

# Stadtteilanzeiger Ost-Innenstädter

www.hildesheimer-stadtteilzeitungen.de

Ihre Redaktion- und Anzeigen-Hotline: **(05121) 23947**

Mai 2012

**MIT DOPPELSEITE  
AUS DEM  
MICHAELISVIERTEL**

**HAARSTUDIO  
Trunk**



**Bei uns frisiert man heiter  
zu zweit geht's weiter**

Einumer Straße 93 • Hildesheim • Tel. 05121-12692

**BLAUMANN**  
Berufskleidung

- Berufsmoden
- Imagekleidung
- Arbeitsschutz

Osterstraße 39a, 31134 Hildesheim  
Tel. 05121-402012  
Fax. 05121-402013  
E-Mail: info@blaumann-hildesheim.de  
www.blaumann-hildesheim.de

Sei kreativ -  
gestalte Deinen Schmuck selbst!

*Augenweide*

*Individuelle Kleidung, zauberhafter Schmuck,  
bunte Perlen und viele andere feine Dinge*

Bernwardstr. 24  
31134 Hildesheim  
Tel.: 05121 / 13 39 49



## Ortsrat Oststadt/Stadtfeld lädt zum Frühjahrsempfang

(Sebastian Baacke) Das Gespräch mit den Menschen suchen! Die Interessen aufnehmen und weitertragen! Der Ortsrat versteht sich als Vertretung der Einwohner von Oststadt und Stadtfeld gegenüber der Stadt.

Deshalb waren zum ersten Frühjahrsempfang am 15. April im Mehrgenerationenhaus vor allem die Vertreterinnen und Vertreter der Religionsgemeinschaften, der Bildungseinrichtungen, der Wohnungsbaugesellschaften und der Vereine eingeladen, die für die Menschen in unserem Stadtteil arbeiten. Etwa fünfzig Besucherinnen und Besucher nahmen die Gelegenheit wahr, miteinander und mit den Mitgliedern des Ortsrates, aber auch mit Staatsminister Eckart von Klaeden, Landtagsabgeordneter Jutta Rübke und Oberbürgermeister Kurt Machens sowie Ortsbürgermeister Helmut Borrmann ins Gespräch zu kommen. Borrmann bedankte sich noch einmal beim Hildesheimer Stadtrat der vergangenen Wahlperiode, dass er für alle Bürger die Institution des Ortsrates geschaffen hat. Er stellte heraus, wie wichtig es ist, dass die Bürger damit eine Anlaufstelle in ihrem Ortsteil haben, die ihre Sorgen wahrnimmt und sie gegenüber der Ebene des Stadtrates und des Oberbürgermeisters ver-

tritt. Weiterhin machte der Ortsbürgermeister deutlich, dass der Ortsrat städtische Projekte auch kritisch begleiten werde, so zum Beispiel den Umzug der Verwaltung in die ehemalige Mackensenkaserne. Priorität habe die Ansiedlung von Gewerbe in den bestehenden Gebäuden und damit die Schaffung neuer Jobs. Oberbürgermeister Machens nahm das Stichwort Mackensenkaserne dankbar auf. Er signalisierte, dass es schon jetzt eine große Nachfrage nach Gewerbegrundstücken an der Senator-Braun-Allee gibt. Die Entwicklung des Hildesheimer Ostens – so zeichnet sich ab – wird ein Erfolgsprojekt der Stadt, wobei der Oberbürgermeister hervorhob, dass die Verwaltung auf die Entwicklung einer städtischen Architektur achten wird. Machens betonte weiterhin, dass ein Umzug von Teilen der Stadtverwaltung in die Mackensenkaserne erhebliche Einsparungen für die klammen Stadtkassen einbringen wird. Ist der Umzug erst einmal vollzogen und auch das grüne Band über die Steingrube fertig gestellt, dann werden die verbliebenen Verwaltungsstandorte

Fortsetzung auf Seite 3

**GOLD-SILBER-ANKAUF**

**Sofort-Bargeld zu fairen Preisen**

- Schmuck auch defekt
- Zahngold auch mit Zähnen

**Juwelier Grothe an der Lilie**  
Ihr Fachgeschäft für Goldankauf  
**HINTER DEM RATHAUS**  
(Marktstr. 22) Tel. 3 44 88

**ADMIGRA**



**KANZLEI FÜR ARBEITS- UND WIRTSCHAFTSRECHT**  
Beratung . Vertragsgestaltung . Inkasso . Prozessführung

ADMIGRA Rechtsdienstleistungen . Thomas Krause  
Bahnhofsallee 13 . 31134 Hildesheim  
T. 0 51 21 / 9 22 99 14 . F. 0 51 21 / 9 22 99 15

www.admigra.de

**Seit 55 Jahren**

**Schuh- und Schlüsseldienst**  
**Goschenstraße 65**  
Inh. Marcel Siwak

- Schuhreparaturen
- Taschenreparaturen
- Lederwaren
- Näharbeiten
- Scheren- und Messerschleifen
- Schlüssel-Sofort-Dienst
- Montage aller Sicherheiten
- Gravuren und Stempel
- Wäscherei
- Annahmestelle

Mit diesem Coupon  
**20% Rabatt**  
auf die **komplette Schuhreparatur**  
(bis zum 30. April)

**Schlüssel-Notdienst zu fairen Preisen**  
Notdienst 24 Std. Telefon 0172-4558352  
Öffnungszeiten: Mo-Fr 9-13 und 15-18 Uhr,  
Mittwoch Nachmittag geschlossen, Sa 9-13 Uhr  
Telefon 05121-37286 · Goschenstraße 65



**GBG BESTATTUNGEN**



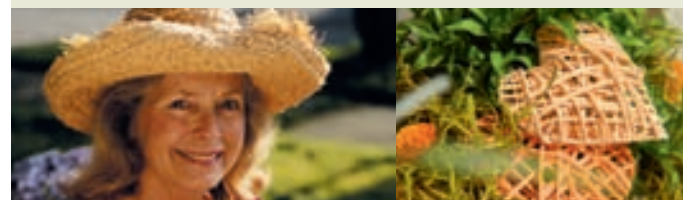
Wir sind für Sie da,  
wann immer Sie uns brauchen

Tag & Nacht  
**05121 / 18 88**

Marktstr.15 | 31134 Hildesheim



**THEATERRESIDENZ**  
SENIORENZENTRUM



*Alles aus einer Hand:*

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



creativ-design.com

Theaterresidenz Seniorenzentrum und Pflegeeinrichtung  
Teichstr. 23 • 31141 Hildesheim • Tel. 05121-206900-0 • www.positana.de



**www.hi-familie.de**  
Die Infoadresse für Familien

Der Trauer Raum geben



Unsere Trauerhalle



Unser Hauscafé

Bitte fordern Sie  
unsere kostenlose  
Info-Broschüre an!

**Süßmann**  
Bestattungen

Goschenstraße 51  
31134 Hildesheim  
Tel.: 05121 - 3 48 67  
info@suessmann-bestattungen.de



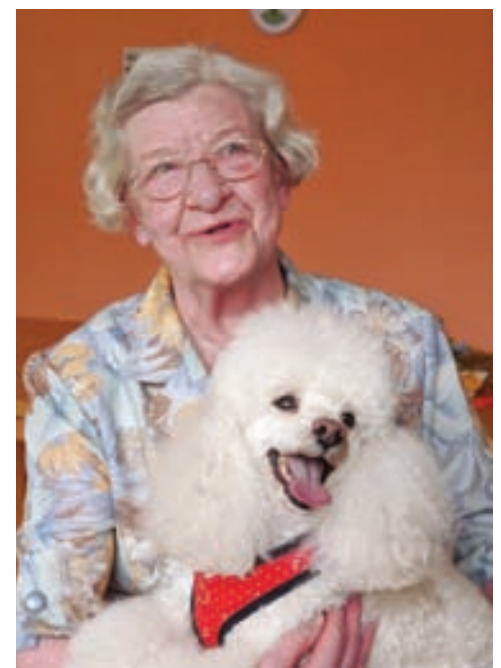
# Pudelclub besucht Seniorenheim

„Kommen Sie jetzt jede Woche?“ fragt eine Bewohnerin und strahlt die Besitzerin des Zwergpudels an, den sie sich mit geübten Griff auf den Schoß gesetzt hatte.

