

Ost-Innenstädter

Theaterferienwoche

Geschichten und Musik im Park

Das Theaterpädagogische Zentrum Hildesheim (TPZ) lädt zur Theaterferienwoche ein!

In der ersten Hälfte der Osterferien hat das TPZ wieder eine besondere Theaterferienwoche geplant. Vom 23. bis zum 27. März 2026 treffen sich die Teilnehmenden täglich von 9 bis 14 Uhr, um gemeinsam kreativ zu werden und die Natur mit allen Sinnen zu entdecken. Ausgangspunkt ist das Maluki in der Nordstadt: Bei gemeinsamen Spaziergängen lassen wir uns von den alten Bäumen, wilden Pflanzen und Tieren inspirieren.



Aus diesen Eindrücken entstehen eigene Geschichten, kleine Szenen, Bewegungen

und Musikstücke. Mit viel Fantasie, Spiel und Freude entwickeln die Kinder unter theaterpädagogischer Anleitung ein lebendiges Abschlussprogramm. Zum Ende der Woche werden die entstandenen Beiträge bei einem gemeinsamen Spaziergang durch den wunderschönen Park präsentiert.

Die Teilnahme ist kostenlos und richtet sich an Kinder im Alter von 8 bis 12 Jahren. Das Angebot findet im Bewegungsraum des Maluki (Martin-Luther-Straße 26, 31137 Hildesheim) statt.

Anmeldungen und weitere Informationen gibt es per E-Mail an bewegte-welten@tpz-hildesheim.de oder telefonisch unter 05121-31432. Anmeldeschluss ist der 15. März 2026.



KinderZeit: Osterferienprogramm im RPM

Ferienzeit ist KinderZeit im RPM: In den niedersächsischen Osterferien bieten wir für Kinder und Jugendliche unterschiedlicher Altersstufen spannende Workshops!

24. 3. 2026 und 31.03.2026 von 14 – 16 Uhr
„Es ist angerichtet: Auf die Eier fertig los!“
(Alter: 10 bis 12 Jahre)

In unserer Ausstellung heißt es: Suchen, entdecken, mitmachen!

Versteckt sind 15 Ostereier und jedes ist gefüllt mit einer spannenden Geschichte über Osterbräuche aus aller Welt, über den Osterhasen, das verzwickte Ei des Kolumbus und vielem mehr.

Wer ein Ei findet, darf es behalten und selbst

kreativ werden. Hauche deinem Ei Leben ein und gestalte darin deine eigene dreidimensionale, kunterbunte Oster-Frühlingswelt. Mach mit und erlebe die Geschichte von Ostern mal anders!



25. 3. 2026 und 1. 4. 2026 von 14 – 16 Uhr
„Tierisch pflanzlich! Auf Spurensuche in der ägyptischen Dauerausstellung“

(Alter: 6 bis 9 Jahre)

Aufgepasst: In der Ausstellung streifen die Tiere Ägyptens überall herum!

SALON HÖPER
Kardinal-Bertram-Str. 11

31134 Hildesheim

Tel: 05121-37903

Di-Fr. 9.00-18.00 ★ Sa. 8.00-13.00

Friseurteam sucht Verstärkung

POV: DU BIST 3000 JAHRE ALT

HAST ABER IMMER NOCH FAME

Wir wünschen unseren Patienten ein frohes Osterfest und sonnige Tage.
M. Peyvandi und das Praxisteam

Wir sind umgezogen

Ostendallee 5, 31135 Hildesheim
Tel. 0 51 21/8 39 81
www.zahnarzt-praxis-peyvandi.de
In der Nähe von Café Del Sol und Helios Klinikum

Unsere Leistungen:

- Angstpatienten
- Prothetik (Hochwertiger Zahnersatz)
- Ästhetische Zahnheilkunde
- Implantologie
- Oralchirurgie
- Lasertherapie
- Professionelle Zahnreinigung
- Kinderzahnheilkunde
- Vollnarkose, Lachgassedierung

Wir freuen uns, Sie in unserer neuen, modernen Zahnarztpraxis im Ostend begrüßen zu dürfen.

Vom 30. 3. 2026 bis 2. 4. 2026 haben wir Urlaub

Wir suchen

zur Unterstützung unserer neuen, modernen qualitäts- und patientenorientierten Zahnarztpraxis Mitarbeiter/innen für den Bereich Stuhlassistenz, Prophylaxe für Teilzeit oder Vollzeit. Wir freuen uns auf ihre Bewerbung, gerne auch online an Herrn Saadat: info@zahnarztpraxis-peyvandi.de, Tel. 01512-538 0993

TAXI RAUL

raultaxi@mail.de · www.hi-taxi.de

- Krankenfahrten · Besorgungsfahrten
- Flughafentransfer · Kurierfahrten
- Firmenfahrten · Großraumtaxen

05121 / 9999660

0176 / 99933390

Der Ost/Innenstädter

(0175) 402 19 49

oststaedter@t-online.de

Von schnellen Spitzmäusen über neugierige Paviane bis zu abgetauchten Nilpferden und Mumien-Krokodilen – überall war-

ten spannende Entdeckungen. Wer findet die versteckten Tiere und Pflanzen und lüftet ihre Geheimnisse?

Abriss
Abbruch
Brandräumung
Entkernung
Entrümpelung
Schadstoff-
sanierung
Inkl. Entsorgung
(gem. § 53 u. § 54 KrWG)

info@abris-profis.de
www.abris-profis.de

Steuerwalderstr. 22a
31137 Hildesheim

Die Abriss-Profis!
Fachbetrieb TRGS 519 / 521 / 524

Universal Blitz Service seit 1997

☎ 0800 600 70 22 (kostenlos)

☎ 0176 22 78 83 82

Fragen über Fragen?

Wir geben Antworten!

Jetzt auf unserer Website:
29 kurze Erklärfilme –
verständlich, persönlich,
hilfreich.



