

Ost-Innenstädter



La Tapa
Mediterrane Küche

Veranstaltungen, Partyservice,
Biergarten, Kegelspass, Dart

Moltkestr. 22,
31135 Hildesheim,
Tel.: 05121/2816143
latapa-bar@web.de,
www.latapabar.de

Leseförderprojekt „Das erste Buch“ neu aufgelegt

Leseförderung, Kreativität und vor allem ganz viel Spaß an Büchern – das verspricht das Projekt „Das erste Buch“. Seit 2001 schreiben Drittklässlerinnen und Drittklässler im Rahmen des Projekts in vielen Städten und Landkreisen jedes Jahr fantasievolle Geschichten und malen dazu kunterbunte Bilder. Der Verein „Das erste Buch“ hat sein gleichnamiges Pro-

jekt zur Leseförderung mittlerweile in vielen Städten bundesweit umgesetzt, im vergangenen Jahr erstmalig auch in Hildesheim. „Das erste Buch“ möchte Kindern Lust auf Bücher und das Lesen machen und damit Kreativität und Selbstbewusstsein fördern. Für das Projekt haben Hildesheimer Kinder der dritten Klassen auch 2022 begeistert Geschichten zu den Buchstaben des Alphabets geschrieben und

nicht nur zum Lesen ermuntert, sondern zugleich darin bestärkt, als Autorin oder Autor sichtbar und wirksam zu werden. Das macht



Bernwardstraße 2,
31134 Hildesheim

Öffnungszeiten:
Di.-Fr.: 09 - 18:00 Uhr
Sa.: 09 - 15:00 Uhr
So. und Mo.: Geschlossen

Telefon:
05121-58684

www.salon-genie.de

Überzeugen Sie sich auch von der guten Qualität unserer Perücken.



Gülseren Susanne Maylin Natali



Bei der Buchvorstellung im Rathaus: Kinder der GS Alter Markt mit (hinten v. l.) Bülent Uzuner, Malte Spitzer, Grit Schubert (Lehrerin GS Alter Markt), Mustafa Sancar und Dominikus Penners.

Bilder gemalt. Daraus ist ein wunderbares Buch entstanden, das auch dank der Unterstützung von Sponsoren an die Kinder der ersten Klassen verschenkt wird, um ihnen Spaß am Lesen zu vermitteln.

„Lesen ist bekanntermaßen einer der wichtigsten Bausteine für Bildung und Teilhabe und der Schlüssel zur Welt“, so Malte Spitzer (Erster Stadtrat) im Rahmen der Vorstellung der neuesten Ausgabe im Rathaus. „Daher begrüße ich es als Schuldezernent sehr, dass unser umfangreiches Angebot an Lesefördermaßnahmen seit dem vergangenen Jahr um dieses wunderbare Projekt bereichert wird. Mit dem ersten Buch werden die Kinder

WIEDER GUT HÖREN!

Kostenloser Hörtest Testen Sie z. B. das „Phonak Audéo Lumity“

Zubehör für Hörgeräte

Hörgeräte aller Hersteller (auch zum Nulltarif*)

*Für Mitglieder gesetzlicher Krankenkassen mit Leistungsanspruch und ohrenärztlicher Verordnung. Zzgl. der gesetzl. Zuzahlung von 10€ pro Hörgerät.

auric HÖRGERÄTE  **auric Hörcenter in Hildesheim**
Bahnhofsallee 25
Telefon: (05121) 2 80 80 60

»KLAMOTTE« SECONDHAND

INH. GUNDULABOWE 

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 – VOLL IM TREND



HAARSTUDIO Frank

**Reinkommen – drankommen
– sich wohlfühlen**

Einumer Straße 93 • Hildesheim • Tel. 0 51 21-12692

stolz! Die Realisierung des Projekts hier vor Ort verdanken wir nicht nur dem Verein „Das erste Buch“, sondern auch den hiesigen Sponsoren. Den beteiligten Lehrkräften und den kreativen Schülerinnen und Schülern danke ich ganz herzlich, den Erstklässlerinnen und Erstklässlern wünsche ich viel Spaß beim Lesen!“

2022 haben elf städtische Grundschulen mit 19 dritten Klassen und insgesamt etwa 450 Schülerinnen und Schülern am Leseförderprojekt „Das erste Buch“ teilgenommen. Diese erhielten alle eine Malvorlage mit einem zugei-

Fortsetzung auf Seite 3

SALON HÖPER

Kardinal-Bertram-Str. 11

31134 Hildesheim **Tel.: 05121-37903**



Di.-Fr. 9.00-18.00 ★ Sa. 8.00-13.00

Bei uns stimmen Preis und Leistung.

