf beim Einkauf“

Heißt es mittwochs im Familienzentrum Maluki. Den eigenen Einkauf im Bild erfassen und dann gemeinsam anschauen was ein Haushalt täglich benötigt. Erfahrungen austauschen, günstige Angebote finden, das persönliche Einkaufsverhalten überdenken und optimieren. Das haben sich das



Team des Familienzentrum Maluki und der Ev.-luth. Jugendhilfe Bockenem e.V. auf die Fahnen geschrieben.

Alles wird teurer, nur mehr Geld ist nicht im Portemonnaie. Der Monat hat gerade angefangen und das Geld ist schon wieder weg. Dieses Aussagen hören Ingrid Weber vom Familienzentrum, Olaf Mauermann und Ilona Heitmann von der Jugendhilfe Bockenem täglich. Dabei drängt sich dann

Energiekosten schmälern das Haushaltseinkommen. In diesem Projekt werden die Stromanbieter und ihre Tarife unter die Lupe genommen. „Welcher Tarif kommt für mich in Frage?“, auch dieser immer wieder auftauchende Gedanke wird für die Teilnehmer konkretisiert. „Ist der Versandhandel im Internet eine Möglichkeit kostengünstig einzukaufen und welche Plattformen gibt es hier?“ - auch hierüber wird gesprochen.

auch immer gleich der Gedanke auf, wie kann ich sparsam Haushalten oder wo kann ich noch sparen. Dass wirtschaftliches Haushalten nicht einfach ist, wenn das Geld knapp wird, wissen alle Beteiligten. Immer teurer werdende

Die immer wieder gestellte Frage: „Bin ich richtig versichert?“ bleibt in diesem Projekt auch nicht außen vor. Deshalb laden die Akteure alle Interessierten, ob Alleinstehend oder mit Familie ein, an diesem Projekt teilzunehmen. Mittwochs von 9.00 Uhr bis 11.00 Uhr können im Maluki die Themen gemeinsam besprochen werden und Erfahrungen ausgetauscht werden. Ein Einstieg in das Projekt ist jederzeit möglich und die Teilnahme ist kostenlos.

Mit diesem Bon 20% Rabatt
wünschen wir frohe Weihnachten
und alles Gute für 2014

auf Ihren Einkauf außer auf verschreibungspflichtige Medikamente und Angebote – gültig bis 6. 1. 2014



Apotheker Klaus Urso
Steuerwalder Straße 92 • 31137 Hildesheim
Telefon (05121) 52777 • Fax 57723

CL-Rack GmbH

- Gas- Öl-Heizung
- Fußbodenheizung
- Wartung Öl-, Gasheizung

- Sanitäre Anlagen
- Installationen
für Wasser und Gas

Sanitär – Heizung

- Solartechnik
- Brenntechnik

Heinrichstraße 13 • 31137 Hildesheim • Telefon 05121/52576

Wir bedanken uns bei unseren Patienten für das entgegengebrachte Vertrauen und wünschen ein gesegnetes Weihnachtsfest und ein gesundes Jahr 2014.
M. Peyvandi und das Praxisteam



Zahnarztpraxis
M. Peyvandi

Gneisenaustr. 7, 31141 Hildesheim
Tel. 0 51 21/8 39 81

www.zahnarztpraxis-peyvandi.de

Unsere Leistungen:

- Angstpatienten, Vollnarkose
- Prothetik (Hochwertiger Zahnersatz)
- Ästhetische Zahnheilkunde
- Implantologie
- Lasertherapie
- Kieferorthopädie
- Kinderzahnheilkunde

Wir würden uns freuen, Sie in unserer Praxis begrüßen zu dürfen.

Vom 23. Dezember bis 31. Dezember haben wir Urlaub



City Online

Ankauf von hochwertigen Elektrogeräten

Die schnelle und bequeme Art, Ihre Geräte zu verkaufen!



1. Einfach Ihr Gerät anbieten!
2. Preis erhalten!
3. Sofort Bargeld Auszahlung!

Einfach, schnell und sicher!

Günstiger Handytarif

ALLNET FLAT

- ✓ FLAT in alle Handy-Netze
- ✓ FLAT ins Festnetz
- ✓ FLAT ins Internet

komplett nur **19,90 €** im Monat!

SMS FLAT nur 5€ / Monat

2 MONATE GRATIS



Bernwardstraße 7 | 31134 Hildesheim
Telefon 0 51 21 / 6 97 19 57

IHR MOBILES PFLEGETEAM
Mit Sorgfalt – von Herzen

OK!

Pflege, wie sie sein soll: freundlich, kompetent, erfahren. Mit 24-Std.-Notruf und Angehörigenberatung.
Rufen Sie uns an:
Tel. 05121/99926-62

Roonstraße 19
31141 Hildesheim
info@ok-pflegeteam.de
www.ok-pflegeteam.de



Clevere Elektroplanung kommt von

Schlüter-Elektrotechnik GmbH

Beratung, Planung und Installation von Elektroanlagen
BK-Anlagen, DVB-T, E-Check, EDV-Vernetzungen
Kundendienst, Video-, Sprechanlagen, Telefonanlagen

EIB - Anlagen für mehr Wohnkomfort und Energieeinsparung

Tel. (0 51 21) 5 24 75

Basedowstrasse 2 · 31137 Hildesheim · Fax (0 51 21) 51 85 55
info@schlueter-elektrotechnik.de · www.schlueter-elektrotechnik.de

gbg
wohnen in Hildesheim

Wohnung gesucht? App geht's!

Jetzt kostenloser Download im App Store



Kostenlose Stromsparberatung im Dezember

Energieberatung der Verbraucherzentrale verlängert Aktion

Viele Verbraucher befürchten, bei den Stromkosten in Zukunft noch tiefer in die Tasche greifen zu müssen. Dass das nicht sein muss, erläutert Karin Merkel, Energieberaterin der Verbraucherzentrale Niedersachsen: „Jeder kann schon durch kleine Verhaltensänderungen seinen Stromverbrauch und damit auch die Kosten spürbar senken.“ Eine kostenfreie Beratung dazu gibt es noch bis Ende Dezember bei den Energieberatern der Verbraucherzentrale.

Sparpotenziale lassen sich überall finden: Etwa 10 Prozent des gesamten Haushaltstromverbrauches machen oft allein Leerlaufverluste aus. Einfachste Sparmaßnahme ist daher, elektrische Geräte vollständig auszuschalten, zum Beispiel mit einer schaltbaren Steckerleiste. „Bei der kostenlosen Stromsparberatung geben wir Verbrauchern konkrete und leicht umsetzbare Tipps, wie sie ihre Stromkosten nachhaltig senken können“, erklärt Karin Merkel.

Mieter, private Hauseigentümer, Bauherren und Wohnungseigentümer können gegen Vorlage des Gutscheins noch bis Ende Dezember 2013 eine kostenfreie stationäre Beratung in einer Beratungsstelle der Verbraucherzentrale Niedersachsen in Anspruch nehmen.

Die nächstgelegene Einrichtung finden Interessenten auf www.verbraucherzentrale-energieberatung.de. Die Terminvereinbarung ist telefonisch möglich unter 0800 – 809 802 400 (kostenfrei). Die anbieterunabhängigen Energieberater der Verbraucherzentrale helfen bei allen Fragen zum Energieverbrauch: online, telefonisch oder mit einem persönlichen Beratungsgespräch. Für einkommensschwache Haushalte mit entsprechendem Nachweis sind die Beratungsangebote kostenfrei. Die Energieberatung der Verbraucherzentrale wird gefördert vom Bundesministerium für Wirtschaft und Technologie.

„Nordstadt in Bewegung“

Im Sommer wurde meine Frau auf den Filmclip „Nordstadt in Bewegung“ aufmerksam. Wir haben ihn uns zusammen angesehen und gedacht: „Großartiger Film! Nach Hildesheim in die Nordstadt würden wir wohl ziehen wollen.“ Dass es so schnell dazu kommen würde, hätten wir nicht gedacht. Am 1. Februar 2014 werde ich Pastor in der Martin-Luther-Kirchengemeinde Nordstadt & Drispensedt und ziehe mit meiner Frau und meinen beiden Söhnen in das Pfarrhaus in der Justus-Jonas-Straße. Und wieder schaue ich mir den Filmclip an. Ich sehe sympathische und auch außergewöhnliche Menschen, ein buntes Völkchen und mir bekannte Ecken. Erinnerungen werden wach an das Ende der 90er Jahre: meine WG in der Leunisstraße, Techno-Disco in der Löseke, Arbeit bei der FAA Bildungsgesellschaft im Cheruskerring, Theateraufführung in der alten Güterbahnhofshalle (fast Nordstadt). In der Zwischenzeit bin ich Pastor geworden und war zwölf Jahre lang in der Nähe



von Celle im Klosterort Wienhausen mit seinen umliegenden Dörfern tätig. Das waren schöne Jahre.

Doch jetzt habe ich Lust auf Kontrast. Den werde ich in der Nordstadt sicherlich finden. Ich freue mich darauf!

Ja, ich weiß: Das Leben in der Nordstadt ist nicht immer einfach. Aber es ist bunt. Das reizt mich.

Ich bin gespannt, was sich verändert hat während meiner Abwesenheit und wo was gerade in Bewegung ist. Gern möchte ich dazu beitragen, dass sich etwas bewegt.

Also dann: Sehen wir uns? Auf der Straße, beim Einkaufen, im Gottesdienst? Am 9. Februar um 14 Uhr ist meine Einführung als Pastor in der Martin-Luther-Kirche.

Jochen Grön

Lieber Nordstädter! Liebe Nordstädterin!



Den Einen oder die Andere habe ich im November in der Nordstadt-Botschaft getroffen. Und ich würde mich freuen, wenn es Ihnen gefallen hat! Für mich waren es zwölf ereignisreiche, lehrreiche, gut organisierte Tage mit vielen Veranstaltungen. Aber das Beste waren natürlich die Gespräche mit den Besuchern der Botschaft. Danke an die Organisatoren um Frank Auracher, Siggie Stern, Lara Behrendt und, und, und! Ach ja, ich will auch gestehen, dass ich jetzt die ArnekenGalerie mit anderen, wohlwollenderen Augen sehe. Vielleicht auch weil der Citymanager Herr Fittkau der Nordstadt-Botschaft Raum gegeben hat.