Goschenstraße 51
31134 Hildesheim

Telefon: 05121 - 3 48 67
info@suessmann-bestattungen.de
www.suessmann-bestattungen.de



Was tun in der zweiten Lebenshälfte? Willkommen im Blog von Kultur 50plus Im Internet <https://k50p.de> Kultur & Lebensfreude pur für die aktive Generation 50plus Unabhängig, ehrenamtlich und ohne jedes finanzielle Interesse. Just For Fun.



Die Blog- und Portalseite Kultur 50plus – K50p im Internet: <https://k50p.de> informiert über interessante Projekte, Möglichkeiten, Aktivitäten und Initiativen der Generation 50plus.

Der Winter, der uns in den letzten Wochen oft mit frostigen Temperaturen, Nässe und Schneefall begleitet hat, scheint nun hoffentlich vorbei zu sein. Der März beginnt und mit ihm naht jetzt wohl endlich der Frühling. Dieser aufregende Monat, in dem die Natur langsam erwacht und die Tage länger werden. Endlich ist die Zeit gekommen, um frischen Wind zu schnuppern, das Winteroutfit beiseite zu legen und sich auf die schönsten Seiten des Frühlings zu freuen. Wir starten mit ersten Aktivitäten, die der Frühling mit sich bringt – sei es Spaziergänge im Sonnenschein, Fahrradfahren, Gartenarbeit oder einfach das Genießen der ersten warmen Sonnenstrahlen. Im März kommen nicht nur Märzenbecher, Krokusse, erste Tulpen und Narzissen, sondern auch die Vorfreude auf weitere Outdoor Veranstaltungen dazu.



Apropos Vorfreude: Da gibt es bei K50p so einige Traditionen. Ein paar milde Tage reichen und die berühmten Scilla-Wiesen am Lindener Berg oder im Georgengarten Hannovers färben sich blau. Immer im zeitigen Frühjahr entfalten die Blausterne ihre Blütenkelche. Dann leuchten riesige Grünflächen in strahlend, leuchtendem Blau der Scilla (Sibirischer Blaustern). Die Scillablüte ist eine der Attraktionen der historischen Parkanlagen. Leider ist Anfang April das „Blaue Wunder“ meist schon wieder vorbei. Ein späterer Besuch lohnt trotzdem. Bei schönem Wetter sind im weiträumigen Park an Sonn- und Feiertagen meist 2 Pferdekutschen unterwegs. Dieses traditionelle Vergnügen hat bis heute nichts von seinem Reiz eingebüßt. Start und Ziel ist am Milchhäuschen. Die gemütliche Fahrt durch den Georgengarten, vorbei an den Sehenswürdigkeiten, dauert etwa

eine halbe Stunde und kostete in den Vorjahren ca. 25 Euro für eine Kutschenbesetzung. Die Kutschen sind vorwiegend ab Ende März zwischen 11 und 17 Uhr unterwegs, wenn das Wetter mitspielt – nichts wie hin und mitfahren! Wenn die Tage länger werden, steigt die Sehnsucht auf gesellige Nachmittage im Gartencafé oder es wächst die Lust zum Besuch des nächstgelegenen Biergartens. Vielleicht entdecken wir dabei sogar neue Wanderziele – direkt vom Biergarten zur nächsten Eisdiele. Endlich wieder die Frage klären, ob der Maßkrug halb voll oder halb leer ist. Aber wer macht sich darüber schon Gedanken, wenn die Hauptsache ist, dass wir wieder gemütlich bei Sonnenschein da draußen sitzen können?

Leider wurde die Bewirtschaftung im Café.Kom in der Volkshochschule eingestellt. Schade, denn viele nette Begegnungen und gemeinsame Momente sind mit diesem Ort verbunden. Aber es gibt auch gute Nachrichten: Wir haben direkt in der Nähe eine tolle Alternative gefunden, die uns neue Möglichkeiten eröffnet. Dort können wir unsere monatlichen Treffen und Aktivitäten in gewohnter Atmosphäre fortsetzen – sicherlich auch mit frischem Wind und neuen Ideen.

Mit Blick auf die kommenden Wochen freuen wir uns wieder auf neue Veranstaltungen, neue Begegnungen und neue, gemeinsame Projekte. Bleiben Sie gespannt! Weitere Informationen auf unserer Homepage Kultur50plus unter <https://k50p.de> sowie alle aktuellen Termine in der Signal-Messenger-Gruppe. Wie man Signal installiert und einer Signal-Gruppe beitreten kann, steht auf unserer Homepage unter dem Menüpunkt Signal-Chat. Die Teilnahme ist kostenlos. Die Kommunikation der Mitmachenden untereinander erfolgt bei Bedarf per Telefon, E-Mail und Signal-Messenger. Natürlich kann WhatsApp parallel neben Signal auf dem Smartphone weiterhin benutzt werden.

Gut, wenn es nette Mitmenschen gibt, die man mal fragen kann. Eigeninitiative und neue Ideen sind empfehlenswert. Wir freuen uns schon auf neue Gespräche, lustige Geschichten und einen gemütlichen Austausch. Bei unseren Treffen gibt's Tipps zu Aktivitäten, bei denen man Spaß hat, fit bleibt und neue Leute kennenlernen kann. Und wer weiß, vielleicht entdeckt man ja das ein oder andere Talent, findet Hilfe im Umgang mit den neuen Medien oder erfährt das perfekte Ziel für den nächsten Ausflug.

© Copyright 2026 Jürgen Warps





Steinofen PIZZERIA

05121 - 30 33 614

Himmelsthürer Straße 61 a,
HI-Bockfeld
Kleines Restaurant und
Außerhausverkauf.

www.steinofenpizzeria.com

Genießen
Sie das
italienische
Original!