Die ABRUCHPROFIS aus HILDESHEIM

seit 1997 

**Abriss
Abbruch
Brandräumung
Entkernungen
Entrümpelungen
Handabbruch**

Fachbetrieb TRGS 519/ TRGS 521

(kostenlos anrufen) **0800 600 70 22**
www.ubservice.de

UNIVERSAL BLITZ SERVICE  Steuervaldenstr. 22A
31137 Hildesheim  0176 227 88 382
info@ubservice.de

GBG BESTATTUNGEN



Wir sind für Sie da,
wann immer Sie uns brauchen

Tag & Nacht **05121 / 18 88**

Marktstr.15 | Hildesheim | www.bestattungen-hildesheim.de

Qualitätszertifizierter Bestattungsdienstleister

EUROCERT
DIN EN ISO 9001
04020001



**Nicht wegwerfen!
Reparieren
für Nachhaltigkeit.**

Öffnungszeiten: Mo-Mi 7-17 Uhr, Do 7-18 Uhr, Fr 7-16 Uhr

Orthopädie-Schuhtechnik-Steinwedel
Hildesheim, Ottostraße 5, Telefon 521 66



**125
Jahre!**
1897 - 2022

**Wir verbinden
Tradition und
Moderne.
Danke für Ihr
Vertrauen.**

Goschenstraße 51
31134 Hildesheim

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

**Süßmann
Bestattungen**

Werbung

Sinnvestieren ist, schon mit kleinen Beträgen die eigene Zukunft zu gestalten.

Mit **Deka-FondsSparplan** können Sie regelmäßig sparen und entspannt ein Vermögen aufbauen – für Sie und die Generation von morgen.

Investieren schafft Zukunft.

Jetzt informieren unter:
sparkasse-hgp.de/fondssparen

Allein verbindliche Grundlage für den Erwerb von Deka Investmentfonds sind die jeweiligen Basisinformationsblätter, die jeweiligen Verkaufsprospekte und die jeweiligen Berichte, die Sie in deutscher Sprache bei Ihrer Sparkasse oder der DekaBank Deutsche Girozentrale, 60625 Frankfurt und unter www.deka.de erhalten. Bitte lesen Sie diese, bevor Sie eine Anlageentscheidung treffen.

Sparkasse Hildesheim Goslar Peine

**Deka
Investments**

Finanzgruppe



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.**



Schwuppdwupp ist das neue Jahr auch schon wieder einen Monat alt und der Jahresbeginn ähnelt eher den nassen, dunklen Herbsttagen. Der Winter könnte so schön sein, wäre er nur klar und trocken mit ein bisschen Schnee. Aktuell dauert diese nasskalte, triste Jahreszeit einfach zu lange. Die Tage ziehen sich endlos dahin wie zäher Schnupfen und virenverseuchter Kaugummi. Unsere Sehnsucht auf blauen Himmel und erste Sonnenstrahlen im Vorfrühling steigert sich langsam ins Unermessliche. Außerhalb gepflasterter Wege werden die Stiefel mit jedem Schritt schlammreicher. Nicht gerade ideal bei Outdoor-Aktionen. Da bleibt man doch lieber gleich im gemütlichen Sessel sitzen. Eigentlich brauchen wir gerade jetzt mehr Kino, Café, Kneipe und Kultur zum Überleben. Zum Glück bietet der Februar mit kurzen 28 Tagen neben Valentinstag und Fasching aber noch so einige Möglichkeiten mehr.

Am besten legt man sich jetzt schon mal einen Spazier- und Ausflugsplan zurecht für den nächsten knallblauen Tag mit Frühlingssonne, denn auch dieser langersehnte Moment wird mit Sicherheit irgendwann kommen. So ist man nicht vor lauter Überraschung völlig überfordert, um letztendlich dann doch nur wieder mit der Herde um Hohnsensee oder

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

Wildgatter zu latschen. Als naheliegende Alternative können wir die Rand- und Naturschutzgebiete um Mastberg, Haseder Busch, Schwarze Heide Diekholzen und Kapellenberg in Ottbergen wärmsten empfehlen.

Was steht noch auf unserer To-do-Liste in der nächsten Zeit?

Am Valentinstag doch mal ganz besonders lieb zu anderen Mitmenschen sein.

Die kommende Fastenzeit zum Anlass nehmen, das eigene Konsumverhalten zu überdenken.

Viel Lachen und Bewegung an der frischen Luft, aber auch Kuschneln hilft gegen den Winterblues. Bei Schmuddelwetter einen gemütlichen Abend mit einem Tee in der Hand genießen. Mal wieder richtig Spaß mit Freunden erleben und eine neue Location testen. Zum Braunkohlessen verabreden. Einen Ausflug in die nähere Umgebung planen. Wir werden darüber berichten!



Und falls jemand noch einen Überlebens-Tipp hat – immer her damit! Gern per Mail an: Redaktion@K50p.de oder persönlich per Absprache. Wir freuen uns.

biber

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

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

24 Std für Sie erreichbar!



In diesem Sinne: Tapfer bleiben, auch wenn der Winter weiterhin floppen sollte, einfach durchhalten. Immer locker bleiben, ein bisschen mitjammern, aber keinesfalls vergessen, dass der Frühling schon bald in den Startlöchern steht.

Text und Bilder : Jürgen Warps

IMPRESSUM

Herausgeber: Axel Fuchs
Redaktions- und Anzeigen-Anschrift:
Ostertor 7, 31134 Hildesheim
Tel. (05121) 23947
Redaktionsschluss der nächsten Ausgabe:
Freitag, 17. Februar 2023
E-Mail: oststaedter@t-online.de
Internet: www.hildesheimer-stadtteilzeitungen.de

Zahlen Sie immer noch Miete ?

Kaufen statt mieten!

