REGIONAL
SIEBEN:
Februar 2013
16. Jahrgang
www.sieben-regional.de

SIEBEN: Februar 2013 unabhängig monatlich unbezahlbar

Informieren
Neues vom Schornsteinfeger

Amüsieren
Theater mit Mowgli und Faust

Trainieren
Körper, Geist und Gesundheit

Nur eine Zahl

Liebe Leserinnen und Leser,

weil wir wie gewohnt keine Januar-Ausgabe der SIEBEN: herausgebracht haben, wünschen wir Ihnen, dass kennen Sie ja von uns, etwas verspätet alles Gute für das neue Jahr. Möge es für Sie ein glückliches Jahr werden. Auch wenn das Vorzeichen für einige vielleicht eine Unglückszahl ist. Die 13.

Nun, die 13 ist aber auch genauso gut eine Glückszahl. Schließlich ist sie ja nicht besser oder schlechter als die Zwölf oder die 14. Aber halt, was war das? Es ist Ihnen vielleicht vorher schon einmal aufgefallen, aber Sie haben es sich als Leserin und Leser nicht erklären können: In Zeitungen und Zeitschriften wird die Zwölf (und alles davor) als Wort und die 13 (und alles danach) als Ziffer geschrieben.

Das hat wahrscheinlich ganz einfache, pragmatische Gründe. Die Zwölf steht noch für sich, die Dreizehn aber erfordert den Zusatz . . .zehn, den man erst einmal anhängen muss. Da haben sich wohl die frühen Autorenkollegen gedacht, dass man viel Zeit sparen könnte, wenn man die Sache etwas vereinfacht.

Übrigens, es gibt Feinheiten bei dieser Regel: Jeder Zahlenwert wird zum Beispiel als Ziffer geschrieben, wenn er im Zusammenhang mit einer Maßeinheit steht. Oder bei Daten wie Jahreszahlen. Manchmal muss man das in Journalistenkreisen auch von Fall zu Fall entscheiden, oftmals ist eine Erläuterung dann Haarspalterei. Überhaupt ist dies kein Thema, dass sich für ein interessantes Editorial eignen würde.

Also vergessen wir alles ganz schnell wieder. Gewöhnen wir uns lieber umgehend daran, die Datumsfelder mit 2013 auszufüllen und nicht der gewohnten 12 nachzuhängen. Glück oder Unglück sollte man nicht an einer Zahl festmachen. Außer vielleicht an der unterzeichnenden „Glückszahl".

Viel Spaß beim Lesen wünscht

Ihre SIEBEN:

Zum Titelbild: The Toy Hearts
am Samstag, 16. Februar 2013, 21 Uhr, Bischofsmühle Hildesheim

Aus dem Inhalt

Neues vom Schornsteinfeger... 4
... zum Schornsteinfegerhandwerksgesetz

Veranstaltungen im Februar 6
Der Monat im Überblick

Tag der offenen Tür 7
Die VHS präsentiert sich

Gut zu Fuß 10
Kooperationsprojekt des Fagus-Werks und der Marien-Apotheke

Ein Krankenhaus zum Anfassen 10
Aktuelles Programm der Patienten-Akademie Alfeld

Neueröffnung 11
Umzug der Heilpraktiker-Praxis von Ekkehard Weist

Workout Med. 12
Kerstin Klose im Interview mit Kay Wiethold

Der Parkbote 14
Die Hauszeitung der Park Residenz

KFZ-Service Alfeld
Reparatur aller Fabrikate

Ravenstraße 29 · 31061 Alfeld · Tel.: 05181 / 8070860 · Handy: 0171 / 4871110

Ihre Meisterwerkstatt für

- Wartung / Inspektion
- TÜV / Abgasuntersuchung
- Auspuff / Bremse / Fahrwerk
- Kupplung
- Reifen
- Günstige Gebrauchtwagen
- Pannenhilfe
- Klimaanlagen-Service
- Unfallinstandsetzung
- Motordiagnose
- Autoglas-Service (auch vor Ort)
- Ersatzteile / Zubehör
- Reparatur- / Fahrzeugfinanzierung
- Autotransporte

KFZ-Meister
Rainer Kemmerich
info@kfz-service-alfeld.de

Werkstatt Öffnungszeiten
Montag bis Freitag 9 bis 17.30 Uhr
Samstag nach Vereinbarung

Ihr Autolackierer
www.wienecke-lack-design.de

Freitag, 8. März bis Sonntag, 10. März 2013, Aula des Gymnasiums Alfeld

Wenn Goethe das wüsste...

Nachdem in den vergangenen Jahren die Liebe ein seltsames Spiel war, eine Scheinehe geprüft wurde und ein Macho auf Stöckelschuhen über die Bühne trippelte, wird in diesem Jahr der große deutsche Dichter Goethe bemüht. Die Proben für die Komödie von Martina Worms laufen bereits seit vergangenem Jahr unter der Leitung von Malte Brinkmann auf Hochtouren. Das intensive Probenwochenende in der Kulherberge Wernershöhe wird Ende Januar noch erfolgen.

Auf der Bühne: Baron von Adlerhorst (S. Reefl), J. W. v. Goethe (O. Bartels), Butler Gregor (W. Behrens), Hassan Hammam (Christian Hillbrand), Johann Kasimir von Adlerhorst (Daniel Brendes), Gloria Laubenstein (C. Göhmann), Eden - Melody von Möller - Laubenstein (N. Flecks), Giselle Kramer (Kathrin Ahmic), Adele Meyer (J. Friedmann), Olga Protopopva (A. Kunz) und "The Voice" (A. Hahne). Als Souffleuse unterstützt in diesem Jahr A. Krüger.

Die Zuschauer dürfen gespannt sein, welche Pläne die ambitionierte Theaterbesitzerin Gloria Laubenstein mit dem studierten Theaterwissenschaftler und Regisseur Baron Martin Heinrich Arno Jonathan Kasimir Eugen von Adlerhorst hat. Dieser hat bisher lediglich einige Sketche zu Familiengeburtstagen auf die Bühne gebracht, fühlt sich aber wie der große Bruder von Steven Spielberg. Der Baron ist Feuer und Flamme und überzeugt Gloria davon, als erstes Stück im neuen Theater Goethes Faust auf die Bühne zu bringen. Dazu trommelt er die Truppe zusammen, mit der er in den letzten Jahren bei Geburtstagsfeiern in kleinen Sketchen brilliert hat. Überzeugt von sich, will der Baron Goethes Faust auf eine völlig neue, moderne Art inszenieren. Damit ist seine Truppe nicht so ganz einverstanden, da die Ideen des Barons immer neue Blüten treiben.

Auf welche Art und Weise Goethe hier erscheint, verraten die Laienschauspieler nicht. Auf jeden Fall wird er dem Möchtegern-Regisseur zeigen, wo es langgeht. Wer nun Fausts Gretchen spielt und ob der sensibele Hassan tatsächlich die Rolle des Mephisto übernimmt, erfahren Sie in der Aula des Gymnasiums Alfeld. *(red/ne)*

Fr, 08.03.2013 und Sa, 09.03.2013 um 19 Uhr
am So, 10.03.2013 um 15 Uhr.
Karten sind im Bürgeramt Alfeld ab Februar 2013 erhältlich oder bei Doris Rossbach (05181) 82458.
Eintritt 6 Euro. Gruppenerm. auf Anfrage.

Samstag, 16.Februar, Aula des Gymnasiums Alfeld

Neues aus dem Dschungel

Die Fachschülerinnen und -schüler der Sozialpädagogik-Klasse 2 laden Kinder ab vier Jahren zu ihrem Theaterstück „Das Dschungelbuch" ein. Mit witzigen Dialogen, spannenden Begegnungen und mitreißender Musik werden die Kinder und ihre Begleiter in den Urwald mitgenommen.

Die Schlange Kaa (rechts) hypnotisiert Mowgli

In dem Kinderstück mit Musik, für das die 15 Schülerinnen und Schüler auch die Faltblätter, Plakate, Einladungen und Eintrittskarten selbst gestaltet haben, geht es um Zusammenhalt unter Freunden. Pädagogisch wertvoll ist es, weil Anregungen zur Kreativität gegeben werden und weil die Kinder im Publikum Mowgli beobachten können, wie er seinen eigenen Weg geht. Balu der Bär stärkt ihm dabei den Rücken. Im Dschungelbuch geht es nicht zuletzt um Toleranz: Die Tiere akzeptieren im Verlauf des Stückes den Menschen in ihren Reihen.

Mit viel Eigeninitiative und anfangs ohne Unterstützung von Lehrkräften haben die Schülerinnen und Schüler den Text von Rudyard Kipling erlernt. Der Klassiker wird durch Lieder aufgelockert vorgetragen, die man auch aus dem Disney-Film kennt. Dass sie gerade dieses Stück aufführen wollen, haben die Nachwuchs-Sozialpädagogen selbst entschieden. Damit das Stück auch für kleine Kinder verständlich ist, musste das Original etwas „entschärft" werden.

Nach den Sommerferien gingen Bühnenbau und Proben los. Die Kostüme wurden selbst genäht und auch die Ideen zum Bühnenbild wurde eigenhändig umgesetzt. Geprobt hat das Ensemble auch in unterrichtsfreier Zeit.

Zum Inhalt: Als Bagheera, der Panther, das Menschenkind Mowgli im Wald findet, bringt er es zu einer Wolfsfamilie. Dort wächst Mowgli heran und lebt zehn Jahre zufrieden im Dschungel. Doch plötzlich droht Gefahr durch den Tiger „Shere Kahn", der Menschen nicht leiden kann.

Mowgli muss in Sicherheit gebracht werden und das geht nur in der Menschensiedlung. Dort aber möchte Mowgli überhaupt nicht hin. Auf seiner Reise durch den Dschungel erlebt er viele Abenteuer mit den unterschiedlichsten Tieren - auch seiner größten Gefahr: Shere Kahn. *(bst/ala)*

Besetzung:

Daniel Haberlandt	Akela
Aaron Voß	Balu
Moritz Krüske	Oberst Hathi
Franziska Stolzmann	Affe
Desireé Stanowski	Affe und Raksha
Mareike Jabben	Shere Khan
Laurin Wucherpfennig	King Louis
Julia Schüler	Mor
Sophie Stolte	Bagheera
Svenja Schlimme	Mowgli
Linda Rode	Kaa

Lehrkräfte:

Helga Wiegand	Hilfe bei den Kostümen
Diethild Leinemann-Jost	Kostüme, Requisiten und Maske
Ulrich Fleige	Bühnenbau
Regina Menze	Regie
Reinhold Schiewe	Musik und Organisation

Informationen:
Das Dschungelbuch
Ort: Aula des Gymnasiums Alfeld

Aufführungen:

Mittwoch,	13.02.2013, 10 Uhr
Donnerstag,	14.02.2013, 10 Uhr
Freitag,	15.02.2013, 10 Uhr

Gruppenreservierungen:
BBS Alfeld (Leine), Tel.: (05181) 7060

Sonnabend, 16.02.2013, 15 Uhr
Vorverkauf im Bürgeramt am Markt
Tel.: (05181) 7703111

Fotos: Veranstalter, A. Ahrens

Ihr Spezialist für Augenoptik • Hörgeräteakustik • Kontaklinsen
Leinstr. 9 • 31061 Alfeld • Tel (05181) 5206 • Fax (05181) 700 6840

Die Schornsteinfegermeister aus dem Altkreis Alfeld und der Umgebung informieren über das neue Schornsteinfegerhandwerksgesetz

Neues vom Schornsteinfeger

Nach Inkrafttreten des Schornsteinfegerhandwerksgesetzes ergeben sich einige Veränderungen im Schornsteinfegerhandwerk: nicht nur für die Schornsteinfeger, sondern auch für ihre Kunden. Wer mit „seinem“ Schornsteinfeger zufrieden ist wird sicherlich weiterhin die gesetzlich vorgeschriebenen Arbeiten durch diesen durchführen lassen. Der Schornsteinfeger kommt regelmäßig zu seinen Kunden, kennt die Hausgelegenheiten und hat im Laufe der Jahre die Feuerungsanlagen sicher überwacht.
Die Zahlen sprechen für sich. Schadenfeuer- oder Rauchgasunfälle mit CO-Vergiftungen sind praktisch nicht mehr vorhanden! Das bewährte System wird jetzt allerdings teilweise verändert.

