

# Ost-Innenstädter

## Fitness, Selbstverteidigung und eine Prise Zen-Philosophie

Seit über 60 Jahren ist der Karateverein Shotokan eine feste Größe in Hildesheim, er gehört mit zu den ältesten Vereinen Deutschlands im Bereich der japanischen Kampfsportarten. In verschiedenen Sporthallen im Stadtzentrum verteilt treffen sich mehrmals wöchentlich die „Karateka“ jeden Alters zum Kampftraining. Der größte Kampf ist dabei das Bestreben sich selbst zu beherrschen, jungen Leuten gibt er die Chance an körperlicher aber auch zugleich psychischer Stärke zu gewinnen und bis weit ins hohe Alter ermöglicht dieses Training es sehr lange körperlich und geistig fit und beweglich zu bleiben.

Im Jahr 2025 wagte der Karateverein Shotokan alt bewährte Formate zu verändern und zu erweitern wie zum Beispiel den seit Jahren bekannten Selbstverteidigungskurs ausschließlich von Frauen für Frauen anstelle einer Blockveranstaltung am Wochenende wechselte der Verein auf ein mehrwöchiges Programm in den Abendstunden um den Bedürfnissen der Teilnehmerinnen Rechnung zu tragen. Auch dieses Jahr fand der Kurs unserer Trainerinnen Iulia Circa (4. Dan) und Gaby Raddatz (1. Kyu) großen Anklang. Zu den Inhalten gehört neben konkreten Befreiungstechniken auch



das Erkennen von eigenen Potentialen und wie durch angemessene Selbstbehauptungsstrategien eventuelle Gefahrensituationen schon im Vorfeld minimiert werden können.

Dank unserer Teilnahme an der Ferienpassaktion der Stadt Hildesheim erfreuen wir uns zahlreicher junger Anfänger die mit unserer Hilfe den Weg zur Kampfkunst bestreiten. Für die nicht so ganz jungen Anfänger ab 50 bietet das Vitalkarate unseres Trainers Wilhelm Krüger den Zugang zu unserem Kampfsport auch für jene denen der Erhalt der Gesundheit Vorgang hat und seinen Muskeln, Gelenken und

seinem Innenleben etwas Gutes tun möchte. Auch die Möglichkeit das deutsche Sportabzeichen des DOSB abzunehmen wurde 2025 in Angriff genommen. Wer darüber hinaus Interesse an körperbewusster Fitness und dieser traditionellen japanischen Kampfkunst hat und es ausprobieren möchte, kann sich unter [www.shotokan-hildesheim.de](http://www.shotokan-hildesheim.de) oder unter Tel.: 0160 790 6514 ausgiebig informieren. Unser Training findet überwiegend in Sporthallen der Innen- und Oststadt statt. Anfängerkurse für Kinder, Jugendliche und Erwachsene finden regelmäßig statt.



### SALON HÖPER

Kardinal-Bertram-Str. 11

Tel: 05121-37903

31134 Hildesheim

Wir wünschen schöne Weihnachten gehabt zu haben und alles Gute für 2026

Di-Fr. 9.00-18.00 ★ Sa. 8.00-13.00

**Wir lieben Haare**

### Der nachhaltige Umgang mit Kleidung

– Flohmarkt für Damen- und Herrenbekleidung & Accessoires, Sonntag, 8.2.2026, 14.30-17 Uhr, Dachboden, Teichstr. 6 Hildesheim, Tel. 05121-13890

**Das Internet Cafe Trialog** in der Teichstr. 6, Hildesheim hat am 1.2.2026, 8.2.2026 und am 22.2.2026 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.

## TAXI RAUL

[raultaxi@mail.de](mailto:raultaxi@mail.de) · [www.hi-taxi.de](http://www.hi-taxi.de)



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

**05121 / 99 99 660**  
**0176 / 999 333 90**



JETZT NEU



• Das Gesundheitstraining der Zukunft •



**99 €\* sparen**

\*Nur im Januar, bei Abschluss einer Mitgliedschaft, gültig  
– sichern Sie sich jetzt unser Angebot

**Jetzt individuelles Probetraining vereinbaren**

**Hi-physiofit**  
o s t e n d



Hansefit-Partner

05121 9997121 • Bördestr. 21 • 31135 Hildesheim

### Verkaufe Panasonic TX-43FXW754,



108 cm,  
NP aktuell 599 E,  
2020 gekauft,  
für 120 E.

Tel. 0175 402 19 49  
oder Mail  
[werbeagentur-fuchs@t-online.de](mailto:werbeagentur-fuchs@t-online.de)

### Ankauf

Sammler kauft alte Sachen:  
Porzellanfiguren, alte Deko u.v.m.  
Bitte alles anbieten. Tel. 0176-47 62 68 68

### Der Ost/Innenstädter



(0175) 402 19 49



[oststaedter@t-online.de](mailto:oststaedter@t-online.de)

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

[info@abris-profis.de](mailto:info@abris-profis.de)  
[www.abris-profis.de](http://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.