2-Zimmer-Erdgeschoss-Wohnung
mit Wintergarten, ca. 60qm.
KP: 79.000€ zzgl. Provision
Energie: Gas, Verbrauch: 174 kWh

Besuchen Sie mich auf meiner Internetseite.
Gern rechne ich Ihnen eine Finanzierung.



IMMONALITY

Telefon 0173-6158525
www.immonality.de

Immobilien Christiane Engelhardt
Küchenthalstraße 31 · 31139 Hildesheim

Leseförderprojekt „Das erste Buch“
neu aufgelegt
Fortsetzung von Seite 1

iten Buchstaben. Zudem sollten zu einem vorgegebenen Wort ein Bild gemalt und eine Geschichte geschrieben werden. Die ganze Klasse wählte jeweils das schönste Bild sowie die schönste Geschichte aus, damit diese dann im Buch erscheinen. Insgesamt wurden an alle Hildesheimer Grundschulen 1.470 Bücher verteilt.

Folge deutschlandweit mittlerweile über 500.000 Bücher aufgelegt worden seien. In jeder Stadt gebe es ein anderes Buch mit einer anderen Gestaltung, in Hildesheim sei der Einband zum Beispiel immer safranfarben.

Für die Stadtwerke sei die Unterstützung des Projekts eine Herzensangelegenheit, so Mustafa Sancar. „Wir möchten etwas für die Kinder tun, denn sie sind die Gesellschaft von morgen. Das Leben in unserer Stadt soll funktionieren, daher unterstützen wir gerne in den Bereichen Sport, Kultur und Bildung. Nächstes Jahr sind wir wieder dabei!“

„Die Sparkasse ist bei der Unterstützung von Bildungsprojekten immer an vorderster Stelle dabei“, erläuterte Vorstand Dominikus Penners die Hintergründe des Sponsorings. „Wir haben uns nach-

haltigen Projekten verschrieben und dieses Projekt ist nachhaltig pur“, so Penners weiter mit Blick darauf, dass die Kinder zum Beispiel in 25 Jahren ihr in der Schulzeit gestaltetes Buch in die Hand nehmen und sich daran erinnern könnten.

Schüler und Schülerinnen der GS Alter Markt lasen im Rahmen der Vorstellung aus dem von ihnen mitgestalteten Buch vor.

Weitere Informationen über „Das erste Buch“ finden sich unter www.daserste-buch.de.



Vierklässler der GS Alter Markt lasen den Erstklässlern die selbst geschriebenen Geschichten vor.

Gesponsert wurde das Projekt in diesem Jahr wieder von den Stadtwerken Hildesheim und der Sparkasse Hildesheim Goslar Peine. Dominikus Penners, Vorstand Sparkasse Hildesheim Goslar Peine, und Mustafa Sancar, Vorstand Stadtwerke Hildesheim AG, betonten im Rahmen der Vorstellung im Rathaus ebenso die Bedeutung des Projekts wie Bülent Uzuner, Vorsitzender des Vereins „Das erste Buch“.

Bülent Uzuner berichtete, dass die Idee vor vielen Jahren bei einem Austausch im Bremer Rathaus entstanden sei und in der

HD BIKE'S
Deine Fahrradwerkstatt

Neue Fahrräder von E-Bikes bis normal.
Wir nehmen ihre Gebrauchträder in Zahlung.
Reparaturen aller Art.

Öffnungszeiten: Mo.–Fr.: 10.00–13.00 Uhr · 14.00–18.00 Uhr
Sa.: 09.00–12.00 Uhr
Tel.: 051 21/9 27 51 38 · Steuerwalder Straße 56 · 31137 Hildesheim

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

foliada

24h erreichbar:

☎ 05121 · 3 30 30



zur Website

Hauptsitz Hildesheim Sedanstr. 48 31134 Hildesheim	Pflegestützpunkt Algermissen Marktstr. 8 31191 Algermissen	Pflegestützpunkt Bockenem Königstr. 14 31167 Bockenem
---	---	--

www.dsh-hi.de · info@dsh-hi.de

Räer
AUSRÜSTUNGEN

BW Woldecke
Bundes-Eigentum
59,00 €

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

DRK-Shop geöffnet

Der DRK-Shop für Bekleidung im DRK-Zentrum, Brühl 8, ist mittwochs von 9.00 Uhr bis 12 Uhr und donnerstags von 14.00 Uhr bis 17.00 Uhr geöffnet. Am 8. und 9. Februar 2023 findet zu den normalen Öffnungszeiten ein Sonderverkauf statt.

Durch den Ladencharakter haben die Kunden die Möglichkeit, sich umzuschauen und sich die Bekleidung und Bücher selbst auszusuchen. Angeboten werden Damen-, Herren- und Kinderbekleidung. Im Shop findet man Pullover, T-Shirts, Oberhemden, Blusen, Nachthemden, Hosen, Jacken, Röcke, Anzüge, Kostüme und Schuhe. Das Sortiment wechselt ständig. Unsere engagierten ehrenamtlichen Mitarbeiter beraten bei der Auswahl gern.



