

Initiative FriedLich-Nämsch-Park

## Bolzplatz im Friedrich-Nämsch-Park wird saniert

Dank zahlreicher Spenden und der guten Zusammenarbeit mit der Stadt Hildesheim und einer Fachfirma können wir den Traum von einem „pfützenfreien Bolzplatz“ im Friedrich-Nämsch-Park für die Jugend der Nordstadt wahr werden lassen.

Am 22. April 2014 begannen die Bauarbeiten und mit vielen kleinen und großen

Fleiß einiger Nordstädter selbst überzeugen und lobte das große Engagement. Die Bauarbeiten werden am 09. Mai 2014 mit einem erneuten Aktionstag gemeinsam mit Jugendlichen und dem Einsetzen der neuen Tore abgeschlossen sein.



Bodypiercing & Piercingschmuck  
Creative & individuelle Mode  
und gaaanz viel Schmuck

Bernwardstraße 7 • 31134 Hildesheim  
Phone 05121 / 9 99 69 49  
www.piercing-studio.info



Dirk Schröder (3. v. l.) freute sich über das Bürgerengagement für die Sanierung des Bolzplatzes im Friedrich-Nämsch-Park. Auch Manfred Böse (l., Kinder- und Jugendhaus Nordstadt), Karin Hauk (2. v. l.) und Frank Auracher (Mitte, Nordstadt.Mehr.Wert) packten kräftig mit an.

Helfern wurde den ganzen Tag lang hart gearbeitet. Die Drainage wurde ausgebagert und neu angeschlossen und mit Sand neu verfüllt.

Die alte Grasnarbe wurde teilweise entfernt und in einen Container verbracht; anschließend wurde der Platz für weitere Arbeiten an den folgenden Tagen begradigt. Eine darauf spezialisierte Fachfirma verlegt dann den frisch geschälten Rollrasen.

Herr Schröder, Sozialdezernent der Stadt Hildesheim, konnte sich vom



So einen Bolzplatz soll es in Zukunft nicht mehr geben!!!

Der Mai ist angekommen - auf alle Frühlingsgefühl-Artikel keine Mehrwertsteuer

außer auf verschreibungspflichtige Medikamente und Angebote  
Mit diesem Bon gültig bis 7. 6. 2014



ROSEN-APOTHEKE

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

## City Online

+++ DAUER AKTION +++



- ✓ Flat in alle Handy Netze
- ✓ Flat ins dt. Festnetz
- ✓ Flat ins Internet

**16,95 €**

Monatlich

Mehr Tarifdetails und Infos im City Online Shop

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

**Cl. Rack GmbH**

Sanitär – Heizung

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

Heinrichstraße 13 · 31137 Hildesheim · Telefon 05121/52576

**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. 05121/999 26-62**

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



## Selbstbehauptungskurs für Mädchen aus der Nordstadt

Das Familienzentrum Maluki bietet in Kooperation mit dem Präventionsrat der Stadt Hildesheim ab Dienstag, 20. Mai, einen Selbstverteidigungskurs für Mädchen an. Der Kurs, der insgesamt 19mal immer dienstags von 16.30 bis 17.30 Uhr im Maluki in der Martin-Luther-Straße 26 stattfindet, bietet 14 Plätze für Mädchen im Alter von 13 bis

15 Jahren, die in der Nordstadt wohnen und verschiedene Verteidigungstechniken erlernen möchten. Die Teilnahme ist kostenlos. Mitzubringen sind bequeme Kleidung ohne Reißverschlüsse, warme Socken, ein bunter Stift und ein kleiner Block. Lange Haare sollten zum Pferdeschwanz zusammengebunden werden.

**Jetzt helfen!**  
[www.wwf.de](http://www.wwf.de)



**Lieber Nordstädter!  
Liebe Nordstädterin!**

**AKTION NORD Nordstadt SPD**

Der erste Weltkrieg begann vor 100 Jahren! Der zweite Weltkrieg wurde am 8. Mai vor 69 Jahren beendet! Sie sind auch in diesem Jahr, am 8. Mai um 10.00 Uhr, wieder herzlich eingeladen zu einer Gedenkveranstaltung in der Martin-Luther-Kirche. Oberstufenschüler und -Schülerinnen des Goethegymnasium haben diese Veranstaltung vorbereitet und werden sie auch durchführen. Herr Pastor Grön wird uns als „Hausherr“ begrüßen. Kommen Sie vorbei und gedenken Sie mit uns! Dann habe ich noch eine große Bitte: Bei all Ihren Aktivitäten am Sonntag dem 25. Mai, nehmen Sie sich zwischen durch eine halbe Stunde Zeit und gehen in Ihr Wahllokal, um sich an der EUROPAWAHL zu beteiligen. Ich will Ihnen jetzt weitere Äußerungen zur Wichtigkeit dieser Wahl ersparen, die kennen Sie, deshalb nur eines, an diesem Sonntag gilt auch der alte Spruch „Wahlrecht ist Wahlpflicht“!  
Ich freue mich auf ein Wiedersehen in der Nordstadt!  
*Ihre Jutta Rübke*



**Fenster zur Strasse**

Die Kooperationspartner der Nachbarschaftshilfe *zeitreich* laden herzlich ein zu dem Thema:

**Ist da auch etwas für uns dabei?  
Staatliche Unterstützung von Familien!**

Kinderzuschlag, Betreuungsgeld, Schulbedarf und Nachhilfeunterricht, Olympiacamp, Kulturkarte und Glückskarte – es gibt viele staatliche Unterstützungen, die kompliziert wirken und nur wenig bekannt sind. Dr. Eva Möllring (Ratsmitglied und Juristin) erklärt, wie man diese finanziellen Leistungen und Vergünstigungen in Anspruch nehmen kann, welche Voraussetzungen man erfüllen muss und wo man sie beantragt. In kleiner Runde kann man jede Frage stellen...

**Am Mittwoch, 21. Mai um 20.00 Uhr  
im Nachbarschaftsladen, Sachsenring 54.**

Weitere Infos: Nachbarschaftshilfe *zeitreich*, Tel: 05121- 2853480  
oder Nordstadt.Mehr.Wert Tel: 05121- 2816311

## Autogenes Training nach Prof. Schultz

Die Volkshochschule Hildesheim bietet in der Goethestraße ab Donnerstag 8. Mai 2014 von 17.45– 19.15 Uhr Autogenes Training (B31410M) an. Ruhig Blut und kühler Kopf? Wer wünscht sich das nicht – gerade bei Stress und Hektik? Das Autogene Training nach Prof. J. H. Schultz bietet als wissenschaftlich anerkannte Entspannungsmethode eine Möglichkeit, alltäglichen Belastungen selbst etwas entgegenzusetzen. Sie lernen einfache Entspannungsformeln, die bei regelmäßigem Üben an jedem Ort anzuwenden sind. Ziele sind: Entspannung, Abbau von Nervosität und Angst, Leistungssteigerung und Zunahme der Konzentration. Anmeldung bei der VHS Hildesheim, Telefon 05121-936155, 05066-64356 oder E-Mail [anmeldung@vhs-hildesheim.de](mailto:anmeldung@vhs-hildesheim.de)



1. Internet Cafe Trialog, jeden Sonntag, 14.30-17 Uhr, Teichstr. 6 Hildesheim, Tel. 05121-13890
2. Kreativangebot: Armbänder flechten mit Angela Papenfuß, Teichstr. 6, Hildesheim, Teilnahmegebühr 4€, plus Materialkosten., Die Veranstaltung findet am 13.5.14 von 18–20 Uhr statt  
Anmeldung bei AWO Trialog, Tel. 05121-13890
3. Angehörigengruppe psychisch beeinträchtigter Menschen am 8.5.2014 mit dem Gesprächsthema: „Auch ein Schritt zurück ist oft ein Schritt zum Ziel“, 17-18.30 Uhr, AWO Trialog, Teichstr. 6, Hildesheim, Tel. 05121-13890  
Kontakt: AWO Trialog Sozialpsychiatrie Teichstr. 6, 31141 Hildesheim  
Tel. 05121-13890, [www.awo-trialog.de](http://www.awo-trialog.de)



## Wir leben in der Nordstadt

Eine Serie von Eva Möllring



Irma Mamone

# „Mich treibt immer die Neugierde“

**Antifaschismus – Heißmangel – Seniorenkreis**

„Ich habe immer meine Meinung gesagt. Ich muss nichts zurücknehmen, denn ich hab alles mit gutem Gewissen gemacht, auch wenn es nicht allen gepasst hat.“ Das sagt Irma Mamone mit 86 Jahren.

Sie stammt aus Ostpreußen und das hört man bis heute. Den Namen hat sie von ihrem zweiten Mann, einem Italiener, den sie 1960 als Platzanweiserin im Capitol kennen gelernt hat. „Der Mann interessierte mich eigentlich erst in zweiter Linie. Aber Italien hatte mich schon auf der Landkarte fasziniert. Natürlich war ich noch nicht dort gewesen, aber Venedig ...“ Es war eine glückliche Wahl. „Er hat mich gelassen. Er hat selber viel für die Italiener in Hildesheim organisiert und ich habe von ihm gelernt. Das habe ich erst viel später begriffen.“

Bevor sie im Capitol anfang, hatte sie bei Ringella geputzt. Eine D-Mark bekam sie dafür in der Stunde, anderswo wurde 1,10 DM gezahlt. „Wir waren uns einig, dass wir auch 1,10 haben wollten. Ich hab das dann gesagt. Und am nächsten Tag war ich entlassen. Später habe ich gehört, dass der Lohn erhöht wurde.“

Irma Mamone floh in den letzten Kriegswochen aus dem Gehöft der Familie in Ostpreußen, als die russischen Soldaten vorne durch die Tür einbrachen. Mit Mutter, Schwester und kleinem Bruder wollte sich die Familie über das Haff schlagen. Der Vater war schon vermisst. Auf dem tauenden Eis wurde sie von der Mutter getrennt sah sie nie wieder. Sie schlug sich durch nach Berlin, wo sie die Brandnächte erlebte und rechtzeitig nach Schleswig-Holstein entkam. Über das Flüchtlingslager in Mölln mag sie auch heute noch nicht reden. Schnell suchte und fand sie Arbeit bei einem Bauern, denn Landwirtschaft hatte sie von Haus aus gelernt.