Der bislang zuständige Schornsteinfegermeister kommt weiterhin regelmäßig zur Feuerstättenschau. Zweimal innerhalb von sieben Jahren wird diese Sicherheitsüberprüfung der gesamten Feuerungsanlage (Feuerstätte, Verbindungsstück, Schornstein bzw. Abgasleitung) durchgeführt. Weiterhin nimmt er neue oder geänderte Feuerstätten, Schornsteine und Abgasleitungen nach dem Baurecht ab und bescheinigt die sichere Benutzbarkeit der Feuerungsanlage.

Ebenso überwacht er, ob die im Feuerstättenbescheid vorgeschriebenen Schornsteinfegertätigkeiten durchgeführt werden, wenn er sie nicht selber durchführt und trägt die Termine in das Kehrbuch ein.

Trotz intensiver Kundeninformation in den vergangenen Jahren erreichen uns immer wieder Fragen unserer Kundschaft, die wir hier gern beantworten möchten:

Kommt der Schornsteinfeger weiterhin, oder muss ich mir einen suchen?

Wenn Sie mit Ihrem Schornsteinfeger zufrieden sind, brauchen Sie ihn lediglich darüber zu informieren und diesen mit den anfallenden Arbeiten zu beauftragen. Das kann auch mündlich erfolgen.

Wer darf Schornsteinfegerarbeiten anbieten?

Alle Schornsteinfegerbetriebe die in der Handwerksrolle eingetragen sind.

Für welche Tätigkeiten kann ich den Schornsteinfeger frei wählen?

Der Schornsteinfeger kann für Messungen/Abgaswegeüberprüfungen und Kehrungen der Rauchrohre und Schornsteine autonom ausgewählt werden. Der Hauseigentümer muss dann anhand von speziellen Formblättern seinem zuständigen bevollmächtigten Bezirksschornsteinfeger nachweisen, dass die geforderten Arbeiten rechtzeitig durchgeführt wurden. Die Verantwortung und damit das verbundene Risiko für die ordnungsgemäße und fristgerechte Ausführung liegt nun beim Hauseigentümer. Wer seinen bisherigen Schornsteinfeger weiterhin beauftragt, kann das aufwendige Formblattsystem umgehen und erleichtert das Verfahren. Doch nicht nur die Formalitäten nehmen zu, wenn ein neuer Schornsteinfeger beauftragt wird. Immobilieneigentümer müssen auch mit steigenden Kosten rechnen. Dies hängt damit zusammen, dass die Feuerstättenschau nicht wie in der Vergangenheit zwangsläufig mit anderen Tätigkeiten zusammen ausgeführt wird. Die sich daraus ergebenen Synergie-Effekte entfallen.

Wer führt die regelmäßige Feuerstättenschau durch?

Dieser Bereich bleibt hoheitlich und darf nur von dem zuständigen Schornsteinfegermeister, der jetzt bevollmächtigter Bezirksschornsteinfeger heißt durchgeführt werden.

Ich bekomme eine/n neue/n Heizung/Ofen/Schornstein. Wer führt die Bauabnahme durch?

Dieser Bereich bleibt hoheitlich und darf nur von dem zuständigen bevollmächtigten Bezirksschornsteinfeger durchgeführt werden.

Wofür ist der Feuerstättenbescheid?

Der bevollmächtigte Bezirksschornsteinfeger stellt bei der Feuerstättenschau den Feuerstättenbescheid aus. In dem Feuerstättenbescheid legt er fest, welche Arbeiten in welchem Zeitraum ausgeführt werden müssen.

Verändern sich die Preise für Schornsteinfegertätigkeiten?

Für Tätigkeiten die im Wettbewerb ausgeführt werden, gibt es keine Gebührenordnung mehr. Der beauftragte Schornsteinfegermeister kalkuliert seine Dienstleistungen in Zukunft selber.

Was passiert wenn ich keine Schornsteinfegertätigkeiten in Auftrag gebe?

Der bevollmächtigte Bezirksschornsteinfeger überwacht die Ausführungstermine die im Feuerstättenbescheid festgeschrieben sind. Werden die Fristen nicht eingehalten, ist er verpflichtet die Ordnungsbehörde zu informieren. Die zuständige Behörde hat dann in letzter Konsequenz die Ersatzvornahme anzuordnen.

Werden die Schornsteinfegerbetriebe auch weitere Dienstleistungen anbieten?

Die Schornsteinfegerbetriebe wollen ihren Kunden mit ihren Dienstleistungen gern wie bisher weiterhin zur Verfügung stehen. Zusätzliche Dienstleistungen wie das Angebot zur Installation von Rauchwarnmeldern, zur Gashausschau - gemäß den Technischen Regeln Gasinstallation (TRGI 2008), Erstellung von Energieausweisen, Beratung zu KfW und Bafa Fördermitteln, Reinigung von Lüftungsanlagen, Ursachenerkennung und Beseitigung von Schimmelpilzproblemen in Wohnungsgebäuden führen wir gern für Sie aus. *(red/ne)*

Für weitere Fragen stehen Ihnen die ansässigen Schornsteinfegerfachbetriebe gern zur Verfügung.

Informieren Sie sich auf www.wirliebenihrzuhause.de.

Die Innung der Schornsteinfeger für Südniedersachsen befindet sich in Alfeld in der Blücherstr. 14. Immer dienstags finden Sie hier Ansprechpartner aus dem Vorstand. Unter der Rufnummer (05181) 280 380 beantworten wir gern Ihre Fragen.

Beratung, Planung, Bau und Abnahme

Ab 2013 gilt ein neues Schornsteinfeger-Handwerksgesetz. Dieses Gesetz erlaubt den Hauseigentümern eigenständig einen Betrieb für Reinigungsarbeiten an der Feuerstätte auszuwählen. Lediglich die Bauabnahme, die Feuerstättenschau und öffentliche Aufgaben sind weiterhin, laut Gesetz, durch den Bezirksschornsteinfeger durchzuführen. Die Feuerstättenschau wird künftig nur noch alle fünf Jahre, statt alle drei durchgeführt. Durch Lehrgänge geschult können die Schonsteinfeger in Bereichen tätig werden, die bisher den Heizungsbauern vorbehalten sind, während umgekehrt der Heizungsbauer auch Tätigkeiten ausführen darf, für die nach altem Gesetz ausschließlich der Kaminkehrer zuständig ist.

Obermeister Karsten Lange

Das Ofen- und Luftheizungsbauerhandwerk steht mit dem Schornsteinfegerhandwerk seit vielen Jahren in stetigem Kontakt. Es werden fachliche Neuerungen oder Gesetzesänderungen besprochen.

Hoheitliche Aufgaben

Bisher war der Werdegang so, dass der Ofenbaumeister einen Kamin, Kachelofen oder Kaminofen nach den Wünschen des Kunden plant, entwirft und baut.

Der/die Bezirksschornsteinfeger/in kontrolliert, ob die bestehenden Vorschriften und Gesetze eingehalten wurden. Bei diesem Vier-Augen-Prinzip kann der Verbraucher sicher sein, dass ein - in Europa fast einmalig- hoher Sicherheitsstandard eingehalten wird.

Um finanzielle Einbußen für den Bezirksschornsteinfeger abzumildern, die durch die Neuregelung des Schornsteinfegerwesens zu befürchten waren, darf er in Zukunft auch Nebentätigkeiten ausüben, was ihm bisher nicht erlaubt war.

Übt er eine Nebentätigkeit im Bereich Heizungs-, Schornstein- oder Ofenbau aus, die eine behördliche Abnahme erfordert, darf er diese Abnahme aber nicht selbst ausführen.

Privatwirtschftliche Betriebe

Ebenso ist es im §18 des neuen Schornsteinfegergesetzes (SchfHwG) festgelegt, dass Bezirksschornsteinfeger/innen in Ausübung seines/ihres Amtes keine privatwirtschaftlichen Interessen verfolgen dürfen. Außerdem dürfen auch die Daten des Kehrbuches nicht zu privatwirtschaftlichen Zwecken missbraucht werden. Die Aufsicht darüber liegt bei den Landkreisen, kreisfreien Städten und großen selbstständigen Städten.

Diese neue Konkurrenz zwischen Schornsteinfegern, Heizungs-, Schornstein- und Ofenbauern birgt eine gewisse Brisanz und lässt viel Spielraum für Spekulationen.

Neutrale Beratung und Akquise

Die neue Freiheit, sich einen Schornsteinfeger auszusuchen, den man für das zwingend erforderliche Kehren des Schornsteins in sein Haus holt, bringt auch den Verlust einer neutralen Beratung in Sachen Ofen, Heizung und Schornstein mit sich…

…das ist die Kehrseite des neuen Schornsteinfegergesetzes.

Es bleibt zu hoffen, dass nicht am Ende der Verbraucher den „Schwarzen Peter" hat. (red)

Informationen:
Karsten Lange
Innungs-Obermeister des
Kachelofen- und
Luftheizungsbauer-Handwerks Hannover

Paul-Graff Str. 13, 31084 Freden
Tel. 05184-8094
ofenbau-lange@)t-online.de
www.ofenbau-lange.de

Es grüßen ihre Bezirksschornsteinfeger der Leinebergland-Region

Uwe Partsch
Bevollmächtigter Bezirksschornsteinfeger
Heinrich Künkel-Str. 2 • 31061 Alfeld
Tel.: (05181) 855 37 63 • Mobil: (0171) 140 62 97
Mail: uwe.partsch@t-online.de • www.partsch-alfeld.de

Carsten Stuff
Bevollmächtigter Bezirksschornsteinfeger
Eichenkamp 2 • 31089 Duingen
Tel.: (05185) 602 89 4 • Mobil: (0151) 403 150 56
Mail: carsten.stuff@t-online.de

Christian Thomschke
Bevollmächtigter Bezirksschornsteinfeger
Drachenhohl 52 • 31073 Grünenplan
Tel.: (05187) 277 0 • Mobil: (0171) 785 56 76
Mail: Thomschke@t-online.de
www.schornsteinfeger-thomschke.de

Helmut Wojtecki
Bevollmächtigter Bezirksschornsteinfeger
Teichgraten 9 • 31033 Brüggen
Tel.: (05182) 518 34 • Mobil: (0171) 846 05 96
Mail: Hwojtecki@t-online.de

Thomas Schmidtke
Bevollmächtigter Bezirksschornsteinfeger
Steinbergstr. 10 • 31073 Delligsen
Tel.: (05187) 338 4 • Mobil: (0171) 285 52 50
Mail: ThomasSchmidtke@t-online.de
www.schmidtke.schornsteinfeger.de

Matthias Seidlitz
Bevollmächtigter Bezirksschornsteinfeger
Steinbergsfeld 6a • 31139 Hildesheim
Tel.: (05121) 294 74 66 • Mobil: (0179) 599 01 49
Mail: info@seidlitz-schornsteinfeger.de
www.seidlitz-schornsteinfeger.de

Udo Strohmeier
Bevollmächtigter Bezirksschornsteinfeger
Holtershausen Nr. 14 • 37574 Einbeck-Holtershausen
Tel.: (05561) 713 00 • Mobil: (0171) 121 84 37
udo.strohmeier@t-online.de • www.holtershausen.de

Michael Buß
Bevollmächtigter Bezirksschornsteinfeger
Lange Str. 9 • 31061 Alfeld-Dehnsen
Tel.: (05181) 855 29 94 • Mobil: (0171) 541 34 37
Mail: michael-bus@arcor.de

Fotos: Veranstalter, Bundesverband des Schornsteinfegerhandwerks

VERANSTALTUNGSTIPPS

Ausstellung
Park Residenz, Alfeld: Im Galerieflur täglich von 9 bis 18 Uhr zu sehen - „Malerei als Steckenpferd" - Ölbilder von Wolf Bertram und Horst Müller. www.tewes-gruppe.de

Fagus-Gropius-Ausstellung
10.00 - 16.00, täglich geöffnet.