GS Alter Markt: Streicherfahrt nach Goslar

Vom 13. bis 15. Dezember 2022 durften die beiden Streicherklassen der Grundschule Alter Markt auf Orchesterfahrt nach Goslar reisen. Für die dritte und vierte Klasse war es die erste gemeinsame Fahrt, bei der das Spielen auf Geige, Bratsche oder Cello im Vordergrund stand. Es gab klassenübergreifende Übungsstunden mit den Bundesfreiwilligen des Vereins Arpeggio Hildesheim e.V., die auch den Streicherunterricht an der Grundschule durchführen. Und es gab Workshops mit dem Cellisten Jewgeni Sahpoznikov. Der ursprünglich aus der Ukraine kommende Cellist war aus Wilhelmshaven angereist und übte auf neue Art mit den Kindern. Daneben gab es Zeit, die Gegend zu erkunden: Die Kinder besuchten den Weihnachtsmarkt und erklimmen den Turm der Marktkirche, die sogenannte Himmelsleiter. Es gab Wanderungen durch



den Schnee und am Abend Sternschnuppenwanderungen: Durch die Geminiden waren viele Sternschnuppen zu sehen und das war für die Kinder sehr beeindruckend. Am Abfahrtstag stand noch das nahe Bergwerk Rammelsberg auf dem Programm. Finanziert wurde die Fahrt durch den Verein Arpeggio Hildesheim e.V. und dem Förderprogramm

Startklar in die Zukunft, mit dem Ziel die Folgen der Pandemie etwas aufzufangen. Dadurch entstanden für die Eltern und deren Kinder an der Grundschule nur ein geringer Kostenbeitrag. Insgesamt eine wunderbare erlebnisreiche Zeit für die Kinder der Streicherklassen.

Text und Fotos : Grit Schubert, GS Alter Markt

Stunde der Wintervögel

Der Meistbeobachtete auch im Michaelisquartier ist „Unser Spatz“

Genaugenommen ist sein richtiger Name Haussperling, es gibt noch seinen ihm sehr ähnlichen Vetter, den Feldsperling. Der ist aber mehr auf dem Land unterwegs.

Das Ergebnis deckt sich mit den Zählungen in der

Region Hildesheim, Niedersachsen und Bund, belegt durch die gemeldeten Aufzeichnungen von Karl Scheide im Wohl 35 am 8. Januar: 6 Spatzen, 4 Kohlmeisen, 2 Blaumeisen, 1 Heckenbraunelle (dem Spatz sehr ähnlich!), 1 Buchfink.

Davor und später hat er auch Amseln, Rotkehlchen und Ringeltauben gesehen. Außerdem sind Buntspecht, Kleiber, Zaunkönig, Grünfink, Gimpel, Stieglitz, Türkentaube, Straßentaube, Elster, Eichelhäher und Rabenkrähe im MQ ganz gut unterwegs.

Ausgefallen, also nicht zu sehen, sind in diesem Jahr unsere Wintergäste aus dem hohen Norden: Erlenzeisig, Bergfink, Mistel- und Wacholderdrossel, Seidenschwanz: Diese Vögel sind Futter-Opportunisten, die nur in „richtigen“ Wintern zu uns kommen. Und den gab es bislang auch dort oben im hohen Norden nicht.

Interessante Zusatzinformation vom NABU: Pro Garten wurden 34 Vögel gemeldet, was einen deutlichen Rückgang zum Vorjahr bedeutet - und wie prognostiziert mit dem milden Winter in Zusammenhang gebracht werden kann.

Das Nahrungsangebot in der Natur ist für viele Vögel so umfangreich und gut erreichbar, dass sie sich offensichtlich nicht am Futterhaus blicken lassen.

Wenn Sie noch mehr wissen wollen: gehen Sie auf die Homepage vom NABU:

<https://www.nabu.de/tiere-und-pflanzen/aktionen-und-projekte/stunde-der-wintervoegel/ergebnisse/21784.html>

Text: Dieter Goy / Fotos: NABU

In Kreis Hildesheim wurden in 226 Gärten 7019 Vögel gezählt. Filter: 327 Vogelfreunde haben dort folgende Beobachtungen gemacht:

Jahr: 2023 Bundesland: Niedersachsen Vogelart: Haussperling Landkreis/Stadt: Hildesheim

Rang	Vogelart	Anzahl	% der Gärten	Vögel pro Garten	Vergleich zum Vorjahr (Vögel pro Garten)	Vergleich zum Vorjahr (Trend)
1	Haussperling	1708	71,24%	7,56	- 2,03	- 21%
2	Kohlmeise	839	93,36%	3,71	- 0,18	- 5%
3	Blaumeise	668	88,05%	2,96	- 0,13	- 4%
4	Amsel	634	92,48%	2,81	- 1,08	- 28%

Diese Sponsoren sind bei der Finanzierung der Doppelseite über da



Diakonin und Sozialarbeiterin stellt sich vor

Mein Name ist Ann-Kathrin Ohle, ich bin 27 Jahre alt und komme aus Lehrte.

Seit dem 01.10.22 bin ich die Elternzeitvertretung für Carlotta Mohammad. Mit einer halben Stelle bin ich für die Arbeit mit Kindern auf der ALM (die drei Innenstadtgemeinden St. Andreas, St. Michaelis und St. Lamberti.) und den dazugehörigen Kindertagesstätten zuständig. Die beiden anderen Viertel-Stellen teilen sich einerseits auf die Arbeit mit Kindern im Rahmen des Kirchenkreisjugenddienstes und andererseits auf die religionspädagogische Begleitung der Kindertagesstätten des Kirchenkreises auf.

