

ANTONIA



Renate Schenk
'Elternsein Heute'
Begeisterungsfähigkeit



Der Rechtstipp §§§
Laura Elaine Hoff-
mann



Kommunikation
in der Praxis!
Sabine Kaufmann
Verbindungen schaf-

Pure
Leidenschaft



Leidet...

Mit dem Radioprogramm
der Frauenredaktion von



S. 32



Editorial

Hildesheim im September 2023

Liebe Hildesheimer:innen, liebe Leser:innen,

Während unseres Urlaubs an der Ostsee konnte ich mit viel Erstaunen unsere Enkelinnen beobachten. Mit großer Leidenschaft taten sie teilweise Dinge, die ich bewunderte. Ich erinnere mich an den einen Vormittag beim Spielmobil. Graue Abwasserrohre, Abzweigrohre und Bögen aus Plastik sollten zu einer Kugelbahn werden. Die beiden Mädchen entwickelten eine immense Leidenschaft für den Zusammenbau. Sehr oft mussten die Bögen verändert werden und sehr oft fiel alles wieder auseinander, aber mit einer kindlichen Selbstverständlichkeit wurde alles wieder zusammengesteckt und irgendwann endlich rollten die kleinen Bälle durch das Rohr. Auch das wurde zu einem großen Spaß! Bälle oben hinein, unten einsammeln und das Ganze x-mal von vorn.

Können wir Erwachsenen uns auch für Dinge leidenschaftlich begeistern? Auch Erwachsene entwickeln Leidenschaften, die andere Menschen wiederum nicht nachvollziehen können. Gartenzwerge, Teddys, Bierseidel, Engel sammeln. Weihnachten das ganze Haus beleuchten und jedes Jahr werden es mehr Lichter. Auch im Ehrenamt kann eine Leidenschaft entwickelt werden.

Auf Seite 21 hinterfragt Elisabeth Generotzky den Begriff und überlegt, ob sie eine Leidenschaft entwickelt hat. So richtig beantworten kann sie die Frage nicht. Sie macht vieles gern, hat Spaß in ihrer Freizeit, aber Leidenschaft?

Etwas mit Leidenschaft zu tun, bringt Erfüllung in unser Leben. Wir haben eine Aufgabe, sinnvoll oder nicht, aber sie gehört zu unserem Leben. -Ohne Erfolg werden wir natürlich nicht dabei bleiben, also der Erfolg gehört dazu. Den Erfolg können wir uns dann selber zuschreiben, was dann auch stolz macht.

Unsere Enkelinnen waren nach dem Kugelbahnbau so richtig glücklich und zufrieden. Danach kam ihre zweite Leidenschaft zu Tage: Radschlagen bis zum „Geht nicht mehr“. Das war auch mal meine Leidenschaft, aber das ist schon lange her. -Leidenschaften können sich auch verändern-.

Welche Leidenschaft beflügelt Ihre Tage? Wofür können Sie sich so richtig begeistern?

Herzlichst Rita Thönelt

Täglich ganz großes Kino... im **Thega-FILMPALAST**
Theaterstr. 6, Hildesheim

sondveranstaltung

MAASTRICHT KONZERT 2023
ANDRÉ RIEU
Love
IS ALL AROUND

„André Rieu – Maastricht-Konzert 2023: Love is All Around“

NUR IM KINO
27. AUGUST
ANDREINCINEMAS.COM

SO. 27.08. | 16:30 UHR

filmpalast.de **filmpalast** Dein Kino.

9. + 10. SEPTEMBER

2023 DAS KINOFEST 5€*

ENKEL FÜR FORTGESCHRITTENE

KINO IST GEMEINSAM AM SCHÖNSTEN

DasKinofest.de **HDF** **VdF** **AG-VERLEIH** **AG KINO** **kino.de**

Weitere Informationen zu diesen und anderen Highlights finden Sie online unter www.thega-filmpalast.de.

Inhalt



<https://www.antoniam-hildesheim.de>

2 - **Editorial:** Leidenschaft kann sich auch ändern (R. Thönelt)

3 - **Inhalt**

4 - **Gedankensplitter :** Karin Bury-Grimm meint Leidenschaft sei ihr zweiter Vorname und schreibt, was Leidenschaft mit ihr und anderen macht.

5 - **Linsen** kann man auch als Gemüse anrichten (B. Behrens)

6 - **Was war los bei Antonia?**
Schützenauszug in Hildesheim.
Antonia war dabei!



7 - **Veranstaltungen bei Antonia**

8 - **Elternsein heute:** Begeisterung wecken (Renate Schenk)

9 - **Schule Heute:** Burnout, Stress, Frust – der Schulalltag ist nicht immer ein Vergnügen! (Claudia-Maria Wendt)

10 - **Der Hildesheimer Kinder Erlebniswald.**
Das Gelände hat sich verändert!
Viele Bäume wurden gefällt. (Borkenkäfer)

11 - **Kochen. Eine Leidenschaft**, man lernt kochen indem man kocht, meint Bärbel Behrens vom DHB



12 - **Antoniatainment**
10. September **Thega fImpalast** HILDESHEIM

13 - **Reisen in Coronazeiten** (Rita Thönelt)

14 - **ama leidet...** an Temperament

15 - **Mein Hobby: Fotobücher erstellen** (Elisabeth Schumann)

16 - **of Switzerland**
DEESSE

17 - **Neue Vortragsreihe bei Antonia**
STARK IM STRESS
Susanne Suckert



18 - **Alle zwei Minuten ein Opfer** (Brigitte Pothmer)
- Hildesheimer Aktionsbündnis gegen Gewalt-

19 - **Harrys Sicherheitstipp:** Erhard Paasch konnte nachlesen, dass weltweit im Jahre 2017 nahezu 30.000 Menschen, vorwiegend Frauen, allein in Liebesbeziehung im Sinne vom „Liebesschwur zum Mord“ getötet worden sind.

20 - **Was ist Leidenschaft?** (Dagmar Fischer)

21 - **Bin ich leidenschaftlich?** (Elisabeth Generotzky)

22 - **Kommunikation in der Praxis.** (Sabine Kaufmann)

23 - **Finanzielle Unabhängigkeit ist wichtig.** (Ursula Oelbe)

23 - **Trennung?** (Laura E. Hoffmann)

24 - **Hildesheim: Ampelmännchen** (Carina Goertz)

Das Titelbild: Judith Riemer ist eine Künstlerin aus Nordstemmen im Landkreis Hildesheim. Seit 2017 präsentiert sie ihre Werke weltweit in Galerien, Museen und auf Kunstmesse. www.judithriemer.art



"Ich bin eine Glücksfinderin. In meiner Malerei konzentriere ich mich auf die Erforschung des Glücks im gegenwärtigen Augenblick. Mein Ziel ist es, die kleinen Glücksmomente einzufangen und festzuhalten, da sie eine immense Bedeutung haben."

24 - **Dr. Lore Auerbach wurde 90 Jahre alt**

25 - **Vier leidenschaftliche Frauen**
(CR. Hirschochs Villanueva)



Louise Bourgeois, Alfonsina Strada, Alma Mahler-Werfel, Madeleine Landy

26 - **Eine Leidenschaft für Bücher** (Heide Ahrens-Kretzschmar)

27 - **Die Schreibwerkstatt „Punktweise“**

28 - **Bücher-Bücher-Bücher**

29 - **„Böse Mädchen kommen in die Chefetage**
Dieses Buch kann gewonnen werden.
3 Exemplare stehen zur Verfügung



29 - **Silbenrätsel** (Helga Bruns)

30 - **Ruhe im Wandel** (Sarira Anvari)
Laut Quantenphysik besteht alles aus miteinander verwobenen Energiefeldern.

30 - **Die richtige Pflege** (Rose Zorn)

31 - **Leidenschaftliche Politikerinnen** (E. Groenda-Meyer)



A. Renger

H. Hamm-Brücher

Antje Vollmer

32 - **Tonkuhle - Frauenradioprogramm**

Wenn Ihnen unsere Zeitung gefällt,
dann spenden Sie für unseren Verein „Antonia e.V.“
oder inserieren sie hier. thoeri@gmx.de
Die Zeitschrift ist auch im Netz zu lesen.
www.antoniam-hildesheim.de

Antonia e.V., Steuernummer: 30/210/42556
Sparkasse Hildesheim,
IBAN: DE11 2595 0130 0000 1803 31
BIC: NOLADE21HIK



- Gedankensplitter - Leidenschaft

Wenn dieses Heft unter dem **Motto Leidenschaft** steht, dann ist das quasi gefühlt mein zweiter Vorname. Auch wenn ich zugebe, dass sich diese Eigenschaft mit den Jahren andere Formen annimmt. Dahingehend, mit der nötigen Lebenserfahrung und Gelassenheit den Menschen und Dingen bedachter zu begegnen (beim Schreiben merke ich grad: hier ist der Wunsch der Vater des Gedanken, daran sollte ich weiter arbeiten...). Meine Begeisterungsfähigkeit aber ist dabei nie auf der Strecke geblieben. Und auch damit hat **Leidenschaft** etwas zu tun.

Sehr wohl weiß ich aber auch, wie unterschiedlich wir Menschen sind, denn ich habe leidenschaftliche Zeitgenossen getroffen und solche, die eben anders ans Leben und Lieben herangingen und ich konnte durchaus von ihnen lernen. **wikipedia** definiert den Begriff übrigens wie folgt:

- sich in emotionalem, vom Verstand nur schwer zu steuerndem Verhalten äußernder Gemütszustand (aus dem heraus etwas erstrebt, begehrt, ein Ziel verfolgt wird);
- große Begeisterung, ausgeprägte [auf Genuss ausgerichtete] Neigung, Passion für etwas, was man sich immer wieder zu verschaffen, was man zu besitzen sucht, für eine bestimmte Tätigkeit, der man sich mit Hingabe widmet;
- sich in starkem Gefühl, in heftigem, ungestümem Besitzverlangen äußernde Zuneigung zu einem Menschen

Alles erlebt! In reichem Maße. Auch wenn das Temperament etwas ruhiger mit der Zeit geworden ist, blieb meine Begeisterungsfähigkeit, meine Einsatzbereitschaft, ja meine Freude an dem, was ich tun wollte und konnte.

Eifersucht ist eine Leidenschaft, die mit Eifer sucht, was Leiden schafft. (Grillparzer)

Leidenschaft – Liebe - Hingabe – Erfüllung habe ich mir schon von meinen Eltern abgeschaut, die ich als liebendes Paar erlebt habe – mit allen Höhen und Tiefen. Der Vater mit Leidenschaft für die Familie und seine Hobbies, dem Handwerk und Amateurfunk; die Mutter für das Wohlfühl-Rahmenprogramm: Liebe, Hingabe, Erfüllung.

Doch nicht nur das Abschauen war's, auch meine eigene „Struktur“ ließ mich später leidenschaftlich lieben, mit Herz und nicht immer Verstand, jedoch mit Leib und Seele. Nicht selten litt der ganze Körper unter Trennungen, die soooo weh taten, dass es kaum auszuhalten war. Der Preis für die Wonnen der Leidenschaft? Da bin ich mir fast sicher, denn diese Wonnen erlebte ich nicht selten überirdisch. Viele Male – auf ganz unterschiedliche Weise. Mit gelebtem Leben jedoch nahm auch bei mir – Gott sei Dank - das „gescheiter werden zu“ Das ließ mich zwar nicht immer erfolgreich die Gefahren umschiffen, dies das Leben bot, aber es ließ hoffen, dass es weniger schmerzte

Übrigens nur dann, wenn ich für etwas wirklich brannte, war ich gut, konnte alles geben und fand den Sinn und die Erfüllung, die für mich der Motor waren. Anderes war oft Pflichterfüllung, der ich aber auch so gut es ging nachkommen wollte. Und das hört nicht auf: Als ich auf dem Weg ins Rentenalter war und nach etwas Sinnvollem Ausschau hielt, fand mich etwas, was ich mit einer großen Leidenschaft annehmen konnte. Hätte mir das früher jemand gesagt, ich hätte es nicht geglaubt.

Menschen in schwierigen, oft existenziellen Lebenssituationen zu begleiten, ihnen bei der Verabschiedung ihres Verstorbenen zu helfen und dann in einer würdigen Trauerfeier zu beerdigen, wurde mir aufgetragen und ich habe freiwillig zugesagt. Vielleicht ist Leidenschaft dafür nicht der richtige Ausdruck, doch wenn ich dafür einiges in Kauf nehme (Zeit und Vorbereitung, emotionale Begleitung, Beratung, ein bei den Menschen Sein) und dies auch noch gern tue, dann geht es schon in diese Richtung. Ich bräuchte dies alles nicht mehr zu tun und dennoch gibt es einen ganz besonderen Sinn., der mich antreibt. Und es kommt unendlich viel zurück, es ist ein schönes Gefühl, mit dem, was ich habe und kann, anderen beizustehen. Danke, dass es mich gefunden hat.

Für den Sommer mit all den Auszeiten wünsche ich Ihnen eine gelingende Pause mit so viel Leidenschaft wie es Ihnen gut tut. Und das Genießen nicht vergessen.....

Bleiben Sie behütet, Ihre **Karin Bury-Grimm**

Linsengemüse in Senfsahne mit Kasseler

Zutaten für 4 Personen

300 g kleine braune Linsen
1 Bund Suppengemüse, 1 Zwiebel
500 g Kasseler ohne Knochen
2 EL ÖL
2 TL Senf, Salz, Pfeffer, etwas Zucker
200 g Sahne
150 ml Gemüsebrühe
2 EL heller Balsamicoessig



Zubereitung:

Linsen in einem Sieb unter kaltem Wasser abspülen, in einem Topf mit 600 ml kaltem Wasser bedeckt auf mittlerer bis hoher Stufe aufkochen und auf niedriger Stufe 30 Minuten bissfest köcheln.

Suppengemüse waschen und putzen bzw. schälen. Alles mit dem Lauch in feine Streifen schneiden. Die Zwiebel schälen und fein würfeln. Kasseler in 2 cm dicke Scheiben schneiden.

In einer Pfanne Öl auf hoher Stufe erhitzen und die Kasseler Scheiben beidseitig ca. 3 Minuten anbraten. Aus der Pfanne nehmen und auf einen Teller legen.



Pfanne erneut erhitzen und im Bratensatz Zwiebeln mit Möhren und Sellerie ca. 2 Minuten anbraten, Lauch zugeben, mit Senf, Salz und Pfeffer würzen und mit Sahne und Brühe ablöschen.

Linsen mit Salz, Essig und einer Prise Zucker vermengen und zum Gemüse geben. Das Kasseler auf das Gemüse legen und zugedeckt 10 Minuten köcheln, bis die Linsen gar sind.

Anschließend servieren. Dazu passen Nudeln, oder Kartoffelpüree.

Viel Spaß beim Nachkochen. Ich bemühe mich immer schnelle, einfache Gerichte für Sie zu finden, bei denen die ganze Familie mithelfen kann.

Bleiben Sie gesund und genießen den Herbst mit all seinen Facetten.

Das wünscht Ihnen Bärbel Behrens vom DHB Hildesheim



potratz

H.-J. Potratz GmbH & Co. KG
Geschwister-Scholl-Str. 1
31139 Hildesheim
Tel. 0 51 21 / 6 42 01
Öffnungszeiten: Mo-Sa 7:00 - 20:00

Die
süße
Lust
auf
Hüft-
Gold!



Was war los bei Antonia?

Beim diesjährigen Schützenumzug war Antonia e.V. wieder vertreten.

Eine große Herausforderung bei der hohen Außentemperatur. Wichtig dabei das Trinken, und das konnten die Antonias leicht vergessen, denn es gab sooo viel zu tun. Bolchen werfen, auf den Weg achten, Menschen begrüßen und umarmen, ja das geht wieder! Lange haben wir darauf gewartet. Die vielen gutgelaunten Hildesheimer:innen, die am Rand standen hatten sichtlich viel Freude an dem Umzug und uns hat es auch viel Spaß gemacht. RT



Der 13. Juli stand bei Antonia ganz im Zeichen der Geschichte von Elfriede Graf und damit bekamen die Anwesenden auch einen Einblick in die Domäne Marienburg. -Von 1913 an pachtete sie Carl Graf, der sie zu einem landwirtschaftlichen Betrieb kultivierte. Als ihr Mann früh verstarb führte die sechsfache Mutter bereits vor dem 2. Weltkrieg die Domäne Marienburg mit großem Sachverstand und sozialem Engagement. Der Sohn, Helmut Graf, richtete dort später eine Konserven- und eine Eisfabrik ein. (MUKU Eis) Seit dem 1. Januar 2003 zählt der gesamte Standort Domäne Marienburg zum Stiftungsvermögen der öffentlich-rechtlichen Stiftung Universität Hildesheim.