Bereits zum vierten Mal besuchte die Bezirksgruppe Hildesheim des Deutschen Pudelclubs das Seniorenzentrum Theaterresidenz. Elf Mitglieder und sieben Pudel gingen von Wohnbereich zu Wohnbereich, wo die Bewohner und Bewohnerinnen bereits mit selbstgebackenen Hundekekse warteten. Auch Heimleiter Anthony Blenn hatte seine beiden Großpudel Lilly und Shadow mitgebracht, die sich als vollendete Gastgeber durchaus großmütig gegenüber den Toy-, Zwerg- und Kleinpudeln zeigten. Auch Kathi, eine Zwergpudeldame, die mit ihrer Besitzerin hier im Haus wohnt, gesellte sich mit offensichtlicher Freude der Hundeschar zu.

Die Begeisterung war groß auf beiden Seiten, so viele Streicheleinheiten und Leckerlis bekommt man auch als Pudel nie und die Bewohner und Bewohnerinnen konnten sie nach Herzenslust verwöhnen. Einige besaßen früher selbst einen Pudel und zeigten Fotos.

Nach einem gemeinsamen Kaffeetrinken gingen die Pudel und deren Besitzer auf Wunsch in Bewohnerzimmer. Mit großer Gelassenheit ließen sich die Pudel auf die Betten setzen, füttern und streicheln. „Der Pudel ist dafür der ideale Hund. „Er verliert



keine Haare und eignet sich auch für Allergiker sehr gut.“ erklärt Hans-Uwe Pachnik, Vorsitzender des Pudelclubs.

Schließlich waren alle Hundekekse verfüttert und der Besuchsnachmittag ging zu Ende. Ob die Pudel jetzt auf Diät gesetzt werden? Egal, den Spaß war's wert.

Brigitte Wegener,  
Seniorenzentrum Theaterresidenz

## st.andreasmehindehildesheim

Glaube - Menschen - Kultur

### Neues aus St. Andreas



Bei „Andreas um 6“ gibt es am Sonntag, den 22. 4. 2012, einen weiteren Beitrag zur Reihe „Die dunkle Seite der Kirche“. Pastor Albrecht wird die Geschichte der Inquisition vorstellen. Beginn ist um 18.00 Uhr im Andreashaus, Andreasplatz 6.

Ein besonderer Gottesdienst erwartet die Besucher in St. Andreas am Sonntag, den 29. 4. 2012, um 10.00 Uhr. Landesbischof

Ralf Meister wird dann im Rahmen seines Besuches im Kirchenkreis Hildesheim-Sarstedt in der Andreaskirche predigen. Die musikalische Gestaltung des Gottesdienstes ist ganz auf Flamenco-Rhythmen ausgerich-

tet. Alle Interessierten sind herzlich willkommen.

Am Sonntag, den 6. 5. 2012, gibt es bei „Andreas um 6“ um 18.00 Uhr eine Kanzelrede mit Autor Peter Brunnert. Der begeisterte Bergsteiger wird unter dem Thema „Wir müssen da hoch – Gedankengänge in den Bergen“ seine Kanzelrede halten. Die Leitung hat Pastor Leif Mennrich.

Für Kinder ab 9 Jahre gibt es am 11./12. 5. 2012 eine Kinder-Kirchen-Nacht in St. Lamberti. Dabei wird die Kirche im Dunkeln entdeckt, es werden Geschichten gelesen, und die Übernachtung findet im Kinderkirchen-Raum im Turm statt. Anmeldungen bei Diakonin Susanne Paetzold, Tel. 0176-43085355.

## Kommentar

### Besinnliche Betrachtung...

- Einer hat es überlebt! Bislang, und nur einer! Nein, liebe Oststädter, es wird kein Krimi ... der bislang überlebt hat, ist ein kleiner Schokoladenhase in Goldpapier ...und stark muß man sein, ihn noch eine Weile auf der Schreibtischecke stehen zu lassen, wo die doch so unglaublich lecker sind – oder? Er erinnert mich an die Ostertage mit Enkelkindern, wo es doch viel zu kalt zum Eiersammeln war, aber es hat Spaß gemacht und geschmeckt hats auch, bald werde ich ihn schlachten. Ostern ist vorbei, ebenso wie das erste Drittel 2012 schon vorbei ist – Zeit, also weiter zu gucken auf das, was nun kommt!
- Der Ausbau der Einumer Straße, die Planung des Kasernengeländes, der neue Supermarkt an der Frankenstraße, Umbau der Waterloostraße, sind Sie auch so gespannt? Sollte es zum Frühlingsbeginn nicht angehen?
- Fragen zu unserer Oststadt? Die eine oder andere wird sicher am 7. Mai behandelt, wenn der „Neue Ortsrat“ wieder tagt – im Mehrgenerationenhaus, Kommen Sie doch mal vorbei mit ein bisschen Neugierde, Neugierde auf die Themen unsere Oststadt ... wir alle würden das sehr begrüßen – Da könnte ich ja dann auch den letzten Osterhasen schlachten ...
- Einen guten Start in den Frühling
- *Ihr Ekkehard Palandt*



Fortsetzung von Seite 1

in rund zehn Minuten zu Fuß voneinander entfernt sein. Derzeit sind die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der Stadt auf insgesamt sieben Standorte verteilt.

Der Ortsrat freute sich über den gelungenen Nachmittag mit vielen interessanten und aufschlussreichen Gesprächen. Schon jetzt steht fest: Im nächsten Jahr soll es wieder einen Empfang geben, um den Kontakt zu den Menschen zu vertiefen.

### Artikel

## „Wir sprechen darüber“

Ausgabe April

Auf dem Plakat zur der Informationsveranstaltung „Wir sprechen darüber“ zum Thema Sterben war u. a. ein Vortrag des Hildesheimer Hospizvereins „Sterbehilfe – todkranke Menschen auf ihrem letzten Weg begleiten“ angekündigt.

Der Hildesheimer Hospizverein weist darauf hin, dass er keine Sterbehilfe, sondern Sterbebegleitung leistet. Sterbehilfe ist in Deutschland, im Gegensatz z.B. zu den Niederlanden, sogar verboten. Richtig hätte es also „Sterbebegleitung – todkranke Menschen auf ihrem letzten Weg begleiten“ heißen müssen.

## Gold- und Silber-Ankauf

### EHRlich - FAIR - SERIÖS

... wird der Kunde beim Juwelier an der Lilie bedient. Das Verkaufsteam bietet mit langjähriger Erfahrung beim Goldankauf ehrliche und faire Preise für Altgold, Schmuckreste, Uhren, Hochzeitsfamilienschmuck, für Münzen, Medaillen und Zahngold etc. (welches in Gegenwart des Kunden von den Zähnen getrennt wird). Ebenso für Tafelsilber z.B. Schalen, Bestecke, Becher u.ä. Die Kunden können auf der Waage und am Rechner direkt verfolgen, wie sich der Preis zusammensetzt.



Erbaufkäufe aus Nachlässen werden ebenfalls korrekt und sorgfältig ausgeführt-jedes Gramm zählt.

Vergleichen Sie kostenlos und unverbindlich unsere Preise. Viele Kunden kommen auf Empfehlung treuer und zufriedener Stammkunden.