In meiner Freizeit sitze ich gerne mit einem guten Buch in meinem Hängesessel, koche oder bin mit Freundinnen und Freunden oder unserem Hund unterwegs.

Ich freue mich auf eine Zeit mit vielen spannenden Begegnungen, guten Gesprächen und tollen Aktionen!



Babies im Stuhlkreis

Babies im Kindergarten? „Passt das?“ - Wieso nicht?, sagt das Familienzentrum St. Bernward. Seit November dürfen sich die Kinder auf die wöchentlichen Besuche der nun sechs Monate alten kleinen E. freuen. Mit ihrer Mama besucht das Baby den Stuhlkreis und fasziniert beobachten die Kinder, wie es ihr geht, was ihr gefällt und nicht gefällt, was sie schon alles kann und überlegen, wie es ihnen gehen würde, wenn sie so klein wären. Große Augen schauen in die Runde. „Sie guckt, weil sie uns nicht kennt“. Liebevoll umsorgt Mama die kleine E., während ein paar Kinder Spielsachen in die Mitte legen. „Jetzt möchte sie das Buch lesen!“.

Ganz gespannt sind die Kinder und ganz entspannt die Mama. Und wenn sie weinen muss, dann können die Kinder sehen wie die Mama sie tröstet.

„Meine Mama macht das auch so“.

Und manchmal, wie es so ist mit Babies, wenn sie

weinen, wird sie gestillt oder die Windel gewechselt. Für die Kinder eine ganz besondere Erfahrung.

„Sie kann schon den Kopf heben!“ – Mama strahlt vor Stolz und ist berührt von der Aufmerksamkeit der Kinder. Und die Kinder - sie sind einfach Kinder, die sich auf E. freuen und das Projekt beleben.

„Babywatching“, so heißt das Programm für Empathie und Feinfühligkeit gegen Angst und Aggressionen. Inspiriert zum Programm hat sich der bekannte Bindungsforscher Karl Heinz Brisch durch die Erkenntnisse des Kinderpsychiaters und Überlebenden vom Holocaust Henri Parens. Das Projekt kann an Kindergärten und Schulen, aber auch in Altenheimen und in anderen sozialen Einrichtungen umgesetzt werden. Eine pädagogische Fachkraft absolviert hierfür eine Fortbildung als B.A.S.E. Gruppenleiterin.

Text: Christina Markwort und Ebru Akpinar

Einbruchsversuch in der Kita St. Michaelis-Klosterstraße

Wichtig: Aufmerksamkeit der Nachbarschaft!

Leider musste die Leiterin der Kita St. Michaelis-Klosterstraße feststellen, dass man versucht hat, in der Kita einzubrechen. Sämtliche Türen und auch zwei Fenster in dem ebenerdigen Kellergeschoss, in dem sich die Krippe befindet, wurden aufzustemmen versucht.

Zum Glück sind die Türen so massiv und gut verschlossen, dass es lediglich bei dem Versuch geblieben ist. Wann genau sich dieser Vorfall ereignet hat, kann man leider nicht sagen.

Sollte Anwohner oder Anwohnerinnen aufgefallen sein, dass sich jemand im Krippengärtchen rumgetrieben hat, wäre Judith Jämmrich, die Leiterin der Kita, für einen Hinweis dankbar.

Zu holen gibt es im Kindergarten zwar nichts, dennoch werden jetzt zusätzlich zu der Alarmanlage

auch noch Kameras installiert. Leider ist der Schaden an Türen oder Fenstern oft höher als irgendeine Beute.

Die Nachbarschaft sollte immer wachsam sein und Fenster und Türen vorsichtshalber gut verschließen, wenn man sich nicht zu Hause befindet..



Foto und Text: Judith Jämmrich

Termine im MQ

Einladung zur Redaktionssitzung

Alle Interessierten bekommen für den Termin am **Donnertag, 09.02.2023, um 14 Uhr im Michaelis-weltcafé**

Runder Tisch im Michaelisquartier

Dienstag, 01.02.2023, 17.00 Uhr in der Kita St. Michaelis-Klosterstraße

Winterlinge im Wohl

Bei Sonnenschein blühen unter der Hainbuchenhecke die Winterlinge und warten auf die ersten Bienen.

Winterling (Eranthis) ist eine niedere hahnenfußähnliche Staude mit knolligem Wurzelstock.



Foto und Text: Karl Scheide

Erinnerung - Einladung



Am Mittwoch, 01.02.2023, findet um 17:00 Uhr der nächste „Runde Tisch“ im Michaelisquartier statt. Dazu wird hiermit herzlich eingeladen.

Ort der Veranstaltung ist der Kindertagesstätte St. Michaelis-Klosterstraße.

Damit ausreichend Plätze organisiert werden können, bittet Frau Jämmrich möglichst um telefonische Anmeldung. Kontakt-Tel.: 05121 264770

Michaelisquartier im Ost-Innenstädter mit dabei. Vielen Dank!





Haushaltsauflösungen - Transporte
Pitti
 UMZÜGE - ENTRÜMPELUNG
An- und Verkauf
 Das Trödelparadies auf über 1500 Quadratmeter

Telefon: 0 51 21 - 28 74 300
 Mobil: 0176 - 79 79 71 82
 Steuerwalder Straße 91
 31137 Hildesheim
 pittio203@hotmail.de
 pittientrumpelung.de





**Steinofen
 PIZZERIA**
 05121 - 30 33 614

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

Genießen
 Sie das
 italienische
 Original!

