



Quartiers-
entwicklung
in Hannover
Vahrenwald



„Gemeinsam aktiv
– für mehr Teilhabe
und Gesundheit im
Quartier“



2022
bis 2024



DIE AWO QUARTIERSENTWICKLUNG

Seit 2018 hat die AWO Quartiersentwicklung des AWO Bezirksverbandes Hannover e.V. im Quartier, rund um das AWO Pflege- und Gesundheitszentrum Lotte Lemke-Haus an der Schleswiger Straße in Hannover-Vahrenwald, das Ziel, den Stadtteil lebensfreundlicher und lebendiger zu gestalten. Dies wurde in den vergangenen Jahren durch verschiedene Veranstaltungen, Angebote und Aktionen erfolgreich umgesetzt.

Grundlage für die Quartiersarbeit waren in 2019 und 2021 durchgeführte Befragungen der Anwohner*innen, was sie benötigen oder sich wünschen, damit ihr Stadtteil attraktiver wird. Die Ergebnisse dieser Quartiersbefragung flossen unter anderem in die Gestaltung von Lottes Garten ein, wo beispielsweise eine Boulebahn und rollstuhlunterfahrbare Hochbeete entstanden. Der Fokus der Quartiersentwicklung lag anfangs auf der altersgerechten Entwicklung, also auf den Bedürfnissen älterer Menschen im Viertel. Für sie entstanden Angebote wie das Erlebniscafé und „Frühspport mit Yoga“.

Mit dem Projekt „Neue Wege in die Gemeinschaft – zusammen ist man weniger allein!“, das im März 2020 startete, erweiterte sich die Quartiersarbeit um Aktionen, die außerhalb des Lotte Lemke-Hauses stattfanden. So richteten sich beispielsweise das Suppenvelo und der Buntklang-Pfad an alle Bewohner*innen des Quartiers.

All diese Bemühungen mündeten 2022 schließlich im neuen Projekt „Gemeinsam aktiv – für mehr Teilhabe und Gesundheit im Quartier“ mit dem

Fokus, Gesundheit und Chancengleichheit durch Teilhabe zu fördern. Das Motto der neuen Aktion: „Jede/r kann was! Was kannst Du? – Gemeinsam das Viertel gestalten.“ Hierdurch wurden drei neue Personalstellen geschaffen und ein eigenes Quartiersbüro eröffnet.

Über Nachbarschaftscafés und Mitmach-Aktionen wurden die Bewohner*innen des Quartiers aktiv angesprochen. Die AWO Quartiersarbeit unterstützte die Umsetzung von Ideen, oft in Zusammenarbeit mit Vereinen. Ehrenamtliche leisteten wertvolle Beiträge, etwa bei der Organisation von Angeboten wie einer offenen Pianostunde, der Sortierung des offenen Bücherschranks oder der Pflege von „Lottes Garten“.

Gemeinsame Feste und Workshops mit verschiedenen Akteur*innen förderten die Gemeinschaft. Die Quartiersarbeit pflegte enge Kontakte zu lokalen Einrichtungen und organisierte Veranstaltungen wie das „Kleine Fest in Lottes Garten“ oder beteiligte sich an der Aktion „Hannover putzmunter“. Viele Gruppen und Netzwerke bleiben über den Projektzeitraum hinaus aktiv.

Ein herzliches Dankeschön gilt allen Unterstützer*innen und Ehrenamtlichen, die zur Belebung des Schleswiger Viertels beigetragen haben!

Anna Uguz, Konstanze Löffler, Laura Kynast

Projektteam AWO Quartiersarbeit



DAS SCHLESWIGER VIERTEL – EIN PORTRAIT

Das Schleswiger Viertel liegt im Stadtteil 30165 Vahrenwald und grenzt an die List, Hainholz/ Nordstadt, Vahrenheide an.

Im Viertel und angrenzend befinden sich viele wichtige Einrichtungen und Institutionen, die das Quartier maßgeblich während des Projektzeitraumes geprägt haben:

- ehemalige Kirchengemeinde Heilig-Geist-Kirche
heute Gebäude des Knabenchors Hannover
- gem. Gesellschaft für integrative Behindertenarbeit mbH
- Lebenshilfe für Menschen mit geistiger Behinderung
- Werkheim – Wohnheim für obdachlose Männer
- Geflüchtetenunterkunft (European Homecare)
- Grundschule Glücksburger Weg
- Kindertagesstätte Sankt Bernadette
- Kindertagesstätte Karl-Imhoff-Weg
- IGS Büssingweg
- Krippe der AWO Region Hannover e.V.
- AWO Soziale Dienste Bezirk Hannover gGmbH | Pflege- und Gesundheitszentrum Lotte Lemke-Haus mit integriertem Quartiersbüro

Die Quartiersarbeit erreichte die Menschen über das geförderte Gebiet hinaus.