Auch für Schmuck aus zweiter Hand ist Juwelier Grothe eine gute Adresse. Es lohnt

sich! Marktstraße 22 (hinter dem Rathausplatz), Telefon 0 51 21/3 44 88, Öffnungszeiten: Mo.-Fr. 9.30-18 Uhr, Sa. 10-13 Uhr

**GOLD-SILBER-ANKAUF**  
Sofort Bargeld zu fairen Preisen  
• Schmuck auch defekt  
• Zahngold auch mit Zähnen  
**Juwelier Grothe an der Lilie**  
Ihr Fachgeschäft für den Goldankauf



## »KLAMOTTE« SECONDHAND INH. GUNDLABOWE



Einumer Str. 16  
31135 Hildesheim  
Telefon  
05121-1747422

- Hier finden Sie Markenkleidung
- Außerdem 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

FARBIG DRUCKEN OHNE  
SICH SCHWARZ ZU ÄRGERN  
REFILL24

Wir befüllen Ihre Druckerpatronen  
Sparen Sie bis zu 80% Druckkosten!

Befüllungspreise

Xerox • Brother • Olivetti • Minolta • Samsung und noch viele mehr!

**Druckertankstelle-Hildesheim**  
Wollenweberstr. 25 | 31134 Hildesheim | Telefon 05121/9990207  
Öffnungszeiten: Mo. - Fr. 10 - 18 Uhr | Sa. 10 - 14 Uhr

RESTAURANT | KEGELBAHN

**PALTROCK**

Bei Abgabe dieser Anzeige  
**5,- € Gutschein**  
pro Person,  
max. 1 Gutschein pro Person, Mindestverzehr 10 €,  
keine Barauszahlung

Öffnungszeiten: Montag Ruhetag  
Bis einschließlich April Mittags geschlossen  
Dienstag-Samstag 11-14 Uhr, 17-22 Uhr • Sonntag 11.30-14 Uhr, 17-21 Uhr  
31135 Hildesheim • Moltkestraße 22 • Telefon 05121-1020520  
www.paltrock.de

# Tipps für Senioren

Liebe Seniorinnen und Senioren, liebe Oststädterinnen und Oststädter,

nun steht der Frühling deutlich vor der Tür, an manchen Tagen konnten wir ihn schon deutlicher in der Natur wahrnehmen. Eine Zeit, in der wir, wie jedes Jahr, viele Ratschläge für Schlankheitskuren und Diät-Tipps erhalten. Diesem Trend will ich keinesfalls folgen sondern lediglich ein paar Möglichkeiten für gesunde Lebensführung und Ernährung für jede Jahreszeit aufzeigen – Lassen Sie sich auch wieder zu einem abwechslungsreichen Konzert einladen oder schmunzeln Sie über die Sichtweise eines Kindes zum Thema „Politik“.

Viel Spaß wünscht Ihnen  
Ihre Annette Mikulski

## Im Alter richtig essen

Es ist nie zu spät, sich mit dem Thema Ernährung auseinanderzusetzen. Unsere Ernährung beeinflusst den gesamten Planeten und unsere eigene Gesundheit. Sie bestimmt, wie bewegungsfähig wir sind, sie beeinflusst unsere Laune und kann uns vor schweren Krankheiten schützen.

## Essen Sie doch mal vegan

Vegetarismus und Veganismus erscheinen vielen älteren Menschen in Deutschland geradezu als Frevel, da Fleisch in der Kindheit oftmals ein Luxusgut war und höchstens Sonntags auf den Tisch kam.

Heute sind Fleisch- und Wurstwaren sowie Milchprodukte, Honig und Eier allgegenwärtig und stehen auf dem täglichen Speiseplan von Millionen deutscher Senioren. Fleisch und andere tierische Produkte entstehen aus Massentierhaltung. Tierische Produkte sind für den menschlichen Körper ungesund. Bei einem wöchentlichen Konsum von 300 Gramm rotem Fleisch steigt das Risiko an Krebs zu erkranken. Bei Milchprodukten tritt der gegenteilige Effekt, der von der Industrie propagiert wird, ein: Das Risiko, an Osteoporose zu erkranken, ist in den Regionen der Welt am höchsten, in denen am meisten Milch getrunken wird. Tierische Eiweiße schwächen den Knochenaufbau und den Knochenhalt. Bluthochdruck, Verdauungsprobleme und Herz-Kreislauf-Erkrankungen rühren oftmals von falscher und fleischreicher Ernährung. Vegane Ernährung bietet alle essentiellen Nährstoffe, die der Mensch benötigt und ist nicht belastet mit Antibiotika und anderen unerwünschten Inhaltsstoffen. Selbst Anbieter von Fertiggerichten haben auch ve-

getarische oder vegane Essen im Angebot.

Eine so große Umstellung ist es nicht, denn man kann viele Nahrungsmittel substituieren. Wenn man beispielsweise nicht auf ein Stück Fleisch auf dem Teller verzichten will, kann man z.B. Ersatzprodukte wie Tofu (aus Soja) verwenden. Milch kann man durch Sojamilch ersetzen, Sahne durch Sojasahne und es gibt sogar Pudding und Käse aus Sojaprodukten. Es gibt inzwischen eine große Bandbreite nicht-tierischer Lebensmittel. Wie wär's mal wieder mit einem Gemüsegerichte auf der Speisekarte?

## Viel trinken ist wichtig

Die Gefahr, sein Essen auf den Hüften wieder zu finden, ist im Alter besonders hoch. In der zweiten Lebenshälfte werden die Muskeln zusehends abgebaut und durch Fett ersetzt. Fett benötigt aber keine Energie und somit auch keine Ka-

wichtigsten Empfehlungen für eine altersangepasste Ernährung zusammen:

- Schränken Sie den Fettverzehr stark ein und bevorzugen Sie pflanzliche Fette und Öle.
- Vollkorn bietet mehr. Essen Sie ausreichend Vollkornprodukte z.B. Reis, Teigwaren, Hirse und Brotwaren.
- Täglich sollten Gemüse und Salat auf dem Speiseplan stehen.
- Milch und Milchprodukte schmecken gut



und gehören täglich ins Programm.  
■ Zweimal Seefisch, 2-3 mal Fleisch und den Rest der Woche vegetarisch.

■ 2 Stücke Obst sollten es täglich sein.

■ Trinken nicht vergessen! 1,5 bis 2 Liter pro Tag benötigt Ihr Körper.

■ Streben Sie Ihr Normalgewicht an.

## Tipps für die Praxis

Nicht nur was und wie viel Sie essen ist von Bedeutung, sondern auch wann, wie oft und wie. Beachten Sie hierzu folgende Empfehlungen:

■ Essen Sie regelmäßig und verteilen Sie die Nahrungsmenge auf 5 bis 6 kleine Mahlzeiten. Das ist bekömmlicher und erhält die Leistungsfähigkeit.

■ Kontrollieren Sie 1x pro Woche Ihr Gewicht.

■ Achten Sie auf ausreichend Bewegung. Regelmäßige körperliche Betätigung (2-3x/Woche) hält jung, beweglich und fit. Besonders gut eignen sich Ausdauersportarten wie Schwimmen, Walking, Radfahren und Wandern. Gymnastik sorgt für Beweglichkeit.

■ Nehmen Sie sich ausreichend Zeit zum Essen – Essen Sie bewusst und kauen Sie gründlich, denn: Gut gekaut ist halb verdaut!

■ Richten Sie sich das Essen appetitlich an!

■ Etwas Warmes braucht der Mensch, vor allem der ältere. Eine warme Suppe oder eine Tasse warmer Tee tun gut.

■ Auch wenn Sie alleine den

Haushalt führen – für die Gesundheit und das Wohlbefinden lohnt es sich, auch für eine Person zu kochen.