Ein neues Jahr beginnt und wir freuen uns schon sehr darauf, alle beim nächsten Treffen im Januar wiederzusehen, um gemeinsam ein paar schöne Stunden zu verbringen. Wir haben uns fest vorgenommen, endlich die guten Vorsätze zu erfüllen, die wir im letzten Jahr schon immer wieder vor uns hergeschoben haben. Doch kaum ist Mitternacht vorbei, merkt man schnell, dass die Realität meist eine andere Sprache spricht. Die guten Vorsätze halten meistens nur so lange wie das Feuerwerk – kurz, laut und nach ein paar Minuten schon wieder vorbei. Allen wünschen wir ein wunderschönes, frohes neues Jahr voller Abenteuer, Lachen und unvergesslicher Momente, vor allem aber Freude, Zufriedenheit, Gesundheit und dass wir nie den Humor verlieren, egal was kommt. Denn am Ende ist das Wichtigste, dass wir das neue Jahr mit einem Lachen beginnen, egal, wie kompliziert es gelegentlich auch sein mag. Cheers auf ein fröhliches, verrücktes und unvergessliches neues Jahr 2026.

Im Dezember waren wir im Theater für Niedersachsen und besuchten das Song-Drama „Ewig jung“ von Erik Gedeon. Danke an Christine und Axel für diesen tollen Veranstaltungstipp beim letzten Treffen. Die Handlung lässt sich knapp zusammenfassen:

Willkommen im Jahr 2070. Die Kulissen im Theater stehen noch, aber der Theaterbetrieb wurde längst eingestellt. Die Räumlichkeiten werden jetzt als Altersresidenz genutzt. Statt Applaus gibt's Pflegepläne. Allerdings weigern sich die betagten Schauspielerinnen und Schauspieler unter der strengen Aufsicht der „singenden Giftspritze“ Oberschwester Camila bei Kinderliedern und Klatsch-Spielchen vor sich hinzudämmern. Mit Vorträgen über Krankheit und Sterben verdirbt sie den ehemaligen Theaterstars nur die Stimmung – als ob das Leben nach 70 nicht schon genug Drama böte. Aber die alten Hasen haben noch einen letzten Trumpf im Ärmel: Kaum ist die Schwester mit Monsterspritze und Desinfektionsspray von der Bühne gerauscht, lassen sie die Rampensau wieder raus. „I love Rock'n'Roll“ röhren sie programmatisch los und geben mit dem Krückstock rhythmisch den Takt vor, als wäre es der letzte Auftritt ihres Lebens. Schnell wird klar: Diese Rüstigen haben genug Saft und Trotz zur Revolte, um die Bühne erneut zu erobern – nur eben auf ihre ganz eigene, schräge Art. Da

verwandelt sich das scheintote Häufchen in eine Horde best gelaunter Zombies auf Speed voller Lebensgier. Da wird geflirtet, getanzt, gezaubert und vor allem gesungen. Alles ist erlaubt, solange die Stimmen nicht verstummen. Mit unsterblichen Songs wie „I Love Rock 'n' Roll“, über Maffays „So bist Du“ bis hin zu „Born to be wild“ oder „Sex-Bomb“ und weiteren Hits aus alten Zeiten wird hier musikalisch ordentlich die Post abgezogen, während die Truppe mit Rollator, Krückstock und jeder Menge Lebensfreude eine kleine Revolte gegen die Vergänglichkeit probt. Das Ensemble singt immer wieder beeindruckend, gibt alles und lässt die morschen Knochen bei schmissiger Rollator- und Krückstock-Choreografie krachen. Musik als Lebenselixier – das funktioniert hier prima! Und wer sagt, dass man im Alter leise vor sich hin dämmern muss? Manchmal braucht es nur ein bisschen Rhythmus, ein bisschen Mut – und schon tanzt der Geist noch einmal auf der Bühne des Lebens. Unbedingt angucken! Die Aufführung wird noch ein paar Male wiederholt.



Weitere Informationen zu Kultur 50plus und alle Termine auf der Homepage <https://k50p.de> oder bei unseren Treffen im Cafe.kom der Volkshochschule in Hildesheim, Pfaffenstieg 4-5. Die Teilnahme ist kostenlos. Die Kommunikation der Mitmachenden untereinander erfolgt bei Bedarf per E-Mail und in einer „Signal-Chat-Gruppe“. Wie das funktioniert, steht auf unserer Homepage <https://k50p.de> unter dem Menüpunkt Signal-Chat.