Weitere Beispiele für Anlaufstellen in der Nachbarschaft:

- TeeGarten Hainholz: gegenüber Prußweg 21 oder Rübekamp / Ecke Fahrradweg
- Freizeitheim Vahrenwald: Vahrenwalder Str. 92, 30165 Hannover
- Familienzentrum Vahrenwald: Vahrenwalder Str. 92, 30165 Hannover
- Kulturtreff Hainholz: Voltmerstraße 36, 30165 Hannover
- Stadtteilinitiative Kulturtreff Vahrenheide e.V.: Wartburgstraße 10, 30179 Hannover
- Kirchengemeinde St. Joesph: Isernhagener Str. 64, 30163 Hannover
- Spielpark List: Isernhagener Str. 82, 30163 Hannover
- Tolstoi Hilfs- und Kulturwerk Hannover e.V.: Omptedastraße 1, 30165 Hannover

Hier findest Du ähnliche Angebote wie die Quartiersarbeit.

Beispiele Anlaufstellen Öffentlicher Dienst:

- Polizeiinspektion Hannover: Am Welfenplatz 2, 30161 Hannover
- Landeshauptstadt Hannover | Kommunalen Seniorenservice Hannover
– Offene Senior*innenarbeit und Quartierszentren: Osterstr. 31,
30159 Hannover
- Beratungsstelle der Landeshauptstadt Hannover – Jugend und Familienberatung: Plauener Straße 12a
- Stadtbezirksmanagement Vahrenwald-List: Theodor-Lessing-Platz 1
30159 Hannover
- Bezirkssozialarbeit Dienststelle Vahrenwald-List: Spichernstraße 11,
30161 Hannover
- Bürgerämter der LHH z.B. im Podbi Park : Lister Str. 10, 30163 Hannover

Hier bist Du richtig, wenn Du wichtige Anträge stellen musst oder eine Beratung benötigst.



INHALTSVERZEICHNIS

Auf den folgenden Seiten dieser Broschüre findest Du eine Übersicht, der seit Projektbeginn im Jahr 2022 ins Leben gerufenen Veranstaltungen und Aktionen der AWO Quartiersentwicklung.

Schon gewusst? Das Herz der Quartiersarbeit befindet sich im AWO Pflege- und Gesundheitszentrum Lotte Lemke-Haus in Hannover-Vahrenwald. Denn vor Ort – im sogenannten Schleswiger Viertel – wurden vielfältige soziale und kulturelle Angebote geschaffen.

Kurz gesagt: Das Leben der Bewohner*innen und Anwohner*innen wurde lebensfreundlicher und barrierefreier gemacht und das soziale Umfeld nachhaltig gestärkt.

Die grau hinterlegten Beiträge sind Berichte über stattgefundene Unternehmungen, Projekte oder Aktivitäten.

Unter den sogenannten „Impulsen“ findest Du tolle Mitmach-, Denksport- und Bastel-Aktionen. Diese sind in der Broschüre rot markiert.

■ Nachbarschaftscafé	8
■ Frühsport mit Yogaelementen	10
■ Gesundheitstage	11
■ Denksport im Café	14
■ Impuls: Denksport für dich	14
■ Aktion: Offener Bücherschrank & Tag der Bild	15
■ Aquarellmalgruppe	16
■ Die Gartengruppe von Lottes Garten	18
■ Musikalische Anfänge	20
■ Impuls: Saxophone selbst bauen	21
■ Biografisches Schreiben	22
■ Impuls: Schreib doch mal was!	23
■ Lyrikgruppe	24
■ Gut im Stadtteil vernetzt	26

