

# News rund ums Bürgerschaftliche Engagement

für Stadt und Landkreis Hildesheim

September 2019



# Inhaltsverzeichnis

---

## Einblicke

Die neue Redaktionsgruppe  
Ehrenamtskarte  
Talentierte und Engagiert  
    Marianne Meybom  
    Albrecht Flach  
    Andrea Engels  
Behinderten und Inklusionsbeirat

## Ausblicke

DUO Seniorenbegleiter  
Bonus Freiwilligenzentrum  
Hilfe am Computer Nachbarschaftshilfe Elze  
INSEA- für chronisch Kranke  
Selbsthilfegruppe "Wirbelwind"  
Öffentliche Fachtagung "Demenz"  
Jubiläums-Schnellkurse - Erste Hilfe  
Blutspende auf dem Marktplatz  
DRK-Seniorengymnastik  
Vortrag "Flucht und Vertreibung"  
Sprachkurs "Musik und Sprache"  
Offenes Sprachkursangebot  
Deutschkurse bei der AWO  
Sarstedter Flohmarkt  
Fachtag "Von der Integration zur Teilhabe"  
Lesecafe und Postbearbeitung  
Kulturtreff "Unter Dampf"  
NABU  
Naturfreunde Alfeld  
Machmits  
AWO Trialog  
Stadtführer\*innen gesucht!  
eCarSharing in Sarstedt  
"Engagement macht stark"  
Weiterbildung: "Die Museumsschule!"  
Online-Portal: Ehrenamtsbibliothek  
Neue Stiftung für Ehrenamt gegründet

## Wettbewerbe

Vereinshelden-Kampagne  
Bündnis für Demokratie und Toleranz  
Europäische Solodaritätskorps  
Förderfond Demokratie  
Perspektiven Ü 60  
Fördermittel für Kinderprojekte

## Rückblicke

OlympiaCamp 2019  
Paten-Stammtisch Sarstedt  
Sommerempfang in Sarstedt  
Mitgliederversammlung des DRK Hildesheim  
25 Jahre Machmits  
Ökonomisches Begegnungsfest  
Interkulturelles Sport- und Musikfest  
"Soccer Refugee Coaches"

Schwarzes Brett

Kontakte

Impressum

**Redaktionsschluss der nächsten  
Ausgabe: 03.11.2019**

# Einblicke

## Die neue Redaktionsgruppe

Die Redaktionsgruppe wollte gerne vielfältiger werden und konnte Birgit Krauß, Leiterin des Kulturbüros gewinnen. Denn auch im Bereich Soziokultur spielt Engagement eine große Rolle.

Ulrike Dammann, tätig im interkulturellem Beratungs- und Begegnungszentrum der AWO und für Netzwerk- und Ehrenamt zuständig, ist gerne wieder in die Redaktionsgruppe zurückgekommen.

Joel Müller vertritt jetzt das Bonus- Freiwilligen-Zentrum des Caritasverbandes.



Verabschieden musste sich die Redaktion von Mandy Steinberg, deren Aufgaben so vielfältig in der Diakonie geworden sind, dass sie aus der

Newsletterredaktion zurücktreten wollte. Zur Bereicherung der Redaktion hat sie aber gleich Susanne Bräuer mitgebracht, die in der Bahnhofsmision der Diakonie viel mit dem Thema ehrenamtliches Engagement zu tun hat.

Der Newsletter lebt aber insbesondere dadurch, dass viele Akteur\*innen ihre Themen, Termine, Wünsche und Gesuche weitergeben und damit die Netzwerkarbeit mit den Beiträgen stärken. Ihnen allen einen herzlichen Dank.

Die Redaktionsgruppe

v.l. Marina Stoffregen vertritt KIBIS, die Selbsthilfegruppen im Paritätischen, Susanne Bräuer von der Bahnhofsmision vertritt die Ehrenamtsarbeit der Diakonie. Meike Biskup für die Stadt Hildesheim aus der Koordinierungsstelle Integration ist dabei, Manuel Stender vertritt den Bereich Senioren im Landkreis, Ulrike Damman von der AWO aus dem Bereich des interkulturellen Beratungs- und Begegnungszentrums, Joel Müller für die Freiwilligenagentur Bonus des Caritasverbandes, Barbara Benthin für das bürgerschaftliche Engagement im Landkreis und Birgit Krauß als Leiterin des Kulturbüros des Landkreises,.

Die Redaktion selber deckt nur einen Teil des sozialen Engagements ab. Grundsätzlich ist sie offen weitere Redaktionsmitglieder aufzunehmen.

# Einblicke

## Übergabe der ersten Niedersächsischen Ehrenamtskarten im Landkreis Hildesheim



Silke Leuci aus Alfeld war die Erste, die die Karte in den Händen hielt.

Sie ist seit 12 Jahren ehrenamtlich engagiert beim Kinderschutzbund in Alfeld. "Ich sehe, sie wird gebraucht werden".

**64 Menschen, die alle viel für die Gemeinschaft tun, aller Generationen und aus ganz unterschiedlichen Bereichen wie der Jugendarbeit, Flüchtlingshilfe, Feuerwehr, des Deutschen Roten Kreuzes oder der Seniorenarbeit waren im Landkreis zur Feierlichkeit.**

Alle sind mit viel Herzblut dabei und um alle vorzustellen, verdient hätten sie es, würde es eine Sonderausgabe des Newsletters erfordern. Für diese Ausgabe ist aber der Redaktionsschluss schon überschritten, von daher werden nur beispielhaft einige Menschen kurz vorgestellt und ein paar Impressionen des Abends, der begleitet wurde von dem Landrat Olaf Levonen, dem Oberbürgermeister Ingo Meyer und den angereisten Bürgermeister\*innen aus den Städten und Gemeinden.



Aus Schellerten kam eine ganze Feuerwehrfamilie. Da ist Annika Meier, die bei der Feuerwehr angefangen, weil sie ihre Eltern bewundert hat.

"Mich hat fasziniert wie die beiden Menschen helfen und glücklich machen. Heute bin ich in der Feuerwehr, weil ich den Zusammenhalt liebe und Menschen zu helfen meine Mission ist."

Ihr Freund Sven Kotar ist noch der Einsatz beim Moorbrand in Meppen im



Gedächtnis, wo die Bürger vor Ort viele verschiedene Gesten des Dankes mit netten Worten und Bildern der Kinder haben zukommen lassen.



Ihre Mutter Barbara ist



aktiv als Jugendfeuerwehrwartin und ihr Vater Henning möchte Hilfe an Menschen geben, die in Not geraten sind. "Denn es könnte auch mich einmal treffen und ich würde mich dann auch über Hilfe freuen."

"Ehrenamtlich bei der Feuerwehr zu sein, macht Freude. Ich bin begeistert von der Kameradschaft. Es ist ein gutes Gefühl helfen zu können und der Gesellschaft etwas geben zu können", meint Rhapsael Kreutzburg aus Alfeld.



Auch die Kameraden aus Bad Salzdetfurt und alle weiteren Feuerwehrmänner und Frauen haben ihre ganz



persönlichen Geschichten - eins scheint sicher, sie alle helfen gerne und die Familie steht unterstützend hinter Ihnen.



Siegfried Kraft aus Freden unterstützt als Stadionsprecher den SV und als Leiter des Historienpfades in Everode befragt er Zeitzeugen.

Elke Meinhard ist glücklich mit ihrem Engagement die Stadtbücherei in Gronau am Leben erhalten zu haben.





Sowie Hartmut Neuber die Turnhalle in Despetal gerettet hat. "Sie wäre sonst geschlossen worden und ich habe mit der Übernahme viel Verantwortung erhalten, aber auch Kraft und den Willen geschöpft sie zu erhalten!"



Angelika Gondrowski und Therese Nowitzki sind ein Team im Theresienhof. Sie sind für die Senior\*innen da.

Therese Nowitzki berühren die Menschen: "Eine Frau z.B. hat mir ihre Lebensgeschichte erzählt und wollte sie aufgeschrieben haben für ihre Enkelin, wenn sie selber nicht mehr ist."



Sülemann Ersu engagiert sich im Deutschen Roten Kreuz als Bereitschaftsleiter, ehrenamtlicher Ausbilder für Sanitäter im Katastrophenschutz und 1. Hilfe. Er ist aktiv in der Jugendarbeit, organisiert Gruppentreffen und kümmert sich um die Nachwuchsgewinnung.

Franz-Josef Ingelmann leitet ehrenamtlich den Kindergarten von St. Mauritius verwaltungstechnisch als Kirchenvorstandsmitglied.



Doris Ließmann-Heckerott engagiert sich im Hospizverein und Seniorenbegleitung. "Ich will Zeit verschenken."



Friedel Beckmann hat als die Flüchtlingen kamen spontan eine Fahrradwerkstatt ins Leben gerufen und begleitet heute Arztbesuche, Umzüge und Freizeitaktivitäten.

Die Herzlichkeit, Offenheit und Gastfreundschaft der Flüchtlinge berühren ihn.



Wenn auch Sie 250 Stunden oder mehr ehrenamtlich aktiv sind und die Ehrenamtskarte beantragen möchten, dann tun sie dies unter:

<https://www.freiwilligenserver.de/index.cfm?uuid=A8F1B67312B64D379D384690D3BAC171>



Barbara Benthin

## Talentiert und Engagiert

# Marianne Meybom in der Bahnhofsmision



***"Wenn ich mich für eine Sache entschieden habe, dann mache ich das auch richtig."***

Stillsitzen und warten, dass die Zeit vergeht, ist so gar nicht nach Marianne Meyboms Geschmack. Dass sie gerade ihren 75. Geburtstag gefeiert hat, sieht man der agilen Frau aus der Gemeinde Harsum nicht an. Sie wirbelt mit einer Energie durch den Hildesheimer Hauptbahnhof, die manch Jüngerem abgeht.

Seit ziemlich genau drei Jahren kommt Marianne Meybom mindestens einmal, bei Bedarf auch zweimal die Woche in die Bahnhofsmision Hildesheim, um hier ihren freiwilligen Dienst zu versehen. Die Regelmäßigkeit und Verlässlichkeit nimmt sie dabei auch sehr ernst.

„Dienst machen“ bedeutet: Kaffee kochen, Brote schmieren, mit den Gästen reden, zuhören, auch mal trösten und Tränen trocknen, Reisehilfe am Gleis leisten, Pflaster kleben, Telefonate annehmen, Statistik führen... Die Aufgaben der Ehrenamtlichen sind vielfältig und immer wieder neu und herausfordernd. Leerlaufzeiten sind in der Bahnhofsmision selten. Im Gegenteil: In dem

freundlichen Gastraum an Gleis zwei sind häufig so viele verschiedene Gäste da und Anliegen zu bearbeiten, dass es gut ist, dass mindestens zwei, besser drei Leute vor Ort sind. Langeweile kommt da nicht auf.



Die Hildesheimer Bahnhofsmision gehört zum Diakonischen Werk Hildesheim und ist eine wichtige Hilfeeinrichtung am Bahnhof für Menschen in Not. Die Notlagen können dabei sehr unterschiedlich sein. Sie reichen von verpassten Zuganschlüssen über leere Handy-Akkus bis hin zu existentiellen Krisen wie Wohnungs- oder Partner\*innen verlust, Schulden, psychischen Erkrankungen, Obdachlosigkeit und Suchtproblemen.

Bahnhofsmisionen gibt es bundesweit in über 100 Städten. Die erste wurde vor 125 Jahren in Berlin gegründet. Hildesheim folgte im Jahr 1914. Damals lag der Fokus auf dem Schutz (junger) Frauen, heute kümmern sich die haupt- und ehrenamtlichen Mitarbeitenden um alle Menschen am Bahnhof, die einer Hilfe bedürfen

Was bewegt nun Frau Meybom, ausgerechnet an diesem ruhelosen Ort mitten in der Stadt ein Ehrenamt auszuüben?

„Zunächst war es die Nähe und einfache Erreichbarkeit des Bahnhofs, die mich ansprach“, sagt sie. „Außerdem motivierte mich die Möglichkeit, für Andere da zu sein, zu helfen, wo es nötig ist. Das Gefühl, gebraucht zu werden und etwas Sinnvolles zu tun, ist in der Bahnhofsmission ganz deutlich spürbar.“



Die Arbeit mit den Menschen, die die Bahnhofsmission aufsuchen, hat Frau Meyboms Blick auf ihr Umfeld und die Wahrnehmung von gesellschaftlichen

Problemen geschärft. „Ich bin jetzt aufgeschlossener und wachsamer für die Sorgen anderer Menschen. Wenn ich heute durch die Stadt gehe, fallen mir Flaschensamm-

elnde, Hilfsbedürftige und insgesamt die zunehmende Armut in der Gesellschaft viel mehr auf als früher. Ich kann das jetzt anders einordnen, verbinde damit persönliche Schicksale, denen ich in der Bahnhofsmission begegne. In diesem Zusammenhang ist mir ein Erlebnis besonders einprägsam in Erinnerung: An unserem diesjährigen Tag der Bahnhofsmission haben wir eine Tombola veranstaltet. Einen der Hauptpreise, einen großen Präsentkorb voller Lebensmittel, hat einer unserer „Stammgäste“, der – weil obdachlos – in einem Zelt im Wald lebt, gewonnen. Der Mann hat vor Rührung und Dankbarkeit geweint, als ihm der Korb über

reicht wurde. Und die schnell verderblichen Lebensmittel, die er nicht lagern konnte, hat er gleich der Bahnhofsmission gespendet. Das hat mich sehr berührt.“

Natürlich gibt es auch schwierige und unangenehme Situationen während des Dienstes. Nicht jeder Gast ist gut gelaunt und verhält sich wohlerzogen. Alkoholkonsum oder psychische Störungen führen schnell zu aggressivem Verhalten. Auch Beschimpfungen und Türenknallen müssen sich die Ehrenamtlichen anhören. Aber da zeigt Marianne Meybom klare Kante. Das lässt sie sich nicht gefallen. Wer nicht höflich fragt, bleibt schon mal auf dem Trockenen sitzen und bekommt keinen Kaffee gebracht.

Welche Herausforderungen sieht Marianne Meybom für sich in der Bahnhofsmission und welche Erwartungen hat sie an ihr Ehrenamt?

„ Es ist nicht immer einfach, jedem Gast gerecht zu werden. Das fiel mir anfangs auch schwer, auf die individuellen Bedürfnisse der Menschen einzugehen und den richtigen Zugang zu finden. Und wir müssen es auch aushalten, dass wir nicht jeder Person helfen können. Unsere Möglichkeiten sind begrenzt und manch eine\*r kann oder will keine Hilfe annehmen.“

Besondere Vergünstigungen oder Vorteile durch mein Ehrenamt erwarte ich nicht. Aber über eine Geburtstagskarte, eine Einladung zur Weihnachtsfeier oder jetzt zu unserer Fahrt nach Berlin zum 125 jährigen Jubiläum der Bahnhofsmission, freue ich mich schon. Das finde ich gut!

Am reichsten beschenkt wird man aber durch die Dankbarkeit unserer Gäste. Das macht mich glücklich und dankbar zugleich.“

*Susanne Bräuer*

## Albrecht Flach



**„Jede Krise gibt eine Chance“**

"Das Leben hat zwei Seiten. Nur wenn man beide Seiten kennt, kann man die eine Seite schätzen."