Unser nächstes Treffen im Cafe.kom findet am Donnerstag, 08. Januar um 14.00 Uhr statt. (Termine immer am zweiten Donnerstag jeden Monats außerhalb der Schulferien) Wir freuen uns schon auf neue Gespräche, lustige Geschichten und einen gemütlichen Austausch. Eigeninitiative und neue Ideen sind gefragt. 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.

Text und Bilder: Jürgen Warps

## IMPRESSUM

Herausgeber: Axel Fuchs  
Redaktions- und Anzeigen-Anschrift: Ostertor 7  
31134 Hildesheim, Tel. (0175) 402 1949  
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

*Ich wünsche allen meinen Kunden  
ein gutes und gesundes neues Jahr*



Oststadt Grill – Hier wird Genuss großgeschrieben!

**Oststadt Grill**

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

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

Einumer Straße 94,  
31134 Hildesheim



## Interview Marten Hesse und Jonathan Hopp

### E Moto Parts Burgstraße 17 – Serie Handwerk im MQ

**Wie sind Sie auf die Idee gekommen, sich auf motorisierte Zweiräder zu fokussieren?**

Wir beide kommen ursprünglich aus dem Gravity Mountainbike Bereich und sind viele Jahre aktiv Mountainbike und Downhill gefahren. Irgendwann haben wir elektrische Zweiräder für uns entdeckt und ab diesem Moment war klar, dass uns dieses

Unser Konzept basiert auf Individualisierung und Praxisnähe. Viele unserer Produkte entstehen aus eigener Entwicklung oder aus konkreten Anforderungen der Szene. Fahrzeuge werden ergonomisch technisch und optisch an den jeweiligen Einsatzzweck angepasst.

**Gibt es weitere Besonderheiten oder einen Slogan?**



Unser Slogan lautet **We Power Your Passion** und genau das leben wir auch. Wir sind sehr nah an der Community, fahren selbst und sind auf Events präsent und stehen im engen Austausch mit der Szene. Community Arbeit ist für uns ein zentraler Bestandteil unserer täg-

lichen Arbeit. Thema nicht mehr loslässt. Seitdem verbringen wir nahezu jede freie Minute auf diesen Fahrzeugen.

Neben der Leidenschaft bringen wir auch einen starken technischen Hintergrund mit. Marten Hesse ist gelernter Industriemechaniker und hat mehrere Jahre in einem Fahrradladen in der Werkstatt gearbeitet. Jonathan Hopp ist gelernter Ingenieur. Diese Kombination aus Praxis Technik und Begeisterung war der Auslöser aus dem Hobby ein eigenes Unternehmen zu machen.

**Warum liegt Ihr Fokus auf elektrischen Antrieben und wie sieht Ihr Angebot aus?**

Unser klarer Fokus liegt auf elektrischen Motorrädern im Offroad Bereich. Wir bewegen uns dabei in den Leistungsklassen von 50 bis 125 Kubik Äquivalent. Das reicht von einsteigerfreundlichen Modellen bis hin zu leistungsstarken Bikes für ambitionierte Fahrer.

Elektro Offroad Bikes verbinden unmittelbare Leistungsentfaltung, geringen Wartungsaufwand und hohen Fahrspaß mit moderner und zukunftsfähiger Antriebstechnik. Ergänzt wird das Angebot durch Zubehör, Ersatzteile und individuelle Umbauten.

**Gibt es besondere Spezialitäten oder ein Konzept?**

Warum fiel die Wahl auf den Standort im Michaelis Quartier?

Wir sind eher zufällig auf den Standort im Michaelis Quartier gestoßen. Rückblickend hat sich dieser jedoch als echter Glücksgriff erwiesen. Für den Start in die Selbstständigkeit bot er ideale Voraussetzungen und ein sehr angenehmes Umfeld.

**Sind Sie mit Ihrem Umfeld zufrieden?** Ja absolut. Die Nachbarschaft ist offen unterstützend und der Austausch mit anderen Betrieben funktioniert sehr gut. Wir fühlen uns hier sehr wohl.

**Wie sieht es mit dem geschäftlichen Erfolg aus?**

Der Start als junges Unternehmen war herausfordernd. Unternehmertum in Deutschland ist nicht immer einfach und Unterstützung war nicht selbstverständlich. Dennoch haben wir uns nicht entmutigen lassen und sehen heute eine stetig wachsende Nachfrage sowie positives Feedback.

**Wie sieht die Zukunft aus?**

Wir möchten E Moto Parts sowohl lokal als auch überregional weiter ausbauen, neue Produkte entwickeln und unsere Rolle als Ansprechpartner für hochwertige elektrische Offroad Zweiräder weiter festigen.

Wir möchten E Moto Parts sowohl lokal als auch überregional weiter ausbauen, neue Produkte entwickeln und unsere Rolle als Ansprechpartner für hochwertige elektrische Offroad Zweiräder weiter festigen.