Aufgespießt

Für die Katz

Der Ausdruck „das ist für die Katz“ scheint ernst gemeint zu sein. Steht etwa hier an diesem Platz ein Tütchen Leckerei'n?

Ich würde lieber nicht probieren, wär' ich ein Kätzchen in der Stadt. Man sollte nicht so viel riskieren, auch wenn man großen Hunger hat.



Gesehen in der Vionvillestraße
 ©ElviEra Kenschke



Internet Cafe Trialog, 12.2. & 26.2.2023, 14.30–17 Uhr, Teichstr. 6 Hildesheim, Tel. 05121-13890

Gesprächsgruppe für Angehörige psychisch beeinträchtigter Menschen, 2.2.2023, 17–18.30 Uhr, Kalandstr. 3, Alfeld, , bitte anmelden: Tel. 05121-13890

Gesprächsgruppe für Angehörige psychisch beeinträchtigter Menschen, 9.2.2023, 17–18.30 Uhr, Teichstr. 6, Hildesheim, , bitte anmelden: Tel. 05121-13890

Schlüsselanhänger- mit der Paracord-Technik selbst kreieren, 14.2.2023, 18–20 Uhr, Teichstr. 6, Hildesheim, 4.– TN Gebühr plus Materialkosten, bitte anmelden: Tel. 05121-13890

Durchatmen und neue Kräfte freisetzen

Caritasverband bietet kostenlosen Kurs für alleinerziehende Frauen an

Viele alleinerziehende Frauen stehen emotional und auch finanziell unter großem Druck. Bei dem Versuch, Mutterrolle und Beruf in Einklang zu bringen, werden sie häufig von Selbstzweifeln und einem schlechten Gewissen ihrem Kind gegenüber geplagt. Hinzu kommt das Gefühl, allein zu sein mit den täglichen Sorgen. Mögliche Streitigkeiten mit dem Kindsvater um das Sorgerecht oder den Unterhalt können die Situation zusätzlich erschweren. Ein kostenloser Kurs der Caritas unterstützt alleinerziehende Frauen dabei, den Widrigkeiten zu trotzen und zeigt Wege auf, um achtsamer mit sich selbst umzugehen.

Das Gruppenangebot startet am Mittwoch, 15. Februar. Unter dem Motto „Durchatmen und neue Kräfte freisetzen“ geht es den beiden Kursleiterinnen Ingrid Frank und Hannah Zingsheim darum, alleinerziehenden Frauen einen Raum für Austausch und Beratung anzubieten und ihnen konkrete Anregungen für eine bewusste Selbstwahrnehmung und Selbstfürsorge im Alltag zu geben.

Kinderbetreuung versus Beruf

Vor besondere Herausforderungen stellt viele alleinerziehende Mütter die Frage der Kinderbetreuung. Gerade mit Blick auf den Wiedereinstieg in den alten Beruf oder eine gewünschte neue Berufstätigkeit bilden mangelnde Betreuungsmöglichkeiten und unflexible Arbeitszeiten zum Teil hohe Hürden. Auch eine neue Partnerschaft der Mutter kann herausfordernd sein, wenn Kind und Partner*in auf den jeweils anderen eifersüchtig sind.

„Alleinerziehende Frauen fühlen sich häufig gestresst, isolieren sich zunehmend und funktionieren nur noch. Dabei verlieren sie häufig den Blick auf sich selbst und nehmen

sich gar nicht mehr als Individuen wahr. Um dem entgegenzuwirken, bieten wir auch praktische Übungen zur Entspannung und zur (Wieder-)Entdeckung der eigenen Kreativität an“, erklärt Familientherapeutin Ingrid Frank. Die Psychologin Hannah Zingsheim erläutert: „Eine wichtige Rolle spielt auch der Austausch von Erfahrungen. So ist es für alleinerziehende Mütter mitunter schon hilfreich, wenn sie merken, dass sie mit ihren Ängsten und Nöten nicht allein sind. Die Gruppe kann da in gewisser Weise auch einen Selbsthilfeeffect



Der Caritas-Kurs für alleinerziehende Frauen soll unter anderem das Selbstwertgefühl der Teilnehmerinnen stärken. Quelle: Pixabay

haben und Teilnehmerinnen neue Perspektiven auf die eigene Situation eröffnen.“

Anmeldungen bis zum 3. Februar

Die insgesamt sechs Treffen finden jeweils donnerstags von 14.30 bis 16.30 Uhr im Caritashaus (Pfaffenstieg 12, 31134 Hildesheim) statt. Los geht es am Mittwoch, den 15. Februar. Eine Anmeldung ist noch bis zum 3. Februar im Sekretariat der Jugend-, Erziehungs- und Familienberatungsstelle des Caritasverbandes für Stadt und Landkreis Hildesheim e.V., Telefon: 05121-1677226, jefb@caritas-hildesheim.de möglich. Weitere Informationen gibt es bei Ingrid Frank, Telefon 05121-1677229, und Hannah Zingsheim, Telefon 05121-1677257.

