

Das Familienmagazin der Stadt Hildesheim | Ausgabe 1/2021

# WIR HIER!

An die frische Luft – Leben nach dem Corona-Winter



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

 HILDESHEIM



# Gemeinsam allem gewachsen.



**Gerade jetzt ist Zusammenhalt wichtiger denn je. Darum machen wir uns für die stark, die sich für die Gemeinschaft stark machen. Und unterstützen Künstler, Sportler, Unternehmer vor Ort und all diejenigen, die sich für andere einsetzen.**

## INHALT UND EDITORIAL

### EDITORIAL UND INHALT 03

#### SCHWERPUNKTTHEMA: RAUS AN DIE FRISCHE LUFT

- Kinder wollen sich bewegen 04
- Die Grübelspirale durchbrechen 08
- Nach der Krise 12

#### DIESES UND JENES 14

#### TIPPS UND TERMINE 21

#### LESEN UND HÖREN 24

#### IMPRESSUM 25

#### ADRESSEN 26

### Liebe Leserin, lieber Leser!

Die Geschichte vom Huckup kennen die meisten Hildesheimerinnen und Hildesheimer. Der Wicht sitzt einem Apfeldieb im Nacken. Die Last der Schuld drückt den Tunichtgut hinunter. Dass das Hildesheimer Wahrzeichen den Titel dieser Ausgabe ziert, hat andere Symbolkraft. Denn ein Schatten dürfte derzeit vielen Menschen aufs Gemüt drücken. Der kalte Winter mit seinen Einschränkungen liegt hinter uns. Die Monate in der Wohnung haben Spuren hinterlassen. Für manche ist es jetzt erholsam, an die frische Luft zu gehen. Andere könnte der Corona-Blues noch länger beschäftigen. Blues klingt angenehm, meint aber meist eine ernste Angelegenheit. Über seelische Gesundheit zu sprechen, fällt schwer. Klaus-Michael Gatzemeier hingegen weiß, wie wichtig es ist, Klarheit zu reden. Der Vorstand des Bündnisses gegen Depression spricht im Interview in dieser Ausgabe über die Folgen von Lockdown und Pandemie. Er macht Hoffnung, warnt aber auch, dass die vergangenen Monate uns auch psychisch noch lange beschäftigen könnten. Um Familien – vom Kleinkind bis zu den Großeltern – eine Handreichung zu geben, bündelt das WIR HIER in dieser Ausgabe auch Hilfsangebote. Dazu finden Sie auf den folgenden Seiten wie gewohnt Dieses & Jenes aus dem Stadtgeschehen sowie Tipps, wie sich die kommenden Monate an der Luft verbringen lassen.

Gute Gesundheit wünscht

*Björn Stöckemann*

# KINDER WOLLEN SICH BEWEGEN

Im Skatepark am Philosophenweg haben junge Leute einen Ort um selbstbestimmt an der Luft zu sein. Das funktioniert gut, meint Projektleiter Jörg Aschemann.



Jörg Aschemann freut sich: Auch bei schlechtem Wetter ist im Skatepark was los.

So war das nicht geplant. Einen Tag vor dem Treffen war der Himmel strahlend blau, die Wintermäntel blieben im Schrank, der Frühling lag in der Luft. An diesem Februarnachmittag schlingt sich ein kariertes Schal um den Hals von Jörg Aschemann und dicke Wolken hängen am Himmel. „Wenn das Wetter ist wie vor ein paar Tagen“, erzählt er, „dann ist hier alles voller Menschen.“ Aber selbst bei diesem Wetter herrscht im Skatepark am Philosophenweg reges Trei-

ben. Fußbälle sausen ins Netz, Kinder lassen die Stehflächen ihrer Scooter um die Lenkstange wirbeln, Jugendliche rasen die Rampen hinauf und hinunter.

„Open Sports“ nennt Aschemann das Projekt. Vor seinem Ruhestand hat er 38 Jahre lang im Bereich Jugend der Stadt Hildesheim gearbeitet, war zuletzt Stadtjugendpfleger, wie es umgangssprachlich heißt. Mittlerweile arbeitet der 67-Jährige für Cluster. Nicht, weil er Geld braucht. Weil es



Die Bretter, die die Welt bedeuten.

ihm Spaß macht. Die Sozialagentur ist Projektträger von „Open Sports“, der Skatepark am Philosophenweg ist eine Spielfläche der Stadt und Aschemann hauptverantwortlich für das, was hier in den vergangenen Jahren entstanden ist. „Sport-Jugendarbeit“ nennt er es selbst.

Der Skatepark liegt in Ochtersum, zwischen Hohnsen, dem Gelände von VfV Borussia 06 und der Auffahrt zur B243. Perfekte Umgebung, findet Aschemann. „Die Jugendlichen stören hier niemanden und haben den Platz für sich eingenommen.“ Mittlerweile stehen hier zwei Anlagen für Skateboards, Scooter und BMX-Räder, ein eingezäunter Fußballplatz, ein Basketballkorb, eine Tischtennisplatte, Graffiti-Wände und eine Spiegelwand zum Breakdancen. Der Clou: „Open Sports“ ist selbstorganisiert, vereinsungebunden und kostenfrei. Das Konzept gehe auf, findet Aschemann. Die Jugendlichen





Es gibt im Skatepark kaum Vandalismus, dafür aber Flächen explizit für Graffiti.

nutzen die Fläche und achten auf „ihre“ Anlage. Vandalismus gebe es kaum. Eher würden die jungen Leute mal selbst zum Besen greifen oder Müll wegräumen. Die Zielgruppe sei, sofern er das festlegen müsste, zwischen 12 und 27 Jahren alt, meint Aschemann. Tatsächlich kämen auch Jüngere und Ältere und sogar Eltern und Großeltern. „Im Sommer stellen wir Sitzmöglichkeiten auf“, erzählt Aschemann. In dieser Lounge treffen sich die Begleitpersonen, während der Nachwuchs sich austobt.

#### Gut für die Gesamtheit

„Open Sports“ ist ein offenes Angebot, aber regelmäßig sind auch Sozialarbeitende vor Ort, die auf Nachfrage beraten, oder Workshops anbieten. Hip-Hop-Tanz, Skaten, Street-Art. „Das ging zuletzt natürlich nicht so wie gedacht“, gibt Aschemann zu. Die jungen Leute waren trotzdem kaum von der An-

lage fernzuhalten. „Die Eltern sind auch heilfroh, dass es einen Ort gibt, wo die Kids ihre Freunde treffen und an der frischen Luft abhängen und sich austoben können“, erzählt Aschemann. „Kinder wollen sich bewegen.“ Aschemann ist Vater und war Stadtjugendpfleger. Er hat Musik-Programme und Theaterkurse organisiert und geleitet. „Wer ein Hobby hat, hat eine gewisse Zufriedenheit“, ist er überzeugt. Den ganzen Tag in der Wohnung gebunden zu sein, das sei auf Dauer nichts, meint er. Action und Bewegung seien wichtig. Im Skatepark am Philosophenweg könne er das regelmäßig beobachten. Auch die Eltern stürzen sich mit ins Getümmel. „Das ist gut für die Gesamtheit“, meint Aschemann. Auch deswegen plant er schon „Open Sports 2.0“. Ein Handballplatz und ein Beach-Volleyball-Feld fehlen hier noch, findet er. Die Partner vom ersten Projektdurchlauf seien wieder mit dabei. Aschemann grinst. „Das wird gnadenlos gut.“

# Glücklich wohnen – nur mit uns!

gbg

wohnen  
in Hildesheim



Wir schaffen Wohn(t)räume!