Über eine Freundin gelangte sie schließlich mit ihrem ostpreußischen Verlobten nach Steuerwald. Dort gründete sie ihre erste Familie – 8 Jahre mit Mann und Kind in einem Zimmer, nebenan die Schwiegereltern, Toilette über den Hof. Das Wasser wurde hoch geholt. Ein Herd ersetzte die Heizung.

# Auto-Reparaturen

## Reparaturen aller Art

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

Schon in den 50er Jahren informierte sich Irma Marmone über die neuen Parteien und ihre Politik. Aber nur bei den Kommunisten fand sie Verständnis und Engagement für die Flüchtlinge. Damit war klar, wo sie sich in Zukunft engagieren würde. Antifaschistin ist sie bis heute, aus der DKP ist sie 1989 entschieden ausgetreten. Irma Mamone hat an zahlreichen Demos und Kundgebungen teil genommen. Den Regenmantel – gegen die Wasserwerfer – hat sie heute noch. „Nie wieder Krieg!“ war ihre Losung.

Die intellektuelle Auseinandersetzung akademischer Kreise hat sie allerdings eher abgeschreckt: „Ich kam mir vor wie eine dumme Nuss, aber ich habe den Krieg in grausamster Weise erlebt.“ Sie war immer dabei: Friedensdemos, Kampf gegen Ausländerfeindlichkeit, Hamburger Hausbesetzerzene, Atomkraft, nein danke, schließlich SED-Parteitag in Berlin.

Mit ihrem 5jährigen Sohn demonstrierte sie in der Arnekenstraße zwischen den Trümmern. Sie wurde angefeindet, sogar ihre Scheiben wurden eingeworfen. Aber ihre Augen blitzen, wenn sie sich an eine erfolgreiche Parteitagsrede erinnert und daran, wie sie vor zwei Jahren den Rollator zur Demo mitgenommen hat – und prompt in der Zeitung abgebildet war.

Die Heißmangel kaufte sie sich 1962. Sie hatte von dem Lastenausgleich gehört, den sie für ihren ostpreußischen Hof beanspruchen konnte. Dann gab sie eine Annonce auf, um einen freien Raum zu finden – und den gab es in der Hasestraße. Nein, sie wollte nie Wäsche mangeln. Aber was sollte sie tun ohne Ausbildung? 50 Jahre

betrieb sie die Heißmangel Mamone und jetzt verdient sich die Schwiegertochter noch etwas dazu. Gemangelt wird heute praktisch nur noch Tischwäsche.

In den 70er Jahren setzte sich sie lautstark für das Jugendzentrum in der Nordstadt ein. „Die Kinder spielten nicht mehr zu Hause und brauchten einen gemeinsamen Ort,“ fand sie – und legte sich mit dem amtierenden Stadtdirektor an. Sie fühlte sich machtlos. Ihr Mann sprach ihr Mut zu: „Die haben nur studiert. Du hast gelebt.“ Nach 10 Jahren gab's dann wirklich ein Kinder- und Jugendhaus in der Nordstadt.

Im Urlaub ging es nach Italien. Aber Italienisch lernte sie erst später. Abends in der Volkshochschule. Um sich von der schweren Krankheit ihres Sohnes abzulenken. „Das waren alles Ärzte, Lehrer und Anwälte. Und ich konnte ja gar keine Grammatik!“ Sie schrieb die schönsten Sätze nach dem Klang auf und es funktionierte. Sie schwört mehr auf Bauch, Klang und Körperhaltung als auf theoretisches Wissen.

Inzwischen engagierte sich Irma Mamone für ihre Kinder und Enkelkinder. Ein halbes Jahr wollte sie Gruppenoma an der RGB werden. Es wurden 10 Jahre draus. Und dann nahm sie Pastor Ritter an die Hand. Und zur Überraschung aller Beteiligten besuchte sie die Kirche. Erst hieß es: „Mein Gott, was will die hier?“ Heute leitet sie seit fast 20 Jahren den Seniorenkreis. Nicht offiziell. Aber „wenn ich sage, dass ich mitmache, machen die anderen auch mit.“

## Reisen mit der AWO

Samstag, den 10. 5. 2014

**Spargelessen in Rothenuffeln bei Minden mit Besichtigung Schloß Bückeburg**

Spargelessen, Eintritt und Führung Reisepreis 46,50?

Evtl. am Abend noch Besuch in einen Spanischen Restaurant mit spanischer Live-Musik und Flamencotanz.

Es sind noch Plätze frei. Die Teilnahme an

unseren Reisen ist nicht auf AWO-Mitglieder beschränkt. Gäste sind herzlich willkommen

Anmeldungen bei Ulli Pufahl  
AWO Kreisverband Hildesheim-Alfeld (Leine) e.V.

Osterstr. 39 A, 31134 Hildesheim  
Tel. 05121/1790006,

oder per Mail an [pufahl@awo-hi.de](mailto:pufahl@awo-hi.de)

# biber

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



☎05121-51 41 94

Ottostr. 77  
31137 Hildesheim



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. 05121/2942760  
Parkplätze vorhanden (auch barrierefrei)

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



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



Das Finanzkonzept präsentiert: Astrid Lixenfeld, Beraterin in der Geschäftsstelle  
Baddeckenstedt

Ihr Leben. Ihre Finanzen.  
Ihre Sicherheit:  
unser Finanzkonzept.

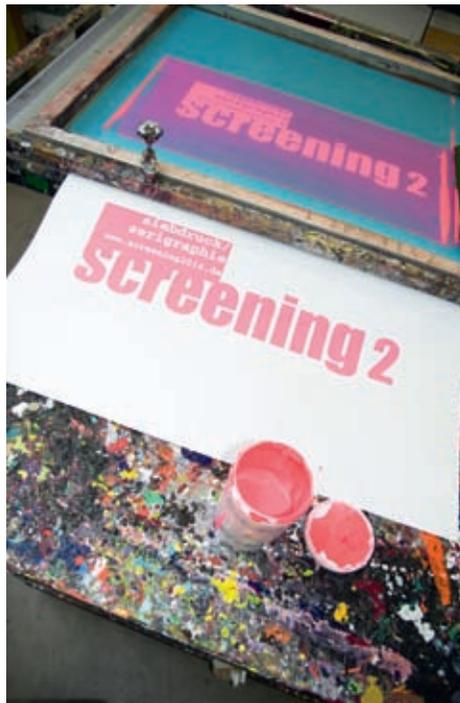
Beratung mit Plan statt 08/15.



Sparkasse  
Hildesheim

www.sparkasse-hildesheim.de

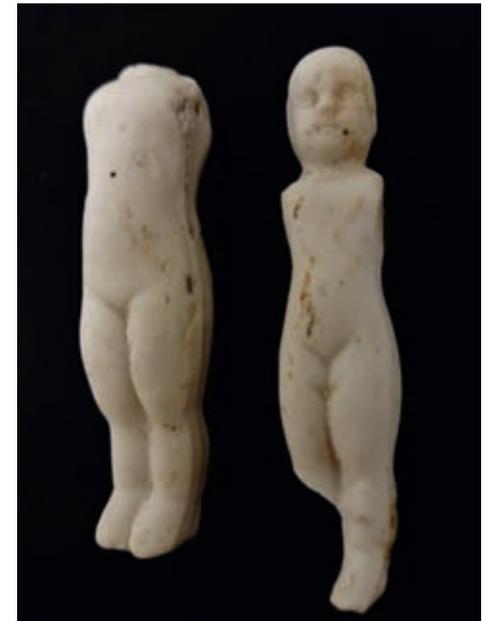
## Ausstellungen der Galerie im Stammelbach-Speicher



screening 2014

1. Juni – 29. Juni 2014

• Der Siebdruck zeigt sich zu Beginn unseres Jahrhunderts als lebens- und erneuerungsfähiges Medium einer spezifischen druckgrafischen Intelligenz. Im Umfeld der digitalen Revolution – auch als Antwort darauf – wenden Künstlerinnen und Künstler sich in jüngster Zeit wieder vermehrt dem Siebdruck zu. Nach einem ersten Einblick in die Siebdrucklandschaft bei screening 2013 im Künstlerhaus Sootbörn in Hamburg (Oktober 2013) sollen jetzt bei screening 2014 weitere neue Arbeiten, die mit dieser im Aufschwung begriffenen Technik entstanden sind, ein zweites Mal präsentiert werden. Der Stammelbach-Speicher in Hildesheim – mit seiner im Vergleich zum ersten Spielort deutlich größeren Ausstellungsfläche – lädt im Juni dazu ein, den zeitgenössischen Siebdruck in seiner ganzen Bandbreite kennenzulernen.



Jan Berg, Zwei Statuetten 2013

Jan Berg

Mythos Figur

1. Juni – 29. Juni 2014

• Jan Berg: »Mythos ist eine Figur und viel mehr als eine Figur.«

Neue Arbeiten von Jan Berg – Figuren, Skulpturen, Plastiken .

Jan Berg; geboren 1944 in Danzig/Polen; --Medien- und Literaturwissenschaftler; Ausstellungen von Grafiken und Skulpturen seit 1993/St. Petersburg, Russland; lebt und arbeitet von 1988 bis 2014 in Hannover, Hildesheim, Weimar, Hannover und wieder in Hildesheim; seit 2014 Atelier in Hamburg.

Öffnungszeiten jeweils:

Samstag 11 bis 18 Uhr

Sonntag 11 bis 18 Uhr

Galerie im Stammelbach-Speicher

Wachsmuthstraße 20 / 21

31134 Hildesheim

[www.galerieimstammelbachspeicher.de](http://www.galerieimstammelbachspeicher.de)

## Anmeldung an Grundschulen für das Schuljahr 2015/16

Für das Schuljahr 2015/16 nehmen die Hildesheimer Grundschulen am 12. und 13. Mai Anmeldungen entgegen, die Didrik-Pining-Schule und die Ganztagsgrundschule Nord zusätzlich auch am 14. Mai. An der Grundschule Neuhof sind Anmeldungen nur am 12. Mai möglich.

Schulpflichtig sind im Schuljahr 2015/16 alle Kinder, die im Zeitraum vom 2. Oktober 2008 bis 1. Oktober 2009 geboren sind. Die Eltern dieser Kinder sind angeschrieben worden. In dem Schreiben sind die Kontaktdaten der Schule, die einzelnen Anmeldezeiten und die jeweiligen Termine für die Info-Abende genannt. Eine Liste aller Info-Abende ist auf der Homepage der Stadt unter [www.hildesheim.de/schulen](http://www.hildesheim.de/schulen) eingestellt. Für Kinder, die bereits als „Kann-Kinder“ für das kommende Schuljahr 2014/15 angemeldet sind, gelten die dort aufgeführten Anmeldetermine nicht.