IMPRESSUM

Herausgeber: Axel Fuchs
Redaktions- und Anzeigen-Anschrift: Ostertor 7
31134 Hildesheim, Tel. (0175) 402 19 49
Redaktionsschluss ist der 25. jeden Monats, bis 13 Uhr,
gilt auch an Sonn- und Feiertagen.
E-Mail: oststaedter@t-online.de
Internet: www.hildesheimer-stadtteilzeitungen.de



»KLAMOTTE« SECONDHAND

INH. GUNDULA BOWE



Einumer Str. 16
31135 Hildesheim
Telefon
05121-1747422

- Hier finden Sie Markenkleidung
- Einzelstücke namhafter Hersteller und Designer
- Große Auswahl an Schuhen und Taschen

ÖFFNUNGSZEITEN

Mo.-Fr.	10.00–18.00 Uhr	Sa.	10.00–13.00 Uhr
---------	-----------------	-----	-----------------



Secondhand-Mode:

Mehr als nur ein Trend





Oststadt Grill – Hier wird Genuss großgeschrieben!

Oststadt Grill

Öffnungszeiten: Mo.-Fr.: 11.00 - 23.00 Uhr
Sa.-So.: 14.00-23.00 Uhr

Tel.: 05121 / 678 98 18
anrufen > bestellen > abholen

Einumer Straße 94,
31134 Hildesheim

Ein Abend mit Tobi Schlegl und seinem Buch „Leichtes Herz und schwere Beine“

Am Freitag, den 27. März 2026 von 18.30 bis 20.30 Uhr präsentiert er in der VHS Hildesheim, Pfaffenstieg 4-5, Raum 318, Riedel-Saal, sein Buch. Tobi Schlegl, geboren 1977 in Köln, ehem. Moderator bei VIVA, dem ZDF-Kulturmagazin aspekte und Frontal, sowie weiteren Formaten in Radio und TV. 2016 kam ein Wandel – das Fernsehen rückte in den Hintergrund und er wurde Notfallsanitäter, arbeitete z. B. auf Rettungsschiffen im Mittelmeer. Seine Erfahrungen verarbeitete er in unterschiedlichen Büchern, wie etwa „Schockraum

und See. Not. Rettung.“ Obwohl er kein Wanderfreund ist, pilgerte er im Jahr 2024 mit seiner damals 73-jährigen Mutter den Jakobsweg. Warum? Unter anderem, weil er ihr diesen lang gehegten Wunsch erfüllen möchte.

Interessant ist, dass er als Sohn seine Mutter eben als Mutter kennt und wahrnimmt. Auf dem Camino lernt er sie und sich ganz neu kennen.

Als Moderator führt Michael Harms (Heilpraktiker für Psychotherapie und Coach) durch den Abend.

Ronja Maltzahn

Am Samstag, den 21. März gibt sie in der Kufa ab 20 Uhr ein Konzert. Der Eintritt ist 21€ (VVK: 19€). Sie spielte das „Cello“ für Udo Lindenberg, als ihr im vorletzten Sommer der Panikpreis für deutsche Newcomer verliehen wurde. Im Folgejahr wurde die Songpoetin und Produzentin von der Hanns-Seidel-Stiftung ausgezeichnet, die meisten Menschen kennen ihren Namen wohl noch aus der Debatte um ihre Dreadlocks im Vorjahr. Tänzerisch wechselt sie vom Cello zur Ukulele, zum Klavier und Synthesizer, ihre Stimme zeichnet Fäden von Poesie in die Luft. Erzählt Geschichten vom Unterwegssein, von Lebensfreude und tiefer Verbundenheit. Vor sieben Jahren hat Ronja ihren argentinischen Partner und Bassisten Fede in Italien kennengelernt, seitdem haben die beiden viele hundert Konzerte gespielt mit verschiedensten Formationen ihrer Musikfamilie („BlueBird Orchestra“ genannt), zahlreiche Länder bereist und ihre Songs in verschiedene Sprachen übertragen. „Wenn er schön ist, frag nicht, wohin der Weg dich führt...“ DIE MUSIK Das erste musikalische Kapitel von BUTTERFLY AND WOLF. WOLF steht für alles Laute und Kraftvolle in ihrem Leben, ihr Rudel, ihr Team, das WIR. Im Kontrast zu allem Leisen, Zarten, nach innen Gekehrten, zutiefst Per-

sönlichen. Ronjas feine Stimme wird von großen Soundkulissen eingearbeitet, elektronische Synth-Vocoder prallen auf orchestrale Höhepunkte mit vielstimmigem Chor. Eine Prise Billie Eilish und Auroras elfenhafte Handschrift, gepaart mit der Orchesterweite von Hans Zimmer.



Aufgespießt

Herzliche Grüße?

Wer legt ein Herz mir hier zu Füßen?
Wer will den Tag mir heut' versüßen?
Die Enttäuschung ist dann groß.
Kaugummi ist es ja bloß.

Man spuckt das Gummi doch zu Haus
auch nicht so auf den Boden aus.
Und auf der Straße darf es sein?
Nein, auch als Herz ist das nicht fein.



Gesehen in der Burgstraße
©ElviEra Kenschke

Neueröffnung
Juli 2025

HI-physio

o s t e n d

Praxis für Physiotherapie und Osteopathie

• Krankengymnastik • Manuelle Therapie • Manuelle Lymphdrainage
• Krankengymnastik nach PNF • Elektro-/Ultraschalltherapie • Fango
• Osteopathie • uvm.

Außerdem neu: **HI-physiofit** mit Milon- und five-express-Zirkel

Bördestraße 21 • 31135 Hildesheim • 05121 9996414

info@hi-physio.de
www.hi-physio.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

Offenes Faserwerk – Gemeinsames Arbeiten, Stöbern und Kennenlernen. Das Faserwerk öffnet seine Türen – immer montags und donnerstags von 15 bis 18 Uhr. Im Second-Hand-Bereich kannst du stöbern und neue alte Lieblinge für deinen Kleiderschrank entdecken.

daheim
STATT HEIM
KRANKENPFLEGE
rundum gut versorgt

- ambulante Kranken- und Altenpflege
- Alltagsbegleitung
- Begleitung bei MDK Gutachten
- Behindertenhilfe
- Besuchsdienste
- Einkaufshilfe
- hauswirtschaftliche Hilfe
- Pflege von Schwerkranken und Sterbenden
- Urlaubs- und Verhinderungspflege

worklifeplus.de/dsh-hi

24h erreichbar:

☎ 05121 • 3 30 30

Hauptsitz
Hildesheim
Sedanstr. 48
31134 Hildesheim

Pflegestützpunkt
Algermissen
Marktstr. 8
31191 Algermissen

Tagespflege
Ostend
Am alten Wasserwerk 16
31135 Hildesheim

www.dsh-hi.de • info@dsh-hi.de

3



Stolpersteine im Langen Hagen 32 - Gedenkbuch

Im Michaelisquartier gibt es an drei Orten Stolpersteine: Hagentorwall vor dem Andreanum, vor der Michaeliskirche und im Langen Hagen.