(05121) 967-0 · [www.gbg-hildesheim.de](http://www.gbg-hildesheim.de)

# DIE GRÜBELSPIRALE DURCHBRECHEN

Herr Gatzemeier, trübe Monate mit langen Nächten liegen hinter uns, Weihnachten konnte kaum, Silvester gar nicht gefeiert werden. „War doch alles nicht so schlimm“, könnte man sagen. „Gibt doch Netflix.“ Aber, ist es damit getan?



Im Bündnis gegen Depression haben sich mehrere Organisationen zusammengeschlossen.

Herr Gatzemeier, trübe Monate mit langen Nächten liegen hinter uns, Weihnachten konnte kaum, Silvester gar nicht gefeiert werden. „War doch alles nicht so schlimm“, könnte man sagen. „Gibt doch Netflix.“ Aber, ist es damit getan?

Leider nein! Erste Untersuchungen zur Pandemie zeigen weltweit eine deutliche Zunahme von subklinischen, also zunächst eher leichten Anzeichen von Symptomen einer seelischen Erkrankung. So nahmen

Angstsymptome laut europäischer Studien um 30 Prozent zu. Klinisch relevante Angststörungen sind nach der europaweiten Gesundheitsstudie in der Bevölkerung 2020 auf fast sechs Prozent gestiegen. Aber auch depressive Symptome und psychosomatische Beschwerden werden vermehrt diagnostiziert.

**Gibt es Gruppen, die besonders gefährdet sind?**

Gerade die Gruppe der Jugendlichen und

der Erwachsenen bis 60 Jahren zeigen in den Gesundheitsstudien deutlich erhöhte subklinische Symptome seelischer Störungen. Bei Frauen zeigt sich eine deutliche Zunahme von Angstsymptomen, bei Männern eher Abhängigkeitsprobleme. Bei Kindern zeigen sich vermehrt Verhaltensauffälligkeiten, wie Studien der Uni Hildesheim und des Klinikums Hamburg-Eppendorf zeigen. Hier sind wiederum vermehrt Kinder und Jugendliche aus sozial schwächeren Familien betroffen. Werden solche „leichten“ Symptome nicht rechtzeitig erkannt, ist mit einer erhöhten Anzahl von psychischen Erkrankungen zu rechnen. In der Altersgruppe der über 60-Jährigen zeigen sich dagegen keine Zunahmen. Diese Menschen sind meist krisenerfahrener. Jüngere Menschen sind dagegen weniger anpassungsfähig und können gegebene Unsicherheiten und Verzicht schlechter über einen längeren Zeitraum aushalten. Sie sehen die einschränkenden Maßnahmen eher pessimistisch und in einem negativen Zukunftsbild. Zukunftspläne müssen zurückgestellt werden. Junge Menschen greifen dann auch eher zu ungesunden Bewältigungsstrategien.

**Zum Beispiel?**

Alkohol, Zigaretten und andere Drogen aber auch übermäßiger Medienkonsum.

**Dieser Tage führt an Medien aber auch kein Weg vorbei. Der erste Blick morgens geht ja meist aufs Smartphone – allein um die aktuelle Corona-Lage zu checken. Sollten wir Corona also lieber ausblenden?**

Die Pandemie einfach zu leugnen, heißt Angst nicht zuzulassen. Dabei ist Angst, wie schon gesagt, ein normales Gefühl. Angst rettet uns das Leben, weil sie vor Gefahren warnt. Angst nicht zuzulassen, ist gefährlich für einen selbst und unverantwortlich



Diplomspsychologe Karl-Heinz Gatzemeier.

gegenüber anderen. Es hilft deswegen, sich seriös und kritisch zu informieren. Wichtig ist aber auch, sich Grenzen zu setzen. Negative Gedanken kann man so kontrollieren und sich dann ablenken. Das durchbricht die „Grübelspirale“.

**Viele Menschen scheinen diesen Rat intuitiv befolgt zu haben. Sie gehen Spazieren, machen Radtouren oder liegen in der Sonne. Reicht das allein, um aus einem Tief wieder herauszukommen?**

Tägliche Bewegung an der frischen Luft wirkt tatsächlich nachweislich angstlösend und antidepressiv. Sport hilft also, genauso wie gesunde Ernährung. Es hilft, sich eine Tages- und Wochenstruktur zu machen. Dazu gehört auch der Schlafrythmus. Bettzeiten über acht Stunden können depressive Symptome begünstigen, genauso wie sich tagsüber ins Bett zurückzuziehen. Soziale Kontakte sollte man auch unter den bestehenden derzeit notwendigen Regelungen weiterhin intensiv pflegen. Dieser Tage hat jeder unerwartet Freiräume. Diese sollte

man für sich nutzen: mit Kreativität, Sport, Freunden. Wir können und sollten erledigen, was wir schon lange vorhatten, können auch schöne Dinge entdecken und gleich wieder Pläne für die Zeit nach der Pandemie machen.

### **Das klingt so, als ob der Frühling und Sommer alles wieder ins Lot bringen?**

Wir alle sind von der Pandemie und den notwendigen einschränkenden Maßnahmen betroffen. Der größte Teil der Bevölkerung hat gesunde Anpassungs- und Bewältigungsstrategien für sich und mit seinem sozialen Umfeld gefunden. Wer aber zusätzlich arbeitslos geworden ist; unter finanziellen Existenznöten leidet; nicht auf soziale und tragende Netzwerke zurückgreifen kann; schon vor der Pandemie an psychischen Krankheiten gelitten hat; von Einsamkeit und/oder Armut betroffen ist, wird über kurz oder lang eher mit einer seelischen Störung auf die zusätzlichen Belastungen und den psychosozialen Stress reagieren.

### **Worauf sollten Angehörige achten?**

Typische Anzeichen eines seelischen Unwohlseins sind Rückzug, Antriebsstörungen, vermehrtes Grübeln, längere Bettzeiten, ein gestörter Tages- und Nachtrhythmus, mangelnde Bewegung, ungesunde Ernährung, Kontaktvermeidung, Verbitterung, Aggression, Hoffnungslosigkeit, vermehrter Konsum von Alkohol und Medien und natürlich Suizidgedanken.

**Über solche Sachen zu sprechen, fällt vielen schwer. „Seelisches Wohlbefinden“, „Stimmungstief“, „aufs Gemüt schlagen“ – wir haben viele Umschreibungen, damit wir das Thema nicht beim Namen nennen müssen.**

Nach wie vor sind seelische Erkrankungen in unserer Gesellschaft tabuisiert und stig-

matisiert, werden oftmals der individuellen Schuld und einer schwachen Persönlichkeit zugeschrieben. Wir müssen im Zusammenhang der notwendigen Maßnahmen, auch die Gefahr der dadurch vermehrt ausgelösten seelischen Erkrankungen in den Blick nehmen. Studien zeigen, dass 90 Prozent der Suizide auf eine seelische Erkrankung und über die Hälfte auf eine Depression zurückzuführen sind. Die Zunahme der Verschreibung von Antidepressiva hat nach Auskunft der Krankenkassen im letzten Jahr erneut zugenommen. Medikamente behandeln aber nicht im eigentlichen Sinn die psychische Störung. Sie mildern Symptome. Behandlung bedeutet in erster Linie eine psychotherapeutische Behandlung und die Teilhabe an Gesundheit durch ergänzende therapeutische Angebote wie die Soziotherapie, die Ergotherapie, die Lauftherapie, Entspannungstherapie oder Musik- und Kunsttherapie.