■ Suppenvelo	28
■ Impuls: Koch doch mal was! Grüne Gemüsesuppe	30
■ Vogelscheuchen-Workshop	31
■ Vogelscheuchenträume	32
■ Impuls: Koch doch mal was! veganer Eintopf	35
■ Projektchor Walzerflash!	36
■ Jahnplatzfest und internationaler Tag der Demokratie	37
■ Werkstattprojekt „Schräge Vögel“	38
■ Tag der Nachbar*innen	40
■ Lichterzauber	42
■ Impuls: Koch doch mal was! Pizzasuppe	43
■ Aktiv im Quartier	44
■ Impuls: Atemmeditation	47
■ Fête de la Musique	48
■ Besuch von Adis Ahmetovic	49
■ Generationsübergreifendes Mitmach-Musiktheaterprojekt	50
■ Kooperation mit der Grundschule Glücksburger Weg	52
■ Nachhilfe	53
■ Impuls: Schnipsel-Poesie	54
■ „Nachbarschaftdialoge“ 2024	55



NACHBARSCHAFTSCAFÉ

Seit Projektbeginn Anfang 2022 war das Nachbarschaftscafé der AWO Quartiersarbeit ein festes Angebot für alle Bewohner*innen im Schleswiger Viertel. Jeden zweiten und vierten Dienstag im Monat, von Frühling bis Herbst, war das Café auf der Wiese im Grünzug Hans-Meinecke-Weg/ Ecke Im Othfelde „geöffnet“. Auftakt hierfür war das Bollerwagencafé am 15. Februar 2022, welches durch einen Drehorgelspieler begleitet wurde.

Mit dem Erlebniscafé sollte ein Begegnungsort geschaffen werden, der für alle Anwohner*innen im Viertel frei zugänglich ist. Nachbar*innen sollten ins Gespräch kommen und Ideen entwickeln, Netzwerke bilden und das Viertel mit ihrem Austausch bunter und lebendiger machen. Auf Wunsch der Anwohner*innen sind so, über die vergangenen Jahre, zahlreiche wiederkehrende Veranstaltungen entstanden, wie beispielsweise die Pflanzentauschbörse, Wildkräuterspaziergänge oder Bastelangebote für Kinder. Diese Aktionen wurden für viele Teilnehmer*innen ein fester Bestandteil bei der Wochenplanung und bedeuteten eine gezielte Anlaufstelle, um ins Gespräch zu kommen. Kinder haben sich beim Erlebniscafé zum Kuchenessen verabredet, diverse Bewegungs- und Kreativangebote eigenständig wahrgenommen sowie eigene Ideen mit eingebracht. So gab es Nachmittage an denen der/die jüngste Teilnehmer*in neun Jahre und der/die älteste Teilnehmer*in 93 Jahre alt waren. Die Teilnehmer*innen haben ihre Wertschätzung für das Projekt ausgesprochen, es wurde sich umarmt und festgestellt, wie eng der Austausch und Zusammenhalt durch die regelmäßigen Nachbarschaftsaktionen in den letzten Jahren geworden ist.



„Toll, was man hier alles Neues lernen kann. Ich wusste gar nicht, was es vor meiner Haustür alles gibt.“

*Teilnehmer*in*

„Eigentlich kennen wir uns schon so lange, aber erst hier haben wir zusammen gefunden.“

*Teilnehmer*in*



„Heute Morgen zu Hause ging es mir überhaupt nicht gut, aber jetzt hier, das tut richtig gut!“

*Teilnehmer*in*





FRÜHSPORT MIT YOGAELEMENTEN

**DIENSTAGS, 9:30 – 10:30 UHR | LEITUNG: DIETRICH HOLZKAMP
LOTTE LEMKE-HAUS ODER IN LOTTES GARTEN**

„Wir beginnen mit leichten Koordinationsübungen für die Füße und trainieren unseren Gleichgewichtssinn. Anschließend dehnen wir uns und verbessern die Beweglichkeit unserer Schulter- und Hüftgelenke sowie der Wirbelsäule. Zum Abschluss entspannen wir uns mit Qi-Gong-Übungen“, erklärt Dietrich Holzkamp die Inhalte des Kurses.

Die Gruppe wurde während des gesamten Projektzeitraumes von den Teilnehmenden besucht und gelobt, so Holzkamp weiter. Auch nach dem Projektende bleibt der Kurs bestehen und findet regelmäßig in den Räumlichkeiten des Lotte Lemke-Hauses statt.