Aber nun muss ich auch endlich den Koalitionsvertrag intensiv lesen. Denn als SPD-Mitglied bin ich ja mitverantwortlich ob es eine große Koalition gibt. Mindestlohn, abschlagsfreie Rente mit 63 bei 45 Beitragsjahren, einen Anfang gemacht für die Doppelstaatsangehörigkeit. Das sind für mich Pluspunkte. Auch die „Mütterrente“ für alle geborenen Kinder ist ein Pluspunkt, aber das sie aus der Rentenversicherung bezahlt wird und nicht durch Steuereinnahmen, ist negativ. Was mir fehlt, sind Aussagen zur Energiewende. Betreuungsgeld bleibt, Bürgerversicherung kommt nicht, das sind zwei schwere „Kröten“ für mich. Aber gute Verhandlungen beinhalten auch immer Kompromisse.

Das Beste aber was meine SPD in diesem „Projekt“ macht, ist die Mitgliederentscheidung.

Das hätte keine andere Partei gemacht, mehr Demokratie wagen! Darum bin ich auch davon überzeugt, dass alle Mitglieder mit ihrer Entscheidung verantwortungsvoll umgehen werden.

Ich wünsche Ihnen eine schöne Adventszeit, ein fröhliches Weihnachtsfest und ein gutes, glückliches Jahr 2014!

Wir sehen uns!
Ihre Jutta Rübke

Tag und Nacht erreichbar!



76 51 20

ABTMEYER
Inh. Jens K.-Büchner

Steuerwalder Straße 7 • 31137 Hildesheim

Jetzt helfen!
www.wwf.de



Politisches Interesse begann mit Diskussionen am Familientisch

Erzählcafé mit Landtagsabgeordneten in der Nordstadt-Botschaft



Moderator Frank Auracher (Mitte) im Gespräch mit den Landtagsabgeordneten Bernd Lynack (links) und Ottmar von Holtz.

Für den letzten Öffnungstag der Nordstadt-Botschaft ist das Erzählcafé der Diakonie Himmelsthür und des Projekts Nordstadt.Mehr.Wert in den Botschaftsraum in der Arneken-Galerie umgezogen. Viele Nordstädter und Nordstädterinnen zogen mit, vertraten wie in den zehn Tagen zuvor ihren Stadtteil im Zentrum Hildesheims. Aber auch zufällige Passanten blieben neugierig in der offenen Tür stehen, hörten ein bisschen zu oder ließen sich an einem der Tische nieder.

Thema des Nordstädter Erzählcafés: Wie wird man eigentlich Landtagsabgeordneter und wie verändert sich das Leben mit so einem Mandat? Davon erzählten die Hildesheimer Landtagsmitglieder Bernd Lynack (SPD) und Ottmar von Holtz (Grüne). Sie hätten sich schon als Teenager für Politik interessiert und sich informiert, um in der Familie mitdiskutieren zu können, berichteten beide. Während für Bernd Lynack die aktive Politik mit der Gewerkschaftsarbeit begann, demonstrierte der in Namibia geborene Ottmar von Holtz mit den Grünen gegen die Apartheidspolitik in Südafrika. Frank Auracher vom Projekt Nordstadt.Mehr.Wert brauchte als Moderator nicht viel zu fragen, die Landtagsabgeordneten erzählten bereitwillig - und luden die Bürgerinnen und Bürger aus der Nordstadt ein, sich mit Fragen und Schwierigkeiten an sie zu wenden. Zwar könnten sie nicht jedes Problem selbst lösen, aber oft in Behörden oder Institutionen Türen öffnen und vermitteln.

Das neue Amt brauche schon ein wenig Eingewöhnungszeit, sagten beide Abgeordnete. Der erste Tag sei geradezu ein „Kulturschock“ gewesen, denn bei Diskussionen im Landtag gehe es lauter und rauer zu, gebe es viel mehr Zwischenrufe als im Rat der Stadt Hildesheim, berichtete Bernd Lynack. Auch der Umgang mit den vielen Terminanfragen erfordere Übung. Um bei jedem Treffen tatsächlich Zeit für die Menschen zu haben, und um Zeit für Privates freizuhalten, müsse man auch mal Nein sagen können.

Frank Auracher zeigte sich mit den elf Tagen Nordstadt-Botschaft zufrieden. Der Stadtteil hinter der Bahn habe sich in seiner Vielfältigkeit in der Innenstadt präsentiert. Zudem hätten die täglich anwesenden Botschafter und Botschafterinnen selbst an Selbstbewusstsein und Solidarität mit ihrem Viertel gewonnen. Das nächste Erzählcafé am Mittwoch, 18. Dezember, von 15.30 bis 17.30 Uhr findet wieder in der Begegnungs- und Beratungsstätte „Treffer“ in der Peiner Straße 6 statt.

Text und Fotos: Kultur & Kommunikation (Wiebke Barth)

Auto-Reparaturen



Löhr
AUTO-SERVICE

Ein frohes Weihnachtsfest und ein gutes Neues Jahr,

wünsche ich allen Geschäftspartnern und Kunden.

Dirk Löhr






Löhr Autoservice - Steuerwalderstr.152 - 31137 Hildesheim - Tel.:05121-57578

UNSER ANLIEGEN - IHR GUTES RECHT !

BÜROGEMEINSCHAFT RECHTSANWÄLTE

Volker Hehenkamp ■

Alexandra Solos-Schepetina ■

Sebastian Piontek

Rechtsanwalt

Rechtsanwältin
allgemein beedigte
Dolmetscherin für
Russisch u. Ukrainisch

Rechtsanwalt
Fachanwalt für Strafrecht

Almsstr. 28 ■ 31134 Hildesheim

Tel.: 0 51 21 / 98 12 433



Zum Nordstädter Erzählcafé waren alle Kaffeetische in der Nordstadtbotschaft besetzt.



THEATERRESIDENZ
SENIORENZENTRUM



Wir sind für Sie da!

- Kurzzeitpflege
- Vollstationäre Pflege
- Tagespflege
- Probewohnen
- Service-Wohnen
- Ambulante Pflege

creativ-design.com

Teichstr. 23 • Hildesheim • Tel. 20 69 00 - 0



Physiotherapie Kiene

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

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

Peiner Str. 8 · 31137 Hildesheim
Tel. 051 21 / 2942760

Parkplätze vorhanden (auch barrierefrei)

Ich wünsche meinen Patienten ein frohes Weihnachtsfest
und ein frohes neues Jahr

Bis 31.12.2013:



Jetzt beraten
lassen

+ 1 Flasche Sekt
gratis dazu.



Für mich bist du erledigt!

Tschüss Versorgungslücke – willkommen
Zukunft.

Termin
vereinbaren



Analyse
machen



Versorgungslücke
vergessen



Nähere Informationen zur Altersvorsorge bei
Ihrem Berater.

Sparkasse
Hildesheim

→ Gut vorsorgen!

www.sparkasse-hildesheim.de

Antwort einer Leserin auf die Frage

Was ist der
Unterschied
zwischen
„Treffer“
und

„Nachbar-
schafts-
laden“?

Der „Treffer“
ist ein
Veranstaltungs-
ort mit
Wohlfühl-
charakter

Der
„Nachbar-
schafts-
laden“

ist ein
gemüt-
liches
Wohnzim-
mer



1. Internet Cafe Trialog, jeden Sonntag,
14.30–17 Uhr, Teichstr. 6 Hildesheim, Tel.
05121-13890

2. Angehörigengruppe bei AWO Trialog
12. 12. 2013, 17–18.30 Uhr, AWO Trialog
Teichstr. 6 Hildesheim, Tel. 051 21-13890

3. Großer Kunsthandwerkmarkt mit
Drechselvorführung, Geschenkideen aus
Papier, Taschen, Puppen, Engel, Feen, Bil-
dern, am 8. Dezember von 14.30-17 Uhr,
AWO Trialog Teichstr. 6 in Hildesheim
Kontakt:

AWO Trialog Sozialpsychiatrie
Teichstr. 6, 31141 Hildesheim
Tel. 051 21-13890,
www.awo-trialog.de

Mehrtagesfahrten 2014 des AWO Kreisver-
bandes Hildesheim

20.–23. 3. Prag, „Frühling an der Moldau“
3ÜF, 2 HP, Stadt-Burgführung 244,-€

4.–6.04. Seehotel Templin
2 HP, Stadtfahrt Berlin

Musikshow Blues Brothers, „I’m a Soul-
mann“ 179,-€

31. 5.–2. 6. Schlagernacht am Bodensee
mit Helene Fischer, Andy Borg, Nockalm
Quintett, Jürgen Drews und andere.

2 ÜF, Eintritt Seebühne Bregenz Kat. 2,
Schiffahrt 277,-€

Auskunft und Anmeldungen beim AWO
Kreisverband

Tel. 051 21 / 1790006

oder pufahl@awo-hi.de

IMPRESSUM Redaktionsschluß der nächsten Ausgabe:

Herausgeber: Axel Fuchs

28. Dezember 2013, 14 Uhr

Redaktions- und Anzeigen-Anschrift:
Elzer Straße 99

Die veröffentlichten Artikel geben nicht in je-
dem Fall die Meinung der Redaktion wieder.

31137 Hildesheim

Tel. (05121) 23947

Fax (05121) 2830879

Vertrieb: Werbeagentur Fuchs

eMail: info@hildesheimer-stadtteilzeitungen.de

Internet: www.hildesheimer-stadtteilzeitungen.de



Weihnachten im Nachbarschaftsladen

Macht hoch die Tür, die Tor macht weit... Wir öffnen unseren Nachbarschaftsladen! Am heiligen Abend, 24.12. ab 12.30 Uhr sind alle herzlich willkommen, die Zeit bis zum Weihnachtsmusical, um 15.30 Uhr zusammen zu verbringen. Natürlich gibt es etwas Warmes zu trinken und bei Keksen und Kuchen darf es fröh-

lich und besinnlich zugehen. Herzlichen Dank an die Ehrenamtlichen der Nachbarschaftshilfe *zeitreich*, die dies ermöglichen und sich sehr auf jede und jeden freuen! Anmeldungen sind nicht nötig, einfach in den Sachsenring 54 kommen, denn niemand soll und muss Weihnachten alleine sein!