„Einzelstücke"
11.02. - 07.04.2013, 10.00 - 16.00 h, Fagus-Werk, Alfeld. Sonderausstellung von Michaela Driemel. Eröffnung am 11.02. um 11.15 h.

Roemer- und Pelizaeus-Museum
Hildesheim: Informationen zu allen Veranstaltungen unter www.rpmuseum.de

21. Hildesheimer Kindertheaterwoche
vom 9. bis 17. Februar 2013 im Stadttheater, Hildesheim: Auf allen Bühnen des TfN wird eine Woche Schauspiel, Figurentheater, Tanztheater und Musical zum Zuschauen, Zuhören und Mitspielen für das junge Theaterpublikum ab 2 Jahren, für Kinder und Jugendliche bis 13 Jahre präsentiert. www.tfn-online.de/kiwo.html

FREITAG, 01.02.

sportsNOW!
10.00 - 18.00 h, Hannover-Messegelände: Norddeutschlands größte Freizeitmesse, www.sportsnow-hannover.de

Helau!
15.30 h, Park Residenz, Alfeld: Spaß und Stimmung mit dem Weenzer Karnevalsverein. www.tewes-gruppe.de

Schmidt's Katzen
20.30 h, KulturFabrik Löseke, Hildesheim. Best Of 4 - Improtheater. VVK 10,50 Euro, AK 12 Euro. Tickets an allen bekannten VVK-stellen und auf www.kufa.info. www.kufa.info

No Control Hardcore
20.30 h, KulturFabrik Löseke, Hildesheim. Konzert: Metalcore und Melodichardcore mit Heart A Crown, Emptiness for Good, Choose Your Part, Tomorrow Never Knows. Eintritt 5 Euro. www.kufa.info

Tango Argentino
21.00 h, KulturFabrik Löseke, Hildesheim. Der offene Tanzabend zum Mitmachen. Mit Alexander Wappler. Eintritt 5 Euro. Auskunft unter 05121 – 927 55 88. www.kufa.info

SAMSTAG, 02.02.

sportsNOW!
10.00 - 18.00 h, Hannover-Messegelände: Norddeutschlands größte Freizeitmesse, www.sportsnow-hannover.de

Musik zur Marktzeit
10.00 h, St. Lamberti Kirche, Hildesheim: jeden Samstag. 30 Minuten. Ein besonderes Konzert. Eintritt frei. St. Lamberti Kirchengemeinde

Monatsandacht
18.00 h, St. Elisabeth-Kapelle, Alfeld: mit Prädikantin Birgit Lillig, Limmer. Gemeinderat St. Nicolai Alfeld

SONNTAG, 03.02.

sportsNOW!
10.00 - 18.00 h, Hannover-Messegelände: Norddeutschlands größte Freizeitmesse, www.sportsnow-hannover.de

Winterkirche St. Lamberti
10.00 h, Gottesdienst in der Auferstehungskapelle auf dem Lamberti-Friedhof am Goschentor, Hildesheim. St. Lamberti Kirchengemeinde

Fagus-Werk
10.30 h, öffentliche Führungen für Einzelpersonen durch das UNESCO-Welterbe Fagus-Werk, 2 Euro Eintritt

Dampfzugfahrten
ab 11.00 h, Bornum - Bockenem - Derneburg, Infotel. (039245) 2042 nur di - fr 10 - 12 h. Dampfzug-Betriebs-Gemeinschaft e.V.. Lesen Sie in dieser Ausgabe.

Internet Cafe Trialog
14.30-17.00h, Teichstr. 6, Hildesheim, Tel. 05121-13890. Awo Trialog

DIENSTAG, 05.02.

Aqua-Gymnastik
10.00 - 10.30 h, 7 Berge Bad, Alfeld. Kostenlose Aqua-Gymnastik im Erlebnisbecken. www.7bergebad.de

Vernetztes Erinnern
15.00 h, Park Residenz, Alfeld: Erzählcafé mit Werner Neumann.www.tewes-gruppe.de

Aqua-Zumba
19.15 - 20.00 h, 7 Berge Bad, Alfeld. Kostenloses Aqua-Zumba im Erlebnisbecken. www.7bergebad.de

Die Ratten
20.00 h, Theater Hameln. Operettenbühne Wien: Operette von Johann Strauß. www.theater.hameln.de

MITTWOCH, 06.02.

Besuchsdienstkreis St. Lamberti
16.00 h, St. Lamberti Kirche, Hildesheim: jedem 1. Mittwoch im Monat. Gäste sind herzlich willkommen. Nähere Informationen bei Birgit Hantelmann, Tel. 989020. St. Lamberti Kirchengemeinde

Senioren im Straßenverkehr
16.00 h, Musikraum der Schulrat-Habermalz-Schule, Alfeld. Referent: Peter Dittrich. Senioren-Akademie Alfeld e.V.

The Culture in Memoriam
20.30 h, KulturFabrik Löseke, Hildesheim. Konzert: Querdenker Pop fürs Langzeitgedächtnis. Eintritt frei - Spenden sind erwünscht. www.kufa.info

DONNERSTAG, 07.02.

Aqua-Gymnastik
10.00 - 10.30 h, 7 Berge Bad, Alfeld. Kostenlose Aqua-Gymnastik im Erlebnisbecken. www.7bergebad.de

Theater Howei: Labor 9
19.30 h, KulturFabrik Löseke, Hildesheim. Theater: Träum ich oder wach ich? Eintritt 5 Euro. www.kufa.info

Die etwas andere Bühne
20.30 h, KulturFabrik Löseke, Hildesheim. Konzert. Pilots Project zeigt: Evi Lancora und Philip Omlor. Eintritt frei. www.kufa.info

Mz. Dee & the Maurizio Pugno Band
20.30 h, Bischofsmühle, Hildesheim: Blues in allen Schattierungen. Die aus Oakland, Kalifornien, stammende Mz. Dee begann ihre professionelle Laufbahn mit traditioneller Gospelmusik.In der Bischofsmühle wird Mz. Dee von dem italienischen Top-Gitarristen und seiner Band begleitet. VVK HiAZ 10 Euro (zzgl. VVK-Gebühr), AK 15 Euro. www.bischofsmuehle.de

FREITAG, 08.02.

Jessy Martens & Band
20.00 h, Kniestedter Kirche, Salzgitter-Bad: Brand new Ride Tour - Blues in der Kirche. VVK 13 Euro, AK 17 Euro. VVK in den Bürger Centern Bad und Lebenstedt. Telefon 05341 / 839 2070 und 839 3812 (begrenzt) und an allen ReserviX VVK Stellen. Stadt Salzgitter, Fachdienst Kultur

SAMSTAG, 09.02.

Musik zur Marktzeit
10.00 h, St. Lamberti Kirche, Hildesheim: jeden Samstag. Ein besonderes Konzert. Eintritt frei. St. Lamberti Kirchengemeinde

Swingside Hildesheim
ab 11.00 h, KulturFabrik Löseke, Hildesheim. Das große Lindy-Hop-Festival. Workshops, Swingparty mit Livemusik. www.kufa.info

Tag der offenen Tür
14.00 - 18.00 h, VHS, Antonianger 6, Alfeld. www.vhs-hildesheim.de. Lesen Sie in dieser Ausgabe.

Spray-ART
19.00 h, Atelier Beata Hofmeister, Lerchenweg 30, Alfeld. Exibition mit live RAP Musik. Lesen Sie in dieser Ausgabe.

Schlagerraketen
20.00 h, Theater Hameln. Comedy-Revue von Dirk Voßberg und Knut Vanmarcke, Inszenierung: Dirk Voßberg, Musikalische Leitung: Melanie Stahlkopf, Choreographie: Sebastian Kraft, Mit Peter und Vico Malente, Christin Deuker, Christina Schulz, Familie Malente, Hamburg. www.theater.hameln.de

Anne Wylie & Band
21.00 h, Bischofsmühle, Hildesheim: Mystik und Tradition der Kelten: Wie keine zweite Band, die momentan in Europa konzertiert, verstehen es die irische Sängerin und ihre Band das uralte Erbe der keltischen Barden in eine moderne Welt zu transportieren. VVK HiAZ 13 Euro (zzgl. VVK-Gebühr), AK 16,50 Euro. www.bischofsmuehle.de

Swingside-Party
22.00 h, KulturFabrik Löseke, Hildesheim. Konzert. Mit Charleston-Schnupperkurs, den Milltones und den DJs Machinegun Kalle und Kumquwat. Eintritt 5 Euro. www.kufa.info. Lesen Sie in dieser Ausgabe.

SONNTAG, 10.02.

Kirchenkaffee
Familiengottesdienst im Lutherhaus und 19. Braunkohlwanderung. Gemeinderat St. Nicolai Alfeld

Fagus-Werk
10.30 h, öffentliche Führungen für Einzelpersonen durch das UNESCO-Welterbe Fagus-Werk, 2 Euro Eintritt

„Einzelstücke"
11.15 Uhr, Eröffnung der Sonderausstellung, Fagus Werk, Ölfeld. Die Gronauer Künstlerin Michaela Driemel überrascht seit vielen Jahren mit ungewöhnlichen Inhalten und Präsentati-

feuerhaus alfeld
ofenbau kappey
ofen-kunst und wärme
Meisterbetrieb
Bismarckstr. 27a · 31061 Alfeld
(Pavillion gegenüber Amtsgericht)
www.ofenbau-ullikappey.de
Telefon (05181) 85 59 71
„Wenn Kachelofen oder Kaminanlage, dann zum Kachelofenbaumeister!"
Kaminöfen · Kamine · Pelletöfen
Kachelöfen (auch wassergeführt)
Mo-Fr 9.00-13.00 und 14.30-18.00 Uhr · Sa 10.00-13.00 Uhr

hase
TESTSIEGER
Stiftung Warentest
test
Hase Kaminofen Jena
GUT (2,3)
Im Test: 12 Kaminöfen für Scheitholzverbrennung
Ausgabe 11/2011
ab € 2.490,-
exklusiv in unserer Ausstellung
OFENBAU LANGE
Ausstellung:
Alfelder Straße 10 • 31084 Freden
Tel: 05184 - 8094 • www.ofenbau-lange.de
freitags: 15-18 Uhr & nach Terminvereinbarung

Fotos: Veranstalter

onskonzepten, beispielsweise zum Thema "Lebensstationen" in der Kapelle zu Rott bzw. der Dorfkirche im Einbecker Ortsteil Stroit. Die Künstlerin präsentiert einen repräsentativen Querschnitt ihres Schaffens. www.michaela-driemel.de

Swingside Hildesheim
12.00 - 19.00 h, KulturFabrik Löseke, Hildesheim. Das große Lindy-Hop-Festival. Workshops, Swing Brunch und Tanztee. www.kufa.info

Lindy Hop Tanztee
16.00 - 19.00 h, KulturFabrik Löseke, Hildesheim. Im Rahmen des Festivals Swingside Hildesheim. Authentic Jazz Taster. www.kufa.info

Internet Cafe Trialog
14.30-17.00h, Teichstr. 6, Hildesheim, Tel. 05121-13890. Awo Trialog

Meisterkonzert
17.00 h, in der Schlosskapelle des Weserrenaissance Schlosses Bevern. Pianistin Young Choon Park: Beitrag im Jubiläumsjahr "Carl 300 - Herzog von Braunschweig Wolfenbüttel". www.schloss-bevern.de

Franz Liszts Missa Choralis in St. Lamberti
17.00 h, St. Lamberti Kirche, Hildesheim: gestaltet von einem Projektchor des Chorverbandes Niedersachsen-Bremen unter Leitung von Professor Eckhard Albrecht. An der Orgel begleitet Lamberti-Kantor Helge Metzner. Eintritt frei. St. Lamberti Kirchengemeinde

MONTAG, 11.02.