GESUNDHEITSTAGE

Unter dem Motto Gesundheitstage haben zwischen April und Juni 2024 viele verschiedene Aktionen zu den Themen „Bewegung“, „Entspannung und Stressbewältigung“, „Kreativität und Ausdruck“, „Gesunde Ernährung“, „Bildungsgerechtigkeit“ und „Humor“ an unterschiedlichen Orten im Quartier stattgefunden. Alle Themen wurden mit unterschiedlichen Methoden, Aktionen und Impulsen erarbeitet und erfahrbar gemacht.

Zum Thema Humor wurde beispielsweise gemeinsam mit den Bewohner*innen beleuchtet, warum Humor auch ein Gesundheitsthema ist. Wie und wann kann Humor einen Betrag für die Gesundheit leisten und wann vielleicht auch krank machen? Unterstützung gab es durch Cristine Städler alias Clownin Coco & die Dienstagsclowns.

GESUNDE ERNÄHRUNG UND TAG DER NACHBARN

Auf der „Fitnesswiese“ konnte jede*r vorbeikommen, Teller und Besteck mitbringen und sich am gemeinsamen Essen erfreuen.

Begleitet wurde die Aktion vom Chor der Kita Erdenkinder sowie dem Chor um Nic Hale – die Hannover Nightingales.

Was macht Ernährung gesund? Hier ging es nicht nur um die „richtige“ Auswahl von Lebensmitteln, sondern auch darum, welche zusätzlichen Faktoren die Essenaufnahme positiv beeinflussen, wie unter anderem Gemeinschaft, Atmosphäre oder Wertschätzung der Lebensmittel.

In Bewegung bleiben, körperlich sowie geistig! Ob Frühsport, (Themen-)Spaziergänge, sanfte Bewegungseinheiten oder Fitnesstraining für jede*n war etwas dabei. In Bewegung bleiben, heißt aber auch, die Neugierde nicht zu verlieren und sich neuen Ideen und Impulsen gegenüber zu öffnen.

BILDUNGSGERECHTIGKEIT UND JUBILÄUM OFFENER BÜCHERSCHRANK

Schulbildung und selbst gewählte Persönlichkeitsentwicklung verschafft die Möglichkeit, wichtige Prozesse zu verstehen. Am Jubiläumstag des offenen Bücherschranks wurde darauf hingewiesen, dass Bildung für alle Menschen in der Gemeinschaft zugänglich sein sollte, unabhängig von der finanziellen Situation der Person oder Familie. Die Patient*innenedukation – also die Aneignung von Wissen über die eigenen Erkrankungen – wird beispielsweise in der Behandlung von Menschen im Gesundheitssystem eingesetzt um ihre Handlungs- und Entscheidungsfähigkeit zu unterstützen. Gesundheitsbildung ist ein wesentlicher Schwerpunkt der Langzeitprävention.

Die Stadtteilbibliothek Vahrenwald beteiligte sich an der Aktion mit Infoangeboten und einem Monatsquiz mit Gewinnchance.

Der offene Bücherschrank ist seit zwei Jahren ein fester Bestandteil der Apenrader Straße. Hier begegnen sich die Leseratten auf Augenhöhe und tauschen ihre liebsten Bücher vorrangig anonym. Hin und wieder begegnet man sich hier und kommt über Literatur & den Alltagsthemen ins Gespräch.



Der Bücherschrank wird von Ehrenamtlichen gepflegt und regelmäßig sortiert.

KREATIVITÄT UND AUSDRUCK

Am 24.05.2024 fand die Präsentation der „Schrägen Vögel“ statt. Ein Workshop-Finale zum Thema Kreativität und Ausdruck. Die Teilnehmenden haben von März bis Mai gemalt, gebastelt, gestaltet, gesägt. Es hat allen viel Freude bereitet, den Vögeln Leben einzuhauchen und besondere Persönlichkeiten entstehen zu lassen.

Außerdem fand im Stadtteil auf der Fitnesswiese ein „Freies Malen“ statt.

Hier konnte teilnehmen wer mochte, der eigenen Kreativität freien Lauf lassen und sich im Grünen auf Leinwänden austoben. Hierbei sind schöne Kunstwerke entstanden. Zudem haben sich neue Gesichter auf die Wiese getraut.





DENKSPORT IM CAFÉ

TERMINE: ALLE ZWEI WOCHEN, DONNERSTAGS | 10:00 BIS 11:00 UHR

Beim Gedächtnistraining wird auf spielerische Weise das Denken und die Fantasie angeregt. Gleichzeitig verbessert es Konzentration, Wahrnehmung und Merkfähigkeit. Zusätzlich wurden Merkstrategien besprochen und erprobt.

