

## Weizenfeldstraße wird von Grund auf saniert

Stadt informiert AnwohnerInnen und VerkehrsteilnehmerInnen ausführlich und beteiligt sie an Planungen

Die Verkehrssituation in der Weizenfeldstraße finden viele AnwohnerInnen und VerkehrsteilnehmerInnen verbesserungsbedürftig: Einige Autos sind deutlich schneller als die erlaubten 30 km/h unterwegs und gefährden somit andere, insbesondere RadfahrerInnen. Auch der Weg zur Schule und zur Kita sollte verbessert werden. Denn Zebrastreifen oder andere sichere Übergänge für Kinder fehlen. Die Lärmbelastung durch den Straßenverkehr ist hoch, die Anordnung der Parkplätze führt dazu, dass der Bürgersteig zugesperrt wird. Zudem sind die Bushaltestellen schwer zu erkennen, nicht barrierefrei und unzureichend ausgestattet. Nicht zuletzt lädt die Straße nirgendwo zum Verweilen ein: Bänke und Bäume sind kaum vorhanden.



An der Einmündung Obentrautstraße diskutierten die TeilnehmerInnen an der Bürgerbeteiligung mit den VerkehrsexpertInnen.

Gründe genug, die Straße umfangreich zu sanieren und umzugestalten. Dies soll in den kommenden zwei Jahren geschehen. Bevor die Bauarbeiten starten, erfolgt eine umfangreiche Planung. Mit einer Analyse der Situation hatte die Landeshauptstadt Hannover (LHH) das hannoversche Büro SHP Ingenieure beauftragt. Am 25. April wurden die Ergebnisse auf einer Beteiligungsveranstaltung vorgestellt. Dazu waren alle AnwohnerInnen und interessierte StöckenerInnen in die Grundschule am Stöckener Bach eingeladen. Gut 30 Personen folgten dem Aufruf.

Nach einer kurzen Einführung durch Juliane Schonauer, Leiterin des Sachgebiets Stadterneuerung der LHH, präsentierte das Büro SHP Ingenieure zusammen mit dem Büro für Freiraumplanung Christine Früh ihre bisherigen Arbeitsergebnisse und ersten Überlegungen mit dem Ziel, die Sicherheit für

FußgängerInnen und RadfahrerInnen zu erhöhen und den Straßenraum entsprechend der erlaubten Geschwindigkeit von 30 km/h zu gestalten – etwa indem die Stellplätze neu angeordnet werden. Die Fahrbahn und der separat gekennzeichnete Parkstreifen wären dann eindeutig erkennbar.

An wichtigen Übergangsstellen könnten Einengungen FußgängerInnen das Überqueren erleichtern und AutofahrerInnen deutlich auf den Überweg hinweisen. Mit 3,50 Meter stünde für die Gehwege an beiden Straßenseiten eine ausreichende Breite zu Verfügung. Bäume und Beete könnten für eine attraktivere Gestaltung der Straße sorgen und Bänke oder andere Sitzmöglichkeiten zum Aufenthalt einladen.

Im Anschluss an die Präsentationen wurden zwei Arbeitsgruppen gebildet, die sich vor Ort ein Bild von der Straßensituation machen: Eine Grup-

pe traf sich an der Einmündung zur Obentrautstraße, die andere an der Kreuzung Weizenfeldstraße/Flemesstraße. In beiden Gruppen wurde unter anderem über folgende Fragen gesprochen: Was sind wichtige Einrichtungen am Weg? Wo wären Sitzmöglichkeiten, Fahrradbügel, Übergänge und weitere Einrichtungen in der Straße sinnvoll? Wie könnte der Platz an der Kreuzung Weizenfeldstraße/Obentrautstraße aussehen?

Schnell entwickelten sich angeregte Diskussionen, die zeigten, dass einige der vorgestellten Überlegungen auf allgemeine Zustimmung trafen: So wurden von vielen TeilnehmerInnen Maßnahmen begrüßt, die dazu beitragen, dass die zulässige Geschwindigkeit von 30 km/h nicht überschritten wird. Auch das illegale Abstellen von Autos etwa auf den Gehwegen war vielen ein Dorn im Auge. Die Belastung durch den Lkw-Verkehr wird ebenfalls allgemein als zu hoch empfunden. Erörtert wurde daher unter anderem eine Sperrung für Laster. Um die verschiedenen Zonen für FußgängerInnen, RadfahrerInnen und AutofahrerInnen zu kennzeichnen, wurde die Verwendung unterschiedlicher Farben und Materialien angeregt.

Zum Teil wurden auch unterschiedliche Wünsche und Bedürfnisse deutlich: Vor allem ältere AnwohnerInnen hoffen auf einen Ausbau der Haltestellen unter anderem mit Wartehäuschen. Viele RadfahrerInnen möchten nicht auf der Straße fahren, sondern lieber auf einem gesonderten Radweg. Dieser ist in einer Tempo 30-Zone allerdings laut Straßenverkehrsordnung nicht vorgesehen. Die Idee, an der Kreuzung Weizenfeldstraße/Obentrautstraße einen Platz zu gestalten, fand großen Anklang. Gewünscht wurden hier außerdem eine zusätzliche

Begrünung sowie die Schaffung von Sitzmöglichkeiten. Auch die Anbindung an die Fußwege in der unmittelbaren Umgebung sollte verbessert werden.

Die Arbeitsgruppen trafen sich anschließend wieder in der Grundschule, wo die Diskussionen vorgestellt und zusammengefasst wurden. Außerdem bestand Gelegenheit, Fragen an die MitarbeiterInnen der Verwaltung sowie der beteiligten Büros zu stellen. In den folgenden zwei Wochen konnten sich alle StöckenerInnen im Quartiersmanagement die vorgestellten Pläne anschauen und weitere Anregungen einbringen. Diese Pläne werden unter Berücksichtigung der Ergebnisse aus der Bürgerbeteiligung überarbeitet.

### Bauarbeiten starten nächstes Jahr

Der weitere Zeitplan sieht vor, den politischen Gremien Ende des Jahres das Bauvorhaben vorzulegen. Liegt ein Ratsbeschluss vor, kann 2018 mit dem Leitungsbau begonnen werden. Einige Monate später starten die eigentlichen Straßenbauarbeiten in verschiedenen Abschnitten. Ziel ist es, bis Ende 2019 den Umbau der Weizenfeldstraße abzuschließen. Die Mittel dafür wurden bereits im Rahmen des Bund-Länder-Programms „Soziale Stadt“ bewilligt. Gut für die AnwohnerInnen: Sie müssen nicht – wie sonst üblich – einen Teil der Kosten tragen.

Das Beteiligungsverfahren wird möglicherweise fortgesetzt: Denkbar ist, dass eine Arbeitsgruppe unter anderem mit interessierten StöckenerInnen gebildet wird, die den Prozess begleitet. Aktuelle Informationen über das Projekt finden sich auf der Website [www.stoecken.info](http://www.stoecken.info).

Übersetzungen ins Türkische und Russische stehen auf Seite 3.

AUSGABE 13  
AUGUST 2017

### Aus dem Inhalt: Neuer Zugang:

AnwohnerInnen erreichen künftig den Stöckener Friedhof auch über einen Eingang, der im Nordwesten liegt. Seite 2



### Neues Fahrgefühl:

In einem Kurs, der vom Talente-Treff organisiert wurde, lernten viele Frauen das Radfahren. Seite 4



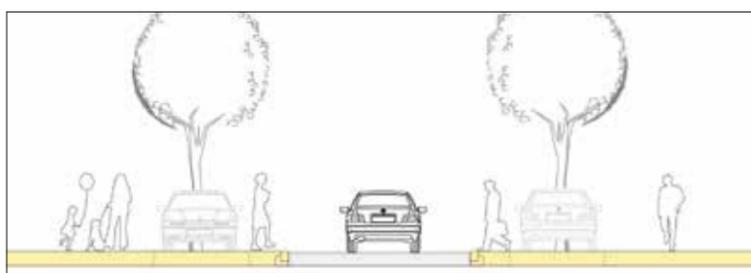
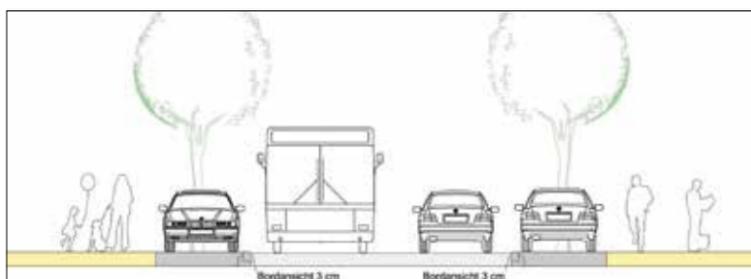
### Neue Farbe:

In einem Graffiti-Workshop versahen Kinder gemeinsam mit zwei Künstlern einzelne Elemente des Spielplatzes am Onnengaweg mit bunten Motiven. Seite 6



### Neues Wissen:

In einer türkischen Frauengruppe erhalten die TeilnehmerInnen seit Jahren wertvolle Informationen. Neben Vorträgen gibt es gemeinsame Aktionen und lockeren Austausch. Seite 8



Breite Fußwege, Parkstreifen und zwei Fahrspuren: So könnte die Aufteilung des Straßenraumes aussehen. Verengungen sollen an einigen Stellen den Übergang erleichtern.

# Barrierefrei ins Grüne

Der Stöckener Friedhof erhält einen neuen Zugang

Für viele StöckenerInnen ist der Stadtfriedhof Stöcken ein beliebtes Naherholungsgebiet. Wer allerdings westlich davon wohnt, musste bisher einen Umweg in Kauf nehmen, um dorthin zu gelangen. Deshalb wird im Nordwesten ein neuer, attraktiver Eingang gebaut und damit eine Maßnahme aus dem Freiraumentwicklungskonzept im Rahmen des Bund-Länder-Programms „Soziale Stadt“ umgesetzt.