Macbeth
19.00 h, Theater Hameln. Drama von William Shakespeare, Regie: Paul Stebbings, American Drama Group, München. In englischer Sprache. www.theater.hameln.de

Krieg der Hörnchen
20.00 h, KulturFabrik Löseke, Hildesheim. Theater. Eine Performance über Menschen und Nagetiere. Eintritt 9 Euro. www.kufa.info

Narrensicher!
21.00 h, Hildesheim. Mit der Präventionsbotschaft in der Innenstadt unterwegs: die KondoMEN der Hildesheimer AIDS-Hilfe und der AIDS- und Sexualberatungsstelle des Gesundheitsamtes. Hildesheimer AIDS-Hilfe e.V. www.hildesheimer-aids-hilfe.de

DIENSTAG, 12.02.

Aqua-Gymnastik
10.00 - 10.30 h, 7 Berge Bad, Alfeld. Kostenlose Aqua-Gymnastik im Erlebnisbecken. www.7bergebad.de

Krieg der Hörnchen
20.00 h, KulturFabrik Löseke, Hildesheim. Theater. Eine Performance über Menschen und Nagetiere. Eintritt 9 Euro. www.kufa.info

Der letzte Flug
20.00 h, Theater Hameln. Schauspiel von Alvaro Solar und Andreas Goehrt, mit Andreas Goehrt, Regie: Alvaro Solar, Theater Metronom. www.theater.hameln.de

MITTWOCH, 13.02.

Philosophischer Gesprächskreis
15.00 h, Park Residenz, Alfeld: Philosophischer Gesprächskreis mit Sören Rekel: Christliche Religion. www.tewes-gruppe.de

Die klassische Homöopathie nach Samuel Hahnemann
16.00 h, Musikraum der Schulrat-Habermalz-Schule, Alfeld. Referentin: Heike Klatt-Weisig, Heilpraktikerin. Senioren-Akademie Alfeld e.V.

Bergen
21.30 h, KulturFabrik Löseke, Hildesheim. Konzert. Popmusik mit Folk-Appeal. Eintritt frei - Spenden erwünscht. www.kufa.info

DONNERSTAG, 14.02.

Aqua-Gymnastik
10.00 - 10.30 h, 7 Berge Bad, Alfeld. Kostenlose Aqua-Gymnastik im Erlebnisbecken. www.7bergebad.de

Angehörigengruppe bei AWO Trialog
17.00 - 18.30 h, Psychopharmaka im Alltag-Nebenwirkung und Wirkung, Apotheker Christian Schippke, Teichstr. 6, Hildesheim, Tel. 05121-13890. Awo Trialog

Was ich Dir sagen will, sagt mein Klavier
20.00 h, Gronauer Lichtspiele: Ein Abend mit Liedern von Udo Jürgens. VVK 13,50 Euro, AK 16 Euro. www.kulturkreisgronau.de. Lesen Sie in dieser Ausgabe.

Literatur als Performance
20.30 h, Bischofsmühle, Hildesheim: Eine Lesereihe der UNI Hildesheim. www.bischofsmuehle.de

FREITAG, 15.02.

Kleiner Piet – was nun?
9.00 h, 11.00 h, 15.00 h. Theater Hameln. Für Kinder ab 4 Jahren. Eine „meerchenhafte Vertüddelung" nach dem Kinderbuch von Miriam Koch "Keentied - oder die Reise ins Glück", Regie: Friederike Krall, von und mit Annegret Geist, Theater Geist, Berlin, TAB. www.theater.hameln.de

Ich kann nichts dafür - ich bin so!
19.00 h, VHS, Antonianger 6, Alfeld: Barbara Schlunk-Wöhler hält einen Vortrag zum Thema

Samstag, 9. Februar 2013, 14 - 18 Uhr, VHS, Antonianger 6, Alfeld

Tag der Offenen Tür

Pünktlich mit dem Erscheinen der neuen Kursangebote für das Frühjahrssemester 2013 präsentiert sich die Alfelder Geschäftsstelle der VHS Hildesheim mit einem Tag der Offenen Tür. Vieles gibt es zu entdecken, kennen zu lernen, an zu schauen, zu genießen oder mit zu machen. Als Bildungseinrichtung für lebenslanges Lernen ist für jede Altersgruppe etwas dabei. Und diesmal sind viele Kooperationspartner der VHS mit im Boot.

Zu entdecken gibt es z. B. die Natur- und Kulturlandschaft des Leineberglandes, ein Angebot, das mit den NaturFreunde Alfeld, dem Nabu und dem Verein für Heimatkunde angeboten wird. Zu dem sind „Alt-Alfeld", die die Geschichte der Stadt mit Hilfe von historischen Fotos sowie Ton- und Filmmaterial dokumentieren mit ihrer interaktiven Industriegeschichte dabei. Das Erzählcafé Püscher „Auf Lucke bitte" wie auch das Projekt „Vernetztes Erinnern - Gedenken an die NS-Gewaltherschaft in der Region Hildesheim" werden vorgestellt. Neben der geschichtlichen Spurensuche gibt es das Angebot: „Auf zur Spurensuche - mit Milan Tierspuren entdecken".

Es können auch Gesundheitsangebote wie Yoga und Pilates oder Kreativangebote wie Malen und Nähen ausprobiert werden. Auch der Tanz lädt zum Anschauen und mitmachen ein: Neben Rhythmus und Bewegung mit Kindern im Vorschulalter, orientalischen Tänzen und türkischer Folklore, kann auch das Tanzbein geschwungen werden. Die Gruppe „Tanzen für Junggebliebene" von der Senioren Akademie, die Tanzgruppe vom BSV Alfeld wie auch Mima Eugling, die am 24.2. erstmalig ein Tanzcafe in der Kurt-Schwerdtfeger-Aula anbietet, freuen sich über MittänzerInnen. Musikalisches bietet der Popchor der Alfelder Musikschule. Wer mit den „Mäusen klicken möchte" kann den EDV-Raum aufsuchen. Hier gibt es ein Computer-Schnupperangebot und wie auch die Möglichkeit, das Internet einmal auszuprobieren. Selbermachen heißt es bei der Aktion: „Pinguine im Reisefieber". Hier hilft das Team der Kunstschule Hildesheim dabei mittels digitaler Fotografie Postkarten herzustellen. Und die Märchenstunde durch und mit der Stadtbücherei lädt zum Zuhören ein. Für die Kinderbetreuung sorgt ALMA Frauen e.V. und dem Frauenforum. Abgerundet wird Tag mit Schmidt's Katzen - Improtheater, die irgendwo zwischen Theater, Comedy und Live-Musik eine bunte Tüte absurder und alltäglicher Geschichten aus dem Stegreif erschaffen. Ab 19.30 Uhr heißt es dann „Bühne frei für absurde Figuren, knackige Geschichten und herzergreifende Lieder." *(red/ne)*

VVK im BürgerAmt & der VHS Geschäftsstelle Alfeld 11
www.vhs-hildesheim.de

Heizung
Sanitär
Badplanung
Wartung
Kundendienst
Solar
Über 40 Jahre Meisterbetrieb
Gärtner
Zentralheizungs- und Installationsbau GmbH
Göttinger Str. 25 b • 31061 Alfeld
Telefon (05181) 1310 • Telefax (05181) 2 73 16
www.gaertner-alfeld.de • info@gartner-alfeld.de

Individuelle Ofenplanung:
Kachelöfen · Kamine
Kaminkassetten
Wassertechnik
Wartung, Reparatur
Ofen- und Luftheizungsbaumeister
Wir führen
LEDA Kaminöfen
Pook
Telefon (05181) 91 74 08 www.pook-ofenbau.de
Schauraum: Töpferstr. in Duingen · Termin nach Vereinbarung

Fotos: Veranstalter

BISCHOFS MÜHLE
CYCLUS 66 e.V.

Do., 07.02., 20.30

MZ. DEE & Maurizio Pugno Band
Die ehemalige Frontfrau der Johnny Otis Band

Sa., 09.02., 21.00
Anne Wylie Band
Die Mystik und Tradition der Kelten
Prädikat 5 Sterne !

Do., 14.02., 20.30
Literatur als Performance
Eine Lesereihe der UNI Hildesheim
Erleben Sie die Liebe auf ihrem literarischen Höhepunkt.
Wer ist Ihr Herzblatt?

Fr., 15.02., 21.00
4 Meters of Blues

Christian Dozzler & Michael van Merwyk

Sa., 16.02., 21.00
The Toy Hearts
Die Shooting-Stars des „World of Bluegrass-Festival“ in Nashville

Fr., 22.02., 21.00
Newcomer Night

Valentino 66 & The Match
Rock, Pop und progressiver Rockabilly

Do., 28.02., 20.30
Frank Muschalle Trio
feat.
Engelbert Wrobel

Piano Blues & Boogie Woogie
mit einer der besten Combos des Genre

Vorverkauf HAZ-Ticket-Shop
Infos unter
www.bischofsmuehle.de
Online-Tickets unter www.reservix.de

Die Königin der Flüsse.

TUI Maxima – hier haben Ihre Wünsche Oberwasser! Erleben Sie das erhabene Gefühl, auf einem mächtigen Fluss wie der Donau dahinzugleiten. Ohne Hektik. Ohne Stress. Aber mit allen Annehmlichkeiten eines exklusiven Kreuzfahrtschiffs.

TUI Eleganz der Donau–7 Tage
Passau – Budapest – Passau
Abfahrt am 23.10.13
Doppelkabine inkl. VP pro Person ab € 799,–*

TUI Sonata – 2 Tage
Partynacht Rhein
Abfahrt am 13.10.13
Doppelkabine inkl. VP pro Person ab € 129,–*

* Frühbucherpreis bis 31.01.2013

Beratung und Buchung in Ihrem FIRST REISEBÜRO.
Wir freuen uns auf Ihren Besuch.

FIRST REISEBÜRO
Wir nehmen Urlaub persönlich.
TUI Leisure Travel GmbH
31061 Alfeld, Leinstraße 32
Tel. (05181) 50 51
Fax (05181) 8 21 72
Alfeld1@first-reisebuero.de

Metalldesign Guido Ditz

Balkone und Geländer aus Stahl
· sicher
· dekorativ
· pflegeleicht
· bezahlbar
Alfeld/OT Imsen · Am Nattenberg 14
Tel.: (0 51 81) 35 78
www.metalldesign-guido-ditz.de

„Tischmanieren im Wandel der Zeiten”.In einem kurzweiligen Gang durch die Kulturgeschichte der Manieren wird der Wandel der Vorstellung von Sitte und Anstand nachvollzogen - vom ritualisierten Besäufnis, das im 17. Jahrhundert spezielle Trinkgefäße hervorbrachte, ebenso wie der gehäkelte Überzug für die Toilettenpapierrolle. Eintritt 5 Euro. www.vhs-hildesheim.de

Litha
20.00 h, Kniestedter Kirche, Salzgitter-Bad: Celtic Crossroads - Kniki Spezial. VVK 11 Euro, AK 15 Euro. VVK in den Bürger Centern Bad und Lebenstedt. Telefon 05341 / 839 2070 und 839 3812 (begrenzt) und an allen ReserviX VVK Stellen. Stadt Salzgitter, Fachdienst Kultur

Die Geschichte vom Soldaten
20.00 h, mit Dominique Horwitz und dem Arte Ensemble. Kulturring Hildesheim. VVK im Kulturring-Büro, Schuhstr. 33, Tel. 05121-34271, in der Geschäftsstelle der HAZ oder im Internet www.reservix.de.