Lange Zeit war Albrecht Flach mit Herz und Seele technischer Leiter im Krankenhaus und hat wöchentlich oft mehr als 60 Stunden gearbeitet. Bis heute kann sich Flach mit der Arbeit im Krankenhaus identifizieren. Als Patientenfürsprecher unterstützt er die Patient\*innen in persönlichen Anliegen. Er achtet auf ihr Wohlbefinden und hilft den Patient\*innen bei der Erfüllung ihrer Wünsche gehört zu werden.

Außerdem ist er im Besuchsdienst der Christus Kirche engagiert, steht den Patient\*innen bei ihren Schicksalen zur Seite, schenkt ihnen Trost und ein offenes Ohr.



"Wenn man einen Menschen trifft und ihn emotional abholt, dann weiß man nicht in welcher Lage er sich befindet." Viele der Menschen die Flach begleitet, haben das Ge-

fühl, vor ihrem Tod etwas loswerden zu wollen. Ein Geheimnis, eine Botschaft oder einfach eine Geschichte. Einige Dinge lassen sich zwar nicht leicht aushalten, doch als gläubiger Christ schenkt Gott ihm die Kraft, die er braucht, um mit schwierigen Situationen umzugehen. **„Die Dankbarkeit und die Erleichterung in den Augen der Menschen zu sehen gibt mir viel. Ich will was sinnvolles tun solange ich kann und Menschen helfen.“** Immer wieder stellt sich Flach neuen Herausforderungen und emotionalen Schicksalen. „Wenn jemand in Frieden Sterben kann, dann kann meine Arbeit nur positiv sein.“

Flach vermisst die Freundlichkeit in der Welt. „Es sind die Kleinigkeiten: Jemand Fremden grüßen oder ein nettes Lächeln im vorbeigehen schenken. Freundlichkeit streckt an, Leiden bringt uns weiter.“

Dieses Lächeln schenkt der leidenschaftliche Fahrradfahrer auch seinen Nachbar\*innen. Durch Flachs Engagement in der Nachbarschaftshilfe FINDUS, finden Menschen aus dem Stadtteil unter anderem Unterstützung bei alltäglichen Herausforderungen und haben einen Ansprechpartner für anfallende Probleme.

**„In meinem Leben habe ich viel Gutes erfahren und ein Stück dieser Dankbarkeit möchte ich zurückgeben.“**

Nicht nur bedeutend, auch sehr emotional ist die Arbeit in Israel für den ehrenamtlich Engagierten.





Die Menschen vor Ort haben durch den nationalsozialistischen Völkermord großes Leid erfahren und wollen verständlicherweise nie wieder was mit deutschen Bürger\*innen zu tun haben. Umso schwerer ist es für die Ehrenamtlichen den Überlebenden zu zeigen, dass sie Gutes tun und helfen wollen.



Flach erzählte von seinem letzten Besuch: „Sie haben sich geschworen nie wieder deutsch zu sprechen.“ Doch nachdem die Helfer\*innen des niedersächsischen Israelzentrums da waren änderten sich einige Einstellungen der Menschen vor Ort. Einige fingen sogar wieder an deutsch zu sprechen. "Frieden stiften, ist meine Aufgabe."

Auch nächstes Jahr wird Albrecht Flach wieder zwei Wochen mit weiteren Helfer\*innen aus dem Israelzentrum Wohnungen von Holocaustüberlebenden in Israel renovieren und den Kontakt und die Hilfe aufrechterhalten. Den Flug und die Unterkunft übernimmt er dabei selbst.



Bei Unsicherheiten frage ich Gott. Gib mir die Gabe, die ich brauche richtig zu handeln und die Kraft, die ich brauche dies zu überstehen."

Ohne Zweifel, der Glaube steht Albrecht Flach bei jeder Herausforderung bei.

*Anna Galle*



***" Eigentlich profitiert man viel mehr, wenn man sich selbst engagiert, anstatt immer nur zu konsumieren."***

Andrea Engels ist eine Frau, die in ihrem Leben bereits viel erlebt und viel zu erzählen hat. Sie leitet mehrere Selbsthilfegruppen, gibt INSEA-Kurse für chronisch Kranke, ist Ingangsetzerin bei der KIBIS und arbeitet „nebenbei“ noch als Hauswirtschafterin in einer Kindertages-Einrichtung. Eine Power-Frau wie sie im Buche steht – das wird während des Interviews schnell klar. Die 59-jährige gebürtige Hannoveranerin bezeichnet sich selbst als echtes „Nord-Licht“ und hat sogar Wikinger-Vorfahren. Zuhause ist sie jedoch seit vielen Jahren in Hildesheim. Und hier engagiert sie sich in vielfältiger Weise ehrenamtlich.

Begonnen, für das Gemeinwohl aktiv zu werden, hat die Mutter von fünf Kindern bereits als Mitglied in den Kindergarten- und Schullelternbeiräten zunächst auf Klassenebene und schließlich auch auf Schul- und Kreisebene. „Alle sagen immer, man müsste mal, aber wenn es dann wirklich darum geht, selbst aktiv zu werden, sind die wenigsten

bereit dazu“, so Andrea Engels. Sie findet dieses Phänomen schade und hat somit selbst schon früh begonnen, als gutes Beispiel und Inspiration für andere voran zu gehen.

Erste eigene Erfahrungen mit der Selbsthilfe sammelte sie, als sie selbst von einer Krebs-Erkrankung betroffen war. In der Selbsthilfegruppe fand sie Unterstützung und den Austausch mit Menschen, die in einer ähnlichen Lage waren wie sie. Andrea Engels erfuhr am eigenen Leib, wie wertvoll die Gemeinschaft einer Selbsthilfegruppe sein kann und vielleicht wurde in dieser Zeit der Grundstein für ihr weiteres, so umfangreiches Engagement gelegt. Weiter ging es mit der Selbsthilfegruppe „Schmerzkeks“ – einer Gruppe für Menschen mit chronischen Schmerzen. Frau Engels war selbst Patientin in der Schmerzlinik des Helios Klinikums in Hildesheim und besuchte dort im Sommer 2014 eine Infoveranstaltung. Aus dieser Veranstaltung heraus entstand eine Selbsthilfegruppe, für die Andrea Engels schließlich die Leitung übernahm.

Bis heute ist die „Schmerzkeks“-Gruppe sehr aktiv. Einmal im Monat treffen sich die Mitglieder im Helios Klinikum Hildesheim, um sich auszutauschen, sich gegenseitig zu unterstützen und sich gemeinsam auch einfach etwas Gutes zu tun. Patient\*innen mit chronischen Schmerzen wird von Seiten der Familie und Freund\*innen, doch auch von Seiten der Ärzt\*innen, häufig Unverständnis entgegen gebracht. Schmerzen sind für Außenstehende nicht sichtbar und das Leiden der Betroffenen manchmal nur schwer nachzuvollziehen. Unabhängig vom Krankheitsbild und den Ursachen für die chronischen Schmerzen, haben die meisten Betroffenen

---

sehr ähnliche Begleitsymptome, so dass sie in der Gruppe auf Menschen treffen, die sie wirklich verstehen können. Neben den regulären Gruppentreffen treffen sich die Mitglieder mindestens einmal im Monat zum Kaffeetrinken und machen darüber hinaus immer wieder Ausflüge und Exkursionen zu den Weihnachtsmärkten der Umgebung, zum Maschseefest oder zu Veranstaltungen der Patientenuniversität der Medizinischen Hochschule Hannover. Sogar ein 3-tägiger Kurztrip nach Dresden ist für diesen Sommer geplant. „Die Erfahrung, mit der eigenen Krankheit nicht allein zu sein, ist eine sehr positive“, weiß Andrea Engels. „Die Gruppe ist inzwischen wie eine Familie geworden, sehr beständig und konstant. Trotzdem wünschen wir uns auch immer, neue Mitglieder zu gewinnen“, so Andrea Engels. „Manchmal ist das etwas schwierig, weil die Gruppe so ein eingeschworener Kreis ist. Ich möchte aber ausdrücklich betonen, dass wir uns mehr frischen Wind durch neue Mitglieder wünschen, damit auch wieder neue Impulse und Gedanken eingebracht werden können und wir nicht zu sehr „betriebsblind werden“, verdeutlicht Frau Engels. Unterstützt wird die „Schmerzkeks“-Gruppe weiterhin durch das Helios Klinikum, indem sie dort kostenlos Räumlichkeiten nutzen kann.



Auch Dr. Lärer aus der Sonnenapotheke unterstützt die Gruppe, indem er stets als Ansprechpartner zur Verfügung steht und auch regelmäßig persönlich Gruppentreffen begleitet.

Seit 2015 leitet und begleitet Frau Engels auch noch eine Selbsthilfegruppe für pflegende Angehörige. Andrea Engels hat ihren eigenen Mann seit 2014 gepflegt und besuchte eine Infoveranstaltung der Caritas zum Thema pflegende Angehörige. Die Caritas wollte zu dem Zeitpunkt einen Gesprächskreis gründen, welcher leider erst zustande kam, als der Partner von Andrea Engels bereits verstorben war. Sie entschloss sich trotzdem dazu, an der Gruppe teilzunehmen und übernahm im Januar 2018 sogar die Leitung. Wie damals Frau Engels, sind auch heute einige Frauen in der Gruppe dabei, die ihren Partner bereits verloren haben. Sie unterstützen sich nicht nur während der anstrengenden Zeit der Pflege, sondern fangen sich auch darüber hinaus, nach dem Verlust ihrer Partner gegenseitig auf. Sie reden, tauschen sich aus, sie kochen, backen und basteln. „Sich selbst etwas Gutes tun ist enorm wichtig“, so Frau Engels. „Nur wenn meine eigenen Bedürfnisse erfüllt sind, kann ich mich auch gut um andere kümmern.“ In der Gruppe sind es hauptsächlich pflegende Ehefrauen, doch auch erwachsene Töchter und Söhne, die ihre Eltern pflegen. Auch Frau Engels hat nach dem Tod ihres Mannes wieder einen neuen persönlichen Bezug zum Thema der Gruppe – mittlerweile kümmert sie sich um ihren pflegebedürftigen Vater. Die Gruppe für pflegende Angehörige darf kostenfrei die Räume des Beamtenwohnungsvereins im Stadteilladen b-west nutzen.

---

---

Familie ist ein großer und wichtiger Teil in Andrea Engels Leben, das merkt man ihren Erzählungen an. Fünf Kinder und neun Enkelkinder hat sie – das zehnte ist unterwegs. Wegen der großen Familie ist sie leider nie dazu gekommen, viel zu reisen, erzählt sie.

„Doch nach dem Tod meines Mannes haben meine Kinder mich für drei Wochen mit in den Urlaub nach Andalusien genommen, das war toll!“ berichtet Frau Engels und strahlt. Außerdem reist sie viel nach Süddeutschland, um ihre Kinder dort zu besuchen. „Am liebsten würde ich noch die ganze Welt bereisen. Ich bin so neugierig, ich möchte am liebsten Land und Leute auf der ganzen Welt kennen lernen – diese touristischen Pauschalreisen sind nichts für mich“, sagt Frau Engels.

Doch allzu viel Zeit zum Reisen bliebe Frau Engels wahrscheinlich ohnehin nicht – neben ihrer Berufstätigkeit, ihrer Familie und ihrer leitenden Funktion in zwei Selbsthilfegruppen, gibt sie nämlich auch noch Kurse für chronisch kranke Menschen. INSEA heißt das Projekt – Initiative für Selbstmanagement und aktives Leben. Die Kurse wurden ursprünglich von der Stanford-Universität entwickelt und werden mittlerweile auch von der medizinischen Hochschule Hannover angeboten. Frau Engels selbst ist seit 2016 Gruppenleiterin für die INSEA-Kurse. Sie hatte selbst an einem solchen Kurs teilgenommen und war schließlich so überzeugt von dem Konzept, dass sie sich dazu entschloss, selbst Gruppenleiterin zu werden und Kurse in Hildesheim anzubieten. Der Kurs dauert sechs Wochen und soll den Teilnehmer\*innen Strategien an die Hand geben, ihr Leben trotz chronischer Krankheit wieder selbst zu managen. Die Kurse sind eine Ergänzung zur ärztlichen Behandlung.

Der Fokus soll weg von den Einschränkungen und hin zu dem, was noch möglich ist,

gebracht werden. Die Teilnehmer\*innen lernen, was sie selbst in ihrem Leben ändern können, damit es ihnen besser geht.

„Am hilfreichsten finden Patient\*innen oft die Handlungspläne“, sagt Andrea Engels. Dabei werden kleinschrittige Ziele festgelegt, um den größeren Zielen näher zu kommen.

Andrea Engels liest den Newsletter, weil sie stets daran interessiert ist, was in ihrer Umgebung und vor allem in dem „Bereich, in dem sie sich tummelt“ – nämlich dem des Ehrenamts und der Selbsthilfe – gerade passiert. Sie würde sich wünschen, dass der Newsletter noch bekannter wird und vielleicht auch in gedruckter Form ausliegen könnte, damit das Ehrenamt zukünftig stärker in den Fokus der Öffentlichkeit gerät.

*Esther Hackel*



# Einblicke Behinderten und Inklusionsbeirat der Stadt Hildesheim

---

Der Behinderten- und Inklusionsbeirat der Stadt Hildesheim hat Grund zum Feiern, denn er besteht bereits seit zehn Jahren. Entstanden ist er aus der Arbeit des Vereines Stolperstein heraus und wurde gegründet, um den Belangen von Menschen mit Beeinträchtigung mehr Gehör zu verschaffen. Der damalige Sozialdezernent Dirk Schröder unterstützte die Einrichtung eines Beirates auf freiwilliger Basis. Die Geschäftsführung übernahm eine Mitarbeiterin des Fachbereiches Soziales und Senioren, Bereich Teilhabe und Rehabilitation übernommen und unterstützt so die ehrenamtliche Arbeit des Beirates.

Viele Ziele hat der Beirat nicht: eigentlich arbeitet er daran, dass er nicht mehr benötigt wird. Das ist dann der Fall, wenn die Stadt Hildesheim barrierefrei für alle Menschen mit Behinderung ist und somit die UN-Konvention über die Rechte von Menschen mit Behinderung, die 2009 in Kraft getreten ist, umgesetzt ist.

Dabei geht es um die die Verwirklichung von Gleichstellung, Selbstbestimmung und gleichberechtigte Teilhabe aller Menschen am gesellschaftlichen Leben, oder kurz gesagt, um Inklusion. Beispiele sind barrierefreie Zugänge zu öffentlichen Einrichtungen, Sport- und Kulturangebote, leichte Sprache, Videoguides in Gebärdensprache für gehörlose Menschen, Leitsysteme für Sehbeeinträchtigte, akustische Signale an Ampeln. Die Liste ließe sich noch um Vieles erweitern.



Es ist ein langer Weg, der von den ehrenamtlich Tätigen viel Geduld abfordert. Schnelle Erfolge gibt es selten, aber ‚am Ball bleiben‘ lohnt sich, meint Marion Tiede, Vorsitzende des Beirates.

Und so berät der Beirat Institutionen und den Rat der Stadt Hildesheim. Durch seinen hohen Bekanntheitsgrad wird der Beirat bei Baumaßnahmen beteiligt und um eine Einschätzung gebeten. Ganz aktuell geschieht das z.B. beim Umbau des Theaters.