### **Wohin kann und sollte ich mich wenden, wenn ich das Gefühl habe, eine Person hat die letzten Monate nicht gut verkräftet?**

Dann ist es nötig professionelle Unterstützung in Anspruch zu nehmen. Auch von An- und Zugehörigen können die Beratungsangebote in Anspruch genommen werden, wenn die Betroffenen aufgrund der Symptomatik selbst nicht mehr dazu in der Lage sind. Erste Adresse ist immer der/die vertraute Hausarzt/Hausärztin und psychosoziale Beratungsstellen sowie Krisentelefone. Auch Angebote wie der sozialpsychiatrische Dienst beim Gesundheitsamt oder die Ambulanz der psychiatrischen Klinik vor Ort können kontaktiert werden.

### **BERATUNGSANGEBOTE FÜR BETROFFENE VON PSYCHISCHEN KRANKHEITEN SOWIE AN- UND ZUGEHÖRIGE IN UNSERER REGION**

Der Verein für Suizidprävention ist täglich unter 05121 5 88 28 von 18 bis 22 Uhr zu erreichen.

Die bundesweite Telefonseelsorge ist sogar rund um die Uhr unter 0800 1 11 01 11 und 0800 1 11 02 22 erreichbar.

Der Fachbereich Psychologie der Universität Hildesheim bietet ein anonymes Zuhörtelefon. Dieses ist täglich zwischen 10 und 12 sowie 16 und 18 Uhr besetzt und unter 05121 51 62 88 zu erreichen.

Das Bündnis gegen Depression Hildesheim bietet jeweils montags und donnerstags von 15 bis 17 Uhr unter 0175 53 33 153 eine Telefonsprechstunde. Außerhalb dieser Sprechzeiten nimmt der Anrufbeantworter die Anrufe entgegen, ein Rückruf erfolgt zeitnah. Per Mail geht der Kontakt über [kontakt@bgd-hi-pe.de](mailto:kontakt@bgd-hi-pe.de).

Das Info-Telefon der Stiftung Deutsche Depressionshilfe ist unter 0800 3 34 45 33 erreichbar.

Der Sozialpsychiatrische Dienst beim Gesundheitsamt ist unter Telefon 05121 3 09 73 75 erreichbar.

Das AMEOS Klinikum bietet rund um die Uhr unter Telefon 05121 10 31 einen Bereitschaftsdienst.

Im Netz bietet die Deutsche Depressionshilfe ein Forum für Depressionserfahrene und Angehörige, wo diese kostenlos eine fachliche Begleitung erhalten. Zu finden ist es unter [www.deutsche-depressionshilfe.de/forum-depression](http://www.deutsche-depressionshilfe.de/forum-depression). Mit FIDEO gibt es dort auch ein spezielles Angebot für Menschen ab 14 Jahren ([www.fideo.de](http://www.fideo.de))

Weitere Online-Angebote gibt es unter [www.stiftung-deutsche-depressionshilfe.de](http://www.stiftung-deutsche-depressionshilfe.de) [www.angstselbsthilfe.de](http://www.angstselbsthilfe.de) [www.seelefon.de](http://www.seelefon.de)

Das Ifight-Depression-Tool ist darüber hinaus ein kostenloses Angebot der Stiftung Deutsche Depressionshilfe. Das internetgestützte Selbsthilfemanagement-Tool gibt es in zwei Versionen: Für Menschen von 15 bis 24 Jahren sowie für Menschen ab 25 Jahren. Es liegt in 13 europäischen Sprachen sowie in einer arabischen Version vor. Zu finden ist es unter [www.ifightdepression-tool.de](http://www.ifightdepression-tool.de).

# NACH DER KRISE

**Wie soll Leben in Hildesheim nach der Krise aussehen? Verwaltung und Politik der Stadt haben jetzt einen Fahrplan für Unterstützung aufgestellt.**



In einer Online-Konferenz stellen Verwaltung und Politik die Pläne der Presse vor.

Die Stadt Hildesheim nimmt eine Millionen Euro in die Hand, um die Auswirkungen der Corona-Pandemie für die Menschen hier vor Ort abzumildern. In erster Reihe stehen dabei die rund 13.000 Kinder im Stadtgebiet. „Kinder leiden in besonderer Weise unter den Folgen der Corona-Pandemie“, heißt es in einer Mitteilung aus dem Rathaus. Die Schulen und Kitas mussten schließen, die Spielplätze waren gesperrt, Großeltern oder sogar Freundinnen und Freunde zu

treffen, war fast unmöglich. Geld kann die Belastungen nicht ungeschehen machen, aber als Anerkennung und Aufmerksamkeit erhalten alle Kinder im Alter von 0 bis 13 Jahren einen Hildesheim Gutschein über 10 Euro. Insgesamt 140.000 Euro investiert die Stadt (10.000 Euro entfallen dabei auf Druck und Verteilung). Das Geld stammt aus dem Existenzsicherungsfonds, welchen die Stadtverwaltung bereits zu Beginn der Pandemie aufgelegt hat.

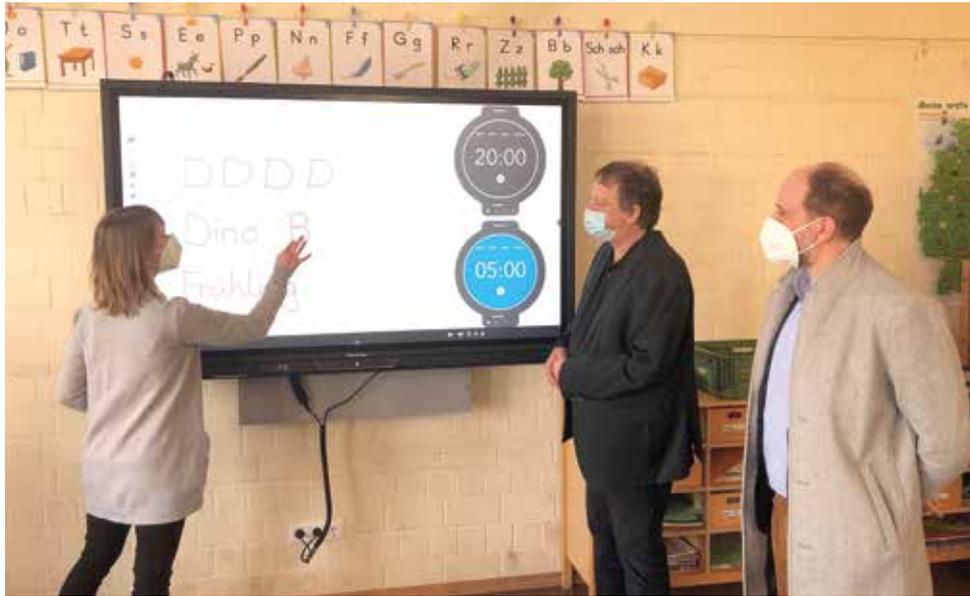
Nach mehrstündigen Verhandlungen haben Verwaltung und Politik sich jetzt entschieden, wie das Geld unter die Leute kommen soll. „Eine kraftvolle und gute Entscheidung“, findet Oberbürgermeister Dr. Ingo Meyer mit Blick auf den Plan. Neben den Gutscheinen direkt für Kinder soll es eine Sonderauflage des Hildesheim Gutscheins geben. Wer 15 Euro bezahlt, bekommt von der Stadt noch 5 Euro dazu. Von der Gutschrift sollen sowohl Bürgerinnen und Bürger als auch der lokale Handel, Gastronomie und Gewerbe profitieren. „Wir können dadurch mit einem Umsatzvolumen von 1,6 Millionen Euro rechnen“, erklärt Hans-Uwe Bringmann. Der Kaufmann saß für die Unabhängigen mit am Verhandlungstisch. „Das ist ein Blick nach vorne.“