4 Meters of Blues
21.00 h, Bischofsmühle, Hildesheim: Christian Dozzler & Michael van Merwyk. Die beiden Musiker kennen und schätzen sich musikalisch seit Jahren und so wurde bei einem Treffen im BB Kings Blues Club in Memphis im Februar 2012 der Beschluss gefasst, eine gemeinsame Tour zu spielen. VVK HiAZ 12 Euro (zzgl. VVK-Gebühr), AK 15,50 Euro. www.bischofsmuehle.de

Tango Argentino
21.00 h, KulturFabrik Löseke, Hildesheim. Der offene Tanzabend zum Mitmachen. Mit Alexander Wappler. Auskunft unter 05121 – 927 55 88. Eintritt 5 Euro. www.kufa.info

SAMSTAG, 16.02.

Langer-Sauna-Abend
18.00 - 22.00 h, 7 Berge Bad, Alfeld. www.7bergebad.de

Heinz Gröning - Scheunennächte
20.00 h, Kulturscheune, Im Alten Dorf Lebenstedt: „Weltrettung XXL – Ich leg noch Heinz drauf...”. VVK 15 Euro, AK 19 Euro. VVK in den Bürger Centern Bad und Lebenstedt. Telefon 05341 / 839 2070 und 839 3812 (begrenzt) und an allen ReserviX VVK Stellen. Stadt Salzgitter, Fachdienst Kultur

Open Range
20.00 h, Beim Esel, Einbeck Sülbeck. Konzert. VVK 13 Euro, AK 15 Euro. www.kultur-im-esel.de

The Toy Hearts
21.00 h, Bischofsmühle, Hildesheim: Bluesgrass & Western Swing. VVK HiAZ 13 Euro (zzgl. VVK-Gebühr), AK 16,50 Euro. www.bischofsmuehle.de.

SONNTAG,17.02.

Winterkirche St. Lamberti
10.00 h, Gottesdienst in der Auferstehungskapelle auf dem Lamberti-Friedhof am Goschentor, Hildesheim. St. Lamberti Kirchengemeinde

Fagus-Werk
10.30 h, öffentliche Führungen für Einzelpersonen durch das UNESCO-Welterbe Fagus-Werk, 2 Euro Eintritt

Internet Cafe Trialog
14.30 - 17.00 h, Teichstr. 6, Hildesheim, Tel. 05121/13890. Awo Trialog

DIENSTAG, 19.02.

Aqua-Gymnastik
10.00 - 10.30 h, 7 Berge Bad, Alfeld. Kostenlose Aqua-Gymnastik im Erlebnisbecken. www.7bergebad.de

Gesellschaftsspiele für Alt und Jung
15.00 h, St. Lamberti Kirche, Hildesheim: Spielfreudige Menschen treffen sich. Nähere Informationen auch bei Ulrike Oehler, Tel. 05121/81719. St. Lamberti Kirchengemeinde

MITTWOCH, 20.02.

Meditativer Klangabend
19.30 h, Praxis Szameit, Holzer Straße 6, Alfeld. An diesem „Klangabend” möchten Sandra Szameit und Konrad Spichal die Zuhörer nach einer gesprochenen Meditation zu einer Klangreise mit Klangschalen, Gong, Shantis und Didgeridoo einladen. Die Meditation findet im Sitzen statt, evtl. eine Decke oder Kuschelsocken mitbringen. Die Veranstaltung finanziert sich durch Spenden.

Daniel Norgren
21.30 h, KulturFabrik Löseke, Hildesheim. Südstaaten-Blues aus Schweden. Eintritt frei - Spenden sind erwünscht. www.kufa.info

DONNERSTAG, 21.02.

Aqua-Gymnastik
10.00 - 10.30 h, 7 Berge Bad, Alfeld. Kostenlose Aqua-Gymnastik im Erlebnisbecken. www.7bergebad.de

Reisen als Hobby
15.00 h, Park Residenz, Alfeld: Ehepaar Knust berichtet mit Bildern von ihrer Frankreich-Reise. www.tewes-gruppe.de

FREITAG, 22.02.

Tschick
11.00 h, Theater Hameln. Für Jugendliche ab 14 Jahren. Schauspiel nach dem Roman von Wolfgang Herrndorf, Regie: Juliane Kann, mit Elisabeth-Marie Leistikow, Gintas Jocius, Sascha Werginz, Junges Theater Göttingen. www.theater.hameln.de

Kochen à la Mittelalter
18.00 - 21.45 h, BBS, Alfeld: Keine Kartoffeln, kein Reis, keine Tomaten, kein Zucker - was haben die Menschen im Mittelalter nur gegessen? Mit den Zutaten jener Zeit werden sie unter der Leitung von Birgit Lillig nach alten Rezepten schmackhafte Gerichte zubereiten. Die Teilnehmergebühr beträgt 23,80 Euro, dazu kommt eine Lebensmittelumlage. Anmeldung ist unbedingt erforderlich unter (05181) 8555-55. www.vhs-hildesheim.de

Newcomernight
21.00 h, Bischofsmühle, Hildesheim: Valentino’66 & The Match.Beeinflusst vom Rock-Sound und Flair der 70er Jahre, gemixt mit einem ordentlichen Schuss Blues, Soul und Groove-Elementen, bietet das Trio eine große und abwechslungsreiche Bandbreite an Rockmusik an. AK 8 Euro. Kein VVK. www.bischofsmuehle.de.

One Strike Left, My Heart A Crown, Chester Park
21.00 h, KulturFabrik Löseke, Hildesheim. Konzert. Hardcore und Punkrock. Eintritt 4 Euro. www.kufa.info

7 Berge Bad Alfeld
Das Familienbad in der Region

www.7bergebad.de
Tel. 05181/28660-400

Fotos: Veranstalter

SAMSTAG, 23.02.

Dornröschen (reloaded)
19.00 h, Theater Hameln. Ballett von Ricardo Fernando, Musik von Peter Iljitsch Tschaikowsky, Ballett Theater Hagen. www.theater.hameln.de

Sweety Glitter - Scheune Spezial
20.30 h, Kulturscheune, Im Alten Dorf Lebenstedt: „Old School Rock'n'Roll will never be out" . VVK 17 Euro, AK 22 Euro. VVK in den Bürger Centern Bad und Lebenstedt. Telefon 05341/839 2070 und 839 3812 (begrenzt) und an allen ReserviX VVK Stellen. Stadt Salzgitter, Fachdienst Kultur

SONNTAG, 24.02.

Winterkirche St. Lamberti
10.00 h, Gottesdienst in der Auferstehungskapelle auf dem Lamberti-Friedhof am Goschentor, Hildesheim. St. Lamberti Kirchengemeinde

Fagus-Werk
10.30 h, öffentliche Führungen für Einzelpersonen durch das UNESCO-Welterbe Fagus-Werk, 2 Euro Eintritt

Tanzcafé
15.00 h, VHS, Kurt-Schwerdtfeger-Aula, Alfeld: Bewegung und Begegnung für alle Generationen - Tanzcafé mit Live-Musik an. Die Tanzveranstaltung ist offen für alle, aber zielgerichtet für die ältere Generation. Getreu der Weisheit: "Niemand kann mir nehmen, was ich getanzt habe!". Mima Eugling, die seit Jahren am musikalischen Programm im Bad Salzdetfurther Kurpark mitwirkt und auch beim Tanzcafé im Mehrgenerationenhaus Hildesheim dabei ist, nimmt Titelwünsche (von Klassik bis modern) gerne entgegen. Das Tanzcafé bietet Musik, Tanz und Genuss bei Kaffee und Kuchen, das durch das Team von „Tischlein deck´Dich" erfolgt. www.vhs-hildesheim.de

Kinderspielnachmittag
7 Berge Bad, Alfeld. Mit Wasserspielgeräten (Eisberg, Laufweg, Trampolin o.ä.). www.7bergebad.de

Internet Cafe Trialog
14.30-17.00h, Teichstr. 6, Hildesheim, Tel. 05121-13890. Awo Trialog

Filipa Unterwegs
15.00 h, Kniestedter Kirche, Salzgitter-Bad: Mit dem Tonomat durch Europa - Theater Feuer und Flamme. Für Kinder ab 5 Jahren. TK 4 Euro. Stadt Salzgitter, Fachdienst Kultur

Die Zaubersuppe
15.30 h, Gasthof "Alte Schule", Wallenstedt. Theaterstück für Kinder und Erwachsene von Olaf Möller. Eintritt 5 Euro. www.brunottescher-hof.de. Lesen Sie in dieser Ausgabe.

MONTAG, 25.02.

Verrücktes Blut
20.00 h, Theater Hameln. Schauspiel von Nurkan Erpulat und Jens Hillje. www.theater.hameln.de

DIENSTAG, 26.02.

Aqua-Gymnastik
10.00 - 10.30 h, 7 Berge Bad, Alfeld. Kostenlose Aqua-Gymnastik im Erlebnisbecken. www.7bergebad.de

Café Alz
15.00 h, Lutherhaus, Im Café Alz mögen Menschen, die an Demenz erkrankt sind, mit ihren Angehörigen oder Bezugspersonen gemeinsam Freude erleben bei Kaffee und Kuchen sowie beim Tanzen und Singen nach vertrauten Melodien. Kostenbeitrag pro Person 3 Euro. Anmeldung wird erbeten bei der Leiterin Marianne Möller, Tel. 05181/4733. Senioren-Akademie Alfeld e.V.

MITTWOCH, 27.02.

Der Dramatiker Georg Büchner
16.00 h, Musikraum der Schulrat-Habermalz-Schule, Alfeld. Referent: Klaus Gerdes. Senioren-Akademie Alfeld e.V.

Kreative Papierwerkstatt
16.30 - 18.00 h, Angela Papenfuß, Alfeld, Kalandstr.3. TG 4 Euro. Bitte anmelden. Tel. 05121/13890 od. 05181/9363536. Awo Trialog

Ocean of Time
21.30 h, KulturFabrik Löseke, Hildesheim. Konzert. Hardrock. Eintritt frei - Spenden sind erwünscht. www.kufa.info

… der andere Püscher

Liebe Leser,

jede Negativkiste, die wir öffnen und begutachten, stellt sich uns vor weitere Fragen: Wer ist da abgebildet? Wo? Häufig wissen wir auch nicht genau, wann?

Dabei brauchen wir Ihre Unterstützung. Wir freuen uns über jede Antwort,

Die heutige Aufnahme stammt aus dem Jahr 1948: Wer erkennt das abgebildete Mädchen? Wer könnte uns den Namen und ggf. Kontaktdaten zukommen lassen? *(Simon Schwinge)*

Über Rückmeldungen würden wir uns sehr freuen!