Die Kostümführerin Ute Albrecht berichtete sehr engagiert und interessant von dem Leben der Elfriede Graf. Sie war in die Rolle geschlüpft, und wusste auch sehr viel über die damalige Zeit in Hildesheim zu berichten. Zu Ihrer großen Freude saßen Nachfahren der Grafs im Publikum.

Am 30. Juli stand im Kalender: „Königsteichsingen“, die Tonis sangen ihre altbewährten Volkslieder und natürlich auch das Toni Lied. 27 Sänger:innen hatten sich eingefunden und sangen voller Freude, „Wir sind die Tonis hier, aus Hildesheim, wir wollen singen und das nicht allein, so sing auch Du, hör nicht nur zu!“ Der schönste Satz in dem Lied lautet wie folgt: „Es ist so toll mit uns ein Oldie zu sein!“



Tatsächlich haben sich nach dem Auftritt wieder zwei neue „Tonis“ zu uns gesellt. Laut Aussage einer neuen Sängerin, ist sie nach dem Mitsingen am Teich ganz beschwingt und fröhlich nach Hause gegangen. So soll es sein, Singen in der Gemeinschaft macht Spaß. Es befreit von kleinen Alltagsorgen, indem man sie für den Moment vergisst, fordert das Gedächtnis und ist gut für das Allgemeinempfinden.

Der Toni Singkreis singt jeden Montag ab 16.45 Uhr im Gemeindesaal von St. Andreas

RT

Veranstaltungen bei Antonia, September, Oktober



- Gemeinsam erleben
- Gemeinsam lernen
- Gemeinsam lachen
- Füreinander streiten

**Sei die Heldin deines Lebens,
nicht das Opfer.**

(Nora Ephron)



Von schlaunen Frauen

**Eine Märchen-Weltreise von
Katalonien über Frankreich,
die Nordsee bis zu den Philippinen**

Erneut entführt Sie Kristina Osmers auf eine wundersame Reise und erzählt starke Geschichten von starken Mädchen und Frauen, gesammelt in West- und Mitteleuropa bis zum Fernen Osten. Die Heldinnen bestehen ihre Abenteuer kämpferisch, klug und humorvoll, sie bewältigen zielstrebig die Herausforderungen ihres Lebens - es gibt sie, die Märchen von selbstbewussten Damen.

Märchen und Mythen offerieren zeitlos gültige Lebensweisheiten und tradieren *nicht zu Vergessendes*. Sie halten uns Menschen einen Spiegel vor, lassen Innehalten, ermöglichen Einsichten und zaubern ein Lächeln auf unser Gesicht. Märchen wurzeln in längst vergangenen Zeiten, *il était une fois ...*, dennoch schenken sie Wegweisung und Orientierung bis in die Gegenwart.

Kristalotta lädt dazu ein, verborgene Resonanzen aufzuspüren und darüber in Austausch zu treten.

**Lass dich nicht unterkriegen, sei frech
und wild und wunderbar!**

(Astrid Lindgren)

**am Donnerstag, den 14. September
um 18: Uhr
bei ANTONIA, Andreaspassage 1**



Donnerstag den 12. Oktober um 18 Uhr

besucht Charlotte Ohlendorf,

genannt Lotte vom Berge,

Antonia.

Die „schwatte Lotte“, im 19. Jahrhundert eine Tagelöhnerwitwe vom Moritzburg, ist zwar nicht gebildet, blickt aber mit gesundem Menschenverstand aufs Leben.



Die Kostümführerin **Hildegard Tapmeyer** weiß in der Rolle von Charlotte Ohlendorf so einiges zu berichten. Was war los in Hildesheim im 19. Jahrhundert?

Gebühr: 5€

Einzigartige Zeitreisen

Kostümführungen in Hildesheim
Fragen und Buchungen werden unter
[+49 \(0\) 176 / 75876665](tel:+49017675876665)

[kontakt\(at\)hi-kostuem.de](mailto:kontakt(at)hi-kostuem.de) entgegengenommen.



„Das Schwierigste am Erwachsenwerden ist das Bewahren kindlicher Begeisterungsfähigkeit.“



(Franz Kern)

Eltern wissen, dass Kinder sich häufig schnell für etwas begeistern, und Freude haben am Entdecken, Forschen und Experimentieren. Aber genauso schnell verlieren manchmal Kinder die Freude und das Interesse und sind nicht mit Hingabe, Hartnäckigkeit und Ausdauer bei einer Sache. Daher ist es so wichtig, Kinder von Anfang an in ihren Selbstbildungskräften zu unterstützen und eigene Erfahrungen machen zu lassen, ihnen nicht alle Widerstände gleich aus dem Weg zu räumen, sondern mit ihnen gemeinsam nach Lösungen zu suchen.

Wie schön kann es sein, wenn Eltern und Kinder gemeinsam ins Ausprobieren und Erkunden gehen und sich auf gemeinsam gemachte Erfahrungen einlassen können. Gerade auch die manchmal so selten und kostbar gewordenen gemeinsame „freie“ Zeit kann eine Zeit für diese Erlebnisse werden, die zum Staunen und Erproben, Wiederholen und selbsttätigem Tun auffordern.

Mit Kinderaugen neu entdecken, die Welt zu sehen, gibt uns als Erwachsene die Möglichkeit auch eher das Thema „Nachhaltigkeit“ und „Bewahren der Natur“ vor Augen zu haben. Kinder sind kreativ, denken anders und geben häufig ganz andere Lösungen vor als wir uns vorstellen können.

„Phantasie ist wichtiger als Wissen, denn Wissen ist begrenzt.“

(Albert Einstein)

Wichtig ist es, genau hinzuschauen, was die Entdeckungsfreude von Kindern weckt, was ihr jeweiliges Interesse ist und wie sie sich jeweils weiterentwickeln können.

Ein Museums- oder Büchereibesuch kann ein Ausgangspunkt oder eine willkommene Unterstützung für Interessen von Kindern sein, aber auch jedes noch so einfache gemeinsame Erleben wie das Bauen einer Sandburg am

Strand, das Drachensteigen lassen oder ein gemeinsames Kocherlebnis.

Die Lust der Kinder am Bauen und Konstruieren zu wecken, kann z. B. gelingen, wenn vielseitige und genügend Baumaterialien zum Spielen angeboten werden, wenn Zeit und Raum vorhanden sind und wenn die Kinder dazu inspiriert werden, indem wir als Erwachsene den Anstoß dazu geben und beispielsweise große Bilder solcher Bauwerke in Kindeshöhe aufhängen (Turm von Pisa, Brandenburger Tor, Eiffelturm, Hamburger Michel etc.) und dann gemeinsam recherchiert wird z.B. in der Bibliothek oder im Internet.

„Nichts Großes ist je ohne Begeisterung geschaffen worden“

(Ralph Waldo Emerson)

Wer selbst offen und neugierig ist, kann auch bei den Kindern eher Interessen und vielleicht auch Leidenschaften wecken. Es reicht daher also nicht aus, den Kindern ausschließlich ein großes, kindgerechtes Entdeckungsfeld zur Verfügung zu stellen, sondern wichtig ist es eigene Begeisterung zu versprühen und immer wieder Staunen zu können.

Was also ist die jeweilige Leidenschaft der Eltern, der Erwachsenen? Wer der Erwachsenen hat in der letzten Zeit darüber nachgedacht? Neue Hobbies gewonnen oder alte wieder aufleben lassen und ist selbst in fantasievolles Experimentieren gekommen?

„Der eigentliche Schatz, den wir fördern müssten, ist die Begeisterung am eigenen Entdecken und Gestalten, das Tüftlertum, die Leidenschaft, sich mit etwas Bestimmten zu beschäftigen.“

All das wird bei Pisa-Tests gar nicht gemessen.“

(Gerald Hüther)

... seit 1982
richtig gutes Spielzeug
schöne Geschenke

HOLZKOPP

Spielwaren & Geschenke
Scheelenstraße 11 · 31134 Hildesheim
Telefon 13 14 39 · www.holzKopp.de

Schule heute

Leidenschaft für Schule?!

Leidenschaft für Schule?!

Claudia Maria Wendt



Burnout, Stress, Frust – der Schulalltag ist nicht immer ein Vergnügen!



Nicht immer wollte ich Lehrerin werden. Aber als die Entscheidung des Studienortes anstand, war für mich eindeutig, hier in Hildesheim mich zur Lehrerin ausbilden zu lassen. Mit einem hohen Praxisanteil im Studium von Anfang an, studierte ich und

schnell merkte, dass es die richtige Wahl war. Und noch mehr, für mich stand fest, dass ich Lehrerin werden wollte, um Kinder auf ihren schulischen Weg zu begleiten, sie vorzubereiten auf das Leben und ihren beruflichen Werdegang.

Ich verstehe mich als jemand, der den Kindern Erziehung, Kultur, Wissen und Techniken authentisch weitergeben möchte. Auch wenn es so manche Schwierigkeiten in unserem Beruf gibt, macht es mir jeden Tag auf's Neue viel Freude.

In den 20 Jahren meiner Lehrtätigkeit hat sich der Beruf sehr verändert. Die Bürokratie hat enorm zugenommen. Ellenlange Anträge, um für Kinder Lernförderung zu bekommen oder Zuschüsse für Klassenfahrten, sind ebenso Zeiträuber wie die Auseinandersetzungen mit Ämtern.

Die Arbeitsbelastung hat zugenommen und die veränderte Kindheit trägt dazu bei, dass der Arbeitsalltag herausfordernder geworden ist. Die Kinder bringen sehr unterschiedliche Voraussetzungen mit, auf die der Unterricht reagieren muss. Auch der Wortschatz ist oftmals gering. Auseinandersetzungen werden schneller mit Fäusten oder Kraftausdrücken geregelt, anstatt durch Gespräche.

Doch bei all den Veränderungen und Hürden, die es zu meistern gilt, gibt es auch so viel Positives in Schule, das meine Leidenschaft für diesen Beruf nicht geringer werden lässt: neue Lern- und Arbeitsmethoden im Unterricht, selbstgesteuertes Lernen, Kinder, die individuell und selbständig sich Wissen aneignen in ihrem eigenen Lerntempo. Frontalunterricht wird zunehmend abgelöst und Alternativen angeboten.

In Schule wird der Grundstein gelegt für ein ganzes Leben, die Kinder werden zu mündigen Erwachsenen erzogen und wir Lehrkräfte ermutigen sie zu lebenslangem Lernen.

Die Wertschätzung für den Lehrerberuf bzw. die Arbeit in Schule ist sehr unterschiedlich: manche Eltern unterstützen sehr. Andere haben eine Anspruchshaltung entwickelt, die uns als „Dienstleister“ sehen und uns allein verantwortlich machen für die Erziehung der Kinder. Doch ist das Zusammenwirken elementar für die Entwicklung der Kinder.

Auch die Anerkennung für diesen Beruf aus der Gesellschaft könnte mehr sein. Schließlich ist der Lehrer einer der wichtigsten Berufe der Gesellschaft. Ohne Bildung gibt es keine Berufe, keine Weiterentwicklung, keine Existenz und Zukunft.

Wenn die Gesellschaft das erkennt und die Politik in Bildung und Schulen mehr investiert, dann bekommt Schule den Stellenwert, den sie dringend benötigt.

Die Leidenschaft für Schule ist für mich dennoch ungebrochen. Trotz Mehrarbeit, Bürokratie und Verwaltung. Denn, wenn Kinder glücklich sind über ihren Lernerfolg, durch Wissensaneignung die Welt für sich erschließen und es zum Ausdruck bringen durch ein Lächeln, das ist ein wahrlich toller Lohn für mich und viele meiner Kolleg*innen. Und es ermutigt mich, weiterzumachen und für diesen facettenreichen Beruf zu werben.

Christophorus-Apotheke

Apotheker Ulrich Dormeier



Das Beste
für Ihre Gesundheit!

Himmelsthürer Straße 14
31137 Hildesheim
Telefon (0 51 21) 650 22

www.c-apo.com



Am 01.03.23 wurde im Kiewa im Hildesheimer Wald an der L460 wie jedes Jahr eine Sicherheitsbegehung von der Stadt Hildesheim durchgeführt. Sehr wichtig ist allen die Sicherheit für die Kinder, die hierher kommen. Im ersten Halbjahr 2023 waren es 840 Kinder in kleinen Gruppen, dazu kommen natürlich noch die Betreuer:innen.

- Bei näherem Betrachten war klar zu erkennen, dass mehr als die Hälfte aller Fichten der Borkenkäfer befallen hatte.
- Innerhalb von zwei Tagen fällte der Bauhof die Fichten und transportierte sie ab. An weiteren 2 Tagen wurden die Baumstümpfe gerodet und die Äste geschreddert, das Gelände planiert und für die Neuanpflanzungen vorbereitet.



Der Kiewa hat nun erst einmal ein ganz anderes Gesicht bekommen, er ist kaum wiederzuerkennen. Nun scheint alles auch viel größer.

Es wird aber wieder aufgeforstet. Jetzt soll ein Mischwald entstehen. Die neuen Bäume werden auch schon etwas größer sein, etwa vier Meter Höhe sollen sie haben.

Im Hinblick auf eine notwendige Bewässerung der Neuanpflanzungen, steht auch die Reparatur der Schwengelpumpe im Fokus.



Nichts desto trotz werden auch jetzt schon wieder kleine Tippis gebaut. Der Wald hat seine Anziehungskraft nicht verloren.



Der vorhandene Bienenschrank soll im nächsten Jahr erweitert werden, um

Platz für mehr Bienen und Honigwaben zu schaffen.



Am 8. Oktober wird ein Kartoffelfest für alle im KIEWA

veranstaltet. Dann können wir ein schönes Feuer machen und es gibt außer Kartoffeln im Feuer auch Kartoffelpuffer mit Apfelmus.



Mmh lecker...

Der 1. Advent wird für alle ein Highlight. **Advent im Winterwald ! Mit Glühwein für die Großen und Apfelpunsch für die Kleinen. Märchenlesestunde mit Keksen und anderen Überraschungen.**



Wir freuen uns auf Euch,

der Vorstand des KIEWA



KOCHEN - EINE LEIDENSCHAFT, DIE VÖLKER VERBINDET.

Bärbel Behrens



Seit etlichen Jahren ist das selber Kochen wieder voll im Trend. Es ist fast schon zum Kultstatus herangereift.

Da geht es nicht mehr darum ein Ei in die Pfanne zu hauen, sondern um das Zaubern und Anrichten von köstlichen Gerichten aus aller Herren Länder. Die Kunst der gekonnten Zubereitung hinter dem Herd.

Die Freude am Kochen, in der Gemeinschaft, als Highlight mit Leidenschaft und Inbrunst für die Sache. Um anschließend die Köstlichkeiten mit Familie oder Freunden zu genießen.

- **Das ist die neue Liebe am Kochen.**

Traditionsgemäß stand früher die Mutter am Herd. Sie kochte in der Regel Gerichte, die schon die Oma und Uroma exakt so zubereiteten. Sie kochten saisonal die Lieblingsgerichte, auf die sich jeder freute.

Was früher als „Futtern bei Müttern galt,“ wird heute zelebriert und mit modernen Zutaten aufgepeppt. Alles dreht sich um das Kochen und wer am Ende ein schmackhaftes Gericht auf den Tisch bringt, ist der King am Herd.

- **Kochen verbindet, ob Zuhause, bei Geburtstagen, oder beim gemeinsamen Abendessen.**

Auch über Grenzen hinaus hat das Kochen schon Völker versöhnt, beschwichtigt und Könige zur Einsicht gebracht und besänftigt. Ob Kriege und Streitigkeiten durchs Essen verhindert wurden, weiß man nicht. Doch dass mit vollem Magen ruhiger und besonnener agiert wird, wissen wir.

Die Zubereitung von Speisen gehört mit zum Ritual der Gemeinschaftspflege in vielen Ländern und Kulturen. Dass allerdings nur Frauen am Herd stehen, ist Schnee von gestern. Immer mehr Männer lieben es zu kochen und haben Ihre Leidenschaft dafür entdeckt.

- **Man lernt kochen, indem man nachkocht.**
- **Irgendwann entwickelt man dann seine eigene Küche.**

Es ist ein herrliches Gefühl, wenn der erste Bissen zu sich genommen wird, dann Stille herrscht, sich die Gäste anschauen und dann ein Raunen durch die Runde geht und alle zufrieden lächeln und dem Koch Dank aussprechen. Köche und Köchinnen lieben es, auf diese Weise Menschen glücklich zu machen.