Licht von Bethlehem

Offener Advent am 15. Dezember

Friedenslicht aus Bethlehem

3. Advent 14.30 Uhr Kaffee/Tee, Kuchen

16.00 Aussendefeier in der Martin-Luther-Kirche

Im Anschluss Leckeres von der ökumenischen Männerkochgruppe.

Wir freuen uns auf eine gemeinsame besinnliche Zeit mit Ihnen!

Der dritte Advent ist schon seit Jahren der Tag, an dem das Friedenslicht aus Bethlehem bei uns Einzug hält. Beginnen werden wir um 14.30 Uhr mit Kuchen, Kaffee und Tee im Gemeindehaus Nord. Um 16.00 Uhr laden wir zur Aussendefeier in die Martin-Luther Kirche ein. Es ist ein besonderer Moment, wenn die Kirche nach und nach durch das Weitergeben des Lichtes immer heller wird. Viele kommen mittlerweile von weit her, um das Friedenslicht bei uns abzuholen und es dann weiter zu verteilen an andere Kirchengemeinden oder Institutionen. Bitte denken Sie daran eine Laterne oder

ähnliches mitzubringen, damit Sie die Flamme sicher nach Hause tragen können. Im Anschluss an den Gottesdienst, gibt es vor dem Rückweg, noch eine Stärkung in Form von Suppe und Glühwein, bevor dieser 3. Advent um ca. 18.00 Uhr endet. Wir freuen uns auf diesen ökumenischen 15. Dezember mit Ihnen und dem Licht, das eine so wichtige Botschaft hat, nämlich den Frieden in die Welt zu bringen. Wer das Friedenslicht von Bethlehem gern haben möchte, aber nicht so gut zu Fuß ist, meldet sich bitte bei uns im Pfarrbüro Tel.: 52681, wir bringen es dann gerne im Anschluss an die Aussendefeier zu Ihnen.

Konzert der Gospelfriends

Lust auf schwungvolle und besinnliche Gospelklänge bei Kerzenschein im Advent? Dann sind Sie am **Sonntag, den 8. Dezember um 19.00 Uhr in der Martin-Luther Kirche** genau richtig beim Konzert der Gospelfriends Hildesheim! Der Eintritt ist frei. Uns erwartet eine Mischung

aus traditionellem Gospel und eigenen Liedern! Sie kennen die Gospelfriends noch gar nicht?! Schauen Sie doch mal auf deren Homepage vorbei: www.gospelfriendshildesheim.de. Oder am Besten einfach zum Konzert! Und wenn Ihnen der Abend gefällt, freuen wir uns über eine Spende für die Martin-Luther Kirchengemeinde Nordstadt-Drispensstedt



Am 15.11.13 war der 10. Bundesweiten Vorlesetag

Auch im Nachbarschaftsladen haben Frau Claudia Coordes und Frau Birgit Raute für die Kinder vom Kita, Kindertagesstätte St. Johannes gelesen. Wir bedanken uns bei den kleinen Zuhörer und freuen uns heute schon auf den 11. Bundesweiten Vorlesetag am 21.11.2014.

STRESEMANN CARRÉ IN HILDESHEIM Citynah wohnen



Traumhafte Wohnanlage mit Wohlgefühlcharakter für Familien- und Singlehaushalte.

Wohnungen von 40 - 110 m², 1 - 5 ZKB, ab 56.000 €.

Stellplätze, Tiefgarage oder Garage mit erwerbbar.

Finanzierungen z. B. 77 m² ab monatlich 403 € inkl. 1,5 % Tilgung.

Für Schnellentschlossene gibt es einen Stellplatz ohne Berechnung.

Informieren Sie sich jetzt!

Adresse: Käthe-Paulus-Str. 2a, 31157 Sarstedt

Telefon: 05066 60576-34, 0151 26039790

E-Mail: info@lokgmbh.de

www.lokgmbh.de





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



nordstadt hat...

... Weihnachtsbäume

Den meisten Nordstädtern müsste der Weihnachtsbaum in der Fichtestr. 55 bekannt sein.

Für mich ist es der Beginn der Weihnachtszeit. Seit Anfang der 90er Jahre wird der Baum mit Lichterketten geschmückt. Begonnen hat alles mit 53 Lichterketten, das sind 1320 Kerzen.

Die Hildesheimer Allgemeinen Zeitung würdigte 1998 die Zeder mit einem Zeitungsartikel.

Seit ein paar Jahren hat er nun sein Antlitz geändert und leuchtet mit ca. 10.000 LED's, die als Netze an der Zeder angebracht sind.

Für die Kinder beginnt jetzt die wohl schönste Zeit, für die Erwachsenen die wohl anstrengendste Zeit des Jahres.

Doch wenn ich abends von der Arbeit komme und in die Fichtestrasse einbiege, freue ich mich den Baum dort leuchten zu sehen. Meine Gedanken schweifen die Kindheit und ich frage mich, wann aus der schönsten Zeit die anstrengendste Zeit werden konnte.

Also einfach mal durchatmen und den Moment genießen, egal ob bei einem Spaziergang oder bei einem Adventsnachmittag mit der Familie und den Freunden.

Das Redaktionsteam wünscht Ihnen ein schönes und geruhames Weihnachtsfest und einen guten Rutsch ins Neue Jahr.

Und auf noch viele weitere Ausgaben des nordstadt hat... Kalenders.

Euer Redaktionsteam und Eure Cora Kästner

Redaktion

Ihr findet die Termine Eures Vereins oder Eurer Institution nicht im Kalender? Kein Problem! Unter kalender@nordstadt-hildesheim.de oder 0176-55240179 teilen wir Euch gerne mit, was wir benötigen um Eure Termine in den Veranstaltungskalender aufzunehmen. Nicht fit am Computer? Wir helfen gerne!

Redaktionsschluss für die
Januar- Ausgabe: 19.12.2013

Veranstaltungen im Dezember 2013

Montag 02.12.

9:30 - 11:30 Uhr

6

Abenteuer Muttersein

Anmeldung: 05121/4088-23
Anmeldung noch bis zum 16.12
möglich
SKF e.V.

Mittwoch 04.12.

14:30 - 16:30 Uhr

Ak Sprachförderung

Rucksack Hildesheim im Netzwerk
Frühe Hilfen, Landkreis Hildesheim
im Kreishaus Raum E4/496

16:00 - 19:30 Uhr

9

Lebenshilfe-Disko

Eintritt 1,50 €
Im roten Mantel, Kulturfabrik

Freitag 06.12.

20:00

9

Lied is in the air

17. Hildesheim Singer-
Songwriter-Nacht
Kulturfabrik

Sonntag 08.12.

14:30 Uhr

12

Ökumenisches Gemeindecafé
Gemeindehaus Nord

Dienstag 10.12.

15:00 - 17:00 Uhr

3

Tanzcafé für alle, mit Kaffee und
Kuchen

Kostenbeitrag 4 €
Kooperationsprojekt der
"Mit denken- Demenzfreundliche
Region Hildesheim"
Begegnungsstätte Treffer

20:00 Uhr

9

Themenabend Schmerz

Beitrag 8 €
Seminarraum, Kulturfabrik

Mittwoch 11.12.

10:00 Uhr

12

Ökumenisches Gemeindecafé
Gemeindehaus Nord

16:00 - 18:00 Uhr

3

FAIRstrickt

Diakonie Himmelsthür
Anmeldung:
05121/ 604 1297
Begegnungsstätte Treffer

Mittwoch 18.12.

15:30 Uhr

3

Erzählcafé

Thema :„ Aus der DDR in die
Nordstadt geflüchtet“
Diakonie Himmelsthür und
Nordstadt.Mehr.Wert
Begegnungsstätte Treffer

18:30 Uhr

Netzwerk Integration

Präventionsrat Hildesheim
Weltcafé

Donnerstag 19.12.

18:30 - 22:00 Uhr

12

Ökumenische

Männerkochgruppe

Küche Gemeindehaus Nord

Freitag 27.12.

20:00 Uhr

9

Sinti-Jazz-Festival 2013

Eintritt: 14 €/ ermäßigt 11 €
VVK 11 €/ ermäßigt 9 € (zzgl
Gebühren)
Halle, Kulturfabrik

Dienstag 31.12.

23:00 Uhr

9

Silvester Apparat Vol. IV

Eintritt: Frei bis 00:14 Uhr,
danach 5 €
Halle, Buffo, Loretta, HOBO
Kulturfabrik

Donnerstag 02.01.2014

18:30 - 22:00 Uhr

12

Ökumenische

Männerkochgruppe

Küche Gemeindehaus Nord

Montag 06.01. 2014

8:00 Uhr

Schulbeginn

In der GS Johannes sind die
Sternensänger

Donnerstag 09.01.2014

10:00 - 12:00 Uhr

4

Handarbeitsfrühstück

Anmeldung: 05121/2853480
Nachbarschaftsladen

Vom 25.12.2013 – 03.01.2014
sind geschlossen:

Stadtteilbüro:
Nordstadt.Mehr.Wert

Vom 23.12.2013 – 03.01.2014
sind geschlossen:

Deutscher Kinderschutzbund

Koordinierungsstelle Frau &
Familie & Netzwerk Familie &
Wirtschaft

Begegnungsstätte Treffer

Vom 23.12.2013 – 05.01.2014
sind geschlossen:

RBG
GS Nord
Gs Johannes
Kita St. Johannes

Vom 25.12.2013 – 03.01.2014
sind geschlossen:

Nachbarschaftsladen

Regelmäßige Termine

Mo. - Fr. **2**
Stadtteilbüro Nordstadt.Mehr.Wert
 Sprechzeiten täglich nach
 Vereinbarung unter
 05121/9358442
Familienzentrum MaLuKi

Mo. - Fr. **1**
11:00 - 16:00 Uhr
Öffnungszeit Bahnhofsmision

Di. + Fr. **5**
15:00 - 18:00 Uhr
**Kindertreff für Kinder im Alter
 von 5 bis 12 Jahren**
Kinder- und Jugendhaus Nordstadt