E-Mail: sieben@sammlung-puescher.de
Telefonisch unter: 05181 287 45 14

Fotos: Veranstalter

vhs Aktuell

Kurse der Volkshochschule

Das gesamte Programm finden Sie unter www.vhs-hildesheim.de

Kurse

04.02.13	Leichter lernen mit Brain-Gym für Kinder der 1. & 2. Klasse	16.00 - 16.45
	und 3. & 4. Klasse	17.00 - 17.45
05.02.13	Infoabend Tai Chi - Bewegungs-, Lebens- und Kampfkunst	18.30 - 20.00
11.02.13	Sorgentelefon in Alfeld	16.00 - 18.00
11.02.13	Office 2010 - im Alltag problemlos meistern	18.30 - 21.45
12.02.13	Recht und Finanzen	18.30 - 21.30
13.02.13	PC-Einsteiger	17.30 - 19.45
14.02.13	Textverarbeitung mit Word 2010 - kompakt	18.00 - 21.00
15.02.13	Bodyforming	17.00 - 18.00
15.02.13	Buchführung I	18.30 - 21.30
16.02.13	Babymassage am Samstag	10.00 - 11.30
	Kurs für Väter mit Babys von 1 bis 6 Monate	
16.02.13	Autorenkreis "Wort für Wort"	14.00 - 17.30
18.02.13	Autogenes Training nach Prof. Schultz	19.30 - 21.00
19.02.13	Tanzen für Kinder (6-9 Jahre)	15.30 - 16.30
20.02.13	Nähschule für Anfänger	17.00 - 21.00
21.02.13	Umgang mit dem PC - von Anfang an mit Office 2010	09.15 - 11.30
21.02.13	Tanzen für Kinder (9-12 Jahre)	15.30 - 16.30
21.02.13	Pilates - Ganzkörpertraining	15.45 - 16.45
25.02.13	Tänzerische Früherziehung (3-6 Jahre)	15.30 - 16.30
25.02.13	Frühlingsfrische Brunch- und Bistroküche	18.30 - 21.45

Einzelveranstaltungen und Wochenendseminare

06.02.13	IHK-Zertifikats-Lehrgänge - Infoabend	19.00 - 20.30
	BBS Alfeld, Raum 2.14	
09.02.13	Patchwork für AnfängerInnen und Fortgeschrittene	10.00 - 16.00
15.02.13	"Ich kann nichts dafür - ich bin so!"	19.00 - 20.30
	Tischmanieren im Wandel der Zeiten	
16.02.13	Schüßler Salze und ihre antlitzdiagnostischen Zeichen	10.00 - 13.00
16.02.13	Knödel und Klöße	10.00 - 17.30
	BBS Alfeld, Küche 1	
21.02.13	Erzählcafè Püscher "Auf Lucke bitte" -	16.00 - 18.30
	Erinnern an die Püschers und mit ihnen.	
22.02.13	Buffet zum Spartarif	15.00 - 21.00
	BBS Alfeld, Küche 2	
22.02.13	Filzen am Wochenende	18.00 - 21.00
22.02.13	Kochen à la Mittelalter	18.00 - 21.45
	BBS Alfeld, Küche 1	
22.02.13	Latin-Grooves und -Songs zum Chillen	10.00 - 18.00
	Gymnasium Alfeld, Musikraum	
24.02.13	Tanzcafe in der Kurt-Schwerdtfeger-Aula: Bewegung	15.00 - 18.00
	und Begegnung für alle Generationen Musika da Ballo	

„Tag der offenen Tür" in der VHS
Samstag, 09.02.2013 von 14 - 18 Uhr
ab 19.30 Uhr Improtheater mit Schmidt's Katzen

Volkshochschule Hildesheim

Telefonnummer: (05181) 8555-55
Faxnummer: (05181) 8555-88
e-Mail: anmeldung@vhs-hildesheim.de
Internet: www.vhs-hildesheim.de

Im Rahmen eines Kooperationsprojekts mit dem UNESCO-Welterbe Fagus-Werk erweitert die Marien-Apotheke ihr Angebot

Gut zu Fuß

Unter dem Slogan hält die Marien-Apotheke ab sofort hauseigene Fußpflegeprodukte für ihre Kunden bereit. Der Fußbalsam mit Wirkstoffen wie Hamamelis, D-Panthenol, Latschenkieferöl und Menthol macht bei täglicher Anwendung die Füße weich, glatt, geschmeidig und regt die Hautdurchblutung an. Das Latschenkiefer Fußbad beugt Fußschweiß und unangenehmem Fußgeruch vor, regt die Blutzirkulation an und hält die Füße gepflegt. Bei der Produktgestaltung haben die Inhaber Gabriele und Johannes Hackel als begeisterte Alfelder und Mitglieder des Vereins der Freunde und Förderer des Welterbes Fagus-Werk e.V. mit dem UNESCO-Welterbe Fagus-Werk kooperiert.

Gabriele und Johannes Hackel (Inhaber der Marien-Apotheke) bei der Übergabe des ersten Fußbalsams und Fußbads an Ernst Greten, Geschäftsführer von Fagus-GreCon

„Seit 1911 werden im Fagus-Werk passgenaue Schuhleisten für einen perfekten Fußkomfort produziert. Genau diesen Komfort bieten wir unseren Kunden mit unseren neuen Fußpflegeprodukten. Darüber hinaus möchten wir einen aktiven Beitrag dazu leisten, auf das lebende Denkmal Fagus-Werk aufmerksam zu machen. Ein hochwertiges Produkt und eine so reizvolle Welterbstätte bieten dafür die besten Voraussetzungen", so Johannes und Gabriele Hackel. Vor diesem Hintergrund wurden für die Produktetiketten verschiedene Ansichten der Welterbestätte ausgewählt. Ernst Greten, Geschäftsführer der Firma Fagus-GreCon, zeigt sich ebenfalls begeistert, „wir freuen uns sehr über das Kooperationsprojekt, das ein zentraler Ausdruck dafür ist, dass sich die Alfelder Bürger mit Ihrer Stadt und Ihrem Welterbe identifizieren und seine Entwicklung fördern sowie mitgestalten möchten." *(red/ne)*

Marien-Apotheke
Bismarckstraße 30, 31061 Alfeld (Leine)
Telefon: (05181) 4563

Aktuelles Programm der Patienten-Akademie Alfeld vorgestellt

„Ein Krankenhaus zum Anfassen"

Die Patienten-Akademie Alfeld hat ihr Programm für das Jahr 2013 vorgestellt. Auch für das abgelaufene zweite Jahr dieser Veranstaltungsreihe zogen die Verantwortlichen vom Verein der Freunde und Förderer des Alfelder Krankenhauses e.V. und des AMEOS Klinikums Alfeld ein sehr positives Resümee.

Dr. Wolfgang Dahn, Dr. Peter Bauch, Jutta Giesecke (Schriftführerin des Vereins der Freunde und Förderer), Birgit Hörske und Karl-Heinz Duwe (v.l.n.r.) präsentieren das Plakat zur ersten Patienten-Akademie-Veranstaltung im Jahr 2013.

„Wir hatten konstant eine sehr hohe Frequenz an Interessierten bei unseren Informationsabenden", so Dr. Wolfgang Dahn, im AMEOS Klinikum unter anderem für die Patienten-Akademie zuständig. „Die Besucher haben sich auch immer mit eigenen Diskussionsbeiträgen und Anregungen an den Vorträgen beteiligt." Wodurch die Inhalte noch einmal näher an die Belange der Bevölkerung herangeführt worden seien.

„Durch die Patienten-Akademie Alfeld vermitteln wir das medizinische Angebot an die Bevölkerung der Region", sagt Karl-Heinz Duwe, der stellvertretende Vorsitzende des Fördervereins. „So wird das Klinikum ein Krankenhaus zum Anfassen." Birgit Hörske, Krankenhausdirektorin des AMEOS Klinikums Alfeld, weist darauf hin, dass die Besucher immer wieder Hinweise und Informationen zu Untersuchungen bekommen. „Wichtig ist uns auch immer, dass wir die Themen allgemeinverständlich aufarbeiten, so dass insbesondere medizinische Laien sie nachvollziehen können."

„Uns liegt die Kommunikation mit Patienten und Angehörigen am Herzen", erläutert Dr. Peter Bauch, der Vorsitzende, eine wichtige Motivation des Vereins der Freunde und Förderer des Alfelder Krankenhauses. „Weil für manche Menschen der Weg nach Alfeld recht weit ist, haben wir im letzten Jahr begonnen, ausgewählte Vorträge auch in Duingen zu halten." Und auch weitere Veranstaltungsorte könne man sich vorstellen.

Die erste Veranstaltung der Patienten-Akademie 2013 widmet sich der „Plastischen Chirurgie und der Handchirurgie". Dr. Thomas Giesler erläutert am 13. März die neuen Möglichkeiten am AMEOS Klinikum Alfeld. Am 10. April wird das Thema „Suchttherapie in der Inneren Medizin" von Dr. Iris Messerschmidt vorgestellt. Auch dabei handelt es sich um ein neues Angebot, was auch für den dritten Themenabend gilt: Dr. Holter Petering informiert am 8. Mai unter dem Titel „Sonne und Haut" über Vorbeugung und Behandlung von Hautkrebs und die operative Dermatologie am AMEOS Klinikum.

Am 14. August steht die „Diagnostik und Therapie von Brustdrüsenerkrankungen" auf dem Programm. Annett Arlt und Dipl. Med. Ronald Daubner werden gemeinsam diesen Vortrag halten. Für den 11. September ist die „Volkskrankheit Diabetes mellitus" das Thema des Tages, das von Dr. Christiane Wigand-Richter und Dr. Julia Hoffmann erläutert wird. Zu den Patienten-Akademie-Terminen gehört auch wieder die Herzwoche, die im November stattfinden wird. Ein Informationstag, an dem sich das gesamte Klinikum präsentiert, ist zudem für den 16. Juni vorgesehen.

Die regulären Patienten-Akademie-Vorträge finden immer mittwochs, ab 18 Uhr, in der Personalcafeteria des Klinikums statt. „Für uns ist diese Vortragsreihe ein wichtiger Teil unserer Vereinsarbeit", so Karl-Heinz Duwe. „Und für die Bürger ist die Patienten-Akademie eine gute Plattform, die verantwortlichen Ärzte kennenzulernen." *(hst)*

Fotos: Veranstalter, H. Stumpe

Studienkreis hilft bei Schulproblemen

Lernen lernen

Probleme mit Noten und Zeugnissen sind heute kein Einzelfall mehr. Rund jeder vierte Schüler erhält im Laufe seiner Schulzeit Nachhilfeunterricht. Viele von ihnen beim Studienkreis. Die Kinder und Jugendlichen lernen je nach Bedarf in kleinen fachbezogenen Gruppen oder im Einzelunterricht. „Wir stimmen die Nachhilfe stets auf die Bedürfnisse des einzelnen Schülers ab", erklärt Thomas Momotow vom Studienkreis.

Zum Studienkreis kommen nicht nur Schüler, deren Zeugnisse mit Fünfen und Sechsen gespickt sind. Thomas Momotow: „Viele wollen ihre recht guten Noten weiter verbessern oder streben einen optimalen Schulabschluss an." Unterstützung erhalten Grundschüler ebenso wie Schüler aller weiterführenden Schulformen – bis hin zum Abitur. Nachhilfe gibt es aber für grundsätzlich jedes Fach, nicht nur in den so genannten Hauptfächern.

Nicht immer liegen die Schwierigkeiten in einem bestimmten Fach. Häufig müssen die Kinder erst lernen, wie man lernt. Auch hier kann der Studienkreis mit speziellen Kursen weiterhelfen. *(red/ne)*

Studienkreis – auch ganz in Ihrer Nähe!
Alfeld, Marktstraße 11, Tel. 0 51 81/58 36
Elze, Hauptstraße 10, Tel. 0 50 68/93 22 50
www.studienkreis.de
www.facebook.com/studienkreis

Promotion

Umzug der Heilpraktiker-Praxis in die neu rekonstruierte Villa Storchennest

Neueröffnung

Seit März 2012 führt Ekkehard Weist eine Praxis als Heilpraktiker und Physiotherapeut. Anfang Januar ist er mit seiner Praxis umgezogen. Der Schwerpunkt seiner Therapie liegt in der Behandlung schmerzhafter, muskuloskeletaler Probleme. Mit Methoden wie Tuina, Qi Gong und dem Faszien-Dystorsions-Modell hat sich der Heilpraktiker auf Schmerz- und Bewegungstherapie spezialisiert.

1995 hat Weist sein Physiotherapie-Examen erlangt, 2010 die Zulassung zum Heilpraktiker. Die letzten 15 Jahre arbeitete er mit geriatrischen, orthopädischen und kardiologischen Patienten sowie chronischen Schmerzpatienten in einer Rehabilitationsklinik.