Widme dich der Liebe und dem Kochen mit ganzem Herzen. (Dalai Lama)



Pflanzen meine Leidenschaft

Aufgewachsen in einer Staudengärtnerei, die ich dann selbst über 25 Jahre geführt habe, sind mir die Pflanzen ans Herz gewachsen.

Wenn ich morgens vorbei an leuchtend blauen Blüten der Wegwarte, an Wilder Möhre und dem Gelb der zweijährigen Nachkerze zu meinem Auto gehe, freue ich mich über jede dieser Pflanzen. Begeistert habe ich meine neue Stelle bei der Landwirtschaftskammer am Standort Hildesheim angetreten. Als Fachberaterin Garten, Hof- und Dorfgrün gebe ich mein Wissen und meine Leidenschaft in Seminaren und auf Exkursionen gern weiter. Die Ankündigungen meiner Veranstaltungen sind im Internet auf der Seite der Landwirtschaftskammer Niedersachsen zu finden und dort direkt buchbar: www.lwk-niedersachsen.de. Klickt man auf obiger Seite auf 'Veranstaltungen', muss zusätzlich als Fachgebiet 'Landwirtschaft' und darunter 'Garten, Hofgrün, Dorfgrün' ausgewählt werden, um zu entsprechenden Seminaren und Exkursionen zu gelangen.

Einige Programme sind bereits eingestellt oder folgen in Kürze:

am 21.9.23: ein Vortrag 'Stauden und ihre Lebensbereiche' mit anschließender Gärtnereibesichtigung

am 15.11. + 21.11.23: Planungswerkstatt Garten, unser 1,5 tages Seminar für Menschen, die ihren Garten neu gestalten oder einen bestehenden umgestalten möchten.

Im Herbst/ Winter wird es wieder einen Schnittkurs 'Obstgehölze' geben, bei dem auch Beerensträucher Berücksichtigung finden.

Ich freue mich über Ihre/Eure Mailnachricht:

ute.tangemann-hirsland@lwk-niedersachsen.de oder einen Anruf: Tel: 05121-7489-16



10. September - 11 Uhr - Einlass - 5€



Sandra Abbott (Imelda Staunton) ist seit 35 Jahren mit ihrem Mann Mike (John Sessions) verheiratet und wählte sich bislang immer in einer glücklichen Beziehung. Doch als Mike, der dank seiner Verdienste als Polizeibeamter einen Adelstitel verliehen bekommen hat, in Ruhestand geht, entdeckt sie, dass er eine Affäre mit ihrer besten Freundin Pamela (Josie Lawrence) hat. Da zieht Sandra kurz entschlossen zu ihrer älteren Schwester Bif (Celia Imrie), zu der sie lange nur wenig Kontakt hatte. Die beiden Geschwister könnten unterschiedlicher nicht sein: Bif ist ein Freigeist, sie ist offen, direkt und unverblümt – Sandra hingegen ein Snob. Bif nimmt ihre kriselnde Schwester mit in ihren Tanzkurs und stellt sie ihren Freunden vor, darunter der charmante Charlie (Timothy Spall). Langsam, aber stetig wird Sandras Leben wieder besser...



Das moderne Generation-60-plus-Großstadtmärchen ist charmant gespielt, bietet einige überragende Gags und ist in seinen besten Momenten auch wirklich real. „Tanz ins Leben“ ist vor allem dank der Darsteller eine solide Tragikomödie mit einigen sehr lustigen und einigen sehr rührenden Momenten.

Wir treffen uns wieder in netter Runde!

R.T.

Liebe Leser:innen,

Sie können uns helfen, indem Sie als kleine Wertschätzung unserer Arbeit an dieser Zeitschrift eine Spende für den Verein Antonia e.V. machen.

IBAN: DE11 2595 0130 0000 1803 31

BIC: NOLADE21HIK

Ferner können Sie für Ihre Veranstaltung unseren Raum in der Andreas Passage mieten.

Mitten in der Stadt mit den guten Parkmöglichkeiten in der Passage.

Mitgliederversammlungen, Vorträge und Treffen jeglicher Art sind möglich.

Ein Beamer und Leinwand sind vorhanden. 30 Stühle stehen zur Verfügung

und eine kleine Küche rundet Ihre Möglichkeiten ab.

Melden Sie sich unter [thoeri\(a\)gmx.de](mailto:thoeri(a)gmx.de)

Reisen in Coronazeiten

R.T.



Viele Menschen haben den Wunsch die Welt zu bereisen, und das tun sie auch, besonders wenn das Berufsleben hinter ihnen liegt, und sie dann viel Zeit haben. Das nötige Kleingeld darf auch nicht fehlen. Uns treibt es nicht so in die Ferne. Schon allein das Koffer-

packen löst bei mir einen Widerwillen aus. Und doch haben wir so einige Reisen gemacht. Ausgerechnet in der Coronazeit flogen wir nach Australien um unsere Kinder dort zu besuchen. Wir waren 24 Stunden mit dem Flugzeug unterwegs.

Als wir, mein Mann Peter und ich, in Perth ankamen, war von Corona noch gar keine Rede. Einige Tage verbrachten wir bei den Kindern und dann begann unser Abenteuer. Unsere Schwiegertochter brachte uns aus der Stadt hinaus auf die Nationalstraße 1, winkte und überlies uns unserem Schicksal.

Der Camper war gut ausgestattet mit Toilette/ Dusche/ Gas/ Wasser und Vorräten mehr als genug. Peter fuhr immer besser mit dem 8 Meter langen Camper. Die Straßen waren am Rand nicht gut befestigt, aber sehr breit und es gab wenig Verkehr. Während der Fahrt ging gleich die Kühlschranktür auf, ja es muss ja alles gut verstaut und geschlossen werden. Aber das hatten wir bald im Griff. Ich navigierte mit meinem Smartphone, eine super Einrichtung, denn auch alle Campingplätze waren dort angezeigt. Aus der Ferne sorgte unser Sohn für Abwechslung, machte Besichtigungsvorschläge - ganz ehrlich, wir waren froh, dass der Wagen fuhr und wir die Wege fanden. Wir merkten bald, dass die Camper sich mit Handzeichen grüßten, mein Peter war voll dabei, ich hatte manchmal Angst, dass wir die Straße links verließen - Linksverkehr - später grüßte Mein Mann nur noch mit den Fingern am Lenkrad. So haben wir auch in Quarantänezeiten im Camper viele Freunde gefunden. Die Australier sind sehr freundlich und hilfsbereit, allerdings ist ihr Englisch nicht mit unserem Schülenglisch zu vergleichen. Erst sehr spät merkten wir dass aye/ ei ausgesprochen wird. Ein Camper wollte sich unbedingt mit mir unterhalten. Er war richtig ungehalten, als er merkte, dass ich nichts verstanden hatte, aber er gab sich viel Mühe. Statt Corona hustete er und sprach mit Händen und Füßen. Ja auf Campingplätzen unterhält man sich, auch in Australien. In Coronazeiten beschränkten wir uns dann auf: „ You have a great Day? Thank You / You are wellcome“ Peter machte überall Furore mit seiner gestreiften 80-ziger Badeshorts.. Eine junge Frau sprach ihn an, sie hätte sich sofort in ihn verliebt **with this trousers!**



Die Fliegen bemerkten wir bei unserem 1. Halt an einem Salzsee, Australien ist nun mal **das Land der flies!** Gegen sie war kein Kraut gewachsen, wir legten uns Fliegennetze zu. Im Auto waren die Fliegen besonders lästig, dafür gab es das grüne Spray. Einige Ausflugsziele an der Strecke waren die **Pinnacles** in Westaustralien, bizarr geformte Kalksteinsäulen - eine Mondlandschaft, oder der **Shell Beach**, ein Strand aus Milliarden weißer Muscheln und türkisfarbenem Wasser.

Bevor wir uns in die Wildnis begaben machte wir halt in Coral Bay. Dort war es sehr schön. Die Campingplätze in Australien sind alle sehr gut ausgestattet. Hier blieben wir zwei Tage und haben uns dort noch einmal mit Vorräten versorgt.



Wir fuhren gen Norden, unser Ziel war der **Cape Range Nationalpark**. Am **Yardie Greek Camp** gab es keinen Strom und kein Wasser - Natur pur! Ach doch, es gab ein sauberes Plumpsklo (mit vielen Fliegen). Hier konnten wir im Indischen Ozean mit großen Fischen im Meer schwimmen. Allerdings haben wir von 11 Uhr -16 Uhr die Zeit im Camper verbracht, es war sehr heiß. Unser Camper hatte kein Vorzelt und den Sonnenschutz konnten wir nirgends festmachen in dem betonartigen Boden. Ich hatte ja auch die Vorstellung, dass wir in einem Wald (Wildnis) stehen, aber es war eine Art Heidelandschaft. Wir entschlossen uns einen Tag früher zurückzufahren und lieber noch einmal in Coral Bay zu halten. Nach 10 KM stand ein Ranger auf der Straße. Ein Bild von einem Mann, mit Pfadfinderoutfit und breitem Lachen. Wir standen auf seiner Liste und er teilte uns mit, dass alle Camps geschlossen werden und dass ab Mittwoch niemand mehr reisen darf. Der Schreck fuhr uns in die Glieder. Wir fuhren 10 Stunden auf der 1 gen Perth. Kurz vor der Dunkelheit konnten wir in einem Roadhouse (privatgeführte Raststätte) ein Plätzchen finden, endlich das Salz von unseren Körpern duschen und die Haare waschen, - eine Wohltat.

Die letzte Rast machten wir in **Horrocks**. Ein wunderschönes kleines Städtchen am Meer. Alte Blechhütten und Häuser im Bauhausstil konnten wir dort sehen. Wie der Name Horrocks schon sagt war es dort sehr hügelig und steinig. An der Tankstelle telefonierte der Tankwart mit dem zuständigen Mann des Campingplatzes. Nachdem er sehr feucht in den Hörer gesabbert hatte, übergab er ihn Peter, und das in Coronazeiten. Dafür wurde hier das Geld in einer Wanne gewaschen, Hartgeld und Scheine. Mal eine andere Geldwäsche! „**Hat ja jetzt was Gutes, dass wir Plastikgeld haben!**“

Wir wurden auf dem Rückweg noch einmal kontrolliert, mit Blaulicht. Es war der Polizei sehr wichtig, uns zu sagen, dass wir nur noch bis Mitternacht reisen durften. Mit einem „**Have a good Trip!**“ wurden wir auf die Weiterreise geschickt.

An einer weißen Wanderdüne machten wir noch einmal halt und benutzten ein letztes mal unseren kleinen Gasherd. Übriggebliebene Kartoffeln, zwei Eier und Schinken ergaben ein super Omelett, dazu ein Ginger Ale, natürlich ohne Alkohol. Wir kamen rechtzeitig in Perth an und flogen dann mit zweitägiger Verspätung in die Heimat zurück, in der Corona schon alle im Griff hatte.



Das war ein kurzer Bericht unseres Abenteuerurlaubs in Coronazeiten. Wir sind mit viel Glück dem Virus immer vorweg gefahren und hatten einen abenteuerlichen Urlaub in Quarantänezeiten.

Herzliche Grüße Rita Thönelt



an temperament.

bereits meine geburt sorgte für aufregung.

bei meiner mutter, weil ich nicht raus wollte.
bei meinem vater, weil väter wohl generell aufgeregt sind bei entbindungen und zur beruhigung dann zu hause 11-12 kubikmeter holz kleinhacken. beim völlig verwirrten arzt, weil ich dann doch kein junge war. bei meinem bruder, weil ich ein mädchen war. beim kompletten bernwardskrankenhaus, weil meine oma es verklagen wollte. bei meiner oma, weil niemand verstand, was sie so aufregte. das brachte sie dann erst richtig auf die palme, was widerum meine mutter anstregte. man kann also sagen: mich umgab pure leidenschaft.

da schien es selbstverständlich, dass ich ein äusserst leidenschaftliches kind war. ich schrie eigentlich immer. vor glück. vor wut. hunger. müde. windel voll. zu hell. zu dunkel. langeweile. und bereits in der wiege gestikuliere ich dabei stets wild mit meinen händen. in meinen adern schien sizilianisches blut zu fließen. im alter von elf monaten war mein erstes wort »vaffanculo!«. natürlich verstand das keiner. ich war scheinbar die einzige italienerin in meiner familie. also versuchte ich es mit ein paar leichteren vokabeln. nichts. kein italiener weit und breit. doch dann sagte ich: »mamma!« und da war vielleicht was los. helle begeisterung. um hier irgendwie verstanden zu werden, musste ich mich den gegebenheiten anpassen. also wurde ich etwas deutscher. wenigstens sprachlich. die gruppe nachbarjungs führte ich allerdings weiterhin mit meinem italienischen temperament an. deutsch hatten sie schon zu hause. und irgendwie schien ihnen mein sizilianischer führungsstil gut zu gefallen. etwas problematischer wurde es dann in der grundschule. die anderen sechsjährigen waren einfach noch nicht bereit für eine weißblonde miniaturausgabe von caterina valente, die hosen trug und meistens das letzte wort hatte. und auch unsere kunstlehrerin war noch nicht bereit. zu meiner mutter sagte sie im einzelgespräch: »leidenschaft... tja, leidenschaft ist okay. aber bitte in maßen. es wäre gut, wenn ama sich zurücknimmt.« klar. es ist ja auch allgemein bekannt, dass durch zurückhaltung die größten kunstwerke der menschheit geschaffen wurden. meine mutter antwortete ihr und einigen eltern, in deren bild ich ebenfalls nicht passen wollte, vier wochen später bei einer großen feier in der grundschule - auf die italienische art. mit einer selbst geschriebenen comedy-nummer, verkleidet als mamma mirácoli. ohne zurückhaltung. tja, leg dich nicht mit der mafia an...

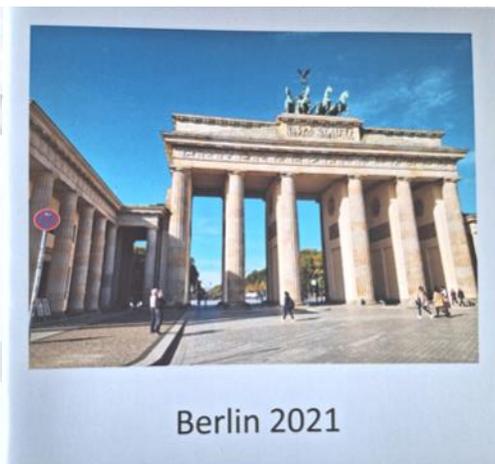
doch trotz des rückhalts von zu hause begann ich mich zu fragen: »was ist denn das richtige

maß? und wer legt es fest? und wie muss ich sein, damit ich den erwartungen entspreche? und warum? und wessen erwartungen überhaupt? denen der eigenen familie? denen anderer eltern? und sind diese bei ihren eigenen kindern mit ihrem urteil eigentlich auch so rigoros wie bei mir? warum werde ich überhaupt beurteilt? erwartungen von lehrern? sogar von völlig fremden? und wenn es in dieser langen kette von erwartungen irgendwo mal nicht klappt, alles entsprechend zu erfüllen, bin ich dann falsch wie ich bin? falsch, falsch, falsch. verloren. game over? man kann ja nicht ständig wieder von vorne anfangen mit dem leben. vor allem nicht in einer kleinen domstadt, in der kein eigensinn geduldet, kein anderssein verziehen wird. dilemma. ich musste in eine andere stadt ziehen, vielleicht sogar in ein anderes land. italien! ich war zwar erst sechs, aber mein sparbuch schrieb hohe schwarze zahlen - 163,44 deutsche mark. ama rockefeller. mir stand die welt offen.

den gedanken an mein zukünftiges leben in saus und braus durchschnitten die schneidezähne meines besten freundes salvatore: »ciao, ama! wasse iste losse? seit zwei tagen, 13 stunden unde 34 minuten -keine reaktion von dire. niente. iche rufe an, iche stehe vor die türe. deine mamma sagt mire, du denkste die ganze zeit?! wie lange soll dasse noch dauern? ama, sprechen ist silber, komme schon!« ich mochte es, dass salvatore sprichworte immer auf seine eigene art nutzte. ich schaute ihm fest in die augen und sagte: »ich bin falsch und muss das land verlassen. kommst du mit?« salvatore überlegte kurz und nickte dann: »si klaro, wire brennen durch! ache ama, das iste toll und aufregend! ... aber »falsche«, was ist »falsche?« - »ich. ich bin falsch.«, entgegnete ich aufgewühlt. salvatore lachte hell auf. mit dieser reaktion hatte ich eigentlich nicht gerechnet. er nahm meine hand und sagte kopfschüttelnd: »ama, vergisse male dieses farblose kunstlehrerin und dieses paar verbohrten leute mit kleine karos. due biste einzigartig. due biste interessant. madonna, nur deswegen sitzen wir hieere beide zusammen - die interessantesten menschen erkennen einander. und die kleine karos, sie werden uns immer beobachten und über uns sprechen. weil sie uns nichte verstehen. zu viele farben, keine muster. due darfst es ihnen nichte übel nehmen. ama, wire sind perfekt.« er schaute mir stolz ins gesicht. poah. so sprachlos ich war, so richtig fühlte ich mich plötzlich. ich umarmte salvatore. ganz fest. dann sprang er auf und streckte mir seine hand entgegen: »na komme, ama. wire gehen raus und zeigen die kleine karos wie anmutig topmodels siche bewegen können.«

ich nahm salvatores hand und ließ sie an diesem tag nicht mehr los. so gingen wir durch die straßen. aufrecht und stolz. wie topmodels eben. wir waren zusammen einzigartig.