■ Kochen Sie auf Vorrat und frieren Sie einen Teil ein. Gut eignen sich hierzu Reis, Nudeln und Gemüse.(aus DEBInet)



## Nicht vergessen!

In der Aula des Goethegymnasiums präsentiert Ihnen das Kreisverbandsorchester am **Freitag, 27. April 2012 um 19.30 Uhr**, ein anspruchsvolles Konzert unter dem Motto „**Entdecker, Helden & Abenteurer**“ unter der Leitung von Joachim Hartz. Karten- vorbestellungen bei Norbert Lange, Tel. 0 51 21 / 77 01 96 oder unter [langegiesen@t-online.de](mailto:langegiesen@t-online.de). Karten sind



auch an der Abendkasse erhältlich. Weitere Informationen erhalten Sie auch unter [www.kmvh.de](http://www.kmvh.de)

## Politik aus der Sicht eines Kindes

Es war einmal ein 10jähriger Junge, der fragte seinen Vater, was denn Politik sei? Der Vater meinte:“ Das kann ich Dir erklären. Nehmen wir einmal unsere Familie als Beispiel: Ich bringe das Geld nach Hause- also nennen wir mich das Kapital. Mutter verwaltet das Geld, so nennen wir sie die Regierung. Wir beide, Mutter und

ich, kümmern uns fast ausschließlich um Dein Wohl, also bist Du das Volk. Unser Kindermädchen ist die Arbeiterklasse und dein kleiner Bruder, der noch in den Windeln liegt, ist die Zukunft. Hast Du das verstanden?“

Der Sohn ist sich nicht ganz sicher und geht zu Bett. In der Nacht erwacht er, weil sein kleiner Bruder in die Windeln gemacht hat und schreit. Er geht zum Elternschlafzimmer, doch seine Mutter liegt im Tiefschlaf. Er geht zum Kindermädchen und findet dort auch seinen Vater bei ihr im Bett. Doch die beiden lassen sich nicht stören. So geht er halt wieder ins Bett.

Am nächsten Morgen erklärt er seinem Vater, dass er nun verstanden habe, was Politik ist:“ Der Kapitalismus missbraucht die Arbeiterklasse, während die Regierung schläft. Das Volk wird ignoriert und die Zukunft liegt in der Schei.....

**Godi's**  
**BACKSTUBE**

Inhaber: Godehard HÖweling, Orleansstr.68, 31135 Hildesheim Tel. 05121/9358607  
**IMMER FRISCH UND LECKER**

lorien. Außerdem enthält es kein Wasser. Um den Wasserhaushalt des Körpers auszugleichen, sollten gerade ältere Menschen viel trinken, **mindestens 1,5 bis 2 Liter am Tag**. Oft ist dies aber nicht der Fall, weil Senioren tatsächlich weniger Durst verspüren. Doch **das Durstgefühl kann man trainieren und verstärken**. Stellen Sie dazu zwei Flaschen Mineralwasser gut sichtbar auf. Trinken Sie diese über den Tag verteilt aus. Sie werden feststellen, dass man sich daran gewöhnen kann und es Ihnen bald nicht mehr schwer fallen wird, ausreichend Flüssigkeit zu sich zu nehmen. Gönnen Sie sich ebenfalls täglich ruhig ein Glas Wein. Angeblich soll das sogar das Leben verlängern. Aber Vorsicht! Mehr als ein Glas sollte es nicht werden, sonst tritt schnell das Gegenteil ein, und ihre Gesundheit verschlechtert sich.

Die folgende Übersicht fasst die

## Arbeiterwohlfahrt feiert den Ersten Mai

Sie sind herzlich eingeladen! Den 1. Mai begeht der AWO-Ortsverein Stadtmitte gemeinsam mit den anderen Ortsvereinen aus Hildesheim bei Gegrilltem, Kuchen und Spielen für die Kinder. Nach den offiziellen Kundgebungen auf dem Marktplatz – also ab etwa 12 Uhr – geht es los. Die Arbeiterwohlfahrt freut sich über jeden Besucher beim AWO-Haus am PvH, Goslarsche Straße 1.

Kontakt:  
Sebastian Baacke  
Moltkestraße 28  
31135 Hildesheim  
ePost: [sebastian.baacke@gmx.de](mailto:sebastian.baacke@gmx.de)  
Tel.: 05121/ 999 79 44  
Mobil: 0170/ 466 02 52



**Internetservices Corinna Friedrich**  
Sachsenring 46 - 31137 Hildesheim  
Telefon: 05121/8889737 - Mobil: 01577/6432942  
kontakt@internetservices-friedrich.de  
www.internetservices-friedrich.de

Suchmaschinenoptimierung und Marketing  
Entwicklung von Datenbankanwendungen  
Individuelle Content Management Systeme



## FRAUENZEIT



**STYLING UND MAKE-UP**  
Wenn Sie sich gut fühlen, gewinnen Sie an Selbstvertrauen und strahlen dies auch aus. In diesem Workshop erfahren Sie Tricks und erhalten Tipps, wie Sie das mit kleinen Veränderungen des Stylings und etwas Make-up erreichen.



**SCHMUCKWECKSTATT**  
Zur Abrundung des persönlichen Outfits haben Sie in diesem Workshop die Möglichkeit, ein individuelles Schmuckstück zu gestalten.

**WEITERE INFORMATIONEN**  
Die Workshops sind so angelegt, dass Sie während des Vormittags beide besuchen können. Alle Angebote sind kostenfrei. Für Kinderbetreuung ist gesorgt.

**ANMELDUNG**  
Um Anmeldung wird gebeten:  
Familienzentrum Maluki, Telefon: 05321 53595  
Walburga Eishauer, Telefon: 05321 74511  
Birgit Vahle, Telefon: 05321 510300

**VERANSTALTUNGSORT**  
Familienzentrum Maluki  
Walburga Eishauer  
Birgit Vahle

## FRAUENZEIT

Workshops im Familienzentrum Maluki

**WANN:** Freitag, 27. April, 9 bis 12 Uhr  
**WO:** Martin-Luther-Straße 26



HILDESHEIM



## GREENPEACE

Hildesheim  
Ort: Teichstraße 6  
24.4., 22. 5. Greenpeace On Air, 15-16 Uhr, Tonkuhle, 105.3 fm, 26. 4., 10. 5., 24. 5., 31. 5. Plenum, 19.00 Uhr  
3. 5. Neuentreff 18.30 Uhr

## MAI-MARKT!

in der Waldorfschule,  
Propsteihof 53 am 12. Mai  
2011 von 14–17 Uhr

Am 12. Mai 2012 öffnet die Freie Waldorfschule für den Floh- und Pflanzen-Markt von 14–17 Uhr ihre Tore.

Willkommen sind Groß und Klein, Alt und Jung, um in entspannter Atmosphäre über den Flohmarkt zu schlendern, aus den vielfältigen Angeboten von Second-Hand-Kleidung, Trödel, Büchern, Spielen etc. die schönsten Schnäppchen zu finden oder vom Pflanzen-Markt am Schulgarten Tomaten (wieder über 20 Sorten)-, Kürbis-, Zucchini-pflanzen oder verschiedene Sommerblumen, sowie weitere Gemüsejungpflanzen für den Garten mitzunehmen.

Außerdem gibt es wie jedes Jahr natürlich Kaffee, selbst gebackenen Kuchen und andere Leckereien. Dazu wird ein buntes Programm angeboten, damit alle einen fröhlichen und hoffentlich sonnigen Nachmittag genießen können.

Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

## Verschiebung der Abfuhr durch Feiertage im Jahr 2012

### Maifeiertag

statt Dienstag	1.5.2012	auf Mittwoch	2.5.2012
statt Mittwoch	2.5.2012	auf Donnerstag	3.5.2012
statt Donnerstag	3.5.2012	auf Freitag	4.5.2012
statt Freitag	4.5.2012	auf Samstag	5.5.2012

### Christi Himmelfahrt

statt Donnerstag	17.5.2012	auf Freitag	18.5.2012
statt Freitag	18.5.2012	auf Samstag	19.5.2012

### Pfingsten

statt Montag	28.5.2012	auf Dienstag	29.5.2012
statt Dienstag	29.5.2012	auf Mittwoch	30.5.2012
statt Mittwoch	30.5.2012	auf Donnerstag	31.5.2012
statt Donnerstag	31.5.2012	auf Freitag	1.6.2012
statt Freitag	1.6.2012	auf Samstag	2.6.2012

Das Team vom Zweckverband wünscht Ihnen frohe Feiertage!