Das Hauptaugenmerk des Heilpraktikers liegt auf der Schmerzlinderung durch Behandlungen mit Tuina und Qi Gong im Zusammenhang mit der Mobilisierung seiner Patienten. Dabei steht die Entfachung der Bewegungslust im Vordergrund, um dann zukünftig ohne Therapie schmerzfrei leben zu können.

Ein weiterer wesentlicher Pfeiler ist die manuelle Therapie nach Typaldos bzw. das Faszien-Dystorsions-Modell – FDM (Teil der faszialen Osteopathie). Durch die Behandlung findet eine spezifische Intervention statt, durch die Fehlspannungen im Körper behoben werden.

Am 16. Februar findet in der Zeit von 12 bis 16 Uhr ein Eröffnungsempfang in den neuen Räumlichkeiten statt. Alle Interessierten können sich dabei ausführlich informieren. Beispielsweise über den neuen Qi Gong Kurs, der Ende Februar beginnt. Dabei möchte der Heilpraktiker neben den Techniken des Qi Gong seine Vorstellung von Mobilität vermitteln. *(red/ne)*

Villa Storchennest, Göttinger Straße 8
31061 Alfeld (Leine), Telefon (05181) 8070997
Behandlung nach terminlicher Vereinbarung

Fotos: Veranstalter

Fitness. Gesundheit. Neuigkeiten 2013. Ein Interview.

WORKOUT Med.

Der WORKOUT Med. Fitnessclub ist der Gesundheitsclub der Region.
Im WORKOUT Med. wird Fitness als die Steigerungsform von Gesundheit definiert. Das Rezept für maximales Wohlbefinden und Lebensqualität wird durch die Verbindung von Bewegung, gesunder Ernährung und positiver Lebenseinstellung beschrieben. Zeitsparendes Gerätetraining, beste Betreuung und ein vielseitiges Kursangebot mit regelmäßigen Events gehören dazu.
Zahlreiche Mitglieder genießen Sauna und Entspannungsangebote, Medizinische Anwendungen und Wellness haben ihren wichtigen Platz.

Kerstin Klose im Interview mit Kay Wiethold zum Thema Fitness und Gesundheitsförderung:

„Die Medical Vital Lounge ist genial – wir laden jeden ein, diese einfach mal zu testen."

K. W.: „Das WORKOUT Med. ist in der gesamten Fitnessbranche als innovativer Gesundheitsclub anerkannt. Für die geprüfte Qualität und hohe Betreuungskompetenz ist das WORKOUT Med. mehrfach ausgezeichnet worden. Was gibt es derzeit an neuen Entwicklungen in Alfeld?"

K.K.: „Wir haben in den beiden letzten Jahren rund eine halbe Million Euro in den Alfelder Club investiert, und dies zum großen Teil in neue komfortable Trainingssysteme zum Muskeltraining. Die Bedeutung von gezieltem Muskulaturtraining zur Gesunderhaltung findet immer mehr Verbreitung.

Eine von Prof. Haverich, dem führenden Herzchirurgen in der MHH Hannover im klinikeigenen Fitnessstudio durchgeführte Studie beweist jetzt wissenschaftlich, dass Sport das biologische Alter eines Menschen um bis zu 15 Jahre verringert! Das ist die eigentliche Sensation! Und dazu reicht bereits eine halbe Stunde pro Tag! Das WORKOUT bietet zeitsparendes Training, Menschen jeden Alters können bei uns sehr komfortabel, sicher und effektiv trainieren. Das ist die beste Altersvorsorge überhaupt!"

K.W.: „Milon…?"

K.K.: „Ja, ich denke, viele Alfelder wissen noch gar nicht, dass wir über 3 Milon-Systeme verfügen. Den Milon-Gesundheits- und Stoffwechsel-Zirkel, den Milon Figur- und Kraftzirkel und den milon-Ladyzirkel. Fühlbare und sichtbare Erfolge stellen sich binnen kürzester Zeit ein. Dabei ist dieses Training absolut sicher und 30% effektiver als herkömmliches Training. Kleiner Zeitaufwand - große Wirkung für Figur, Rücken und Gesundheit."

K.W.: „Das WORKOUT ist nicht nur mit den drei verschiedenen Milon-Systemen einzigartig in der Region, Sie bieten spezielle Lösungen für Figurprobleme - nur für Frauen?"

K.K.: „Wenn Sie auf den Vacu Walk anspielen, ja?! Mehr als 2/3 unserer Mitglieder sind Frauen. Vacu Walking ist die sanfte Form der Bewegung, das Gehen in einer Unterdruckkapsel, in der ein computergesteuerter Unterdruck erzeugt wird.

Dieses hat die Wirkung eines Schröpfglases oder einer Lymphdränage. Das führt fühlbar und sichtbar zu einer Verbesserung des Stoffwechsels durch eine verbesserte Durchblutung der Problemzonen. Es ist eine natürliche Alternative zur Fettabsaugung und wirkt gegen die ungeliebte Orangenhaut an Po und Oberschenkeln. Obwohl die Geräte aus der erprobten Medizin- und Weltraumtechnik kommen, waren wir anfangs skeptisch. Inzwischen sind aufgrund der Erfolge aus zunächst einem fünf Vacu Walk-Geräte geworden."

K.W.: „Ich sehe diese in die MVL (Medical Vital Lounge) integriert?"

K.K.: (lacht): „Ja, die Medical Vital Lounge war unser vorletztes Projekt im letzten Jahr! Die Medical Vital Lounge ist genial – wir laden jeden ein, diese einfach mal zu testen. Das Galileo-Training sind Vibrationsplatten. Sie kommen aus der Medizinischen Therapie. Die Vibration löst Muskelreflexe aus und ermöglicht das gezielte Training bestimmter Körperregionen in 10 Minuten.

Das Galileotraining ist eine Alternative bei Rückenschmerzen, in der Therapie kann zum Beispiel Inkontinenz behandelt werden. Hochleistungssportler können ihr Training durch neue Reize ebenso intensivieren wie Trainingsanfänger."

K.W.: „Haben sie selbst schon die Wasserstrahl-Massagen-Liegen ausprobiert?"

K.K.: „Ja, sie bieten eine herrliche Entspannung nach dem Training, der gesamte Rücken wird massiert und Muskelverspannungen werden behoben. Davon sind Männer und Frauen begeistert."

Fotos: Veranstalter

Promotion

„Viele Alfelder wissen noch gar nicht, dass wir über 3 Milon-Systeme verfügen. Den Milon-Gesundheits- und Stoffwechsel-Zirkel, den Milon Figur- und Kraftzirkel und den milon-Ladyzirkel."

K.W.: „Sie sprachen vom vorletzten Projekt? Was war das Letzte?

K.K.: „Unsere Mitglieder haben Anspruch auf ständige Erneuerung und ein tolles Ambiente. Schließlich ist es schon schwierig, den inneren Schweinehund zu Hause zu besiegen. Deshalb sollen sie es im WORKOUT immer schön haben: Gerade eben sind unsere Nassbereiche, Duschen und WCs, Umkleiden, Schränke von einem Hamburger Designer aus dem Hotelfach vollständig erneuert worden. Die Eröffnung erfolgte pünktlich am 10. Januar.

Auch das ist in Alfeld einzigartig und darauf sind wir besonders stolz. Danke an dieser Stelle unseren Mitgliedern und Firmenfitnesskooperationspartnern, die die Umbauten und unvermeidbare Beeinträchtigungen mit großem Verständnis mitgetragen haben!"

K.W.: „Was gibt es Neues im Kursbereich?"

K.K.: „Sehr gut läuft natürlich ZUMBA® Fitness, das wir exklusiv mit 5 Top-Trainern in Kooperation mit Patrick Pattke anbieten. Insgesamt ist der Kursbereich an Vielseitigkeit und Qualität kaum zu überbieten.

BodyPump®, Indoor-Cycling oder Pilates sind nicht nur Bewegung, sondern effektives Muskulatur- und Ausdauertraining und so jeder findet sein persönliches Highlight. Besonderen Spaß machen unsere regelmäßigen Kursevents. Selbstverständlich gibt es Neues in 2013, das ist noch top-secret, denn sonst gibt es keine Überraschungen mehr."

K.W.: „Das WORKOUT gilt nicht gerade als Billiganbieter, welchen Monatsbeitrag erheben Sie aktuell?"

K.K.: „Wir haben seit 2012 ein neues Preismodell. Unsere Leistungen sind so vielseitig, dass kaum ein Mitglied in der Lage ist, alles gleichzeitig zu nutzen.

Manch einer möchte zum Beispiel unsere schöne Saunaanlage einfach nicht nutzen, weil er oder sie kein Saunagänger ist. Dem haben wir Rechnung getragen.

Das Mitglied zahlt nur noch, was es tatsächlich nutzt. Es sucht sich seine Leistungen aus und bestimmt damit seinen Beitrag selbst. Ganz individuell. Fair und transparent. Einzelne Leistungen kann das Mitglied jederzeit hinzubuchen oder abwählen, je nach Bedarf.

Zum Beispiel unser Rückentherapie-Zentrum bei akuten Rückenbeschwerden und Schmerzen. Das ist viel gerechter, als der monatliche Pauschalbeitrag für Leistungen, die das Mitglied nicht nutzt. Wir scheuen Vergleiche überhaupt nicht, weil wir einfach das beste Preis-/Leistungsverhältnis haben.

Und das kann jeder einfach in einem Beratungsgespräch, das kostenlos und unverbindlich ist, selbst feststellen." (red)

Das Interview führte Kay Wiethold (K.W), Fitnessexperte, Referent, Auditor und Qualitätsmanager für Fitness- und Freizeitanlagen in Deutschland mit Geschäftsführerin der WORKOUT Med. Fitness GmbH Kerstin Klose (K.K.).

Für Leser der SIEBEN:
7 Tage kostenloses Einführungstraining
im milon-Stoffwechselzirkel, Kraftzirkel oder Ladyzirkel: Werden Sie fit in 44 Minuten!

Vereinbaren Sie ihren individuellen Einführungskurs im WORKOUT Med., Industriestraße 2 B in Alfeld telefonisch unter: 05181 / 82 68 88 oder unter www.fitness-alfeld.de .

Das Team vom WORKOUT Med. freut sich auf Sie! Bringen Sie jemanden mit, dessen Gesundheit Ihnen am Herzen liegt, gemeinsam macht Ihr 44-Minuten-Training noch mehr Spaß!

Jeden Monat in Park Residenz und Wohnpark Alfeld sehnsüchtig erwartet:

Der „Parkbote"

Die monatlich erscheinende Hauszeitung kam das erste Mal im Jahr 1994, dem Gründungsjahr der Park Residenz, heraus.
Das auf gelbem Papier gedruckte Heft bietet Informationen und Unterhaltung. Die Redaktion und das Layout liegen in den Händen von der Mitarbeiterin Nathalie Wolf aus der Verwaltung der Einrichtung. Bis das gedruckte Heft in den Briefkästen des Wohnparks vorgefunden oder den Park Residenzbewohnern in die Zimmer gebracht wird, gibt es allerhand zu tun: Informationen werden gesammelt, Texte verfasst, Bilder bearbeitet und zusammengestellt, die Daten zur Druckerei geschickt, gedruckt und die Hefte verteilt.

Redaktionskonferenz:
Die Bewohner beteiligen sich an jeder Ausgabe - mit Kurzgeschichten, Liedern, Gedichten, Rätseln ...

Als erstes werden Texte gesammelt. Es werden Informationen zu Fest- und Gedenktagen zusammengetragen, die gerade beim Aktivitätenangebot des Begleitenden Dienstes im Mittelpunkt stehen und aktuelle Gesetzesänderungen oder Angaben der Geschäftsführung notiert. Außerdem beteiligen sich die Bewohner an jeder Ausgabe. Sie geben Kurzgeschichten, Lieder, Gedichte, Rätsel und Witze bei Frau Wolf ab. Neben glücklichen Ereignissen wie Geburtstagen, Begrüßungen neuer Bewohner und Vorstellungen neuer Mitarbeiter, werden auch traurige Nachrichten wie Namen Verstobener in der Hauszeitung mitgeteilt.