Das Fotobuch - ein leidenschaftliches Hobby



Seit einigen Jahren habe ich eine ganz besondere Leidenschaft: ich stelle Fotobücher her. Zunächst waren es kleine Fotobücher über Kurzreisen, die ich gemacht habe. Dann folgten Fotobücher von den Kindern und dem Enkel und schließlich habe ich mir bestimmte Themen ausgesucht. Zu diesen Themen habe ich Fotos geschossen und dann das Fotobuch angefertigt. So entstanden z.B. Fotobücher über den Moritzberg, über die Mauritiuskirche, über Kunstobjekte in Hildesheim oder über Pflanzen am Wegesrand. Allein schon das Suchen der Fotos macht viel Freude. Plötzlich entdecke ich Dinge in unserer Stadt, die ich vorher gar nicht gesehen habe. Die Fotos mache ich stets mit dem Handy, das allerdings eine gute Kamera besitzt. Die Bücher werden von mir gestaltet, d.h. ich schreibe kleine Texte dazu, füge Cliparts ein, gestalte die Buchseiten farblich passend zu den Fotos.

Ich verbringe viele Stunden am Computer, arrangiere die Bilder auf den Buchseiten, bearbeite oftmals auch die Fotos, indem ich sie anders zuschneide oder vergrößere. Das Fotoprogramm, das ich benutze, bietet sehr viele Möglichkeiten der Gestaltung.

Als ich mein erstes Fotobuch angefertigt habe, habe ich nicht gedacht, dass ich diese Technik jemals so beherrschen würde, dass dabei tolle Bücher entstehen, über die ich mich immer wieder freuen kann. Aus einer anfänglichen Begeisterung ist eine Leidenschaft geworden.



an den Computer gesetzt und in ein Fotobuch umgesetzt. An dem schickte es ab und wartete. Später hielt ich mein erstes Fotobuch in der Hand. Toll! Nun war die

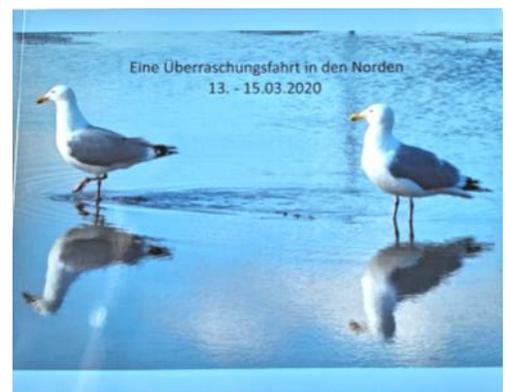


Wie kam es zu dieser Leidenschaft? Ich habe vor neun Jahren bei ANTONIA e.V. einen Kurs für Fotobücher gemacht. An einem Abend wurde einer kleinen Gruppe von Frauen – Männer hatten sich nicht angemeldet – gezeigt, wie man ein Fotobuch herstellen kann. Zunächst habe ich gedacht: Das bekomme ich nie hin. Aber ich habe mich sofort zu Hause und das Wissen des Abends in ein kleines Fotobuch saß ich bis Mitternacht, aber es war fertig. Ich te nun gespannt auf das Ergebnis. Zwei Wochen

Aus der Begeisterung wurde eine Leidenschaft, zumal die Familie meine Bücher gut fand. Jetzt suche ich mir Themen, zu denen ich ein Buch gestalten kann.

Vielleicht werde ich mich für einen Kurs bei der Volkshochschule anmelden, in dem ich das richtige Fotografieren noch lernen kann. So hat ein einziger Abend etwas bei mir bewirkt, dass mich über viele Stunden sinnvoll beschäftigt und viel Freude bereitet.

Elisabeth Schumann



“If you can't figure out your purpose, figure out your passion. For your passion will lead you right into your purpose.”

- Bishop T.D. Jakes

Am Freitag, 14.07.2023, habe ich in den Räumlichkeiten von Antonia in der Andreas-Passage, einen Hautpflege-Workshop abgehalten.



Die Teilnehmer erhielten Informationen über gesunde Hautpflege und Lösungen für ihre individuellen Fragen und Hautthemen.

Es war eine lustige Runde und hat mir sehr viel Freude gemacht.



Herzlichen Dank Frau Thönelt für die Einladung !

Sie haben auch Lust auf eine persönliche Einzelberatung oder eine gemütliche Runde? verschiedene Themen sind möglich...

Sie lieben Kosmetik, interessieren sich für Gesundheit und suchen eine neue Herausforderung?

Dann sollten wir uns kennenlernen...

...ich freue mich auf Ihren Anruf!

Ihre Claudia Schleicher, Tel. 0 51 21 - 17 62 62 6

mobil 0179-3210025




Heute eine Weiterbildung. Morgen ein neuer Job.

- ✓ Weiterbildungen und Umschulungen deutschlandweit.
- ✓ Vielfältige Themen: IT, SAP®, Personal, Kaufmännisches, Medien, Gesundheit, Arbeiten 4.0 u.v.m.
- ✓ Bis zu drei individuelle Bewerbungs-coachings inklusive.

100 % Förderung
z. B. über Arbeitsagentur oder Jobcenter

WBSTRAININGAG – Lassen Sie sich kostenfrei beraten.
 05121 934978-0 · Kläperhagen 7 · 31134 Hildesheim · Hildesheim@wbstraining.de
 05181 2869940 · Bahnhofstraße 12 · 31061 Alfeld (Leine) · Alfeld@wbstraining.de

Büchergeschenke gehen immer



Am 17. November um 17 Uhr findet in den Räumen von Antonia e.V. eine Buchvorstellung statt. Heide Ahrens Kretzschmar und Elisabeth Schumann haben in bewährter Weise Bücher ausgesucht, die Sie z. B. auf den weihnachtlichen Gabentisch legen können.

Es ist für jeden Geschmack etwas dabei. Umrundet wird der Abend wieder mit Akkordeonklängen von Achim Schröder.

Gebühr: 5



Wenn nicht anders angekündigt, finden die Veranstaltungen bei Antonia e.V. in der Andreas Passage statt.

STARK IM STRESS

Dozentin: Susanne Suckert
Coach/-Trainerin für gesunde Stressbewältigung
und Burnout Prävention



Mittwoch, 13. September 2023 –

Magic Spot –

Dein optimales Stresslevel **18.00-19.30 h**

„Ich weiß nicht, wo mir der Kopf steht!“ Dieser Gedanke ist fast jedem Menschen vertraut. Wenn deine Aufgabenlast groß ist, dann gibst du wahrscheinlich mehr und mehr Gas und wunderst dich, warum die Ergebnisse eher schlechter statt besser werden. Wie du dein optimales Stresslevel findest und deinen persönlichen „Magic Spot“, erfährst du in diesem Vortrag. „Wer nicht handelt, wird behandelt“ – vom Leben, von Kollegen, dem/der Partner/in oder auch vom Arzt.

Dienstag, 24. Oktober 2023 –

Baum der Veränderung –

Was beeinflusst dein Verhalten? **18.00-19.30 h**

„Egal was ich anders mache, ich komme wieder und wieder in ähnliche Situationen“. Deine Gedanken und deine Gefühle haben Einfluss auf dein Verhalten. Unbewusst. Das ist das Fiese an der Sache. Wenn du dein Verhalten innen und außen verändern möchtest, dann brauchst du Klarheit über deine unbewussten Gedanken, Gefühle und deine Haltung. In diesem Vortrag geht es darum, dich selbst zu erwischen und für dich bessere Perspektiven zu finden. So kommst du aus dem Strudel von destruktivem Verhalten heraus.

Dienstag, 14. November 2023 –

Selbstfürsorge -

In stressigen Zeiten im Flow bleiben. **18.00-19.30 h**

„Ist nicht so wichtig, ich verschiebe meinen Termin“. Passiert dir das häufig? Fühlst du dich nicht gut, wenn du Grenzen setzt und für dich einsteht? Kurze Zeit macht dich glücklich, du fühlst dich wertvoll und bist „einfach die Beste“. Für andere natürlich, und gleichzeitig ist es nicht die beste Lösung für dich. „Sorge zuerst für dich, dann Sorge dich um andere. Ansonsten wirst du zu jemandem, um den sich gekümmert werden muss“. In diesem Vortrag geht es um dich, wie du es schaffst, auch gut zu dir zu sein. Ohne schlechtes Gewissen.

Gebühr 5 € pro Abend

Anmeldung unter: thoeri@gmx.de, fon 0162 2927059

„Save the Date“

Stress-Presso

Schnell, stark, wirksam

Dir bleibt die Luft weg - Dir fehlen die Worte
Du hast einen Druck auf der Brust?
Du fühlst Dich traurig, missverstanden,
wütend, sauer, Dir fehlt jemand zum Reden?



Kennst Du das?

Diese aufgestauten Emotionen und Gefühle lösen Stress aus. Oft hilft es, darüber zu sprechen.

Dir fehlt ein Ohr, das hinhört?

Ab Januar 2024 gibt es **STRESS-PRESSO** bei Antonia e.V. in der Andreas Passage 1

Treffen wir uns in netter Frauenrunde bei Antonia mit Susanne Suckert.

Nähere Informationen gibt es in der Dezemberausgabe.

10. März 2024

Wir eröffnen passend zum Frauentag unsere besondere Ausstellung :

„Frauen in der Bibel“

Und es beginnt damit unser Projekt zur Förderung der Gemeinschaft in Hildesheim:

„Frauen in ihren Religionen, Gestern-Heute-Morgen“

An mehreren Abenden, jeweils vom März 2024 bis November 2024 werden kompetente Referentinnen die verschiedenen Religionen vorstellen.

Im Fokus stehen dabei nur die Frauen.

Wie war die Stellung der Frau in der Religion in der Vergangenheit, wie ist sie heute und wie sieht die Zukunft aus? Eine geschichtliche Aufarbeitung der unterschiedlichen Glaubensrichtungen soll hier aufgezeigt werden.

Der Katholische Glaube, der Protestantische Glaube, der Islam, die Bahai-Bewegung, die Orthodoxe Kirche, das Judentum, der Buddhismus - diese und andere Religionen werden an den Abenden vorgestellt mit Bezug auf die Stellung der Frau.

Eine Diskussionsrunde folgt.

R.T.

Alle zwei Minuten ein Opfer

Am 25. November begehen wir auch in Hildesheim den internationalen Tag zur Beseitigung von Gewalt gegen Frauen. **Schon am Freitag den 24. November** wird das 'Hildesheimer Aktionsbündnis gegen Gewalt an Frauen' wieder die Brötchentütenaktion durchführen. Brötchentüten mit aufklärenden Worten zur Gewalt gegen Frauen und Hinweisen, wohin sich Frauen wenden können, werden in der Hildesheimer Innenstadt von 11- 14 Uhr verteilt. Auch viele Geschäfte beteiligen sich an der Aktion. Zu diesem Thema nun Worte von Brigitte Pothmer, - Schirmfrau des Hildesheimer Aktionsbündnis gegen Gewalt-



„**B**edroht, geschlagen, misshandelt, vergewaltigt, getötet! Mehr als 240.000 Menschen (davon über 80% Frauen) sind im vergangenen Jahr in der polizeilichen Kriminalstatistik als Opfer häuslicher Gewalt erfasst worden. Das ist eine Zunahme von 8,5 % im Vergleich zum Vorjahr. Auch in Hildesheim sind die Meldungen deutlich angestiegen von 680 Meldungen im Jahr 2021 auf 828 in 2022. Und das sind nur die offiziellen Zahlen, bekanntermaßen ist das Dunkelfeld auf dem Gebiet häuslicher Gewalt besonders groß. Hinter jedem dieser Fälle verbirgt sich das Leid und der Horror in den eigenen vier Wänden, die eigentlich Schutz und Geborgenheit bieten sollten, angegriffen worden zu sein.

Das „Hildesheimer Aktionsbündnis gegen Gewalt an Frauen“ kämpft seit mehr als 23 Jahren gegen diesen gesellschaftlichen Skandal. In dieser Zeit ist die Zahl der Mitgliedsvereine und -Verbände auf inzwischen 30 Organisationen angewachsen.

In diesem Bündnis haben wir Frauen uns von Beginn an eine doppelte Aufgabe gestellt:

Zu einen informieren wir sehr niedrigschwellig über Unterstützungsangebote, die es hier in der Region für von Gewalt betroffenen Frauen gibt. Das machen wir in erster Linie mit unserer – inzwischen legendär gewordenen – Brötchentütenaktion. Am 25 November – dem Internationalen Tag gegen Gewalt an Frauen – verteilen wir 37.000 gelbe Tüten mit der Aufschrift „Gewalt gegen Frauen kommt nicht in die Tüte“ (angefangen haben wir mit 3000) in der Fußgängerzone, aber vor allem in Bäckereien, Schlachtereien, Lebensmittelläden und Kioske. An diesem Tag verpacken die Geschäfte die eingekauften Nahrungsmittel in diesen Tüten. Mit dem Einkauf und mit Hilfe von Einlegern in den Tüten kommen die Informationen zum Thema Gewalt gegen Frauen und entsprechende Hilfsangebote dort hin, wo sie am häufigsten stattfindet – nämlich im häuslichen Bereich.

Zum anderen machen wir mit unterschiedlichen Aktionen und Veranstaltungen auf die strukturellen Hintergründe und Ursachen aufmerksam, die diese gewalttätigen Übergriffe erst ermöglichen. Denn hinter der Gewalt gegen Frauen steckt nicht einfach nur der vollkommen inakzeptable Umgang mancher Männer mit ihren Aggressionen. Gewalt gegen Frauen ist letztlich der besonders hässliche Ausdruck eines nach wie vor vorhandenen gesellschaftlichen Machtgefälles zwischen den Geschlechtern.

Gewalt gegen Frauen kennt keine Grenzen – keine Ländergrenzen, keine sozialen Grenzen, keine religiösen Grenzen und offenbar auch keine zivilisatorischen Grenzen. Sie ist überall präsent, mal mehr mal weniger gut getarnt. Ihre Bekämpfung darf nicht länger allein den Frauen überlassen werden. Es wird höchste Zeit, dass auch Männer Verantwortung übernehmen. Es wäre ein gesellschaftlicher Fortschritt, wenn am nächsten „Internationalen Tag gegen Gewalt an Frauen“ auch Männer Gesicht zeigen und in der Fußgängerzone die gelben Tüten mit der Aufschrift „Gewalt gegen Frauen kommt nicht in die Tüte“ verteilen würden.“

Weitere Informationen zu dem Bündnis findet ihr unter: aktionsbündnis-frauen-hildesheim.de



Harrys Sicherheitstipp von Erhard Paasch

Kriminaloberrat a.D. und Moderator der Arbeitsgruppe „55 plus Sicherheit“ im Präventionsrat Hildesheim



„Leidenschaft“ in der Kriminalität

Diese spielt leider auch in der Kriminalität eine starke Rolle und ist kriminalistisch und kriminologisch bezogen auf Täterverhalten und Ursachen/Motive für Straftaten leider negativ besetzt. Gerade bei Beziehungstaten ist der Faktor „Leidenschaft“ als situativer Impulsauslöser für sogenannte Eifersuchtsdelikte eine Einflussgröße. Sehr häufig ist das der Fall beispielsweise bei „Körperverletzungsdelikten“, „häuslicher Gewalt“, „Gewalt gegen Frauen“, „Stalking“ bis hin zum „Totschlag oder Mord“. Nachlesen konnte ich, dass weltweit im Jahre 2017 nahezu 30.000 Menschen, vorwiegend Frauen, allein in Liebesbeziehung im Sinne vom „Liebesschwur zum Mord“ getötet worden sind.