## Aufgespießt

### Bratwurst im Glas?

Bratwurst ist „**Leider Ausgetrunken**“!  
Nanu, was heißt denn das?  
Ich denke mir, noch ganz versunken, gibt's Bratwurst jetzt im Glas?

Jns Glas gehört ein guter Wein, am besten der aus Sachsen.  
Denn Bratwürste, ob grob, ob fein, nicht an den Reben wachsen.



Gesehen in meinem Kurzurlaub am Weingut Hoflößnitz in Radebeul/Sachsen  
©ElviEra Kenschke

### „Kaufe weniger. Wähle gut. Mach es haltbar.“

Dieses Zitat von Vivienne Westwood weist bereits auf das Anliegen des Themenabends zu Kleidung und nachhaltiger Entwicklung am 20. Januar 2026 hin.

Kleidung als Thema nachhaltiger Entwicklung, Dienstag 20.1.2026, 18–20 Uhr, Studiengruppe UNI & Herr Ramisch, Greenpeace, Teichstr. 6, Sozialpsychiatrisches Zentrum Hildesheim, 4.– TN Gebühr – mit Anmeldung! [rv-hildesheim@awo-trialog.de](mailto:rv-hildesheim@awo-trialog.de), Tel: 051 21-1 38 90

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)

**Die Ü50 Party** – Rock- und Popklassiker der 60er/70er/80er Jahre ohne Schnickschnack und Sperenzchen – beginnt am 24. Januar um 20 Uhr in der Kneipe der Kufa und kostet 10€ Eintritt.



**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**



zur Website

Hauptsitz Hildesheim Sedanstr. 48 31134 Hildesheim	Pflegestützpunkt Algermissen Marktstr. 8 31191 Algermissen	Tagespflege Ostend Am alten Wasserwerk 16 31135 Hildesheim
---	---	---

[www.dsh-hi.de](http://www.dsh-hi.de) · [info@dsh-hi.de](mailto:info@dsh-hi.de)





## Stunde der Wintervögel im Magdalengarten

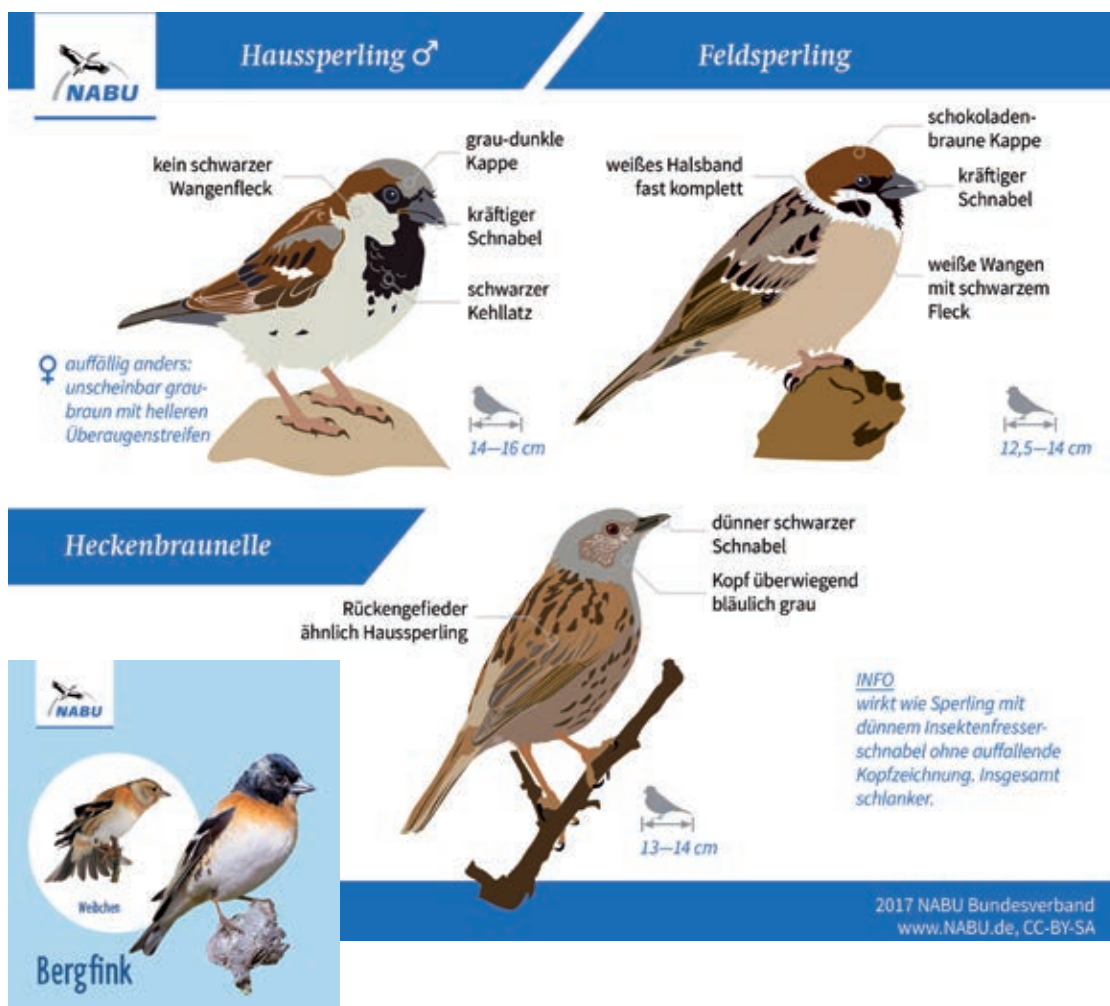
Wir laden Sie ein!