Vor dem Haus im Langen Hagen 32 wird dem Ehepaar Magdalene Cohn, geb. Wurm und Werner Cohn mit 2 Stolpersteinen gedacht.

Der Kaufmann Werner Cohn wurde am 15. Februar 1904 in Putzig (Posen) geboren; seine Ehefrau Magdalene am 17. November 1910 in Hildesheim. Werner gehörte der jüdischen Glaubensgemeinschaft an, Magdalene war Katholikin. Am 4. Februar 1930 heirateten die beiden. Zunächst wohnten sie in der Peiner Straße, dann in der Humboldtstraße, der letzte dokumentierte Aufenthalt von Werner Cohn war Langer Hagen 32.

Werner Cohn flüchtete 1937 in die Niederlande, wurde 1943 im Sammellager Westerbork interniert, 1943 in das Vernichtungslager Sobibor deportiert



und am 11. Juni 1943 ermordet.

Magdalene Wurm war starken Repressalien u.a. mit Gefängnis ausgesetzt; stimmte im April 1943 nach Druck der Scheidung zu und nahm ihren Mädchennamen Wurm wieder an. 1946 heiratete sie in Hildesheim den Ungarn Stephan Somos, wanderte

mit ihrem Ehemann nach Kanada aus und starb dort im April 2001.

Die Schicksale des Ehepaars Wurm sind Teil der Biografien im GEDENKBUCH: FÜR DIE ALS JUDEN VON 1933 BIS 1945 VERFOLGTEN HILDESHEIMERINNEN UND HILDESHEIMER.

Ein Recherche team um Dr. Hartmut Häger und den Mitwirkenden Sabine Brand, Ann-Kathrin Möhle und dem im Jahr 2025 verstorbenen Peter Thon rufen die vielen Einzelschicksale in unsere Erinnerung.

Herausgegeben in der Schriftenreihe des Stadtarchivs: Quellen und Dokumentationen zur Stadtgeschichte Hildesheims, Band 23

Das Buch ist im Lesesaal des Stadtarchivs zu den Öffnungszeiten (Di+Mi 9-16, Do 9-18 Uhr) erhältlich. Es kostet 45 €.

Text: Waltraud Engelke / Foto: Karl Scheide

Präsentation des Gedenkbuches im Rathaus



Am Mittwoch, 4. Februar, wurde im Rathaus das „Gedenkbuch für die als Juden verfolgten Hildesheimerinnen und Hildesheimer“ unter großer Anteilnahme der Bevölkerung der Öffentlichkeit vorgestellt. Oberbürgermeister Dr. Ingo Meyer eröffnete die Veranstaltung im vollbesetzten Ratssaal – darunter unter anderem auch Michael Fürst (Präsident des Landesverbandes der Jüdischen Gemeinden in Niedersachsen) und Hildesheims Ehrenbürgerin Dr. Lore Auerbach – und betonte die Bedeutung des Werkes hinsichtlich der Erinnerung der Opfer antisemitischer Gewalt.



Foto links: Oberbürgermeister Dr. Ingo Meyer konnte zahlreiche Gäste zur Vorstellung des Gedenkbuches im Ratssaal begrüßen

Foto rechts: Stellten das Gedenkbuch der Öffentlichkeit vor (v. l.): Professor Michael Schütz, Oberbürgermeister Dr. Ingo Meyer, Sabine Brand, Dr. Hartmut Häger, Ann-Kathrin Möhle, Channah von Eickstedt und Prof. Michael Gehler.

Text: Auszug Presseinfo Stadt Hildesheim / Fotos: Stadt Hildesheim

Musikalische Veranstaltungen im Weltkulturerbe

Abendklang im Welterbe

Sonnabend, 7. März, 18.00 Uhr, St. Michaelis
Freuen Sie sich auf Frauen-Power beim nächsten Abendklang im Welterbe! Hanna Schrötke (Posaune) und Nepheli Elsas (Klavier) musizieren Werke aus unterschiedlichen Jahrhunderten, durchwoben von Psalmtexten, die zum Nach- und Weiterdenken auffordern.

Eintritt frei. Pay-what-you-can.

Abendklang im Welterbe „Jauchzet dem Herrn, alle Welt“

Sonnabend, 14. März, 18.00 Uhr, St. Michaelis

Die 34. Hannoverschen Bläserstage gehen in die nächste Runde und wir freuen uns auf das gemeinsame Konzert im Rahmen der beliebten Konzertreihe ABENDKLING.

Im Zentrum stehen Werke aus der druckfrischen Notenausgabe „Jauchzet dem Herrn, alle Welt“, die vom EPiD- Musikausschuss herausgegeben wurde. Freuen Sie sich auf unsere Michaeliskirche, gefüllt vom Klang vieler Bläserinnen und Bläser und den einzigartigen Klangfarben der Michaelisorgel. Die

Leitung haben die beiden Landesposaunenwarte Christian Fuchs und Lennart Rübke, an der Orgel ist KMD Angelika Rau-Dulo zu hören. Eintritt frei. Pay-what-you-can.

Sonnabend, 28. März, 18.00 Uhr, St. Michaelis
Musikalisches Abendlob – Abendgottesdienstreihe mit musikalischem Schwerpunkt

Hanno Harms (Tenor), Kirchenmusikdirektorin Angelika Rau-Culo (Musik)

Pastor i.R. Jürgen Loest (Liturgie, Kurzpredigt).