Das ist meine Familie



Oststadt Grill
 Pizza • Döner • Schnitzel • Saft
 Tel.: 05121 - 678 98 18

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

Einumer Straße 94,
 31134 Hildesheim

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

Podcast „Geschichtentausch“

Das TPZ lauscht und tauscht

Das Theaterpädagogische Zentrum Hildesheim stellt die Anekdoten von Hildesheimer Bewohner*innen in einem Podcast zusammen. Seit dem 18. Januar wird die dritte Staffel des „Geschichtentauschs“ veröffentlicht.

In kurzen Beiträgen kommen Menschen diverser Generationen zu Wort, Alteingesessene ebenso wie Zugezogene. Sie teilen

der die Winterzeit am liebsten im Schnee verbringt.

„Alle haben etwas zu erzählen“, ist Projektleiter Stefan Graen überzeugt. Bei einer offenen Sprechstunde in der TPBox! unterhielt er sich mit zahlreichen Hildesheimer*innen. In gemütlicher Atmosphäre durften sie zunächst die Geschichte einer anderen Person hören und anschließend ihre eigene Anekdote wiedergeben. Etwa 30 Beiträge kamen dabei bisher zusammen.

Seit Mittwoch, 18. Januar, wird jede Woche eine neue Folge des Podcasts bei Instagram und auf der TPZ-Website veröffentlicht. Alle Staffeln lassen sich unter www.tpz-hildesheim.de/geschichtentausch nachhören. Wer noch Fragen zum Projekt hat oder ebenfalls eine Geschichte beisteuern möchte, kann eine E-Mail schreiben an geschichten-tausch@tpz-hildesheim.de.

Der „Geschichtentausch“ ist Teil des Stadtteilprojekts „Nordstadt im Rampenlicht“ des TPZ Hildesheim. Durch künstlerische Angebote – etwa aus den Bereichen Film, Musik, Tanz und neue Medien – soll die kulturelle Vielfalt der Nordstadt als kreatives Potential gehoben werden. Stadtteilentwicklung durch Kultur, dafür wird das TPZ Hildesheim durch das Bundesprogramm „UTOPO-LIS – Soziokultur im Quartier“ gefördert.



Stefan Graen lauscht und tauscht Geschichten mit Katharina Wilberg. Nun wird die dritte Staffel des „Geschichtentauschs“ veröffentlicht.

Foto: TPZ Hildesheim

lustige Anekdoten, herzerwärmende oder auch tragische Erinnerungen, alltägliche Begebenheiten. Da ist zum Beispiel die Geschichte von Lina, die ihren Großeltern vor einigen Jahren eine ganz besondere Überraschung bereitet. Oder von Georg,

DENTAL FRISCH
"Gepflegter Zahnersatz. Visitenkarte eines Prothesenträgers"

Herstellung von Zahnersatz

- Kronen
- Brücken
- Totale Prothesen
- Kombierter Zahnersatz
- Implantatversorgung (Suprakonstruktion)
- CAD/CAM Zirkon Vollkeramik
- Fräs- und Geschleibetechnik
- Kostenvoranschläge (Zähne müssen bezahlbar bleiben)

Reinigung von herausnehmbarem Zahnersatz

Professionelle Beseitigung von

- Ablagerungen
- Tabak
- Tee
- Kaffee
- Calcium (Zahnstein) Rückständen

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

Marco Conrad
Meister der Zahntechnik
e-mail: dentalfrisch@web.de

IHR MOBILES PFLEGETEAM
Mit Sorgfalt – von Herzen



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

Tel. 05121/99926-62

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



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

Sachsenring 54, 31137 Hildesheim Nordstadt
05121 3035397
 ** Nummer hat WhatsApp
 Nur mit Termin
 Vereinbarung

Neueröffnung ab 05.01.2023
 ** Nur mit Termin Vereinbarung

FussFee & Beautycare
 MARIA MERCEDES LOPEZ-HAASE-HENNE
 MEDIZINISCHE FUSSPFLEGE
 KOSMETIK STUDIO & CO.

- Fußbad
- Fußnägel kürzen und formen
- schleifen und Fräsen der Nägel
- Beseitigung und Behandlung von Hühneraugen sowie
- schmerzhaften Druckstellen
- Hornhautentfernung am Fuß
- Abtragen von Verdickten Nägeln
- Einmassieren einer Fußpflegecreme
- Eine kurze Massage

29,90 €

Termin nach Wunsch
 einfach anrufen

Die Ev. Familien-Bildungsstätte und die ev.-luth. Lukas-Gemeinde Hildesheim laden ein zum

Informationsnachmittag für Wunschgroßeltern

am 10.02.2023, 16.00 Uhr, Café Luca, Schlesierstr. 5, 31139 Hildesheim

Manche Familien wünschen sich Großeltern, manche wünschen sich Enkel. Wenn Sie Interesse daran haben, als Wunschgroßeltern Familien mit Kindern durch Ihr ehrenamtliches Engagement ab und an zu unterstützen und zu begleiten, mit den Kindern zu spielen, zu backen, sie vom Kindergarten abzuholen, bei der Einschulung dabei zu sein und all das zu machen, was Großeltern mit ihren Enkeln so machen, dann laden wir Sie herzlich zum Informationsnachmittag ein. Hier können Sie alles rund um das Projekt Wunschgroßeltern und zum „Enkel-dich-fit“-Kurs erfahren, andere ehrenamtliche Mitarbeitende kennen lernen und Ihre Fragen stellen. Wenn Sie am Informationsnachmittag teilnehmen möchten, melden Sie sich bitte bis zum 3. 2. 2023 unter 051 21-93475 11, k.teigeler@familiehildesheim.de oder <https://www.familiehildesheim.de/programm/familienstart-familienleben/> an. Wir freuen uns auf Sie!