Der Zugang soll in der Nähe einer nicht mehr genutzten Gasdruckre-

gelstation entstehen, die von den Stadtwerken Hannover abgerissen wird. Der bereits vorhandene Fußweg dorthin wird verbreitert und befestigt. Zu erreichen sein wird der Zugang von der Stadtbahnhaltestelle Stöckener Markt, dem Spielplatz am neuen Stadtteilzentrum sowie vom Überweg, der von der Hogrefestraße über die Gleise der Stadtbahn führt. Der Höhenunterschied zum Friedhofsgelände wird ausgeglichen, um einen barrierefreien Zugang zum Friedhof zu ermöglichen.

## Anbindung an bestehende Wege

Die vorhandene Mauer um den Friedhof wird stabilisiert, ergänzt und behutsam geöffnet. In Anlehnung an historische Vorbilder soll hier ein markantes und gut sichtbares Tor eingesetzt werden. Der Eingangsbereich erhält voraussichtlich Bänke zum Verweilen und wird an das bestehende Wegenetz auf dem Friedhof angebunden. Die Sichtachsen bleiben erhalten,



Der neue Zugang vermittelt einen parkähnlichen Eindruck. Die Öffnung der Friedhofsmauer wird behutsam vorgenommen.



BesucherInnen gelangen künftig durch ein Tor im Nordwesten auf den Friedhof.

nur wenige Bäume und Gehölze müssen entfernt werden.

Derzeit laufen bei der Stadt Hannover die Planungen. Im Sommer werden entsprechende Drucksachen

den zuständigen politischen Gremien zur Abstimmung vorgelegt. Mit einem Baustart ist Anfang 2018 zu rechnen, bis Ende kommenden Jahres sollen die Arbeiten abgeschlossen sein.

Die Kostenschätzung beläuft sich derzeit auf 276.000 Euro. Das Geld wird im Rahmen des Bund-Länder-Programms „Soziale Stadt“ bereitgestellt.

# Neuer sozialer Wohnraum in Stöcken

Das ehemalige Hotel West wird abgerissen – Investor baut 22 Wohnungen für Singles und Familien



Einen hellen und einladenden Eindruck vermittelt die Fassade des neuen Wohnhauses, das an der Weizenfeldstraße gebaut wird. Bild: Lindschulte Ingenieurgesellschaft

Preiswerter Wohnraum ist knapp in Hannover. Da ist es eine gute Nachricht, dass die Objekt Konzept Stöcken GmbH & Co. KG im Sanierungsgebiet Stöcken 22 neue Wohnungen bauen wird, die vergleichsweise günstig vermietet werden.

Das Gebäude entsteht auf dem Gelände des ehemaligen Hotel West an der Weizenfeldstraße, das seinen Betrieb vor längerer Zeit eingestellt hat und nun abgerissen wird. Der Neubau wird durch Förderprogramme der NBank, der Region Hannover und der Landeshauptstadt Hannover unterstützt.

„Damit ist die Wirtschaftlichkeit des Projekts gewährleistet“, sagt Kurt Fischer, Geschäftsführer der THI Holding GmbH & Co. KG, die sich als Vertreter des Investors in Stöcken

engagiert. Die Zusammenarbeit mit den zuständigen Stellen und Personen bei der Stadt, Region und Bank bezeichnet er als sehr gut. Gemeinsam sei ein Fahrplan erarbeitet worden, der zeitlich eingehalten werden kann.

Noch dieses Jahr soll mit dem Hochbau begonnen werden. In dem dreistöckigen Gebäude mit Keller wird es Wohnungen in der Größe zwischen 50 und 85 Quadratmetern geben, die für Singles und Familien geeignet sind. Vier Wohnungen werden zudem rollstuhlgerecht sein. Ein Fahrstuhl verbindet die Etagen, die Grünflächen auf dem rund 1.600 Quadratmeter großen Grundstück laden zum Verweilen und Spielen ein. Hinter dem Haus werden 22 Pkw-Stellplätze eingerichtet. Der Bezug der Wohnungen ist für Ende 2018 vorgesehen.

## Förderung über 2017 hinaus

Das Bund-Länder-Programm „Soziale Stadt“ im Sanierungsgebiet Stöcken sollte ursprünglich Ende dieses Jahres auslaufen. Nun wurde es um zwei Jahre verlängert. Davon profitieren Vorhaben wie die Sanierung der Weizenfeldstraße und die Schaffung eines neuen Zugangs zum Stadtfriedhof Stöcken.



Das Stadtteilzentrum (Entwurf) wird kommendes Jahr fertig. Die Mittel dafür stehen schon länger bereit.

# Der Boden fürs neue Stadtteilzentrum ist bereitet

Alle Arbeiten liegen im Plan – bis zur Eröffnung im Sommer 2018 finden die Gruppenaktivitäten in anderen Einrichtungen statt

Seit einigen Wochen können die StöckenerInnen beobachten, wie ihr neues Stadtteilzentrum Gestalt annimmt. Nachdem das alte Freizeitheim im vergangenen Jahr abgerissen wurde, wurden zunächst vorbereitende Arbeiten durchgeführt und die Baustelle eingerichtet. Außerdem wurde eine Rigole gebaut, die für die Versickerung des Regenwassers benötigt wird.

Im nächsten Schritt wurden Fundamente errichtet und eine Bodenplatte gegossen, erläutert Marlies Kloten vom Sachgebiet Stadterneuerung der Stadt Hannover. Anschließend wurde damit begonnen, die Wände hochzuziehen. Als nächste Baumaßnahme folgt die Dachkonstruktion. Da auch dafür vornehmlich Beton verarbeitet wird, gibt es ein ganz besonderes Richtfest, bei dem auch eine „Zeitkap-

sel“ eingemauert wird. Die typischen Zeitdokumente dafür werden im Rahmen eines Beteiligungsprojektes mit Gruppen aus dem Stadtteil um bunte Stöckener Facetten erweitert. „Das Richtfest wird voraussichtlich im Oktober gefeiert, wir werden dazu alle Stöckenerinnen und Stöckener einladen“, sagt Marlies Kloten. Eine Eröffnung des Gebäudes, das nun auch offiziell den Namen Stadtteilzentrum Stöcken trägt, ist für Herbst 2018 geplant.

Während der Rohbau in großen Schritten vorangeht, laufen die Ausschreibungen für weitere Arbeiten unter anderem für die Gestaltung der Fassaden und die Haustechnik auf Hochtouren. Gleichzeitig werden die Detailplanungen vorangetrieben. In einer wöchentlichen Baubesprechung stimmen sich Verwaltung, ArchitektInnen und die verschiedenen Gewerke ab. Außerdem trifft sich etwa alle 14 Tage eine Projekt-

gruppe, in der die Interessen der künftigen NutzerInnen, insbesondere des Leckerhauses und des Stadtteilzentrums, thematisiert werden.

Die MitarbeiterInnen des ehemaligen Freizeitheims bezogen übergangsweise Büros an der Stöckener Straße. „Alle Gruppen, die sich vorher im Freizeitheim getroffen haben, konnten in verschiedenen Einrichtungen unterkommen – teilweise in anderen Stadtteilen. Alle sind mit der Situation zufrieden“, berichtet Geschäftsführerin Carmen Müller.

Die MitarbeiterInnen des Freizeitheims sind aktuell zu folgenden Zeiten zu erreichen: montags bis mittwochs zwischen 9.30 und 13 Uhr sowie jeden Donnerstag von 15 bis 19 Uhr. Ihre Telefonnummern haben sich nicht geändert. Ihre Mailanschrift lautet: fzh-stoecken@hannover-stadt.de.



Viel Beton wurde für die Bodenplatte des neuen Stadtteilzentrums benötigt. Bei einem Pressetermin Mitte Juni nahmen Bezirksbürgermeisterin Regine Bittorf und Architekt Matthias Prüger das Ausgussrohr für die Fotografen in die Hand. Rohbauunternehmer Hans-Heinrich Besbard schaut den beiden anerkennend zu.

## Beteiligung Weizenfeldstraße *türkisch*

### Trafiğe katılan herkes için daha iyi şartlar

„Soziale Stadt“ programı kapsamında Weizenfeldstraße tepeden tırnağa yenilenecektir, sakinler ve ilgililer planlamaya katılacaktır

Weizenfeldstraße'deki trafik durumunun birçok sakin ve trafik katılımcısı için iyileştirme gerekmektedir. Bazı araçlar izin verilen 30 km/saat hız kuralına göre çok daha hızlı hareket ederek diğer trafik katılımcıları ve özellikle de bisikletliler için tehlike yaratmaktadır. Okul veya anaokulu için yoldan karşı karşıya geçen çocuklar için de optimizasyon ihtiyacı mevcut, en azından yaya geçitleri ve diğer güvenli geçitler eksiktir. Karayolu trafiğinin gürültüsü çok yüksek, otomatik park düzeni kaldırımlara park edilmesine yol açmaktadır. Ayrıca otobüs durakları zor fark edilmekte, engeller var ve uygun şekilde düzenlenmemiştir. Sonuçta caddenin hiçbir noktası insanı vakit geçirmeye davet etmiyor. Neredeyse hiç bank ve ağaç yok.

Caddeyi A'dan Z'ye yenilemek ve yeniden düzenlemek için çok sebep var. Gelecek iki yıl içerisinde de bu çalışmaların yapılması öngörülmüş. İnşaat çalışmaları başlamadan önce kapsamlı bir planlama yapılacaktır. Durumun analizini yapmak üzere Landeshauptstadt Hannover (LHH) Hannover'deki Büro für Freiraumplanung Christine Früh görevlendirdi.

25 Nisan günü sonuçlar bir katılım toplantısında tanıtıldı. Bu amaçla sakinler ve ilgili Stöckenliler Grundschule am Stöckener Bach ilkokuluna davetliydi. Davete 30 kişi katıldı.

LHH'nin kentsel dönüşüm alanındaki sorumlusu Juliane Schonauer tarafından kısa bir giriş konuşması yapıldıktan sonra Büro SHP Ingenieure yine Büro für Freiraumplanung Christine Früh

ile birlikte o ana kadar gerçekleştirdikleri çalışmaların sonuçlarını ve yaya ve bisikletliler için güvenliği artırmak ve cadde düzenini izin verilen 30 km/saat hıza göre dizayn etmek amacıyla ilk düşünceleri aktardı.