„Leidenschaft“ ist ein positiver Impuls in bestimmten Lebenssituationen, zugleich aber auch ein negativer, der oft leider auch „Leiden schafft“. Auf Leidenschaft basierende o.a. Delikte werden juristisch nicht selten niederschwellig als sogenannte „Affektataten“ eingestuft. Sie führen dann oft zu Strafmilderungen. In Realität jedoch handeln die Mehrzahl der Täter geplant und entschlossen; die juristische Bezeichnung dafür wäre „vorsätzlich“.

Das Handeln ist in vielen Fällen weitgehend verbunden mit dem zwanghaften Wunsch des Täters, die Partnerin oder den Partner zu kontrollieren; auch oft getrieben von einem Kontrollwahn. Auch Gefühle wie Wut, Hass, Ehre oder verletzte Eitelkeiten können einen talauslösenden Gewaltimpuls auslösen, wenn sie auf Impulsivität und/oder Kontrollverlust treffen.

Kriminalistisch gesehen (als Tat in Realität seltener) kann es auch zum „Übertäter“ kommen, das heißt, dass Täter an bereits von ihm Getöteten Handlungen durchführen, die auch zum Tode führen würden, wäre das Opfer nicht bereits verstorben; Beispiel dafür - die bereits Erdrosselte wird anschließend verbrannt.

Tätertypologie (männlich) – beispielhaft -

- Oft dissoziale Sozialisationsdefizite.
- Psychische bis psychopathische sowie emotionale Persönlichkeitsstörungen.
- Oft narzisstische Neigungen, latente Gewaltbereitschaft
- Sind stark fixiert auf ihre Partnerin und schaffen Abhängigkeiten bzw. Druckmittel und wollen in der Beziehung dominieren – bis hin zum Kontrollregime.
- Glauben, sind fest überzeugt, einen Anspruch auf die Beziehung zu haben.
- Leben nicht selten in einer Zwangsehe nach tradierten kulturellen Praktiken und/oder „leben“ die Wert- und Rechtssystemvorstellungen eines anderen Kulturkreises.
- Trennung oder Versuch des Opfers sich zu entziehen führt beim Täter oft zur Impulsivität bis hin zum Kontrollverlust und Sinneswandel, der mit „schwerer Gewalt“ enden kann

Präventionsmöglichkeiten bei Opfergefährdung

www.hilfe-info.de

- Suchen Sie Beistand bei einer Person Ihres Vertrauens oder bei einem Rechtsbeistand.
- Gefährdete Personen sollten sich mitteilen bei nahestehenden vertrauten Familienangehörigen/Nachbarn, Sozialarbeitern pp.
- Setzen Sie sich mit einer Beratungs- und Interventionsstelle für „Gewalt“ in Verbindung und nehmen Sie auch die anonyme, kostenfreie und vertrauliche Möglichkeit von psychologi-

scher und/oder therapeutischer Beratung und Hilfe in Anspruch.

- Verlangen Sie auch zivilrechtlichen Schutz.

**- Tun Sie was - handeln Sie! Sie sind nicht allein! -
Werden Sie stark und selbstbewusst!**

- ⇒ Die Kontakte in Ihrer Nähe vermittelt Ihnen auch die Polizei 05121 939115 und/oder das Hilfetelefon „Gewalt gegen Frauen“ (<https://www.hilfetelefon.de/>) unter 0800 116016, rund um die Uhr in vielen Sprachen

Hildesheim „direkt“ – Hilfe/Beratungsstellen in Stadt und Kreis:

- ⇒ Frauenhaus Hildesheim, Telefon 05121 / 15544 und/oder beider Beratungs- und Interventionsstelle bei häuslicher Gewalt (**BISS**) Telefon 05121 / 286081; www.frauenhaus-hildesheim.de; kontakt@frauenhaus-hildesheim.de
- ⇒ Wildrose – Beratungsstelle gegen sexualisierte Gewalt, Telefon 05121 / 402006 und/oder www.wildrose-hildesheim.de
- ⇒ Opferhilfebüro Hildesheim Telefon 05121 / 968-445 oder 968-348 und/oder www.opferhilfe.niedersachsen.de
- ⇒ Sozialdienst katholischer Frauen, Telefon 05121 / 408821 oder -23
- ⇒ Hilfstelefonangebote „Gewalt gegen Frauen“ -116 016- oder das Männertelefon -0800 1239900-.

- Rufen Sie an, trauen Sie sich! -

Nächste Sicherheitsberatungsrunde der AG 55 plus im Rathaus: Mittwoch **4.10 2023** von **10.30-12.00Uhr**
Ende Oktober wieder Sicherheitstrainingskurse:
Bei Interesse: Tel. **0151 115 058 56**

Erhard Paasch

Quellen; www.weisser-ring.de; www.polizei-beratung.de; www.praeventionsrat-hildesheim.de/Harrys Sicherheitstipps „Stalking“ Nr. 15 und „Gewalt gegen Frauen“ Nr., 17, HAZ-Bericht vom 29.07.2023, Seite12 „Flucht aus der Zwangsehe“

KÜHN SICHERHEIT

Haus für Sicherheit®
Osterstraße 40
Hildesheim

Sicherheits-Beratung

Nutzen Sie den kostenlosen und unverbindlichen **Sicherheits-Check**.
Direkt bei Ihnen vor Ort – zuhause oder in Ihrem Unternehmen: **05121 930930**
www.kuehn-sicherheit.de

Was ist **Leidenschaft** ?

Dagmar Fischer



Was genau ist Leidenschaft und warum ist sie für ein erfülltes Leben von Bedeutung? Leidenschaft ist nicht gleich Leidenschaft. Es gibt eine, die uns guttut, und eine, die auf Dauer schadet.

Leidenschaft kann viele Gesichter haben. Manche Menschen brennen für Fußball, andere leben, um Klavier zu spielen, zu malen, zu singen, zu tanzen, Software für Computer zu schreiben oder auch für Politik, Sprachen, Reisen, Kaffee und vieles Andere.

Es sind alles Dinge oder Tätigkeiten, die wir tun, weil sie uns Spaß machen. Das Ziel ist nicht, dadurch Geld oder eine andere Belohnung zu erhalten, sondern die reine Freude an der Ausübung.

Musik ist die Sprache der Leidenschaft
(Richard Wagner)

Leidenschaft kennt keine Einschränkungen oder Grenzen. Sie kann in den verschiedensten Bereichen zum Ausdruck kommen: in der Kunst, in Forschung und Wissenschaft, im Sport, im sozialen Engagement, in einer beruflichen Tätigkeit und in der Liebe.

Jeder Mensch hat unterschiedliche, einzigartige Talente und Interessen, die nur darauf warten, entdeckt und entfesselt zu werden. Echte Leidenschaft entsteht, wenn wir uns mit etwas verbinden, das eine tiefe Resonanz erzeugt, eine intensive emotionale Empfindung in uns auslöst.

Durch Leidenschaft kann unser Leben in viele positive Richtungen gelenkt werden. Unsere Kreativität und Innovationskraft wird geweckt und wir erweitern unsere Fähigkeiten. Wenn wir in unserem Element sind und unsere Leidenschaft leben und ausleben, fühlen wir uns lebendig und erfüllt. Wir können unser Leben sinnvoll gestalten.

Allerdings ist der Weg der Leidenschaft oft nicht einfach. Es erfordert Ausdauer, Hingabe und Mut, sich den Herausforderungen zu stellen, die uns eventuell beugen.

**Nichts wirklich Wichtiges ist
ohne Leidenschaft erreicht worden**
(Georg Friedrich Hegel)

Wir unterscheiden zwei Formen von Leidenschaft. Die **harmoonische Leidenschaft** nimmt einen großen, aber nicht übermächtigen Teil in unserem Leben ein. Sie lässt uns in ihrer Tätigkeit aufgehen, lässt uns aber auch Freiraum für andere Lebensbereiche. Wir behalten die Kontrolle, bleiben offen und achtsam für andere Dinge und Menschen. Hier führt die Leidenschaft zu positiven Erlebnissen.

Ein **obsessiv leidenschaftlicher** Mensch dagegen handelt unter Druck oder Zwang. Er bekommt eventuell mehr Selbstvertrauen, verspürt dadurch soviel Freude und Erregung, sodass das Verlangen danach unkontrollierbar werden kann. Es bleibt wenig Raum für andere Lebens- oder Arbeitsbereiche.

Fazit: Leidenschaft ist Kraft. Eine Kraft, die uns Energie und Begeisterung gibt. Die uns verrückte Dinge tun lässt. Dinge, die uns unmöglich erscheinen. Aber nichts ist unmöglich, wenn man ein Ziel vor Augen hat und das Verlangen, diesen Traum zu realisieren.

**Die Zukunft gehört denen, die an die Schönheit
ihrer Träume glauben!**
(Eleanor Roosevelt)

Leidenschaft



*Die Nächte lang, die Tage kurz.
Ich lebe jede Regung aus.
Mit Feuerherz und rauem Fluch,
Folgt ich der Leidenschaft nach Haus.*

*Mein Herz, es brennt,
doch stets am Rand,
vorbei die Zeit, die Liebe schwand.
Die Leidenschaft, sie bleibt mir treu,
in meinen Worten dunkel neu.*

Sophie Vallaton

Lieblingsplätze.

Freuen Sie sich auf Ihr neues Zuhause und nutzen Sie die Vorteile der größten Wohnungsgenossenschaftin Hildesheim!



Weitere Infos
und Mietangebote
unter bwv-hi.de



BWV
Beamten-Wohnungs-
Verein zu Hildesheim eG

Leidenschaft



Elisabeth Generotzky

Was fällt mir dazu ein? -Erstmal gar nix.



V. links, B. Harenberg, P. Thöneit, E. Generotzky,
H. Mänz, E. Schumann

In meiner Jugend war das Wort und das Thema tabu. Es kam vor in den Lore-Romanen und die durften wir nur heimlich lesen, sie wurden unter dem Pullover versteckt von Freundin zu Freundin weiter gegeben.

Ist das gemeint, die Leidenschaft, die uns am Sonntagabend im ZDF unter dem Oberthema „Herzokino“ angeboten wird?

In meinem alten dtv-Lexikon von 2006 steht dazu: „Leidenschaft, durch Vernunft nicht bezähmbarer Gefühlsdrang, heftige Zuneigung, starke Begierde (Spilleidenschaft), Begeisterung“.

Google hat dazu auch eine Meinung: „sich in emotionalem, vom Verstand nur schwer zu steuerndem Verhalten äußernder Gemütszustand“, oder: „große Begeisterung, ausgeprägte (auf Genuss ausgerichtete) Neigung, Passion für etwas, was man sich immer wieder zu verschaffen, was man zu besitzen sucht, für eine bestimmte Tätigkeit, der man sich mit Hingabe widmet.“

Ich denke darüber nach, was das mit mir und mit meiner Gegenwart zu tun haben könnte. Ich freue mich an meinem Zuhause, an meinem Garten, an Spaziergängen in der Natur, an meinen Kindern und Enkelkindern, an Unternehmungen mit Freundinnen, auch tatsächlich mal an einem Stadtbummel und einem großen Schoko-Eisbecher.

Ich freue mich auch an unserem Singen, unseren Unternehmungen, an unterschiedlichen Begegnungen.

Aber Leidenschaft ist das nicht, das ist Freude am Alltag und Freude am Leben.

Zwei Fragen stellen sich mir, während ich darüber nachdenke:

Ist Leidenschaft etwas, das mir in meinem Leben fehlt, sollte ich mir etwas suchen, das ich mit Leidenschaft füllen könnte und was kann das sein?

Oder ist Leidenschaft etwas, das mit Leiden zu tun haben könnte, und das ich mir in keinem Fall antun würde.

Auf jeden Fall ein Thema, über das wir nachdenken und vielleicht auch mal darüber diskutieren könnten.

Englisch für Senioren Neue Kurse starten im Herbst 2023



- 1x pro Woche, tagsüber
- in kleinen Gruppen
- kostenlose Schnupperstunde
- mit oder ohne Vorkenntnisse
- viel sprechen, wenig Grammatik
- Mindestalter: 50 Jahre

Englisch lernen mit Leidenschaft und netten Menschen! Sie wollen geistig fit und gesellschaftlich aktiv bleiben? Sie wollen alltägliche Gespräche auch auf Englisch führen können? Sie wollen sich mit Ihren Enkeln im Ausland und auch auf Reisen verständigen können? Oder einfach Ihr Englisch verbessern?

ELKA®

Erfolgreich lernen.
Konzepte im Alter.
www.elka-lernen.de

Rechtzeitig anrufen!

(0 176 / 559 772 34
(0 51 21 / 282 473 0



Leidenschaft kann als intensives Gefühl der Begeisterung, Hingabe oder Liebe zu einer bestimmten Sache, Aktivität oder Person definiert werden.

Grundlage jeglicher zwischenmenschlichen Beziehung ist die Kommunikation. Je nach Kontext bleibt sie oberflächlich, sachlich, emotionslos und vielleicht sogar unverbindlich. Im besten Fall ist sie leidenschaftlich. Voraussetzung hierfür ist ein tiefes emotionales Engagement, dass die Person, die leidenschaftlich kommuniziert, antreibt und motiviert.

Wann kommunizieren Sie leidenschaftlich?

Leidenschaftliche Kommunikation ist ein kraftvolles Instrument, um Verbindungen auf einer tieferen Ebene zu schaffen. Themen, die wir leidenschaftlich kommunizieren bewegen uns auf einer tiefgreifenden Ebene. Unsere Werte, unsere Bedürfnisse, vielleicht auch unsere Gefühle sind betroffen. Sodann sprechen wir zu jemanden oder für jemanden. Dies kann Beziehungen stärken.

Eine leidenschaftliche Kommunikation geht über die bloße Übermittlung von Wissen und Informationen hinaus. Sie beinhaltet das Teilen von Eindrücken, Gedanken, Gefühlen, Perspektiven und Strategien und zwar mit einer Intensität, die die Empfangenden berühren kann.

Ist diese Art der Kommunikation dann auch noch authentisch und kongruent, empathisch und nicht nur durch das Sendungsbewusstsein und den missionarischen Eifer des Sprechenden gekennzeichnet; haben die Inhalte auch etwas mit meinem Gegenüber im Hier und Jetzt zu tun, kann dies zu besonderen Momenten führen.

Für leidenschaftliche Kommunikation ist es nötig offen zu sein. Darum ist es wichtig zu bemerken, ob mein Gegenüber gerade in der Lage ist in den Dialog zu treten. Leidenschaftliche Kommunikation kann überzeugen, abstoßen oder uns auch egal sein.

Ein Schlüsselaspekt der leidenschaftlichen Kommunikation ist es im Dialog zu gehen und zu bleiben. Das heißt in direkten, engen Kontakt mit meinem Gegenüber das Thema zu erörtern. Dazu gehört es aktiv zuzuhören und zwar nicht dass, was wir hören wollen, sondern tatsächlich verstehen zu wollen, was mir mein Gegenüber sagen will. Verknüpfen wir das Thema mit uns, unserem Gegenüber, unseren

Standpunkten und sind wir offen für neue Eindrücke, Meinungen und Standpunkte, so kann etwas völlig Neues entstehen.

Gefühle sind ein wichtiger Bestandteil leidenschaftlicher Kommunikation. Das Teilen von Emotionen erfordert Mut, eröffnet jedoch auch die Tür zu tieferem Verständnis. Indem wir zu unseren eigenen Gefühlen stehen und diese offenlegen, ermutigen wir auch unser Gegenüber, ihre Emotionen zu teilen. Was eine Atmosphäre der Offenheit und Intimität fördern kann.

Egal ob ich nun im beruflichen Kontext oder in privaten Beziehungen leidenschaftlich kommuniziere. Mein Thema über das ich leidenschaftlich kommuniziere zeigt meinem Gegenüber was mir wichtig ist und welche Werte ich habe. Hoffentlich bin ich auch offen für mein Gegenüber und nicht nur für das Thema.

Wann haben Sie das letzte mal leidenschaftlich kommuniziert? Zu welchem Thema?

Gern stehe ich Ihnen mit meinen Dienstleistungen zur Verfügung. Jetzt auch als Certified Haveining Techniques® Practitioner.

Ihre Beraterin

Sabine Kaufmann



**Kommunikation
Konflikte · Stress**

Lösungsorientierte professionelle Beratung in den Bereichen Kommunikation, Konfliktmanagement, Selbst- und Zeitmanagement, Selbstwerttraining, Stressbewältigung und Teamentwicklung.

Individuell zugeschnittene Vorträge, Seminare, Workshops sowie Coaching und Kurzzeitberatung für Unternehmen und Privatpersonen.