Lesung Hildesheim Slam: Das Original

Das neue Jahr läuft bereits in vollen Zügen und auch die Dichter*innen des Landes sind wieder voll am Start. Wir haben all unsere guten Vorsätze abgelegt und kehren mit Trörrö und Tamtam zurück auf die Bühnen des Landes.

Am Samstag, den 25. 2. 2023 kehrt also auch der Hildesheimslam aus seinem Winterschlaf zurück und lädt zu Dichterschlacht mit Kultstatus in die heiligen Hallen der Kulturfabrik zurück.

In bekannter Hildesheimslam-Manier präsentiert Moderator Tilman Döring eine Hand voll erlesenster Poet*innen aus nah und fern, die sich das Mikrofon schnappen und um die Gunst des Publikums dichten. Egal ob lyrisch gereimt, komisch erzählt, beim Slam ist alles erlaubt, was mit Körper, Sprache und Stimme möglich ist. Wir nehmen kein Blatt vor den Mund und es bleibt garantiert kein Auge trocken. Wie immer gilt: Ihr seid die Jury und bestimmt,

wer im Februar die Bühne der Kulturfabrik als Dichterkönig*in verlässt.

Neben bekannten Stars und Sternchen der regionalen und überregionalen Slamszene bieten wir zwei Auftrittsslots für freie Anmeldungen an.

Anmeldungen via Mail an: info@3facherwortwert.de

Für Schulklassen bieten wir ein gesondertes Schulangebot an. Schüler*innen zahlen in einem Klassenticket pro Person 5€ Begleitende Lehrkräfte (bis zu 2 Personen) bekommen freien Eintritt.

Wenn Sie als Klassenverband unseren Poetry-Slam besuchen möchten, melden Sie sich bitte per Mail bei Philipp Klose: pklose@kufa.info

Das Angebot gilt ausschließlich für Schulklasse oder Gruppen mit einer Lehrperson als Begleitperson.

Samstag 25.2., Beginn 20.00, Einlass 19.30 Halle

Hatha Yoga - Entspannt ins Wochenende

Die Volkshochschule Hildesheim bietet im Pfaffenstieg 4-5 von Freitag 24.02. – 24.03.23 (5x), 16.00 – 17.30 Uhr Hatha Yoga - Entspannt ins Wochenende – an.

Hatha Yoga, das älteste bekannte Präventionskonzept für Körper, Geist und Seele! Einfache Übungen führen zu mehr körperlicher und geistiger Beweglichkeit, Körperwahrnehmung und Koordination. Auf sanfte Weise werden Muskeln gedehnt, Verspannungen gelöst, Organe besser durchblutet und Nerven gestärkt. Verbunden mit dem bewusster wahrgenommenen Atem und der Tiefenentspannung können Sie die wohltuende Wirkung des Yoga erfahren. Yoga wirkt über die Stunde hinaus und sorgt in der Folge für mehr Gelassenheit in alltäglichen Situationen.

Anmeldung bei der VHS Hildesheim, Telefon 05121-9361111, 05121-9361-462 oder E-Mail anmeldung@vhs-hildesheim.de

SONTAG
 S T E U E R B E R A T E R

Unsere Leistungen auf einen Blick:

- Klassische Steuerberatung
- Steuergestaltung
- Wirtschaftsberatung
- Finanzbuchhaltung
- Lohn-/Baulohnabrechnung
- Strategische Vermögensplanung
- Erbschaft-/Schenkungsteuer

Unsere Stärken:

- umfassende Betreuung
- kompetente Beratung
- kurzfristige Bearbeitung
- Einhaltung von Fristen
- hoher Qualitätsstandard
- motiviertes Fachpersonal
- ständige Fortbildung

UNSER ZIEL IST IHR ERFOLG

Helmuth F. Sontag 31137 Hildesheim Phoenixstraße 2
 Steuerberater Tel (05121) 8704-0 Fax (05121) 8704-44
www.steuerberater-sontag.de E-Mail: info@steuerberater-sontag.de

Aabacus Bestattungen
 würdevoll • kompetent • preiswert

Kostenlos und unverbindlich informieren.
 Immer für Sie da!
 Hildesheim 05121 4087 112

Ihr Aabacus-TEAM
 mit Andrea & Harald Holzbecher

www.Aabacus-Bestattungen.de
 Top bewertetes Bestattungsinstitut: 4,9/5 ★★★★★

Feinkost, Schokolade, Weine
 Hauptsächlich Bio-Produkte
 Jetzt auch Antiquitäten

Boemke
 kreiert Bio-Produkte

Inh. Jörg Boemke
 Dingworthstr. 31 · 31137 Hildesheim
 Tel. 051 21-7025 16
 Mobil 0175-5425245
www.boemke.net · info@boemke.net

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