Text und Foto: Angelika Rau-Culo

Diese Sponsoren sind bei der Finanzierung der Doppelseite über da



Bund der Caritasstiftungen
**Seniorenhilfe
Magdalenenhof
Hildesheim**

BESTATTUNGEN SEIT 1850
KÜSTER
WENN DER MENSCH
DEN MENSCHEN BRAUCHT



Diakon
in der Region Hildesheim

RPM begrüßt 1000. Kind in neuer Ägypten-Dauerausstellung

Am 13. Dezember wurde im RPM Museum Hildesheim die neue Ägypten-Dauerausstellung mit einem großen Fest für die ganze Familie eröffnet. Jetzt hat das Museum das 1000. Kind in der Ausstellung begrüßt – und mit besonderen Geschenken überrascht.

„Der große Fluss in Ägypten heißt Nil!“ Die 6-jährige Bella aus Hildesheim weiß nicht erst seit ihrem Besuch der neuen Ägypten Dauerausstellung im RPM diese Woche genauestens Bescheid über Land und Leute im alten Ägypten. „Sie ist ein großer Ägypten-Fan und verschlingt gerade alles zu dem Thema“, ergänzt Bellas Mutter Nicole Beilicke lachend. Umso mehr freuen sich beide über das großformatige, farbenprächige Ägypten-Buch, das der Hildesheimer Gerstenberg Verlag dem 1000. Kind in der Ausstellung stiftet.

Der Freundeskreis Ägyptisches Museum Wilhelm Pelizaeus e.V. spendiert dazu noch eine zweijährige Mitgliedschaft, mit der Bella freien Eintritt ins RPM erhält. Somit kann Bella in den kommenden zwei Jahren nicht nur „ihr“ Ägypten ganz oft besuchen, sondern auch die Entstehung weiterer neuer Dauerausstellungen begleiten, in denen das RPM seine

vielfältigen Sammlungen familien- und erlebnisorientiert präsentiert.

Alle anderen Kinder und Jugendlichen von 6 bis 17 Jahren können das Museum dank der großzügigen Finanzierung durch den Freundeskreis Ägyptisches Museum Wilhelm Pelizaeus e.V. zum ermäßigten Eintritt von nur 3,50 € besuchen. Erwachsene zahlen bis zur Fertigstellung der Ägypten-Dauerausstellung nur 7,50 € statt 12,50 €.



Nicole Beilicke aus Hildesheim (links) mit ihrer Tochter Bella, dem 1000. Kind in der neuen Ägypten-Dauerausstellung im RPM - Text und Foto: Presseinfo RPM

Frühjahrsputz in Hildesheim Auch im Michaelisviertel

Vom 13. bis 22. März sind die Hildesheimerinnen und Hildesheimer wieder dazu aufgerufen, ihre Stadt im Rahmen des traditionellen Frühjahrsputzes von achtlos weggeworfenem Müll zu befreien.

Beteiligen können sich neben Einzelpersonen und privaten Gruppen auch wieder Ortsräte, Vereine und Verbände, Schulen, Kitas,

Ein Termin für den Liebesgrund im Michaelisviertel: Sonntag, 15.03. um 15.30 Uhr. Treffpunkt: Bushaltestelle Kardinal-Bertram-Str. (Richtung Bohlweg).

Schwanzmeisen im Wohl



Nach 2 Jahren wieder im Garten - Foto: Karl Scheide

Einladung: Stammtisch im MQ

Der nächste Stammtisch im Michaelis-Quartier findet am Donnerstag, 19.03. um 18.00 Uhr im Schär-ling statt. Zukünftige Termine werden jeweils auf den 3. Donnerstag im Monat geplant.

Info Burkhard Keil

Musik in St. Michaelis



Hanna Schrötke, Posaune / Nepheli Elsas, Klavier
Gesa Godbersen, Texte / Sa, 7. März | 18.00 Uhr

Nächste Redaktionssitzung:

Mittwoch, 18.03.2026, um 16:00 Uhr

Im Magdalenengarten Mitte Februar 2026



Der Magdalenengarten Mitte Februar: Noch liegt er im Winterschlaf!

Es gibt einige Schneereste, aber die ersten Frühlingsboten zeigen sich, wenn auch etwas schüchtern. Schneeglöckchen sind die ersten Frühblüher, zu entdecken am Wegesrand im Nordbereich. Meisen rufen bereits nach Partnern und inspizieren schon

mal die Nistkästen. Knospen sind in Lauerstellung, Insekten Mangelware. Dafür kann man aber einen frühen Osterhasen entdecken...

Alles wartet auf mildere Tage und auf die Kraft der Sonne!

Text und Fotocollage: Dieter Goy

es Michaelisquartier im Ost-Innenstädter mit dabei. Vielen Dank!

Wald mit allen Sinnen - Auszeit für Erwachsene

Gönnen Sie sich eine Pause vom hektischen Alltag und tauchen Sie ein in die wohltuende Atmosphäre des Waldes. Bei diesem Angebot erleben Sie die Natur mit allen Sinnen: bewusst schauen, hören, riechen, fühlen – und dabei Schritt für Schritt zur Ruhe kommen.

In achtsamen Übungen, langsamen Bewegungen und kleinen Impulsen lade ich Sie ein, den Wald als Kraftort zu erleben. Lassen Sie Stress los, finden Sie Abstand vom Gewohnten und schenken Sie sich Zeit nur für sich selbst.

Dieser Kurs ist Teil einer Reihe, die uns durch die Sommermonate begleitet und den Wandel der Natur erleben lässt.

Samstags, 11.00–14.00 Uhr, Treffpunkt: Jahnswiese. Die Termine 09.05.2026, 13.06.2026, 15.08.2026 und 12.09.2026 können einzeln oder mehrfach gebucht werden.