## Dieses Geld geht an die Wirtschaft

Unternehmen selbst können bis zu 1.500 Euro an Starthilfe bekommen, sofern sie vom Lockdown betroffen waren. Ansprechpartner sind dafür die jeweiligen Quartierssprecher oder die Freundlichen Hildesheimer. „Uns war unmittelbare Hilfe für alle Beteiligten wichtig“, betont Ralf Kriesinger, Sprecher der AfD im Stadtrat. Auch Kultur und Sport sollen Unterstützung erhalten. Für 75.000 Euro soll Hildesheim Marketing erhalten, um von Mai bis Juli künstlerische Interventionen in der Stadt zu organisieren. 50.000 Euro wiederum stehen bereit für einen Pop-Up-Spielplatz, auf dem Vereine sich präsentieren und um Mitglieder werben können. „In diesem Maßnahmenpaket kann sich jeder wiederfinden“, ist Bernd Lynack von der SPD überzeugt. Damit auch Menschen den Weg nach Hildesheim und in die Innenstadt zu den Angeboten finden, stockt der Fonds die Marketingmittel auf. 100.000 Euro sollen in

Werbung, 50.000 Euro in ein Innenstadtkonzept und 30.000 Euro in die Förderung von Maßnahmen zur Steigerung der Attraktivität der Innenstadt fließen. „Uns war wichtig, dass wir nachhaltige Maßnahmen ergreifen und fördern“, erläutert Ulrich Rübiger, Vorsitzender der Grünen im Stadtrat. Eine Baustelle, die nicht erst seit Corona besteht: Gewerbeleerstand in der Innenstadt. 25.000 Euro plant die Stadt, um leerstehende Ladenflächen anzumieten. Diese können von Unternehmen zeitlich begrenzt genutzt werden, um sich zu präsentieren und die Innenstadt dadurch aufzuwerten. „Es ist eine besondere Lösung für besondere Zeiten“, meint Orhan Kara von Die Linke auch bezogen auf das ganze Konzept. Die Einzelheiten zur Umsetzung dieses Konzeptes sollen in einer gesonderten Richtlinie geregelt werden. Fest steht aber schon: Die Anmietung erfolgt nur zu einem Mietpreis mindestens 30 Prozent unter der ortsüblichen Miete. Die Gastronomie erhält die Möglichkeit auf bestimmten Flächen mit Foodtrucks oder Schaustellerinnen und Schaustellern präsent zu sein. Außerdem ist vorgesehen, vorerst weiterhin die Sondernutzungsgebühren für Werbeklapptafeln, für das Aufstellen von Warenauslagen und für Außenbestuhlung zu erlassen. „Wir wollen alle eine gute und belebte Innenstadt“, betont Ulrich Kümme, Vorsitzender der CDU-Fraktion im Stadtrat. „Mit den Ideen schaffen wir einen guten Mix aus Stärkung und Motivation.“ Der Rat und die Verwaltung stehen hinter dem Konzept. Die genauen Ausgestaltungen und Abläufe werden kurzfristig bekannt gegeben. Julia Zink-Tänzer von der FDP ist in jedem Fall zuversichtlich, dass es „vielfältige Ansätze zur Hilfe“ gibt.

# DIESES UND JENES



Klassenlehrerin Klara Wortmann demonstriert Ralph Herrmann und Malte Spitzer (rechts) die Möglichkeiten des neuen Smartboards.

## RALPH HERRMANN SPENDET SMARTBOARDS

Die Grundschule Itzum erhält über ihren Förderverein zwei Smartboards im Wert von 6.000 Euro durch eine Spende von Ralph Herrmann aus dem MVZ Hildesheimer Augenzentrum. Schuldezernent Malte Spitzer, Rektorin Claudia Maria Wendt und Klassenlehrerin Klara Wortmann bedanken sich der offiziellen Übergabe für das Engagement. In der jüngeren Vergangenheit hatte Herrmann bereits mehrfach die Stadt mit Spenden unterstützt, die Kindern und Jugendlichen zugutekommen. Erst 2019

hatte er das Kinder- und Jugendhaus in der Nordstadt (KJN) mit einer Spende von 5.000 Euro für die Sozialarbeit vor Ort gefördert. Mit der Spende hat die Stadt dort einen Computerraum aufgebaut und das Sportangebot in der Außenanlage verbessert. Der Grundschule Itzum hat das MVZ Hildesheimer Augenzentrum bisher insgesamt 18.000 Euro zur Verbesserung der schulischen Infrastruktur zukommen lassen. Dazu kommen weitere 8.500 Euro für den Spielplatz der Schule. Herrmann engagiert sich darüber hinaus ehrenamtlich bei „Ärzte ohne Grenzen“. Zudem hat er nach eigenen Angaben großen Anteil

# DIESES UND JENES

am Aufbau einer Mädchenschule und eines Krankenhauses in Pakistan, fördert das Tierheim Hildesheim, hiesige Sportvereine und Sozialprojekte. Der Arzt möchte mit seinen Spenden für die Grundschule Itzum gezielt die Bildungsarbeit fördern. Er hofft, dass sich seinem Beispiel noch weitere Sponsoren anschließen, um den Kindern und Lehrkräften eine noch bessere Grundlage für den Unterricht zu ermöglichen. „Investitionen in die Bildung sind die beste Investitionen in die Zukunft unserer Gesellschaft“, lautet sein Credo. Schuldezernent Spitzer wies bei der Übergabe darauf hin, dass dieses Engagement ein gutes Beispiel dafür sei, wie sich städtische Mittel und private Spenden ergänzen. Insgesamt sei die Stadt bei der Digitalisierung der Schulen, die bis Ende 2024 gemäß Medienentwicklungsplan abgeschlossen sein soll, voll im Zeitplan. Über ein weiteres Smartboard aus Mitteln des Vereins „Cents for Help“ freut sich im Übrigen die Grundschule Ochtersum.

## TRAINING EMOTIONALER KOMPETENZEN

Ein Forschungsteam der Hochschulambulanz für Kinder und Jugendliche der Universität Hildesheim hat ein neues Studienprojekt gestartet. Mit einem Training sollen Jugendliche, die sich über einen längeren Zeitraum von Ängstlichkeit oder Depressivität belastet fühlen, unterstützt werden. Jugendliche im Alter zwischen 14 bis 18 Jahren und ihre Eltern können sich ab sofort bei dem Forschungsteam anmelden.