Telefon: 050 64/905-0  
Fax: 050 64/905-99  
E-Mail: [info@zah-hildesheim.de](mailto:info@zah-hildesheim.de)  
Internet: [www.zah-hildesheim.de](http://www.zah-hildesheim.de)



ZAH • Bahnhofsallee 36 • 31162 Bad Salzdetfurth



## Wandmalerei in der Michaelisstraße 53–54

Das Gebäude Michaelisstraße 53–54 erhält in Kürze ein neues Gesicht. Mit einer Wandmalerei wird nicht nur die westliche Fassade des Gebäudes aufgewertet. Das Ergebnis soll auch positiv in das Straßenbild einwirken und zu einer städtebaulichen Verbesserung führen. Im nachfolgenden Interview berichtet ein Mitarbeiter der Firma Simchen Immobilien Management GmbH als Verwalter des Objektes über die Reaktionen der Eigentümer zu dem Vorhaben. Livia Baum, selbstständige Farbdesignerin und Trendforscherin, stellt den Entwurf vor. Thomas Granseuer, Künstlerkollektiv Quintessenz Creation, erläutert die Umsetzung und die Farbgestalterinnen Sabrina Federschmid und Carla Volle, ehemalige Studentinnen der HAWK Gestaltung, berichten von dem Farbkonzept und den positiven Ergebnissen.

### 1. Was waren die Beweggründe für eine Sanierung am Gebäude?

*Mitarbeiter Simchen:* Eine Sanierung des Gebäudes stand schon vor geraumer Zeit im Vordergrund. Der Anstrich der Fassade und neue Fenster nach histori-



Bestand Gebäude Michaelisstraße 53–54

schem Vorbild sind nun für das erste Quartal 2012 vorgesehen. Durch die Medien sind die Eigentümer darauf aufmerksam geworden, dass das Michaelisquartier umgestaltet werden soll und es im Einzelfall auch Zuschüsse aus einem Sanierungsprogramm gibt.

### 2. Wie war die Reaktion der Eigentümer?

*Mitarbeiter Simchen:* Da es sich um eine Eigentümergemeinschaft mit fast 40 Eigentümern handelt, ist der Abstimmungsprozess eine besondere Herausforderung. Hilfreich war das gemeinsame Gespräch mit dem Beirat, eine Interessenvertretung aller Eigentümer. Diese hat dann auch in einer Eigentümersammlung 2011

das Vorhaben vorge-

stellt. Die Reaktionen der Eigentümer waren sehr positiv; sie danken der Firma Simchen Immobilien Management GmbH als Verwalter. Es gab einen 100 % Beschluss der Eigentümergemeinschaft. Der Gemeinschaft wurden mehrere Motive für die Gestaltung der Giebelfläche vorge-

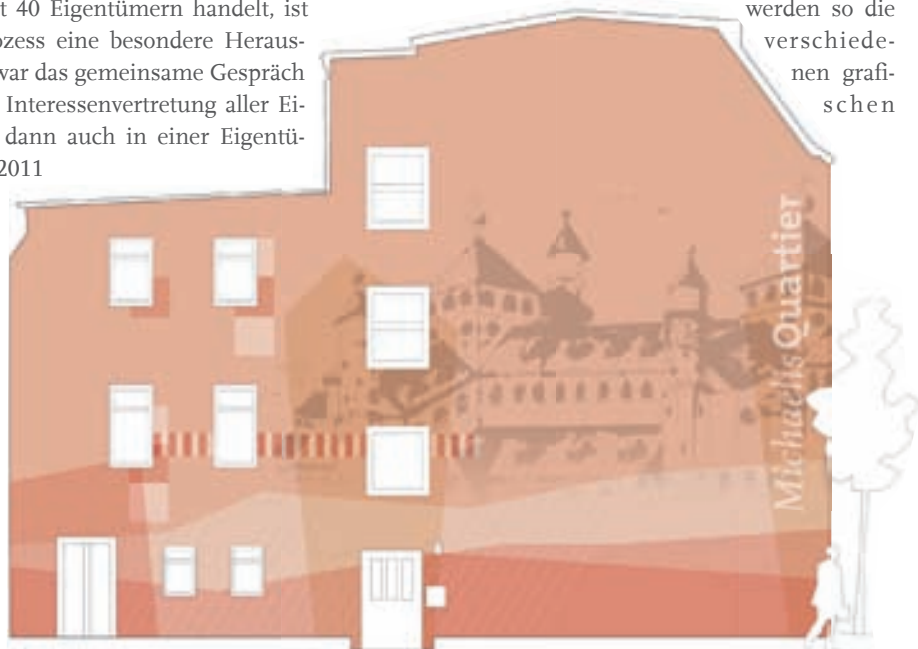
legt. Man sprach sich für die Farbgestaltung mit dem Motiv der Michaeliskirche im Hintergrund aus. Dieses würde das Gebäude noch mehr aufwerten. Es gab nur positive Reaktionen bezüglich der Wandmalerei.

### 3. Wie kam es zu der Idee des Fassadenentwurfs?

*Livia Baum:* Die Michaeliskirche ist das prägende Bauwerk innerhalb des Michaelisviertels und spielt aus städtebaulicher Sicht eine wichtige Rolle. Das neu entwickelte Grafikkonzept für die Michaelisstraße 53–54 ist eine Mischung von typischen Elementen aus dem Inneren der Michaeliskirche und der äußeren Form, die spielerisch verbunden werden. So findet der Betrachter die charakteristischen roten Säulenstreifen an den Gewölben und Rundbögen der mittelalterlichen Kirche hier wieder. Für die Darstellung der Michaeliskirche wurde auf eine alte Zeichnung aus dem 17. Jahrhundert zurückgegriffen, um auf die Historie und deren Entwicklung Bezug zu nehmen. Mit hellen Streifen und Flächen gewinnt die Fassade an Lebendigkeit und die Lichter im Sockel der Kirchengrafik beginnen zu strahlen. Durch die Kombination der geometrischen, flächigen Darstellung in Verbindung mit dem skizzenhaften Charakter der Kirchenzeichnung erhält die Fassade eine eigene Sprache und Dynamik. Als Blickpunkt der Straße soll der Entwurf von weitem schnell erfassbar sein, sich jedoch dezent und unaufdringlich in das Farbkonzept des Straßenzugs eingliedern.

*Thomas Granseuer:* Der Entwurf wird während der Planung, Vorbereitung und Umsetzung immer wieder mit den Akteuren abgestimmt. Das Künstlerkollektiv Quintessenz Creation bringt die Grafik innerhalb von zwei Wochen an die Fassade an. Der Entwurf wird über ein Raster, eins zu eins vom Entwurf auf dem Papier auf die Wand übertragen. Dabei entsteht die Gestaltung partiell und zieht sich Stück für Stück über die gesamte Fassade. In mehreren Schritten

werden so die verschiedenen grafischen



Entwurf Wandmalerei Giebelseite Michaelisstraße 53–54

Elemente und Farben bis zur detailreichen Ansicht der Michaeliskirche auf die Wand angebracht.

### 4. Warum werden Fassaden gestaltet?

*Sabrina Federschmid und Carla Volle:* Die Farbgestaltung am Einzelgebäude beeinflusst das Straßenbild und damit die Gesamterscheinung einer Stadt. Sie dient zur Aufwertung eines Gebäudes und kann einzelne Faktoren erfüllen, wie die Steigerung der Attraktivität sowie Schaffung von Identität, Orientierung und Erlebniswert. Dabei geht es um das Zusammenspiel der nebeneinander liegenden oder in Blickbeziehung zueinander stehenden Gebäude. Eine gelungene Fassadengestaltung beinhaltet die Abstimmung und Gliederung von Farbe und Material mit Architektur und deren einzelner Elemente. Schon durch wenige Veränderungen wie Neugliederung der Farbflächen, farbliche Anpassung von Tor und Tür zur Fassade und das „Achtgeben“ auf Bodenbelag, Dachfarbigkeit und Nachbargebäude kann zu einem sichtbar positiven Ergebnis führen.