Es ist immer spannend, unsere gefiederten Freunde zu beobachten. Das geht besonders gut im winterlichen Magdalengarten. Der NABU ruft wieder zur Vogelzählung auf, die bundesweit gesammelten Daten tragen ernsthaft zur Bewertung der Vogelwelt bei (Citizen Science).

Wir machen am Sonntag, 12. Januar 2026 von 10 Uhr bis 11 Uhr im Magdalengarten mit! Wer dabei sein möchte ist herzlich willkommen! Geht auch spontan. Treffpunkt ist an der Nordseite im Garten. Im letzten Jahr haben sich immerhin 15 Vogelarten sehen oder hören lassen. Mal sehen, wie es dieses Mal aussieht. Übrigens: Sie können vom 9. Januar bis zum 11. Januar auch bei sich zu Haus zählen und melden. Alles dazu finden Sie im Internet unter: [www.stunderwintervoegel.de](http://www.stunderwintervoegel.de) im Internet.



Text: Dieter Goy - Fotos: NABU und Dieter Goy



## Konzerte und Adventsmusik im Michaelisquartier

### Konzerte in der Magdalenenkirche

Am 5. Dezember fand in der vollbesetzten Magdalenenkirche ein **Adventskonzert** im Kerzenschein statt. Ausführende waren die Mädchenkantorei am Hildesheimer Dom und die ökumenische Singschule Hildesheim (getragen vom Hildesheimer Domkapitel und dem Kirchenkreis Hildesheim-Sarstedt). Auch die Besucherinnen und Besucher waren zum Mitsingen von Macht hoch die Tür, Tochter Zion freue dich und Mache dich auf und werde Licht eingeladen.

Im Anschluss gab es auf dem Kirchenvorplatz einen gemütlichen Ausklang mit warmen Getränken und Keksen.

Ein weiteres Konzert **Tidinds of Joy** war am 19. Dezember in der Magdalenenkirche mit dem VOKTETT HANNOVER. Das achtstimmige Vokalensemble bot ein hochkarätiges vielseitiges Programm.

Eine Orgelvariation zu „In dulci jubilo“ von Dr. Steffen Mahr (Kirchenmusikreferent, Bischöfliches Generalvikariat) und zwei Weihnachtslieder zum Mitsingen ließen den Abend zu einem Erlebnis werden.



Adventskonzert in der Magdalenenkirche

Es gab riesigen Beifall in der Magdalenenkirche und wieder einen Ausklang auf dem Kirchenvorplatz.

### Liedersingen in St. Michael

Am 13. Dezember gab es in St. Michael, wie im vergangenen Jahr, ein Advents- und Weihnachtsliedersingen mit Fritz Baltruweit. Das farbiges Licht sorgte

für eine stimmungsvolle Adventsstunde für die zahlreichen Gäste in St. Michael.



Liedersingen in St. Michael

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



## Neues Format „ThemenZeit“ im RPM

Gemeinsam nachdenken und neue Perspektiven entwickeln ist das Motto des neuen RPM-Formats „ThemenZeit“, das gesellschaftliche Fragen beleuchtet, die uns alle berühren. Den Auftakt macht im Januar die Reihe „Was bleibt. Zeit – Leben – Tod“.

An vier Mittwochen gibt es spannende Impulse, fundierte Vorträge und lebendige Diskussionen zum

Umgang mit dem Tod in unterschiedlichen Zeiten und Kulturen. Jede ThemenZeit findet von 16 bis 21 Uhr statt und besteht aus zwei Vorträgen am Nachmittag und einem Impuls-Vortrag mit anschließender Roundtable-Diskussion am Abend.