„Gerade die aktuelle Lage des Lockdowns zeigt uns, wie herausfordernd es sein kann, mit unseren eigenen Gefühlen gut umzugehen“, heißt es in einer Mitteilung aus der Uni. „Wissenschaftliche Studien belegen, dass eine ungünstige Emotionsregulation Grundlage vieler psychischer Erkrankungen ist.“ Vor allem im Jugendalter gäbe es so viele Herausforderungen zu bewältigen: Jugendliche müssen sich in der Gruppe behaupten, mit den neuen Medien mithalten, erste Partnerschaften eingehen und ihren eigenen Weg finden. Dabei gäbe es effektive Möglichkeiten, einen besseren Umgang mit Gefühlen zu lernen. Die Hochschulambulanz für Kinder und Jugendliche (KiM - Kind im Mittelpunkt) des Instituts für Psychologie der Universität Hildesheim bietet deswegen ein neues Training für Jugendliche mit psychischen Belastungen an. Das „Training Emotionaler Kompetenzen für Jugendliche von 14 bis 18 Jahren“ haben Studierende der Psychologie unter der Leitung von Dr. Ann-Katrin Bockmann, Kasra Mirzaie und Prof. Dr. Claudia Mähler ausgearbeitet. Die Trainingstage finden an vier Sonntagen vom 8. Mai bis 19. Juni in Kleingruppen von maximal sechs Jugendlichen in ausreichend großen Räumen an der Universität Hildesheim statt. Für interessierte Eltern gibt es kurze Informationsveranstaltungen zu Beginn und am Ende des Trainings. Die Teilnahme ist freiwillig. Weitere Informationen gibt es im KiM unter Telefon 05121 88 31 10 12, immer montags bis donnerstags zwischen 13 bis 14 Uhr, oder per E-Mail an [kim@uni-hildesheim.de](mailto:kim@uni-hildesheim.de). Die Teilnahme ist kostenfrei.

# DIESES UND JENES



Freuen sich über die neuen Fahrradrikschas: Christian Fricke von „Dynamo“ und Koordinatorin Tinka Dittrich (in den Rikschas vorne) mit Projektleiter Thomas Krause und Koordinatorin Benita Hieronimi (hinten) vor der Hildesheimer Lambertikirche.

## RIKSCHA-PROJEKT DER HILDESHEIMER MALTESER NIMMT FAHRT AUF

Sie bieten Platz für zwei Gäste und ganz viel frischen Wind: Die beiden Fahrrad-Rikschas der Hildesheimer Malteser sind startklar. Für das Projekt „KulTour(en) – gemeinsam erfahren mit Rikscha & Bus“ sollen sie Menschen mit Behinderungen die Teilnahme an kulturellen Veranstaltungen ermöglichen oder einfach nur zur gemeinsamen Ausfahrt verführen. Einer der Geburtshelfer des

neuen Projektes ist Christian Fricke, Inhaber und Co-Geschäftsführer des Fahrradhauses „Dynamo“. Über ihn hatten Thomas Krause, Leiter des neuen Projektes, und seine beiden Koordinatorinnen Tinka Dittrich und Benita Hieronimi die beiden Dreiräder im Wert von jeweils rund 6.000 Euro in den Niederlanden bestellt. Nun sind sie da und warten auf unternehmungslustige Ehrenamtliche, die sich gemeinsam auf den Weg machen wollen. Radfahr-Expertin Dittrich verspricht allen Ehrenamtlichen eine

# DIESES UND JENES

gründliche Einarbeitung. Denn neben Spaß wird auch Sicherheit großgeschrieben. Haltestange für die Passagiere, Beckengurt und pannensichere Reifen sind selbstverständlich. Der Rest ist Einweisung, Übung, elektrische Unterstützung und Vertrauenssache. Die Wohlfühl-Reisegeschwindigkeit dürfte bei lediglich zehn Stundenkilometern liegen. „Langsame Schmetterlinge überholen“, sagt Dittrich. Sehr viel schneller zu fahren, kostet Kraft und letztlich auch Akku-Leistung, die im Normalfall für rund 70 Kilometer reicht. Aber auf die Entfernung kommt es auch nicht an. Nette Gespräche, Unterhaltung und frische Luft sind viel wichtiger. „Bei diesem Projekt ist der Weg das Ziel“, sagt Hieronimi, die schon den KulTour-Bus der Hildesheimer Malteser koordiniert hat. „KulTour(en) – gemeinsam er-fahren mit

Rikscha & Bus“ versteht sich als Nachfolgeprojekt und Ergänzung. Die behindertengerechten KulTour-Busse bleiben weiterhin im Einsatz, um Menschen mit Beeinträchtigung die Teilhabe am kulturellen Leben in Stadt und Landkreis zu ermöglichen, seien es Theaterstücke, Konzerte oder ein Ausflug an die frische Luft. Während die Busse erst wieder starten, sobald Kulturveranstaltungen möglich sind, könnten die Rikschas schon früher Fahrt aufnehmen, denn sie sind durch den großen Abstand zwischen FahrerIn oder Fahrer und Fahrgast und die frische Luft Corona-tauglich. Ein Schutzkonzept tut ein Übriges. Die Malteser suchen deswegen Ehrenamtliche. Informationen gibt es unter Telefon 05121 6 06 98 62 oder 05121 6 06 98 73 sowie per Mail unter [kultouren-hildesheim@malteser.org](mailto:kultouren-hildesheim@malteser.org).

Wo mit **UNTERSTÜTZUNG**  
**WÜNSCHE**  
wahr werden.

#BESONDERS. WERTVOLL.  
www.lhhi.de/fud

**Lebenshilfe**  
Hildesheim e.V.

Foto: Lebenshilfe, David Maurer

# DIESES UND JENES



Oberbürgermeister Dr. Ingo Meyer, Ralf Severith (Stadt Hildesheim Baumkontrolle und -pflege) und Stadtbaurätin Andrea Döring (von links) pflanzen den ersten Baum selbst.

## STADT PFLANZT BÄUME NACH

Der Fachbereich Tiefbau, Verkehr und Grün der Stadt Hildesheim lässt 150 Straßen- und Anlagenbäume als Ausgleich für Bäume nachpflanzen, die aus Gründen der Verkehrssicherheit in der vergangenen Fällsaison entnommen werden mussten. Bereits im Frühjahr 2020 waren 113 Bäume gepflanzt worden, sodass es nun insgesamt 263 Bäume als Ersatz für Baumfällungen aus 2019/20 gibt. „Wenn die Stadt Hildesheim aus Verkehrssicherungsgründen sogenannte Gefahrenbäume fällt, ist der Aufschrei

oftmals groß“, weiß Oberbürgermeister Dr. Ingo Meyer und erklärt: „Diese Maßnahmen dienen ausschließlich dem Schutz der Bevölkerung dienen.“ Er bedauert, dass in der öffentlichen Wahrnehmung oft zu kurz komme, „dass wir im Gegenzug stets für einen ökologischen Ausgleich und damit für den Erhalt unseres umfangreichen Baumbestandes sorgen.“ Dabei tue die Verwaltung viel für den Natur- und Klimaschutz. „Hildesheim wird nicht umsonst zu den grünsten Städten Deutschlands gezählt“, erinnert der Oberbürgermeister und verweist auf eine Studie der Berliner Morgenpost.