### 5. Wann beginnen die baulichen Veränderungen am Haus?

*Mitarbeiter Simchen:* Der Einbau der neuen Fenster und die Fassadensanierung erfolgen Anfang Mai. Eine Fertigstellung ist für Mitte Juni vorgesehen.

## „Michaelis WeltCafé“ wird am 5. Mai mit einem Michaelis Fest eröffnet

Nicht nur am Fuße des Michaelis Hügels wird die Straße mit einem tollen Pflaster verschönt, sondern auch im Arkaden Haus an der Ecke Burgstraße/Langer Hagen tut sich Einiges: Alles wird erneuert, von den Fenstern und dem Außenanstrich bis hin zur Inneneinrichtung. Denn hier entsteht auf 54 qm Fläche das 1. Hildesheimer WeltCafé (in der letzten Ausgabe wurde bereits berichtet).

Die partnerschaftliche Welthandelsorganisation EL PUENTE (zu deutsch: Die Brücke) wird das „Michaelis WeltCafé“ am Samstag, 5. Mai mit einem Fest für das gesamte MichaelisQuartier eröffnen.

Der Name Michaelis WeltCafé hat eine doppelte Bedeutung: St. Michaelis als Weltkulturerbe der UNESCO und ein einzigartiges Café mit fair gehandelten Eine-Welt Produkten.

Das Michaelis WeltCafé soll die Besucher des Weltkulturerbes zum Verweilen einladen, aber auch den Bewohnern des MichaelisQuartiers als Anlaufpunkt dienen. Bei einer Tasse fair gehandelten Kaffee oder Tee sollen sich alle Anwohner wohlfühlen, um miteinander und auch mit den auswärtigen Gästen ins Gespräch zu kommen. Für den Informationsaustausch werden eine eigene Pinnwand sowie ein Internet-Zugang für das MichaelisQuartier bereit stehen. Durch entwicklungspolitische Informationsveranstaltungen, Ausstellungen und Aktionen soll

der Bezug zu den Partnern des Südens verdeutlicht werden. EL PUENTE möchte auch alle Interessierten aus dem Quartier zu Gesprächskreisen über die Arbeit mit den Menschen und ihrer Lebenssituation in den Partnerländern einladen. Dazu soll es monatliche Treffen geben, zu denen jeweils auf den Seiten des MichaelisQuartiers eingeladen wird.

Das Team des Michaelis WeltCafé lädt Sie alle recht herzlich zur Eröffnung am 5. Mai ein und erhofft sich eine gute Beteiligung beim Michaelis Fest sowie einen regen Gedankenaustausch. Dies ist die Grundlage für eine vertrauensvolle und verlässliche Zusammenarbeit sowie eine Stärkung der Lebensqualität im MichaelisQuartier.

Ein besonderer Dank gilt allen Beteiligten, die sich bei der Planung mit ihren Ideen eingebracht haben und mit ihrem Einsatz zum Gelingen dieses Festes beitragen werden. Für Anregungen und Unterstützung von den Bewohnern aus dem MichaelisQuartier ist das EL PUENTE Team im Michaelis WeltCafé jederzeit dankbar.

**Ansprechpartner ist Richard Bruns, ehrenamtlicher Geschäftsführer des Michaelis WeltCafé:**  
Tel. 264032, Mail: rh\_bruns@gmx.de.  
Das Michaelis WeltCafé ist ab Mai auch unter der Telefonnummer 9994550 erreichbar.



Eigentümerin Ilse Künnecke und ehrenamtlicher Geschäftsführer Richard Bruns freuen sich auf die Eröffnung

### Einladung zur ehrenamtlichen Mitarbeit im Michaelis WeltCafé

EL PUENTE, vor 40 Jahren aus der kirchlichen Jugendarbeit gegründet, sucht Ehrenamtliche, die im neuen Michaelis WeltCafé mithelfen möchten. Interessierte sind herzlich zu einem **Treffen am Mittwoch, 9. Mai um 15.30 Uhr im WeltCafé** eingeladen.

## Programm

### Geplanter Ablauf des Michaelis Festes am 5. Mai

- 11.00: Eröffnung des Michaelis Festes:**  
**Ökumenische Andacht** Landessuperintendent Eckhard Gorka und Weihbischof Hans-Georg Koitz  
**Internationaler Chor** Leitung: Gisela Lauckner  
**Begrüßung** Richard Bruns, Michaelis WeltCafé, Dieter Goy, Sprecher der Eigentümergemeinschaft  
**Grußwort** Ortsbürgermeister Carl-Matthias Rathgen  
**Empfang** Getränke und Fingerfood  
**12.00: Trommelgruppe** Grundschule Pfaffenstieg  
**12.30: Bilderbuchkino** Grundschule Pfaffenstieg  
**13.00: Glücksrad** „MITTENDRIN – Quartiersarbeit im Michaelisviertel“  
**Käse Brettspiel** Infostand für Kinder zur Wahrnehmung, ESG  
**13.30: Bilderbuchkino**  
**14.00: Flamenco Tänze** Gruppe „Flor de la Canela“ („Zimtblüte“), Leitung: Melli König  
**Glücksrad + Käse Brettspiel**  
**14.30: Bilderbuchkino**  
**15.00: Grußwort** Oberbürgermeister Kurt Machens  
**Glücksrad + Käse Brettspiel**  
**15.30: Bilderbuchkino**  
**16.00: Offizieller Ausklang des Michaelis Festes**

### Während des Michaelis Festes:

- Fotoausstellung** von der St. Michaelis Kirche im Michaelis WeltCafé, Fotografin: Eva-Maria Pasdzierny  
**Infostände:** Eigentümergemeinschaft, EL PUENTE, Michaelisheim, Pflegedienst „Das Lebenswerk“, arte flores

## Termine

### Einladung zur Redaktionsteamsitzung

Alle Interessierten im und für das MichaelisQuartier sind herzlich am 7. Mai von 16.00 bis 17.30 Uhr in das neue Michaelis WeltCafé eingeladen.

### Einladung zur Infoveranstaltung Langer Hagen mit Workshop

Mit Beginn des Planungsprozesses lädt die Stadt Hildesheim insbesondere die Anwohnerinnen und Anwohner der Straße Langer Hagen zu der am Montag, den 7. Mai, um 18.00 Uhr, im Saal in der Michaelisgemeinde (Michaelisplatz 2) stattfindenden Infoveranstaltung ein.

### „Stadtumbau-Sprechstunde“

Diese findet nach Vereinbarung im Stadtteil statt. Bitte vereinbaren Sie einen Termin! Kontakt Stadtumbaumanagement MichaelisQuartier: Fabian Schäfer, A N P, Tel.: 0561-70775-46, E-Mail: schaefer@anp-ks.de





## Evangelische Kitas laden zum „Tag der offenen Tür“

Am Freitag, 27. April 2012, von 9.00 bis 13.00 Uhr, veranstalten die Kindertagesstätten des Evangelisch-lutherischen Kirchenkreises Hildesheim-Sarstedt einen „Tag der offenen Tür“. Dieser Tag ist der Abschluss des Projektes „Weltkindergarten“, mit dem die Kitas ihre Arbeit der Öffentlichkeit vorgestellt haben. Jede der Einrichtungen freut sich darauf, interessierte Menschen durch ihre Räume zu führen und über die individuellen Angebote zu berichten, die die verschiedenen Kitas im Kirchenkreis ausmachen.

„Herzlich Willkommen.“

## 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 25. und 26. April 2012 öffnet der Shop zu einem Sonderverkauf.

Durch den Ladencharakter haben die Kunden die Möglichkeit, sich umzuschauen und sich die Bekleidung und Bücher selbst

auszusuchen. Angeboten werden Damen-, Herren- und Kinderoberbekleidung. Im Shop findet man Pullover, T-Shirts, Oberhemden, Blusen, Nachthemden, Hosen, Jacken, Röcke, Anzüge, Kostüme und Schuhe. Unsere engagierten ehrenamtlichen Mitarbeiter beraten bei der Auswahl gern. Jeder hat die Möglichkeit, im DRK-Shop einzukaufen. Die Waren werden gegen einen kleinen Beitrag abgegeben. Für den Sonderverkauf werden die Preise noch einmal um die Hälfte reduziert.