Kosten: 23,00 € pro Termin

Information und Anmeldung: ev. FaBi, Steingrube 19A, fab@familiehildesheim.de. (05121) 13109

„Memes aus dem alten Ägypten“ (Alter: 12 bis 16 Jahre) im Roemer-Pelizaeus-Museum am, 26. 3. 2026 und 2. 4.2026 jeweils 14–16 Uhr.

Ehrlich: Manche Statuen schauen, als hätten sie gerade richtig Drama am Start – voll Meme-Vibes. Krasse Posen, Drama pur und Gesichtsausdrücke, die man sofort fühlt. Sind Memes echt erst neu – oder gab's die schon bei den Ägyptern? Zum Abschluss wird's kreativ: gestaltet eure eigenen Memes mit Motiven aus dem RPM – frech, witzig und überraschend relatable! Informationen: Osterferienprogramm im RPM Kosten: 3,50 € pro Person und Termin (inklusive Eintritt) zzgl. 4,00 € Materialkosten pro Person. (max. 15 Personen).

Sonntagnachmittag in Gesellschaft

Das Internet Cafe Trialog in der Teichstr.6, Hildesheim hat am 8. 3., 22. 3., 12. 4. und 26. 4. 2026 von 14.30 bis 17 Uhr geöffnet. Es ist für ALLE, die für kleines Geld mit leckerem Kuchen und Getränken den Sonntagnachmittag in Gesellschaft verbringen möchten

Sehr gute Ergebnisse bei Jugend musiziert

Am Samstag, den 24. Januar 2026 fand der Regionalwettbewerb „Jugend musiziert“ in Peine statt.

Aus der Musikschule Hildesheim haben Schülerinnen und Schüler hervorragende Ergebnisse erreichen können. So freuen sich Jakob Löhr und Jakub Cichy über jeweils einen 1. Preis mit 22 Punkten am Drum-Set sowie Matilda Hoffmann und Laurin Nima Büch über jeweils einen 1. Preis mit 23. Punkten am Klavier.

Matilda und Laurin werden die Hildesheimer Musikschule nun auf dem Landeswettbewerb vom 12.–15. März 2026 in Osnabrück vertreten.

Keinen Ost-Innenstädter bekommen - hier liegt er aus

Oststadt: Edeka Wächter, Frankenstraße 2B; Godis Backstube, Ecke Orleansstr./Goethestr.; Lotto /Toto Kiosk ST., Einumer Str.19; Wendes Festtagsbäckerei, Einumer Str.14. **Ostend:** Landbäckerei Grube, Ostendallee 10. **Stadtfeld:** Sandras Kiosk, Triftäckersstr. 14. **Neustadt:** Bäckerei Safft, Ecke Goschen/Annenstr.; Cafe Pirella, Neustädter Markt 55; Fasson Textilpflege, Neustädter Markt 49; Teekesselchen, Küsthardtstr. 3. **Innenstadt:** Bäckerei Duygu, Bahnhofsallee 21; Bäckerei Duygu, Schuhstraße 34; Bäckerei Engelke, Filiale Bahnhofsallee, Bahnhofsplatz 5; Chapeau Claque, Osterstraße 58; Fleischerei Kratzenstein, Kurzer Hagen 1; Vitalzentrum Brandes&Diesing, Osterstr. 5. **Michaelisgebiet:** Fleischerei Bartels, Dammstraße 8; Volkshochschule, Pfaffenstieg 4–5, Die Insel, Dammstr. 30. **Moritzberg:** Müller am Berg, Dingworthstr. 31

Der Ost-Innenstädter online unter www.hildesheimer-stadteilzeitungen.de

biber GmbH
Ambulante Pflege



professionelle Pflege daheim

Rex-Brauns-Str. 9 Tel 05121 - 514154
31139 Hildesheim Fax 05121 - 52769
E-Mail: ambulante@bi-ber.de

www.biber-pflege.de

Wir drucken umweltfreundlich ...
... mit Biostrom

Natürlich von EVI Hildesheim und zu 1/3 selbsterzeugt 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

Der Hildesheimer Literaturwettbewerb 2026

Förderverein
FORUM
LITERATUR
BÜRO E.V.

Einsendungen sind vom 1. 3.–10. 5. 2026 möglich.

Das Motto in diesem Jahr heißt „Im Stillen“ und gibt bewusst Raum für die eher leisen Themen, welche die Menschen im Schatten einer krisengeschüttelten Zeit besonders bewegen.

Der Urknall war lautlos und die Schöpfung ist noch lange nicht am Ende, sondern in vollem Gange, wie wir mit jedem neuen Tag erleben dürfen. Und das lässt hoffen!

Das Besondere

Der Wettbewerb findet zum 5. Mal über das Portal der Hildesheimer Literatur-Apotheke statt www.literatur-apotheke.de. Man kann Lyrik und Prosa einreichen. Alle Generationen können mitmachen. Es gibt keine akademischen oder altersbedingten Schranken. Man muss noch nichts veröffentlicht haben oder im konventionellen Literaturbetrieb vorkommen. Jeder eingesendete Beitrag wird sofort online gestellt und kann von den Usern gelesen, bewertet und kommentiert werden.

Der Wettbewerbsraum

Wer die Sprache hat, hat auch die Gedanken! Der Wettbewerb ist Ansporn – Teilnahme und Teilhabe zugleich! Geht es doch in der Kunst des Wortes immer wieder darum, das Unsagbare sagbar zu machen. Neben der Suche nach den schönsten Beiträgen, den größten Nuggets im Fluss der Poesie ist uns auch die Motivation der Autoren und Autorinnen wichtig. Was treibt die Menschen zum Schreiben? Was macht es so spannend auf dem Meer zwischen den Zeilen? Worin liegt die Bedeutung des Poetischen in dieser Zeit?

Mit Freude sehen wir, wie viele Menschen im Schreiben einen Ausdruck suchen; darunter viele (noch) unbekannte Autoren und Autorinnen, die im Literaturbetrieb kaum keine Möglichkeit finden, sich Gehör zu verschaffen.