DENKSPORT FÜR DICH



Einfach mal mitmachen!

Schau Dir die Würfel an und versuche Dir eine Geschichte dazu auszudenken mit einem Anfang und einem Ende.

Versuche die Geschichte am nächsten Tag zu wiederholen. Zuerst ohne, dann mit dem Würfelfoto.

EINE AKTION

„ZWEI JAHRE OFFENER BÜCHERSCHRANK & TAG DER BILDUNGERECHTIGKEIT“

am Mittwoch, den 05.06. 2024, 14-17 Uhr.

Durch das Monats-Quiz der Stadtteilbücherrei Vahrenwald und einer Bastelaktion zum Thema „Molekulare Inspiration“ der AWO Quartiersarbeit konnte der Bücherschrank in der Apenrader Str. 55 gebührend gefeiert werden. Es konnten Preise gewonnen, Gespräche geführt, Bücher gelesen und gebastelt werden. Unter einem Mikroskop konnte Vieles entdeckt und erforscht werden. Viele Interessierte bekamen die Aktion im Viertel spontan mit und gesellten sich dazu.

Der Bücherschrank

Du willst was lesen?

Gott sei Dank,
hier gibt es jetzt einen Bücherschrank.

Hier findest Du in jedem Fall, ob sanft oder
mit einem Knall, ob ernsthaft oder mit Hu-
mor, ob gruselig

- auch das kommt vor-

ob Zukunft oder längst vorbei, ob Stille
herrscht oder Geschrei.

Das Alles kannst Du finden hier,
komm nur heran, mach auf die Tür
und lass von Phantasie dich leiten,
dir Abenteuer zu bereiten.

So dass zum Schluss Du sagst voll Dank:

Das ist der schön,
dank Bücherschrank!

Rudolf Linder





AQUARELLMALGRUPPE

TERMINE: JEDEN 1. & 3. DIENSTAG IM MONAT | 13:30 - 15:00 UHR

TEILNAHME: KOSTENFREI | LEITUNG: ULLA HASSELHOFF

**AWO PFLEGE – UND GESUNDHEITZENTRUM IM LOTTE LEMKE-HAUS
SCHLESWIGER STR. 31, 30165 HANNOVER, VERANSTALTUNGSRAUM**

Eine Aktion für die Begegnung über Generationen hinweg, bei der der eigenen Kreativität freien Lauf gelassen werden kann. Geeignet für Jung und Alt.

ZUKUNFTSPERSPEKTIVE:

Die Gruppe wird ehrenamtlich von Ulla Hasselhoff geleitet. Sie ist langjährige Hobbykünstlerin der Aquarellmalerei. Die Gruppe wird nach Projektende zum 01.01.2025 von der AWO Region Hannover e.V. übernommen.

ANMELDUNG:

Ulla30165@aol.com | Tel: 015207131358



Aquarellbild von Frau Inge Dutz, Teilnehmerin aus der Aquarellmalgruppe

7/19



DIE GARTENGRUPPE VON LOTTES GARTEN

DIENSTAGS 10-13 UHR UND INDIVIDUELL, JE NACH WETTERLAGE

Seit Anfang 2022 hegt und pflegt die ehrenamtliche Gartengruppe regelmäßig und zuverlässig Lottes Garten. Was hat die Gartengruppe geschaffen?

- Hochbeete wurden rollstuhlgerecht umgebaut
- Beete zum Bepflanzen vorbereitet
- Es wurden Patenschaften für die Baumbeste in der Apenrader Straße übernommen. Diese werden gepflegt.
- es wurde geerntet und sich um das gepflanzte Obst und Gemüse gekümmert
- nach einer Fortbildung beim NABU wurden eine Bienenblühwiese und ein Blühbeet angelegt
- zusammen wurden Sträucher beschnitten, Unkraut gejätet und der Garten bewässert
- die Gruppe hat Bewohner*innen des Lotte Lemke-Hauses ermutigt, von den Tomaten und Früchten des Hochbeetes zu naschen
- über die Gartenarbeit mit den Senior*innen ins Gespräch kommen
- gemeinsam machten sie Ausflüge z.B. zur Landesgartenschau nach Bad Gandersheim und ins Landesmuseum Hannover
- in 2022 waren Studierende der HAWK Hildesheim über mehrere Wochen bei der Gartengruppe zu Gast.