Kinder, die nicht über ausreichende Deutschkenntnisse verfügen, erhalten bis zur Einschulung Sprachfördermaßnahmen, um diese Defizite auszugleichen.

Tag und Nacht  
erreichbar!



Bestattungen

765120

ABTMEYER

Inh. Jens K.-Büchner

Steuerwalder Straße 7 · 31137 Hildesheim



# Fleißige Eiersucher bei der Toys Company

Die Osterzeit ist vorbei, doch das muss kein Grund zur Traurigkeit sein. Die Toys Company Hildesheim hat nämlich im Rahmen ihrer diesjährigen Osteraktion wieder eine Vielzahl an Kindern beschenkt und bedankt sich herzlich bei der Hildesheimer Bevölkerung und allen Unterstützern, die durch ihre Spielzeugspenden solche gemeinnützige Aktionen erst möglich machen.

Alle Kinder waren herzlich dazu eingeladen, versteckte Ostereier zu suchen und diese gegen Spielzeug einzutauschen. Der Zuspruch war groß, kamen alleine am 08.

April einundzwanzig Kinder, darunter die „Marienkäfer-Gruppe“ des Martin-Luther-Kindergartens, um sich die Räumlichkeiten der Toys Company, inklusive Werkstatt und Spielzeuglager, anzusehen. Danach wurden Eier gesucht, die Preise entgegen genommen und Erinnerungsbilder mit der Osterhasen-Fotowand geschossen.

Insgesamt wurden somit über einhundert Kunden und Kinder beschenkt, was doch ein Grund zur Freude sein darf und die Neugierde darauf wachsen lässt, mit welcher Aktion die Toys Company wohl als nächstes aufwartet.

## Prosanova 2014

Vom 29. Mai bis 1. Juni 2014 lädt PROSANOVA, das größte Festival für junge Gegenwartsliteratur im deutschsprachigen Raum, zu Text, Tanz und Gespräch nach Hildesheim. Mit Literaturperformances, traditionellen und szenischen Lesungen, Diskussionen sowie Konzerten und Partys feiert die jüngste Autorengeneration ihr persönliches Bekenntnis zur Literatur. An vier Festivaltagen und in mehr als 30 Veranstaltungen stellt PROSANOVA arrivierte neben noch unveröffentlichte Autorinnen und Autoren.



Nach dem großen Erfolg des Festivals in den letzten Jahren tritt PROSANOVA an, in Zusammenarbeit mit den Autorinnen und Autoren literarische Lebensentwürfe in individuelle Lesungsformate zu übersetzen. So inszenieren Kathrin Röggla, Wolfram Lotz und Dorothee Elmiger das problematische Verhältnis von Recherchematerial und literarischem Text, in einer Sneak Preview präsentiert Leif Randt Ausschnitte aus seinem neuen Roman, während Monika Rinck, Ann Cotten und Sabine Scho die neueste Version der „Rottenkinckschaw“ zeigen und Clemens Meyer in einer Late-Night-Show „Stallgespräche“ führt. Weitere Informationen zu den Künstlerinnen und Künstlern sowie alle Programmpunkte finden Sie auf [www.prosanova.net](http://www.prosanova.net).

Für PROSANOVA wird eine leerstehende Schule literarisch erkundbar gemacht: Mit einem Team von 50 Studierenden funktionieren die Herausgeberinnen und Herausgeber der Literaturzeitschrift BELLA triste im Rahmen des Projektsemesters der Universität Hildesheim den Pausenhof, die Turnhallen und alte Klassenzimmer der Hauptschule Alter Markt zum Festivalgelände um. Zum ersten Mal fahren Shuttle-Busse von Leipzig und Berlin direkt zu PROSANOVA, in denen die Gäste mit einem literarischen Bordprogramm auf das Festival eingestimmt werden.

verbraucherzentrale

Niedersachsen

## Achtung, Zucker!

Handbuch entlarvt Zuckerfallen in Lebensmitteln

Zucker steckt in vielen Lebensmitteln – häufig unerkant. Nicht nur Kuchen, Kekse und Schokoriegel enthalten viel davon. Auch vermeintlich gesunde Lebensmittel wie Fruchtsäfte, Müslis oder Milchprodukte entpuppen sich oft als Zuckerbomben. Deren Zuckergehalt wird dadurch kaschiert, dass Hersteller neben dem Haushaltszucker Saccharose auch andere Süßmacher einsetzen. Hinter Fruktose, Dicksaft oder Süßmolkenpulver verstecken sich tatsächliche Zuckerarten.

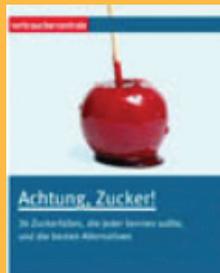
Das neue Handbuch der Verbraucherzentrale „Achtung, Zucker!“ schafft Klarheit und entlarvt 36 Zuckerfallen in der täglichen Ernährung. Es zeigt, wie viel Zucker wirklich in Fruchtjoghurts, Limonaden oder Feinkostsalaten steckt. Direkt neben den nach Produktgruppen geordneten Informationen findet der Leser jeweils passende Tipps und Rezepte für eine zuckerarme Ernährung. Allgemeine Hinweise zu den unterschiedlichen Zuckerarten und Ersatzstoffen sowie zu möglichen Gesundheitsrisiken runden die Lektüre ab.

Wer auf Süßes nicht verzichten möchte, sich aber gesund ernähren will, findet im Ratgeber „Achtung, Zucker!“ alles Wichtige zum Thema kompakt zusammengefasst.

**Bestellmöglichkeiten:** Das Buch „Achtung, Zucker!“ ist für 8,90 Euro erhältlich in den örtlichen Beratungsstellen der Verbraucherzentrale Niedersachsen. Zuzüglich 2,50 Euro für Porto und Versand kann das Buch auch bestellt werden bei der Verbraucherzentrale Niedersachsen e. V., Herrenstr. 14, 30159 Hannover, online

unter [www.verbraucherzentrale-niedersachsen.de/ratgeber](http://www.verbraucherzentrale-niedersachsen.de/ratgeber)

oder per Telefon (05 11) 9 11 96-0 (Mo bis Do 9 bis 17 Uhr u. Fr 9 bis 14 Uhr).



Menschen würdig pflegen



T. Teresienhof

caritas senioren wohnen & pflege

Steuerwalder Str. 18 · 31137 Hildesheim

Telefon 05121 20660-3 · [www.caritas-teresienhof.de](http://www.caritas-teresienhof.de)

M. Magdalenenhof

caritas senioren wohnen & pflege

Mühlenstraße 24 · 31134 Hildesheim

Telefon 05121 20409-0 · [www.caritas-magdalenenhof.de](http://www.caritas-magdalenenhof.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](mailto:info@druckhaus-koehler.de) · [www.druckhaus-koehler.de](http://www.druckhaus-koehler.de)



# nordstadt hat...

## ... schön bepflanzte Baumscheiben

Auch in unserer Nordstadt leisten Straßenbäume viel für unser Wohlbefinden. Der offene Erdbereich um den Baumstamm, der als Baumscheibe bezeichnet wird, ist oft in schlechtem Zustand. Der unkultivierte Boden ist trocken und stark verdichtet, wird als Abstellfläche für Fahrzeuge oder oft nur als Hundetoilette benutzt. Nicht so ist es am Ende der Ottostraße. Hier wurden im letzten Jahr drei Baumscheiben vor dem Café „Domicil“ (ehemals „Central Café“) durch dessen Betreiber bepflanzt. Eine Besucherin des „Domicils“ hat diese Initiative so positiv inspiriert, dass sie die Anpflanzung durch eigene Blumen und fürsorgliche Bewässerung unterstützte. Wenn die Initiatoren einmal im Urlaub sind, übernehmen auch Anwohner vor Ort die Patenschaft und Pflege der Beete. So ist spontan ein schönes Gemeinschaftsprojekt entstanden. Jetzt wird jeder Besucher des Cafés von Blumen begrüßt oder kann beim Verweilen auf der Sonnterrasse seinen Blick auf das verschönerte Umfeld schweifen lassen. Gab es gelegentlich auch mal Rückschläge durch ausgegrabene oder mitgenommene Blumen, so überwiegt doch die positive Resonanz und Freude an den Beeten und lässt die Beteiligten weitermachen.

Seit kurzem gibt es eine weitere schön bepflanzte Baumscheibe. Sie ist vor dem Treffer in der Peiner Straße zu finden. Das gibt Hoffnung auf weitere Initiativen von Nordstadtbewohnern.

Haben wir auch Ihr Interesse an einer Patenschaft für eine Baumscheibenbegrünung geweckt!?

Eine Baumpatenschaft ist ganz einfach bei der Stadt Hildesheim anzufragen:

Fachbereich Tiefbau und Grün

Markt 3

31134 Hildesheim

Tel. 05121-301-3620/4

Mail: [gruenflaechen@stadt-hildesheim.de](mailto:gruenflaechen@stadt-hildesheim.de)

[www.hildesheim.de/baumpatenschaft](http://www.hildesheim.de/baumpatenschaft)

Toll wäre es, wenn sich noch viele Nordstädter für solch ein Projekt begeistern ließen. Dadurch entstehen neue Kontakte zu Mitmenschen, respektvoller Umgang mit der innerstädtischen Tier- und Pflanzenwelt, Freude und Achtung des öffentlichen Raumes. Eine neue Identität zum Stadtteil wird geschaffen.

Es ist schön, wenn Menschen in Eigenverantwortung ihr Umfeld positiv formen und so zur Steigerung des Gemeinwohls beitragen.