Mo., Di., Mi. und Fr. **5**
15:00 - 20:00 Uhr
**Jugendtreff für alle zwischen
 12 und 20 Jahren**
Kinder- und Jugendhaus Nordstadt

Di. 15:00 - 17:00 Uhr **6**
Fr. 10:00 - 12:00 Uhr
Offene Sprechzeiten
Sozialdienst katholischer Frauen

Mi. 12:30 - 14:30 Uhr **4**
Do 10:00 - 12:00 Uhr
**Bürozeit für Helfer/innen und
 Hilfesuchende**
Nachbarschaftsladen

Di, Do. 11:30 - 14:30 Uhr **4**
Mi. 12:30 - 14:30 Uhr
Gesprächsrunde für Jung und Alt
Nachbarschaftsladen

Mo., Di, Mi., Do. **11**
16:30 - 18:00 Uhr

Do. **13**
15:30 - 17:00 Uhr
Fr.
16:00 - 18:00 Uhr
TeenKochClub (ab. 5. Klasse)
ForscherClub (1. 4. Klasse)
MädchenClub (1. - 4. Klasse)
Jungsfreizone
Tanz & TheaterClub (ab. 5. Klasse)
Go20
FußballClub (3. - 5. Klasse)
Sporthalle Anne-Frank-Schule
KidsClub (ab 1. Klasse)
Go20

Montags **2**
8:30 - 9:30 Uhr
VHS Deutsch-Türkisch Kurs
 zur besseren Kommunikations-
 fähigkeit
Familienzentrum Maluki

13:00 - 17:00 Uhr **3**
Interkulturelle Frauengruppe
 Leitung: Nevin Sahin
Begegnungsstätte Treffer

15:00 - 17:00 Uhr **4**
Zeitreich Café
 Kaffee, Gespräche, Spiele,
 Gesellschaft & Bürozeit für
 Helfer/innen und Hilfesuchende
Nachbarschaftsladen

15:30 - 16:00 Uhr **2**
**Ev. Jugendhilfe Bockenem e.V. +
 Pro Kids sozialpädagogische
 Gruppe**
Familienzentrum MaLuKi

18:30 - 19:30 Uhr **2**
Allround Fitness für Frauen
 MTV 1848 e.V., Anmeldung und
 Informationen unter 05121/12674
Familienzentrum MaLuKi

18:30 - 20:00 Uhr **12**
Bläserkreis
Gemeindehaus Nord

19:00 - 21:00 Uhr **12**
Gospelfriends
Gemeindehaus Nord

Dienstags
9:30 - 11:00 Uhr **3**
Stadtteilfrühstück
Begegnungsstätte Treffer
9:45 - 11:45 Uhr **2**
Griffbereit
 Eltern-Kind-Gruppe mit
 1-3-jährigen Kindern,
 Nordstadt.Mehr.Wert
Familienzentrum MaLuKi
10:00 - 11:30 Uhr **4**
**Sprechstunde der
 Integrationslotsin**
Nachbarschaftsladen

15:00 - 17:00 Uhr **2**
Förderung Dyskalkulie
 Lerntherapeutin Frau Jäckel
Familienzentrum MaLuKi

16:00 - 18:00 Uhr **10**
Mädchengruppe
Familienzentrum Blauer Elefant

Mittwochs
8:00 - 9:00 Uhr **2**
Ev. Jugendhilfe Bockenem e.V.
 Frau Heilmann beantwortet Ihre
 Fragen, z.B. zur Schuldner-
 beratung
Familienzentrum MaLuKi

12:30 - 13:30 Uhr **4**
Gesellschaftsspiele
 mit Schüler/innen und
 Senioren/innen aus der Nordstadt
Nachbarschaftsladen

14:30 - 17:00 Uhr **2**
**Förderung Lese-Rechtschreib-
 schwäche**
 Frau Pfizke
Familienzentrum MaLuKi

15:00 - 17:00 Uhr **3**
**Beratung für Menschen mit
 geistiger Behinderung und ihre
 Angehörigen**
Begegnungsstätte Treffer

15:30 - 16:00 Uhr **2**
**Ev. Jugendhilfe Bockenem e.V. +
 Pro Kids**
 sozialpädagogische Gruppe
Familienzentrum MaLuKi

17:00 Uhr **9**
VoKü - Die Volxküche
 Mitkochen ab 17 Uhr,
 Mitessen ab 20 Uhr,
 Spenden erwünscht
Kulturfabrik, HOBO

19:00 - 20:00 Uhr **2**
Square Dance Gruppe
 Frau Krakowski
Familienzentrum MaLuKi

19:30 - 21:00 Uhr **7**
**Tischtennis für jugendliche
 Anfänger von 13- 17 Jahren**
 Thorsten Schmul
 Anmeldung KJN
Sporthalle BBS, Steuerwalder Str.158

Donnerstags
8:15 - 10:15 Uhr **8**
**Rucksack-Projekt in den
 Grundschulen**
Pavillion der Grundschule Nord

9:30 - 11:00 Uhr **3**
Stadtteilfrühstück
Begegnungsstätte Treffer

10:00 - 11:00 Uhr **3**
Sitztanz
Begegnungsstätte Treffer

10:00 - 12:00 Uhr **3**
Psychologische Beratung
Begegnungsstätte Treffer

13:30 - 15:00 Uhr **2**
Reha-Sport für Kinder
 MTV 1848 e.V.
Familienzentrum MaLuKi

15:00 - 18:00 Uhr **4**
Café.MehrWert
 Nordstadt.Mehr.Wert
Nachbarschaftsladen

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.
Turnhalle der Grundschulen

Freitags
8:30 - 9:30 Uhr **2**
Elterntreff im Elterncafé
Familienzentrum MaLuKi

10:00 - 12:00 Uhr **2**
Eltern-Kind-Gruppe
Ev. Jugendhilfe Bockenem e.V.
Familienzentrum MaLuKi

15:00 - 17:00 Uhr **3**
Spiele und Kaffee
Begegnungsstätte Treffer

Jeden 1. Freitag im Monat:
8:30 - 9:30 Uhr **2**
Erziehungslotsin
 Hilfe bei Behördenangelegen-
 heiten
Familienzentrum MaLuKi

Zur Karte bitte umbliättern ►



Trauerzentrum in Hildesheim feiert 1. Geburtstag

Neue Jugendgruppe für aktive Trauerarbeit geplant

Genau ein Jahr ist es her, dass Diplompädagogin Christina Kasten-Gburek (35) und Diplom-Sozialpädagogin Sandra Hesse (40) das Trauerzentrum für trauernde Kinder und Jugendliche in Hildesheim gründeten. In ihrem Arbeitgeber EFES aktivierende Eltern- und Jugendhilfe fand sich gleich ein passender Träger, um das neue Konzept in der Gropiusstraße 14 zu etablieren. Alle zwei Wochen treffen sich die beiden Hauptamtlichen seitdem mit einer Gruppe von 14 Kindern und Jugendlichen im Alter von vier bis 14 Jahren, um die Kinder auf ihrem individuellen Trauerweg zu begleiten. Denn Kinder werden bei Todesfällen von ebenfalls trauernden Angehörigen schnell übersehen. Sie brauchen Menschen, die ein offenes Ohr für sie haben, die sie mit ihren Gefühlen wahrnehmen und sie darin unterstützen, sich auszudrücken. Kinder leiden unter dem Verlust eines nahen Angehörigen, aber sie gehen mit ihrer Trauer anders um. Je jünger ein Kind ist, desto weniger hat es Worte für das, was passiert ist und was es fühlt. Im Trauerzentrum haben sie die Möglichkeit, sich auch ohne Worte mitzuteilen. Hier wird ihre Not gesehen und verstanden. Sechs geschulte Ehrenamtliche unterstützen die Pädagoginnen in der Arbeit mit den Kindern.

Im Trauerzentrum finden auch die Bezugspersonen betroffener Kinder Hilfestellungen. Das können Verwandte aber auch Freunde der Familie, Lehrer/innen oder Erzieher/innen sein. Wenn Kinder mit dem Tod eines Angehörigen konfrontiert werden,



Aktiv gegen die Trauer: v.l. Anne Wegner, Anke Kreth, Daniela Braun, Günter Mertins, Sandra Hesse, Christina Kasten-Gburek, Lars Mälzer.

sind die Erwachsenen oft bemüht, die Kinder aus vielem herauszuhalten, um sie zu verschonen. Oder sie sind sich unsicher, welche Worte sie wählen sollen, um das Unfassbare zu erklären und sagen deshalb lieber nichts. Ein ehrlicher Umgang mit kindgerechten Worten und intensiver Begleitung kann für Kinder Klarheit schaffen. Kinder verkraften oft viel mehr, als die Erwachsenen ihnen zutrauen. Hesse: „Wir sind auch für die Bezugspersonen da, wenn sie pädagogischen Rat suchen.“

Im Nachbarräum können die Angehörigen während

der anderthalb Stunden ihre Sorgen los werden und finden professionelle Beratung. Hier können die Anwesenden sowohl ihre eigene Trauer bearbeiten als auch Unterstützung darin finden, ihre Kinder in dieser schweren Zeit gut wahrzunehmen und zu begleiten.“

Ein weiteres besonderes Merkmal des TrauerZentrums ist, dass die Kinder, bzw. Jugendlichen selbst entscheiden, wie lange sie in die Gruppe kommen möchten und ab wann sie ohne Begleitung ihren Alltag meistern wollen. „Die Kinder wissen selbst am besten, wie lange sie die Unterstützung brauchen“, so Kasten-Gburek. Die ausgebildete Kindertrauerbegleiterin weiß: „Trauerarbeit ist immer ein individueller Prozess.“

Hesse und Kasten-Gburek ziehen Resümee. Im vergangenen Jahr sind 28 Familien durch das Trauerzentrum betreut worden. Davon haben 15 Familien an der Gruppe teilgenommen, die anderen haben Einzelgespräche in Anspruch genommen.

„Für die Zukunft planen wir eine zweite Kindergruppe und eine weitere Gruppe für Jugendliche ab 14 Jahren“, so Hesse. Für die Jugendgruppe ist eine Einheit von 15 Treffen geplant. Inhaltlich wird es verglichen mit der Kindergruppe weniger um das Ausdrücken beim Spielen, Toben und kreativen Gestalten gehen, sondern mehr um thematische Sequenzen und um den direkten Austausch in der Gruppe.