Wir sagen Dankeschön, liebe Gartengruppe, für die zuverlässige und wirklich tolle ehrenamtliche Arbeit über all die Jahre und Jahreszeiten hinweg!

Die Gartengruppe:

Inge Leuchtmann

Rita Sasse

Herbert Bender

Hans-Dieter Bonn

Heide Bonn

Bis 2023:

Jens Biswanger

Jens-Martin Barthold,

Adelheid Schlossarek





MUSIKALISCHE ANFÄNGE

Dieses Angebot entstand im Sommer 2023 bei einem aktiven Eltern-Dialog und in der Zusammenarbeit mit der Krippe der AWO Region Hannover e.V..

Im Vorfeld wurden Eltern aus dem Viertel befragt, was sie sich für ihre Kinder wünschen. Bei dem Kurs handelte es sich um ein niedrigschwelliges Angebot der musikalischen Früherziehung. Singen, Fingerspiele und rhythmische Übungen standen im Vordergrund.

Die Kursleitung Yvonne Joa nutzte diverse Instrumente (Klavier, Waldhorn, Trompete) sowie Bewegungsmaterialien. Zielgruppe waren Kinder im Alter von 2,5 – 5 Jahren.

SAXOPHONE SELBST BAUEN

WIR ERKLÄREN DIR, WIE ES GEHT!

■ DU BENÖTIGST:

- 1 Luftballon
- 1 stabilen Strohhalm
- 1 sehr stabile Pappröhre mit zwei offenen Enden (ca. 9 cm breit und 18 cm lang, z.B. Verpackung von Flaschen, dann Boden abschneiden)
- 1 Schere
- Klebeband



■ SO GEHT ES:

Schneide den unteren Teil des Luftballons circa in der Mitte ab.

Stülpe den Luftballon mit der offenen Seite über die Pappröhre.

Befestige den Luftballon mit Klebeband an der Röhre.

Schneide den gewölbten Rand des Mundstückes vom Luftballon ab.

Kürze den Strohhalm auf ca. 6 cm.

Achtung! Stecke die gekürzte Seite des Strohhalmes in das Mundstück des Luftballons. Wickle Klebeband um beide Teile, so dass sie fest verbunden sind.

Ziehe den Strohhalm etwas über die Röhre hinaus und puste fest in den Strohhalm. Saxophonähnliche Klänge sind zu hören. Über den Winkel des langgezogenen Strohhalmes kann man die Töne variieren.

VIEL FREUDE BEIM NACHMACHEN!



BIOGRAFISCHES SCHREIBEN

Ein Angebot der Quartiersentwicklung im Zeitraum Oktober 2023 bis Januar 2024 im Freizeitheim Vahrenwald. Inhalt war die selbstfürsorgliche Reflexion eigener Erlebnisse und Meilensteine im Leben der Teilnehmenden mit Unterstützung der Projektmitarbeiter*in.

Die Idee war, dass die Teilnehmer*innen durch Gespräche und gesetzte Impulse ins eigenständige Schreiben kommen und das Geschriebene der Gruppe im Anschluss präsentieren. Im Idealfall beeinflusst die Selbstreflexion das eigene Handeln und stärkt die Entscheidungskompetenz.

Die Teilnehmenden kamen aus dem gesamten Stadtgebiet Hannover. Es waren zwei Personen aus dem Förderbereich anwesend.



LYRIKGRUPPE

Die seit 1997 erst hauptamtlich, dann ab 2001 ehrenamtlich, geleitete Gruppe von Ute Schönleiter ist eine lyrische Instanz innerhalb und außerhalb der AWO.

Das geschriebene Wort und die Dichtkunst haben hier ein wohliges Zuhause.

Das Projekt und die Gruppe konnten durch gegenseitige Unterstützung voneinander profitieren.

Bei vielen Aktionen rund um das gedichtete Wort im Stadtteil, schrieben die Teilnehmer*innen Texte und beschäftigten sich mit den Themen, die die Quartiersarbeit zu bieten hatte.



ZUKUNFTSPERSPEKTIVE:

Bei Interesse kannst Du gerne Kontakt zur Leitung Ute Schönleiter aufnehmen: naturlyrik@gmx.de

DAS ALTER(N)

Wenn die Jahre sich vermehren,
schwindet meist des Hauptes Haar,
auch an anderen Körperstellen
nagt die Zeit: Nichts bleibt, wie's
war!