Zu dem hohen Bekanntheitsgrad tragen auch die regelmäßig stattfindenden ‚Selbsterfahrungskurse‘ bei. Im Rahmen von Veranstaltungen für Mitarbeiter\*innen der Stadtverwaltung ermöglicht der Beirat, die Stadt um das Rathaus herum einmal selbst mit dem Rollstuhl oder einem Blindenstock zu ‚erfahren‘ und nicht nur die Fußgängerzone sondern auch Straßenverkehr aus einem anderen Blickwinkel heraus zu erleben. Die dort gemachten Erfahrungen bleiben im Gedächtnis und sensibilisieren noch einmal ganz anders.

2020 stehen Neuwahlen an. Der Behinderten- und Inklusionsbeirat wird alle vier Jahre neu gewählt und besteht aus neun Mitgliedern, die selbst eine anerkannte Schwerbehinderung haben. Wahlberechtigt sind alle volljährigen schwerbehinderten Menschen, mit erstem Wohnsitz in Hildesheim. Auch gesetzliche Vertreter eines behinderten Menschen konnten von ihrem Wahlrecht Gebrauch machen.

Die nächste öffentliche Sitzung: 09.09.2019, 17.15 Uhr, Sitzungsraum Sir Adolf Krebs, im Rathaus.

Kontakt: Marion Tiede, Tel. 0172 1 79 07 31

Homepage: <https://www.hildesheim.de/-in-hildesheim/soziales-ungesellschaft/menschen-mi-behinderung/behinderten-und-inklusionsbeirat.html>



Meike Biskup

## **DUO Seniorenbegleiter\*innen suchen Verstärkung**

In Stadt und Landkreis Hildesheim gibt es zunehmend Ein-Personenhaushalte. Dieses hat zur Folge, dass viele Menschen immer mehr vereinsamen.

Gerade ältere Menschen haben aber Potentiale und Ressourcen, die aktiviert und gefördert werden können, die aber durch die zunehmende Einsamkeit verkümmern.

Der Senioren -und Pflegestützpunkt des Landkreises Hildesheim möchte den Menschen die Möglichkeit geben, wieder an der Gesellschaft teilzunehmen.

Dazu bildet er in Kooperation mit der Evangelischen Familienbildungsstätte DUO - Seniorenbegleiter\*innen aus.

Qualifizierte Seniorenbegleiterinnen und -begleiter unterstützen ältere Menschen ehrenamtlich, ganz nach individuellen Bedarf, in ihrem Alltag und in ihrer Freizeitgestaltung. Sie nehmen Anteil an ihrem Leben, bieten gemeinsame Aktivitäten wie Spaziergehen, Zuhören, Begleitungen oder Ausflüge an.

Wir suchen interessierte Menschen, die sich ehrenamtlich engagieren möchten und die Spaß am Umgang mit älteren Menschen haben. Diese sollten empathisch sein und über soziale und kommunikative Fähigkeiten verfügen.

Wir bieten eine kostenfreie Ausbildung, die 50 Theorie- und 20 Praxisstunden umfasst.

Inhalte der Schulung sind Kommunikation und Gesprächsführung, Entwicklung und Veränderungen im Alter. Sowie Aktivierung und Begleitung von Senior\*innen, Informationen zu Krankheitsbildern und rechtlichen Aspekten.

Das Praktikum bietet einen Einblick in die

Senior\*innenarbeit und findet z. B. in einem Senior\*innentreff, einer Tagespflege statt.

**Der neue Kurs in Hildesheim geht über vier Wochenenden, beginnt am 18.10.2019 und endet am 16.11.2019. Die Schulungen sind immer freitags von 15 -19 Uhr und Samstags von 10 - 16 Uhr.**

Die **Informationsveranstaltung** zum Kurs findet am **17.09.2019** um 16.30 Uhr in der evangelischen Familienbildungsstätte, Steingrube 19 A, statt.

Weitere Informationen und Anmeldungen zum Kurs gibt es beim Landkreis Hildesheim, Senioren und Pflegestützpunkt, Bischof-Janssen-Str. 31, Raum 160, Telefon: 05121 / 309 – 1601 oder 1602

Mail: [Pflegestuetzpunkthildesheim@landkreishildesheim.de](mailto:Pflegestuetzpunkthildesheim@landkreishildesheim.de)

## **Bonus Freiwilligenzentrum informiert**

Das Freiwilligen-Zentrum BONUS ist seit mehr als 21 Jahren Anlaufstelle für interessierte Bürger\*innen ehrenamtlichen Engagements. Die Beratung und Vermittlung von Ehrenamtlichen zu gemeinnützigen Vereinen, Verbänden und Organisationen steht dabei im Vordergrund. Ebenso sind wir Sammelpunkt für Erfahrungsaustausch, bieten Qualifikationen und die Unterstützung bei der Verwirklichung von eigenen Projekten für Ehrenamtliche.

**Mit dem neuen Projekt Sozius „Menschen stärken Menschen“ werden nun Menschen gesucht, die Interesse an einer Patenschaft haben und gerne einen anderen Menschen, eine Familie oder eine Gruppe unterstützen möchten.**

Die Ausgestaltung einer Patenschaft kann ganz unterschiedlich sein und richtet sich nach den Bedürfnissen der Pat\*innen und der zu unterstützenden Person.

Von Kinder und Jugendlichen bei den Hausaufgaben unterstützen, Lesepatenschaften für Grundschulkinder oder Unterstützung für Jugendliche bei der Berufswahl oder ihrer Ausbildung. Über Unterstützung von Familien bei alltäglichen Vorkommnissen, wie die Begleitung der Kinder in ihren Alltag zur Schule oder Hobbies oder gemeinsame Unternehmungen und Besuche von Veranstaltungen wie z.B. Theater, Museum, Konzert oder gemeinsame Sportangebote war zu nehmen. Ebenso Orientierung bei Stadtrundgängen zu helfen, Behördengängen begleiten, gemeinsame Besuche von Stadtbibliothek oder mit Freund\*innen und Familie kochen.

Natürlich gibt es noch viele andere Bereiche in der eine Patenschaft eingegangen werden kann, vielleicht haben Sie eine eigene Idee!? Interessierte Personen sollten zuverlässig sein, Einfühlungsvermögen mitbringen und Interesse am Umgang mit Menschen haben. Für die Patenschaften steht immer eine feste Ansprechperson zur Seite für die Vorbereitung und Begleitung der Patenschaft, Vermittlung im Konfliktfall, Reflexionsgespräche und die Übernahme anfallender Kosten. Zudem bieten wir Informationen über Vernetzungs- und Austauschmöglichkeiten, Schulungen und Qualifizierungen in Hinblick auf die Patenschaft. Auch veranstalten wir ein regelmäßiges Freiwilligen-Café für „Patenbegegnungen“.

Bei Interesse kommen Sie zu uns im Freiwilligen-Zentrum BONUS am Dienstag von 15:00 – 18:00 Uhr, Donnerstag von 10:00 – 12:30 Uhr, Freitag von 10:00 – 16:00 Uhr.

Oder melden Sie sich bitte bei Zaki Popal unter Tel.: 05121/7414343, Mobil: 0175/8407585, E-Mail: zaki.popal@caritas-hildesheim.de

## **„Tag der offenen Tür“ im Freiwilligen-Zentrum BONUS**

**14. September von 11 – 17.00 Uhr**

Interessierte können sich in den Räumen in der Moltkestraße 55/Ecke Bismarckplatz über die Möglichkeiten eines freiwilligen Engagements informieren.

Zudem gibt es Infostände zu allen Projekten des Freiwilligenzentrums und viel Zeit für Gespräche und Erfahrungsaustausch.

Für Programm, Essen, Trinken und einer Überraschung ist gesorgt, Interesse und gute Laune sollten mitgebracht werden.

## **Der Computer /das Laptop - das unbekannte Wesen ?**

**In der Elzer Nachbarschaftshilfe Netzwerk Zukunft Elze lüften wir einfach und verständlich die Geheimnisse dieser kleinen Zaubergeräte auch für die ältere Generation.**

In der heutigen Zeit brauchen wir den Computer in vielen Lebensbereichen. Ohne Internet ist man von vielem abgekoppelt, und dadurch werden so einige Dinge schwierig bis nicht mehr möglich oder sind mit größerem Aufwand verbunden. Mit dem Computer jedoch kann man vieles erledigen und Zeit und Wege sparen. Aber nicht nur die praktische Seite, sondern auch der Spaß, mit einem PC zu arbeiten, Kontakte zu knüpfen, Fotos anzuschauen oder gar zu bearbeiten soll nicht zu kurz kommen.

Ältere Mitbürger sollten deshalb in der Lage sein, mit einem PC arbeiten zu können. Es ist nicht schwer, allerdings stellt sich oft die

Frage: „Wie geht das, wie funktioniert ein PC und was kann ich mit dem PC alles erledigen?“

Das Netzwerk Elze richtet nun einen PC – Workshop ein, um Aufbau und Arbeitsweise dieser Geräte kennen zu lernen. Ziel ist es, die Möglichkeiten, die ein PC bietet, zu erklären und dann diese gemeinsam im Workshop anzuwenden und zu vertiefen.

Ein großes Spektrum eröffnet sich - hier einige Schlagwörter dazu:

- Briefe schreiben
- Im Internet „surfen“ (also irgendetwas suchen )
- Videotelefonie
- Termine planen / archivieren
- Verpasste Sendungen im Fernsehen nachsehen
- Fotos archivieren, ggf. nacharbeiten

Gegenseitiger Austausch von Kenntnissen steht im Mittelpunkt des Workshops, fachliche Beratung und auch Hilfestellung sollen durch das Netzwerk in nachbarschaftlicher Weise gegeben werden

Ort: Nachbarschaftshilfe Netzwerk Zukunft Elze, Hauptstraße 6, 31008 Elze

Termine:

**In 14tägigem Abstand gibt es einen Startworkshop und Folgeworkshops Mittwochs von 17 – 19 Uhr**

Wenn Sie Lust haben, sich dieser Technologie zu widmen, melden Sie sich bitte bei Frau Mensing telefonisch (05121 464-14) oder per e-mail (s.mensing@elze.de) an.

Bringen Sie Ihr Gerät mit und Los geht es!



**INSEA nun auch in Hildesheim Chronisch krank und trotzdem voll im Leben** – mit den „INSEA Gesund und aktiv leben“ Kursen den Alltag neu gestalten.



Diabetes, Krebs, Herz-Kreislaufprobleme, Depression - immer mehr Menschen in Deutschland sind chronisch erkrankt. Viele jüngere Personen sind betroffen, aber auch jeder Zweite über 65 Jahre. Für viele Erkrankungen gilt: Bewegungsmangel, Fehlernährung oder Stress können das Risiko einer Erkrankung erhöhen. Oft sind die Ursachen aber auch vielschichtig oder bleiben unklar. Gleiches gilt für die Auswirkungen. Chronisch kranke Menschen haben mit Herausforderungen zu kämpfen, die über das Arztzimmer hinaus bis weit in alle Lebensbereiche reichen.

Deswegen bietet die Patientenuniversität der Medizinischen Hochschule Hannover (MHH) die INSEA „Gesund und aktiv leben“ Kurse an. In den Kursen lernen chronisch erkrankte Menschen (egal, welche Erkrankung sie haben) und ihre Angehörigen, ihr Leben mit der Krankheit selbst zu managen. Das heißt,

mit der Erkrankung ein möglichst gutes und selbstbestimmtes Leben zu führen.

Ein Kurs läuft über einen Zeitraum von sechs Wochen. Einmal wöchentlich treffen sich 8 bis 18 Teilnehmerinnen und Teilnehmer für 2,5 Stunden und lernen zusammen und voneinander. Die Kurse werden von zwei speziell geschulten Kursleitungen begleitet. Sie sind keine Fachpersonen, sondern „Expert\*innen aus Erfahrung“, denn sie sind selbst chronisch krank und haben den Kurs auch selbst als Teilnehmende kennengelernt. Die Kursleitungen informieren und bieten hilfreiche Tipps, lassen der Gruppe aber auch Raum für Austausch und Gespräche.

Kursthemen sind unter anderem

- der Umgang mit Krankheit und Schmerzen,
- die Vorbereitung auf Arztbesuche,
- Ernährung, Bewegung, Entspannung,
- die Kraft der Gedanken kennen lernen,
- Wege, sich selbst zu motivieren und den Alltag zu gestalten,
- mit Medikamenten umgehen,
- mit Familie und Freund\*innen sprechen,
- sowie Ziele erreichen und Vorhaben planen.

Seit 2015 wird das Programm wissenschaftlich begleitet. Die Ergebnisse der Untersuchung zeigen eine große Wirkung der Kurse auf die Teilnehmenden.

Bei Interesse laden wir Sie herzlich ein, sich für einen Kurs anzumelden. Die Teilnahme ist kostenfrei.. Alle aktuellen Termine und Anmeldemöglichkeiten erfahren Sie unter [www.insea-aktiv.de](http://www.insea-aktiv.de) oder telefonisch unter 0511/532-8425 bei der Patientenuniversität der MHH.

## Selbsthilfegruppe „Wirbelwind“

Seit 23 Jahren gibt es die Selbsthilfegruppe „Wirbelwind“, in der sich Menschen mit Skoliose und Wirbelsäulenproblemen zusammengefunden haben. Zurzeit hat der Verein 35 Mitglieder und bietet derzeit wöchentlich **2 verschiedene Gruppen mit Trocken- bzw. Wassergymnastik in Hildesheim und Bad Salzdetfurth an. Beide Gruppen werden von erfahrenen Physiotherapeutinnen und -therapeuten geleitet. An den Gymnastikstunden können auch Interessierte teilnehmen, die eine ärztliche Verordnung für Funktionstraining haben und sich nicht an einen Verein binden wollen.** Und seit vielen Jahren stellt sich „Wirbelwind“ beim Selbsthilfetag in der Hildesheimer Fußgängerzone vor. In den letzten Jahren hat die Selbsthilfegruppe auch mehrere Zehnerkurse für Interessierte ohne Verordnung angeboten. Von diesen Teilnehmer\*innen sind inzwischen einige in den Verein eingetreten oder nehmen nun mit ärztlicher Verordnung an der Gymnastik teil. Auch in diesem Herbst wird es wieder **ab 7.10. bzw. 9.10. zwei Zehnerkurse** geben. Neben der Gymnastik werden regelmäßig Informationsabende zu Gesundheitsthemen für Mitglieder angeboten, zuletzt ging es um Osteoporose. Im Frühling gibt es seit 16 Jahren „Gesundheitstage“ im Naturfreundehaus in Lauenstein. Dort werden neue Therapien und Therapeut\*innen vorgestellt und auch der Austausch unter den Teilnehmer\*innen kommt nicht zu kurz. Manche der Therapeut\*innen, die sich in Lauenstein vorgestellt haben, haben anschließend auch Kurse für „Wirbelwind“ in Hildesheim angeboten. So gab es z.B. schon Kurse im „Nordic Walking“, eine Einführung in „Pilates“, mehrere Abende mit „Energy

Dance“ und eine Einführung in die „Klangmassage“ nach Peter Hess. Daneben findet jeden letzten Mittwoch im Quartal im Anschluss an die Gymnastik in Bad Salzdetfurth ein „Treffen zum Erfahrungsaustausch“ mit Mitbringbüffet statt. Hier können die Teilnehmer\*innen der Gymnastik in ungezwungener Atmosphäre mit Mitgliedern des Vorstands ins Gespräch kommen und auch persönliche Gesundheitsprobleme besprechen. In beiden Gymnastikgruppen sind noch Plätze frei. Die erste Gruppe bietet montags von 19.15 bis 20.45 Uhr im AMEOS-Klinikum in der Goslarschen Landstraße 60 erst eine halbe Stunde Trockengymnastik in der Turnhalle und anschließend eine halbe Stunde Wassergymnastik in der Schwimmhalle. Die zweite Gruppe bietet mittwochs von 18 bis 19 Uhr eine Stunde Trockengymnastik in der VAMED-Klinik (früher HELIOS), An der Peesel 6 in Bad Salzdetfurth an.