Böylece cadde net biçimde bölümlere ayrılarak ve park yerleri de nizami konumlandırılarak yatay kesitte yeniden dizayn edilebilir. Şerit ve ayrı işaretlenmiş park yeri işaretleri bu durumda açıkça fark edilebilir. Önemli geçiş noktalarında daralmalar yayaların karşıdan karşıya geçmesini kolaylaştırabilir ve araç sürücülerini de bu geçiş noktasında fark edilebilir şekilde uyabilir. Her iki cadde yanında kaldırımlar için 3,50 metrelik genişlikte yeterli alan bulunmaktadır. Bunun haricinde ağaçlar ve çiçeklikler caddenin daha cazip bir görünüm kazanmasını sağlayabilir ve banklar ve başka oturma seçenekleri de vakit geçirmeye davet edilebilir.

Tanıtımların ardından mahallinde caddenin durumu hakkında bir fikir geliştirmesi için iki çalışma grubu oluşturulmuştur. Bir grup Obentrautstraße girişinde buluşmuş ve diğeri de Weizenfeldstraße/ Flesmesstraße kavşağında. Her iki grupta ayrıca şu sorular tartışılmıştır: Yoldaki önemli düzenlemeler nelerdir? Yol üzerinde nerelerde oturma imkanları, bisiklet kilitleme demirleri, geçitler ve diğer düzenlemeler fayda sağlar? Weizenfeldstraße/ Flesmesstraße kavşağındaki alan nasıl görünebilir?

Anında heyecanlı tartışmalar başlamış ve sonunda bazı düşüncelerde genel bir görüş birliği-

ne varılmıştır: Birçok katılımcıdan tedbirler kabul görmüştür, bu görüşler de izin verilen 30 km/saatlik hızın aşılmasına katkı sağlamaktadır. Araçların yasal olmayan biçimde kaldırımlara bırakılması birçoğunun gözüne batmaktaydı. Yine kamyonların yarattığı trafik yükü de yine aşırı bulunmaktadır. O nedenle kamyonlar için giriş yasağı da dile getirilmiştir. Yayalar, bisikletliler ve otomobiller için çeşitli bölgeleri işaretlemek için değişik renk ve malzeme kullanılması önerilmiştir.

Kısmen değişik istek ve gereksinimler de belirgin hale gelmiştir: Özellikle de yaşlı sakinler durakların bekleme kulübesiyle birlikte inşa edilmesini arzu ettiklerini ifade etmiştir. Birçok bisiklet sürücüsü de cadde yerine ayrı bir bisiklet yolunu tercih etmektedir. Ancak Karayolları Yönetmeliği uyarınca 30 km/saatlik hız yapılan bir alanda öngörülmemiştir. Weizenfeldstraße/ Obentrautstraße kavşağına bir meydan yapma düşüncesi büyük ilgi gördü. Burada ayrıca yeşil alanların ve oturma imkanlarının yaratılması istendi. Doğrudan çevreyle yaya yolu bağlantısı da iyileştirilmelidir.

Çalışma grupları tekrar ilkolukda bir araya geldi burada tartışmalar anlatıldı ve özetlendi. Ayrıca idarenin ve katılan büronun çalışanlarına soru sorma imkanı doğdu. Gelecek iki hafta içerisinde tüm Stöckenliler Quartiersmanagement'te tanıtılan planları izleyebilecek ve diğer önerilerini de iletebilecekti. Bu planlar vatandaşların katıldığı toplantının sonuçlarını dikkate alarak revize edilecektir.

Zamanasal planlamada siyasi kurullara inşaat projesinin yıl sonunda sunulması öngörülmektedir. Kurul kararı gereği 2018 yılında hat inşaatına başlanabilir. Birkaç ay sonrasında da asıl karayolu inşaat çalışmaları çeşitli kısımlarda başlayacaktır. Hedef, 2019 yılının sonuna kadar Weizenfeldstraße için dönüştürme çalışmalarını tamamlamaktır. Bu çalışmaların finansmanı "Sosyal Şehir" eyaletler programı kapsamında onaylanmıştır. Sakinler için iyi olan kısmı: Her zaman olduğu gibi masrafların bir kısmına katılmak zorunda değiller.

Katılım yöntemi muhtemelen devam ettirilecektir: Sürece eşlik etmesi için ilgili Stöcken sakinlerinden bir çalışma grubu oluşturulabilir. Projeye ilgili güncel bilgilere web sayfasından ulaşabilirsiniz: [www.stoecken.info](http://www.stoecken.info).



## Beteiligung Weizenfeldstraße *russisch*

### Лучшие условия всех участников дорожного движения

В рамках программы "Soziale Stadt" будет коренным образом перестроена Weizenfeldstraße - Жители и другие заинтересованные лица участвуют в планировании

Транспортная ситуация на Weizenfeldstraße требует улучшения как для жителей, так и для участников дорожного движения. Некоторые машины едут заметно быстрее, чем разрешенные здесь 30 км/ч и таким образом угрожают другим участникам дорожного движения, в особенности велосипедистам. Также для детей, которые на пути к школе или к Kita должны пересекать улицу, существует опасность, так как зебры или другие надежные переходы отсутствуют. Шум от уличного движения очень высокий, расположение парковочных мест приводит к тому, что тротуар тоже занят машинами. Кроме того, автобусные остановки тяжело распознать, они недостаточно оснащены и не свободны от барьеров. Не в последнюю очередь улица не выглядит доброжелательно и привлекательно: скамьи и деревья почти отсутствуют.

Имеется достаточно причин коренным образом переустроить и приукрасить эту улицу. Это должно произойти в течение следующих 2 лет. Прежде чем начнутся строительные работы, будет проведено обширное планирование. Landeshauptstadt Hannover (LHH) поручила ганноверскому Büro SHP Ingenieure проанализировать ситуацию. Уже 25 апреля были представлены результаты. Для этого в Grundschule am Stöckener Bach были приглашены все жители, а также те, кому это интересно. Около 30 людей последовали за призывом.

После короткого вступления Juliane Schonauer, Leiterin des Sachgebiets Stadterneuerung der LHH, представила Büro SHP Ingenieure вместе с Büro für Freiraumplanung Christine Früh, их прежние результаты работы и первые предложения. Эти предложения направлены на улучшение безопасности движения для пешеходов и велосипедистов и также на благоустройство уличного пространства Weizenfeldstraße, соответственно разрешенной здесь максимальной скорости в 30 км/ч.

Согласно предложениям, уличное пространство могло быть по-новому размечено в пользу наглядного разделения полос движения и поперечно упорядоченных мест парковки. Таким образом, проезжая часть и отдельно обозначенные места для стоянок были бы однозначно узнаваемы. Сужения проезжей части на важных участках переходов могли бы обеспечить облегчение пересечения пешеходами улицы, а водителям автомобилей отчетливо указывать на пешеходный переход. Ширина тротуаров в 3,50 м для обеих сторон улицы вполне достаточна. Исходя из этого, рядом расположенные деревья и грядки могут дать более привлекательный вид улице. Скамьи или другие возможности для сидения должны позаботиться о более приятном пребывании.

В заключение мероприятия были образованы две рабочие группы, которые должны были на месте представить себе картину уличной ситуации: Одна группа встретилась в месте примыкания Obentrautstraße, другая на перекрестке Weizenfeldstraße/ Flesmesstraße. В обеих группах кроме прочего обсуждались следующие вопросы: Какие наиболее посещаемые учреждения здесь находятся? Где лучше всего расположить скамейки, велосипедные дуги и пешеходные переходы? Что ещё было бы рационально разместить на улице? Как могла бы выглядеть площадь на пересечении Weizenfeldstraße/ Obentrautstraße?

Быстро развивались увлекательные обсуждения, которые указывали на то, что некоторые из представленных предложений находили поддержку общественного мнения: Многими участниками и участниками приветствовались мероприятия, которые направлены на то, чтобы режим максимально допустимой здесь скорости в 30 км/ч не нарушался. Также неразрешённая парковка машин на тротуарах была для многих, как бельмо на глазу. В связи с тем, что нагрузка движения грузового

автотранспорта воспринимается как слишком высокая, среди многих также обсуждался вопрос о запрете на проезд грузовых автомобилей. Для обозначения различных зон для пешеходов, велосипедистов и автомобилей было предложено применение различных красок и материалов.

Иногда достаточно заметно выражались различные желания и потребности: преимущественно пожилые жители надеются на строительство крытых остановок общественного транспорта. Многие велосипедисты предпочли бы ехать не по проезжей части улицы, а по специальной велосипедной дорожке. Но согласно правилам дорожного движения в "зоне 30" выделенная велосипедная дорожка не предусмотрена. Идея обустроить площадь на пересечении Weizenfeldstraße/ Obentrautstraße также нашла большую поддержку. Кроме того, были высказаны пожелания дополнительного озеленения и создание возможностей для сидения. Отмечена необходимость улучшения организации пешеходных переходов в непосредственной близости перекрёстка.

Затем рабочие группы снова встретились в Grundschule am Stöckener Bach, где обсуждения представлялись и резюмировались. Кроме того,

была предоставлена возможность задать вопросы сотрудникам Stadt Hannover, а также участвующих фирм. В течение двух следующих недель все жители Stöcken в Quartiersmanagement могли просмотреть представленные планы и внести дополнительные предложения. Эти планы будут обработаны с учётом результатов участия граждан.

Следующий шаг предусматривает предоставление плана строительства органам управления в конце года. Согласно решению городского совета уже в 2018 могло бы начаться прокладка коммуникаций. Несколько месяцев позднее начнутся работы дорожного строительства в различных частях улицы. Цель заключается в том, чтобы до конца 2019 закончить реконструкцию Weizenfeldstraße. Средства для этого выделены в рамках программы федеральных стран Bund-Länder-Programm "Soziale Stadt". Хорошо для жителей: они не должны, как обычно, нести часть издержек.

Возможно, процесс участия будет продолжен: решается вопрос создания рабочей группы, в том числе с заинтересованными жителями Stöcken, которая будет сопровождать процесс. Актуальная информация о проекте находится на веб-странице [www.stoecken.info](http://www.stoecken.info).