Der nächste Termin für die Kindergruppe ist der 19. November von 17:00 bis 18:30 Uhr.

Informationen unter www.trauer-zentrum.de.



Die Fotos sind von Norbert Jaekel

Eröffnung Nordstadt-Botschaft

Am Sonnabend, 16.11., haben wir die Botschaft in der Arneken Galerie feierlich eröffnet. Wir haben uns sehr gefreut, dass wir so viele Gäste begrüßen durften, die Botschaft hätte wirklich kein bißchen kleiner sein dürfen. Die Feier begann mit den "Gospelfriends Hildesheim", die den Raum mit viel Soul und Hingabe füllten. Grußworte sprachen OB Kurt Machens (siehe Foto), der Centermanager der Arneken Galerie Dirk Fittkau, Herr Bever von der Bürgerstiftung Hildesheim und Ortsbürgermeister der Nordstadt Ekkehard Domning. Der Capt'n rockte (siehe Foto) als "Bootschafter" mit u.a. dem "1-Euro-Matrosen". Christian Zatloukal sang sein "Nordstadtlied", das auch auf dem Zeitreich-Sampler "Lieder für die Nachbarschaft" enthalten ist. Und dann stellten sich natürlich alle anwesenden Botschafter vor.

Botschafterin Elisabeth Junge, Schulleiterin der Johannesschule, hatte hierfür sogar gleich einige SchülerInnen mitgebracht, die ein Bild von ihrer Projektwoche zur Botschafts-Einrichtung beisteuerten (siehe Foto). Zum Abschluß sangen alle Botschafter und Gäste "Nordstadt bewegt", den Song aus dem LipDub-Video "Nordstadt in Bewegung". Anschließend wurde das tolle Büffet eröffnet, das die "Leckerecke", eine Schülerfirma der Anne-Frank-Schule, vorbereitet hatte.

12 Tage später, am 27.11. schloss am Abend nach einem tollen Erzählcafé mit

den beiden Hildesheimer Landtagsabgeordneten die Nordstadt-Botschaft wieder ihre Tore.

25 Botschafterinnen und Botschafter waren im Einsatz und haben das Gelingen dieses einmaligen Botschaftsprojektes ermöglicht - vielen Dank an Alle die als Botschafter oder auf andere Weise das Projekt unterstützt haben.

„Ihr in der Nordstadt, Ihr macht ja richtig was los“, so war ein häufiger Kommentar von Besuchern! Und wer jetzt mal noch genauer nachlesen und nachschauen möchte

DENTAL FRISCH
 "Gepflegter Zahnersatz. Visitenkarte eines Prothesenträgers"

Herstellung von Zahnersatz
 - Kronen
 - Brücken
 - Totale Prothesen
 - Kombiniertes Zahnersatz
 - Implantatversorgung (Suprakonstruktion)
 - CAD/CAM Zirkon Vollkeramik
 - Fräss- und Geschleibetechnik
 - Kostenvoranschläge (Zähne müssen bezahlbar bleiben)

Reinigung von herausnehmbarem Zahnersatz
 Professionelle Beseitigung von
 - 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@yahoo.de



sei herzlich eingeladen auf unseren Blog: nordstadtbotschaft.wordpress.com
 Siggie Stern (Projektleitung,

Kulturfabrik Löseke) und Frank Auracher (Nordstadt. Mehr.Wert, Lebenshilfe Hildesheim e.V.)



HALLOKIDS

Die Goldkinder

Es war ein armer Mann und eine arme Frau, die hatten nichts als eine kleine Hütte und nährten sich vom Fischfang, und es ging bei ihnen von Hand zu Mund.

Es geschah aber, als der Mann eines Tages beim Wasser saß und sein Netz auswarf, dass er einen Fisch herauszog, der ganz golden war. Und als er den Fisch voll Verwunderung betrachtete, hub dieser an zu reden und sprach: »Hör, Fischer, wirst du mich wieder hinab ins Wasser, so mach ich deine kleine Hütte zu einem prächtigen Schloss.« Da antwortete der Fischer: »Was hilft mir ein Schloss, wenn ich nichts zu essen habe?« Sprach der Goldfisch weiter: »Auch dafür soll gesorgt sein; es wird ein Schrank im Schloss sein, wenn du den aufschließe, so stehen Schüsseln darin mit den schönsten Speisen, soviel du dir wünschest.« – »Wenn das ist«, sprach der Mann, »so kann ich dir wohl den Gefallen tun.« – »Ja«, sagte der Fisch, »es ist aber die Bedingung dabei, dass du keinem Menschen auf der Welt, wer es auch immer sein mag, entdeckst, woher dein Glück gekommen ist; sprichst du ein einziges Wort, so ist alles vorbei.«

Nun warf der Mann den wunderbaren Fisch wieder ins Wasser und ging heim. Wo aber sonst seine Hütte gestanden hatte, da stand jetzt ein großes Schloss. Da machte er ein Paar Augen, trat hinein und sah seine Frau, mit schönen Kleidern geputzt, in einer prächtigen Stube sitzen. Sie war ganz vernügt und sprach: »Mann, wie ist das auf einmal gekommen? Das gefällt mir wohl.« – »Ja«, sagte der Mann, »es gefällt mir auch, aber es hungert mich auch gewaltig, gib mir erst was zu essen!« Sprach die Frau: »Ich habe nichts und weiß in dem neuen Haus nichts zu finden.« – »Das hat keine Not«, sagte der Mann, »dort sehe ich einen großen Schrank, den schließ einmal auf!« Wie sie den Schrank aufschloss, stand da Kuchen, Fleisch, Obst, Wein und lachte einen ordentlich an. Da rief die Frau voll Freude: »Herz, was begehrt du nun?« Und sie setzten sich nieder, aßen und tranken zusammen. Wie sie satt waren, fragte die Frau: »Aber, Mann, wo kommt all dieser Reichtum her?« – »Ach«, antwortete er, »frage mich nicht darum,

ich darf dir's nicht sagen, wenn ich's jemand entdecke, so ist unser Glück wieder dahin!« – »Gut«, sprach sie, »wenn ich's nicht wissen soll, so begehre ich's auch nicht zu wissen.« Das war aber ihr Ernst nicht, es ließ ihr keine Ruhe Tag und Nacht, und sie quälte und stachelte den Mann so lang, bis er in der Ungeduld heraus sagte, es käme alles von einem wunderbaren goldenen Fisch, den er gefangen und dafür wieder in Freiheit gelassen hätte. Und wie's heraus war, da verschwand alsbald das schöne Schloss mit dem Schrank, und sie saßen wieder in der alten Fischerhütte.

Der Mann musste von vorne anfangen, seinem Gewerbe nachgehen und fischen. Das Glück wollte es aber, dass er den goldenen Fisch noch einmal herauszog. »Hör«, sprach der Fisch, »wenn du mich wieder ins Wasser wirfst, so will ich dir noch einmal das Schloss mit dem Schrank voll Gesottenem und Gebratenem zurückgeben; nur halt dich fest und verrät beileibe nicht, von wem du's hast, sonst geht's wieder verloren!« – »Ich will mich schon hüten«, antwortete der Fischer und warf den Fisch in sein Wasser hinab. Daheim war nun alles wieder in voriger Herrlichkeit, und die Frau war in einer Freude über das Glück; aber die Neugierde ließ ihr doch keine Ruhe, dass sie nach ein paar Tagen wieder zu fragen anhub, wie es zugegangen wäre und wie er es angefangen habe. Der Mann schwieg eine Zeitlang still dazu; endlich aber machte sie ihn so ärgerlich, dass er herausplatze und das Geheimnis verriet. In dem Augenblick verschwand das Schloss, und sie saßen wieder in der alten Hütte. »Nun hast du's«, sagte der Mann, »jetzt können wir wieder am Hungertuch nagen.« – »Ach«, sprach die Frau, »ich will den Reichtum lieber nicht, wenn ich nicht weiß, von wem er kommt; sonst habe ich doch keine Ruhe.«

Der Mann ging wieder fischen, und über eine Zeit, so war's nicht anders, holte er den Goldfisch zum dritten Mal heraus. »Hör«, sprach der Fisch, »ich sehe wohl, ich soll immer wieder in deine Hände fallen, nimm mich mit nach Haus und zerschneid mich in sechs Stücke, zwei davon gib deiner Frau zu essen, zwei deinem

Pferd, und zwei leg in die Erde, so wirst du Segen davon haben!« Der Mann nahm den Fisch mit nach Haus und tat, wie er ihm gesagt hatte. Es geschah aber, dass aus den zwei Stücken, die in die Erde gelegt waren, zwei goldene Lilien aufwuchsen und dass das Pferd zwei goldene Füllen bekam und des Fischers Frau zwei Kinder gebar, die ganz golden waren.

Die Kinder wuchsen heran, wurden groß und schön, und die Lilien und Pferde wuchsen mit ihnen. Da sprachen sie: »Vater, wir wollen uns auf unsere goldenen Rosse setzen und in die Welt ausziehen.« Er aber antwortete betrübt: »Wie will ich's aushalten, wenn ihr fortzieht und ich weiß nicht, wie's euch geht?« Da sagten sie: »Die zwei goldenen Lilien bleiben hier, daran könnt ihr sehen, wie's uns geht; sind sie frisch, so sind wir gesund, sind sie welk, so sind wir krank, fallen sie um, so sind wir tot.« Sie ritten fort und kamen in ein Wirtshaus, darin waren viele Leute; und als sie die zwei Goldkinder erblickten, fingen sie an zu lachen und zu spotten. Wie der eine das Gespött hörte, so schämte er sich, wollte nicht in die Welt, kehrte um und kam wieder heim zu seinem Vater. Der andere aber ritt fort und gelangte zu einem großen Wald. Und als er hineinreiten wollte, sprachen die Leute: »Es geht nicht, dass Ihr durchreitet, der Wald ist voll Räuber, die werden übel mit Euch umgehen, und gar, wenn sie sehen, dass Ihr golden seid und Euer Pferd auch, so werden sie Euch erschlagen.« Er aber ließ sich nicht schrecken und sprach: »Ich muss und soll hindurch.« Da nahm er Bärenfelle und überzog sich und sein Pferd damit, dass nichts mehr vom Gold zu sehen war, und ritt getrost in den Wald hinein. Als er ein wenig fortgeritten war, so hörte er es in den Gebüschchen rauschen und vernahm Stimmen, die miteinander sprachen. Von der einen Seite rief's: »Da ist einer!« von der andern aber: »Lass ihn laufen, das ist ein Bärenhäuter und arm und kahl wie eine Kirchenmaus, was sollen wir mit ihm anfangen!« So ritt das Goldkind glücklich durch den Wald, und ihm geschah kein Leid.