Kontakt: Interessenten Sabine Gräflich (Tel. 05121/267909) oder Claudia Riedel-Jansen (Tel. 05121/880256), am besten gegen Abend.

E-Mail: [info@wirbelwind-hildesheim.de](mailto:info@wirbelwind-hildesheim.de).

Homepage: [www.wirbelwind-hildesheim.de](http://www.wirbelwind-hildesheim.de)

*Heidemarie Zentgraf*

## Öffentliche Fachtagung „Demenz – Herausforderung für die Kommunen“

**30.10.2019 von 14.00 – 18.00 Uhr in Hildesheim**

Die steigende Zahl von Menschen mit Demenz ist für die Kommunen eine besondere Herausforderung. Im Rahmen des Modellprojektes „Einbindung der Hausarztpraxen bei Demenz“ soll die Tagung

Handlungsbedarfe deutlich machen und Lösungswege

aufzeigen. Dabei können Demenznetzwerke eine wichtige unterstützende Rolle spielen. Einer der namhaften Referenten ist Dr. Henning Scherf.

Tagungsort: Großer Sitzungssaal des Kreishauses, Bischof-Janssen-Str.31134, Hi Anmeldungen bis zum 18.10.2019 über Manuel Stender, Tel. 05121/ 309 1591, E-Mail: [manuel.stender@landkreishildesheim.de](mailto:manuel.stender@landkreishildesheim.de) .

## Jubiläums-Schnellkurse in Erster Hilfe

60 Jahre Malteser in der Diözese Hildesheim und zugleich 40 Jahre Malteser Jugend Deutschland – aus diesem Anlass bieten die Malteser Hildesheim **drei Schnellkurse in Erster Hilfe von je 100 Minuten (60 plus 40) für jeweils zwölf Personen an. Die Kurse finden am 6. September um 16 Uhr, 7. September um 10.30 Uhr und 9. September um 17 Uhr** in der Dienststelle der Hildesheimer Malteser, Waterloostraße 25, statt.

Die geplanten Schnellkurse sollen nach dem Motto „Prüfen – Notruf – Helfen“ die allerwichtigsten Grundlagen der Ersten Hilfe vermitteln und damit helfen, Leben zu retten. „In diesen 100 Minuten wird das richtige Wissen mit der richtigen Dosis vermittelt, damit Menschen im Notfall, zum Beispiel bei einem Herz-Kreislauf-Stillstand, richtig handeln können,“ verspricht Isabell Windel, Ausbildungsleiterin der Malteser in Hildesheim. Alle Teilnehmer bekommen eine Teilnahmebescheinigung, um Anmeldung wird gebeten.

Kontakt und Anmeldung: Isabell Windel, Malteser Hildesheim, Tel.: (05121) 55015

E-Mail: [ausbildung.hildesheim@malteser.org](mailto:ausbildung.hildesheim@malteser.org)

## Blutspende auf dem Marktplatz

**6. September 2019 von 11 -17 Uhr auf dem Hildesheimer Marktplatz.**

Es findet ein Blutspendetermin im Blutspendemobil des DRK vor dem Rathaus statt. Informations- und Aktionsstände werden aufgebaut. Die Bereitschaft verpflegt die Spender\*innen aus der Feldküche.

## DRK-Senior\*innengymnastik

**ab dem 5. September in Achtum** in der Sporthalle

In den DRK-Gruppen halten sich ältere Menschen geistig und körperlich fit und gesund. Die erfahrenen Übungsleiterinnen des Deutschen Roten Kreuzes sind mit viel Engagement dabei und gestalten die Übungsstunden abwechslungsreich. Sie richten sich dabei ganz nach den Möglichkeiten der Senior\*innen und fördern diese durch spezielle Trainingsprogramme.

Es ist nicht nur die Gymnastik, die die Teilnehmenden zusammenführt, sondern auch das Erleben in froher Gemeinschaft.

Kontakt: Ghislaine Jackson, DRK-Zentrum, Brühl 8, Hildesheim oder unter Tel. 05121/9360-31

## Vortrag zum Thema Ursachen von Flucht und Vertreibung

**17. September 2019, 19:30 Uhr** im Thomas-Morus-Haus, Paradiesstraße 9, in Giesen

Der Runde Tisch Asyl der Pfarrgemeinde St. Vitus Giesen lädt herzlich zu einem Vortrag des ehemaligen Kolping-Diözesansekretärs Herrn Josef Teltemann ein.

## Freie Plätze im Sprachkurs „Musik und Sprache“ in Hildesheim

Ab sofort können Geflüchtete mit ersten Deutschkenntnissen und Interesse an Musik am kostenlosen Sprachkurs teilnehmen. Im Rahmen des Kurses wird ein Cajon-Workshop angeboten. Die Teilnehmer\*innen bekommen die Möglichkeit, Vorkenntnisse mit einzubringen, im Unterricht werden Lieder aus den Herkunftsländern sowie aus Deutschland vorgestellt, besprochen und gemeinsam eingeübt.

Innerhalb des Projektes sind kleinere Exkursionen, z.B. zu einem Konzert geplant.

Eine sozialpädagogische Betreuerin hilft bei Fragen, die über den Sprachkurs hinausgehen. Der Kurs endet mit einer kostenlosen A1 oder A2-Prüfung.

Der Kurs findet täglich von Montag bis Donnerstag 09:00 – 12:30 Uhr statt.

Kursorte : VHS Hildesheim, Pfaffenstieg 4-5 und Musikschule Hildesheim, Waterloostr. 24A

Kontakt: Catharina Haas, Tel. 05121-9361-255, E-Mail: Haas@vhs-hildesheim.de

## Offenes Sprachkursangebot

**Alfeld**, ab dem 10.09. jeden Di, Fr, 10.00-13.00 Uhr, VHS Alfeld, Antonianger 6, Raum 11.

**Hildesheim**, jeden Mo, Mi, Do 14.00-15.30 Uhr, VHS Hildesheim, Raum 101

**Sarstedt**, jeden Di, Mi, Do, 10.00-12.15 Uhr, VHS Sarstedt., Wellweg 39, OG, Raum 13.

Die Kurse sind für alle Neuzugewanderten offen, die bereits einen Sprachkurs besucht haben und sollen als fortlaufendes Angebot helfen, das Sprachniveau zu erhalten.

Kontakt: Imke Bachmann, Tel. 05121-9361-312, E-Mail: bachmann@vhs-hildesheim.de

## **Niederschwellige, themenorientierte Deutschkurse bei der AWO**

Deutschkurse für Geflüchteten und Migranten\*innen\*, deren inhaltliche Schwerpunkte die alltags- und lebensorientierten Themen darstellen, haben zum Ziel, die Teilnehmenden mit der deutschen Sprache vertrauter zu machen und vorhandene Hemmschwellen abzubauen. Durch das Erlernen der deutschen Sprache, werden die Teilnehmenden gefördert, sich selbstbewusst und unabhängig in verschiedenen Lebenssituationen zu bewegen. Um das theoretische Wissen in der Praxis anzuwenden, finden unterschiedliche Exkursionen statt. Durch alltagspraktische Anwendung der Unterrichtsinhalte und nachfolgenden Reflexionen der Ausflüge, wird die Entwicklung der Lernstrategien gefördert.

\*Ausgeschlossen sind EU-Bürger und die Personen, die einen Anspruch auf einen Integrationskurs haben.  
Kontakt: Migrationsberatungsstelle für erwachsene Zuwanderer (MBE): Elena Vogel und Ulrike Dammann, Osterstr. 7-9, 31134 Hildesheim, Telefon: 05121 1790022 oder 05121 1790025.

## **Sarstedter Flohmarkt**

**Sa 07. Sept. 2019**

10.00 - 13.00 Uhr in der Fußgängerzone.  
Teilnahmebedingungen: Standbreite max. 3 m, nur private Verkäufer\*innen, keine Standgebühr. Weitere Informationen bei der Stadt Sarstedt Tel. 05066 805-56.

## **Fachtag für Ehren- und Hauptamtliche in der Flüchtlings- und Migrationsarbeit: „Von der Integration zur Teilhabe“**

**7. November 2019, 14.00 – 19:30 Uhr**

Ein Fachvortrag und verschiedene Workshops laden zum Austausch rund um die Themen Migration, Diskriminierung und Teilhabe ein. Der Fachtag ist kostenfrei.

Veranstaltungsort: Kreishaus, Bischof-Janssen-Straße 31, Hildesheim

Anmeldung: Birgit Lillig, Landkreis Hildesheim, [birgit.lillig@landkreishildesheim.de](mailto:birgit.lillig@landkreishildesheim.de)

## **„Lesecafé und Postbearbeitung“**

Wir helfen in den Bereichen Lesen, Schreiben und Rechnen. Ich bin zur Zeit für diesen Sonderschwerpunkt zuständig und heiße Kathrin Puschendorf, von Beruf Ergotherapeutin. In unserem Mehrgenerationenhaus finden Menschen Unterstützung, wenn sie beim Lesen oder Beantworten von Briefpost Schwierigkeiten haben. Auch am Arbeitsplatz vermeiden manche das Schreiben, Lesen und Rechnen, damit niemand das fehlerhafte Schreiben und fehlende Fertigkeiten bemerkt. Wir unterstützen gerne vor allem die Menschen - die entsprechend der AlphaDekade - aus den sogenannten Bereichen Alpha - Level 1 bis 4 eine Hilfe benötigen. Diese Menschen mit und ohne Migrationshintergrund können auch durch ehrenamtliche Pat\*innen Unterstützung bekommen. Sprechen Sie uns an und sagen Sie es weiter! Telefon 05069-516460 und [komm-ev@htp-tel.de](mailto:komm-ev@htp-tel.de) Homepage: [www.komm-ev.net](http://www.komm-ev.net)

## Kulturtreff „Unter Dampf“

Freitag, den **8. November**, 17 bis 22 Uhr.

Auch in diesem Jahr gibt es unseren Kulturtreff „Unter Dampf“, bei dem wir wieder drei tolle Fortbildungsworkshops und jede Menge Möglichkeiten für Austausch und Vernetzung bieten werden.

Wir sind wieder an einem spannenden Ort in der Region Hildesheim zu Gast. Weitere Informationen zu den Workshops, zur Anmeldung und Sonstigem erfolgen ca. Mitte September. unter: <https://www.netzwerk-kultur-heimat.de/kulturtreff-2019>

## NABU

Mittwoch, **9. Oktober**, 19 Uhr NABU **Stammtisch für jedermann.**

Gemütliche Gesprächsrunde für alle Naturinteressierten, auch für Nichtmitglieder. Heute wird unsere Klarschiff AG das Müllmanagement zum Hauptthema machen.  
NABU-Büro, Dingworthstraße 38

## Nistmöglichkeiten auf der Streuobstwiese

Samstag, **26. Oktober**, 11 - 14 Uhr

Aktion der NAJU-Hildesheim für Kinder zwischen 5 und 12 Jahren. Wir schauen nach, wer unsere Vogel-Nistkästen auf der Itzumer Streuobstwiese in diesem Jahr genutzt hat. Ggf. nehmen wir auch kleine Reparaturen vor. Außerdem möchten wir weitere Insekten-Nisthilfen erstellen und anbringen. Bitte einen Mittagsimbiss sowie ggf. (Arbeits-)Handschuhe mitbringen und an wetterfeste Kleidung denken. Anmeldung erforderlich unter [naju-hildesheim@web.de](mailto:naju-hildesheim@web.de)  
Treffpunkt: an der Endhaltestelle der Buslinie 4 "Itzum".

## Jugendgruppenleiter\*innenschulung

JULEICA- Ausbildung, Teil 1 Freitag, 18., bis Sonntag, 20. Oktober, Teil 2 Freitag, 15., bis Sonntag, 17. November

Werde Jugendgruppenleiter\*in! In der Ausbildung geht es um die Gestaltung von Angeboten in der Natur, die sich an den Interessen von Kindern und Jugendlichen orientieren. Die eigene Rolle als Leiter\*in einer Gruppe, pädagogische Aspekte, Jugendschutz und Rechtsfragen werden ebenso thematisiert wie die Beteiligungsmöglichkeiten und die Interessenvertretung von Kindern und Jugendlichen im Verein und die Organisation und Finanzierung von Jugendfreizeiten und Projekten. Nach der Absolvierung beider Wochenenden und eines kurzen Praxisteils (alles insgesamt 50 Std.) erhältst Du die Jugendgruppenleiter-Card! Durchführung: Christine Koziol und Andrea Goike, NAJU Niedersachsen, Veranstaltungsort: Jugendherberge Torfhaus, Harz.

Anmeldung NAJU Niedersachsen unter Tel.: 0511/9110530, [info@naju-niedersachsen.de](mailto:info@naju-niedersachsen.de). 60 € bzw. 40 € für NABU Mitglieder.

## Aktivbörse sucht ehrenamtliche Unterstützung

,Donnerstag, **7. November**, 18 Uhr

Der NABU-Vorstand lädt alle, die sich ehrenamtlich engagieren wollen, zu einer Aktivbörse ein. Dort wird die breite Palette an interessanten Betätigungsfeldern im NABU vorgestellt.

Treffpunkt: Hotelrestaurant Bürgermeisterkapelle, Rathausstraße 8, 31134 Hildesheim  
Dauer: ca. 2 Stunden; Anmeldung erforderlich unter [humbert.andreas@t-online.de](mailto:humbert.andreas@t-online.de)

## Naturfreunde Alfeld

Sonntag, **08. September**, 10.00 Uhr  
„**Sonntagstreff**“ in der Schleberghütte  
(auch für Gäste)

Sonntag, **29. September**, 09.00 Uhr

**Rundwanderung** Brunkensen, ca. 10 km  
Führung: Horst Möhle, Treffen: Parkplatz  
Sparkasse/AOK

## Machmits

Vortrag Vorsorgeregungen: **Vollmacht, Betreuung- und Patientenverfügung:**  
Was möchte ich für mich geregelt haben?  
**08.10..2019 und 05.11.2019** jeweils von  
18.30 - 20.00 Uhr in der Bischof-Janssen-  
Str.31, Hildesheim, Eingang B. Um Anmel-  
dung wird gebeten, Tel. 05121- 3094462

## Machmits Mobil

Die Möglichkeit, sich wohnortnah und kos-  
tenlos über verschiedene Bereiche zu infor-  
mieren. Themen: Senioren- und  
Pflegeberatung, Vorsorgeregungen, Bür-  
gerschaftliches Engagement

11.09., 10:00- 12:00 Uhr Sibbesse, NP  
25.09, 10:00- 12:00 Uhr Alfeld  
01.10., 10:00- 12:00 Uhr Söhlde, Sparkasse  
02.10., 10.00- 12.00 Uhr Diekholzen  
10.10., 14:00- 16:00 Uhr Harsum, Markt  
16.10., 10:00- 12:00 Uhr Sarstedt  
18.10., 10.00 - 12.00 Uhr Gronau  
23.10, 10:00- 12:00 Uhr Schellerten  
30.10, 10:00- 12:00 Uhr Bockenem, MIA  
04.11., 14:30- 16:30 Uhr Nordstemmen  
13.11., 10:00- 12:00 Uhr Freden, Dorfladen  
21.11., 15:00- 17:00 Uhr Elze  
27.11., 10:00- 12:00 Uhr Algermissen, Sofa

## Austauschtreffen der Betreuer und Be- treuerinnen in Hildesheim

04.09.2019 jeweils 19:00 bis 21:00 Uhr

09.10.2019

06.11.2019

11.12.2019

Landkreis Hildesheim, Bischof-Janssen-Str.  
31(Eingang B)

28.11.2019,17:30- 19:00 Uhr **Stammtisch  
Ehrenamt Alfeld für Betreuer und Be-  
treuerinnen**,Ort wechselt, bitte nachfragen

## Einführungsworkshop Betreuung

**20.11.2019,17:00- 20:00 Uhr**

Für Interessierte und rechtliche Betreu-  
er\*innen. Anmeldung: Manfred Marhenke,  
Betreuungsverein Hildesheim e.V.,  
Tel.0512175350, Marhenke@betreuungs-  
verein-hildesheim.de

## Infoabend Plegekinderdienst

**10.09.2019,18:00- 20:00 Uhr**

**29.10.2019, 18:00- 20:00 Uhr**

Das Jugendamt des Landkreises Hildesheim  
sucht weiter Familien oder Einzelpersonen,  
die als Pflege- oder Bereitschaftspflegefami-  
lie ein Kind oder einen Jugendlichen bei sich  
aufnehmen wollen. Es handelt sich um Kin-  
der und Jugendliche, die vorübergehend  
oder dauerhaft ein schützendes Zuhause  
benötigen.