Die vier Themen der Reihe:

- „Erinnerungskultur“ am 07.01.26,
- „Der Umgang mit der Leichnam“ am 14.01.26,
- „Wie gehe ich mit dem Tod um?“ am 21.01.26,
- „Der Tod in der Meditin“ am 28.01.26.

Die ThemenZeit im RPM lädt ein, innezuhalten, tief einzutauchen, Neues zu hören und gemeinsam Sinn zu finden – in einer Atmosphäre, die inspiriert und zum gemeinsamen Dialog anregt.

Für genussvolle Momente sorgt ein abendliches Catering mit Getränken und Fingerfood.

Foto: RPM -

Text: Auszug Presseinfo RPM -



## Kinderferienland-Zertifikat

Besonders familienfreundlich: Das RPM Museum Hildesheim erhält Kinderferienland-Zertifikat in Hannover

Am 4. Dezember wurden in Hannover vom Niedersächsischen Staatssekretär aus dem Ministerium für Wirtschaft, Verkehr und Bauen, Matthias Wunderling-Weilbier, rund 60 Qualitätszertifikate an Betriebe in Niedersachsen vergeben. Das RPM Museum Hildesheim erhält das Zertifikat Kinderferienland Niedersachsen für seine familien- und kinderfreundlichen Angebote und Serviceleistungen.

Text: Auszug Presseinfo RPM -



Foto: WWW.Scheffen.de - Das RPM ist ausgezeichnet als besonders familien- und kinderfreundlich

## Familihtag im RPM zur Teileröffnung

Am 13. Dezember 2025 wurde die Teileröffnung der neuen Ägypten-Dauerausstellung mit einem bunten Ägyptenfest begangen.

Es war ein vielseitiges Programm mit Führungen und vielen Mitmachaktionen besonders für Kinder, wie Masken basteln, Schreiben von Hieroglyphen und Schmuck erstellen.

Eine kindgerechte Führung durch die Ausstellung mit der Museumspädagogin Josefine Neidhardt hat bei Klein und Groß Interesse an der ägyptischen Kultur geweckt.

Der übergroße Hem-iunu (siehe Foto mit der Museumspädagogin) und ein Schiffsmodell sind besondere Ausstellungsstücke der Teileröffnung. Die restlichen Ausstellungsstücke sollen bis Ostern 2026 folgen.

Bis dahin gibt es einen ermäßigten Eintritt von 7,50 € statt 12,50 €.

Text und Foto: Karl Scheide



## Stammtisch im MQ

Am 08. Januar findet um 19 Uhr der nächste Stammtisch für alle Bewohnerinnen/Bewohner und Eigentümerinnen/Eigentümer des Michaelis-Quartiers statt. Im Schärbling ist dafür ein Tisch reserviert; Anmeldung nicht erforderlich. Zu finden über nebenan.de: <https://nebenan.de/feed/45227857>

Info Burkhard Keil

## „Hey Alter“

Hildesheimer Museumsverein unterstützt digitale Bildung: JuMi-Laptops für „Hey Alter!“. Das Projekt „Hey Alter!“ Hildesheim setzt sich dafür ein, dass Kinder und Jugendliche unabhängig von ihrer finanziellen Situation Zugang zu digitaler Bildung bekommen. Gespendete, aufbereitete Laptops werden an Schulen, Jugendzentren und einzelne Familien weitergegeben – kostenlos und unkompliziert. „Mit jedem Laptop schenken wir jungen Menschen nicht nur ein Gerät, sondern echte Chancen“, sagte Peter Ludwig, Mitinitiator des Hildesheimer Standorts. „Digitale Teilhabe darf kein Luxus sein – sie ist ein Grundstein für Bildung und Zukunft.“

„Hey Alter!“ lebt von freiwilligem Engagement und lokalen Partnerschaften in Hildesheim. Unternehmen, Institutionen und Privatpersonen spenden ausrangierte Geräte, die von ehrenamtlichen Teams wieder flott gemacht werden. So entsteht ein nachhaltiger Kreislauf, der Umwelt und Gesellschaft gleichermaßen zugutekommt.

Mit dieser Aktion unterstreichen das Museum und der Museumsverein ihr Engagement für digitale Bildung, Kreativität und kulturelle Teilhabe.

Mehr Informationen zum Thema:

<https://heyalter.com/hildesheim/>

<https://www.hildesheimer-museumsverein.de/junge-mitglieder>



Foto: RPM/„Hey Alter!“

Text: Auszug Presseinfo RPM -

**Nächste Redaktionssitzung:**  
14.01.2026, um 13:00 Uhr  
im Michaelis Weltcafé

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



# Kratzenstein

## *Fleisch-und Wurstwaren*

### **Kurzer Hagen I**

#### **Jetzt neu im Sortiment:**

- Käse und eine größere Auswahl an Geflügelwurst.
- Große Auswahl an leckeren Eintöpfen und Suppen im Glas und an Dosenwurst.
- Belegte Brötchen und Schnitzel, warme Würstchen, Gulasch mit Nudeln.