Eines Tages kam er in ein Dorf, darin sah er ein Mädchen, das war so schön, dass er nicht glaubte, es könnte ein schöneres auf der Welt sein. Und weil er eine so große Liebe zu ihm empfand, so ging er zu ihm und sagte: »Ich habe dich von ganzem Herzen lieb, willst du meine Frau werden?« Er gefiel aber auch dem Mädchen so sehr, dass es einwilligte und

sprach: »Ja, ich will deine Frau werden und dir treu sein mein Leben lang.« Nun hielten sie Hochzeit zusammen; und als sie eben in der größten Freude waren, kam der

Vater der Braut heim; und als er sah, dass seine Tochter Hochzeit machte, verwunderte er sich und sprach: »Wo ist der Bräutigam?« Sie zeigten ihm das Goldkind, das hatte aber noch seine Bärenfelle um. Da sprach der Vater zornig: »Nimmermehr soll ein Bärenhäuter meine Tochter haben!« und wollte ihn ermorden. Da bat ihn die Braut, was sie konnte, und sprach: »Er ist einmal mein Mann, und ich habe ihn von Herzen lieb«, bis er sich endlich besänftigen ließ. Doch aber kam's ihm nicht aus den Gedanken, so dass er am andern Morgen früh aufstand und seiner Tochter Mann sehen wollte, ob er ein gemeiner und verlumpfter Bettler wäre. Wie er aber hinblickte, sah er einen herrlichen, goldenen Mann im Bette, und die abgeworfenen Bärenfelle lagen auf der Erde. Da ging er zurück und dachte: Wie gut ist's, dass ich meinen Zorn bändigte, ich hätte eine große Missetat begangen.

Dem Goldkind aber träumte, es zöge hinaus auf die Jagd nach einem prächtigen Hirsch, und als er am Morgen erwachte, sprach er zu seiner Braut: »Ich will hinaus auf die Jagd.« Ihr war angst, und sie bat ihn dazubleiben und sagte: »Leicht kann dir ein großes Unglück begegnen; aber er antwortete: »Ich soll und muss fort.« Da stand er auf und zog hinaus in den Wald, und gar nicht lange, so hielt auch ein stolzer Hirsch vor ihm, ganz nach seinem Traume. Er legte an und wollte ihn schießen, aber der Hirsch sprang fort. Da jagte er ihm nach, über Graben und durch Gebüsche, und ward nicht müde den ganzen Tag; am Abend aber verschwand der Hirsch vor seinen Augen. Und als das Goldkind sich umsah, so stand es vor einem kleinen Haus, darin saß eine Hexe. Er klopfte an, und ein Mütterchen kam heraus und fragte: »Was wollt Ihr so spät noch mitten in dem großen Wald?« Er sprach: »Habt Ihr keinen Hirsch gesehen?« – »Ja«, antwortete sie, »den Hirsch kenn ich wohl«, und ein Hündlein, das mit ihr aus dem Haus gekommen war, bellte dabei den Mann heftig an. »Willst du schweigen, du böse Kröte«, sprach er, »sonst schieß ich dich tot!« Da rief die Hexe zornig: »Was, mein Hündchen willst du töten?« und verwandelte ihn alsbald, dass er dalag wie ein Stein, und seine Braut erwartete ihn umsonst und dachte: Es ist gewiss eingetroffen, was mir so angst machte und so schwer auf dem Herzen lag.

Daheim aber stand der andere Bruder bei den Goldlilien, als plötzlich die eine davon umfiel.

»Ach Gott«, sprach er, »meinem Bruder ist ein großes Unglück zugestoßen, ich muss fort, ob ich ihn vielleicht errete.« Da sagte der Vater: »Bleib hier, wenn ich auch dich verliere, was soll ich anfangen?« Er aber antwortete: »Ich soll und muss fort.« Da setzte er sich auf sein goldenes Pferd und ritt fort und kam in den großen Wald, wo sein Bruder lag und Stein war. Die alte Hexe kam aus ihrem Haus, rief ihn an und wollte ihn auch berücken; aber er näherte sich nicht, sondern sprach: »Ich schieße dich nieder, wenn du meinen Bruder nicht wieder lebendig machst.« Sie rührte, so ungerne sie's auch tat, den Stein mit dem Finger an, und alsbald erhielt er sein menschliches Leben zurück. Die beiden Goldkinder aber freuten sich, als sie sich wiedersahen, küsstend und herzten sich und ritten zusammen fort aus dem Wald, der eine zu seiner Braut, der andere heim zu seinem Vater. Da sprach der Vater: »Ich wusste wohl, dass du deinen Bruder erlöst hattest, denn die goldene Lilie ist auf einmal wieder aufgestanden und hat fortgebüht.« Nun lebten sie vergnügt, und es ging ihnen wohl bis an ihr Ende.

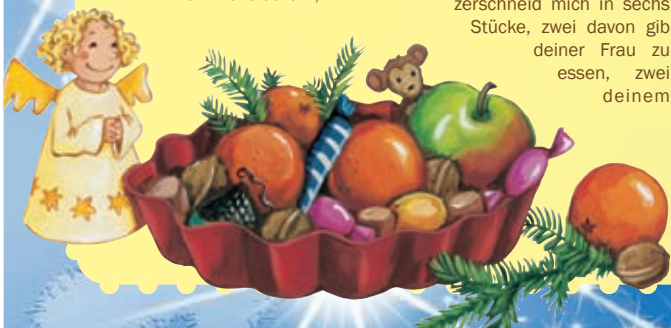
Rote Linsensuppe

ZUTATEN

500 g rote Linsen, 3 Brühwürfel, 1 weiße Zwiebel, 125 g Butter, 1 EL Tomatenmark, Minze, Kreuzkümmel, Paprika, Harissa

ZUBEREITUNG

500 g rote Linsen mit Wasser bedecken und zum Kochen bringen. Dabei den Schaum immer wieder abschöpfen. Drei Brühwürfel dazugeben und auf mittlerer Stufe ca. 1,5 Stunden kochen lassen. Eine weiße Zwiebel schälen und als Ganzes mitkochen lassen. Zu den Linsen immer mal wieder Wasser nachfüllen. Buttersoße: 125 g Butter, 1 EL Tomatenmark und verschiedene Gewürze wie Minze, Kreuzkümmel, Paprika und Harissa zugeben. Diese Zutaten in der Pfanne erhitzen und unter Rühren in die Linsensuppe zufügen.



Tipps für Senioren

Liebe Seniorinnen und Senioren, liebe Nordstädterinnen und Nordstädter,

Weihnachten steht wieder vor der Tür. In den vergangenen Tagen haben Sie vielleicht auch wieder alle Weihnachtsherrlichkeiten vom Boden geholt, um Ihren Adventskranz zu schmücken: Schleifen, Kugeln und Engelchen, die sich auf goldenen Wolken lümmeln. Immer zur Weihnachtszeit werden in uns Bilder der Kindheit wach. Oft haben wir in dieser Zeit das Gefühl, die ganze Welt sei in einen ganz besonderen Glanz gehüllt. Wir schmücken unsere Wohnungen und Häuser damit im Tannengrün. Leben kommt in unsere Starre und



im Licht der Kerze Helligkeit in unsere Finsternis und Wärme in unsere Kälte und mit Musik Fröhlichkeit in unsere Herzen ...

Ein volles Haus ist garantiert, wenn das Kreisjugendorchester zum Jahreskonzert einlädt. Die Dirigenten, Sebastian Dortmund und Yannick Koppe, verstehen es mit scheinbar leichter Hand, die jugendlichen Musiker zu Höchstleistungen an ihren Instrumenten zu motivieren. Was hier präzise und virtuos gespielt wird, bedeutet vorheriges monatelanges Üben und absolute Disziplin. Wenn jedoch das Konzertpublikum begeistert im Takt die Füße mitwippen lässt und der Applaus nicht enden will, dann freuen sich beide Seiten: das Orchester über die Anerkennung und das Publikum über einen genussvollen Konzertabend. Das Konzert am 16. November 2016 in der Aula der Goetheschule Hildesheim war solch ein Hochgenuss. Dazu hatte sich der Förderverein diesmal einen kulinarischen Genuss - passend zum musikalischen Highlight - einfallen lassen. Handgemachte, feinste Schokolade konnte gegen eine Spende erworben werden. Das Interesse war so groß, dass sich die Veranstalter am Ende über einen „Ausverkauf“ freuen konnten. Der Erlös kommt nun wieder der Jugendar-

beit des Kreisjugendorchesters zugute! Sie haben dieses musikalische Highlight verpasst? Dann haben Sie die Möglichkeit, an einer anderen aber sicherlich genauso interessanten Veranstaltung teilzunehmen: Ich möchte Sie heute schon zum **1. Festival der Blasmusik- „Tradition und Moderne“** und zum Jugendfestival des Kreismusikverbandes am 26. und 27. Juli 2013 einladen. Die Musikschule Hildesheim plant in Kooperation mit dem Kreismusikverband Hildesheim und der Marienschule Hildesheim das **1. Festival der Blasmusik! Bläserklasse, Jugendorchester, Musikvereine und Blasorchester** sind herzlich eingeladen, sich musikalisch zu präsentieren und den Gästen wieder viel Freude und Unterhaltung zu bieten. Auskünfte erteilt die Geschäftsstelle des KMVH, Tel. 051 21-770196. Anmeldungen nur bei der Musikschule Hildesheim.