# DIESES UND JENES

Die Auswahl der nachgepflanzten Baumarten erfolgt auf Grundlage der Empfehlungen des Niedersächsischen Städtetages. Neue Arten wurden im Hinblick auf den Klimawandel erprobt, sodass zum Beispiel vermehrt auch neue, resistente Ulmenarten im Stadtgebiet gepflanzt werden. Dadurch gleicht die Stadt auch die Verluste dieser Baumart, durch das Ulmensterben vor 30 Jahren fast aus. Die Neupflanzungen werden gleich zu Beginn mit Wassersäcken versehen, um eine optimale Versorgung und somit ein gutes Anwachsergebnis zu gewährleisten.

## WASSEREXPERTE AUS HILDESHEIM AUF DEM WEG NACH INDONESIA

Die Stadt Hildesheim hat gemeinsam mit ihrer Partnerstadt Padang in Indonesien bei der Deutschen Gesellschaft für internationale Zusammenarbeit GmbH (GIZ) einen Förderantrag gestellt, um einen Experten für die Wiederherstellung der Wasserqualität im Fluss Arau zu finanzieren. Dies wurde bewilligt, sodass Oberbürgermeister Dr. Ingo Meyer den Hydrologen Michell Rohmann vor einem zweijährigen Projekt verabschiedet verabschieden konnte. Rohmann stammt aus Ahrbergen und konnte sich im Auswahlverfahren durchsetzen. „Wie wir gerade aktuell besonders merken, sind Nachhaltigkeit und Umweltschutz globale Themen und nur durch internationale Zusammenarbeit in den Griff zu bekommen“, freut sich der Oberbürgermeister. Während einer Hospitation bei der Stadt

Hildesheim hat Rohmann die fachlich entsprechenden Kolleginnen und Kollegen in der Unteren Wasserbehörde, dem Zweckverband Abfallwirtschaft und der Stadtentwässerung Hildesheim kennen zu lernen sowie durch Oliver Rösner, zuständig für Internationale Beziehungen, mehr über die Geschichte der Partnerschaft und die Zusammenarbeit mit Padang zu erfahren. „Ich finde ich es sehr erfreulich, dass wir unseren Beitrag dazu leisten können, dass ein Experte aus unserer Region in Padang dieses wichtige Projekt unterstützt“, betont Meyer.



Oberbürgermeister Dr. Ingo Meyer (rechts) verabschiedet den Hydrologen Michell Rohmann aus Ahrbergen vor seiner Reise nach Indonesien.

# DER SPORT IN DER KRISE

„Wie wichtig der Sport für die Menschen ist hat uns die Zeit gezeigt, in der wir auf unseren geliebten Sport verzichten mussten“, meint der Kreissportbund. Ein Gastbeitrag.



Der Beginn der Corona-Zeit war auch für den Sport vom ersten Tag an eine Herausforderung. Von einem Tag auf den anderen konnten kein Training, keine Wettkämpfe oder aber auch die Aus- und Fortbildungen nicht stattfinden. Sportstätten waren geschlossen, es herrschte Ungewissheit wie es weitergehen wird. Die Kommunikation mit und in den Vereinen hat sich sofort der Möglichkeiten des Onlineaustausches bedient. Durch finanzielle Förderprogramme konnten nach dem Lockdown im März vergangenen Jahres bereits zeitnah die ersten Online- oder Outdoor-Angebote mit Abstand ins Leben gerufen werden. Mit den positiven Entwicklungen der Infektionszahlen wurde der Sportbetrieb immer mehr ausgeweitet. Über den Sommer 2020 konnten die Sportarten sowohl in den Hallen als auch auf den Sportanlagen wieder als Kontaktsport ausgeführt werden. Der Spiel- und

Wettkampfbetrieb startete ebenfalls regulär, sodass bis November, unter Einhaltung der Hygienevorschriften, das Vereinsleben zur „Normalität“ zurückkehrte. Dabei ist hervorzuheben, dass seitens der Sportvereine sehr viel Zeit investiert wurde, um auf die Verordnungen des Landes zu reagieren. Der organisierte Sport ist somit beispielhaft und vorbildlich mit den Herausforderungen der Pandemie umgegangen.

Im November folgte dann der erneute Stillstand. Erneut mussten Konzepte gefunden werden. Beispielhaft entwickelte der KSB Hildesheim in dieser Zeit Bewegungsvideos, welche über Facebook, Instagram und die Homepage veröffentlicht wurden und mit Hilfe der Sparkasse Hildesheim-Peine-Goslar sowie dem Förderprogramm des LSB Niedersachsen ermöglicht wurde. Die Bewegungsvideos richteten sich an Kinder im Alter von drei bis sieben Jahren. Zum Jahreswechsel konnten weiterhin keine positiven Entwicklungen im Infektionsgeschehen verzeichnet werden, sodass wieder die Bereitschaft der Vereine für Online-Angebote stieg, um den Mitgliedern ein sportliches Angebot und Austausch anzubieten. Die hohe Nachfrage nach dem LSB-Förderprogramm zur Anschaffung von Materialien für Online-Angebote zeigte, wie aktiv die Vereine gearbeitet haben. Auch der gesamte LSB- und KSB-Bildungssektor sowie die Übungsleiter- Aus- und Fortbildungen wurden auf Online-Formate umgestellt.

# TIPPS UND TERMINE

Welche Veranstaltungen stattfinden können, stand vollumfänglich bis Redaktionsschluss nicht fest. Einige Programme gibt es aber definitiv.



Fans kennen Jan & Henry aus dem Kinderkanal. Jetzt kommen die Erdmännchen-Brüder auch nach Hildesheim.

## THEATER AUF DEM VOLKSFESTPLATZ

Endlich wieder unbeschwert Theater: Das Theater Lichtermeer nutzt das Förderprogramm „Neustart Kultur“ der Bundesregierung, um auf Musical-Tour zu gehen. Am zweiten Juni-Wochenende von Freitag bis Sonntag, 11. bis 13. Juni, gastiert die Gruppe auch in Hildesheim. Auf dem Programm stehen „Romeo & Julia“, „Das Dschungelbuch“ sowie die große Bühnenshow mit den Puppen „Jan & Henry“. Der Clou: Gäste buchen keinen Sitzplatz sondern eine Sitzbank für bis zu vier Personen. Seine Zelte schlägt das Theater Lichtermeer dann auf dem Volks-

festplatz auf, sodass genug Platz zwischen den Gruppen bleibt. Alles Weitere bleibt wie gehabt: Gastronomie und Merchandise, moderne Technik und Theaterspaß für die ganze Familie.

Freitag, 11. Juni, ist „Romeo & Julia – Das Musical“ um 19.30 Uhr zu sehen. Sonnabend, 12. Juni, gibt es „Das Dschungelbuch – Das Familienmusical“ um 14 Uhr und um 19.30 Uhr wieder „Romeo & Julia“. Sonntag, 13. Juni, kommt „Jan & Henry – Die große Bühnenshow“ ab 15 Uhr. Tickets für eine Bank gibt es ab 49 Euro für die Kindershow und ab 69 Euro für die Abendshows auf [www.musicaltour2021.de](http://www.musicaltour2021.de).