Mit dem Wettbewerb wollen wir auch den unmittelbaren Austausch fördern, die abstrakte Rezensionskultur aus der Gefangenschaft des Akademischen befreien und für neue Leser und Leserinnen attraktiv machen.

Ermittlung der Preisträger

Der Publikumspreis!
Die Publikumsjury

sind hier alle Leser, die eine Bewertung auf der Webseite zu den eingereichten Beiträgen abgeben. Das schließlich am besten abgestimmte Werk wird am Ende zum Publikumspreisträger gekürt.

Der Jurypreis! Eine hochkarätig besetzte Fachjury mit 7 prominenten Lesern aus verschiedenen Lebensbereichen ermittelt in einem intensiven Auswahlverfahren die Jury-Preisträger.

Prämierung der Preisträger

Was gibt es Schöneres für (noch) unbekannte Autoren als veröffentlicht zu werden! Dies beabsichtigen wir auf vierfache Weise:

- über einem öffentlichen Festakt im Oktober 2026 in der Dombibliothek zu Hildesheim
- über Plakate und Preisträgerbroschüren im öffentlichen Stadtverkehr, bei tägl. 50.000 Fahrgästen ein Riesenpublikum.
- über die Schaffung von monumentalen Lesezeichen in der Innenstadt
- über Veröffentlichung auf einer Bestenliste im Internet

Viele unserer Kultur- und Literaturformate, die wir entwickelt haben, finden weit über Hildesheim hinaus Beachtung. Die Bürgerresonanz ist enorm; bei unseren Projekten der Lese- und Schreibförderung partizipieren Viele, die sonst kaum Chancen hätten sich auf literarische Weise Gehör zu verschaffen.

DENTAL FRISCH

"Gepflegter Zahnersatz Visitenkarte eines Prothesenträgers"

Herstellung von Zahnersatz

- Kronen
- Brücken
- Totale Prothesen
- Kombierter Zahnersatz
- Implantatversorgung (Suprakonstruktion)
- CAD/CAM Zirkon Vollkeramik
- Fräs- 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@web.de

Marco Conrad
Meister der Zahntechnik

Osteoporose - die Knochen stark machen

Jede 4. Frau ist von Osteoporose betroffen. Sie wird auch Knochenschwund genannt – und Oberschenkelhalsbruch oder andere Brüche sind die gefürchteten Folgen. Doch wir können etwas tun! Die Knochendichte lässt sich durch die Ernährung positiv beeinflussen.

In diesem Kurs lernen Sie, wie Sie dem Knochenschwund aktiv vorbeugen können. Beim ersten Termin geht es um die Theorie: Was ist Osteoporose eigentlich genau? Am 2. und 3. Termin wird es praktisch: wir kochen gemeinsam, probieren geeignete Rezepte aus, essen zusammen und bekommen viele Tipps für den Alltag.

Wo? Ev. Familien-Bildungsstätte, Steingrube 19A
Wann? Ab 12. 5. 26, 3x dienstags, 14.00–17.00 Uhr
Kosten: 58,00 € (plus Lebensmittelumlage)
Information und Anmeldung: fab@familiehildesheim.de, 051 21-13 1090



Der Anfang ist gemacht.

Das S Broker DepotPlus mit 50 Euro ETF-Startprämie

Jetzt Depot eröffnen und ETF-Anteil sichern – zusätzlich zu diesen Vorteilen:

- Neukunden traden 12 Monate für nur 1,99 Euro Orderprovision
- Junge Anleger profitieren von Young Invest

Depot eröffnen unter:
www.sparkasse-hgp.de/depotplus

Weil's um mehr als Geld geht.



NATUR-CONCEPT®

Gesunde Raumgestaltung und mehr

FRÜHLINGSAKTION – NEUE KRAFT

Gesundwohl von PRIMAVERA – natürliche Unterstützung für die ganze Familie. **Atmewohl** fördert freies Durchatmen und unterstützt das Immunsystem – besonders in der Erkältungszeit.

Frauenwohl stärkt die weibliche Balance in sensiblen Phasen. **Schlafwohl** schenkt Ruhe und Geborgenheit für eine erholsame Nacht. **Mundwohl** sorgt für natürliche Frische und ergänzt die tägliche Zahn- und Mundpflege.

Jetzt 15 % Rabatt auf das gesamte GESUNDWOHL- und ATMEWOHL-Sortiment. Nur solange der Vorrat reicht.

PRIMAVERA

15% reduziert

André Parpeix, Malermeister · Richard-Gerlt-Str. 2 (Lachnerring) · 31137 Hildesheim
Telefon: 0 51 21 - 2 52 35 · Telefax: 0 51 21 - 60 50 10 · www.natur-concept.de

Hildesheimer Ostend erhält Chance auf ein Quartiersmanagement

DEUTSCHE FERNSEHLOTTERIE unterstützt Sozialraumanalyse



v.l.n.r. Stephan Masch, Repräsentant der DEUTSCHEN FERNSEHLOTTERIE; Rahel Tiemeyer, Cluster Projekte GmbH; Florian Wiechmann, Geschäftsführer des Cluster e.V. & Ina Benigna Hellert-Dillenberger, Stadtteilarbeiterin des Cluster e.V. bei der symbolischen Übergabe der Fördersumme im Hildesheimer Ostend

Bei der heutigen offiziellen Fördermittelübergabe der DEUTSCHEN FERNSEHLOTTERIE konnte sich der gemeinnützige Cluster e.V. über eine zweckgebundene Förderung in Höhe von 53.500 Euro freuen. Mit dieser Unterstützung werden entstehende Personal- und Honorarkosten sowie projektbezogene Sachkosten für das Vereinsprojekt „TÜR & TREFF - Sozialraumanalyse und Konzeptentwicklung zur Stadtteilarbeit im Hildesheimer Ostend“ bis Ende des Jahres 2026 sichergestellt. Die Gesamtkosten dieses sozialen Vorhabens belaufen sich auf knapp 70.000 Euro. „Wir danken der DEUTSCHEN FERNSEHLOTTERIE für ihr Vertrauen und die Förderung. Gemeinsam schaffen wir Möglichkeiten für gesellschaftliche Teilhabe, durch die das neue Quartier von Anfang an mehr Lebensqualität gewinnt“, betont Florian Wiechmann, Geschäftsführer des Cluster e.V.