Sabine Kaufmann · Diplom-Sozialpädagogin (FH)
Lindenweg 1E · 31191 Algermissen
Fon 0 51 26 - 80 202 40 · Fax 0 51 26 - 80 202 42
www.kommunikation-systeme.de





Ursula Oelbe

Versicherung & Finanzmaklerin



Leidenschaft ist ein großes Wort im beruflichen Zusammenhang. Aber ich kann sagen, dass ich „dafür brenne“ meinen Kundinnen zu verdeutlichen, wie wichtig es ist finanzielle Unabhängigkeit zu erlangen. Dabei begegnen mir immer

wieder „Glaubenssätze“, die die Frauen bremsen für sich (vor) zu sorgen. Drei dieser Sätze begegnen mir im Alltag sehr häufig:

„Damit beschäftige ich mich später“ (über die Altersvorsorge)

Beim Vermögensaufbau spielt der Zeitfaktor eine entscheidende Rolle, je früher Sie anfangen zu sparen, desto bessere Ergebnisse können Sie erzielen, auch schon mit kleinen Beträgen.

Beispiel: eine **20-Jährige** braucht monatlich **nur 50 €** zurücklegen um mit 67 Jahren **100.000 €** angespart zu haben (bei einer angenommenen jährlichen Rendite von 5%). Eine **30-Jährige** braucht dafür **90 € monatlich** und bei der **40-Jährigen** sind es **170 €**.

„Man muss doch erstmal Geld haben, um es anzulegen“ (Langfristige Geldanlagen lohnen sich doch nur mit genügend Kapital)

Geld auf dem Sparbuch oder Tagesgeld-Konto zu lagern, ist angesichts der Zinssituation keine Strategie, um Kapital zu bilden. Auch wenn es inzwischen wieder **Zinsen** gibt, so **reichen die nicht aus**, um die **Inflationsrate auszugleichen**. Schon mit kleinen Beträgen (**ab 25 € pro Monat**) können Sie flexible **Fonds-Sparpläne** besparen. Je nach Anlage-Horizont und Risiko-Neigung sind die Rendite-Aussichten sehr gut.

Beispiel: 50 € monatlich in einen **weltweiten, nachhaltigen Aktienfonds** haben von **August 2016 – Juli 2023 (7 Jahre)** eine **jährliche Rendite von 6,56 %** gebracht (nach Kosten). Die **sieben Jahre** habe ich gewählt, weil bei der **Besparung** eines reinen Aktienfonds dieser **zeitliche Horizont** mindestens eingeplant werden sollte. Die Entwicklung des besagten Fonds im Sparplan brachten über **10 Jahre 7,96% p.a.** und über **15 Jahre 9,43% p.a.**

Geduld und Disziplin zahlt sich also deutlich aus!

„Ich investiere lieber in Schuhe als an der Börse“ Mir begegnet häufiger die etwas abgewandelte Form „**aber ich lebe doch jetzt – wer weiß ob ich überhaupt alt werde...**“

Die Lebenserwartung steigt in jedem Jahr um drei Monate. Natürlich sterben auch viele Menschen vor dem statistischen Mittelwert, allerdings werden viele auch erheblich älter... Die **Rentenbezugszeit** kann also durchaus **20-30 Jahre** dauern. Eine Zeit in der Sie sicherlich auch ungern auf **Aktivitäten** verzichten möchten, für die **Geld** benötigt wird. Ich empfehle mit Hilfe eines persönlichen Haushaltsplans die Vorsorge-Möglichkeit auszuloten.

Gern stelle ich Ihnen Möglichkeiten zum Sparen und Vorsorgen vor, damit Sie sorglos in die Zukunft blicken können.

Ich freue mich auf Ihren Anruf!



Faire Beratung zu:
Ethischen/Ökologischen Geldanlagen
Altersvorsorge und Pflegeabsicherung

Fon 0 51 21 . 51 29 95 . www.oelbefinanz.de

Der Rechtstipp §§§ von RAIN Laura Elaine Hoffmann



Ab wann ist eine Trennung eine Trennung?

Ab dem Zeitpunkt der Trennung haben Kinder Anspruch auf Kindesunterhalt und Ehepartner Anspruch auf Trennungsunterhalt. In der Lebenspraxis ist es oft schwierig, den Zeitpunkt der Trennung zu bestimmen.

Was bedeutet Trennung?

Der Begriff der Trennung spielt insb. eine Rolle, wenn sich ein verheiratetes Paar trennt und der Vollzug des Trennungsjahres nachzuweisen ist. Dann kommt es auf den Zeitpunkt der Trennung an, ab dem dann Anspruch auf Unterhalt besteht. Trennung hat auch im Unterhaltsrecht eine rechtliche Bedeutung. Haben Sie sich innerlich vom Partner verabschiedet, ist die rein emotionale Trennung noch keine Trennung im Rechtssinn. Trennung rechtlich betrachtet bedeutet, dass Sie die Trennung von Tisch und Bett vollzogen haben. Dieser Umstand äußert sich im Regelfall darin, dass wenigstens ein Partner aus der gemeinsamen Wohnung endgültig ausgezogen ist.

Macht es beim Kindesunterhalt einen Unterschied, ob man verheiratet ist oder nicht?

Geht es um Kindesunterhalt, kommt es bei der Trennung unterhaltsrechtlich nicht darauf an, ob Sie miteinander verheiratet sind. Der Anspruch auf Kindesunterhalt für ein gemeinsames Kind besteht auch, wenn das Kind nicht ehelich geboren wurde und die Eltern nicht miteinander verheiratet sind (§ 1615I Abs. III BGB). Die Grundsätze, nach denen die Trennung im Rechtssinn beurteilt wird, sind vergleichbar. Hinzutreten kann ein Unterhaltsanspruch der nichtverheirateten Mutter wegen der Pflege und Erziehung eines Kindes. Diese Unterhaltungspflicht besteht frühestens vier Monate vor der Geburt und besteht für mindestens drei Jahre nach der Geburt. Sie verlängert sich, solange und soweit dies der „Billigkeit“ entspricht. Bei der Bewertung sind die Belange des Kindes und die Möglichkeiten der Kinderbetreuung zu berücksichtigen (§ 1615I Abs. II BGB).

Wie weisen Sie die Trennung im Streitfall nach?

In der Praxis streiten die Partner oft darüber, wann genau die Trennung erfolgt ist. Typisches Kriterium ist der Auszug aus der gemeinsam genutzten Wohnung. Bestreitet der Partner den Tag des Auszugs, müssten Sie den Trennungszeitpunkt anderweitig nachweisen. Ein Indiz kann sein, dass Sie sich nach Ihrem Auszug und Umzug beim Einwohnermeldeamt neu angemeldet haben. Im Idealfall formulieren Sie eine „Erklärung zum dauernden Getrenntleben“ (Trennungsbrief). In einer darauf aufbauenden Erklärung erklären Sie formlos unter Angaben Ihrer Person, dass Sie sich von Ihrem Ehepartner dauerhaft getrennt haben und bezeichnen den Tag der Trennung. Es versteht sich, dass die Erklärung auch von Ihrem Partner oder Ihrer Partnerin unterzeichnet werden sollte.

Das Unterhaltsrecht arbeitet mit Definitionen. Streitigkeiten lassen sich nur vermeiden und letztlich entscheiden, wenn Rechte und Pflichten klar beschrieben und definiert sind. Zweifel gehen im Regelfall zu Lasten dessen, der Ansprüche erhebt oder Ansprüche zurückweisen möchte.

Sie finden uns in der Osterortpassage
Im 2. Obergeschoss mit **barrierefreiem** Zugang.

**Rechtsanwältin
Laura Elaine Hoffmann**

Osterstraße 41-44
31134 Hildesheim

**Fachanwältin für Familienrecht
Fachanwältin für Sozialrecht**

Tel. 05121 208090

Opferrecht und Nebenklage
Migrationsrecht

info@hammer-rechtsanwaelte.de

www.hammer-rechtsanwaelte.de



Hammer
Rechtsanwälte

Besprechungen und Korrespondenz auch in
Englisch

Was geht ab in Hildesheim?

Die Zeichen stehen auf Diversität

Hildesheim bekommt Vielfaltsampeln

Die letzte Sitzung des Hildesheimer Stadtrates endete ausgerechnet beim letzten Antrag auf der Tagesordnung mit einer besonders kontroversen und langen Debatte. Das Thema? Vielfaltsampeln.



Vielfaltsampeln erscheinen auf den ersten Blick und aus der Ferne wie normale Fußgänger:innenampeln. Sie haben aber das Ziel Diversität und verschiedene Orientierungen als etwas Alltägliches im öffentlichen Raum sichtbar zu machen, ohne dabei übergreifend zu sein. Denn bei Vielfaltsampeln ist in der Grünphase kein gehendes Männchen zu sehen, sondern beispielsweise zwei sich küssende Männchen, Händchen haltende weibliche Figuren oder andere diverse Figuren. So zeigen die Ampeln verschiedene Facetten unserer Gesellschaft.

Die Idee die Vielfaltsampeln in Hildesheim einzuführen stammt von der Mehrheitsgruppe aus SPD, Bündnis 90/ Die Grünen und die Partei. Der Antrag löste unterschiedliche Reaktionen aus, die zu einer langen und kontroversen Debatte führte. Die meisten Ratsmitglieder begrüßten die Initiative und sahen darin eine Chance, das Bewusstsein für die Vielfalt in unserer Stadt zu stärken. Die Ampeln sollen ein positives Signal setzen und ein inklusives Klima in Hildesheim fördern.

Auf der anderen Seite gab es aber auch kritische Stimmen. Vielfaltsampeln seien überflüssig und hätten nur eine symbolische Wirkung. Zudem wurde argumentiert, dass die Verkehrssicherheit durch zusätzliche Signale gefährdet sei und sehen eine tatsächliche Wirkung eher kritisch als praktisch. Anhand mancher klar queerfeindlichen Äußerungen innerhalb der Debatte wird aber die Wichtigkeit von mehr Sichtbarkeit und Normalisierung diverser Lebensformen deutlich.

Trotz der kontroversen Diskussion hat das Thema Vielfaltsampeln im Hildesheimer Stadtrat eine wichtige Debatte über gesellschaftliche Werte und Normen angestoßen. Die Auseinandersetzung und viele Gespräche im Anschluss zeigten, dass viele Menschen in der Stadt bewusst über die Inklusion und Sichtbarkeit von vielfältigen Lebensweisen nachdenken und bereit sind kreative Lösungen zu suchen und umzusetzen, um Diversität in den öffentlichen Raum zu integrieren.

Für Hildesheim bedeutet dies konkret, dass aufgrund des Ratsbeschlusses zeitnah an einigen Fußgänger:innenüberwegen die vorhandenen Piktogramme in den Ampel gegen Ampelmenschen in vielfältigen und queeren Konstellationen der Liebe ausgetauscht werden sollen.

Carina Goerz ist Mitglied im Hildesheimer Stadtrat und dort die Vorsitzende des Ausschusses für Soziales, Jugend und Integration. Die Sozialpädagogin engagiert sich außerdem in ihrer Partei auch als Vorsitzende des SPD-Ortsvereins Stadtmitte/ Neustadt



Am 5. August, feierte Dr. Lore Auerbach, Hildesheims einzige lebende Ehrenbürgerin, ihren 90. Geburtstag. Oberbürgermeister Dr. Ingo Meyer gratulierte der Jubilarin im Namen der Stadt Hildesheim im Rahmen einer von der Universitätsgesellschaft veranstalteten Geburtstagsmatinee in der Aula im Hohen Haus des Kulturcampus Domäne Marienburg. Dr. Lore Auerbach ist Ehrenvorsitzende der Universitätsgesellschaft Hildesheim.

„Mit der Stadt Hildesheim verbindet Lore Auerbach neben persönlichen Bindungen ein langer und beispielloser Werdegang. Ob als Ehrenbürgerin, Trägerin des Verdienstkreuzes am Bande des Niedersächsischen Verdienstordens oder des Kreuzbrakteaten: All diese Auszeichnungen sprechen allein schon für sich und stellen dar, wie viel sie für unsere Stadt und ihre Menschen zum Beispiel in ihrer langjährigen Funktion als Ratsmitglied und Bürgermeisterin geleistet hat“, so der Oberbürgermeister. „Aber auch durch ihren Einsatz im musikalischen und kulturellen Bereich, ob als Vorstandsmitglied der Musikschule oder als Vorsitzende des von ihr gegründeten Freundeskreises der ‚Jüdischen Gemeinde Hildesheims‘, hat sie Hildesheim weit über seine Stadtgrenzen hinaus würdig vertreten.“

DR. Lore Auerbach ist auch dem Verein Antonia freundschaftlich verbunden. Wir konnten Sie auf vielen Veranstaltungen begrüßen.



Fassen Sie sich ein Herz auf
heimatherzen.de

Gutes tun für unsere Heimat.

heimatherzen.de – die Spendenplattform für Vereine und ihre Unterstützer. Machen Sie mit und unterstützen Sie Ihren Lieblingsverein!

Mehr Infos unter:
www.heimatherzen.de
Die Spendenplattform der Sparkasse Hildesheim Goslar Peine

Weil's um mehr als Geld geht.



Vier leidenschaftliche Frauen

© Cristina R. Hirschochs Villanueva

Trommelbrink 2A | 31139 Hildesheim | 05121-2831755 | tina@hirschochs.de
www.christina-hirschochs-villanueva.com



Alma Mahler-Werfel (1879-1964) war eine leidenschaftliche Frau in jeglicher Hinsicht. Sie liebte die Kunst und vor allem die Schöpfer der Kunst, nicht allein der Männer wegen sondern in ihrer Funktion als Komponisten und Künstler. Sie selbst war **Pianistin und komponierte**. Sie war verheiratet mit dem Komponisten und Dirigenten Gustav Mahler, nach dessen Tod mit dem Architekten Walter Gropius und danach mit dem Dichter Franz Werfel. Sie war in ihrer Jugend mit dem Maler Gustav Klimt bekannt und hatte eine Affäre mit Oskar Kokoschka. Als Gastgeberin künstlerischer Salons versammelte sie in Wien, dann nach 1938 in Los Angeles und New York, Künstler und Prominente um sich. Alma gebar 4 Kinder und hatte 11 Abtreibungen. Ihre Tochter Manon aus der Verbindung mit Gropius starb mit 18 Jahren. Im Klima zunehmender politischer Radikalisierung verstärkte sich der bei Alma Mahler schon immer vorhandene Antisemitismus. Nach ihrer Emigration verstarb sie am 11. Dezember 1964 im Alter von 85 Jahren in ihrem New Yorker Appartement. Alma Mahler-Werfel stilisierte sich in ihrer 1960 erschienenen Selbstbiographie zur **schöpferischen Muse**. [Anm. der Autorin: in dieser Kürze ist das überaus vielschichtige Leben der Alma Mahler-Werfel nicht darzustellen.]



Madeleine Landy (1912-2015) war **Widerstandskämpferin**, Geschäftsfrau, femme de lettres, Rebellin, Grande Dame, Künstlerin, Literatin, Wissenschaftlerin und Landwirtin. Sie lebte viele Jahre in den Pyrenäen, in der Nähe des 1230 meterhohen ic de Bugarach, in ihrem eigenen Gutshof. Sie gehörte zu jenen, die deutschen Emigranten bei der Flucht geholfen haben; sie war Offizier der Resistance. Nach der Machtübernahme der Nationalsozialisten wurde ihre Pariser Wohnung zu einem Zufluchtsort für deutsche Emigranten. 1942 engagierte sie sich mit ihrem Ehemann in der gaullistischen Widerstandsbewegung. Seit den 1960er Jahren bewirtschaftete sie 50 ha Wald: zu ihrem Hof gehörten 300 Schafe und rund zwanzig Pferde. In ihren Erzählungen, die sie während des Krieges schrieb und die in den 1990er Jahren veröffentlicht wurden, beschreibt sie ihre Leidenschaft für Wälder und Berge sowie für die Rettung der Natur. Mit 102 Jahren nimmt sie die Rosette der Ehrenlegion entgegen.