# IMMER AUF SENDUNG

**Welche Veranstaltungen in den kommenden Monaten stattfinden können, bleibt offen. Sicher ist hingegen, dass der Kultur Stream auf Sendung bleibt.**

Es war die richtige Idee zur richtigen Zeit: der Kultur Stream. Eigentlich ist Licht- und Medienkunst das Handwerk von Lito Bürmann und Lucy Schreiber. Als vor einem Jahr das öffentlich Leben herunterfuhr, ging das Paar auf Sendung. Das Atelier Licht.n.Stein übertrug Gespräche ins Netz, um den Menschen zumindest ein bisschen Kultur nach Hause zu bringen sowie Kolleginnen und Kollegen noch eine Bühne zu bieten. Wie lange würde das schon gehen? Ein paar Monate vielleicht, dachte das Duo. Mittlerweile wissen Lito und Lucy: länger. Viel länger. „Man kann sich aber auch mal freuen, dass in der Krise etwas Schönes entstanden ist“, findet Lito.

Heute sitzt das Atelier Licht.n.Stein im Kulturratskeller. Die Idee, die ehemalige Gastronomie unter dem Rathaus umzubenennen, kam während der Bewerbung zur europäischen Kulturhauptstadt. Lito und Lucy waren auch hier die richtigen Leute zur richtigen Zeit am richtigen Ort. Der Laden, den sie bis dahin in der Andreas-Passage nutzten, war zu klein, also öffnete die Stadt die Tür unter dem Haupteingang zum Rathaus. Bevor Lito und Lucy hier ihr Lager aufschlugen, stand der Raum lange leer. Dass Lito und Lucy ihn wieder mit Leben füllen, gefällt den Leuten. „Mich hat eine ältere Dame angesprochen als ich vor der Tür gefegt habe“, erinnert sich Lito. „Die hat mir erzählt, wie sie hier geheiratet hat.“ Der Ratskeller von Hildesheim ist immerhin der

älteste Ratskeller bundesweit. „So ein Ort hat eine Seele“, meint Lucy.

Aktuell ist der Kulturratskeller ein Sendestudio. Regelmäßig empfangen Lito und Lucy hier Gäste: Tänzerinnen und Kunstschaffende, Musizierende, Politikerinnen und Politiker. Die Stadtspitze beantwortete die Fragen der Bürgerinnen und Bürger, die Bundestagsabgeordneten Ottmar von Holtz und Bernd Westphal diskutierten über das Lieferkettengesetz, die Rock-Band Hound feierte die Veröffentlichung ihres neuen Albums, Ars Saltandi legte flotte Sohlen aufs Parkett. 150 Sendungen haben Lito und Lucy bereits produziert. Mittlerweile unterstützten Techniker Jan Zantopf sowie Olli Mau in der Moderation, Delia Nitschke ist an der Stelle von Anfang an dabei.

## Wie geht es weiter?

Bis September dürfen Lito und Lucy definitiv hier bleiben. Die beiden wollen aber auch darüber hinaus bleiben und ihr Angebot ausbauen. Jüngst haben Lito und Lucy die Idee ihrer Licht.n.Stein-Lounge vorgestellt. Die Konzerte und Diskussionsrunden sollen hier in Zukunft vor Publikum stattfinden, die Bühne offen- und Gruppenräume zur Verfügung stehen. Snacks und Getränke wie Gin und Rum aus regionaler Produktion sollen es geben, aber keine warme Küche. „Da sehe ich keinen Bedarf“, meint Lito und verweist auf das Knochenhaueramtshaus



Licht, Kamera und Action: Lito Bürmann und Lucy Schreiber haben den Kulturratskeller zum Sendestudio gemacht.

oder das Amadeus direkt vor der Tür. „Unsere Spezialität bleibt Kultur.“ 23 Personen passen unter Corona-Bedingungen in den Keller, einen Teil des Marktplatzes dürfte Licht.n.Stein auch nutzen. Als das Weedbeat-Festival vom Speicher in Rössing ins Netz umziehen musste, hat das Duo diese Fläche bereits bespielt.

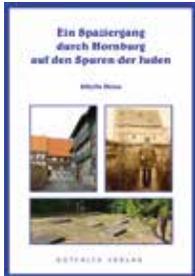
Oberbürgermeister Dr. Ingo Meyer kennt die Pläne. Es soll im Ratskeller auch weitergehen, bestätigt er. Mit wem, dazu will er aber noch keine Aussagen machen. Das Konzept müsse tragfähig sein und das An-

gebot auch Unterstützung in der Politik finden. Den Ratskeller dürfte die Verwaltung zwar auch vermieten, ohne den Rat zu befragen, aber wegen der Prominenz des Ortes will Meyer die Ratsleute mit einbinden. Wann die Entscheidung fällt, ist noch völlig offen. Bis dahin bleiben Lito und Lucy also in jedem Fall auf Sendung. Wenn Corona es zulässt, öffnen die beiden auch bald ihre Türen.

Unter [www.kultur-stream.live](http://www.kultur-stream.live) ist der Kultur Stream zu sehen.

# LESEN UND HÖREN

## SIBYLLE HEISE: EIN SPAZIERGANG DURCH HORNBURG AUF DEN SPUREN DER JUDEN



Die Hornburger Stadtarchivarin Dr. Sibylle Heise hat in den Akten gewühlt. Auf Ihrem Spaziergang durch die Fachwerkaltstadt von Hornburg beschreibt sie Stationen jüdischen Lebens. Wir erfahren zum Beispiel, dass es im 18. Jahrhundert drei Synagogen hintereinander gab; die letzte wurde 1925 abgebaut und nach Braunschweig ins Landesmuseum verbracht. Der Rundgang führt zu Lebensstationen der jüdischen Mitbürger und zeigt ihre Bedeutung. Auf dem Friedrich-Ebert-Platz steht zum Beispiel ein Denkmal für die Feldzüge 1866 und 1870/71, auf dem der einzige Gefallene der Stadtgemeinde verzeichnet ist: Er gehörte der jüdischen Religionsgemeinschaft an. Am Ende steht der jüdische Friedhof mit seinen etwa 70 Grabsteinen. Das kleine Büchlein hilft, diesen Stadtsparziergang selbst zu unternehmen.

ISBN 978-3-96226-014-9  
erschienen im Ostfalia-Verlag  
88 Seiten, 7,90 Euro



Ein Buchtipps von  
Dr. Thomas Dahms  
Geschäftsführer im  
Ostfalen-Netzwerk

## JANET LEIGH: PSYCHO - HINTER DEN KULISSEN VON HITCHCOCKS KULTTHRILLER



Als das Buch 1996 herauskam war ich 18 Jahre alt und absoluter Fan von Alfred Hitchcocks Film. Ich dachte, alles über „Psycho“ zu wissen, war aber doch gespannt auf das Buch von Hauptdarstellerin

Janet Leigh. Ich wurde nicht enttäuscht und auch heute noch, habe ich Gefallen nachzuschlagen, wie dieser Meilenstein in der Kinowelt entstand. Wie lief die Produktion? Warum hatte die Hauptdarstellerin bis zu ihrem Lebensende Abneigungen gegen Duschens? Wie arbeitete das Genie Hitchcock? Wie war die Reaktion der Zensur? All diese Fragen werden beschrieben. Janet Leigh hat eine liebevolle Art, uns mitzunehmen in die Vergangenheit, als die Filmindustrie noch ohne Computer großartige Streifen kreiert hat. Der Leser bekommt Eindrücke in eine Welt hinter der Kamera, über Schicksale und großartige Momente des goldenen Kinos. Dieses Buch macht Filmgeschichte greifbar.