## Der offene Bücherschrank

– von der Idee bis zu ihrer Umsetzung –

Auf Initiative von Margrit Reese sollen im Hildesheimer Stadtgebiet offene Bücherschränke aufgestellt werden. An zentralen Stellen und für alle zugänglich!

Im Rahmen des Wedekindlauf am 29. 4. 2012 unterstützen Ratsfrau Bernhardine Schröer-Suray, Arne Hillberg, Thorsten Schmul und viele andere diese Idee.

Seien Sie auch dabei mit einer Geld- und Bücherspende.

Weitere Informationen können Sie über Bernhardine Schröer-Suray (Tel. 15 73 43) oder Margrit Reese (Tel. 6 58 57) erhalten.

Spendenkonto: SPD-Stadtverband Hildesheim, Stichwort „Offener Bücherschrank“, Konto 4305 bei der Sparkasse Hildesheim (BLZ 25950130).



1. Internet Cafe Trialog, jeden Sonntag, 14.30–17 Uhr, Teichstr. 6 Hildesheim, Tel. 05121-13890
2. Angehörigengruppe bei AWO Trialog: <Versuche stets ein Stück Himmel über deinem Leben freizuhalten> 10. 5. 2012, 17–18.30 Uhr, AWO Trialog, Teichstr. 6, Hildesheim, Tel. 05121-13890.
3. Kleiderreparaturwerkstatt – Knopfannähen mit Anleitung, 4€ TN Gebühr plus Material am 8. 5. 2012, 18–20 Uhr AWO Trialog, Teichstr. 6, Hildesheim, Tel. 05121-13890.
4. Kunst- und Frühlingmarkt mit vielen Angeboten im textilen, künstlerischen und kulinarischen Bereich bei AWO Trialog am 11. Mai von 14–18 Uhr mit Cafestube, AWO Trialog, Kalandstr. 3 in Alfeld, Infos: 05181-9363536.

Kontakt:  
AWO Trialog Sozialpsychiatrie  
Teichstr. 6  
31141 Hildesheim  
Tel. 05121-13890

[www.awo-trialog.de](http://www.awo-trialog.de)

**ZAHNARZTPRAXIS**  
**FRANK·QUAST**  
PROTHETIK  
PARODONTOLOGIE  
PROPHYLAXE

**PROTHETIK**  
· Zahnersatz für einzelne Zähne  
· Zahnersatz für mehrere Zähne (jeweils mit/ohne Implantaten)  
· Zahnersatz für sämtliche Zähne

**PARODONTOLOGIE**  
· Schonende Zahntaschenreinigung (Vector-Methode)

**PROPHYLAXE**  
· Vorbeugende Zahnreinigung (Air Flow)

Wallstraße 10 · 31134 Hildesheim  
Telefon (05121) 34565 | Termine nach Vereinbarung

**ALEA VITA**  
AMBULANTE PFLEGE

24 STUNDEN ERREICHBAR

**UNSERE LEISTUNGEN:**

**Grundpflege u. a.:**

- Hilfe bei der täglichen Grundpflege
- Hilfe bei der Mobilisation

**Behandlungspflege u. a.:**

- Injektionen, z. B. Diabetes
- Pflege bei Venenleiden und chronischen Wunden

**Soziale und Hauswirtschaftliche Angebote u. a.:**

- Hilfe im Alltag

**Zusatzleistungen u. a.:**

- Essen auf Rädern
- Hausnotruf, Pflegenotruf
- Verhinderungspflege

... und vieles mehr

☎ 0 51 21-99 79 59 • [www.aleavita.eu](http://www.aleavita.eu)

**Cartoon**  
UNTERUM

Billard – Dart-Raum – Internet  
Kleine Snacks auf Anfrage

Härke Pils 0,3l	1,50 €
Härke Pils 0,2l	1,20 €
Weizenbier 0,5l	2,50 €
Korn 2cl	1,20 €

Öffnungszeiten tägl. 11–14 Uhr, 16.30–??? Uhr  
Steingrube 23a · Tel. 0172-5475586 oder 0160-6984353

**Kleinanzeigen**

[www.hildesheimer-stadtteilzeitungen.de](http://www.hildesheimer-stadtteilzeitungen.de)  
eMail: [info@hildesheimer-stadtteilzeitungen.de](mailto:info@hildesheimer-stadtteilzeitungen.de)  
Tel. und Fax 23947

**Blinder Mensch mit Führhund** sucht eine 3-4-Zimmer-Wohnung nahe Sedanpark, möglichst im Erdgeschoß und mit Balkon. 05121 303474, gern können Sie ggf. auf meinen AB sprechen, ich rufe gern zurück.  
**Hallo, wir suchen alte Fahrräder** für einen guten Zweck. Wir kommen vorbei und holen die Räder ab. Tel. 0176 - 29 04 47 61

**Impressum**

Herausgeber, Axel Fuchs  
**Redaktions- und Anzeigen**, Elzer Straße 99  
31137 Hildesheim  
Anschrift: Tel. (05121) 23947  
Fax (05121) 2086770

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

Internet: [www.hildesheimer-stadtteilzeitungen.de](http://www.hildesheimer-stadtteilzeitungen.de)  
Redaktionsschluß der nächsten Ausgabe: 12. Mai 2012  
Die veröffentlichten Artikel geben nicht in jedem Fall die Meinung der Redaktion wieder.

nur bis 31.05.2012

Jetzt vorsorgen – und eine von 10 Familien-Jahreskarten für den Erlebnis-Zoo Hannover gewinnen!

**1A Angebot**

**Für die Mäuse nur das Beste: PRIMUS, die Kindervorsorge**

→ schon ab 25 Euro monatlich  
→ bis zu 1.000 Euro Schulprämie  
→ das perfekte Geschenk für Eltern, Großeltern, Paten, Verwandte und Bekannte

**Sparkasse Hildesheim**  
Ein Produkt der **LV 1871** [www.sparkasse-hildesheim.de](http://www.sparkasse-hildesheim.de)

Wir beziehen EVI BioStrom



## Der Umwelt zuliebe!

Seit 2010 betreiben wir eine Photovoltaikanlage und können somit 90.000 kWh (1/3 unseres Energiebedarfs) selbst erzeugen.



**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)

# Übungsleiter für Seniorengymnastik gesucht

## Das Deutsche Rote Kreuz bildet aus

Seit über 30 Jahren gibt es beim Roten Kreuz Hildesheim zahlreiche Gruppen, die sich regelmäßig zu Seniorengymnastik treffen.

Für die Leitung dieser Seniorengymnastikgruppen bildet das Rote Kreuz Hildesheim Übungsleiter aus.

Das Rote Kreuz Hildesheim sucht dringend Menschen, die bereit sind, einen Teil der Freizeit für diese Aufgaben zu erübrigen, Freude an Bewegung und Gymnastik haben und diese gern anderen vermitteln, sich so fit und beweglich fühlen, dass sie sich die Leitung einer Gruppe zutrauen, sich sozial engagieren möchten, gern mit älteren Menschen zusammen sind, sich zutrauen mit Geduld, Takt und Einfühlungsvermögen eine Gruppe älterer Menschen zu betreuen.

Mit der Qualifikation der Übungsleiter steht und fällt die Qualität der DRK-Bewegungsprogramme. Es ist also im Interesse des Roten Kreuzes, das Engagement der Übungsleiter mit einer gründlichen Ausbildung zu ermöglichen.

Zunächst werden die angehenden Übungsleiter in Erster Hilfe ausgebildet. Der DRK-interne Grundlehrgang „Bewegung

bis ins Alter“ vermittelt solide Kenntnisse für die praktische Arbeit. Weiterbildungen ermöglichen, dass die Übungsleiter des Roten Kreuzes ständig auf dem neuesten Stand bleiben.