Louise Bourgeois (1911-2010) war eine französisch-US-amerikanische Künstlerin. Bekannt ist sie vor allem als **Bildhauerin**, die sich sehr früh mit Installationen befasste. Themen, die sie mehrfach behandelte, sind die weibliche und männliche Geschlechtlichkeit, das Verhältnis von Geborgenheit und Abhängigkeit, das Unbewusste und der Tod. Spinnen, Zellen und Phalli treten als wiederkehrende Motive in ihrem Werk auf. Bourgeois lebte und arbeitete seit 1938 in New York City. »Meine ersten Skulpturen [...] waren eine Flucht vor meinem Vater. Ich habe zahlreiche Arbeiten zu dem Thema 'The Destruction of the Father' gemacht. Ich vergebe nicht und ich vergesse nicht. Das ist das Motto, das meine Arbeit nährt.« Ihre Mutter bot ihr einen Ort der Zuflucht vor ihrem Vater. Daher beschrieb Bourgeois ihre Mutter als die beste Freundin ihrer Kindheit. In ihren Kunstwerken wird sie oft durch eine *Spinne* symbolisiert, da sie Weberin war. Ihre Kunst stellt somit eine Aufarbeitung ihrer Kindheit dar, was sie selbst als Privileg zu sublimieren bezeichnet. Ihre Wohnung, genauer ihr Bibliothekszimmer, im New Yorker Stadtteil Chelsea wurde 1996 für viele Jahre zum allsonntäglichen Salon für angemeldete Künstler aller Sparten aus aller Welt, die Kostproben ihres Schaffens geben wollten. Kaum jemand hat kindliche Traumata und weibliches Rollenverständnis, Ängste und geheime Wünsche so obsessiv künstlerisch verarbeitet wie Louise Bourgeois. Sie starb im Alter von 98 Jahren in Chelsea.



Alfonsina Strada (1891-1959) war eine italienische Radsportlerin, eine historische Radsportlegende. Sie war die einzige Frau, die jemals an einer der drei großen Rundfahrten für Männer teilgenommen hat: 1924 startete sie beim *Giro d'Italia*, weil die Organisatoren glaubten, sie sei ein Mann. Ihre Radsport-Karriere dauerte 26 Jahre an. Auf der Etappe von Genua nach Florenz (307,9 km) kam es zu einem Wetterwechsel, es regnete in Strömen, und die Straßen waren von Schlamm und herabgestürzten Steinen übersät; Strada stürzte häufig, wie viele andere. Als ihr Lenker auf der achten Etappe von L'Aquila nach Perugia (296 km) brach, ersetzte sie die eine Hälfte durch einen Besen, den ihr ein Bauer gegeben hatte. Nach der zehnten Etappe wurde sie von einer Menschenmenge vom Rad gehoben und getragen, nachdem sie die Etappe unter Tränen wegen Schmerzen und Erschöpfung beendet und das Zeitlimit um 25 Minuten überzogen hatte. Dieser enthusiastische Empfang motivierte sie, bis zum Ziel in Mailand weiter zu fahren. Nur 38 Fahrer beendeten diesen Giro. Strada war 20 Stunden schneller als der offiziell Letzte. 1957 verkaufte Strada einige ihrer Medaillen und Trophäen, um sich ein Motorrad zu kaufen. Im September 1959 fuhr sie mit dem Motorrad zum Rennen Tre Valli Varesine. Als sie nach Hause kam, stürzte sie zusammen mit dem Motorrad beim Aufbocken und erlitt einen tödlichen Herzanfall. Das Fahrrad von Alfonsina Strada befindet sich im *Museo del Ciclismo Madonna del Ghisallo* am Comer See.

Quellen: Foto: https://de.wikipedia.org/wiki/Alma_Mahler-Werfel#%C3%9Cberblick, Foto 1899, gemeinfrei. | <https://www.ladepeche.fr/article/2015/03/07/2061984-madeleine-landy-degon-decoree-de-la-legion-d-honneur.html>. | Hanna Gagel: *So viel Energie – Künstlerinnen in der dritten Lebensphase*. Aviva Verlag, 2005. S. 133–150. | 3sat.de, 28. 12. 2005. | Foto: © Oliver Mark, CC BY-SA 4.0, <https://commons.wikimedia.org/w/index.php?curid=124739349>. | https://de.wikipedia.org/wiki/Alfonsina_Strada#/media/Datei:Alfonsina_Morini.jpg, Foto: Gemeinfrei.

Meine Leidenschaft für Bücher

Heide Ahrens Kretzschmar



Ich liebe das Lesen von Büchern, egal welches Genre oder Thema. - Nein, das stimmt nicht ganz. Sachbücher langweilen mich schnell und Krimis lese ich sehr selten, da ich andere Geschichten einfach spannender finde.

Wie bin ich zu dieser Begeisterung gekommen? Wahrscheinlich liegt es daran, dass mein Vater auch schon ein leidenschaftlicher Leser war. Solange ich denken kann, gab es Bücher bei uns zuhause und mir wurden als kleines Kind bereits Märchen und kurze Geschichten vorgelesen.

In der Kleinstadt, in der ich aufgewachsen bin, gab es außerdem eine Bücherei, die ich als Schülerin ausgiebig nutzte. Anfangs Kinder -und Jugendbücher, später Romane ,wie zum Beispiel „Vom Winde verweht“ und die ganzen Geschichten über Einwanderer in Amerika von Gwen Bristow. Irgendwann entdeckte ich auch die alten Klassiker und war vor allem von Heinrich Heine und meinem Lieblingsautor Hermann Hesse fasziniert. Was für eine Kunst, so schreiben zu können!

Dann in der Pubertät lernte ich, dass es auch Bücher gibt, die mein Vater in der zweiten Reihe seines Regals „versteckte“. Dadurch waren sie umso interessanter für mich. Damals in den 70er Jahren waren ja schon Romane über angedeutete sexuelle Handlungen verpönt. Aus der heutigen Sicht würden wir wohl darüber lachen, wenn „Lady Chatterley“ oder Ähnliches bezeichnet wird. Jedenfalls las ich heimlich die Bücher aus der „zweiten Reihe“ und fand das sehr aufregend.

Dann kam die Zeit, in der ich die Bücher von J. Mario Simmel, später H. Böll, Simone de Beauvoir und Andere verschlungen habe. Die Themen über soziale und politische Probleme, zwar in Romanform, trafen genau mein Interesse.

Bis heute ist es so geblieben, dass ich immer auf der Suche nach interessanter Lektüre bin. Das ist mittlerweile oft nicht so einfach, da es ein riesiges Angebot an Lesestoff gibt. Einige Exemplare liegen dann oft ungelesen an meinem Bett, da sie mich gerade trotz Werbung nicht ansprechen. Andere wieder begeistern mich vom ersten Kapitel an. In jedem Fall brauche ich vor dem Einschlafen ein

Buch, sonst würde mir etwas fehlen.

Ein richtiges Problem ist es mittlerweile, dass ich mich sehr schlecht von Büchern, die ich gelesen habe, trennen kann. So habe ich ständig übervolle Bücherregale und nur nach starker Überwindung sortiere ich mal einiges aus. Wegschmeißen kann ich die Bücher aber auch dann nicht. Lieber spende ich sie. Da ist es hilfreich, dass ich in Hildesheim die Bücherei nutze und so durch vorgegebenen Termin zur Rückgabe gezwungen bin.

Besonders schön ist auch, dass ich in einem Le-seclub bin, in dem wir alle vier Wochen Bücher tauschen und die besonders beeindruckenden Romane besprechen.

Was ich immer in meiner Nähe habe, ist ein Buch, so dass ich jederzeit und egal, wo ich bin, lesen kann. Ich denke diese Leidenschaft hat meine Tochter von mir übernommen, da auch sie mit mir im Austausch über Büchern ist

Ich hoffe, dass auch meine Enkelkinder trotz der vielen Medienangebote etwas von meiner Begeisterung übernehmen. Deshalb lese ich ihnen gerne vor und natürlich bekommen sie von mir zu Geburtstagen oder Weihnachten ein Buch geschenkt. So bin ich auch zu dem Namen „Bücheroma“ von ihnen gekommen.



Die Geschichte der Schreibwerkstatt

Punkt für Punkt zum eigenen Text: ...

Christa Bachstein



Er begann zu glühen, erst in den Wangen, wie nach einer groben Rasur. Er fühlte die Hitze in seinem Gesicht, fühlte, wie sie langsam über seinen Hals nach unten kroch, sich im ganzen Körper ausbreitete. Ich brenne, dachte er. Nicht von der heißen Schokolade, die er oft zu schnell an den Mund genommen und getrunken hatte, um zu verbergen, wie er sie beobachtete und nicht aus den Augen ließ, solange sie im Raum war. Nein, er hielt die Tasse noch in seiner Hand, sah die dunkle Flüssigkeit dampfen und spürte diese Unruhe, die die Hand beben ließ. Sie stand neben dem Tisch, der Rock bauschte sich weit und

berührte sein Knie. Sie stand da und ging nicht wie sonst mit diesem kleinen Knicks zurück in die Küche, sondern blieb und die Hitze breitete sich weiter aus und die Unruhe nahm zu. Ich bin ein Narr, dachte er, und bin zu alt dazu. Ich wollte nur diese kleine Pause, um heiße Schokolade zu trinken und nun bin ich gefangen, weil mir ein nackter Mädchenarm die Tasse reicht und weil die Schritte schon zu hören sind, bevor sie den Raum betritt und weil sie den Kopf zu hoch trägt und so aufrecht geht, als sei sie stolz, als sei sie eine Dame, die einer nicht ohne Grund ansprache und weil ihre Augen klar und aufmerksam blicken und weil ihre Wangen zart erröten, wenn sie die Tasse auf meinen Tisch setzt, behutsam und anmutig und weil sie dann leicht in die Knie geht und sich abwendet. Aber jetzt steht sie neben mir und ich fühle ihre Wärme, fühle ihren Atem, fühle ihren Blick und da ist dieser Duft, den ich nicht kenne und da ist etwas Fremdes, das ich nicht einschätzen kann. Er versuchte, die Hand zu beruhigen, versuchte, den Atem zu bändigen, versuchte, die Tasse zu halten, blickte nicht auf, spielte seine Rolle wie immer, hielt die Augen gesenkt, bis es nicht mehr gelang, bis er den Duft, die Hitze, die Nähe, den Moment nicht mehr aushielt. Da sah er auf und sah direkt in ihre Augen und ihre Augen waren ernst und ruhig. Und da ließ er alles geschehen und die Zeit stand still.

NATUR-CONCEPT®

Gesunde Raumgestaltung und mehr

EIN PERFEKTER TAG

Klangspiele sorgen für eine sanfte musikalische Untermalung, während Sie beim Frühstück im Garten unseren leckeren „Honig vom Berge“ genießen. Räucherspiralen oder Stäbchen oder ätherische Öle verströmen einen wundervollen Duft und vertreiben lästige Plagegeister. Am Abend sorgen orientalische Laternen mit flackerndem Kerzenlicht für magische Momente, während Sie sich ein Glas Rosé- oder Weißwein aus unserem reichhaltigen Sortiment genießen. Wir haben alles vorrätig!



André Parpeix, Malermeister · **Richard-Gerlt-Str. 2** (Lachnerring)
31137 Hildesheim · Tel: 0 51 21 - 2 52 35 · www.natur-concept.de

Heike Altmann-Hürter



Ende Mai erschien im Atlantis Verlag eine Neuauflage des Kinderbuches

"Belle und Sébastien" von Cécile Aubry. Dieser Kinderbuchklassiker hat auch 60 Jahre nach seinem ersten Erscheinen einen ganz besonderen Reiz.

Die französische Autorin Cécile Aubry erzählt in ihrem Roman die Geschichte des sechsjährigen Sébastien, der bei seiner Geburt seine

Mutter verliert und mit dem "alten" César einen väterlichen Freund gewinnt. Für César ist es selbstverständlich, den kleinen Waisenjungen in seiner Familie aufzunehmen und gemeinsam mit seinen Enkelkindern Angéline und Jean kümmert er sich liebevoll um Sébastien.

Die beiden streifen durch die Natur und der kleine Sébastien ist ein gelehrigen Schüler, der sich bald sicher durch die raue Landschaft der französischen Alpen bewegt. Als die Bewohner des kleinen Bergdorfes Jagd auf die Pyrenäenberghündin Belle machen, setzt Sébastien alles daran, das Vertrauen der scheuen Hündin zu erlangen und sie zu retten.

Belle und Sébastien ist ein wenig Abenteuerroman, vor allem eine wunderschöne, zu Herzen gehende Freundschaftsgeschichte.

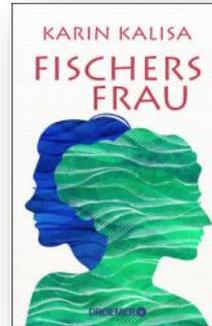
Für alle Bücherfreund:innen von 8 bis 99 Jahren.

Atlantis Verlag, 978-3-7152-3008-5, Cécile Aubry:
Belle und Sébastien, 16 Euro:

Fischers Frau, Karin Kalisa



Haben Sie schon einmal etwas über Fischerteppiche gehört oder gelesen? Oder haben Sie Fischerteppiche schon gesehen? Vielleicht haben Sie selbst einen derartigen Teppich?



Ich kannte diese Teppiche nicht und habe sie durch das Buch „Fischers Frau“ von Karin Kalisa kennengelernt. Durch meine Recherche im Internet konnte ich mir ein Bild von diesen besonderen Teppichen machen, die mich sofort ansprachen. „Fischers Frau“ ist ein Roman über die fast vergessenen pommerschen Fischerteppiche, die wahrhaftig ist und wunderbar von Karin Kalisa erzählt wird. Die ein knappes Jahrhundert alten Fischerteppiche hängen in Museen und Heimatstuben in Greifswald, Freest und

Wolgast. Sie zeigen ein uraltes Handwerk, das vor knapp hundert Jahren an der Ostseeküste aus der Not heraus wieder lebendig wurde. Damals, nach dem ersten und wenige Jahre vor dem zweiten Weltkrieg im Jahr 1928 bestand ein dreijähriges Fangverbot für die Fischer an der Ostsee, da es kaum noch Fische gab. Dafür gab es einen findigen Landrat, der sich sagte, wer Netze knüpfen kann, der kann auch Teppiche knüpfen. Und so lernten die Fischer das Knüpfen klassischer türkischer und persischer Knoten und erfanden dazu ihre eigenen Muster, damit ihre Teppiche echt aussahen. Ein österreichischer Tapissierist, Rudolf Stundl, wurde an die Ostsee geholt. Er half den Fischern beim Entwerfen der regionalen Motive: Stranddistel, Vieranker, Achtfischrosette und war maßgeblich für den Erfolg der pommerschen Fischerteppiche verantwortlich. Die Fischer vertrieben ihre Teppiche selbst und konnten so die Durststrecke ohne Fischfang überstehen.

Dies ist der geschichtliche Hintergrund des Romans. Die Autorin hat ihn genommen, um zwei verschlungene Lebenswege in ihn einzuweben. Da ist zum einen die Museumskuratorin und Faserarchäologin Mia Sund, die im Greifswalder Museum für alles Gewebe, Geknüpft und andere Textilien zuständig ist. Sie bekommt einen ungewöhnlichen Fischerteppich von ihrem Kollegen auf den Schreibtisch gelegt mit den Worten: „Nicht, dass es eine Fälschung ist.“ Es ist dieser Satz, der Mia Sund nicht loslässt und die Vergangenheit heraufbeschwört, eine Zeit, in der die Worte „echt und falsch“ oder eher „echt und gefälscht“ eine große Rolle spielten. Es ist eine Reise in eine Vergangenheit, die nicht blütenweiß und einfach war.

Der Teppich auf ihrem Schreibtisch zeigt aber nicht das Leben an der See in den üblichen Braun- und Beige-Tönen, sondern ist grün in allen Schattierungen, was sehr ungewöhnlich ist. Dies gibt Mia Rätsel auf, die sie lösen will. Wer ist die Künstlerin, die ihn hergestellt hat? Was ist, „wenn er eine Fälschung“ ist? In der Bordüre entdeckt sie einen Namen: Nina Silke Strand. Die schüchterne Mia beginnt eine Forschungsreise, die sie durch halb Europa führt, um die Künstlerin des Teppichs ausfindig zu machen. Parallel zu dieser Reise erzählt die Autorin die Geschichte der Knüpferrin des Teppichs, um schließlich beide Fäden zu einem kunstvoll zu verknüpfen.

Das Buch „Fischers Frau“ liest sich teils wie ein Forschungsbericht, teils wie ein Märchen, an dessen Ende die Erkenntnis steht, „dass etwas nicht unbedingt „echt“ sein muss, um dennoch wahrhaftig und keine Fälschung zu sein.“ So die Redakteurin vom NDR (Lenore Löttsch), in dem das Buch hoch gelobt wurde und es im Jahr 2022 als „Buch des Monats Juni“ galt.

Das Buch ist im Droemer-Verlag 2022 erschienen, 250 Seiten stark und kostet gebunden 22,00€, als Taschenbuch 12,99€.