In der Informationsveranstaltung werden die  
unterschiedlichen Pflegeformen kurz vorge-  
stellt, außerdem berichten jeweils eine Be-  
reitschaftspflege- oder eine  
Vollzeitpflegefamilie aus ihrer praktischen  
Erfahrung. Ort: Kaiserstraße 15, Eingang  
über die Speicherstraße, Raum B007.

## **AWO Trialog**

### **Leben mit Psychopharmaka**

**12.09.2019** , 17.00 – 19.00 Uhr

Vermittlung von Wissenswertem über die unterschiedlichen Medikamentengruppen und ihre Wirkungsweisen durch den Apotheker Christian Schiepkke. Ihre Fragen werden mit in den Abend eingebunden. Der Vortrag ist gebührenfrei.

### **Kleidermarkt 17.11.2019**

14.30-17.00 Uhr. Um ressourcenschonend und nachhaltig mit guterhaltener Kleidung umzugehen, die gepflegt ist, die man selbst jedoch nicht mehr tragen möchte, findet bereits zum 4. Mal ein Secondhand-Kleidermarkt bei AWO Trialog statt. Während der Öffnungszeiten werden Torten und Gebäck im Cafe Trialog angeboten.

Ort: Hildesheim Teichstr. 6

### **Austausch in der Angehörigengruppe Hildesheim**

17.10. und 14.11.2019 von 17:00-19.00 Uhr . Wir bieten eine Informations- und Gesprächsgruppe an. Sie soll Eltern, Partnern, Kindern und Freunden von psychisch Erkrankten die Möglichkeit des Austauschs und der gegenseitigen Unterstützung geben. Die Gruppe ist offen für neue TeilnehmerInnen.

### **Austausch in der Angehörigengruppe in Alfeld**

10. 10., 07.11., 05.12, 2019 17.00 – 19.00 Uhr, Kalandstr. 3

## **Stadtführer\*innen gesucht!**

### **Informationsabend: 22.10. 2019**

um 19 Uhr in der Ort Volkshochschule (VHS), Wellweg 39 in Sarstedt.

Stadtführer\*innen sind die inoffiziellen „Botschafter“ einer Stadt. Sie erzählen viele kleine Geschichten zur Entwicklung der Stadt, Interessantes zu Bauwerken, wissen was man gesehen haben muss und können immer eine kleine Anekdote aus dem Hut zaubern. Dabei werden Themen aus Wirtschaft, Politik, Kultur und Gesellschaft aufgegriffen und das nicht nur aus der Vergangenheit, sondern auch aus dem aktuellen Leben. Oft gibt es einen kleinen Geheimtipp oder eine Empfehlung zum Beispiel zu einer kulinarischen Spezialität gratis dazu. Wenn Sie Freude daran haben, Gästen ihre Stadt zu zeigen, kommen Sie am Infoabend. Gemeinsam mit den Stadtführer\*innen Elke Pytel-Weber, Werner Vahlbruch und Wilfried Bartikowski sowie der VHS erzählen wir Ihnen, was Sie als Stadtführer\*in erwartet. Was müssen Sie wissen und wie umfangreich der Qualifizierungslehrgang ist. Im Frühjahr 2020 startet der nächste Kurs. Werden Sie „Botschafter\*in“ in Sarstedt! Und falls Sie einfach nur mehr über ihre Stadt wissen möchten, in der Sie leben, kommen Sie auch gerne dazu. Für Fragen ist Andrea Satli, Stadtmanagerin, unter [andrea.satli@sarstedt.de](mailto:andrea.satli@sarstedt.de) oder Tel.05066 805-23 gern für Sie da.

## **eCarSharing in Sarstedt startet ab September**

Es ist soweit! Die Vorbereitungen sind soweit abgeschlossen, die Ladesäule ist installiert und ein Renault Zoe als auch ein Nissan Leaf warten auf ihren Einsatz. In wenigen Tagen startet das erste eCarSharing am

Sonnenkamp.

Los geht es am Dienstag, 3. September 2019 um 18.30 Uhr mit einem Eröffnungsevent an der Ladesäule (Am Sonnenkamp/Ecke Ingeborg-Bachmann-Straße), zu dem alle Interessierte herzlich eingeladen sind.

Damit es dann auch direkt losgehen kann, müssen Sie sich nur noch vorab registrieren unter [www.e2work.de/sarstedt](http://www.e2work.de/sarstedt). Nach der Registrierung können Sie sich dann ab dem Montag, 26. August 2019 zu den gewohnten Öffnungszeiten zum Sarstedter Bürgercenter begeben, um Ihren Führerschein und Ihre Personalien kontrollieren zu lassen. Nachdem Sie dort freigeschaltet wurden heißt es ganz einfach: Fahrt online buchen, App zum Öffnen des Fahrzeuges herunterladen und für 6 Euro pro Stunde elektrischen Fahrspaß genießen.

Aufgepasst: Als besonderes Start-Angebot schenkt e2work alle, die sich bis zum 15. September vollständig registrieren die Grundgebühr bis Ende 2019!

Auch an unsere Familien haben wir gedacht: Jede\*r weitere\*r Nutzer\*in aus einer Familie zahlt eine geringere Anmeldegebühr und weniger Grundgebühr. Ausführliche Informationen zum eCarSharing finden Sie unter [www.e2work.de/sarstedt.de](http://www.e2work.de/sarstedt.de).

**Andrea Satli**

## „Engagement macht stark!“

Die Woche des Bürgerlichen Engagements und größte bundesweite Freiwilligenoffensive findet dieses Jahr vom 13. bis 22. September statt. Zeigen Sie es und sein sie dabei! Mit dem Einsatz von über 30 Millionen Freiwilligen werden in ganz Deutschland

Aktionen und Projekt durchgeführt. Unter [www.engagement-macht-stark.de](http://www.engagement-macht-stark.de) gibt es nähere Informationen. Dort können auch Veranstaltungen eingesehen oder eingetragen werden.

## Weiterbildung: Die Museumsschule!

Unsere Geschichte der letzten 200 Jahre.

Angesprochen sind: Geschichtsinteressierte, Heimatpfleger\*innen und Ehrenamtliche, die in Museen tätig sind.

Der Museumsverband Niedersachsen und Bremen bietet das Seminar: Die vergessene Zeit: Jahrzehnte nach 1945, 15. November 2019, 11.00 - 16.00 Uhr, Bomann-Museum Celle, Schlossplatz 7, 29221 Celle, Referent: Prof. Dr. Karl-Heinz Schneider, Leibniz Universität Hannover, Die Teilnahme an dem Seminar kostet 15 Euro.

Anmeldungen und Infos unter: <https://events.clicla.me/Event-Tool/event/1874/>

## Online-Portal: Ehrenamtsbibliothek

Wer Publikationen zu Zivilgesellschaft und Engagement sucht, ist online bei der „Ehrenamtsbibliothek“ an einer guten Adresse. Inzwischen mit mehr als 1500 Artikeln und Veröffentlichungen gefüllt, gibt es viel Stoff rund um soziales Engagement – dazu kostenlos, leicht zugänglich gemacht durch eine Schlagwortsuche und kontinuierlich aktualisiert. Das Portal wurde 2008 von der Paritätischen Akademie Berlin ins Leben gerufen, bevor es 2014 von der Stiftung Gute-Tat übernommen wurde. Zu erreichen ist das Portal auf [www.ehrenamtsbibliothek.de](http://www.ehrenamtsbibliothek.de).

### Neue Stiftung für Ehrenamt gegründet

Die "Deutsche Stiftung für Engagement und Ehrenamt" wurde von der Bundesregierung gegründet. Sie will ehrenamtlich Tätige mit Services und bei der Digitalisierung unterstützen.

Ob bei der Freiwilligen Feuerwehr, im Verein oder bei der Freien Wohlfahrtspflege: Derzeit engagieren sich mehr als 30 Millionen Menschen in Deutschland ehrenamtlich. Gerade in den ländlichen Räumen haben Ehrenamt und bürgerschaftliches Engagement eine besondere und lange Tradition. Sie tragen aktiv zur Sicherung der Daseinsvorsorge, zum Erhalt des Miteinanders und zur Lebensqualität bei.

Unterstützung ehrenamtlich Tätiger

Besonders in strukturschwachen und ländlichen Regionen ist es häufig schwierig, ehrenamtliche Strukturen aufzubauen und zu erhalten. Vor allem kleinen Initiativen fällt es oftmals schwer, Unterstützung zu bekommen - zum Beispiel bei rechtlichen Fragestellungen oder der Beantragung von Fördermaßnahmen.

Um dem entgegenzuwirken, hat das Bundeskabinett nun der Gründung einer "Deutschen Stiftung für Engagement und Ehrenamt" zugestimmt. Diese soll noch in diesem Jahr errichtet werden. Kernanliegen der Stiftung ist es, Serviceangebote für die Organisation von bürgerschaftlichem Engagement und Ehrenamt bereitzustellen und ehrenamtlich Tätige bei der Digitalisierung zu unterstützen.

Quelle: Website Bundesverband Deutscher Stiftungen

### Vereinshelden-Kampagne

Freiwilligen und ehrenamtlichen Engagement ein Gesicht geben!

Die „Vereinshelden-Kampagne“ ist eine Gemeinschaftsaktion der SportEhrenamtsCard und des LandesSportBund Niedersachsen und möchte Menschen mit kurzfristigem, auch außergewöhnlich einmaligem oder immer wiederkehrendem Engagement außerhalb von Gremienarbeit auszeichnen. Vereinshelden sind z.B. Wasserträger, die Problemlöserin, der Trainer, die Übungsleiterin, der Zum-Wettkampf-Fahrer, etc.<https://www.vereinshelden.org/de/vereinshelden/und-so-gehts/vereinshelden-kampagne/vereinshelden-2019/>

### Bündnis für Demokratie und Toleranz – gegen Extremismus und Gewalt (BfDT)

**Bewerbungsfrist: 22. September 2019**

Das BfDT sucht jährlich vorbildliche und nachahmbare zivilgesellschaftliche Aktivitäten im Bereich der praktischen Demokratie- und Toleranzförderung aus dem gesamten Bundesgebiet. Bewerben können sich Projekte, Initiativen, Gruppen, Einzelpersonen aus allen gesellschaftlichen Bereichen. Die Aktivitäten sollen hauptsächlich von Ehrenamtlichen getragen werden und sich in der Praxis bewährt haben. Den Gewinner/-innen winken Geldpreise in Höhe von bis zu 5.000 €. Ausgeschlossen von der Teilnahme sind Beiträge, welche im Rahmen anderer Bundesprogramme gefördert werden.<http://www.buendnis-toleranz.de/arbeitsfelder/wuerdigung/aktiv-wettbewerb/174332/ab-sofort-bewerben>

## Europäische Solidaritätskorps

**Bewerbungsfrist: 01. Oktober 2019**

Junge Menschen zwischen 18 und 30 Jahren, die gestalten, lernen und etwas für die Gemeinschaft bewegen möchten wird eine inspirierende Aufgabe geboten. Zivilgesellschaftliche Organisationen und Einrichtungen leisten dabei Unterstützung, engagieren sich für ein solidarischeres Europa und bekennen sich selbst zu den europäischen Werten. Organisationen und Einrichtungen, die Einsatzprojekte anbieten, können Anträge auf eine finanzielle Förderung stellen. <http://www.stiftungen-helfen.de/der-fonds>

## Förderfond Demokratie

**Bewerbungsfrist: 30. September 2019**

Bewerben können sich zivilgesellschaftliche Demokratie-Initiativen (z.B. gemeinnützige Vereine, Stiftungen, Kinder- und Jugendprojekte, wissenschaftliche Institute, Sozialunternehmen, gGmbHs und selbstorganisierte Initiativen ohne Vereinsstruktur) aus dem gesamten Bundesgebiet.

Jedes ausgewählte Projekt erhält für die Umsetzung des Vorhabens eine einmalige Förderung bis zu einer Höhe von 5.000 €. [https://www.mitarbeit.de/foerderung\\_projekte/foerderfonds\\_demokratie/](https://www.mitarbeit.de/foerderung_projekte/foerderfonds_demokratie/)

## Von wegen Ruhestand! Perspektiven Ü 60

Das Land Niedersachsen möchte im Rahmen eines Ideenwettbewerbes ein positives Bild vom Alter und vom Altern in der Gesellschaft fördern. Dazu sollen die Stärken und Möglichkeiten älterer Menschen in den Mittelpunkt gestellt und für ihre aktive Beteiligung an der Gesellschaft geworben werden.

Kommunen, Verbände, Initiativen und Vereine können noch in diesem Jahr Projektideen einreichen, mit denen sie die gesellschaftliche Teilhabe und Selbstbestimmung von älteren Menschen stärken oder in denen ältere Menschen selbst für eine Bereicherung des gesellschaftlichen Lebens aktiv werden (Quartiersbelebung, Nachbarschaftshilfe, Bürgerschaftliches Engagement, Angebote gegen Vereinsamung). Telefon 0511-120 2973 oder unter 0511-120 2972 E-Mail: [ideenwettbewerb@ms.niedersachsen.de](mailto:ideenwettbewerb@ms.niedersachsen.de) [http://www.ms.niedersachsen.de/startseite/themen/senioren\\_generationen/seniorekampagne/von-wegen-ruhestand-177437.html](http://www.ms.niedersachsen.de/startseite/themen/senioren_generationen/seniorekampagne/von-wegen-ruhestand-177437.html)

## Förderfond für Kinder

Zur Stärkung der Kinderrechte und Beteiligung von Kindern in Niedersachsen stellen das Deutsche Kinderhilfswerk und das Land Niedersachsen in diesem Jahr Fördermittel bereit.

Die beantragten Projekte müssen bis Mitte Februar 2020 abgeschlossen werden.

[www.dkhw.de/foerderfonds/niedersachsen](http://www.dkhw.de/foerderfonds/niedersachsen) (<http://p.smoton.com/uxy5ja37-fdu-jt0aa-i1k147jn-1h1>)

## Rückblicke

# OlympiaCamp 2019

---



Seit 17 Jahren gibt es in der letzten Sommerferienwoche das Hildesheimer OlympiaCamp, so auch dieses Jahr.