## Redaktion

Ihr findet die Termine Eures Vereins oder Eurer Institution nicht im Kalender? Kein Problem! Unter [kalender@nordstadt-hildesheim.de](mailto: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  
Mai- Ausgabe: 20.05.2014

# Veranstaltungen im Mai 2014

## Montag 05.05.

15:00 - 18:00 Uhr  
**Weltcafé "Inklusion und Kulturarbeit"**  
 u.a. Lebenshilfe Hildesheim e.V.  
*Mehrgenerationenhaus, Steingrube*

19:00 Uhr **14**  
**GEW**  
**Eröffnungsveranstaltung der Jugendbuchwoche**  
 Eintritt: frei  
 Informationen:  
[www.theaterhaus-hildesheim.de](http://www.theaterhaus-hildesheim.de)  
*Theaterhaus Hildesheim*

## Mittwoch 07.05.

18:00 Uhr **3**  
**Infoveranstaltung "Hinten im Hofe"**  
*Begegnungsstätte Treffer*

## Donnerstag 08.05.

13:00 Uhr **15**  
**Runder Tisch Nordstadt**  
*Caritas Kita Münchewiese*

## Freitag 09.05.

21:00 Uhr **14**  
**Bamberg-Hildesheim Lesung + Release Party**  
 Reservierung & Informationen:  
[www.theaterhaus-hildesheim.de](http://www.theaterhaus-hildesheim.de)  
*Theaterhaus Hildesheim*

## Sonntag 11.05.

15:00 Uhr **14**  
**schauSpielPlatz Schmidt's Katzen "Geschichten aus Irgendwo"**  
 ab 4 Jahren  
 Eintritt: 6,- € bzw 5,- €  
 Reservierung & Informationen:  
[www.theaterhaus-hildesheim.de](http://www.theaterhaus-hildesheim.de)  
*Theaterhaus Hildesheim*

## Dienstag 13.05.

08:30 - 14:00 Uhr  
**Bewerbungstraining Workshop Modul 2**  
 Die schriftliche Bewerbung  
 Kosten: 38,- ermäßigt 19,- €  
*Landkreis Hildesheim*  
*Bischof-Janssen-Str. 31 Raum 396*

## Freitag 14.05.

10:00 Uhr **12**  
**Ökumenisches Frauencafé**  
*Gemeindehaus Nord*

16:00 - 18:00 Uhr **3**  
**FAIRstrickt**  
 Diakonie Himmelsthür  
*Begegnungsstätte Treffe*

## Donnerstag 15.05.

12:00 - 14:30 Uhr **9**  
**Die Kulturkantine**  
 Tagesgericht: Spargelcremesuppe mit Steinofenbaguette und Kräuterbutter ( 6,- €)  
*HOBO, Kulturfabrik*

18:00 Uhr **13**  
**Team Nordstadt.Mehr.Wert**  
*Stadtteilbüro und Projektladen*

18:30 - 22:00 Uhr **12**  
**Ökumenische Männerkochgruppe**  
*Küche Gemeindehaus Nord*

21:00 Uhr **9**  
**Thrillin´ - Bingo**  
 Mehr als nur ein Spiel. Mit Sofie und Bingo Dave.  
 Einlass: 19:00 Uhr  
*HOBO, Kulturfabrik*

## Freitag 16.05.

16:00 Uhr **12**  
**Zirkusaufführung, Mitmachzirkusprojekt**  
*Wiese Martin-Luther-Kirche*

## Dienstag 20.05.

08:30 - 14:00 Uhr  
**Bewerbungstraining Workshop Modul 3**  
 Das Gespräch  
 Kosten: 38,- ermäßigt 19,- €  
*Landkreis Hildesheim*  
*Bischof-Janssen-Str. 31 Raum 396*

## Mittwoch 21.05.

16:00 - 18:00 Uhr **3**  
**Tanzcafé**  
 Diakonie Himmelsthür  
*Begegnungsstätte Treffer*

20:00 Uhr **4**  
**"Fenster zur Straße- Ist da auch etwas für uns dabei? Staatliche Unterstützung für Familien"**  
 mit Frau Mölring  
*Nachbarschaftsladen*

## Donnerstag 22.05.

10:00 - 12:00 Uhr **4**  
**Handarbeitsfrühstück**  
 Anmeldung: 05121/285 3480  
*Nachbarschaftsladen*

14:00 Uhr **5**  
**Maikäferfest**  
*Friedrich-Nämsch-Park*

## Dienstag 27.05.

17:00 - 18:30 Uhr  
**Infoabend Biografie gestalten**  
 kostenfrei  
*Landkreis Hildesheim*  
*Bischof-Janssen-Str. 31 Raum 396*

## Mittwoch 28.05.

15:30 Uhr **3**  
**Erzählcafé**  
 Thema: "König Fußball"  
 Diakonie Himmelsthür und Nordstadt.Mehr.Wert  
*Begegnungsstätte Treffer*

## Montag 02.06.

18:00 Uhr  
**Auftakt Projekt Stationentheater**

## Donnerstag 05.06.

18:30 - 22:00 Uhr **12**  
**Ökumenische Männerkochgruppe**  
*Küche Gemeindehaus Nord*

21:00 Uhr **9**  
**Thrillin´ - Bingo**  
 Mehr als nur ein Spiel. Mit Sofie und Bingo Dave.  
 Einlass: 19:00 Uhr  
*HOBO, Kulturfabrik*

18:00 Uhr **13**  
**Team Nordstadt.Mehr.Wert**  
*Stadtteilbüro und Projektladen*

## Freitag 06.06.

10:00 Uhr **3**  
**Runder Tisch**  
 Diakonie Himmelsthür  
*Begegnungsstätte Treffer*

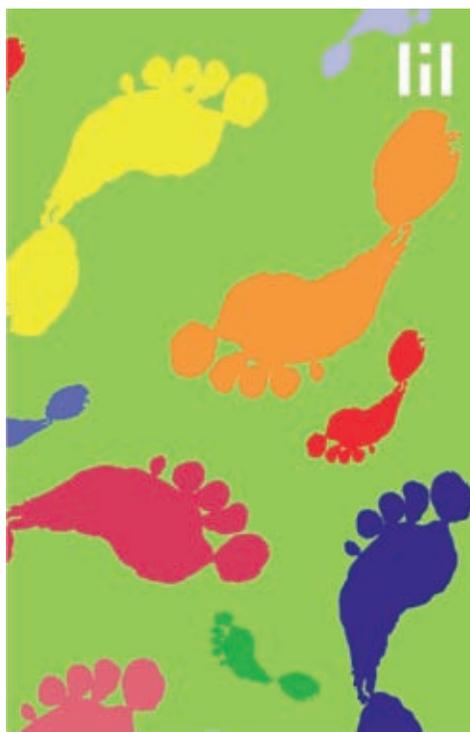
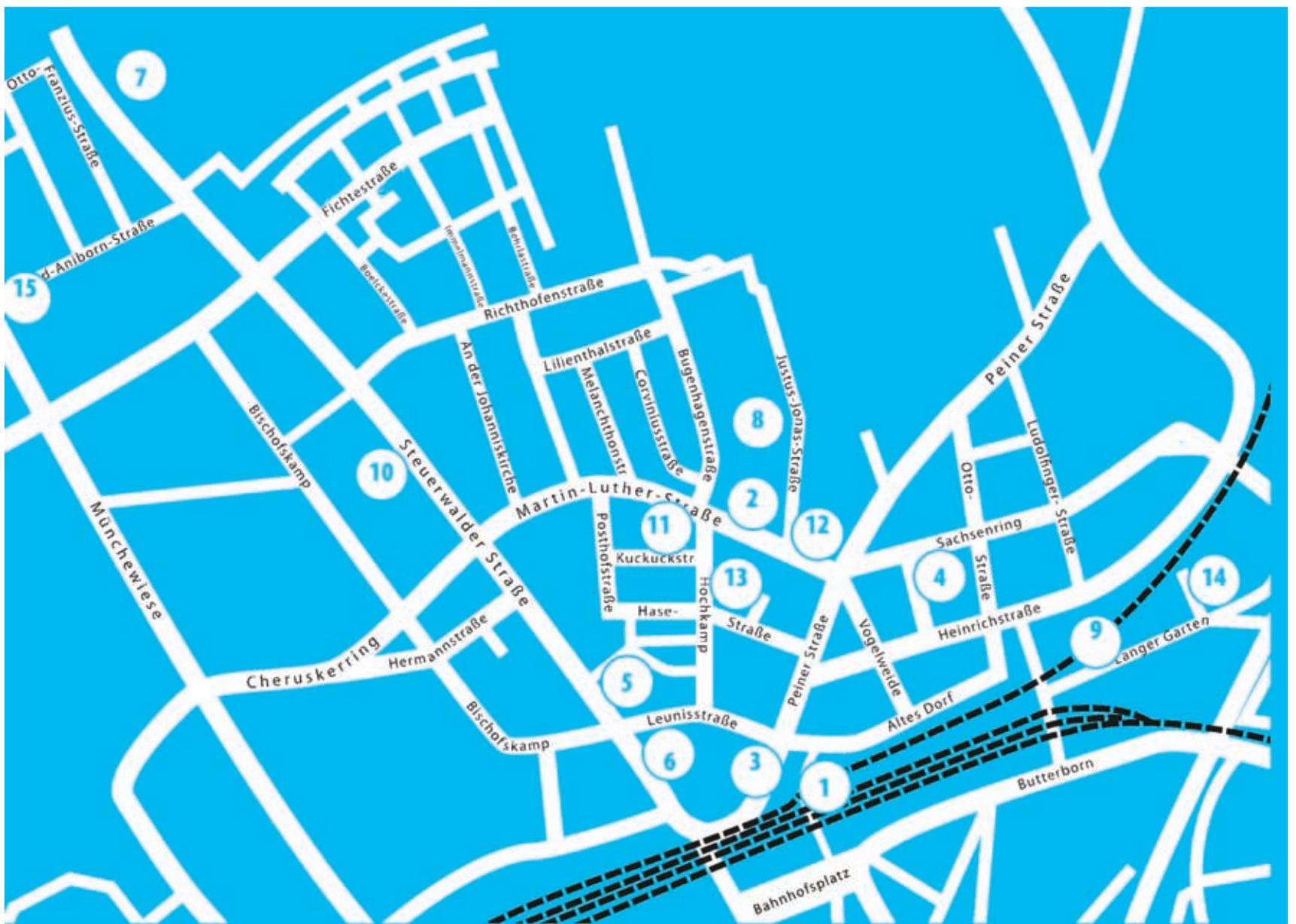
## Samstag 14.06.