# Auf der Suche nach dem Gleichgewicht

In einem sechstägigen Kurs, der in Kooperation mit dem Stadtteilladen angeboten wurde, lernten Frauen das Fahrradfahren

Der Parkplatz der Neupostolischen Kirche im Alveser Weg wurde in der zweiten Woche der Osterferien zum Verkehrsübungsplatz: Zehn Frauen lernten dort innerhalb weniger Tage das Fahrradfahren – einige hatten noch nie zuvor auf Rädern gesessen, bei anderen lagen die Versuche Jahrzehnte zurück.

„Ich bin zuletzt als Kind gefahren“, erzählt Eman Adam Ahmed Hassan, die vor einigen Jahren aus dem Sudan nach Deutschland kam. Ihre täglichen Wege legt sie in Hannover normalerweise zu Fuß oder mit öffentlichen Verkehrsmitteln zurück. „Mit dem Fahrrad wird vieles einfacher. Außerdem kann ich dann mit meiner Tochter zusammen fahren“, freut sie sich.

Der Kurs wurde von dem Sportwissenschaftler und Pädagogen Christian Burmeister angeleitet: „Ich gehe Schritt für Schritt vor, jeder einzelne ist wichtig“, erläutert er sein Konzept. Die Teilnehmerinnen machen praktische Bewegungserfahrungen und lernen möglichst intuitiv – so wie Kinder. An den ersten Tagen kamen



Christian Burmeister zeigte den Teilnehmerinnen, wie sie mit dem Rad anfahren.

Tretroller zum Einsatz, um das Gleichgewichtsgefühl zu trainieren. Am dritten Tag setzten sich die Teilnehmerinnen auf Fahrräder ohne Pedale. Die wurden erst einen Tag später montiert. Alle Fahrzeuge wurden von Christian Burmeister gestellt.

**Teilnehmerinnen werden sicherer**

„Anfangs hatte ich ein wenig Angst und es fiel mir schwer. Aber der Trainer hat uns alles gut erklärt“, berichtet Ayten Varol, die ebenfalls an dem Kurs teilgenommen hat. Nach einigen Tagen fühlte sie sich auf dem Fahrrad schon recht sicher und konnte auch Kurven und Kreise fahren. „Das ist ein super Gefühl“, strahlt sie. Als Kind war sie einmal aufs Rad gestiegen und gestürzt. Seither hatte sie nie wieder einen Versuch unternommen. Doch als sie im Talente-Treff Stöcken gefragt wurde, ob sie Radfahren lernen möchte, sagte sie sofort zu.

„Wir haben den Kurs schnell voll bekommen“, berichtet Marion Müller vom Talente-Treff. In erster Linie richtete sich das Angebot an arbeitslose oder arbeitssuchende Frauen. Ihre Mobilität im Alltag sollte verbessert werden, unter anderem damit sie einfacher zu neuen Arbeitsstellen gelangen können. Finanziert wurde das Projekt vom Quartiersfonds Stöcken und vom Talente-Treff.

In der Gruppe zu lernen, war für Ayten Varol eine gute Unterstützung: „Wir sind ja alle in einer ähnlichen Situation“, erzählt sie. Die Stimmung war entspannt, häufig wurde gelacht,

selbst kleine Stürze beeinträchtigten nicht den Lernwillen.

Die Fortschritte waren zwar bei den Teilnehmerinnen unterschiedlich, aber zum Abschluss des sechstägigen Kurses konnten alle gemeinsam einen Fahrradausflug unternehmen. In der Woche darauf gab es ein Nachtreffen, bei dem besprochen wurde, wie die Frauen an eigene, preiswerte Fahrräder gelangen. Auch Termine, an denen vermittelt wird, wie Fahrräder gewartet und repariert werden, sind angedacht. In den Wochen nach dem Kurs war es aber zunächst wichtig, dass die Frauen weiterhin in die Pedale traten, damit das Gelernte sich verfestigte.

## Das ist der Talente-Treff

In der Eichsfelder Straße 56 gibt es ein kostenloses Angebot für arbeitssuchende Frauen und Männer ab 27 Jahren. Sprechzeiten sind dienstags von 10 bis 12 Uhr, donnerstags von 14 bis 16 Uhr sowie nach Vereinbarung. Im Talente-Treff werden unter anderem Kreativkurse angeboten, in denen die TeilnehmerInnen eigene Fähigkeiten und Fertigkeiten entwickeln und entdecken können. Außerdem erhalten sie Hilfe insbesondere bei der Arbeitssuche, zum Beispiel beim Erstellen von Bewerbungsunterlagen.



Volle Konzentration: Ayten Varol musste wie alle Teilnehmerinnen zunächst ihre Unsicherheit überwinden. Dann machte sie aber rasch Fortschritte.

## Fahrradkurs russisch/ türkisch

### В поисках равновесия

Talente-Treff предлагал 6-дневный курс езды на велосипеде

На второй неделе пасхальных каникул автомобильная стоянка Neupostolischen Kirche на Alveser Weg превратилась в тренировочную площадку. В течение нескольких дней 10 женщин учились там езде на велосипеде. Некоторые из них еще никогда раньше не садились на велосипед, другие пытались это много лет назад. „Последний раз я была на велосипеде ещё ребенком“, рассказывает Eman Adam Ahmed Hassan, которая приехала в Германию несколько лет назад из Судана. Обычно она передвигается в Ганновере пешком или пользуется общественным транспортом. „С велосипедом многое будет проще. Кроме того, я смогу с моей дочерью вместе ездить“, радостно объясняет она.

Курс проводил исследователь в области спорта и педагог Christian Burmeister: „Я обучаю постепенно, шаг за шагом, каждый отдельный важен“, разъясняет он свой метод. Участницы набираются практического опыта движения на двух колёсах и учатся по возможности интуитивно – как дети. Для того чтобы тренировать чувство равновесия в первые дни использовались педальные самокаты. На третий день участницы тренировались на велосипедах без педалей. Они монтировались только на один день позже. Все транспортные средства были предоставлены Христианом Бурмайстером.

Это давалось мне тяжело, так как вначале я немножко боялась. Но тренер нам все хорошо объяснил“, сообщает Ayten

Varol, которая также принимала участие в курсе. Уже через несколько дней она чувствовала себя на велосипеде достаточно уверенно, могла поворачивать и делать круги. „Это супер чувство“, сияет она. Ребёнком она однажды взобралась на велосипед и упала. С тех пор она никогда больше не пыталась. Однако она сразу согласилась, когда её в Talente-Treff Stöcken спросили, хотела бы она учиться езде на велосипеде.

„Курс был сразу заполнен“, сообщает Marion Müller от Talente-Treff. В первую очередь курс был ориентирован на безработных, ищущих работу женщин. Их подвижность в повседневной жизни должна была улучшена, вместе с тем им было бы проще найти новые места работы. Проект финансировался Quartiersfond Stöcken и Talente-Treff. Хорошей поддержкой для Ayten Varol была совместная учёба в группе: „Мы все были в похожей ситуации“, рассказывает она. Обстановка не была напряжённой, часто смеялись и даже маленькие падения не уменьшали желание учиться. Не смотря на то, что у участниц курса были различные успехи, к окончанию 6-дневного курса они все вместе могли выезжать на велосипедную прогулку. На следующей неделе они снова встречались. В этот раз обсуждалось, как женщины могут получить собственные велосипеды. Было очень важно, в течение следующих за курсом недель, продолжать дальше крутить педали, чтобы закрепить изученное.

### Denge arayışı

Talente-Treff tarafından sunulan altı günlük bir kursta katılımcılar bisiklet sürmeyi öğrendi

Alveser Weg'teki Neupostolische Kirche'nin otopark alanı paskalya tatilinin ikinci haftasında trafik eğitim alanına dönüştürüldü: On kadın orada birkaç gün içerisinde bisiklet sürmeyi öğrendi. Bazıları ise daha önce hiç bisiklet kullanmamış ve bazılarının denemeleri çok seneler öncesinde kalmıştı. „En son çocukken binmişim“ diye anlatıyor Eman Adam Ahmed Hassan, kendisi birkaç yıl önce Sudan'dan Almanya'ya gelmiştir. Her gün Hannover'de kullandığı yolu veya olarak gitmektedir veya toplu taşıma araçlarını kullanmaktadır. „Bisikletle biraz daha kolay olacaktır. Ayrıca kızım ile birlikte bisiklet sürebilirim“ diye sevinmektedir.

Kurs spor bilimcisi ve pedagog Christian Burmeister tarafından yönetilmiştir: Konseptini şu sözlerle açıklamaktadır: „Adım adım ilerleyeceğim, her biri önemlidir.“ Katılımcılar pratik hareket deneyimleri kazanarak mümkün olduğu kadar sezgisel olarak yani çocuklar gibi öğrenmektedirler. İlk günlerde denge duygusunu geliştirmek için skuter kullanılmıştır. Üçüncü gün katılımcılar pedalsız bisikletlere binmişlerdir. Bu pedalar bir gün sonra monte edilmiştir. Tüm araçlar Christian Burmeister tarafından tahsis edilmiştir.

„Başlangıçta biraz korkuyordum ve bana zor geliyordu. Ama eğitmen her şeyi iyi açıkladı“, diye bildiriyor Ayten Varol, kendisi de kursa katılan kişiler arasındaydı. Birkaç gün sonra kursiyeler bisiklet üzerinde kendilerinden daha emin oturarak dönemeçlerde sürmeyi ve daire çizmeyi öğrenmişti. Heyecanlı „Bu süper bir duygu“ diyordu. Çocukken bisiklete bir kez binmiş ve düşmüştü. Ondan beri de bir daha hiç denememişti. Ama Talente Treff Stöcken'de kendisine bisiklet sürmeyi öğrenmek isteyip istemediği sorulduğu zaman da hemen katılmak istemişti.

Talente-Treff'ten Marion Müller'in ifadesine göre kursu hızlı ve dolu almışlardı. Kurs birinci derecede işsiz ve iş arayan kadınlara yönelikti. Günlük hayatlarındaki mobilizasyon onlara yeni işyeri arama konusunda da kolaylık sağlayabilecektir. Proje Quartiersfond Stöcken üzerinden ve Talente Treff tarafından finanse edilmiştir.