600 Kinder zwischen 5 und 15 Jahren können hier 21 Sportarten ausprobieren. 250 ehrenamtliche Betreuer\*innen begleiten die Trainingseinheiten, organisieren, schmieren Nutella-Brötchen, halten Torwache, kümmern sich um den Müll, sorgen für die richtige Musik, tolle Fotos und vieles mehr.

Für diesen Bericht wechsele ich einmal die Rolle und schreibe dieses Mal als Ehrenamtliche und Mitglied der Camp-Familie. Denn seit 10 Jahren gehört das OlympiaCamp auch zu meinem festen Sommerprogramm.

Natürlich laufen das gesamte Jahr über die Planungen, insbesondere für das Orga-Team. Aber am Wochenende vorher verwandelt sich ein Teil der JoWiese schlagartig in „unser“ Camp. Die Zelte werden aufgebaut, Tische und Bänke aufgestellt und die Küche wird eingerichtet. Handball-Tore, Judo-Matten, Volleyball-Netze, Fahrradständer und vieles mehr lassen von Stunde zu Stunde immer mehr die Sportarten erkennen. Und wie schön ist es, die Betreuer\*innen aus den

anderen Sportarten nach einem Jahr wieder zusehen.

### Aufbau Samstag und Sonntag

Montag früh um 6:30 Uhr kommen die ersten Betreuer\*innen müde auf das Camp-Gelände, das Küchenteam hat bereits für Kaffee gesorgt. Wir ziehen mit unserer Kaffeetasse und dem Sportart-Schild vor den Camp-Eingang und warten gespannt auf die ersten Kinder. Die meisten kennen das Camp bereits, doch immer wieder kommen neue Kinder etwas vorsichtiger in diese Menschenmasse aus Betreuer\*innen, Kindern und Eltern und sind gespannt und nervös, was diese Woche wohl auf sie wartet.



Olympia-Camp ist auch Farbenlehre: es gibt



das Hockey-grün, Judo-grün, Inliner-grün und Triathlon- grün.

600 Kinder und 250 Betreuer\*innen stehen jeden Morgen in unterschiedlichen T-Shirt-Farben je nach Sportart vor der Bühne und warten auf den Frühsport. Niemals im Jahr würde ich freiwillig ‚Ballermann-Hits‘ hören, für die Camp-Woche gilt das jedoch nicht! Der Frühsport und auch das ganze Camp ohne das Fliegerlied, Cowboy und Indianer



oder dieses Jahr der neue Handball-Song sind für mich unvorstellbar. Und natürlich wird auch getanzt.

Legendär sind auch die Nutella-Brötchen, welche das Küchenteam jeden Morgen zaubert.

Die Woche vergeht wie im Flug. Zahlreiche Sporteinheiten, gemeinsame Essenszeiten,



tolle Kinder und Kontakte mit den Betreuern anderer Sportarten lassen uns eine Woche in eine andere Welt abtauchen.

Alle Camp-Triathlet\*innen haben am Freitag einen ganzen Triathlon gefinished, d.h. sie haben erfolgreich die Disziplinen Schwimmen, Radfahren und Laufen geschafft.

Bei der Abschlussveranstaltung im Stadion zieht Heros mit ein, unser Gott des Olymps. Die meisten Kinder wie Betreuende kommen jedes Jahr wieder. Immer mehr Juniorhelfer\*innen sind ehemalige Camp-Kinder, sie können ab 15 Jahren erste Erfahrungen als Trainer\*innen sammeln und ihre sozialen Kompetenzen erweitern. Die Jugendliche erleben ihr freiwilliges Engagement als bereichernd und sind oftmals auch weiterhin in ihrem Verein aktiv.

Das Camp lebt von dem ehrenamtlichen Engagement aller Beteiligten, die sich für diese eine Woche Urlaub nehmen. Und das ist es, was die Woche zu etwas Besonderem macht: Alle brennen für das Camp und sind mit Leidenschaft und viel Herzblut dabei.

Und so verabschieden wir uns nach der Woche, sehr müde und ein bisschen wehmütig.

Wir sehen uns nächstes Jahr im Camp!



Fotos: Fototeam Hildesheimer OlympiaCamp

## Rückblicke

### Paten-Stammtisch Sarstedt zeigt Neubürgern tolle Freizeitangebote im Landkreis

Bereits vor Ferienbeginn herrschte bei den ehrenamtlichen Helfern vom Paten-Stammtisch Sarstedt bei ihren Treffs reges Treiben. Angeregt von den Organisatoren Jessica Schablow und Thomas Schlüter vom Sarstedter Jugendzentrum Klecks wurde in den Ferienpässen hin und her gelesen um für die betreuten Flüchtlingskinder Angebote zu finden, was nicht einfach war: Schwimmen gehen in Sarstedt oder Nordstemmen war noch das Einfachste und bei den Angeboten in Freizeitparks mit Zugfahrt morgens um 8 Uhr, kamen die Pat\*innen auf die Idee, selbst eine Fahrt zu organisieren.



Zu Hilfe kam Organisator Peter J. Bruse ein wenig später, dass die hannoversche Neue

Presse in einer Ausgabe stark vergünstigte Eintrittskarten für Freizeitparks anbot und so war der erste gemeinsame Ausflug ins Rasti-Land geplant, als Testlauf für einen großen Ausflug mit ca. 50 Neubürger\*innen und Helfer\*innen in den Freizeitpark Sottrum.

Gesagt, getan. Am 8. Juli ging es mit drei Privatautos ins Rasti-Land. Vier Erwachsene und sechs Kinder von drei Familien waren begeistert von dem tollen Angebot dort. Auch die mitgereisten Integrationshelfer\*innen Gabi Klatte und Marita und Peter J. Bruse konnten sich nur positiv über das tolle Angebot für Kinder freuen. Noch Tage später erzählten die Kinder voller Begeisterung al-

len Freund\*innen und Bekannten vom Rasti-Land.

Für Peter J. Bruse begann nun die Planung für Sottrum, am 30. Juli sollte es losgehen. In einem Gespräch vor Ort klärte der Pat\*innen alles Organisatorische mit der Parkleitung, dem Besuch stand nun nichts mehr im Wege. Bereits Wochen vorher war beim Paten-Stammtisch geklärt worden, wer alles eingeladen wird. In Mehrheit wurde beschlossen, dass die Paten die von ihnen betreuten Familien einladen.

Doch durch die positive Berichterstattung vom Rasti-Land untereinander, wollten mit einem Mal weitaus mehr mitfahren, was aber leider aus Kapazitätsgründen nicht ging. Mit so vielen Kindern in einen Freizeitpark ist es dann irgendwann zu riskant. So reiste die Sarstedter Truppe mit zehn Privatautos und insgesamt 46 Personen in den Freizeitpark Sottrum, noch

unterstützt von Ina Gehrman, der Flüchtlingsbeauftragten der Stadt Sarstedt und Rebecca Krause von den Johannitern, die beide ihren ersten Urlaubstag dafür nutzten, um mit allen diesen schönen Tag zu verbringen. Rebecca Krause ist in Sarstedt als Deutsch-Lehrerin im Mütterzentrum tätig, kennt die meis-





ten Mütter aus ihren Erstorientierungskursen und hat gleich zwei Mütter für ihren neuen Kurs gewinnen können. Damit man die vielen Kinder in diesem großen Gelände im Auge behalten kann, fehlte noch etwas Auffälliges. Dieses besorgte sich Peter J. Bruse beim ADAC und leihweise auch von

einem Kindergarten: gelbe Warnwesten. Dafür ein dickes Dankeschön.

Rund sechs Stunden verteilten sich Kinder und „Aufpassende“ auf dem riesigen Gelände, nur einmal um 13 Uhr unterbrochen von einem ausgiebigen gemeinsamen Picknick. Zum Schluss, am Sammelpunkt Ausgang waren die Meinungen zweigeteilt, die Kiddis wollten gerne noch bleiben, die etwas Älteren waren schlicht kaputt. Das vielen Laufen über Stock und Stein hat seinen Tribut bei der „Tropenhitze“ gefordert. Aber alle waren sich einig, dieser Ausflug war einsame Spitze und sollte sobald wie möglich wiederholt werden. Was organisatorisch leider nicht vor den Herbstferien geht.

Auffällig war, dass die Kinder auf der Rückfahrt keinen Piep mehr von sich gegeben haben. Teilweise hingen sie sehr verdreht in ihren Sitzschalen und träumten vor sich hin: von den Schwänen, von den Rutschen und, und, und ...

*Peter J. Bruse*



Am Dienstag, 13. August 2019 fand in Sarstedt der erste öffentliche Sommerempfang vor dem Rathaus statt. Los ging es 17:45 Uhr mit dem Nachwuchssorchester des Sarstedter Blasorchesters. Um 18:30 Uhr eröffnete Heike Brennecke, Bürgermeisterin der Stadt Sarstedt, offiziell die Veranstaltung und führte durch ein buntes Programm.

Nach dem offiziellen Teil der Veranstaltung lud die Stadt Sarstedt ein, miteinander ins Gespräch zu kommen und einen sommerlichen Abend zu verbringen.



Musikalisch wurde der Abend von der Band „PRAIA“ begleitet, die Songs aus Afrika und Brasilien spielten ebenso wie eigene Cover-Versionen aus den Stilen Jazz, Blues und Soul.

*Andrea Satli*

*Fotos Copyright: Jürgen Kirchhoff*

# Rückblicke

## Mitgliederversammlung des DRK-Kreisverbandes Hildesheim

## 25 Jahre Machmits



Kai Werner Böneker, stv. Vorsitzender des Roten Kreuzes in Hildesheim, eröffnete die Versammlung und bedankte sich bei den ehren- und hauptamtlichen Mitarbeiter\*innen für ihr Engagement und ihren Einsatz. Für langjährige, aktive Mitarbeit beim Roten Kreuz Hildesheim wurden geehrt: **Bereitschaft:** für 50 Jahre Jutta Babilon, für 40 Jahre Thomas Köke, für 30 Jahre Jürgen Pieper, für 25 Jahre Ute und Heiko Stillahn, für 10 Jahre Hans-Werner Sankowski, für 5 Jahre Katrin Pieper und Jannik Ibendahl; **Breitenausbildung:** für 25 Jahre Karsten Jürgens; **AK Handarbeit:** Christa Schirmer für 5 Jahre, **DRK-Shop:** Siegrid Jahn und Barbara Lata für 10 Jahre.



Andreas Hohmann (l) präsentiert die Entwürfe Kai Werner Böneker (r).

*Ursula Fröhner*

Betreuer, Vormünder, Paten, Nachbarschaftshelfer, Duo Seniorenbegleiter und Wohnberater – trafen sich zu 25 Jahren Machmits –



ein Sommerfest mit dem Liebesgrundquartett und Zeit zum Entspannen in landschaftlicher ruhiger

Atmosphäre und gutem Essen.

Eine Aufmerksamkeit für all die, die sich immer um andere kümmern.

Mit dabei die stellv. Landrätin Sabine Hermes, der Sozialdezernent Ulrich Wöhler und die MitarbeiterInnen aus den einzelnen Bereichen, sowie Manfred Marhenke vom Betreuungsverein.

Ein gutes Miteinander zwischen Hauptamtlichen und Ehrenamtlichen, das macht das Engagement Spaß.



*Der Machmits-Oskar ist ein Dank an alle unsere Engagierte und das Los fiel auf Christa Wagner von der Nachbarschaftshilfe Algermissen*

*Barbara Benthin*

# Rückblicke

## Ökonomisches Begegnungsfest

## Interkulturelles Sport- und Musikfest

Mitten in Hildesheim bei schönstem Sommerwetter fanden sich 62 Kirchengemeinden, Bildungseinrichtungen, Nachbarschaftsinitiativen, diakonische Einrichtungen und viele mehr zu einer Langen Tafel in der Burgstraße vom Weltcafe bis zur Dammstraße ein. Bei Wasser, Wein und Brot und vielen kleinen Leckereien, mit denen die Teilnehmenden die Tische deckten, kam es zu neuen und überraschenden, intensiven und anregenden Begegnungen.

*Gisela Sowa*



Am 17. August fand zum zweiten Mal das Interkulturelle Sport- und Musikfest auf dem Gelände der Musikschule statt. Unter der Federführung des Kreissportbundes haben die Musikschule, das Jobcenter, die Malteser und die Stadt Hildesheim ein vielseitiges Programm für alle Altersgruppen zusammengestellt. Auf der Bühne wechselten sich musikalische und sportliche Darbietungen in bunter Folge ab.

Auf dem weitläufigen Außengelände gab es zahlreiche Gelegenheiten sich sportlich zu betätigen. Zwischen der Kletterwand und dem riesigen Wasserbecken hatten vor allem die Kinder ihren Spaß bei den Bewegungsangeboten.

Weiterhin bestand die Möglichkeit sich bei den Partnern des Jobcenters über Aus- und Weiterbildung zu informieren.

Auch für das leibliche Wohl war durch die Angebote der Malteser und des Verein Türk Gücü in jeder Hinsicht gesorgt.

Am späten Nachmittag ging das Fest nahtlos in die Feier des 15. Geburtstags von Radio Tonkuhle über.

*Bernward Kiel*

# Rückblicke

## Erfolgreiche Trainerausbildung

### „Soccer Refugee Coaches“

Mohammed Nouali ist ehrenamtlicher Integrationshelfer. Vor allem durch seine Projekte ‚Integration durch Sport‘ ist er vielen Menschen bekannt. Er hat die Gründung verschiedener Sportgruppen initiiert und betreut diese Gruppen: Basketball, Fußball für 8-10jährige, 11-15jährige und Jugendliche, zwei Fußballgruppen für Erwachsene, Volleyball für Frauen, Cricket sowie eine Mädchenballsportgruppe. Insgesamt trainieren hier über 100 Menschen mit Migrationshintergrund.

Aus diesen Gruppen heraus haben sich 20 motivierte junge Männer zusammengefunden, die bei Mohammed Nouali und Immanuel André, Referent beim Niedersächsischen Fußballverband (NFV) in Barsinghausen, zu „Soccer Refugee Coaches“ ausgebildet wurden. Es ist bereits die zweite Ausbildung, denn ein erster erfolgreicher Kurs hat bereits im April 2018 stattgefunden. In beiden Kursen beschäftigten sich die Teilnehmenden vier Tage lang mit wesentlichen Inhalten des Fußballtrainings, zum Beispiel Übungen zum Aufwärmen, der Koordination, Kondition, Technik und Taktik. Außerdem wurden den Teilnehmern unterschiedliche Trainingsphilosophien vermittelt, um den angestrebten Einstieg in die Vereinsarbeit zu erleichtern. Den Teilnehmern soll durch die Ausbildung eine schnelle und reibungslose Integration in den Vereinen ermöglicht werden, zum Beispiel als Trainerassistent oder Betreuer, wo sie auch als Sprach- und Kulturmittler eine wichtige Rolle einnehmen können.