**Präventionstag Hildesheim**  
*rund um die Andreaskirche*

## Regelmäßige Termine

<p><b>Mo. - Fr.</b> <b>13</b>  <b>Stadtteilbüro Nordstadt.Mehr.Wert</b>  Sprechzeiten täglich nach Vereinbarung unter 05121/28 163 11  <i>Stadtteilbüro, Hochkamp 25</i></p>	<p><b>Do.</b> <b>ab 08.05.</b> <b>12</b>  <b>alle 14 Tage</b>  <b>Kindertreff für Kinder von 6 bis 12 Jahren</b>  <i>Gemeindehaus Nord</i></p>	<p><b>16:00 - 18:00 Uhr</b> <b>10</b>  <b>Mädchengruppe</b>  <i>Familienzentrum Blauer Elefant</i></p>	<p><b>9:30 - 11:00 Uhr</b> <b>3</b>  <b>Stadtteilfrühstück</b>  <i>Begegnungsstätte Treffer</i></p>
<p><b>Mo. - Fr.</b> <b>1</b>  <b>11:00 - 16:00 Uhr</b>  <b>Öffnungszeit Bahnhofsmision</b></p>	<p><b>Montags</b> <b>2</b>  <b>8:30 - 9:30 Uhr</b>  <b>VHS Deutsch-Türkisch Kurs</b>  zur besseren Kommunikationsfähigkeit  <i>Familienzentrum Maluki</i></p>	<p><b>Mittwochs</b> <b>2</b>  <b>8:00 - 9:00 Uhr</b>  <b>Ev. Jugendhilfe Bockenem e.V.</b>  Frau Heilmann beantwortet Ihre Fragen, z.B. zur Schuldnerberatung  <i>Familienzentrum MaLuKi</i></p>	<p><b>10:00 - 11:00 Uhr</b> <b>3</b>  <b>Sitztanz</b>  <i>Begegnungsstätte Treffer</i></p>
<p><b>Di. + Fr.</b> <b>5</b>  <b>15:00 - 18:00 Uhr</b>  <b>Kindertreff für Kinder im Alter von 5 bis 12 Jahren</b>  <i>Kinder- und Jugendhaus Nordstadt</i></p>	<p><b>13:00 - 17:00 Uhr</b> <b>3</b>  <b>Interkulturelle Frauengruppe</b>  Leitung: Nevin Sahin  <i>Begegnungsstätte Treffer</i></p>	<p><b>12:30 - 13:30 Uhr</b> <b>4</b>  <b>Gesellschaftsspiele</b>  mit Schüler/innen und Senioren/innen aus der Nordstadt  <i>Nachbarschaftsladen</i></p>	<p><b>10:00 - 12:00 Uhr</b> <b>3</b>  <b>Psychologische Beratung</b>  <i>Begegnungsstätte Treffer</i></p>
<p><b>Mo., Di., Mi. und Fr.</b> <b>5</b>  <b>15:00 - 20:00 Uhr</b>  <b>Jugendtreff für alle von 12 bis 20 Jahren</b>  <i>Kinder- und Jugendhaus Nordstadt</i></p>	<p><b>15:00 - 17:00 Uhr</b> <b>4</b>  <b>Zeitreich Café</b>  Kaffee, Gespräche, Spiele, Gesellschaft &amp; Bürozeit für Helfer/innen und Hilfesuchende  <i>Nachbarschaftsladen</i></p>	<p><b>14:30 - 17:00 Uhr</b> <b>2</b>  <b>Förderung Lese-Rechtschreibschwäche</b>  Frau Pfizke  <i>Familienzentrum MaLuKi</i></p>	<p><b>13:30 - 15:00 Uhr</b> <b>2</b>  <b>Reha-Sport für Kinder</b>  MTV 1848 e.V.  <i>Familienzentrum MaLuKi</i></p>
<p><b>Di.</b> 15:00 - 17:00 Uhr <b>6</b>  <b>Fr.</b> 10:00 - 12:00 Uhr  <b>Offene Sprechzeiten</b>  <i>Sozialdienst katholischer Frauen</i></p>	<p><b>15:30 - 16:00 Uhr</b> <b>2</b>  <b>Ev. Jugendhilfe Bockenem e.V. + Pro Kids sozialpädagogische Gruppe</b>  <i>Familienzentrum MaLuKi</i></p>	<p><b>15:00 - 17:00 Uhr</b> <b>3</b>  <b>Beratung für Menschen mit geistiger Behinderung und ihre Angehörigen</b>  <i>Begegnungsstätte Treffer</i></p>	<p><b>15:00 - 18:00 Uhr</b> <b>4</b>  <b>Café Mehr.Wert</b>  Nordstadt.Mehr.Wert  <i>Nachbarschaftsladen</i></p>
<p><b>Mi.</b> 12:30 - 14:30 Uhr <b>4</b>  <b>Do.</b> 10:00 - 12:00 Uhr  <b>Bürozeit für Helfer/innen und Hilfesuchende</b>  <i>Nachbarschaftsladen</i></p>	<p><b>18:30 - 19:30 Uhr</b> <b>2</b>  <b>Allround Fitness für Frauen</b>  MTV 1848 e.V., Anmeldung und Informationen unter 05121/12674  <i>Familienzentrum MaLuKi</i></p>	<p><b>15:30 - 16:00 Uhr</b> <b>2</b>  <b>Ev. Jugendhilfe Bockenem e.V. + Pro Kids</b>  sozialpädagogische Gruppe  <i>Familienzentrum MaLuKi</i></p>	<p><b>15:30 - 16:30 Uhr</b> <b>8</b>  <b>Kinderturnen für 3-6 Jährige</b>  <b>16:30 - 17:30 Uhr</b>  <b>Kinderturnen für 6-10 Jährige</b>  MTV 1848 e.V.  <i>Turnhalle der Grundschulen</i></p>
<p><b>Di., Do.</b> 11:30 - 14:30 Uhr <b>4</b>  <b>Mi.</b> 12:30 - 14:30 Uhr  <b>Gesprächsrunde für Jung und Alt</b>  <i>Nachbarschaftsladen</i></p>	<p><b>18:30 - 20:00 Uhr</b> <b>12</b>  <b>Bläserkreis</b>  <i>Gemeindehaus Nord</i></p>	<p><b>17:00 Uhr</b> <b>9</b>  <b>VoKü - Die Volxküche</b>  Mitkochen ab 17 Uhr, Mitessen ab 20 Uhr, Spenden erwünscht  <i>Kulturfabrik, HOBO</i></p>	<p><b>16:30 - 17:30 Uhr</b> <b>2</b>  <b>Kung Fu für Kinder im Grundschulalter</b>  MTV 1848 e.V.  <i>Turnboden Familienzentrum Maluki</i></p>
<p><b>Mo., Di., Mi., Do.</b> <b>11</b>  <b>16:30 - 18:00 Uhr</b>  <b>Do.</b>  15:30 - 17:00 Uhr  <b>Fr.</b>  16:00 - 18:00 Uhr  <b>TeenKochClub (ab 5. Klasse)</b>  <b>ForscherClub (1. - 4. Klasse)</b>  <b>MädchenClub (1. - 4. Klasse)</b>  <b>Jungsfreizone</b>  <b>Tanz &amp; TheaterClub (ab. 5 Klasse)</b>  Go20  <b>FußballClub (3. - 5. Klasse)</b>  <i>Sporthalle Anne-Frank-Schule</i>  <b>KidsClub (ab 1. Klasse)</b>  Go20</p>	<p><b>19:00 - 21:00 Uhr</b> <b>12</b>  <b>Gospelfriends</b>  <i>Gemeindehaus Nord</i></p>	<p><b>19:00 - 21:30 Uhr</b> <b>2</b>  <b>Square Dance Gruppe</b>  Frau Bruckuf  <i>Familienzentrum MaLuKi</i></p>	<p><b>Freitags</b> <b>2</b>  <b>8:30 - 9:30 Uhr</b>  <b>Elterntreff im Elterncafé</b>  <i>Familienzentrum MaLuKi</i></p>
<p><b>9:30 - 11:45 Uhr</b> <b>2</b>  <b>Griffbereit</b>  Eltern-Kind-Gruppe mit 1-3-jährigen Kindern, Nordstadt.Mehr.Wert  <i>Familienzentrum MaLuKi</i></p>	<p><b>Dienstags</b> <b>3</b>  <b>9:30 - 11:00 Uhr</b>  <b>Stadtteilfrühstück</b>  <i>Begegnungsstätte Treffer</i></p>	<p><b>19:30 - 21:00 Uhr</b> <b>7</b>  <b>Tischtennis für jugendliche Anfänger von 13- 17 Jahren</b>  Thorsten Schmul  Anmeldung KJN  <i>Sporthalle BBS, Steuerwalder Str.158</i></p>	<p><b>10:00 - 12:00 Uhr</b> <b>2</b>  <b>Eltern-Kind-Gruppe</b>  <b>Ev. Jugendhilfe Bockenem e.V.</b>  <i>Familienzentrum MaLuKi</i></p>
<p><b>15:00 - 17:00 Uhr</b> <b>2</b>  <b>Förderung Dyskalkulie</b>  Lerntherapeutin Frau Jäckel  <i>Familienzentrum MaLuKi</i></p>	<p><b>8:15 - 10:15 Uhr</b> <b>8</b>  <b>Rucksack-Projekt in den Grundschulen</b>  <i>Pavillon der Grundschule Nord</i></p>	<p><b>15:00 - 17:00 Uhr</b> <b>3</b>  <b>Spiele und Kaffee</b>  <i>Begegnungsstätte Treffer</i></p>	<p>Jeden 1. Freitag im Monat:  <b>8:30 - 9:30 Uhr</b> <b>2</b>  <b>Erziehungslotsin</b>  Hilfe bei Behördenangelegenheiten  <i>Familienzentrum MaLuKi</i></p>

Zur Karte bitte umblättern ►



## 7. FRAUENZEIT

### ICH KANN MEHR ALS ICH DENKE!

Habe ich eine positive Ausstrahlung - und wie kann ich sie verstärken? Stehen mir bestimmte Outfits? Kann ich das tragen? Wie kann ich durch das Befolgen einfacher, aber wirkungsvoller Tipps meine Wirkung auf andere verbessern, damit ich beruflich erfolgreich werde. Ein Workshop, um Talente und Stärken zu erkennen, neue Neigungen zu entdecken oder vorhandene Interessen zu vertiefen.  
9.00 bis 12.00 Uhr Ingrid Warwas

### WEITERE INFORMATIONEN

Alle Angebote sind kostenfrei.  
Für eine Kinderbetreuung ist gesorgt.