Ayten Varol için grup içi öğrenme metodu çok faydalı oldu: „Hepimiz benzer durumdayız“ diyordu. Moraller düzgündü, sıkça gülüşmeler duyuluyordu üstelik küçük düşme vakaları dahi öğrenme isteğini olumsuz etkilemiyordu. Gerçi her katılımcının ilerleme hızı farklıydı, ama altı günlük kursun sonunda hepsi birlikte bisikletle tura çıkabilmişti. Hafta içerisinde kadınların kendi bisikletleriyle gelmesi kararlaştırılan yeni bir buluşma organize edildi. Çünkü kursu izleyen haftalarda öğrenilenlerin pekiştirilmesi için pedallara basılmaya devam edilmeliydi.



# Aufmerksamkeit wird auf das Hier und Jetzt gelenkt

Seit einigen Jahren werden in Stöcken Achtsamkeitskurse angeboten, die vor allem dem Abbau von Stress dienen

Im Raum ist es ganz still. Nur das milde Licht der Abendsonne fällt durch die große Glasscheibe. Vögel zwitschern in der Dämmerung. Auf Matten sitzen fast regungslos fünf Frauen und zwei Männer. Ihr Atmen ist kaum zu hören. Sie üben sich im aktiven Nichtstun – äußerlich ruhend, aber mit einem wachen Geist. Eine sanfte Stimme lenkt ihre Aufmerksamkeit.

Die Meditation ist Hauptbestandteil des Achtsamkeitstrainings (MBSR), das Ende März in der Physiotherapiepraxis Hotho in Stöcken stattfand. Seit längerer Zeit trifft sich hier regelmäßig eine Gruppe von bis zu acht TeilnehmerInnen. Alle hatten zuvor an einem achtwöchigen MBSR-Kurs teilgenommen, der seit 2014 von „Gesund in Stöcken“ wiederholt angeboten wird. Angeleitet werden die Treffen von Nanette Klieber, die zertifizierte Achtsamkeitslehrerin ist. „Das Achtsamkeitstraining wurde von Dr. Jon Kabat-Zinn, einem amerikanischen Arzt entwickelt. Die Ursprünge kommen aus dem Buddhismus und aus dem christlichen Glauben“, erklärt sie.



Das Programm selbst ist jedoch frei von jeglicher Religion oder Weltanschauung.

Im Wesentlichen geht es bei dem Training darum, Stress abzubauen, der häufig Ursache für Krankheiten und psychische Belastungen ist. „Wir lenken die Aufmerksamkeit aufs Hier und Jetzt“, erläutert Nanette Klieber. „Unsere Gedanken und Gefühle werden nicht bewertet, sondern so akzeptiert, wie sie sind.“ Nach einer kurzen Gesprächsrunde, in der die TeilnehmerInnen schildern, in welcher Stimmung sie sich gerade befinden, werden Achtsamkeitsübungen wie die Sitzmeditation, sanfte Körperübungen aus dem Yoga oder ein Bodyscan angeleitet.

## Tiefe Entspannungsfähigkeit

Dabei geht es nicht darum, sich zu entspannen, sondern zu lernen, seine Aufmerksamkeit auf den gegenwärtigen Augenblick zu lenken, und sich nicht mit Gedanken oder Gefühlen zu identifizieren, betont die MBSR-Lehrerin. „Dennoch erfahren die Teilnehmerinnen und Teilnehmer eine tiefe Entspannungsfähigkeit, wenn sie regelmäßig Achtsamkeit praktizieren.“

Birgit kommt seit einiger Zeit zu den Treffen, die ihr helfen, dem alltäglichen Druck zu entfliehen, den Beruf und persönliches Umfeld ausüben: „Wenn ich mich stark konzentriere, gelingt es mir schnell, bei mir zu sein. Das führt dann zu Ruhe und Entspannung.“ Ihr ist es



Überwiegend herrscht konzentrierte Stille bei den Achtsamkeitstrainings. Die TeilnehmerInnen versinken in aktives Nichtstun.

wichtig, dass die Gruppe harmonisiert und sie sich dort wohlfühlt.

Andreas schätzt ebenfalls die vertraute Atmosphäre. Er arbeitet in der IT-Branche und war früher beruflich oft gestresst: „Ich geriet dann in einen Gedankenkreisel, aus dem ich einfach nicht mehr herauskam.“ Seit er an dem Achtsamkeitstraining teilnimmt, hat er eine Methode gefunden, dem täglichen Stress zu begegnen: „Eigentlich ist es ganz einfach“, erklärt er. „Wenn ich an nichts mehr

denke, bin ich völlig klar.“ Er baut das Achtsamkeitstraining auch in den Alltag ein: Beim Autofahren zum Beispiel schaltet er oft nicht mehr wie früher das Radio ein, sondern nimmt bewusst die Strecke wahr, die er fährt.

Wer achtsam lebt, betrachtet die Welt wieder ein wenig durch die Augen von Kindern, sagt Nanette Klieber. Eine gute Übung sei es zum Beispiel, bei einem Spaziergang ganz langsam zu gehen und sich jeden Ast, jeden Stein mit kindlicher Neugier anzu-

schauen. „Als Erwachsene verlernen wir das. Wir sollten uns aber auch jetzt noch erlauben, Erfahrungen neu machen zu können“, betont die Kursleiterin.

Von „Gesund in Stöcken“ werden regelmäßig neue Achtsamkeitstrainings angeboten. Wer daran Interesse hat, kann sich mittwochs zwischen 10 und 11 Uhr an Nanette Klieber unter Telefon (05 11) 70 03 37 51 wenden. Mobil ist sie unter 01 63/ 4 58 11 55 zu erreichen.

## So schmeckt der Klimaschutz

Kochkurse, Vorträge, Thermographie: Sanierungsmanagement organisiert eine Vielzahl von Angeboten

Kein Fleisch, saisonales Gemüse und regionale Produkte: Wer beim Kochen auf diese Dinge achtet, kann nicht nur schmackhaftes und gesundes Essen zubereiten, sondern schon auch das Klima. Denn auf diese Weise werden lange Transportwege und somit der Ausstoß großer Mengen CO<sub>2</sub> vermieden. Bewusste Ernährung hat auch globale Auswirkungen: Wer auf Fleisch verzichtet, trägt dazu bei, dass etwa in Brasilien weniger Regenwälder für die Tierhaltung abgeholzt werden.

Im Workshop „Klimafreundliche Ernährung“ kochen und essen die TeilnehmerInnen gemeinsam und erfahren nebenbei, was sie selbst im Alltag zum Klimaschutz beitragen können. Der Kurs ist eines von vielen Angebo-

ten, die das Sanierungsmanagement Stöcken im Quartier organisiert. In diesem Jahr sind außerdem eine Aktionswoche des Schulverbandes Herrenhausen-Stöcken sowie Vorträge in verschiedenen Einrichtungen etwa zum Thema Energiesparen geplant. Darüber hinaus wird es am 17. August um 16 Uhr in der Grundschule am Stöckener Bach einen Workshop zum Thema E-Bikes und Pedelecs geben.

Im November soll auch wieder ein Thermographie-Rundgang stattfinden: Anhand einer Wärmebildkamera können BewohnerInnen erkennen, an welchen Stellen ihres Hauses viel Wärme verloren geht. Die Bilder sind eine gute Hilfe für eine gezielte Modernisierung. Der nächste Thermografie-Rundgang durchs Sanierungsgebiet findet am Donnerstag, 9. November, ab 16 Uhr statt.



Klimafreundlich kochen macht offensichtlich gute Laune: Dafür werden nur Lebensmittel verwendet, die unter anderem keine weiten Transportwege zurückgelegt haben. Zum Abschluss des Workshops essen die TeilnehmerInnen gemeinsam.

## Zimmer mit Aussicht

Wie in den Jahren zuvor soll auch für 2018 ein Stöckener Kalender herausgebracht werden. Dieses Mal lautet der Titel „Schöne Ecken vom Fenster aus entdecken.“ Die AG Öffentlichkeit, Beteiligung und bürgerschaftliches Engagement der Vor-Ort-Gruppe Stöcken bittet deshalb alle StöckenerInnen, ihnen Fotos zuzusenden. Die Mitglieder der AG kommen auch gerne vorbei, um einen Blick aus dem Fenster zu fotografieren.

Der Kalender soll jeden Monat einen neuen Blick aus Fenstern zeigen – und zwar im Querformat in den Maßen zehn mal 15 Zentimeter und in möglichst hoher Auflösung. Einsendeschluss ist der 10. August 2017. Für weitere Informationen nehmen Sie bitte Kontakt mit Katja Bicker vom Quartiersmanagement Stöcken auf, Telefon (05 11) 2 79 24 70, oder per Mail an: [katja.bicker@hannover-stadt.de](mailto:katja.bicker@hannover-stadt.de).



Ein Balkon voller Pflanzen: Eines von vielen möglichen Motiven für den Stöckener Kalender 2018.

## Mobilitätstipps

- Kurze Strecken möglichst schadstoffarm zu Fuß oder mit dem Fahrrad zurücklegen.
- Für Arbeitswege und regelmäßige private Strecken bieten sich Fahrgemeinschaften mit KollegInnen und FreundInnen an.
- Für den Einkauf kann in Stöcken das Lastenrad „Hannah“ kostenfrei über den Stadtteilladen ausgeliehen werden.



## Energie- und Stromspartipps

- Den Backofen nicht vorheizen und ein paar Minuten vor Ende der Garzeit ausstellen, denn die Restwärme reicht aus.
- Da im Stand-by-Modus viel Strom verbraucht wird, sollten Computer, Tablet oder Fernseher bei längerem Nichtgebrauch komplett ausgeschaltet werden, beispielsweise über eine Steckerleiste.
- Ein Wasserkocher erhitzt das Wasser deutlich effektiver als ein Kochtopf: Damit geht es schneller. Außerdem wird nur die gewünschte Wassermenge erhitzt und es geht weniger Energie verloren.