Bei diesem Kurs kam der Umstand, dass alle in dieser Gruppe schon recht gut Deutsch verstehen, den beiden Ausbildern entgegen. Die jungen Männer aus dem Sudan, Gambia, Afghanistan, Persien und Liberia, überwie-



gend im Alter von 18 bis 21 Jahren, haben nicht nur gelernt, wie man mit dem Ball umgeht und wie das jungen Spielern in den Vereinen vermitteln werden kann, sondern auch soziale Aspekte haben eine große Rolle gespielt. „Fairness und Miteinander sind beispielsweise sehr wichtige Faktoren“, weiß Mohamed Nouali aus Erfahrung, und Sport ist ein wichtiger Vermittler von Werten und Normen. Die Ausbildung zum „Soccer Refugee Coach“ kann die Eintrittskarte für eine weitere Trainerschulung sein, die zur C-Lizenz für den Breitensport führt.

Laut niedersächsischem Fußballverband (NFV) hat kein Verein in Niedersachsen so viele interessierte Sportler zum „Soccer Refugee Coach“ ausgebildet wie es in Hildesheim der Fall ist, weiß Mohammed Nouali zu berichten. Neben dem NFV hat auch der Landessportbund die Ausbildung unterstützt.

*Meike Biskup*

# Das Schwarze Brett

Bonus sucht Helfer\*innen für Gespräche mit **Menschen in Lebenskrisen**. Vorkenntnisse zu psychisch erkrankten Personen sind wünschenswert.

2-3 Stunden pro Woche, immer abends zwischen 18-22 Uhr.

Kontakt: Freiwilligenzentrum Bonus,  
Tel. 05121/7414343, E-Mail: bonus-hi@freiwilligen-zentrum.de



Bonus sucht Freiwillige für die Alltagsbegleitung **psychisch beeinträchtigten Menschen**.

Kostenlose Mahlzeiten und Ausflüge sowie Qualifizierungsangebote und Reflexionsgespräche sind Leistungen der Institutionen.

Kontakt: Freiwilligenzentrum Bonus,  
Tel. 05121/7414343, E-Mail: bonus-hi@freiwilligen-zentrum.de



Bonus sucht Freiwillige für eine **Patenschaft von Geflüchteten**.

Hier soll bei alltäglichen Vorkommnissen unterstützt werden. Du solltest Spaß an der Arbeit mit Menschen haben.

Kontakt: Freiwilligenzentrum Bonus,  
Tel. 05121/7414343, E-Mail: bonus-hi@freiwilligen-zentrum.de



Bonus sucht Helfer\*innen bei der Mithilfe  **kreativer Beschäftigungsangebote und hauswirtschaftliche Tätigkeiten** für Senioren. Immer Freitag 14:30 – 18:00 Uhr.

Kontakt: Freiwilligenzentrum Bonus,  
Tel. 05121/7414343, E-Mail: bonus-hi@freiwilligen-zentrum.de



Bonus sucht Ehrenamtliche für **Nachhilfe** im Fach **Latein eines 8.-Klässlers**. Verbesserung der schulischen Leistungen sowie Hilfe bei der Integration stehen im Vordergrund. Die Einrichtung befindet sich in der Nordstadt.

Kontakt: Freiwilligenzentrum Bonus,  
Tel. 05121/7414343, E-Mail: bonus-hi@freiwilligen-zentrum.de



# Das Schwarze Brett

Bonus sucht Helfer\*innen für mehrere Einrichtungen in denen **Hausaufgabenhilfe für Kinder und Jugendlichen** Angeboten wird. Montag – Donnerstag zwischen 13 und 16 Uhr.

Kontakt: Freiwilligenzentrum Bonus, Tel. 05121/7414343, E-Mail: bonus-hi@freiwilligen-zentrum.de



**Das Töpfermuseum Duingen sucht Museumshelfer\*innen.**

Kontakt: Ingrid Wolfsberger (Museumsleitung) Tel.: 0170-7069219  
E-Mail: kontakt@toepfermuseum-duingen.de  
www.toepfermuseum-duingen.de

**Wunschgroßeltern dringend gesucht!**

Die Ev. Familien-Bildungsstätte sucht Großeltern die etwas mit Kindern unternehmen. Dies ist kein Ersatz für Tagesmütter. Die Eltern werden ein wenig entlastet und die Wunsch-Großeltern erleben das Gefühl, gebraucht zu werden.

Kontakt: Tel. 05121/164749 oder m.zillekens@d-li.de



Eine Chance für alle!

Hildesheimer Malteser suchen kontaktfreudige Menschen aus dem Raum Hildesheim, die sich zu **Ausbildern für Erste-Hilfe-Kurse** auf Honorarbasis ausbilden lassen möchten. Keine Voraussetzungen.

Kontakt: Isabell Windel, Malteser Hildesheim

Tel.: 05121/55015

E-Mail: ausbildung.hildesheim@malteser.org



Cluster sucht für die Initiative „Die vergessenen Alten“ Menschen, die sich verlässlich 1-2 mal wöchentlich zu **bettlägerigen Menschen gesellen**, um sich ihnen zuzuwenden.  
Kontakt: 05121/ 93593 – 43



# Das Schwarze Brett

## **DUO Seniorenbegleiter gesucht!**

Gesucht werden Menschen mit empathischen, sozialen und kommunikativen Fähigkeiten. Sie unterstützen ältere Menschen, nach individuellem Bedarf, in ihrem Alltag.

Kontakt: Senioren und Pflegestützpunkt Tel. 05121 309 /1601 oder 1602, E-Mail: [Pflegestuetzpunktthildesheim@landkreishildesheim.de](mailto:Pflegestuetzpunktthildesheim@landkreishildesheim.de)

## **Stadtführer\*innen gesucht!**

Stadtführer sind die inoffiziellen „Botschafter“ einer Stadt. Sie erzählen vergangene und aktuelle Geschichten zur Entwicklung mit Themen aus Wirtschaft, Kultur etc.  
Kontakt: [andrea.satli@sarstedt.de](mailto:andrea.satli@sarstedt.de)  
Tel.05066 805-23

Der **NABU** sucht ehrenamtliche Unterstützung!

Kontakt: [humbert.andreas@t-online.de](mailto:humbert.andreas@t-online.de)

Der Patenstammtisch Sarstedt sucht weitere **engagierte Menschen für geflüchtete Familien.**

Kontakt: 05088/61666



Das Jugendamt des Landkreises Hildesheim **sucht weiter Familien/ Einzelpersonen**, die als Pflege- oder Bereitschaftspflegefamilie ein Kind oder einen Jugendlichen, vorübergehend oder dauerhaft bei sich aufnehmen wollen.

Kontakt:  
[Franziska.Zander@Landkreishildesheim.de](mailto:Franziska.Zander@Landkreishildesheim.de)

# Kontakte

## Die Redaktion

### **AWO Kreisverband Hildesheim-Alfeld (Leine) e.V. Interkulturellen Beratungs- und Begegnungszentrums**

Ulrike Dammann, Tel.: 05121 / 17900-25

Email: dammann@awo-hi.de

Homepage: www.awo-hi.de

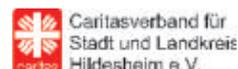


### **BONUS - Freiwilligen-Zentrum**

Joel Müller, Tel. 05121 - 741 43 43

E-Mail: bonus-hi@freiwilligen-zentrum.de

Homepage: www.freiwilligen-zentrum.de



### **Diakonisches Werk Hildesheim**

Bahnhofsmision, Susanne Bräuer, Tel. 05121 - 52408

E-Mail: Bahnhofsmision.Hildesheim@evlka.de

Homepage: www.diakonie-hildesheim.de



### **dieMachmits** Bürgerschaftliches Engagement

Barbara Benthin, Tel. 05121 - 309 19 19

E-Mail: Barbara.Benthin@landkreishildesheim.de

Homepage: www.die-machmits..de



### **KIBIS** - Kontakt-, Informations- und Beratungsstelle im Selbsthilfebereich

Marina Stoffregen, Tel. 05121 - 741 61 6

Tel. 05181 - 843 50

E-Mail: marina.stoffregen@paritaetischer.de

Homepage: www.hildesheim.paritaetischer.de



### **Kulturbüro**

Birgit Kraus

Tel. 05121-309 6010

E-mail: Birgit.Krauss@landkreishildesheim.de

### **Stadt Hildesheim** Koordinierungsstelle Integration

Meike Biskup

Tel. 05121 - 301 43 22

E-Mail: m.biskup@stadt-hildesheim.de

Homepage: www.hildesheim.de



### **Senioren- und Pflegestützpunkt Niedersachsen im Landkreis Hildesheim**

Manuel Stender

Tel. 05121 - 309 15 91

E-Mail: spn@landkreishildesheim.de

Homepage: www.landkreishildesheim.de



# Kontakte

## Nachbarschaftshilfen/Freiwilligenagenturen/ Mehrgenerationenhäuser

---

### **Findus - Nachbarschaftshilfe Moritzberg**

Pfarrbüro Christuskirche, Tel. 05121 - 427 22

Pfarrbüro St. Mauritius, Tel. 05121 - 426 99

Pfarrbüro Zwölf Apostel, Tel. 05121 - 473 66

E-Mail: sr2xN@web.de (Susanne Dormann)

monika.hippe@gmx.de (Monika Hippe)



### **Nachbarn helfen Nachbarn - Südstadt**

Tel. 05121 - 284 45 97

E-Mail: info@nachbarn-helfen-nachbarn.de

Homepage: www.nachbarn-helfen-nachbarn.de



### **Netzwerk Nachbarschaft Alfeld**

Tel. 05181 - 287 66 04

E-Mail: Nachbarschaftshilfealfeld@web.de



### **Nachbarschaftshilfe Algermissen e. V.**

Tel. 0157 - 735 85 26 6

E-Mail: info@nachbarschaftshilfe-algermissen.de

Homepage: www.nachbarschaftshilfe-algermissen.de



### **MiA Ambergau Freiwilligenagentur Bockenheim**

Tel. 0170 - 817 55 95

E-Mail: mail@mia-ambergau.de

Homepage: www.mia-ambergau.de



### **Netzwerk Zukunft Generationenhilfe Elze**

Tel. 05068 - 756 34 10

E-Mail: netzwerk@elze.de

Homepage: www.elze.de/netzwerk



### **Konkret - Bürger für Bürger in Gronau**

Tel. 05182 - 902 33 4

E-Mail: konkret-gronau@web.de



# Kontakte

## Nachbarschaftshilfen/Freiwilligenagenturen/ Mehrgenerationenhäuser

---

### **Heinder für Heinder**

Tel. 05064 - 950 19 91

E-mail: Heinder-fuer-Heinder@web.de



### **Komm** - Nachbarschaftszentrum Nordstemmen e.V.

Tel. 05069 - 516 46 0

E-Mail: komm-ev@htp-tel.de

Homepage: www.kommev.net



### **Spontan** - Nachbarschaftshilfe und Freiwilligen Agentur

Sarstedt und Umgebung

Tel. 05066 - 600 08 12

E-Mail: mail@spontan-sarstedt.de

Homepage: www.spontan-sarstedt.de



### **Füreinander miteinander e.V.**

Hilfe für sozial benachteiligte Menschen

Luise Harms, Tel. 05121 - 695 00 09

Beate Uhlmann, Tel. 05064-856 30



### **Generationenhilfe Börderegion e. V.**

Tel. 05128 - 485 1

E-Mail: kontakt@generationenhilfe.de

Homepage: www.generationenhilfe.de



### **Dorfladen Rössing "Rnah" GmbH**

Tel.: 05069 - 806 85 65

E-Mail: kontakt@rnah.de

Homepage: www.rnah.de



### **Dorfladen Freden (Leine) GmbH**

E-Mail: info@Dorfladen-Freden.de

Homepage: www.dorfladen-freden.de

# Kontakte

## Unser sOfA (schöner Ort für Alle)

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



## Nordstadt Mehr.Wert

Tel. 05121 - 281 63 11

E-Mail: [info@nordstadt-mehr-wert.de](mailto:info@nordstadt-mehr-wert.de)

Homepage: [www.nordstadt-mehr-wert.de](http://www.nordstadt-mehr-wert.de)



## B-West, Bürgertreff im Stadtteil Moritzberg / Weststadt

Tel. 05121 - 283 46 46

Email: [info@buergertreff-hildesheim.de](mailto:info@buergertreff-hildesheim.de)

Homepage: [www.buergertreff-hildesheim.de](http://www.buergertreff-hildesheim.de)



## FLUX

Flüchtlingshilfe Hildesheim

Tel. 0176 - 433 68 12 0

E-Mail: [info@flux-hildesheim.de](mailto:info@flux-hildesheim.de)

Homepage: [www.flux-hildesheim.de](http://www.flux-hildesheim.de)



## Das Patenmodell KOMM in Sartedt

Peter Jürgen Bruse

Tel.: 05066/ 61 66 6

E Mail: [pjbruse@t-online.de](mailto:pjbruse@t-online.de)



## Brücke der Kulturen

Unterstützung und Förderung der Völkerverständigung

Tel. 0163 - 962 41 39

E-Mail: [dilek.boyu@yahoo.de](mailto:dilek.boyu@yahoo.de)

Homepage: [www.bruecke-der-kulturen.de](http://www.bruecke-der-kulturen.de)



## Förderkreis Integration Leinebergland e.V.

Tel.: 05182 - 902 34 0

Mobil: 0160 - 957 52 05 9

E-Mail: [j.wolf@sg-leinebergland.de](mailto:j.wolf@sg-leinebergland.de)



## Landkreis Hildesheim

Vormundschaften

Tel. 05121 - 309 82 51

E-Mail: [vormundschaften@landkreishildesheim.de](mailto:vormundschaften@landkreishildesheim.de)

Homepage: [www.landkreishildesheim.de](http://www.landkreishildesheim.de)



# Kontakte

## Internationale Jugendgemeinschaftsdienste (ijgd)

Freiwillige Dienste weltweit

Tel. 05121 - 206 61 20

E-Mail: fsj.nds@ijgd.de

Homepage: [www.ijgd.de](http://www.ijgd.de) & [www.freiwilligesjahr-niedersachsen.ijgd.de](http://www.freiwilligesjahr-niedersachsen.ijgd.de)



## Kirchenkreisjugenddienst

Tel. 05121-167 53 0

E-Mail: [kkjd-hisa@web.de](mailto:kkjd-hisa@web.de)

Homepage: [www.kkjd-hisa.de](http://www.kkjd-hisa.de)



## Kaleidoskop e.V.

E-Mail: [vereinkaleidoskop@gmx.de](mailto:vereinkaleidoskop@gmx.de)

Homepage: [vereinkaleidoskop.jimdo.com](http://vereinkaleidoskop.jimdo.com)



## Stadtjugendring Alfeld (SJR)

Tel.: 05181 - 131 8

E-Mail: [sjr@sjralfeld.de](mailto:sjr@sjralfeld.de)

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



## Jugendforum der Stadt Hildesheim

Homepage: <https://www.hildesheim.de>



## Sorgentelefon-Hildesheim e.V.

Für Kinder und Jugendliche, Eltern Erziehende

Tel. 05121 - 208 06 46

E-Mail: [info@sorgentelefon-hildesheim.de](mailto:info@sorgentelefon-hildesheim.de)

Homepage: [www.sorgentelefon-hildesheim.de](http://www.sorgentelefon-hildesheim.de)



## Deutscher Kinderschutzbund

Ortsverband Hildesheim e. V.