### ANMELDUNG

Um Anmeldung wird gebeten:  
Familienzentrum Maluki, Telefon: 05121 53595  
Walburga Eishauer, Telefon: 05121 741511  
Birgit Vahle, Telefon: 05121 510300

### VERANSTALTERINNEN

Familienzentrum Maluki  
Walburga Eishauer  
Birgit Vahle

## 7. FRAUENZEIT

Workshop im Familienzentrum Maluki

**WANN:** Donnerstag, 8. Mai 2014  
9.00 bis 12.00 Uhr

**WO:** Martin-Luther-Straße 26

## Rundfunk und Fernsehen im Grünen

### **Fürs Gartenhäuschen muss nicht gezahlt werden**

Ein Schreiben vom ARD ZDF und Deutschlandradio Beitragsservice (ehemals GEZ) irritierte kürzlich zahlreiche Laubenbesitzer. Sie sollten auch für ihre Gartenlaube einen Rundfunkbeitrag zahlen. Kathrin Körber, Juristin bei der Verbraucherzentrale Niedersachsen stellt klar, dass für Gartenhäuschen in Kleingartenanlagen kein Beitrag zu entrichten ist.

Der Staatsvertrag für Rundfunkbeiträge sieht vor, dass pro Wohnung ein Rundfunkbeitrag von 17,98 Euro monatlich zu zahlen ist. Das gilt sowohl für Haupt- und Nebenwohnsitze als auch für selbstgenutzte Ferienwohnungen, in der Regel auch für Datschen und Wochenendhäuser.

### **Lauben in Kleingartenanlagen sind beitragsfrei**

Für Gartenlauben in Schrebergärten fällt kein Rundfunkbeitrag an. Das Bundeskleingartengesetz und oft auch die Satzungen der Kleingartenverbände legen fest: ständiges Wohnen in der Laube ist nicht erlaubt. Und deshalb muss dort nicht extra gezahlt werden.

### **Für Gartenhäuschen außerhalb einer Anlage können Beiträge anfallen**

Kniffliger ist es, wenn so ein Wochenendhaus oder eine Datsche außerhalb einer Kleingartenanlage liegt. Gibt es eine kommunale Satzung, die die permanente bzw. zeitlich begrenzte Wohnnutzung untersagt, kann es sein, dass man den Rundfunkbeitrag nur saisonal bezahlen muss. In allen anderen Fällen wird der volle Rundfunkbeitrag fällig für das Domizil im Grünen – unabhängig davon, wie oft es genutzt wird.

Fragen zur Rechtslage beantwortet Kathrin Körber, Juristin der Verbraucherzentrale Niedersachsen.

Am Telefon: (05 51) 293 41 48 montags, dienstags, freitags 10 bis 14 Uhr. Persönlich in der Beratungsstelle Göttingen, Papendiek 24 – 26, montags und dienstags 10 bis 14 Uhr ohne Anmeldung. Schriftliche Anfragen an oben stehende Adresse oder per E-Mail: [rundfunkbeitrag@vzniedersachsen.de](mailto:rundfunkbeitrag@vzniedersachsen.de).



## Frühjahrsputz 2014

Auch in diesem Jahr trafen sich am 29. März 2014 wieder Mitglieder des Ortsrates und viele große und kleine Helfer zum Frühjahrsputz im Friedrich-Nämsch-Park. Bewaffnet mit Rechen und Hacken wurden Beet und Platz am Eingang Hochkamp, der Weg am Hochkamp, der Platz am Eingang Steuerwalder Straße, der Platz unter den Arkaden am KJN und die Sandkisten am Spielplatz sowie Rondell und Wege von Schmutz und Unkraut gesäubert. Es kamen

mehr als 10 Müllsäcke voller Unrat zusammen.

Organisiert wurde dieser Einsatz von der stellvertretenden Ortsbürgermeisterin Karin Hauk, die nach getaner Arbeit noch zu einem kleinen Imbiss in den neuen Projekteladen in der Hasestraße eingeladen hatte. An alle Helfer geht an dieser Stelle noch einmal ein großes und herzliches **DANKE !!!**

*Karin Hauk, Ortsrat Norstadt*

## Tanzcafé im Treffer

Spaß an Bewegung steht im Vordergrund Hildesheim. Jeden dritten Mittwoch im Monat von 16.00 bis 18.00 Uhr verwandelt sich die Begegnungs- und Beratungsstätte Treffer in ein Tanzcafé. Bei Kaffee und Kuchen wird geklönt, gelacht und nicht zuletzt – getanzt.

Herzlich eingeladen sind sowohl Demenzerkrankte und deren Angehörige als auch alle, die Spaß an Bewegung und Gesellschaft haben. Das Tanzcafé bietet pflegenden Angehörigen den notwendigen Freiraum, um Einkäufen, Besuchen oder Hobbys nachzugehen, während ihre Angehörige in Gesellschaft sind.

Interessierte erhalten die Möglichkeit, sich ganz im Rahmen ihrer Fähigkeiten zu bewegen. Ein Alleinunterhalter sorgt dabei für die musikalische Begleitung und den richtigen Schwung.

Unter dem Motto „Noch einmal jung sein!“ findet das Tanzcafé das nächste Mal am 21. 5. ab 16.00 Uhr statt. Haben Sie Lust zu tanzen? – dann schauen Sie vorbei, wir freuen uns auf Ihren Besuch!

**Informationsabend:**  
**Pflege - Vermögenssicherung im Alter**  
 > Welche Kosten kommen auf mich zu, wenn ich später einmal fremde Hilfe benötige?  
 > Wie und in welchem Umfang haften meine Kinder und Angehörigen in diesem Fall für mich?  
 > Was leistet die gesetzliche Pflege und nach welchen Kriterien wird man in eine Pflegestufe eingestuft?  
 > Benötige ich eine Patienten- oder Betreuungsverfügung oder Vorsorgevollmacht? Was ist das?  
 am: **Mittwoch, den 21.05.2014 um 19:00-ca. 20:30 Uhr**  
 wo: **Ev. Pflege- und Altenheim "Am Steinberg" Schlesierstr. 7 in 31139 Hildesheim**  
**Anmeldungen wo:** Bei FINAFAIR; Tel: 0511-51516880 E-Mail: [info@finafair.de](mailto:info@finafair.de) oder direkt im Ev. Altenheim

**Räer**  
 AUSRÜSTUNGEN  
 Armeebestände  
[www.raeer.com](http://www.raeer.com)  
**BW Poncho**  
**gebraucht 16,95 €**  
 Telefon 05121 7487660  
 31137 Hildesheim · Altes Dorf 18-20

## IMPRESSUM

**Herausgeber:** Axel Fuchs

**Redaktions- und Anzeigen-Anschrift:** Die veröffentlichten Artikel geben nicht in jedem Fall die Meinung der Redaktion wieder.

Elzer Straße 99

31137 Hildesheim

Tel. (05121) 23947

Fax (05121) 2830879

**Vertrieb:** Werbeagentur Fuchs

Redaktionsschluß der nächsten Ausgabe:

31. Mai 2014, 14 Uhr

Die veröffentlichten Artikel geben nicht in jedem Fall die Meinung der Redaktion wieder.

eMail: [info@hildesheimer-stadtteilzeitungen.de](mailto:info@hildesheimer-stadtteilzeitungen.de)

Internet: [www.hildesheimer-stadtteilzeitungen.de](http://www.hildesheimer-stadtteilzeitungen.de)

## DENTAL FRISCH

"Gepflegter Zahnersatz. Visitenkarte eines Prothesenträgers"

Herstellung von Zahnersatz

- Kronen
- Brücken
- Totale Prothesen
- Kombierter Zahnersatz
- Implantatversorgung (Suprakonstruktion)
- CAD/CAM Zirkon Vollkeramik
- Fräss- und Geschiebetechnik
- Kostenvorschläge (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

e-mail: [DentalFrisch@yahoo.de](mailto:DentalFrisch@yahoo.de)

**Marco Conrad**  
 Meister der Zahntechnik

## Leserbrief

### Containerplatz:

### Peiner/Martin-Luther-Straße

Es recht zu machen jedermann, ist eine Kunst, die keiner kann. Zum Standortwechsel der Container ... Natürlich freue ich mich, als unmittelbar daneben wohnender Bürger, wenn der Containerplatz weg ist und wieder ein Baum da steht! Die Container auf dem Friedhofsparkplatz?!? Geht gar nicht, denn da wird mit Sicherheit noch mehr Sonder- und Sperrmüll abgeladen. Ist ja noch mehr Platz und unbeobachteter. Ich finde es ausserdem pietätlos, direkt vor den da vorhandenen Gräbern – ohne jeglichen Sichtschutz – Container aufzustellen.

Leider habe ich keinen Vorschlag, wohin mit den Containern (evtl. Penny Parkplatz).

Jutta Brandes

**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 (051 21) 55055

**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](http://www.berezow-gmbh.de)



# Tipps für Senioren

Liebe Seniorinnen und Senioren, liebe Nordstädterinnen und Nordstädter,

die Tage werden länger und wärmer und täglich bieten uns im Fernsehen zahlreiche Anbieter die wunderbarsten Reisen an. Da wird bei fast jedem Menschen das Reisefieber geweckt! Aber was tun, wenn Sie eine körperliche Einschränkung haben, auf einen Rollstuhl angewiesen sind? Noch immer stoßen viele Menschen mit Handicap auf etliche Barrieren, auch wenn die Zahl der Reiseveranstalter, die ihre Angebote auf die Bedürfnisse behinderter Menschen ausrichten, von Jahr zu Jahr wächst. Zudem stellen sich weltweit immer mehr rollstuhlgerechte Hotels und Restaurants auf die Bedürfnisse behinderter Menschen ein. Eines von diesen Hotels ist z.B. das Silence Sporthotel Zugspitze in Lermoos im schönen Tirol. Die Zimmer sind an die Bedürfnisse der Rollstuhlfahrer angepasst, die Türen sind breiter, die Duschen ebenerdig und die Betthöhe wurde auf 50 cm gebracht. Zusätzliche werden verschiedene Hilfsmittel wie Wannen- und Bettlifter, Toi-

lettenaufsatz und einrollstuhlgerechter Lift angeboten. Parkplatz, Hoteleingang, Rezeption und Restaurant sind barrierefrei angelegt. Wenn Sie wollen, können Sie an zahlreichen barrierefreien Ausflugs- und Wandermöglichkeiten teilnehmen.