ISBN: 978-3-4531-0863-9  
erschienen im Heyne Verlag  
208 Seiten, 10 Euro



Ein Buchtipps von  
Jens Heinemann,  
Betreiber Litteranova

## Orthopädiewerkstatt & Fachgeschäft unter einem Dach



**38723 Seesen · Bahnhofstraße 16a**  
Tel. 0 53 81 / 4 90 64 54 · Fax (0 53 81) 4 90 64 55  
Geöffnet: Mo., Di., Do., Fr.: 9 - 13 Uhr + 14 - 18 Uhr; Mi. + Sa.: 9 - 13 Uhr  
**Rollatoren, Rollstühle und Bad-Hilfsmittel**  
finden Sie in unserer Ausstellung für REHA-Technik in Seesen in der Frankfurter Straße 14/Ecke Wilhelmsbad am E-Center.  
[www.sanitaetshaus.com](http://www.sanitaetshaus.com)

**Wir** beraten  
fördern pflegen  
helfen begleiten  
bilden unterstützen  
**in allen Lebenslagen**

Caritasverband für  
Stadt und Landkreis Hildesheim e.V.  
Pfaftenstieg 12 · 31134 Hildesheim  
☎ 0 51 21 - 16 77 0  
zentrale@caritas-hildesheim.de  
[www.caritas-hildesheim.de](http://www.caritas-hildesheim.de)



## IMPRESSUM WIR HIER!

### Herausgeberin:

Stadt Hildesheim – Der Oberbürgermeister,  
Büro des Oberbürgermeisters, Pressestelle,  
Markt 1, 31134 Hildesheim, Tel.: 0 51 21 3 01-10 32,  
E-Mail: [pressestelle@stadt-hildesheim.de](mailto:pressestelle@stadt-hildesheim.de)

### Redaktion:

Stadt Hildesheim, Pressestelle – Dr. Helge Miethe;  
Björn Stöckemann, E-Mail: [bjoern.stoeckemann@kehrwieder-verlag.de](mailto:bjoern.stoeckemann@kehrwieder-verlag.de)

### Marketing:

Kehrwieder Verlags GmbH & Co. KG,  
[www.kehrwieder-verlag.de](http://www.kehrwieder-verlag.de)

### Anzeigen:

Bernward Mediengesellschaft mbH,  
Domhof 24, 31134 Hildesheim, Tel.: 0 51 21 3 07-8 00,  
E-Mail: [georg.coordes@bernwardmedien.de](mailto:georg.coordes@bernwardmedien.de)

**Satz/Gestaltung:** Bernward Mediengesellschaft mbH

**Druck:** Umweltdruckhaus Hannover GmbH

**Fotos:** Titel, Seite 4 bis 8 und 23: Stöckemann; Seite 9: Privat, Seite 12, 14, 18 und 19: Helge Miethe/Stadt Hildesheim, Seite 16: Michael Lukas/Malteser, Seite 20: Martin Reintl

### Erscheinungsweise:

vierteljährlich (März, Juli, Oktober, Dezember)

### Hinweise:

Namentlich gekennzeichnete Artikel geben nicht unbedingt die Meinung der Redaktion wieder. Mit der Ein-sendung gibt der bzw. die Urheber seine/Ihre Zustimmung zum honorarfreien Druck. Alle Fotos, Beiträge und von uns gestalteten Anzeigen sind urheberrechtlich geschützt und dürfen nur mit schriftlicher Genehmigung abgedruckt werden.

# ADRESSEN

## Atelier Licht.n.Stein GbR

Händelstraße 20, 31141 Hildesheim  
Telefon 05121 7 55 15 34  
[licht.n.stein@gmx.at](mailto:licht.n.stein@gmx.at)

## Bündnis gegen Depression Hildesheim e.V.

Gesundheitszentrum  
Sedanstraße 48, 31134 Hildesheim  
Telefon 0175 5 33 31 53  
[kontakt@bgd-hi-pe.de](mailto:kontakt@bgd-hi-pe.de)

## Cluster Sozialagentur

Am alten Wasserwerk 1, 31135 Hildesheim  
Telefon 05121 93 59 30  
[info@cluster-sozialagentur.de](mailto:info@cluster-sozialagentur.de)  
Hochschulambulanz KiM  
Universitätsplatz 1, 31141 Hildesheim  
Telefon 05121 88 31 10 12  
[kim@uni-hildesheim.de](mailto:kim@uni-hildesheim.de)

## Hochschulambulanz KiM

Universitätsplatz 1, 31141 Hildesheim  
Telefon 05121 88 31 10 12  
[kim@uni-hildesheim.de](mailto:kim@uni-hildesheim.de)

## Kreissportbund Hildesheim

Jahnstraße 52, 31137 Hildesheim  
Telefon 05121 48 83  
[info@ksb-hi.de](mailto:info@ksb-hi.de)

## Litteranova

Wallstraße 12a, 31134 Hildesheim  
Telefon 05121 1 74 41 63  
[marco-vegas@web.de](mailto:marco-vegas@web.de)

## Malteser in Hildesheim

Waterloostraße 35, 31135 Hildesheim  
Telefon 05121 5 50 15  
[kultouren-hildesheim@malteser.org](mailto:kultouren-hildesheim@malteser.org)

## Ostfalen-Netzwerk

Pfarrhofstraße 6, 38315 Hornburg  
Telefon 05334 92 59 02  
[info@ostfalen-portal.de](mailto:info@ostfalen-portal.de)

## Skatepark

Philosophenweg, 31134 Hildesheim



**LIDL**  
Lidl lohnt sich

**Auszubildende** (m/w/d)

- Verkäufer
- Kaufmann im Einzelhandel
- Fachlagerist
- Fachkraft für Lagerlogistik
- Kaufmann für Büromanagement

Oder lerne uns über einen **Schülerjob** in der Filiale oder ein **Praktikum** kennen!

Genau dein Ding?  
Dann zeig was du kannst!  
[jobs.lidl.de](http://jobs.lidl.de)

#wirversorgendeutschland  
**LIDL MUSS MAN KÖNNEN**



**Echt irRe.  
Aber wahr.**

Kuriose Werke aus der Dombibliothek Hildesheim.

**NUR FÜR BÜCHERFANS!**

24,95 EUR, Hardcover, 128 Seiten,  
21 x 25 cm, ISBN: 978-3-7954-3594-3,  
Verlag Schnell & Steiner/Bernward Medien

Ab sofort erhältlich unter [www.damshop.de](http://www.damshop.de) und beim Medienservice ☎ 05121 307883

**DOMBIBLIOTHEK  
HILDESHEIM**



# Lieblingsplätze.

Nutzen auch Sie die Vorteile der größten Wohnungsgenossenschaft in Hildesheim!

Freuen Sie sich auf Ihr neues Zuhause – und genießen Sie dabei die Leistungsvorteile, die wir Ihnen als Wohnungsgenossenschaft bieten können. Mit unserer über 100-jährigen Erfahrung und einem Bestand von rund 3.700 Wohnungen sind wir auch für Sie ein kompetenter Partner, wenn es um Ihr neues Zuhause geht.

Neben hohen Wohnstandards und fairen Mieten bieten wir Ihnen als regionaler Wohnungsanbieter ein umfassendes Leistungsspektrum zum Thema Wohnen.

Informieren Sie sich unverbindlich über die Vorzüge unserer Angebote. Wir beraten Sie gern.



Die aktuellen Mietangebote des BWV finden Sie jederzeit unter [www.bwv-hi.de](http://www.bwv-hi.de)