#### **Täglich warme Gerichte**

Aus unserer warmen Ecke lecker und frisch zubereitet:  
Grünkohl, Bregenwurst, Kasselerbrötchen, Leberkäsbrötchen

**Besuchen Sie uns und genießen Sie den feinen Geschmack unserer frischen, handwerklich hergestellten Fleisch- und Wurstprodukte.**

*Wir wünschen unseren Kunden ein gutes neues Jahr*

Ab 1. 11. geänderte Öffnungszeiten:  
Montags geschlossen, Dienstag bis Freitag 6.00–15 Uhr, Samstag 8.00–13.00 Uhr

*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](mailto:info@druckhaus-koehler.de) · [www.druckhaus-koehler.de](http://www.druckhaus-koehler.de)



## Überraschung zum 2. Advent

Bei der Weihnachtsfeier für die ehrenamtlichen Helferinnen und Helfer gab es in diesem Jahr besonders schöne Überraschung. Die gbg Hildesheim hat FRIDA Hildesheim ([www.frida-hildesheim.de](http://www.frida-hildesheim.de)) als Empfängerin



Foto von li.: Mechthild Wiechol, Linea Ohlmann (gbg), Nicole Rath

# Räer

## AUSRÜSTUNGEN

**BW Schlafsack**  
Allgemein II -35 °C  
**144,- €**

Altes Dorf 18 – 20 | 31137 Hildesheim  
Tel. 05121 7487660 | [www.raer.de](http://www.raer.de)

der 2. Advents-Überraschung ausgewählt – und im kommenden Jahr darf sich das gesamte Team auf ein gemeinsames Frühstück freuen. Groß war die Freude bei den Koordinatorinnen Mechthild Wiechol und Nicole Rath, denen der Gutschein feierlich überreicht wurde. Diese Geste unterstreicht einmal mehr, wie wertvoll die Arbeit der Ehrenamtlichen ist – oft im Stillen, oft im Hintergrund, aber stets mit großem Herz

## 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
- 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](mailto:dentalfrisch@web.de)

und unermüdlichem Engagement. Ein herzliches Dankeschön an die gbg Hildesheim für diese besondere Wertschätzung. Die Überraschung war einfach großartig!

**Psychopharmaka-Informationen** zu Wirkweise und Einsatz. 12.2.2026 Sozialpsychiatrisches Zentrum von AWO Trialog, Teichstr. 6, Hildesheim 17.–18.30 Uhr, Information: [rv-hildesheim@awo-trialog.de](mailto:rv-hildesheim@awo-trialog.de) Tel: 05121-13890

Jahresbeginn

Das alte Jahr ist nun vorbei.  
Vorbei die Weihnachtsschlemmerei.  
Das neue kam mit großem Knall.  
Und man nahm sich von Fall zu Fall  
so manches vor für's neue Jahr.  
Doch meist bleibt alles, wie es war.  
Die Vorsätze vergisst man dann.  
Und alles fängt von vorne an.

Ich wünsche allen ein  
frohes neues Jahr.  
ElviEra Kensché

©ElviEra Kensché

# 1.200

lokale Projekte  
unterstützt

# 1.250

Beschäftigte  
aus 11 Nationen

mehr als **65**  
Auszubildende

# 2 Mio. Euro

in regionale Projekte

# 175.000 Euro

private Spenden  
über unsere  
Förder- und Spendenplattform  
[www.heimatherzen.de](http://www.heimatherzen.de)  
gesammelt

über  
**80**  
Standorte  
in der Region

Herzlichen Dank, dass Sie uns durch das Jahr 2025 begleitet haben. Auf viele weitere gemeinsame Jahre! [www.sparkasse-hgp.de](http://www.sparkasse-hgp.de)

Sparkasse  
Hildesheim Goslar Peine

Weil's um mehr als Geld geht.

### 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:** Alnatura, Galgenbergblick 1/Ecke Ostendallee; Landbäckerei Grube, Ostendallee 10. **Stadtfeld:** Sandras Kiosk, Triftackerstr. 14. **Neustadt:** Bäckerei Saftt, Ecke Goschen/Annenstr.; Cafe Pirella, Neustädter Markt 55; Fasson Textilpflege, Neustädter Markt 49; Fleischerei Buchheister, Goschenstr. 62. **Innenstadt:** Bäckerei Duygu, Bahnhofsallee 21; Bäckerei Duygu, Schuhstraße 34; Bäckerei Engelke, Filiale Bahnhofsallee, Bahnhofplatz 5; Chapeau Claue, Osterstraße 58; Romantik Cafe Moritz, Jakobikirchgasse 2; 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](http://www.hildesheimer-stadteilzeitungen.de)