Kontakt: Silence Sporthotel Zugspitze Lermoos/Österreich Tel. 0043 5673 2630 Eine Art, in den Urlaub zu kommen, ist die Fahrt mit dem PKW. Für behinderte Menschen gewähren einige Autohersteller verschiedene Rabatte beim Kauf eines Autos. Für den Erhalt eines Rabattes ist zumeist der Schwerbehindertenausweis erforderlich. In der Regel ist ein Grad der Behinderung (GdB) ab 50 und eines der Merkzeichen G, aG, H oder Bl gefordert.

Je nach Hersteller und Zahlungsmodell (Barkauf, Finanzierung oder Leasing) sind Ermäßigungen bis zu 27 Prozent möglich!

Auch Hildesheim hat ein Angebot für barrierefreie Reisen. Einige Haltestellen sind mit Hil-

fe eines Hochbordes selbständig für Rollstuhlfahrer benutzbar. Die Liste dieser Haltestellen können Sie auf der Internetseite der Stadt Hildesheim [www.hildesheim.de](http://www.hildesheim.de) – Barrierefreiheit nachlesen.



## Sexy.....

Was hat Sprengstoff mit einer Damenstrumpfhose zu tun? Kaum zu glauben: beides stammt ursprünglich aus dem selben Haus! Die Erfolgsgeschichte fing mit dem amerikanischen Bürgerkrieg 1861-1865 an, der dem Chemiekonzern DuPont als größtem Sprengstoffhersteller reichen Absatz bescherte. Über den Einstieg in die Dynamitproduktion führte der Weg zur Zelluloseforschung und zur Polymerchemie. Neopren, Polyester und später auch Teflon zählten zu den Erfindungen eines heute weltweit operierenden Unternehmens. Dann kam der Nylonstrumpf! Damenstrümpfe aus Kunstseide hatte es schon um 1890 gegeben. Als DuPont in den dreißiger Jahren eine neue vollsynthetische Faser entwickelte, nannte man diese Nylon. Nylon verhieß Geschmeidigkeit, zartes Gewebe und lange Beine. DuPont verwendete nicht nur viel Zeit für die Namensfindung, son-

dern investierte auch viel Zeit in Werbekampagnen. Bereits 1939 verkündete ein DuPont Vertreter auf einem Frauenkongress die bevorstehende Strumpfrevolution! Am 15. Mai 1940, dem „N-day“ gingen die ersten fünf Millionen Nylonstrümpfe über den amerikanischen Ladentisch. Auf den Siegeszug der Alliierten in Europa erfolgte nach 1945 der Siegeszug der Nylonstrümpfe auch hierzulande. Anfangs gab es sogar Reparaturstellen, die Laufmaschen aufnahmen. Der Preisverfall ließ diese Reparaturstellen wieder verschwinden. Wegwerfen – wohl ein Zeichen für Wohlstand? Unsere Jugend löst das Problem anders. Die Laufmaschen werden mit unterschiedlichsten Nagellackfarben am „weiterlaufen“ gehindert und dann zu drei oder vier Strümpfen übereinander angezogen.

## Und zum Schmunzeln....

Der Frühling ist der erste der vier Jahreszeiten. Im Frühjahr legen die Hühner Eier und die Bauern Kartoffeln (Kindermund) Meine Eltern kauften nur das graue Toilettenpapier, weil das schon mal benutzt wurde und gut für die Umwelt ist. (aus einem Schulaufsatz einer 3.Klasse)

Ihre Annette Mikulski

## Mit der Familie ins Museum

### Sonntagsöffnungen und der Internationale Museumstag im Schulmuseum

Ab Sonntag, dem 4. Mai ist das Schulmuseum in der Domäne Marienburg wie an den folgenden ersten Sonntagen in den Sommermonaten (1. Juni, 6. Juli, 3. August, 7. September, 5. Oktober) von 15.00 bis 18.00 Uhr geöffnet.



Auch in diesem Jahr wird das Schulmuseum wieder am Internationalen Museumstag, Sonntag, dem 18.05. von 13.00 bis 17.00 Uhr teilnehmen.

Auf dem Programm stehen „unterrichtliche Zeitreisen“, die den Unterricht zur Kaiserzeit in seinem alltäglichen Zuschnitt wieder erleben lassen. Gottesfurcht, Vater-

landsliebe und Disziplin als die prägenden zeittypischen Merkmale durchziehen Unterricht und Schulleben der Kaiserzeit.

Ergänzt wird das Programm durch die Möglichkeit, in die damals geltende deutsche Schrift (und ihre spätere Modifikation durch Sütterlin) eingeführt zu werden durch Lese- und Schreibübungen im Scriptorium.

Im Ausstellungsraum erwartet sie die Dauerausstellung „Schule im Hildesheimer Land“ und die aktuelle Ausstellung unter dem Titel „1001 Schulgeschichten – Schulvergangeheiten aus verschiedenen Ländern.“



preis Museumspädagogik der VGH – Stiftung 2013 erhalten hat.

Ein Museumserlebnis für die ganze Familie bietet das Schulmuseum. Seine Lage in der Domäne Marienburg,

Es handelt sich um eine Ausstellung, die von Lehramtsstudierenden der Universität Hildesheim durchgeführt wird und die einen Förder-



im ländlich geprägten Stadtteil Itzum, gestaltet den Besuch als sehr lohnenswert.

## UNSER ANLIEGEN - IHR GUTES RECHT !

### BÜROGEMEINSCHAFT RECHTSANWÄLTE

Volker Hehenkamp

Rechtsanwalt

Alexandra Solos-Schepetina

Rechtsanwältin  
allgemein beeidigte  
Dolmetscherin für  
Russisch u. Ukrainisch

Sebastian Piontek

Rechtsanwalt  
Fachanwalt für Strafrecht

Almsstr. 28 ■ 31134 Hildesheim

Tel.: 0 51 21 / 98 12 433

# NEUERÖFFNUNG

# Backstübchen

Dingwortstr. 14 - Tel. 051 21/3 03 34 70

Brot, Brötchen, Backwaren  
belegte Brötchen  
Kaffee to go

Öffnungszeiten:  
Mo, Di, Do, Fr 6–18 Uhr  
Mi und Sa 6–13 Uhr  
So 8–12 Uhr

## GREENPEACE

**Mai**  
08. 5. 2014, 12. 6. 2014, Plenum, 19.00,  
Neuentreff, 18.30, Wollenweberstr. 6  
Wollenweberstr. 6 19. 6. 2014, Plenum, 19.00,  
15. 5. 2014, Plenum, 19.00, Wollenweberstr. 6  
19.00, Wollenweberstr. 6  
Wollenweberstr. 6 Radio Tonkuhle,  
22. 5. 2014, Plenum, 24. 6. 2014,  
19.00, Greenpeace On Air,  
Wollenweberstr. 6 15–16:00  
Radio Tonkuhle, 105.3 fm  
27. 5. 2014, 26. 6. 2014,  
Greenpeace On Air, Plenum,  
15–16.00 19.00,  
105.3 fm Wollenweberstr. 6

**Juni**  
05. 6. 2014,  
Neuentreff, 18.30,  
Wollenweberstr. 6



**3. Mai 2014, 11–14 Uhr, „Europa zu Tisch“ mit Besuch Manuel Sarrazin, MdB und europapolitischer Sprecher**

An unserem Stand vor Weltbild in der FuZo wollen wir die Vielfalt des kulinarischen Europas zeigen und PassantInnen zu Tisch bitten. So sollen die Menschen „Appetit auf Europa“ bekommen und mit Manuel Sarrazin ins Gespräch kommen.

**10. Mai 2014, ab 19.30 Uhr, „EUROVISION SONG CONTEST-Party“ mit Liveübertragung im Cube, mit DJane Soundschwester Claudi**

**13. Mai 2014, 18.30 Uhr, „After Work Talk mit Bütikofer“**

Beim After Work Talk mit Reinhard Bütikofer, MdB, in der WeinkostBar wollen wir bei einem Weinchen mit ihm über das Freihandelsabkommen mit den USA ins Gespräch kommen und den Politiker genauestens zu seiner Arbeit in Brüssel befragen.

**25. Mai 2014, 17.30 Uhr, Wahlparty, WeinkostBar**

Sa. 24.05. | Beginn 19 Uhr, Einlass 18 Uhr | Eintritt 10,- € |  
Roemer-Saal, Roemer-Pelizaesus-Museum Hildesheim

## Antonia Vai

Die „Bohemian Soul Diva“ aus Stockholm – Melancholisch-atmosphärischer Folk Pop.

Die schwedische Sängerin erzählt in ihren Liedern Geschichten von falschem Glück und echtem Schmerz, verflüchtigten Hoffnungen und sehr präsenten Erinnerungen. Es fließen die Emotionen, mal hochdynamisch, mal in absoluter Stille. Zusammen mit ihren drei Mitmusikern erzeugt die charismatische 24-jährige Singer/Songwriterin mit Gesang, Gitarre, Bass und Percussion eine dichte und tiefe Atmosphäre. Ihre dunkle kräftige, aber auch unglaublich facettenreiche Stimme erinnert an Macy Gray, an Amy Winehouse, kursiert irgendwo zwischen Folk, Pop und Soul – mit einem Hauch Jazz.

In ihrer Heimat Schweden ist die ungarisch-stämmige Antonia Vai längst keine Unbekannte mehr und tourt als „Bohemian Soul Diva“ durch das ganze Land. Seit 2012 verbreitet sich ihr erstes Studio-Album „Lovers and Prophets“ in Windeseile im Internet. Beinahe zeitgleich erschien „Dirt From When The Earth Was Flat“, ein Album mit hausgemachten Rohaufnahmen. Viele ihrer Stücke hat die Multiinstrumentalistin in ihrem Schlafzimmer oder auf Reisen in den verschiedensten Hotelzimmern selbst aufgenommen. Dieses Jahr kommt Antonia Vai erstmalig nach Deutschland.

Das Konzert mit Antonia Vai ist eine Kooperation zwischen der Kulturfabrik



Löseke und dem Roemer-Pelizaesus Museum.

[www.antoniovai.com](http://www.antoniovai.com)

Das Konzert mit Antonia Vai findet am Samstag, 24. Mai im Roemer-Saal des Roemer-Pelizaesus-Museums statt. Beginn ist um 19 Uhr, Einlass ab 18 Uhr. Der Eintritt kostet 10 Euro.