Nur Erfahrung und Gewicht
nehmen zu im Fluss der Zeit,
die Erinnerung verblasst,
und es macht sich Trägheit breit.

Mit den Augen und den Ohren
kriegt der Mensch nun
Schwierigkeiten,
und es gibt noch andere Stellen,
die ihm Ärger jetzt bereiten.

Sei's der Stuhlgang, der verzögert,
sei's die Blase, die nicht hält,
seien es die Hüftgelenke,
um die es nicht gut bestellt.

Auch die Zähne gehen flöten,
kostspielig wird der Ersatz,
und über das Liebesleben
schreib ich lieber keinen Satz.

Meine Haut verliert an Spannung,
sie wird faltig und zu weit,
und die Namen und Begriffe
fehlen ständig. Ich bin's leid!

Manchmal wünsch ich mir, ich
nähme
diese Mängel nicht mehr wahr.

Aber jetzt schon zu verdämmern,
wäre das so wunderbar???

Karlfried Rose – 21.06.2022

RUHESTAND

Was täte ich, wenn es nichts gäbe,
mit dem ich mich befassen kann?
Ich säße da, ganz ohne Pläne,
und starrte nur die Wände an.

Doch hin und wieder, wenn es
drängt, bring ich den Müll hinunter
und schleppe Haushaltsvorrat hoch,
das hält den Kreislauf munter.

Wenn meine Liebste mich nett fragt,
dann zaubere ich am Herd,
auch über meine Rohkostspeisen
hat sie bisher sich nie beschwert.

Einmal die Woche wasch ich Wäsche,
hänge sie auf und wieder ab, leg sie
zusammen, räum sie ein, das hält
mich ebenso in Trab.

Auch das Entsorgen leerer Flaschen
und Pappkartons ist meine Pflicht.
Und aste ich mit Wasserkästen,
beschwere ich mich sicher nicht.

Das Bügeln und das Saubermachen
mit Staubsauger und feuchtem Tuch,
das überlasse ich gern andern.
Ansonsten hab ich schon genug.

Wenn meine Liebste gegen zehn
aus tiefstem Schlaf erwacht,
hab ich bereits in voller Ruhe
die schönsten Verse mir erdacht.

So hab ich immer was zu tun,
und Langeweile kommt nie auf.
Ist das denn nun der Ruhestand?
Ich warte immer noch darauf!

Karlfried Rose – 24.06.2022



GUT IM STADTTEIL VERNETZT

Die AWO Quartiersarbeit vernetzt sich mit Einrichtungen, Anlaufstellen und Vereinen in der Stadt Hannover. Regelmäßig nahm sie an der Stadtteil-Runde Vahrenwald teil, die vom Freizeitheim Vahrenwald organisiert wurde. Hier treffen sich in regelmäßigen Abständen alle Einrichtungen und Bewohner*innen des Stadtteils, um sich auszutauschen und gemeinsame Veranstaltungen zu planen. So wurde unter anderem das stadtweite Programm WORTLAUT gemeinsam geplant oder „Gemeinsam Leuchten“ am Freizeitheim Vahrenwald durchgeführt. Am 28.08.2023 war die Stadtteil-Runde bei der AWO Quartiersarbeit im Lotte Lemke-Haus zu Gast. Weiterhin stand das Team der Quartiersentwicklung in engem Austausch zum Stadtbezirksmanagement. Gemeinsam mit weiteren Vertreter*innen der Stadt Hannover und Anwohner*innen fanden Quartiersbegehungen statt, um Probleme im städtischen Raum zu lokalisieren und gemeinsam Lösungswege zu finden. So konnte in der Apenrader Straße bewirkt werden, dass die Gehwegplatten begradigt und erneuert wurden. Büsche und Bäume wurden stärker beschnitten, Straßenbeleuchtungen verstärkt. Die Durchfahrtsperre in der Schleswiger Straße wurde ausgetauscht, Parksituationen und Geschwindigkeitsbegrenzungen besprochen. Der Wunsch nach weniger Hundekot auf den Gehwegen griff die AWO Quartiersarbeit ebenfalls auf. Zusammen mit dem städtischen Fachbereich für Ordnung und Sauberkeit wurden Tütenspender für Hundekot an zwei Standorten im Viertel angebracht. Der Anwohner Gunter Dierwald erklärte sich bereit, die Tütenspender regelmäßig aufzufüllen und kümmert sich seither regelmäßig um die Spender.