## ANSPRECHPARTNERINNEN UND RUFNUMMERN IM STADTTEIL

**QUARTIERSMANAGEMENT:** Freudenthalstraße 32. Sprechzeiten mittwochs von 10 bis 11 Uhr oder nach Absprache: Telefon (05 11) 2 79 24 70 (Katja Bicker, Stadt Hannover, Fachbereich Planen und Stadtentwicklung), (05 11) 2 79 25 50 (Agnes Skowronneck, Stadt Hannover, Fachbereich Soziales) und (05 11) 2 28 67 58 (Claudia Müller, hanova).

**STADTTEILLADEN:** Ithstraße 8. Projektleiterin Nanette Klieber vom Sozialen Netzwerk Stöcken e.V. steht montags zwischen 14 und 16 Uhr persönlich im Stadtteilladen für Fragen und Anregungen zur Verfügung. Zu der Zeit ist sie auch telefonisch erreichbar unter (05 11) 70 03 37 61 oder 01 63/4 58 11 55. Die E-Mail-Adresse lautet: stadtteilladen.stoecken@web.de

**FREIZEITHEIM:** Zurzeit Stöckener Straße 85, Telefon (05 11) 16 84 35 51; E-Mail: FZH-Stoecken@hannover-stadt.de; Website: www.fzh-stoecken.de

**GEWERBERATUNG:** Wolfgang Jarnot und Manfred Gutzer; Telefon (05 11) 6 40 68 30; E-Mail: w.jarnot@stadt-um-bau.de

**JUGENDZENTRUM:** Jugendzentrum „Opa Seemann“, Eichsfelder Straße 32, Telefon (05 11) 16 84 76 92. AnsprechpartnerInnen: Astrid Bennowitz und Merve Ertürk. Das Jugendzentrum ist montags bis freitags von 14 bis 20 Uhr geöffnet, inbegriffen Service- und Beratungszeiten. Dienstags ist Mädchen- und Gruppentag.

**LECKERHAUS:** Pädagogischer Mittagstisch mit Hausaufgabenbetreuung, Nachhilfe und Sprachförderung für Kinder und Jugendliche in der Lüssenhopstraße 17. Das Leckerhaus ist montags bis donnerstags von 11 bis 17 Uhr sowie freitags von 10 und 16 Uhr unter Telefon (05 11) 9 20 59 11 zu erreichen. E-Mail: info@leckerhaus.de. Website: www.leckerhaus.de. Jeweils die erste Woche der Oster-, Sommer- und Herbstferien sind Aktionswochen, ansonsten ist das Leckerhaus während der Schulferien geschlossen.

**SOZIALDIENST:** Kommunaler Sozialdienst Hannover, Oertzeweg 5/Eingang Fuhsstraße (Leinhausen). Die MitarbeiterInnen sind jeden Montag und Donnerstag zwischen 8.30 und 11 Uhr unter Telefon (05 11) 16 84 93 40 zu erreichen.

**POLIZEI:** Das Polizeikommissariat Stöcken befindet sich in der Stöckener Straße 85; Telefon (05 11) 1 09 38 15 (keine Notrufnummer!).

**WOHNEN+:** Beratung zu den Themen Pflege, Gesundheit und Soziales in der Moorhoffstraße 19. Ansprechpartnerin Birgit Bechinie ist unter der Rufnummer (05 11) 45 96 03 75 erreichbar. Sprechzeiten sind dienstags von 17 bis 18 Uhr, mittwochs von 9 bis 11 Uhr und freitags von 9 bis 10 Uhr.

**GESUND IN STÖCKEN:** Informationen und verschiedene Angebote zum Thema Gesundheit mittwochs im Stadtteilladen, Ithstraße 8. Kontakt: Nanette Klieber, Telefon (0163) 4 58 11 55.

**DRK-SENIORBÜRO:** Seniorenbüro des Deutschen Roten Kreuzes in der Stünkelstraße 12 (Ledeberg), der Eingang befindet sich in der Baldeniusstraße. AnsprechpartnerInnen sind Werner Biermann, Telefon (05 11) 79 15 34, E-Mail webi@htp-tel.de, sowie Monika Klimmek, Telefon (05 11) 60 23 57, E-Mail monika.klimmek@htp-tel.de.

**SENIORSERVICE:** Kommunaler Seniorenservice Hannover in der Ihmeassage 5 (Linden). Leslie Neis ist telefonisch unter (05 11) 16 84 29 00 zu erreichen. Montags und mittwochs arbeitet sie von 9 bis 13 Uhr in der Begegnungsstätte Herrenhausen, Herrenhäuser Str. 54, Telefon (05 11) 16 84 76 88.

**SANIERUNGSMANAGEMENT STÖCKEN (IM AUFTRAG DER LANDESHAUPTSTADT HANNOVER):** Kostenlose Beratungen und Informationen für Haus- und WohnungseigentümerInnen sowie MieterInnen zu den Themen Sanierung und Modernisierung, Wärmeversorgung, Fördermöglichkeiten, Strom und Energiesparen. Arbeitsgemeinschaft QuartierE, Telefon (05 11) 21 90 52 40, E-Mail: energie@stoecken.info.

**STÖBER-TREFF STÖCKEN:** Günstiger Verkauf von gut erhaltenen Gebrauchsgütern, Entgegennahme von Sachspenden in der Weizenfeldstraße 62. Geöffnet montags und donnerstags von 13 bis 18 Uhr, dienstags, mittwochs, freitags und samstags von 10 bis 15 Uhr. Telefon: (0511) 979 399 77. E-Mail: stoeber-treff-stoecken@werkstatt-treff.de.

**TALENTE-TREFF:** Anlaufstelle für arbeitssuchende Frauen und Männer ab 27 Jahren, das heißt sowohl Orientierung für die Arbeitssuche als auch konkrete Hilfe. Öffnungszeiten: Dienstags 10 bis 12 Uhr, donnerstags 14 bis 16 Uhr und nach Absprache. Eichsfelder Straße 56, Telefon: (0511) 590 248 09. E-Mail: talente-treff@werkstatt-treff.de.

# Für Kinder und Kisten

Aus Mitteln des Quartiersfonds wurde ein Lastenrad zum Ausleihen angeschafft

Nach einem erfolgreichen Probelauf im vergangenen Herbst hat Stöcken nun ein eigenes Lastenrad: Das dreirädrige Modell wurde Anfang April feierlich am Stadtteilladen in der Ithstraße 8 eingeweiht. Dort hat es einen festen Stellplatz – wenn es nicht gerade verliehen ist. Doch das darf ruhig oft der Fall sein, denn das Lastenrad steht allen StöckenerInnen ab 18 Jahren kostenlos zur Verfügung.

NutzerInnen müssen sich zunächst registrieren lassen. Im Stadtteilladen ist das dienstags von 16 bis 17 Uhr, mittwochs von 17 bis 18 Uhr sowie freitags von 15.30 bis 16.30 Uhr möglich. Eine Anmeldung kann auch online unter [www.hannah-lastenrad.de](http://www.hannah-lastenrad.de) erfolgen. Anschließend kann unter dieser Internetadresse das Lastenrad maximal für drei Tage gebucht werden.

Hinter dem Verleihmodell stehen der Allgemeine Deutsche Fahrradclub (ADFC) Hannover sowie der Fahrradhändler Velogold. Unter dem Namen „Hannah“ verleihen sie mittlerweile 17 Lastenfahräder, die meisten davon an wechselnden Standorten. „Die Fahrräder sind sehr robust und bereiten kaum Probleme“, betonte Harald Hogrefe vom ADFC bei der Übergabe des Rades: „Genießen Sie den Spaß, den man damit haben kann.“

In der großen Kiste können nicht nur etwa Einkäufe und Getränkeboxen transportiert werden. Auch bis zu vier Kinder finden darin Platz. Dafür müssen nur zwei Sitze heruntergeklappt werden. Gurte sind vorhanden. Da das



Jede Menge Stauraum, viel Komfort und ein echter „Hingucker“: Das Lastenrad zu fahren macht Spaß.

Modell drei Räder besitzt, kann es nicht so leicht umfallen. Das Lenkverhalten ist zunächst ein wenig ungewohnt und sollte deshalb kurz geübt werden, bevor man sich damit in den Straßenverkehr begibt.

Lastenfahräder stellen eine gute Alternative zum Auto dar und ermöglichen umweltfreundliche Mobilität. Deshalb wurde das Rad aus Mitteln des Quartiersfonds „Soziale Stadt“ erworben. Ermöglicht wurde die Anschaffung durch eine Kooperation von Stadtteilladen, Quartiersmanagement Stöcken und dem Sanierungsmanagement Stöcken.

## Räder zum Ausprobieren

Wer das Lastenrad Probe fahren und Hinweise zum Fahrverhalten und zu den Einsatzmöglichkeiten erhalten möchte, hat dazu am Donnerstag, 17. August, Gelegenheit: Zwischen 16 und 18 Uhr wird in der Grundschule am Stöckener Bach der Workshop „E-Bikes und Pedelecs“ angeboten. Dort können auch Lastenräder

mit Elektromotoren und Pedelecs ausprobiert werden.



Das Lastenrad des Stadtteilladens steht zur Ausleihe bereit.

# Kinder treiben es bunt

Zum Abschluss eines Graffiti-Workshops besprühten die TeilnehmerInnen Spielplatz-Elemente



Erlische Dosen wurden im Mai auf dem Spielplatz Onnengaweg versprüht. Die Aktion bildete den Abschluss eines Workshops mit Graffiti-Künstlern. Zuvor waren Tiermotive und Schablonen entwickelt worden. Die Kunstwerke sind nun auf Spiel- und Sitzsteinen zu sehen.

# Nebenan feiern

Der Europäische Nachbarschaftstag fand auch dieses Jahr großen Anklang

Der Europäische Nachbarschaftstag hat Tradition in Stöcken: Dieses Jahr kamen am 19. Mai Jung und Alt auf dem Gelände des Seniorenwohnprojekts Wohnen+ in der Moorhoffstraße zusammen, um gemeinsam zu sin-

gen, zu tanzen und zu feiern. Wie immer gab es auch allhand Leckeres zu essen. Und für die Kinder wurden einige Spiel- und Bastelangebote bereitgehalten. Das Fest wird jedes Jahr in vielen Städten Europas gefeiert.



Musik war Trumpf beim Fest der Nachbarn – sowohl beim Tanzen, als auch beim Singen. Die kleinen und großen Gäste hatten viel Spaß miteinander.