Die Übungsleiter werden durch das Deutsche Rote Kreuz aus- und fortgebildet. Sie sind ehrenamtliche Helfer, haben aber natürlich Anspruch auf eine Aufwandsentschädigung. Auslagen werden selbstverständlich erstattet.

Interessenten erhalten Informationen beim Roten Kreuz Hildesheim, Brühl 8, Hildesheim oder unter der Rufnummer 93 60-0.



**Heißmangel Irma Mamone**  
Hasestraße 47 • Tel. 5 20 31  
Öffnungszeiten:  
Mittwoch und Donnerstag 9-12, 15-18 Uhr, Freitag nach Vereinbarung

**DENTAL FRISCH**  
"Gepflegter Zahnersatz Visitenkarte eines Prothesenträgers"

Herstellung von Zahnersatz	Reinigung von herausnehmbarem Zahnersatz
- Kronen	Professionelle Beseitigung von
- Brücken	- Ablagerungen
- Totale Prothesen	- Tabak
- Kombierter Zahnersatz	- Tee
- Implantatversorgung (Suprakonstruktion)	- Kaffee
- CAD/CAM Zirkon Vollkeramik	- Calcium (Zahnstein) Rückständen
- Fräs- und Geschleibetechnik	
- Kostenvoranschläge (Zähne müssen bezahlbar bleiben)	

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

**Marco Conrad**  
Meister der Zahntechnik

e-mail: DentalFrisch@yahoo.de

**Römer & Seidel**  
Innungs-Meisterbetrieb

Sanitäre Anlagen • Gasheizungen • Solaranlagen  
Junkers Vertragskundendienst • Gasgerätewartungen  
Gasinnenabdichtung • Gascheck

Frankenstraße 2a • 31135 Hildesheim  
Telefon 05121/37389 • Telefax 3 50 23



**Happy (Pflege) Hour**  
bei Daheim statt Heim

In der Zeit zwischen 10:00 und 16:00 bietet Ihnen die Daheim statt Heim GmbH einen ganz besonderen Service. In dieser Zeit nehmen wir uns noch mehr Zeit für Sie, so der Geschäftsführer Sebastian Adamski. Schick in die Stadt ist das Motto und dafür nehmen wir uns Zeit. Für die Pflege sind unsere Fachkräfte nur für Sie da. Frisch geduscht oder gebadet zum Mittag in die Stadt und anschließend einen Cappuccino auf dem Marktplatz trinken oder sich mit Freundinnen treffen. Gerade jetzt zum Frühling wollen viele, auch pflegebedürftige Menschen, wieder raus und das Wetter genießen. Da wollen wir den Menschen gerne helfen. Der morgendliche Stress, dem sich viele Menschen ausgesetzt fühlen ist meist selbst gemacht. In der Zeit zwischen 10:00 und 16:00 ist es für viele ruhiger,

da ist mehr Zeit für die Pflegebedürftigen, so Adamski weiter. Gerade wenn die Tage wieder länger werden und man draußen die Mittagssonne genießen und abends wieder auf der Terrasse oder im Garten sitzen kann, wünschen sich viele Menschen etwas länger zu schlafen. In der späten Vormittags- oder frühen Nachmittagszeit sorgen die Mitarbeiter des Pflegedienstes Daheim statt Heim, dass sie sich rundum wohl fühlen können. Wir richten z.B. die Tagesfrisur her oder helfen Ihnen beim Duschen, so dass Sie gepflegt den Tag bis in den Abend genießen können. Und das ganze ohne gehetzte. In aller Ruhe sind wir für sie da.

Wenn Sie Fragen haben erreichen Sie die Mitarbeiter der Daheim statt Heim GmbH 24h unter 05121/ 3 30 30.

**daheim**  
STATT HEIM  
KRANKENPFLEGE  
rundum gut versorgt

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

24h erreichbar:  
**05121 • 3 30 30**

Wollenweberstr. 23 • 31134 Hildesheim  
www.dsh-hi.de • info@dsh-hi.de



## Theaterfrühling Hildesheim 2012

**Eine Entdeckungsreise durch 25 Jahre Freies Theater in Hildesheim. Ein Projekt der Interessengemeinschaft Kultur IQ.**

Seit nunmehr 25 Jahren hat die Freie Szene in zentraler Rolle das kulturelle Gesicht der Stadt vielfältig und lebendig geprägt. Anlass für die Interessengemeinschaft Kultur IQ, dieses Schaffen in den Mittelpunkt der Aufmerksamkeit zu stellen. Der „Theaterfrühling – Eine Entdeckungsreise durch 25 Jahre freies Theater in Hildesheim“ wird vom 16. April bis zum 21. Mai ins Zentrum der Stadt Hildesheim reisen. Dafür hat er einen Botschafter: „TheBus“.

Der Theaterbus, kurz: TheBus, verkörpert die Kampagne für das Hildesheimer Kulturschaffen mit Fokus auf der Theaterlandschaft.

TheBus bringt Hildesheimer Theater direkt in die Stadt – meistens vor die Citykirche St. Jakobi – in einen vom Stadtverkehr Hildesheim (SVHi) zur Verfügung gestellten Linienbus.

„Es ist ein mobiles Kulturzentrum, das gleichzeitig als Ort der entspannten Information dient sowie als Bühne für kurzweilige Unterhaltung“, erklären die Projektleiter und IQ-Geschäftsführer Stefan Könneke und Jan Obornik.

Oberste Priorität des Theaterfrühlings

## Eröffnung



Begleiten Sie mich auf eine spannende Reise

Herzlich lade ich Sie zur **Eröffnung** meines gemütlichen Reisebüros Paaradies Reisen ein

Am Sonntag, 06.05.2012 zwischen 13:00 – 17:00 Uhr

Lernen Sie mich und das neue Reisebüro in der Katharinenstr. 9\* in Hildesheim näher kennen.

Zusammen genießen wir einen wunderbaren Nachmittag

u.a. mit karibischem, asiatischem und skandinavischem Flair.

Lassen Sie sich überraschen. Ich freue mich über Ihren Besuch.

Ihre Christiane Owsianka

Paaradies Reisen

\*Paaradies Reisen befindet sich im AZALEA Blumengeschäft

An dem Tag finden keine Beratung & kein Verkauf statt, wir bitten um Verständnis. Danke

**biber** ☎ 51 4194

Gesellschaft für ambulante Dienste mbH

## Kranken- und Altenpflege

Wir fördern Selbständigkeit und Sicherheit ...  
... helfen, pflegen und machen mobil.

**Ihr Vertrauen ist unsere Verpflichtung!**

Ottostraße 7, 31137 Hildesheim



ist, das Publikum für die Höhepunkte des Hildesheimer Theaters zu sensibilisieren. Nämlich auf das siebte europäische Theater- und Performancefestival „transeuropa2012“ vom 12. bis 19. Mai, den fünften Geburtstag am 21. Mai und das Großprojekt „Artikel Eins“ vom Theaterpädagogischen Zentrum Hildesheim (TPZ) sowie auf die Ergebnisvorstellung des Projektsemesters „Arbeit(er)finden“ der Stiftung Universität Hildesheim vom 30. Juni bis 07. Juli.

Mehr Information über die Interessengemeinschaft Kultur IQ unter [www.iq-hildesheim.de](http://www.iq-hildesheim.de).

Mi. 9. Mai | 16 Uhr | vor der Jakobi-Kirche

## Feenzauber

*Eine phantastische Verzauberung*

Drei fabelhaften Feenwesen schweben geheimnisvoll durch die Stadt und begleiten und verzaubern die Passanten. Auf dem Weg erzählen die Feen alte Geschichten Hildesheims verbunden mit Erlebnissen und Beschreibungen ihrer Feenwelt und entführen damit in eine phantastische Welt. Eine Performance von und mit Merle Hieber, Julia Ritter und Hanna-Laura Veit.

Kategorie: Performance

**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  
Erbchaft-/Schenkungssteuer

**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](http://www.steuerberater-sontag.de) E-Mail: [info@steuerberater-sontag.de](mailto:info@steuerberater-sontag.de)