Weihnachten im Heim

Eine wahre Geschichte von Carl O. Schon als kleiner Junge verlor er seine Eltern und kam in ein Waisenhaus. Es war mehr ein Gefängnis. Die Kinder mussten 14 Stunden täglich arbeiten. Im Garten, in der Küche, im Stall, auf dem Feld. Kein Tag brachte eine Abwechslung und im ganzen Jahr gab es nur einen einzigen Ruhetag. Das war der Weihnachtstag. An diesem Tag bekam jeder Junge eine Apfelsine zum Weihnachtsfest. Das war alles, kein Spielzeug, keine Süßigkeiten. Aber auch diese Apfelsine bekam nur derjenige, der sich im Laufe des Jahres nichts hatte zuschulden kommen lassen und immer gehorchte. Die Apfelsine am Weihnachtstag verkörperte die Sehnsucht des ganzen Jahres. So war wieder einmal das Christfest herangekommen. Aber es bedeutete diesmal für sein kleines Herz fast das Ende der Welt.

Während alle anderen Jungen am Heimleiter vorbei schritten und jeder seine Apfelsine in Empfang nahm, musste Carl in einer Zimmerecke stehen und zusehen. Das war seine Strafe dafür, dass er eines Tages im Sommer aus dem Kinderheim weglaufen wollte. Als die Apfelsinen verteilt waren, durften die anderen Jungen im Hof spielen. Carl aber musste in den Schlafrum gehen und dort den ganzen Tag über im Bett liegen



bleiben. Er war tieftraurig, weinte und wollte nicht mehr leben. Nach einer Weile hörte er Schritte und plötzlich zog eine Hand die Bettdecke weg, unter der er sich versteckt hatte. Erschrocken blickte Carl auf. Vor seinem Bett stand ein kleiner Junge. In seiner rechten Hand hielt er eine Apfelsine und streckte sie Carl entgegen. Er wusste nicht, wie ihm geschah. Wo sollte denn eine überzählige Apfelsine hergekommen sein? Er sah abwechselnd auf den Jungen und auf die Apfelsine. Auf einmal sah er, dass die Apfelsine bereits geschält war. Als ihm klar wurde, was geschehen war, kamen ihm Tränen in die Augen. Er wusste, dass er fest zufassen musste, wenn er die Frucht entgegennahm, damit sie nicht auseinander fiel. Was war geschehen? Zehn Jungs hatten sich im Hof zusammengesetzt und beschlossen, dass auch Carl eine Apfelsine haben müsste. So hatte jeder seine Apfelsine geschält und eine Scheibe abgetrennt.

„Heimerziehung“ zur Verfügung. In den Heimen der Bundesrepublik lebten von 1945 bis in die 70er Jahre ca. 800.000 Kinder und Jugendliche. Verantwortlich für die Einweisungen waren die Jugendämter und Landesjugendämter. Viele dieser Heimkinder wurden misshandelt, missbraucht, gedemütigt und zur Arbeit gezwungen. Noch heute leiden viele dieser Menschen unter den traumatischen Erfahrungen, sind in ihrem täglichen Leben beeinträchtigt. Erst seit dem Jahr 2003 begannen sich ehemalige Heimkinder zu organisieren und drängten auf gesellschaftliche Aufarbeitung sowie Anerkennung des an ihnen begangenen Unrechts und auf Rehabilitation. Aus einer Vereinbarung von Bund, westdeutschen Bundesländern und den Kirchen ist der Fonds „Heimerziehung“ hervorgegangen und zum 01.01.2012 eingerichtet worden. Auskünfte können Sie unter der kostenlosen Rufnummer 0800 100 4 900 oder bei der Stadt Hildesheim, Frau Gottschling, Tel. 301-0 oder beim Landkreis Hildesheim, Tel. 309-0, erhalten. Anträge können noch bis zum 31.12.2014 aus dem Fonds „Heimerziehung West“ und bis zum 30.06.2016 aus dem Fonds „Heimerziehung in der DDR“ gestellt werden. Dazu wenden Sie sich bitte an die Anlauf- und Beratungsstellen (Stadt oder Landkreis Hildesheim). In Gesprächen wird der konkrete Hilfebedarf ermittelt und in einer Vereinbarung festgehalten. Diese Vereinbarung wird zur Schlüssigkeitsprüfung und finanziellen Abwicklung an die Fondsverwaltung weitergeleitet.



Die zehn Scheiben haben sie dann sorgfältig zu einer neuen schönen Apfelsine zusammengesetzt. Diese Apfelsine war das schönste Weihnachtsgeschenk für den heute 63-jährigen Carl. Waren Sie vielleicht selbst ein Heimkind oder kennen Sie jemanden in Ihrem Freundes- oder Bekanntenkreis? Dann könnte Sie dieser Hinweis interessieren: Das Land Niedersachsen unterstützt den **Entschädigungsfonds für ehemalige Heimkinder** mit über vier Millionen Euro. Insgesamt stehen ca. 120 Millionen Euro aus dem Fonds „Hei-

Der helle Glanz des Weihnachtssterns erstrahle Euch im Herzen. In Euren Seelen spiegle sich das warme Licht der Kerzen. Lasst uns beim Feiern in der Nacht, beim Singen und beim Schenken an alle, die nicht feiern können, denken. Den Reichtum sendet gerne aus die Armut holt herein. Dann wird die Weihnachtszeit für uns alle wahrhaft fröhlich sein. In freundlicher Verbundenheit seid froh begrüßt zur Weihnachtszeit!
Ihre Annette Mikulski

PHYSIOTHERAPIE
Angela Schubö
 Massage
 Krankengymnastik

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

Termine
 nach Vereinbarung
 Alle Kassen und Privat

Bischofskamp 3 • 31137 Hildesheim
 Telefon & Fax (05121) 55055

biber
 Ambulante Alten- u. Krankenpflege
 Pflege daheim.
 Sympathisch und professionell

05121-51 41 94

Ottostr. 77
 31137 Hildesheim



Fr. 20.12. | Beginn 20.30 Uhr, Einlass 19.30 Uhr | Eintritt 12,- €, erm. 9,- € | VVK 10,50 €, erm. 8,- € (zzgl. VVK-Gebühr, nur bei Ameis Buchecke) | Halle
 Mo. 23.12. | Beginn 20.30 Uhr, Einlass 19.30 Uhr | Eintritt 12,- €, erm. 9,- € | VVK 10,50 €, erm. 8,- € (zzgl. VVK-Gebühr, nur bei Ameis Buchecke) | Halle

Schmidt's Katzen

Mix it, Baby - Christmas Special.



Bei diesem Impro Christmas Special bleibt kein Geschenk in der Verpackung und keine Socke am Kamin! Schmidt's Katzen läuten mit ihrem Format „Mix it!“ wild entschlossen die Festtage ein. Hat eine Geschichte ihren Siedepunkt erreicht, wird die Reset-Taste gedrückt: Prompt werden die Katzen-Gehirne umprogrammiert und schmeißen sich ohne Fallschirm und Zensur in neue Weihnachtsgeschichten um altes Lametta. Wild, spontan und mit Liebe zum Christmas-Trash improvisieren Schmidt's Katzen ein Bühnenchaos der Superlative rund um den ganz normalen Weihnachtswahnsinn. www.schmidtskatzen.de
 Das Improvisations-Theater mit Schmidt's Katzen findet am Freitag, 20. Dezember und Montag, 23. Dezember in der Kulturfabrik Löseke statt. Beginn ist jeweils um 20.30 Uhr, Einlass ist ab 19.30 Uhr. Tickets sind im Vorverkauf nur bei Ameis Buchecke erhältlich für 10,50 Euro, ermäßigt 8 Euro (zzgl. VVK-Gebühr). An der Abendkasse beträgt der Eintritt 12 Euro, ermäßigt 9 Euro.

Pflege kann so schön sein!

NEU Eröffnung: Tagespflege Berezow in Hasede

Gemeinsam Pflegen mit Vertrauen

Wir bieten: Information und Beratung, Tagespflege, häusliche Kranken- und Behandlungspflege, 24-Stunden-Pflege und -Bereitschaft, Verhinderungspflege, Mobiler sozialer Hilfsdienst

Ambulante Krankenpflege und Tagespflege Berezow
 Brückenstraße 3, 31180 Hasede
 Tel. 05121 9312-0, www.berezow-gmbh.de

20131108 - Foto: pixelio.de/Peter A.

Weihnatskugeln gestaltet und bemalt



Zum Weihnachtsfest wünscht sich Celina ein Skateboard, Hamoudi einen Hub-schrauber, Joline einen Puppenwagen. Die Wunschliste der Kinder aus dem Kinder- und Jugendhaus Nordstadt ließe sich beliebig fortsetzen. Lego Star Wars, Playmobil-Polizei, Springball, Schneebarbie Damit die Wünsche wahr werden, bemalten die Kinder Kugeln mit ihren Motiven und

beschnürten damit den Weihnachtsbaum im Realmarkt am Cheruskerring. Und so geht's, wenn man ein Kind am Heiligabend beschenken möchte: Wunschkugel pflücken, den Geschenkwunsch erfüllen und das Präsent mit der Wunschkugel am Serviceschalter abgeben. Der Realmarkt sorgt dann für die Weiterleitung an das jeweilige Kind.



Hildesheims größter Adventskalender?

Andreas Lorenz / Toys Company Hildesheim

Zur diesjährigen Adventszeit hat sich die Toys Company Hildesheim etwas ganz besonderes für seine Kunden einfallen lassen. Im Eingangsbereich der Filiale in der Kruppstraße 12 empfängt den Besucher der wahrscheinlich größte Adventskalender Hildesheims.
 Mit seinen 1,80 x 2,40 Metern ist der ehemalige Spindschrank ein ganz schöner Brocken. Da der Schrank zufälligerweise über genau vierundzwanzig Schließfächer verfügt, dachte man sich bei der Toys Company, warum nicht einfach weihnachtlich dekorieren und zum Kalender umfunktionieren.
 So wird den Kunden also ab Montag, den 2. Dezember, die Chance gegeben, jeden Werktag in die Filiale in der Kruppstraße

12 zu kommen, um dort, gegen Vorlage ihres Bewilligungsbescheides, ein besonders schönes Spielzeug aus dem jeweiligen Tagesfach des Kalenders abzuholen.
 Da die Toys natürlich viel mehr als vierundzwanzig Kunden hat, wird leider nicht jede Familie in den Genuss des Adventskalenders kommen. Trotzdem lohnt sich jeder Besuch in der Kruppstraße, denn gibt es neben den besonderen Spielsachen aus dem Kalender noch viele weitere tolle Überraschungen im Lagerraum.
 Dennoch, und gerade weil die Weihnachtszeit unmittelbar vor der Tür steht, bittet die Toys Company um jede große oder kleine Spende, um auch den letzten Kunden bedienen zu können.
 Derzeit befindet sich eine neue Spielzeugspendenbox im Eingangsbereich der Grundschule Hohnsen, Kesslerstraße 51, und ab dem 28. November auch an der Ganztagsgrundschule Drispensstedt, Friedrich-Hage-Weg 6.