# „Angebote für Kinder und Jugendliche fördern“

Interview mit Regine Bittorf, seit Ende vergangenen Jahres Bezirksbürgermeisterin im Stadtbezirk Herrenhausen-Stöcken

Frau Bittorf, seit rund drei Jahren wohnen Sie im Stadtbezirk Herrenhausen-Stöcken, seit etwa einem halben Jahr sind Sie Bezirksbürgermeisterin. Welchen Eindruck haben Sie von Stöcken gewonnen?

Stöcken ist ein sehr lebendiger Stadtteil mit engagierten Menschen. Hier leben verschiedene Nationalitäten harmonisch zusammen und feiern zum Beispiel gemeinsam Feste. In den vergangenen Jahren hat sich die Lebensqualität im Quartier enorm verbessert – nicht zuletzt dank des Bund-Länder-Programms „Soziale Stadt“. Damit konnten viele bauliche, aber auch soziale Projekte angestoßen

werden. Dass Stöcken an Attraktivität gewonnen hat, merken wir auch daran, dass viele Bewohnerinnen und Bewohner anderer Stadtteile hierher ziehen wollen.

Wo wurden Ihrer Ansicht nach die größten Verbesserungen erzielt?

In Stöcken können wir auf vieles aufbauen, das bereits erreicht worden ist. Ich denke da zum Beispiel an die Sanierung vieler Wohngebäude, das Seniorenwohnprojekt Wohnen plus oder die Aufwertung der Freudenthalstraße. Außerdem wurden Spielplätze und Grünanlagen attraktiver gestaltet. Einige wichtige Projekte sind noch

in Planung oder bereits auf den Weg gebracht: Dazu gehört vor allem der Neubau des Stadtteilzentrums, aber auch die geplante Umgestaltung des Stöckener Marktes und die Sanierung der Weizenfeldstraße. An allen Projekten wurden die Bewohnerinnen und Bewohner beteiligt. Das erhöht die Identifikation mit dem Stadtteil.

Wo sehen Sie noch besonderen Handlungsbedarf?

Die Schaffung von Wohnraum steht ganz oben auf meiner Liste. Allerdings mangelt es an Grundstücken, die neu bebaut werden können. Ein Schwerpunkt meiner Arbeit wird auch auf der Förderung von Angeboten für Kinder und Jugendliche liegen. In meiner Arbeit als Psychotherapeutin stoße ich leider immer wieder auf das Thema häusliche Gewalt. Als Politikerin will ich mich dafür einsetzen, dass Opfer besser geschützt werden und das Problem stärker ins gesellschaftliche Bewusstsein rückt.

Haben Sie einen Lieblingsort?

Mein Lieblingsort ist der Stadtfried-



„In Stöcken können wir auf vieles aufbauen, das bereits erreicht worden ist.“ Für Bezirksbürgermeisterin Regine Bittorf ist der Stadtteil deutlich attraktiver geworden.

hof. Hier gehe ich gerne spazieren. Da ich kein Auto besitze, bin ich viel zu Fuß im Stadtteil unterwegs. Dabei gewinnt man einen Blick für viele schöne

Details und kommt auch mit anderen Menschen ins Gespräch.

Vielen Dank für das Gespräch!

## Zur Person

Regine Bittorf wurde Ende vergangenen Jahres zur Bezirksbürgermeisterin im Stadtbezirk Herrenhausen-Stöcken gewählt. Die SPD-Politikerin hatte zuvor das Mentorinnenprogramm „Politik braucht Frauen“ des Landes Niedersachsen durchlaufen. Seit rund

drei Jahren wohnt sie in Alt-Stöcken, zuvor hatte sie in Ledeburg gelebt.

Die 48-Jährige arbeitet als freiberufliche Psychotherapeutin und hat einen erwachsenen Sohn. In ihrer Freizeit liest und schreibt sie viel.

## Von Anfang an dabei

Heidi Stolzenwald wurde erneut zur Vorsitzenden der Sanierungskommission gewählt

Wenn das Programm „Soziale Stadt“ in Stöcken ein Gesicht hat, dann ist es das von Heidi Stolzenwald. Die SPD-Politikerin hat den Prozess von Beginn an intensiv begleitet. Als 2007 die Kommission Sanierung ins Leben gerufen wurde, übernahm sie den Vorsitz. Und wenn das Bund-Länder-Programm in gut zwei Jahren ausläuft, wird sie voraussichtlich immer noch Vorsitzende sein: Anfang des Jahres wurde sie erneut im Amt bestätigt.

Unter ihrer Leitung arbeitet die Kommission konstruktiv und harmonisch zusammen. Auch mit der Verwaltung der Stadt Hannover sei die Zusammenarbeit gut, sagt sie: „Wir Politiker fühlen uns immer sehr gut informiert.“ Heidi Stolzenwald ist Teamplayerin: Sie versteht es, Menschen zusammenzubringen und bestehende Netzwerke wie die Vor-Ort-Runde Stöcken einzubinden. Sie hält engen Kontakt zu Institutionen, Vereinen und Gewerbetreibenden und kommt bei vielen Gelegenheiten mit den BewohnerInnen Stöckens ins Gespräch. „Ich möchte die Bürgerinnen und Bürger immer mitnehmen“, betont sie.

Bei ihnen sei das Interesse an den Projekten im Rahmen des Programms

„Soziale Stadt“ von Anfang an vorhanden gewesen, aber im Laufe der Jahre noch einmal deutlich gewachsen, freut sich Heidi Stolzenwald: „Die Menschen leben jetzt noch lieber hier, einige sind sogar nach Stöcken zurückgezogen.“ Wenn die Vorsitzende der Kommission Sanierung auf die vergangenen gut zehn Jahre zurückblickt, sieht sie viele positive Veränderungen im Stadtteil. Bei vielen Projekten konnte sie auch eigene Ideen einbringen. „Wünsche sind natürlich immer noch da“, sagt sie. „Aber wir können hier sehr gut mit dem Erreichten leben.“

Ganz besonders freut sie sich darauf, bei der geplanten Eröffnung des Stadtteilzentrums kommendes Jahr dabei zu sein. Dort wird unter anderem das Leckerhaus einziehen. Den Verein „Soziales Netzwerk Stöcken“, der die Einrichtung betreibt, unterstützt sie bereits seit Jahren.

In der Politik bekleidet sie seit 1981 Ämter: Lange Zeit war sie Mitglied im Rat der Stadt und im Bezirksrat Herrenhausen-Stöcken, in dem sie einige Jahre lang den Vorsitz führte. Viele Aufgaben hat die 81-Jährige inzwischen abgegeben. „Solange ich gesund und mobil bin, will ich mich weiter einbringen“, sagt sie.

## Vertraute und neue Gesichter

Nach der Wahl des Bezirksrates Herrenhausen-Stöcken im letzten Jahr wurde auch die Sanierungskommission Stöcken neu besetzt

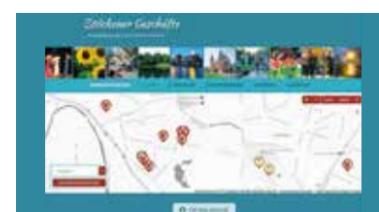


Das sind die Mitglieder der aktuellen Kommission Sanierung: (v.l.n.r.) Bezirksratsherr Bernd Dieter Janischowsky (Die Linke), Marcus Karsch (Bürgervertreter), Bezirksratsfrau Hannelore Mücke-Bertram (Bündnis 90/Die Grünen), Alfred Zschau (Bürgervertreter), Bezirksbürgermeisterin Regine Bittorf (SPD), Bezirksratsherr Torsten Tegtmeier (SPD), Bezirksratsfrau Heidi Stolzenwald (SPD), Dr. Harald Bochmann (Bürgermitglied), Bezirksratsherr Carsten Witte (FDP), Margit Mertz (Bürgervertreterin), Ratsherr Roland Herrmann (AfD) und Bezirksratsherr Arthur Lechtchyner (CDU).

## Neuer Internetauftritt der Stöckener Geschäfte

Seit Dezember vergangenen Jahres ist das Internetportal [www.stoeckenergeschaeft.de](http://www.stoeckenergeschaeft.de) wieder freigeschaltet. Die Unternehmen in Stöcken bieten damit einen guten Überblick über ihre Angebote im Stadtteil. Das Internetportal wird ständig

weiterentwickelt, weitere Unternehmen werden gerne aufgenommen. Interessierte können sich an die Gewerbeberatung Stöcken wenden: Telefonisch unter (05 11) 6 40 68 30 oder per E-Mail an: [w.jarnot@stadt-um-bau.de](mailto:w.jarnot@stadt-um-bau.de).



Die alte und neue Vorsitzende der Kommission Sanierung: Heidi Stolzenwald.

# Wichtige Informationen und viele Aktivitäten

Im Stadteilladen gibt es seit einigen Jahren regelmäßig Angebote für türkische Frauen

Was tun, wenn die Haustürklingel nicht funktioniert? Oder wenn die Fensterbank bei einer Renovierung beschädigt wurde? Und wann müssen MieterInnen dem Vermieter einen Schaden melden? Diese und andere Fragen beantworteten vergangenen April ExpertInnen vom Interessenverband Mieterschutz e.V. im Stadteilladen Stöcken. Sie waren von der türkischen Frauengruppe „Starke Frauen – engagierte Frauen“ des Projekts „Gesund in Stöcken“ eingeladen worden, die sich dort jeden Donnerstag von 9 bis 11 Uhr zu Informationsveranstaltungen oder für Aktivitäten trifft.

Die Treffen werden bereits seit acht Jahren von Ömür Türk organisiert und vorbereitet: „Viele türkische Frauen, die hier leben, kennen oft ihre Rechte nicht. Außerdem besitzen einige nur geringe Deutschkenntnisse“, sagt sie. Die Themen werden entweder von ihr ausgewählt oder von den TeilnehmerInnen vorgeschlagen. Häufig geht es um medizinische Fragen oder die häusliche Pflege. Auch das Thema Ernährung spielt eine große Rolle.