Tel. 05121 - 510 29 4

E-Mail: [info@dksb-hildesheim.de](mailto:info@dksb-hildesheim.de)

Homepage: [www.dksb-hildesheim.de](http://www.dksb-hildesheim.de)



## Verein für Suizidprävention

Tel. 05121 - 516 28 6

Krisentelefon 05121 - 288 58

E-mail: [Verein.f.suizidpraevention@t-online.de](mailto:Verein.f.suizidpraevention@t-online.de)

Homepage: [www.suizidpraevention-hildesheim.de](http://www.suizidpraevention-hildesheim.de)



# Kontakte

## Wildrose

Beratungsstelle gegen sexuelle Gewalt e. V.  
Tel. 05121 - 402 00 6  
E-Mail: [beratungsstelle-wildrose@web.de](mailto:beratungsstelle-wildrose@web.de)  
Homepage: [www.wildrose-hildesheim.de](http://www.wildrose-hildesheim.de)



## Hildesheimer Aids-Hilfe e. V.

Tel. 05121 - 133 12 7  
E-Mail: [info@hildesheim-aids-hilfe.de](mailto:info@hildesheim-aids-hilfe.de)  
Homepage: [www.hildesheimer-aids-hilfe.de](http://www.hildesheimer-aids-hilfe.de)



## Arbeit durch Management/Patenmodell der Diakonie

Kostenlose Hilfe bei Arbeitslosigkeit  
Tel. 05121 - 605 46 5  
E-Mail: [ernst@patenmodell.de](mailto:ernst@patenmodell.de)  
Homepage: [www.patenmodell.de](http://www.patenmodell.de)



## Senior-Experten helfen Auszubildenden in Hildesheim

Kontakt: Hermann Hartmann  
Tel. 01622 - 08 80 05  
E-Mail: [hildesheim@vera.ses-bonn.de](mailto:hildesheim@vera.ses-bonn.de)  
Homepage: [www.ses-bonn.de](http://www.ses-bonn.de)



## Präventionsrat Stadt Hildesheim

Tel. 05121 - 301 44 49  
E-Mail: [w.schwoche@stadt-hildesheim.de](mailto:w.schwoche@stadt-hildesheim.de)  
Homepage: [www.praeventionsrat-hildesheim.de](http://www.praeventionsrat-hildesheim.de)



## Zeichen gegen Mobbing e. V.

Tel: 0176 - 4571 40 95  
E-Mail: [kontakt@zeichen-gegen-mobbing.de](mailto:kontakt@zeichen-gegen-mobbing.de)  
Homepage: [www.zeichen-gegen-mobbing.de](http://www.zeichen-gegen-mobbing.de)



## INGE - Integrativer Gesundheitstreff der Lebenshilfe Hildesheim

Homepage: [www.inge-nordstadt@posteo.de](http://www.inge-nordstadt@posteo.de)



## Sozialpsychiatrischer Verbund Hildesheim

Unterstützung für psychisch kranke Menschen  
Tel. 05121 - 309 73 77  
E-Mail: [anja.becker@landkreishildesheim.de](mailto:anja.becker@landkreishildesheim.de)  
Homepage: [www.sozialpsychiatrischer-verbund-hildesheim.de](http://www.sozialpsychiatrischer-verbund-hildesheim.de)



# Kontakte

## **Bündnis gegen Depression Hildesheim e.V.**

Tel. 0175 - 533 31 53

E-Mail: kontakt@bgd-hi-pe.de

Homepage: www.buendnis-2016.innerste.net



## **AWO Soziale Dienste Bezirk Hannover gGmbH TRIALOG**

Hilfen für Menschen mit einer psychischen Beeinträchtigung und Angehörige

Tel. 05121 - 138 90

Homepage: www.awo-trialog.de



## **Seniorenbüro Alfeld e. V.**

Unterstützung von Ehrenamtlichen

Tel. 05181 - 708 32

E-Mail: seniorenbuero@drk-alfeld.de



## **ZeitWeise**

Unterstützung für pflegende Angehörige, Betreuungsangebote

Tel. 05121 - 200 17 2

E-Mail: karola.fahlteich@elvka.de

Homepage: www.diakoniestation-hildesheim.de



## **Zeitlos**

Unterstützung für pflegende Angehörige, Betreuungsangebote

Tel. 0176 - 131 00 80 2

E-Mail: c.alten@d-li.de

Homepage: www.diakoniestation.-hildesheim.de



## **Demenznetzwerk Region Hildesheim**

Natalie Vandreier: n.vandreier@demenzregion-hildesheim.de,

Tel: 0176 - 57 63 82 52

Antje Erdmann-Krakow: a.krakow@demenzregion-hildesheim.de,

Tel: 0176 4737 4457

Homepage: www.demenzregion-hildesheim.de



## **Alzheimer Gesellschaft Hildesheim - FRIDA Hildesheim**

Freiwilligeninitiative für demenzerkrankte Menschen und ihre pflegenden Angehörigen

Tel. 05121 - 693 16 3

E-Mail: info@frida-hildesheim.de

Homepage: www.frida-hildesheim.de



# Kontakte

---

## Hospizgruppe Leinebergland e. V.

Tel. 0174 - 376 40 98

E-Mail: [kontakt@hospizgruppe-leinebergland.de](mailto:kontakt@hospizgruppe-leinebergland.de)

Homepage: [www.hospizgruppe-leinebergland.de](http://www.hospizgruppe-leinebergland.de)



## Hospizverein Hildesheim und Umgebung e. V.

Tel. 05121 - 967 24 24

E-Mail: [hospizverein-hildesheim@gmx.de](mailto:hospizverein-hildesheim@gmx.de)

Homepage: [www.hospizverein-hildesheim.de](http://www.hospizverein-hildesheim.de)



## Geborgen bis zuletzt

Hospizverein im Ev.-luth. Kirchenkreisverband

Tel. 05121 - 918 74 62

E-Mail: [hospiz.region-hildesheim@evlka.de](mailto:hospiz.region-hildesheim@evlka.de)

Homepage: [www.geborgen-bis-zuletzt.de](http://www.geborgen-bis-zuletzt.de)



## Betreuungsverein Hildesheim e. V.

Unterstützung von ehrenamtlichen rechtlichen BetreuerInnen

Tel. 05121 - 753 50

E-Mail: [info@betreuungsverein-hildesheim.de](mailto:info@betreuungsverein-hildesheim.de)

Homepage: [www.betreuungsverein-hildesheim.de](http://www.betreuungsverein-hildesheim.de)



## Landkreis Hildesheim

Rechtliche Betreuung

Tel. 05121 - 309 42 71

E-Mail: [Holger.Meyer@landkreishildesheim.de](mailto:Holger.Meyer@landkreishildesheim.de)

Homepage:

[-machmits.landkreishildesheim.de/B%C3%BCrgerengagement/R](http://-machmits.landkreishildesheim.de/B%C3%BCrgerengagement/R)

echtliche-Betreuung



## Bahnhofsmision Hildesheim

Tel. 05121 - 524 08

E-Mail: [bahnhofsmision.hildesheim@evlka.de](mailto:bahnhofsmision.hildesheim@evlka.de)



## Herberge zur Heimat Himmelsthür

Tel: 05121 - 935 91 91 0

Mobil: 0152 - 288 19 85 1

Homepage: [www.hzh-himmelsthuer.de](http://www.hzh-himmelsthuer.de)



# Kontakte

---

## **AWO - KV Hildesheim-Alfeld (Leine) e.V.**

Tel. 05121 - 179 00 22

Email: [h.guercan@awo-hi.de](mailto:h.guercan@awo-hi.de)

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



## **Lebenshilfe Hildesheim e. V.**

Tel. 05121-170 98 0

E-Mail: [info@lhhi.de](mailto:info@lhhi.de)

Homepage: [www.lhhi.de](http://www.lhhi.de)



## **Deutsches Rotes Kreuz Hildesheim**

Kreisverband Hildesheim e. V.

Tel. 05121 - 936 00

E-Mail: [sekretariat@kv-hildesheim.drk.de](mailto:sekretariat@kv-hildesheim.drk.de)



## **DRK Hildesheim-Marienburg**

Behindertenhilfe

Tel. 05121 - 168 41 5

Homepage: [www.drk.hildesheim-marienburg.de](http://www.drk.hildesheim-marienburg.de)



## **Johanniter Unfall-Hilfe e. V.**

Regionalverband Südniedersachsen

Tel: 05121 - 748 71 0

Homepage: [www.johanniter.de](http://www.johanniter.de)



## **Malteser Hilfsdienst gGmbH**

Dienststelle Hildesheim

Tel. 05121 - 513 30 0

E-Mail: [integrationshilfe-hildesheim@malteser.org](mailto:integrationshilfe-hildesheim@malteser.org)

Homepage: [www.malteser-hildesheim.de](http://www.malteser-hildesheim.de)



## **Diakonie Himmelsthür**

Region Hildesheim

Tel. 05121 - 604 12 97

Mobil: 0162 - 218 24 20

Homepage: [www.diakoniehimmelsthuer.de](http://www.diakoniehimmelsthuer.de)



# Links und Kontakte

---

## Netzwerk Kultur & Heimat

Förderung der Kulturentwicklung

Tel. 05121 - 309 60 14

E-Mail: [info@netzwerk-kultur-heimat.de](mailto:info@netzwerk-kultur-heimat.de)

Homepage: [www.netzwerk-kultur-heimat.de](http://www.netzwerk-kultur-heimat.de)



## Stadtmuseum Hildesheim

Tel. 05121 - 299 36 85

E-Mail: [info@rpmuseum.de](mailto:info@rpmuseum.de)

Homepage: [www.stadtmuseum-hildesheim.de](http://www.stadtmuseum-hildesheim.de)



## KulturKreis Gronau e.V.

Tel. 05182 - 903 84 8

E-Mail: [info@kulturkreisgronau.de](mailto:info@kulturkreisgronau.de)

Homepage: [www.kulturkreisgronau.de](http://www.kulturkreisgronau.de)



## KulturLeben Hildesheim e. V.

Vermittlung von Kulturveranstaltungen

Tel. 0177 - 333 29 93

E-Mail: [buero@kulturleben-hildesheim.de](mailto:buero@kulturleben-hildesheim.de)

Homepage: [www.kulturleben-hildesheim.de](http://www.kulturleben-hildesheim.de)



## Kulturfabrik e.V.

Tel. 05121 - 750 94 50

E-Mail: [stefan@kufa.info](mailto:stefan@kufa.info)

Homepage: [www.kufa.de](http://www.kufa.de)



## Tonkirche

Das ökumenische Kirchenmagazin

Tel. 05121 - 133 18 7

E-Mail: [tonkirche@tonkuhle.de](mailto:tonkirche@tonkuhle.de)

Homepage: [www.tonkirche.wir-e.de/aktuelles](http://www.tonkirche.wir-e.de/aktuelles)



## Bürgerstiftung Hildesheim

Tel. 05121 - 809 02 0

[info@buergerstiftung-hildesheim.de](mailto:info@buergerstiftung-hildesheim.de)

Homepage: [www.buergerstiftung-hildesheim.de](http://www.buergerstiftung-hildesheim.de)



# Links und Kontakte

---

## **Cluster - die Sozialagentur e.K.**

Tel. 05121 - 935 93 43

E-Mail: [persson@cluster-sozialagentur.de](mailto:persson@cluster-sozialagentur.de)

Homepage: [www.cluster-sozialagentur.de](http://www.cluster-sozialagentur.de)



## **Michaelis Weltcafé**

Tel.: 05121 - 999 45 50

E-Mail: [mandy.steinberg@evlka.de](mailto:mandy.steinberg@evlka.de)

Homepage: [www.michaelis-weltcafe.de](http://www.michaelis-weltcafe.de)



## **Luca**

E-Mail: [diakonin@lukasgemein.de](mailto:diakonin@lukasgemein.de)

Homepage: [www.luca-hildesheim.de](http://www.luca-hildesheim.de)



## **NaturFreunde Deutschlands - Ortsgruppe Alfeld (Leine) e.V.**

Verband für Umweltschutz, sanften Tourismus, Sport und Kultur

Tel.: 05181 - 828 55 8

E-Mail: [alfeld@naturfreunde.de](mailto:alfeld@naturfreunde.de)

Homepage: [www.naturfreunde-alfeld.de](http://www.naturfreunde-alfeld.de)



## **NABU Hildesheim**

Dieter Goy

Tel: 05066 - 643 20

E-Mail: [dieter.goy@diego-consing.eu](mailto:dieter.goy@diego-consing.eu)

Homepage: [www.nabu-hildesheim.de](http://www.nabu-hildesheim.de)



# News rund ums bürgerschaftliche Engagement

## Impressum (Stand: 03.09.2019)

### Herausgeber:

Landkreis Hildesheim  
Bischof-Janssen-Str. 31  
31134 Hildesheim  
Tel: (0 51 21) 309 0  
(0 51 21) 309 2000  
E-Mail: info@landkreishildesheim.de

### Vertretungsberechtigt:

Olaf Levonen  
Landrat

### Verantwortlich für die Inhalte sowie technische Umsetzung:

Dezernat 4 – Soziales, Jugend und Gesundheit  
Ulrich Wöhler  
Bischof-Janssen-Str. 31  
31134 Hildesheim  
Tel: 05121-309-4289

E-Mail: Barbara.Benthin@LandkreisHildesheim.de

### Urheberrecht

Das Layout des Newsletters, die verwendeten Grafiken sowie die Sammlung der Beiträge sind urheberrechtlich geschützt. Die Seiten dürfen nur zum privaten Gebrauch vervielfältigt, Änderungen nicht vorgenommen und Vervielfältigungsstücke weder verbreitet noch zu öffentlichen Wiedergaben benutzt werden.

### Haftung von Links

Hinweis: Mit Urteil vom 12. Mai 1998 - 312 O 85/98 - "Haftung für Links"- hat das Landgericht (LG) Hamburg entschieden, dass man durch Verweise auf andere Seiten im Internet die Inhalte dieser Seiten gegebenenfalls mit zu verantworten hat.

Der Landkreis Hildesheim erklärt hiermit ausdrücklich, dass zum Zeitpunkt der Linksetzung keine illegalen Inhalte auf verlinkten Seiten erkennbar waren. Auf die aktuelle und zukünftige Gestaltung, die Inhalte oder die Urheberschaft der gelinkten / verknüpften Seiten hat der Landkreis Hildesheim keinen Einfluss. Deshalb distanziert er sich hiermit ausdrücklich von allen Inhalten aller gelinkten/verknüpften Seiten, die nach der Linksetzung verändert wurden. Für illegale, fehlerhafte oder unvollständige Inhalte und insbesondere für Schäden, die aus der Nutzung oder Nichtnutzung solcherart dargebotener Informationen entstehen, haftet allein der Anbieter der Seite, auf welche verwiesen wurde, nicht derjenige, der über Links auf die jeweilige Veröffentlichung lediglich verweist.

### Haftung

403 – Bürgerschaftliches Engagement – des Dezernats 4 – Soziales, Jugend und Gesundheit hält Informationen und Daten in diesem Newsletter aktuell. Eine Haftung oder Garantie für deren Richtigkeit und Vollständigkeit ist ausgeschlossen. Bilder, Logos und Fotos oder Texte werden an Barbara.Benthin@landkreishildesheim.de verschickt und sind durch Verschicken bereits vom Verfasser genehmigt (Urheberschutzrecht etc. sind beachtet worden). Der Herausgeber übernimmt hierfür keine Verantwortung.

403 – Bürgerschaftliches Engagement – des Dezernats 4 – ist für den Inhalt des Newsletters verantwortlich. Für Inhalte, die mit Hilfe eines Links zu einer Internetseite außerhalb des Landkreis Angebotes führt, wird keine Verantwortung übernommen.

### Redaktionsschluss

**Der Redaktionsschluss für die nächste Ausgabe: 15.08.2019**