GREENPEACE

Dezember
12.12.2013, Plenum, 19:00,
Wollenweberstr. 6, 19.12.2013,
Plenum, 19:00,
Wollenweberstr. 6



Räer
AUSRÜSTUNGEN

Armeebestände
www.raeer.com

Schwedische Einlegesohle
1,50 €

Telefon 05121 7487660
31137 Hildesheim · Altes Dorf 18-20

okayglas Wir sind spezialisiert auf Ganzglasduschen auch mit Seitenteilen aus Glasbausteinen.

© Glas-Reparatur-Service
© Kunststofffenster/-türen © Wintergarten

okayglas GmbH Tel.: 05121 / 55 0 11
Martin-Luther-Straße 34 Fax: 05121 / 56 6 05
31137 Hildesheim okayglas@htp-tel.de

Wir wünschen unseren Kunden ein frohes Weihnachtsfest und ein glückliches neues Jahr

Frischer Grünkohl mit Pflanzenschutzmitteln belastet

Verbraucherzentrale empfiehlt Kauf von Bio Ware

Grünkohl (und Pinkel) – für viele Norddeutsche gehört dieses traditionelle Gericht jetzt auf den Speisezetteln. Geschätzt ist er wegen seiner herben Süße und wegen der beachtlichen Mengen an Vitamin C, Zink, Eisen oder Folsäure. Nachteilig ist allerdings die hohe Belastung mit Pestiziden. Ihr Einsatz ist zum Teil in Deutschland oder bei Grünkohl verboten. Das galt zum Beispiel auch für „Boscalid“. Nach Ansicht der Umweltorganisation Greenpeace steht es im Verdacht, krebserregend zu sein und in der Umwelt zu verbleiben. Immer wieder wurde es zwischen 2008 und 2012 in untersuchten Proben des Landesamtes für Verbraucherschutz und Lebensmittelsicherheit (LAVES) gefunden. Seit Februar 2013 ist es nun vom Bundesamt für Verbraucherschutz und Lebensmittelsicherheit (BVL) zugelassen.

Grünkohl gehört zu den Gemüsen, bei dem immer wieder hohe Pestizidbelastungen festgestellt werden. Im Jahr 2012 waren nur zwei der 17 Proben ohne Rückstände. Sie stammten alle aus dem konventionellen Anbau aus Deutschland, wobei 10 ihren Ursprung in Niedersachsen hatten. 35 Prozent (6 von 17) der Grünkohlproben überschritten die zugelassenen Höchstgehalte. Hinzu kommen die problematischen Mehrfachbelastungen. Auf einer einzelnen Probe wurden 9 verschiedene Rückstände gefunden. Bei der Beurteilung einer möglichen Gesundheitsgefährdung betrachten Wissenschaftler aktuell nur den einzelnen Wirkstoff. Die Auswirkungen von Mehrfachrückständen sind noch nicht erforscht.

Der Austausch oder die Neuzulassung von Pestiziden ist nach Auskunft des Pflanzenschutzamtes gängige Praxis beim Gemüseanbau. „Das allein kann es nicht sein“, kritisiert Sandra Balzani. „Vorrangig sollte im modernen Gemüseanbau auf andere Maßnahmen zurückgegriffen werden, um den Einsatz von Pestiziden zu reduzieren.“ Im ökologischen Anbau werden zum Beispiel die Abstände zwischen den Pflanzen vergrößert und der Düngereinsatz verringert. So kommt der Pilzbefall bei Grünkohl kaum vor und Boscalid nicht zum Einsatz.

Abwaschen allein genügt nicht – auf Bio Ware zurückgreifen: Aufgrund seiner welligen und zerfurchten Struktur bleiben nicht nur Sand und Erde hängen. Mehrmaliges Waschen unter fließendem Wasser hilft beim Entfernen der schädlichen Stoffe deshalb nur bedingt. Wer sicher gehen möchte, dass sein Grünkohl nicht mit Pestiziden – erlaubt oder unerlaubt – belastet ist, sollte auf Bio Ware zurückgreifen, empfiehlt die Verbraucherzentrale Niedersachsen.

NEU • NEU • NEU • NEU SimsonLeo-Dartsclub



Ottoplatz 77
Neue Mannschaften
willkommen

Bewerbungen an:

Heinrichstraße 26H – 31137 Hildesheim
Telefon 0 5121 / 6 98 02 24 + 0152 / 33 65 78 80
www.simsonleo.de • simsonleo@yahoo.de

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

Hildesheimer Schulen verkaufen auf dem Weihnachtsmarkt zugunsten der Kinderkrebshilfe (Regenbogen)

Wir sind dabei

Mi. 27.11. Landesbildungszentrum für Hörgeschädigte	So. 08.12. Jugendwerkstatt Labora gGmbH
Do. 28.11. Walter-Gropius-Schule Berufsbildende Schule	Mo. 09.12. Albertus-Magnus-Schule Realschule
Fr. 29.11. Schule im Bockfeld / Johannes-, Elisabeth- und Nikolausschule Förderschule Grundschulen	Di. 10.12. Hermann-Nohl-Schule Berufsbildende Schule
Sa. 30.11. Luise-Schepppler-Schule / Grundschule Sorsum	Mi. 11.12. Renatschule Realschule
Mo. 02.12. Didrik-Pining-Schule Grundschule	Do. 12.12. Grundschule Neuhoof
Di. 03.12. Waldorfschule	Fr. 13.12. Scharnhorstgymnasium
Mi. 04.12. St. Augustinus-Schule Oberschule	Sa. 14.12. Goethegymnasium
Do. 05.12. Grundschule Ochtersum	Mo. 16.12. Oskar-Schindler-Gesamtschule
Fr. 06.12. Gymnasium Josephinum	Di. 17.12. Robert-Bosch-Gesamtschule
Sa. 07.12. St. Franziskus-Schule Röderhof Förderschule	Mi. 18.12. GTS Drispstedt
	Do. 19.12. Gymnasium Marienschule

Mit freundlicher Unterstützung **GERSTENBERG** Druck & Direktwerbung

Verschiebung der Abfuhrtage Weihnachten/Neujahr

statt Montag	23.12.2013	auf Samstag	21.12.2013
statt Dienstag	24.12.2013	auf Montag	23.12.2013
statt Mittwoch	25.12.2013	auf Dienstag	24.12.2013
statt Donnerstag	26.12.2013	auf Freitag	27.12.2013
statt Freitag	27.12.2013	auf Samstag	28.12.2013
statt Mittwoch	01.01.2014	auf Donnerstag	02.01.2014
statt Donnerstag	02.01.2014	auf Freitag	03.01.2014
statt Freitag	03.01.2014	auf Samstag	04.01.2014



**Wir wünschen Ihnen ein
gesegnetes Weihnachtsfest
sowie Glück und Gesundheit
für das neue Jahr!**



**ZWECKVERBAND
ABFALLWIRTSCHAFT
HILDESHEIM**

Telefon: 0 50 64 / 9 05-0
Fax: 0 50 64 / 9 05-99
E-Mail: info@zah-hildesheim.de
Internet: www.zah-hildesheim.de



ZAH • Bahnhofsallee 36 • 31162 Bad Salzdetfurth



Pflanzaktion der Johannesschule im Friedrich-Nämsch Park

Kleinanzeigen

www.hildesheimer-stadtteilzeitungen.de

eMail: info@hildesheimer-stadtteilzeitungen.de

Kaufe Pelze T. 0163 - 98 73 700



Dingworthstraße 2 - Telefon 05121/3033470

**Frohe Weihnachten und
einen guten Rutsch**

**24. 12. 2013, 25. 12. 2013, 1. 1. 2014
geschlossen**

Laufend frisch gebackene Brötchen
verschiedene Sorten

**Sonn- und Feiertags von
8.00 bis 12 Uhr**

**Mit Tante-Emma-Laden
und Sonntagszeitung**

NEU Öffnungszeiten: **NEU**

Mo, Di, Do, Fr 8-18 Uhr
Mi, Sa 8-13 Uhr, So 8-12 Uhr
Wir liefern auch!

Mit großer Begeisterung

pflanzten alle Klassen der Johannesschule
gemeinsam 1000 Krokuszwiebeln im
Friedrich-Nämsch Park.

Die Krokuszwiebeln wurden vom Gartenhof
Barienrode gespendet. Initiiert hatte
die Aktion Karin Hauk, Gründerin der
Initiative „Friedrich-Nämsch Park“ und
Mitglied des Ortsrates der Nordstadt, die
die Kinder tatkräftig anleitete und unter-
stützte.

Eine tolle Aktion, und die Kinder sind natür-
lich schon gespannt, wenn im kommen-
den Frühjahr die Krokusse blühen. Schul-
leiterin Elisabeth Junge hat den Kindern
dann ein Picknik versprochen.



BIG SAM

Bernwardstr. 24 | www.losangeles-mode.de
31134 Hildesheim

Gutschein

ab 50,-€

Besuchen Sie
unseren Shop
und sparen Sie
mit dieser Karte 5€
bei Ihrem ersten Einkauf!

5€



REPARATUREN UND INSTANDSETZUNG AN
TRANSPORTER, LKW/NKW BIS 4 TONNEN,
ANHÄNGER, PKW ALLER FABRIKATE
Öffnungszeiten: Mo-Fr 8:00-17:30

Gennadij **Kfz-Werkstatt**
Himmelreich

Marggrafstr. 21
31137 Hildesheim
Tel.: 05121 - 20 84 230
Fax: 05121 - 20 86 201
Mobil: 0152 - 33 81 74 52

gena-de@web.de