## Einige Frauen kommen regelmäßig

Ömür Türk referiert selbst und lädt ReferentInnen ein. Wenn diese auf Deutsch sprechen, übersetzt sie deren Informationen und die Fragen der anwesenden Frauen. Einige von ihnen kommen regelmäßig, andere nur gelegentlich. Die meisten Teilnehmerinnen kennen Ömür Türk persönlich, oft lädt sie telefonisch zu den Treffen ein. „Ich möchte, dass sie auch mal rauskommen aus ihrer Wohnung“, betont sie.

Ihr geht es nicht nur darum, über Rechte und Möglichkeiten aufzuklären, sondern auch um das gemein-



Jörn-Peter Jürgens vom Interessenverband Mieterschutz e.V. klärte über Rechte und Pflichten von MieterInnen auf.

same Erleben. Deshalb treffen sich die türkischen Frauen ab und an einfach mal zu einem gemeinsamen Frühstück. An anderen Tagen verabreden sie sich zu einem Kinobesuch oder unternehmen einen Spaziergang.

Die Unterstützung geht weit über die regelmäßigen Treffen an den Donnerstagsvormittagen hinaus: So besucht Ömür Türk die Teilnehmerinnen auch zuhause oder im Krankenhaus, wenn sie schwer erkrankt sind. „Ich bin für viele Frauen eine Vertrauensperson. Sie benötigen meine Hilfe, ich lerne aber auch viel von ihnen“, erzählt sie.

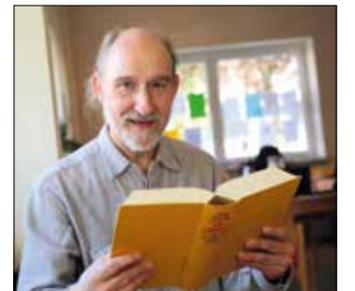


Ömür Türk (im Bild rechts) übersetzte die Ausführungen des Referenten ins Türkische.

## Neu im Team

Sich ehrenamtlich zu engagieren, ist für Günther Lovermann eine gesellschaftliche Notwendigkeit: „Ohne Ehrenamt läuft doch wenig“, sagt der 63-Jährige, der seit rund vier Jahren in Stöcken lebt. Er ist seit langem in der Kirche aktiv und kümmert sich auch um ältere Menschen, die Hilfe benötigen. „Die begleite ich zum Gottesdienst oder ich besuche sie im Pflegeheim“, erzählt er. Für ihn war es daher Ehrensache, auch im Stadteilladen Stöcken auszuweichen, als er darauf angesprochen wurde: „Mir war gleich klar: Das will ich machen.“

Seit Anfang des Jahres betreut er das Lesecafé, das dienstags von 16 bis 17 Uhr, mittwochs von 17 bis 18 Uhr und freitags von 15.30 bis 16.30 Uhr geöffnet hat. Wer mag, kann in dieser Zeit Bücher und Zeitungen lesen oder sich mit anderen BesucherInnen und Günther Lovermann austauschen. „Ich freue mich, mit anderen Menschen in Kontakt und ins Gespräch zu kommen“, betont er. Außerdem registriert er NutzerInnen, die das Lastenfahrrad Stöcken ausleihen möchten. Zum Team der Ehrenamtlichen im Stadteilladen gehören derzeit ebenfalls Donna Krasnic und Hatice Isik.



Günther Lovermann vertieft sich auch selber gerne in Bücher

## FESTE TERMINE IM STADTEIL

### STADTEILLADEN

Die Teilnahme an allen Angeboten des Stadteilladens ist kostenlos.

#### Montag

Bürozeiten: Das Team des Stadteilladens (Nanette Klieber, Lore Schauder und Rosemarie Altenburg) ist persönlich und telefonisch von 14 bis 16 Uhr im Stadteilladen in der Ihthstraße 8 zu erreichen. Die Rufnummer lautet (05 11) 70 03 37 61.

#### Dienstag

Nachbarschaftshilfe: Von 9 bis 11 Uhr bietet Hatice Içik in türkischer und deutscher Sprache kostenlose Nachbarschaftshilfe an.

Lesecafé: BesucherInnen können zwischen 16 und 17 Uhr kostenlos verschiedene deutsche Tageszeitungen und Zeitschriften sowie Bücher aus dem offenen Bücherschrank lesen. Das Lesecafé wird von Günther Lovermann geleitet.

#### Mittwoch

Walking für AnfängerInnen und Fortgeschrittene: siehe Angebote von „Gesund in Stöcken“

Lesecafé: siehe Dienstag, 17 bis 18 Uhr

PC-Sprechstunde: Einmal im Monat findet zwischen 15 und 17 Uhr eine offene Sprechstunde für Fragen rund um den PC, Tablet oder das Smartphone statt. Termine werden vorab über [www.stoecken.info](http://www.stoecken.info) bekanntgegeben.

#### Donnerstag

„Starke Frauen – engagierte Frauen“ von 9 bis 11 Uhr. Unter der Leitung der Gesundheits- und Bildungslotsin Ömür Türk findet ein Bildungsangebot für türkische Frauen statt. Hierzu werden unterschiedliche Institutionen aufgesucht oder FachreferentInnen eingeladen.

Nachbarschaftshilfe: siehe Dienstag

Geselliges Handarbeiten von 15 bis 17 Uhr. In ungezwungener Atmosphäre gemeinsam stricken oder häkeln.

#### Freitag

Sprachcafé: Ein offenes Angebot zum Vertiefen der deutschen Sprache von 9 bis 12 Uhr.

Offener Spieltreff für Erwachsene von 16.30 bis 18.30 Uhr. Es werden in gemütlicher Runde Gesellschafts- und Kartenspiele gespielt.

Lesecafé: siehe Dienstag, 15.30 bis 16.30 Uhr

#### Sonntag

Sonntagscafé: An jedem 2. Sonntag im Monat findet unter Leitung von Margit Mertz von 15 bis 17 Uhr das Sonntagscafé statt.

### GESUND IN STÖCKEN:

#### Montag

Sport und Spaß statt Körperkult: Gymnastik für junge und ältere Frauen unterschiedlicher Herkunft und Kultur von 11 bis 12 Uhr im Centrum für Physiotherapie in Stöcken, Eichsfelder Str. 95. Die Teilnahmegebühr beträgt 2,50 Euro. Eine 5er-Karte kann direkt vor Ort erworben werden. Eine kostenlose Schnupperstunde ist möglich.

Achtsamkeit in Ruhe und Bewegung: Mehrmals im Jahr Übungskurse für ehemalige MBSR-TeilnehmerInnen sowie Menschen mit Meditationserfahrung. Auskunft erteilt Projektkoordinatorin Nanette Klieber. Telefon 0163/ 4 58 11 55.

#### Dienstag

In Kooperation mit dem KSH wird ein Funktionstraining angeboten und zwar von 10 bis 10.30 Uhr sowie von 10.30 bis 11 Uhr im Centrum für Physiotherapie in Stöcken, Eichsfelder Straße 95. Anmeldung über die Physiotherapiepraxis Hotho, Telefon (05 11) 75 65 88.

QIGONG: Mehrmals im Jahr Kurse für AnfängerInnen und Fortgeschrittene. Auskunft erteilt Projektkoordinatorin Nanette Klieber, Telefon 01 63/ 4 58 11 55.

#### Mittwoch

Walking für AnfängerInnen und Fortgeschrittene: Kostenloses Training unter Anleitung von Margit Mertz. Start ist um 10 Uhr am Stadteilladen. Im Anschluss daran findet im Stadteilladen das „Gesunde Frühstück“ statt. Alle TeilnehmerInnen bringen bitte etwas Leckeres fürs Büffet mit.

#### Donnerstag

„Starke Frauen – engagierte Frauen“: siehe Angebote Stadteilladen

„Sport und Spaß statt Körperkult“: siehe Montag

Funktionstraining von 10 bis 10.30 Uhr, 10.30 bis 11 Uhr, 17 bis 17.30 Uhr und 17.30 bis 18 Uhr: siehe Dienstag

### WOHNEN+:

#### Montag

10 bis 10.45 Uhr: Sitzgymnastik

11 bis 14 Uhr: Gemeinsames Kochen und anschließendes Mittagessen\*

#### Dienstag

11 bis 12.30 Uhr: Gitarrenkurs

15 bis 17 Uhr: Kaffeemittag (manchmal mit Vorträgen und jeden 3. Dienstag Besprechung von Neuigkeiten)

17 bis 18 Uhr: Beratung zu pflegerischen und sozialen Fragen

#### Mittwoch

9 bis 11 Uhr: türkische Frühstücksgruppe

9 bis 11 Uhr: Beratung zu pflegerischen und sozialen Fragen – zusätzlich mit sozialpädagogischer Unterstützung

11 bis 14 Uhr: Gemeinsames Kochen und anschließendes Mittagessen\*

15 bis 18 Uhr: Kartenrunde

#### Donnerstag

11 bis 14 Uhr: Gemeinsames Kochen und anschließendes Mittagessen\*

Ab 14.30 Uhr: Gedächtnistraining (jeden 2. Donnerstag im Monat)

#### Freitag

17 bis 18 Uhr: Beratung zu pflegerischen und sozialen Fragen

ab 15 Uhr: Kartenrunde, Gesprächsrunde oder Handarbeiten (jeden 2. Freitag im Monat)

\* Bei Interesse bitte bei Birgit Bechinie anmelden: Diakoniestation Moorhoffstr. 19, Telefon (0511) 45 96 03 75



### IMPRESSUM

Herausgeber:  
Landeshauptstadt Hannover  
Der Oberbürgermeister

Sachgebiet Stadterneuerung,  
Rudolf Hillebrecht Platz 1,  
30159 Hannover, in Zusammenarbeit  
mit dem Bereich Presse- und  
Öffentlichkeitsarbeit.

Die Sanierungszeitung erscheint  
in unregelmäßigen Abständen und  
wird im Sanierungsgebiet Stöcken  
kostenlos an alle Haushalte verteilt.

Projektleitung:  
Katja Bicker und Gereon Visse

Redaktion:  
Sebastian Hoff

LAYOUT:  
Christian Smit

Druck:  
Quensen Druck + Verlag GmbH & Co. KG  
31135 Hildesheim