Es gibt keinen Anfang und kein Ende,
nur die unendliche Leidenschaft zu leben

Federico Fellini

Der Leseladen

Bücher am Marienburger Platz
Herzlich Willkommen

So erreichen Sie uns:
tel. 05121 / 1775482
per E-Mail: info@derleseladen.com
online-shop: derleseladen.com

„Böse Mädchen kommen in die Chefetage – Strategien für mehr Durchsetzungsstärke.“
(3. Auflage)

Ein topaktuelles Thema, denn die Frauenquote ist noch immer vieldiskutiert. Brisant und herausfordernd sind auch die Thesen von Lutz Herkenrath, der Frauen auffordert sich vom braven Schäfchen zum bösen Mädchen zu wandeln – Schäfchentest inklusive!

Viele Frauen sind zu höflich, lange zu freundlich und zu selbstkritisch. Viele Männer sind zu macht- und statusorientiert. Beides hat Gründe, beides führt nicht immer zum Erfolg.



Lutz Herkenrath lebt in Hamburg, ist Schauspieler, Coach und Autor. Er versteht sich als Mittler zwischen den Welten, denn er weiß als Mann, wie die Regeln der männlichen Machtkämpfe funktionieren. In seinem Buch verrät er Frauen, wie sie sich darin behaupten können, ohne sich zu verbiegen und den männlichen Spielregeln anzugleichen. Dabei helfen konkrete und unverbrauchte Tipps, eine persönliche Strategie zu entwickeln: Was ist mein Ziel? Wie will ich mich positionieren?

Das Buch ist im Rutschbahn Verlag Hamburg erschienen und kostet 16,90 € auch über <https://www.lutz-herkenrath.de/shop/> portofrei zu erwerben.



„ Böse Mädchen kommen in die Chefetage“ können Sie gewinnen!

Wie heißt das Thema unserer Zeitschrift im September?

Rufen Sie uns an: 0162 2927059

Mit Herz dabei.

Lesen und Bücher. Das liegt uns besonders am Herzen. Wir helfen Ihnen bei allen Fragen rund um das Buch. Egal, ob Roman, Kinderbuch, Sachbuch, Lifestyle, Noten & Musik – oder eBooks.
info@ameisbuchecke.de oder T 05121 34441

www.ameisbuchecke.de

ameis BUCHECKE

Das Silbenrätsel von Helga Bruns

Aus den 42 Silben sind 12 Wörter zu bilden, deren 7. Buchstaben, von oben nach unten gelesen, das Thema dieses Frauenmagazins ergeben.

brust – de – de – fa – fa – fah – gen – go – gus – hel – him – in – ka – ki – kir – ko – la – land – li – lich – mels – men – mo – na – ne – ners – ni – nu – re – ren – rif – schen – scho – schwim – sper – tal – tan – te – te – thür – tun – werk

- Eiscremesorte
- UNESCO Weltkulturerbe im Kreis Hi. (2 Wörter)
- moderne Badebekleidung (Frauen)
- sommerliches Erfrischungsgetränk
- Sommerfrüchte
- Festival in Hildesheim
- Stadtteil in Hildesheim
- Wassersportart
- Sport auf dem Wasser
- deutsche Insel in der Nordsee
- bekannte Urlaubsinsel in Europa
- Stausee im Harz



RUHE
im Wandel



Mein Leben veränderte sich von Grund auf, als ich vor fast 13 Jahren zum ersten Mal mit der Quantenphysik und später mit Zwei-Punkt Methode in Berührung kam.

Laut Quantenphysik besteht alles aus miteinander verwobenen Energiefeldern.

Feste Materie besteht in Wirklichkeit aus pulsierenden energetischen Schwingungen, die wir mit unserer Aufmerksamkeit beeinflussen können. Somit bestimmen wir den Verlauf unserer Erfahrungen.

Die Zwei-Punkt-Methode ist eine energetische Heilmethode, die auf uraltem spirituellem Wissen und der modernen Quantenphysik beruht.

Der Ursprung dieser Methode stammt aus jahrtausendealten hawaiianischen Methoden der Quantenheilung.

Dort nennt man diese Methode Kahi und das heißt:

„Die magische Berührung“ Kahi bedeutet auch Einssein.

Mit der Zwei-Punkt-Methode wird eine Verbindung mit höher schwingenden Energien hergestellt und durch die Kraft der Absicht werden diese Energien auf die anstehenden Lebensthemen gelenkt.

So werden die Themen transformiert und es entsteht ein leichter schwingendes Energiefeld mit einem besseren Informationsfluss.

Mit dieser Methode kann man unterschiedliche Themen bearbeiten und transformieren, wie z.B.:

- Körperlicher oder emotionaler Schmerz
- Beziehungsprobleme
- Mangelnde Anerkennung
- Geldsorgen
- Jede Art von Wünschen, Zielen und Visionen
- u.s.w.

Einzelcoaching Quantenheilung

Sarira Anvari
Sedanstraße 2
31134 Hildesheim

E-Mail: ino@ruhe-im-wandel.de
www.ruhe-im-wandel.de
Tel.: 0160 10 15 110



Die richtige Pflege

Liebe Leser:innen,

Wussten Sie schon, dass die Reinigung der Gesichtshaut 80% der Pflegewirkung ausmacht (sagt uns die Firma Hildegard Braukmann!). Durch eine richtige, gezielte Reinigung bereiten Sie Ihre Haut auf die nachfolgenden Pflegeprodukte vor. Ihre Seren, Tages- und Nachtcremes, sowie Spezialpräparate werden dann optimal von der Haut aufgenommen und können gezielter und intensiver wirken. Verwenden Sie nur milde Reinigungsprodukte, die auf Ihren Hauttyp abgestimmt sind.



Wenn Sie eine empfindliche Haut haben, probieren Sie doch mal ein klärendes Mizellenwasser aus! Bei den Mizellen handelt es sich um winzige Moleküle. Wie ein Magnet ziehen sie Make-up, Schmutz und Talg an und lösen sie schonend von der Haut. Zusätzlich enthält Mizellenwasser pflegende und feuchtigkeitsspendende Wirkstoffe.

Ich wünsche Ihnen einen entspannten Herbst

Herzliche Grüße Ihre Rosemarie Zorn

Kosmetikstudio

Rose Zorn

Alter Markt 60
31134 Hildesheim
05121-34945
0176 - 64 98 55 44





Leben für die Politik

LEBEN FÜR DIE POLITIK

Edeltraud Groenda-Meyer

„Ich habe erreicht, was ich wollte. Es ist bewiesen, dass eine Frau das kann.“ A. Renger

Die Biografien dreier, sehr unterschiedlicher, leidenschaftlicher Politikerinnen habe ich mir genauer angeschaut: Annemarie Renger, Hildegard Hamm-Brücher und Antje Vollmer.



Annemarie Renger, geb. Wildung (1919-2008), (SPD-Mitgliedschaft 1945-2008) wurde das 1934 verwehrt, weil sie aus einer sozialdemokratischen Familie kam, ihr Vater war Tischler. Sie wurde erst Verlagskauffrau. 1944 wurde sie Witwe, mit nur 26 Jahren. Nach dem Krieg arbeitete sie 7 Jahre lang

als Privatsekretärin und Lebensgefährtin für Kurt Schumacher. Aus erster Ehe hatte sie einen Sohn. 1963 heiratete sie ein zweites Mal. - Nach Kriegsende war sie 1945 in die SPD eingetreten und schon 1953 (bis 1990!) wurde sie in den Bundestag gewählt. Als Parlamentarische Geschäftsführerin der SPD-Bundestagsfraktion zog sie als erste Frau in den engeren Fraktionsvorstand der SPD-Fraktion ein. In dieser Fraktion schlug sie sich selbst für das Amt des Bundestagspräsidenten vor und wurde 1972 (bis 1976) als erste Frau zur Präsidentin des Bundestages gewählt, von 1976 bis 1990 war sie Vizepräsidentin. Frau Renger engagierte sich so vielfältig, dass sie 1974 das Großkreuz des Verdienstordens der BRD erhielt. Sie wurde 88 Jahre alt.



Hildegard Hamm-Brücher, geb. Brücher (1921-2016), (FDP-Mitgliedschaft von 1948-2002) kam ebenfalls aus einer kinderreichen Familie, sie hatte nicht 6 sondern 4 Geschwister, die alle als Waisen bei der Oma aufwuchsen, der Vater war Jurist gewesen. Nach dem Abitur studierte sie Chemie und promovierte.

Sie arbeitete als Wissenschaftsredakteurin, weil chemische Grundlagenforschung 1945 verboten war. Von 1948 bis 1954 wurde sie in den Münchener Stadtrat gewählt und 1963 in den FDP-Bundesvorstand. Ab 1956 war sie mit dem Juristen Erwin Hamm verheiratet, sie hatten 2 Kinder. 1950 – 1966 und 1970 – 1976 war sie Mitglied im Bayrischen Landtag. 1976 wurde sie in den Bundestag gewählt, bis 1990. 1967 wurde sie als Staatssekretärin ins Hessische Kultusministerium berufen, als erste Frau in Hessen in diesem Amt. Hamm-Brücher stif-

tete den „Münchener Bürgerpreis gegen Vergessen – für Demokratie“. Seit 2009 wird der *Hildegard Hamm-Brücher-Förderpreis für Demokratie lernen und erfahren* verliehen. Sie war u.a. Mitglied im PEN-Zentrum und beim Goethe-Institut. Ihr wurde 1993 das Große Bundesverdienstkreuz mit Stern und Schulterband verliehen.

Sie war Staatsministerin im Auswärtigen Amt, kandidierte aber erfolglos 1994 für das Bundespräsidentenamt. Sie wurde 95 Jahre alt.

Antje Vollmer (1943-2023),

(Mitgliedschaft Bündnis90/Grüne 1985-2023) hatte zwei Brüder, die Eltern besaßen ein Textilgeschäft. Sie studierte nach dem Abitur Evangelische Theologie, bestand beide Staatsexamen (1968/1971) und machte ihr Vikariat im Berliner Arbeiterviertel Wedding. Sie



promovierte 1973 und machte eine 2. Ausbildung in der Erwachsenenbildung. Danach arbeitete sie als Dozentin in der ländlichen Bildungsarbeit. 1979 wurde ihr Sohn geboren, den sie allein aufzog. 1985 wurde sie Mitglied der Partei Die Grünen, für die sie schon 1983 überraschend in den Bundestag gewählt worden war. 1984 (bis 1985) wurde sie Sprecherin des erstmalig aus 3 Frauen bestehenden Vorstands der Fraktion. 1987 (bis 1990) kam sie erneut in den Bundestag. Sie arbeitete danach als freie Autorin z.B. für taz, Stern, usw. 1994, 1998 und 2002 zog sie jeweils über die Landesliste Hessens in den Bundestag ein. Sie genoss großes Ansehen und hatte ein weitreichendes Spektrum Unterstützer. 1994 wurde sie als erste Vertreterin der Grünen Vizepräsidentin des Bundestages. Sie setzte sich erfolgreich (1985/1987) für einen Dialog mit den Inhaftierten der RAF ein. Sie lehnte jede Gewaltanwendung und kriegerische Auseinandersetzung ab, nach dem 11. September 2001, in Jugoslawien, im Kosovo, in Afghanistan und dem Irak. Als Pazifistin zog sie sich 2005 aus der Politik zurück. 2009 wurde sie Vorsitzende des Runden Tisches Heimerziehung, der die Heimerziehung der 50er und 60er-Jahre aufarbeiten sollte. Sie gehörte zu den Unterzeichnenden des „Manifestes gegen Frieden“, das mit friedlichen Mitteln dem Überfall auf die Ukraine begegnen wollte. Sie erhielt u.a. 2005 das Große Verdienstkreuz der BRD. Sie wurde 79 Jahre alt.

September 2023

- 03.09.23 - 09.00 Uhr **EURAFIKA** (Kersi Kurti & Kivi Kurti)
03.09.23 - 09.30 Uhr **Antonia um halb zehn** (Petra Siegel)
07.09.23 - 10.00 Uhr **Hallo Hildesheim, STARK IM STRESS** mit Susanne Suckart
10.09.23 - 09.00 Uhr **Musikfrühstück: Ute Freudenberg** (Elisabeth Schumann)
10.09.23 - 13.00 Uhr **Zeitreise** (Petra Siegel)
17.09.23 - 12.00 Uhr **Antonia: Wasser** (Antonia Redaktion)
24.09.23 - 09.00 Uhr **Fraun, die sich traun: Heide Simonis** (Angelika Kleideiter)

Oktober 2023

- 01.10.23 - 09.00 Uhr **EURAFIKA** (Kersi Kurti & Kivi Kurti)
01.10.23 - 09.30 Uhr **Antonia um halb zehn:** (Petra Siegel)
05.10.23 - 10.00 Uhr **Hallo Hildesheim,**
08.10.23 - 09.00 Uhr **Musikfrühstück: Jane Birkin** (R. Schaare-Schlüterhoff)
08.10.23 - 13.00 Uhr **Zeitreise** (Petra Siegel)
15.10.23 - 12.00 Uhr **Antonia: Demokratie** (Antonia Redaktion)
22.10.23 - 09.00 Uhr **Frau'n, die sich trau'n: Ingeborg Bachmann** (H. Ahrens Kretzschmar)

November 2023

- 02.11.23 - 10.00 Uhr **Hallo Hildesheim: Freundschaft** mit Karin Bury-Grimm
05.11.23 - 09.00 Uhr **EURAFIKA** (Kersi Kurti & Kivi Kurti)
05.11.23 - 09.30 Uhr **Antonia um halb zehn:** (Petra Siegel)
12.11.23 - 09.00 Uhr **Musikfrühstück: Scorpions** (Frauke Aaden)
12.11.23 - 13.00 Uhr **Zeitreise** (Petra Siegel)
19.11.23 - 12.00 Uhr **Antonia: Tür und Tor** (Antonia Redaktion)
26.11.23 - 09.00 Uhr **Fraun, die sich traun: Susanne Kiesel** (R.Thönelt)

Jeden Montag nach den Weltnachrichten um 10⁰⁰ Uhr
die **Frauenpowerzeit** auf 105,3 MHz oder Kabel 97,85
Live-Stream: www.tonkuhle.de

Am 1. Donnerstag im Monat um 10 Uhr lade ich zum
Gespräch ein: Ins Studio - 05121- 2 960-960



Freie, ehrenamtliche Mitarbeit
Sabine Kaufmann, Sarira Anvari, Bärbel Behrens, Renate Schenk, Laura Elaine Hoffmann, Elisabeth Schumann, Karin Bury-Grimm, Helga Bruns, Heike Altmann-Hürter, Edeltraud Groenda-Meyer, Sophie Vallaton, Claudia Maria Wendt, Elisabeth Generotzky, Ama, Dagmar Fischer, Erhard Paasch, Rose Zorn, Ute Tangermann, Ursula Oelbe, Christa Bachstein, Rita Thönelt.

Impressum:

Antonia ISSN 1869-0157

Erscheinen: Vierteljährlich, Auflage: 2000

Herausgeberin: R. Thönelt

Finanzamt Hildesheim: St. Nr.-
30/044/09641

Redaktionelle Beiträge:

Antonia Zeitungsredaktion

Redaktionelle Verantwortung:

Rita Thönelt

Layout: Rita Thönelt

Druck: Qubus media GmbH

Bildnachweis: Die Fotos in dieser Ausgabe sind lizenzfrei, mit den abgebildeten Personen abgestimmt.

Kontakt:

R. Thönelt, Louise-Wippert-Ring 5,
31137 Hildesheim

Tel.: 0162-2927059

E-Mail: [thoeri\[a\]gmx.de](mailto:thoeri[a]gmx.de)

Anzeigen: Rita Thönelt,

Es gilt die Anzeigenpreisliste 2020
Alle Rechte vorbehalten.

Nachdruck nur mit Genehmigung der
Redaktion.

Zu lesen auch unter:

www.antoniahildesheim.de

Die nächste **Antonia** erscheint im
Dezember 2023

Redaktionsschluss 31. Oktober

Büro Öffnungszeiten vom Antonia e.V.

Montags 15 - 17 Uhr

auch nach telefonischer

Absprache möglich: 0162 292 70 59

[thoeri\(a\)gmx.de](mailto:thoeri(a)gmx.de)

SB-WASCHSALON

Goschenstr. 80
Hildesheim

SMART LAUNDRY
bloomest

Einzigtiger professioneller Waschsalon

Profi Maschinenteknik von Miele

- jeder Waschgang wird desinfiziert
- jeder Waschgang ist inklusive
Waschmittel für das beste Ergebnis!
- smart Steuerung über App
- einmalig: Outdoor Kleidung kann im SB Verfahren imprägniert werden.
- Waschen von Großteilen, wie Betten, Gardinen etc.
- Große Trockner verkürzen die Wartezeit

Powered by **Miele**

<http://hildesheim.bloomest.de>



Genießen
Sie das
italienische
Original!

Steinofen PIZZERIA

05121 - 30 33 614

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

www.steinofenpizzeria.com