Im Mittelteil sind tägliche Angebote des Begleitenden Dienstes des jeweiligen Monats und Gruppen-Termine, wie beispielsweise Kurse der Senioren-Akademie aufgelistet.

Seit 2 Jahren enthält der Parkbote die Serie „Lebenszeiten, Lebensorte", die von Bärbel Mimz angeregt wurde. Die Lebenssituationen, die Bewohner der Park Residenz und des Wohnparks in dieser Serie beschreiben, dienen nicht nur dem gegenseitigen Kennen lernen, sie bilden auch ein Stück lebendige Zeitgeschichte. Wenn der Parkbote sein 20 jähriges Jubiläum feiert, ist ein Buch mit den Erzählungen geplant, das all die „Lebenszeiten" und „Lebensorte" zusammenfasst. Sind die Geschichten, Termine und Informationen zusammengetragen, werden die Texte und Bilder von Ausflügen und Veranstaltungen von Frau Wolf digital zusammengesetzt und nach eingehender Kontrolle an die Druckerei versandt. Diese druckt zurzeit eine Auflage von 450 Exemplaren und liefert sie dann einige Tage vor Beginn des neuen Monats aus. Zu dem Zeitpunkt wird bereits jedes einzelne sehnlichst erwartet... *(red/ne)*

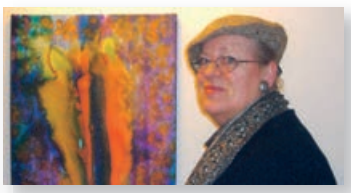
Organisation:
Bärbel Mimz, Begleitender Dienst
Park Residenz, Antonianger 42, 31061 Alfeld
Telefon: (05181) 930097

Fotos: Veranstalter

Ausstellung im Galerieflur: Luise Pritzer zeigt im AMEOS Klinikum Alfeld Aquarelle

Aquarellmalerei als gelenkter Zufall

„Meine Lieblingsfarbe ist bunt." Walter Gropius, der Gründer der weltberühmten Bauhaus-Kunstschule hat diesen Satz gesagt. Und auch Luise Pritzer charakterisiert ihre Aquarellmalerei unter dieser Prämisse. „Der Grundgedanke der Aquarellmalerei ist der gelenkte Zufall", so die in Elze lebende Malerin. „Damit wird diese Technik niemals langweilig oder spannungslos beim Malen."



Für die gebürtige Hannoveranerin ist es zudem wichtig, immer mal wieder neue Techniken oder Malgründe auszuprobieren. Ihre Motive sind sehr vielfältig: Gegenständliches wie Landschaften und Porträts gehören ebenso dazu wie Phantastisches, Abstraktes oder, wie sie es nennt, Geträumtes.

„Bei Einzelausstellungen von mir kommt oft die Frage: Wo sind denn die anderen Malerinnen?", so Luise Pritzer, die damit sagen will, dass die Bandbreite ihres Schaffens so umfangreich scheint, dass man von mehreren Urhebern ausgehen könnte. Dabei malt sie aus dem Bauch heraus, wie sie konkretisiert.

Die gelernte Schneiderin und „Staatlich geprüfte Directrice des gehobenen Modellgenres" hat sich zuerst der textilen Kunst gewidmet, bevor sie 1983 auf der Insel Spiekeroog mit der Aquarellmalerei begonnen hat. Seitdem hat sie zahlreiche Einzel- und Gruppenausstellungen mit ihren Arbeiten bereichert. *(hst)*

Informationen: Luise Pritzer
Vernissage: 7. Februar 2013, 19 Uhr
Einführung in die Ausstellung: Irmtraud Brüelheide
Ausstellungsende 13. April 2013

Haben Sie in Ihrem Alltag nicht auch schon Situationen erlebt, in denen Sie mit Ihren Gleitsichtgläsern an Grenzen stoßen und Dinge nicht so schnell erfassen wie Sie es erwarten – z.B. beim Autofahren oder beim Sport? Varilux S 4D Gleitsichtgläser sind auf Ihr Sehen personalisiert. Dank exklusiver Messung des Führungsauges profitieren Sie von schnellerem Erfassen und Reagieren – in jeder Situation. Kommen Sie vorbei und erleben Sie den Unterschied! Wir beraten Sie gerne.

VARILUX S 4D

essilor

Brüderle

Ihr Spezialist für Augenoptik • Hörgeräteakustik • Kontaktlinsen

Leinstr. 9 • 31061 Alfeld • Tel (05181) 5206 • Fax (05181) 700 6840

www.sieben-regional.de
redaktion@sieben-region.de

SIEBEN: Regionalmagazin Leinebergland
Am Buchenbrink 21
31061 Alfeld OT Gerzen
Herausgeber: Godehard Wolski, V.i.S.d.P.

Redaktion:
Godehard Wolski (gw) (05181) 827 073
godehard.wolski@sieben-region.de

Heiko Stumpe (hst) (05181) 280 335
heiko.stumpe@sieben-region.de

Anzeigen und Promotion: (05181) 827 558
Sandra Korolewski
sandra.korolewski@sieben-region.de

Nadja Eroschenkova (ne)
Susanne Röthig (sr)

Die SIEBEN:
ist ausschließlich werbefinanziert.
Zur Werbung zählen sowohl Anzeigen als auch Textbeiträge.
Die SIEBEN: wird gedruckt auf Papier, hergestellt aus 100% chlorfrei gebleichtem Zellstoff.
Papier: Galerieart Classic Silk 115 g/qm
ein Produkt der Sappi Alfeld GmbH

Druckauflage 7.000 Exemplare

Hier finden Sie unser Magazin:

SIEBEN: REGIONAL

Erscheinungstermine 2013:

Mittwoch, 30. Januar, Februar-Ausgabe
Mittwoch, 27. Februar, März-Ausgabe
Mittwoch, 27. März, April-Ausgabe
Mittwoch, 01. Mai, Mai-Ausgabe
Mittwoch, 29. Mai, Juni-Ausgabe
Mittwoch, 26. Juni, Juli-Ausgabe
Mittwoch, 31. Juli, August-Ausgabe
Mittwoch, 28. August, September-Ausgabe
Mittwoch, 25. September, Oktober-Ausgabe
Mittwoch, 30. Oktober, November-Ausgabe
Mittwoch, 27. November, Dez./Jan.Doppel-Ausgabe

in Alfeld:

Sparkasse, Burgfreiheit
Biel's, Leinstr.
Brüderle, Leinstr.
FIRST Reisebüro, Leinstr.
Niemeyer, Leinstr.
Co-Optic, Leinstr.
Magnus, Leinstr.
Sieben Berge Apotheke, Sedanstr.
Sofra, Sedanstr.
Biel's, im Kaufland
Bürgeramt am Marktplatz
700 Exemplare liegen hier monatlich bereit
Stadtbücherei, Perkstr.
Kreishaus, Ständehausstr.
Sparkasse, Hildesheimer Str.
Kino, Holzer Str.
AOK, Walter-Gropius-Ring
Sappi
Espelage, Brunnenweg
Otto-Shop, Brunnenweg
Grünes Warenhaus, Am Bahnhof
Hasse Toto-Lotto, Am Bahnhof
HEM Tankstelle, Göttinger Str.
Krankenhaus, Landrat-Beushausen-Str.
star-Tankstelle, Hildesheimer Str.
Edeka Neukauf im Leinekauf ...
bei Biel's und an der Packstelle neben der Kasse
Park Residenz, Antonianger
Nord-Apotheke, Hildesheimer Str.
Shell-Tankstelle, Schillerstr.
WurstMaXXL, Hannoversche Str.
Fagus GreCon, Hannoversche Str.
Aral-Tankstelle an der B3
Tanzschule Schuppmann, Brunker Stieg
Bowling Center, Brunker Stieg
Haarstudio Haarscharf, Brunker Stieg
Workout, Industriestr.
Holtzmann & Sohn, Liebigstr.
McDonalds, Borsigstr.
Föhrste: Gasthaus Schapers Krug
Röllinghausen: Gasthaus Zum braunen Hirsch
Sack: Gasthaus Zum Alten Krug
Langenholzen: Bäckerei Zieseniß
Hörsum: Gasthaus Zur Eule
Brunkensen: Gasthaus Pötchen Peine

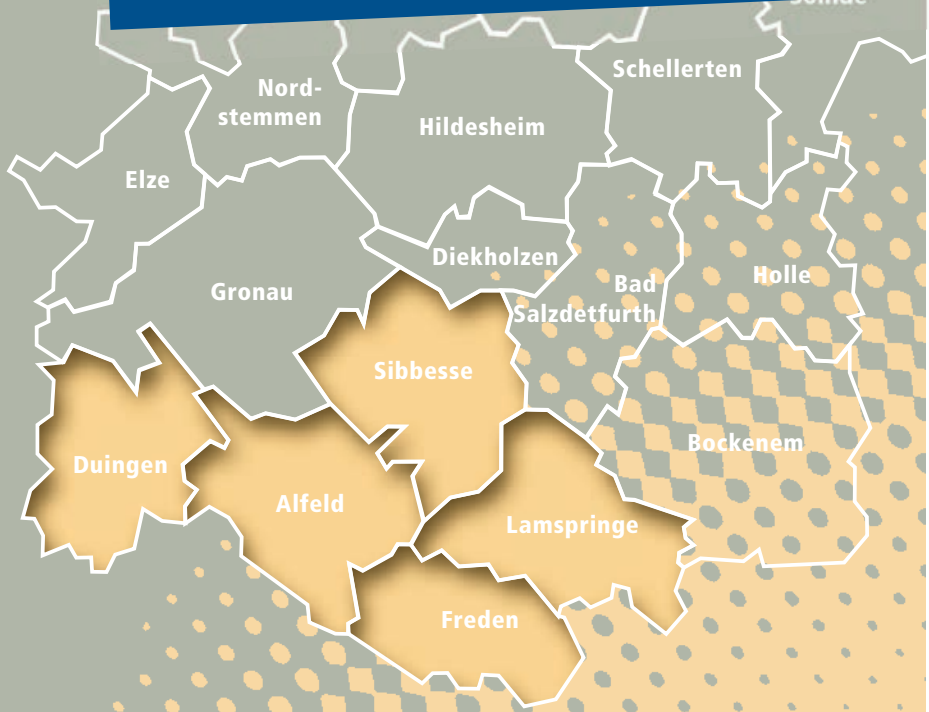
in der Region Leinebergland:

Sie finden das Magazin in den Gemeindebüros und an vielen weiteren Stellen in den Gemeinden.
Flecken Delligsen
Samtgemeinde Freden
Samtgemeinde Lamspringe
Samtgemeinde Sibbesse
Samtgemeinde Gronau
Stadt Elze
Samtgemeinde Duingen

in Hildesheim:

Tourist Information
Kreishaus

VHS-Hildesheim
Unser neues Programm
Semesterstart: 11. Februar



Lernen Sie uns kennen!

Tag der Offenen Tür

mit Schnupperangeboten, Präsentationen
und Mitmachaktionen für Alt und Jung

Samstag, 9. Februar 2013

in der Geschäftsstelle Alfeld, Antonianger 6

14 - 18 Uhr

Das komplette Programm finden Sie ab Januar 2013 unter www.vhs-hildesheim.de

Anmelde - Hotline
Tel. 05121 9361-55
Tel. 05181 8555-55

Mo. – Do. 9.00 – 12.00 Uhr
und 14.00 – 17.00 Uhr
Fr. 9.00 – 12.00 Uhr

24 Stunden im Internet:
www.vhs-hildesheim.de