## Verschiebung der Abfuhr durch Feiertage im Jahr 2014

### Maifeiertag

statt Donnerstag	1.5.2014	auf Freitag	2.5.2014
statt Freitag	2.5.2014	auf Samstag	3.5.2014

### Christi Himmelfahrt

statt Donnerstag	29.5.2014	auf Freitag	30.5.2014
statt Freitag	30.5.2014	auf Samstag	31.5.2014

### Pfingsten

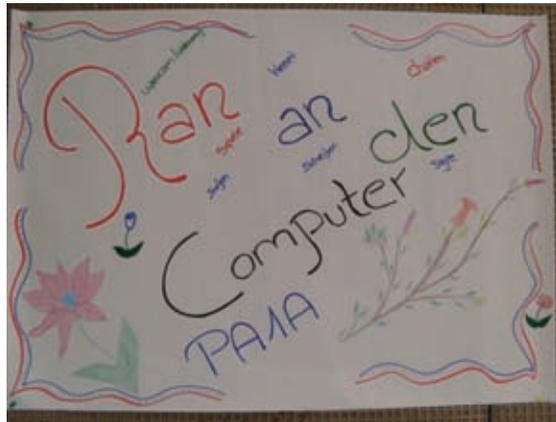
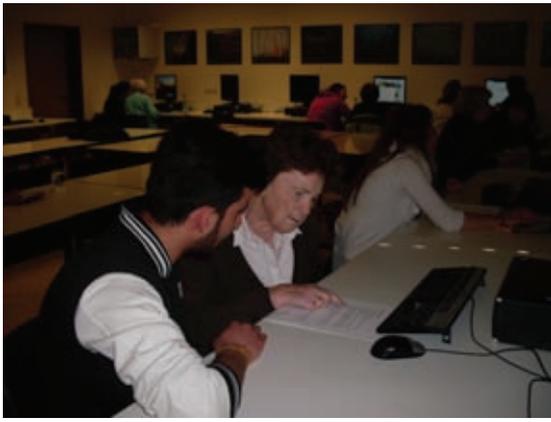
statt Montag	9.6.2014	auf Dienstag	10.6.2014
statt Dienstag	10.6.2014	auf Mittwoch	11.6.2014
statt Mittwoch	11.6.2014	auf Donnerstag	12.6.2014
statt Donnerstag	12.6.2014	auf Freitag	13.6.2014
statt Freitag	13.6.2014	auf Samstag	14.6.2014

**Das Team vom Zweckverband wünscht Ihnen frohe Feiertage!**

Telefon: 050 64/9 05-0  
Fax: 050 64/9 05-99  
E-Mail: [info@zah-hildesheim.de](mailto:info@zah-hildesheim.de)  
Internet: [www.zah-hildesheim.de](http://www.zah-hildesheim.de)



**ZAH • Bahnhofsallee 36 • 31162 Bad Salzdetfurth**



# „Ran an den Computer“

Dieser Einladung der Pflegeassistenten Klasse PAIA der Herman-Nohl-Schule leisteten wir gern Folge und so nahmen drei Bewoh-

nerinnen unseres Seniorenzentrums Theaterresidenz an dem PC-Schnupperkurs für „Silver –Surfer“ teil.

Nach einer kurzen Einführung in die Funktion der Maus, der Tastatur und die Welt des Internets übernahmen die Schülerinnen und Schüler die Rolle des Lehrers. Doppelklick, Ein-

fach-Klick und schon öffnet sich das World Wide Web. Kann ich mal das Kleinwalsertal „besuchen?“ Oder Schachspielen mit dem PC? Domino? Alles kein Problem. Eine Teilnehmerin gab ihren Vor- und Zunamen ein und war äußerst erstaunt über die Vielzahl der Personen mit dem gleichen Namen. Mit zwei drei Wörtern den schon lang gesuchten Liedtext aufrufen, alles konnte ausprobiert werden. Gab es vor Beginn des Lehrganges noch Bedenken: Hoffentlich

blamier ich mich nicht“, war davon schon nach kurzer Zeit nicht mehr die Rede. Viel zu schnell verging der Vormittag. Zu einem Feedback bei Kaffee und Kuchen trafen sich „Schüler und Lehrer“ wieder im Klassenzimmer. Die Erfahrungen wurden ausgetauscht und per Fragebogen bewertet. Und es gab für die erfolgreiche Teilnahme auch Zertifikate! Es sollte mich nicht wundern, wenn bei den Bewohnerinnen, die teilgenommen haben, auf dem nächsten Wunschzettel „Laptop und WLAN“ stehen würde.



# Pudeltreffen



„Süß ist die Käsetorte, süß der Apfelstrudel, doch das süßeste auf Erden ist der Pudel“, dichtete Ernst Kahl einst für seinen Pudel Kayser. Mit diesem schwungvollen Lied (ein echter Ohrwurm!) begrüßte das Seniorenzentrum Theaterresidenz bereits zum siebten Mal den Pudelclub der Bezirksgruppe Hildesheim.

In den Wohnküchen der einzelnen Wohnbereiche warteten die Bewohner und Bewohnerinnen bereits mit selbstgebackenen Hundekeks. Auch Heimleiter Anthony Blenn hatte seine beiden Pudels Lilly und Kathi



mitgebracht. Weiter ging es in den Bewohnerzimmern, denn viele Bewohner hatten sich einen Besuch ausdrücklich gewünscht. Die Begeisterung war groß auf beiden Seiten, so viele Streicheleinheiten und Lecker-

lis bekommt man auch als Pudel nie und die Bewohner und Bewohnerinnen durften sie nach Herzenslust verwöhnen. Ein Bewohner ließ sich drei Pudels auf sein Bett setzen und mochte sich gar nicht von ihnen trennen. „Der Pudel ist dafür der ideale Hund. „Er verliert keine Haare und eignet sich auch für Allergiker sehr gut,“ erklärt Hans-Uwe Pachnik, Vorsitzender des Pudelclubs.

Nach den Besuchen trafen sich alle wieder im Wintergarten. Der Pudelsong von Ernst Kahl

wurde noch einmal gespielt, in dem es u. a. heißt: „Der lustigste Hund im Rudel, das ist und bleibt der Pudel“ und um die Richtigkeit zu beweisen, nahmen die Tiere ohne Weiteres auf den Stühlen Platz und ließen sich fotografieren. Glückliche Bewohnerinnen und Bewohner, Pudel, die sich wie auch in den letzten Jahren immer vorbildlich benommen hatten – was für ein gelungener Nachmittag! Wir freuen uns auf ein Wiedersehen auf der Pudelwiese im Sommer.





**THEATERRESIDENZ**  
SENIORENZENTRUM




**NEU:**

*Wir sind für Sie da!*

Kurzzeitpflege im Einzelzimmer mit Duschbad, Tagessatz: **17,60 €**

Der Landkreis Hildesheim übernimmt einen Teil der Kosten

---

Service-Wohnen im Einzelzimmer mit Duschbad, inkl. Vollpension, Zimmerreinigung, Wäscheservice, 24-Stunden-Rufbereitschaft im Haus

pro Monat **844,- €**

---

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



Fotonachweis: Katrin Bode

### Flohbasar vor dem Nachbarschaftsladen

Da war ganz schön was los beim ersten Flohbasar in diesem Jahr. Die Draußensaison vor dem Nachbarschaftsladen ist somit eröffnet! Viele Spenden für die Nachbarschaftshilfe *zeitreich* wurden im Vorfeld abgegeben, was uns sehr gefreut hat.

Einige hatten sich einen eigenen Stand, gegen eine Kuchenspende gesichert, und haben auch ihre ausrangierten Sachen gut unter die Leute gebracht.

Die Gefahr ist natürlich groß, dass das eingenommen Geld dann gleich beim Nachbarstand wieder auszugeben, aber das macht auch viel Spaß! Und wenn es dann nicht mehr gefällt, der nächste Flohbasar kommt bestimmt! Für *zeitreich* konnten wir 265,95 Euro als Plus notieren und freuen uns sehr darüber! Danke an alle mitgemacht haben!



### Wir haben da so eine Idee...

...und dazu brauchen wie Sie und ihre Lieblingsrezepte. Was kochen Sie für ihr Leben gerne?

Worin, oder woraus besteht das Geheimnis eines ihrer unschlagbaren Gerichte? Das muss nichts aufwendiges, nichts kurioses sein, sondern praktisch und lecker soll es sein.

Wir haben so die Idee, in unserem großen Schaufenster im Nachbarschaftsladen eine Rubrik auszuhängen mit dem Obertitel: Was koche ich heute?!

Auf dem Weg zum einkaufen kann man mal eben schauen, ob etwas Leckeres aushängt und den Einkaufszettel dann evtl. noch verändern.

Die Zutatenliste gibt es zum mitnehmen bei uns. Wenn wir ganz viele Rezepte bekommen, wer weiß, vielleicht entsteht dann noch ein Kochbuch mit Rezepten aus der Nachbarschaft!

Also, bitte schicken Sie uns ihr Lieblingsgericht per mail, bringen Sie es uns im Laden vorbei, schmeißen sie es in den Postkasten. Bitte mit Namen darauf und für 4 Personen berechnet. Wir sind sehr gespannt!

Nachbarschaftshilfe *zeitreich*,  
Sachsenring 54,  
31137 Hildesheim.

Email: [info@zeitreich-hi.de](mailto:info@zeitreich-hi.de)  
Tel: 05121-2853480

**MOROLINI**

Kinder-Second-Hand  
und mehr...  
Wallstraße 1

[www.morolini.com](http://www.morolini.com)

Ich akzeptiere Einkaufsgutscheine  
des Job - Centers

**1,-€ Gutschein**  
beim Einkauf ab 5,-€



### Singen entspannt, belebt und schafft Freu(n)de

Der VHS Chor lädt zum Schnuppern bzw. zum Mitsingen ein. Hier können Sänger und Nichtsänger ein mehrstimmiges und klangvolles Liedrepertoire, z.B. Chorsätze, moderne Arrangements aus Pop, Swing, Musical und internationale Lieder erlernen. Neben regelmäßigem Stimm- und Gesangstraining wird auch am Ausdruck, Klanghomogenität und Präsentation gearbeitet. Grundlagen wie auch Kreativität, Flexibilität, Improvisation und Teamfähigkeit werden ebenfalls erlernt. Interessierte, gern auch mit Notenkenntnissen, sind herzlich willkommen. Die Singabende sind immer donnerstags von 18.30 bis 20.00 Uhr. Nähere Informationen gibt es bei der Chorleitung Iris Mache unter: Tel. 051 21 3 23 22 bzw. [kontakt@irismarlin.com](mailto:kontakt@irismarlin.com).