Im Hildesheimer Ostend leben rund 1.200 Menschen. Zwar gibt es durch Spielplatz und Gastronomie bereits erste „dritte Orte“, jedoch fehlen im neu entstandenen Stadtteil auch noch Möglichkeiten und Anlässe zum Austausch. Das neue Quartiersprojekt des Cluster e.V. setzt gezielt dort an, wo Menschen ohnehin unterwegs sind – beispielsweise im Supermarkt, an der Bushaltestelle oder auf dem Spielplatz – und ermittelt auf diese Art, welche Bedarfe bei den Anwohnern und den Unternehmen im Stadtteil vorhanden sind. Im geförderten Projektabschnitt steht die Quartiersanalyse im Zentrum, auf die anschließend mit Begegnungsaktionen aufgebaut werden soll. Mit niedrigschwelligen Einladungen und Angeboten soll das Projekt unter dem Arbeitstitel „Tür & Treff“ zukünftig Möglichkeiten zur Mitgestaltung und Teilhabe schaffen. Der Cluster e.V. als Träger des Projekts sieht in der Unterstützung der Deutschen Fernsehlotterie einen wichtigen Impuls für die Entwicklung sozialer Strukturen im Ostend. Anwohner und Unternehmen wer-

den als aktive Gestalter ihres Sozialraums einbezogen, ehrenamtliches Engagement gestärkt und langfristig eine lebendige Gemeinschaft etabliert. Dadurch, dass der Stadtteil noch wenig erschlossen ist, ergibt sich die Chance einer umfassenden Befragung, um an den tatsächlichen Bedarfen anzusetzen. „Der Wunsch nach einem verbindenden

Stadtteil wurde bei bisherigen Veranstaltungen wie dem Stadtteilstfest, einer Müllsammelaktion oder dem lebendigen Adventskalender bereits deutlich. Mit unserem Projekt wollen wir kontinuierliche Angebote und Sichtbarkeit schaffen, damit alle die Chance haben, sich zu Hause zu fühlen und die eigene Umgebung mitzugestalten“, so Ina

Benigna Hellert-Dillenberger, Stadtteilarbeiterin des Cluster e.V.

„Trotz einer modernen Bebauung bleibt das Quartier derzeit ein Ort zum Wohnen, nicht zum Leben. Es fehlen verbindliche Angebote, eine Ansprechstruktur sowie ein Begegnungsort. Umso wichtiger ist es jetzt, ein Projekt wie „Tür & Treff“ zu etablieren, das niedrigschwellig wirkt, koordiniert und Menschen aktiv in die Gestaltung ihres Wohnumfelds einbindet. Dabei möchten wir helfen“, so Stephan Masch, Repräsentant der DEUTSCHEN FERNSEHLOTTERIE.

Im Jubiläumsjahr 2026 feiert Deutschlands traditionsreichste Soziallotterie ihr 70-jähriges Bestehen und steht somit seit 1956 für das Motto „Gewinnen & Helfen“. 755.000 Personen konnten sich im Jahr 2025 über einen Gesamtgewinn von mehr als 45 Millionen Euro freuen, 90 von ihnen gewannen mehr als 100.000 Euro, 11-mal wurde ein Millionengewinner glücklich. Mit jedem Spieleinsatz fördern die Mitspielerinnen und Mitspieler gleichzeitig soziale Projekte für Kinder, Jugendliche

und Familien, Seniorinnen und Senioren, Menschen mit Behinderung oder schwerer Erkrankung, wohnungslose Menschen, Geflüchtete sowie Initiativen im Quartier.

Allein im Jahr 2025 wurden über 70 Millionen Euro an mehr als 400 karitative Projekte in Deutschland ausgeschüttet. Auf das Land Niedersachsen entfielen dabei 23 Projekte mit einer Gesamtfördersumme von rund 3,8 Millionen Euro. In den vergangenen zehn Jahren konnten so insgesamt 313 soziale Vorhaben mit 45,4 Millionen Euro in Niedersachsen unterstützt werden.

Ein Los der DEUTSCHEN FERNSEHLOTTERIE hilft und macht glücklich. Jetzt Los kaufen und mitspielen unter [fernsehlotterie.de](https://www.fernsehlotterie.de)

Räer

AUSRÜSTUNGEN

Camping Falthocker
40 cm
12,90 €

Altes Dorf 18 – 20 | 31137 Hildesheim
Tel. 05121 7487660 | www.raer.de

Verschiebung der Abfuhrtage durch Feiertage

Karfreitag			
von Montag	30.3.2026	auf Samstag	28.3.2026
von Dienstag	31.3.2026	auf Montag	30.3.2026
von Mittwoch	01.4.2026	auf Dienstag	31.3.2026
von Donnerstag	02.4.2026	auf Mittwoch	01.4.2026
von Freitag	03.4.2026	auf Donnerstag	02.4.2026

Ostermontag			
von Montag	06.4.2026	auf Dienstag	07.4.2026
von Dienstag	07.4.2026	auf Mittwoch	08.4.2026
von Mittwoch	08.4.2026	auf Donnerstag	09.4.2026
von Donnerstag	09.4.2026	auf Freitag	10.4.2026
von Freitag	10.4.2026	auf Samstag	11.4.2026

Das Team vom Zweckverband wünscht Ihnen frohe Ostertage!

Telefon: 050 64/9 05-0
Fax: 050 64/9 05-99
E-Mail: info@zah-hildesheim.de
Internet: www.zah-hildesheim.de

ZAH • Bahnhofsallee 36 • 31162 Bad Salzdetfurth

ZWECKVERBAND
ABFALLWIRTSCHAFT
HILDESHEIM