# Kipppunkte im Klimawandel

El Puente hat, in Zusammenarbeit mit dem Runden Tisch Hildesheim Eine Welt (RuTH) und dem Verein Initiativen Partnerschaft Eine Welt e.V. (IP1) die Nordstemmer Klimaaktivistin und Dipl.-Ing. Ellen Gerdes am 5.11., 19.00 Uhr zu einem Vortrag und zur Diskussion über „Kipppunkte im Klimasystem“ eingeladen. Rund ... Interessierte haben mit der 64-jährigen über Zusammenhänge und Folgen des Klimawandels engagiert diskutiert und nach Lösungen gesucht. Die natürlichen und menschengemachten Veränderungsprozesse zeigen sich in den zunehmenden Katastrophen wie Orkane, Überschwemmungen, Brände, Dürren, Waldsterben. Beim gerade zu Ende gegangenen Treffen der Umweltminister der europäischen Staaten wurden unzureichende Kompromisse vereinbart; und beim Umweltgipfel der Vereinten Nationen vom 10.–21. 11. 2025 im brasilianischen Belém dürften die Ziele, die Erderwärmung auf 1,5 Grad Celsius zu begrenzen, ebenfalls nicht erreicht werden.

Es sind die Herausforderungen an die Staaten und an jeden Menschen in der Welt, die von Ellen Gerdes eindringlich und sofort gefordert werden.

Die ehemalige Entwicklungshelferin hat die existentiellen Folgen der Klimakatastrophe hautnah an vielen Orten der Erde erlebt. Sie ist überzeugt, dass es Möglichkeiten gäbe, das Leben auf unserem Kontinent lebenswerter und humaner zu gestalten.

Dazu aber bedarf es des Widerstands gegen ego-, ethnozentristische, rassistische, kapitalistische und populistische Politik und Mentalität. Die Klima- und Menschenrechtsaktivistin Gerdes nimmt dazu auch in Kauf, sich vor Gericht verantworten zu müssen. Sie ist bundesweit bekannt geworden, dass sie am 11. 1. 2024 vom Amtsgericht Tiergarten Berlin zu einer Geldstrafe verurteilt wurde, weil sie sich im September 2022 im Rahmen der Aktionswoche der Klimabewegung „Extinction Rebellion“, zusammen mit anderen AktivistInnen auf der Straße Unter den Linden festgeklebt hatte. Das Gericht hat jedoch lediglich den Straftatbestand der Nötigung verhandelt und die bürgerliche, rechtliche und ethische Verantwortung für ein gutes Leben einzutreten, außeracht gelassen.

Die Referentin zeigt mit wissenschaftlichen Quellenmaterialien auf, dass die menschengemachte Klimakrise Treiber für die Katastrophen der Welt ist: Migration, Terrorismus... Die Erhaltung und der Schutz der Lebensgrundlagen von Menschen, Tieren und Pflanzen ist bei den steigenden Kohlendioxid-Konzentrationen nicht möglich; die durch Klimakrise verursachte Störung der Atlantik Meridional Overturning Circulation (AMOC), die im Atlantik das warme Oberflächenwasser nach Norden und das kalte Tiefenwasser nach Süden transportiert und so unser Klima bestimmt, verändert sich, bringt die Eiskappen der Pole zum Schmelzen, die Korallenriffe zum Absterben und vernichtet die Amazonasgebiete. Es entstehen Todeszonen in Südamerika, Afrika und Asien. In Europa werden durch den Anstieg des Meeresspiegels große Gebiete unbewohnbar.

Der Kollaps ist erkennbar, gelingt es nicht, den Temperaturanstieg auf 1,5 Grad Celsius zu halten. Die rund 50 TeilnehmerInnen an dem Vortrags- und Diskussionsabend, wie auch die Referentin, wollten allerdings nicht jammern und wehklagen. Sie riefen zum Widerstand auf und suchten nach Möglichkeiten, wie ein Perspektivenwechsel verwirklicht werden kann: „Wir können etwas verändern!“. Die Referentin bietet an, auch in Schulen, in Vereinen, Kirchengemeinden ... zu informieren. JoS (Dr. Jos Schnurer, RuTH / IP1 / [www-socialnet.de](http://www-socialnet.de), Weinberg 1D, 31134 Hildesheim, Tel. 051 21/591 24)



## biber GmbH

### Ambulante Pflege

professionelle Pflege daheim

Rex-Brauns-Str. 9      Tel 051 21 - 51 41 94  
31139 Hildesheim      Fax 051 21 - 52 76 9  
E-Mail: [ambulante@biber-pflege.de](mailto:ambulante@biber-pflege.de)

[www.biber-pflege.de](http://www.biber-pflege.de)