Ein herzliches Dankeschön an unseren ehrenamtlichen Helfer Gunter Dierwald!





SUPPENVELO

Ob Schnee oder Sonnenschein: In den kalten Monaten von Herbst bis Frühling kam alle zwei Wochen das sogenannte Suppenvelo zum Einsatz. Die Bewohner*innen des Quartiers waren eingeladen, sich mit einer Suppe etwas Gutes zu tun. Ob in der Mittagspause, nach der Schule, auf dem Weg zum Einkaufen oder während der Gassi-Runde: Für die einen eine zeitsparende und günstige Alternative zum selber Kochen, für die anderen die einzige warme Mahlzeit am Tag bzw. in der Woche. Bunt gemischt waren die Besucher*innen und so auch die Bedürfnisse. Manche wollten in Ruhe essen, andere haben den Austausch mit den Nachbarn gesucht und genossen.



„Ich habe die letzten Tage nur gegeben, wie wundervoll dass ich jetzt auch mal was zurück bekomme. Das ist wohl Karma!“

*Teilnehmer*in*



„Ach, das ist ja mal eine Überraschung und das ist einfach so? Und dann auch noch kostenlos? Unglaublich, dankeschön!“

*Teilnehmer*in*

IMPULS: KOCH DOCH MAL WAS!

GRÜNE GEMÜSESUPPE

■ ZUTATEN FÜR 4 PERSONEN:

- 1 Brokkoli
- 1 Zucchini
- 1 große Zwiebel
- 2-3 Knoblauchzehen
- 1-2 Kartoffel
- 5 EL Öl
- Salz und Pfeffer
- 3 TL Gemüsebrühe (instant)
- 200 g TK-Erbsen
- 150 ml Schlagsahne
- je 2 Stiele (oder mehr) glatte Petersilie und Basilikum
- Zucker
- geriebene Muskatnuss



■ ZUBEREITUNG:

Brokkoli putzen, in kleine Röschen teilen und waschen. Brokkoli-stiel schälen, waschen und klein schneiden.

Zucchini putzen, waschen und grob würfeln. Zwiebel und Knoblauch schälen, fein würfeln. Kartoffel schälen, waschen und fein würfeln. 2 EL Öl in einem Topf erhitzen. Zwiebel darin glasig dünsten.

Zucchini, Kartoffel, Brokkoli Röschen und -stiel zugeben und kurz mitdünsten.

Knoblauch hinzugeben und mit Salz und Pfeffer würzen.

Mit 1,5 l Wasser ablöschen. Brühe einrühren. Alles aufkochen und zugedeckt ca. 15 Minuten köcheln.

Nach ca. 10 Minuten Kochzeit 100g Erbsen und Sahne einrühren und zu Ende garen.

Inzwischen Kräuter waschen, trocken schütteln, Blättchen abzupfen, grob hacken und zusammen mit 3 EL Öl in einem Rührbecher mit dem Stabmixer fein pürieren.

GUTEN APPETIT!



VOGELSCHUCHEN-WORKSHOP

DAS VOGELSCHUCHEN MATINEE

Am 22.06.24 fand die Vogelschuchen Matinee im Café Lottes statt.

Das Scharniertheater führte einen Workshop zum Erstellen eigener kreativer Vogelschuchen durch.

Es wurde mehrere Stunden fleißig gebastelt, frisiert, experimentelle Kleidungsstile entworfen und gelacht.

Einige der Vogelschuchen sind bis heute im Café Lottes und im Lotte Lemke-Haus zu bewundern und machen den Alltag für alle etwas bunter und besonders.





VOGELSCHUCHENTRÄUME

**EIN BAU- UND ERZÄHLWORKSHOP ÜBER MEHRERE WOCHEN 2023
IN KOOPERATION MIT DEM SCHARNIERTHEATER UND DEM THEATRIO**

Im Rahmen der Befragungen der Quartiersbewohner*innen wurde deutlich, dass sich zeitlich begrenzte, kreative Workshops gewünscht worden sind, die „inspirierend“ sind und sich von der „Alltäglichkeit des Alltags abheben“.

Die Mitarbeiterinnen der Quartiersentwicklung traten mit diesem Anliegen an die kreativen Köpfe des Scharniertheaters und des benachbarten Figuren-Theaterhauses Theatrio heran. Ulrike Richter, Katja Krause und Toni Seiler entwickelten so die schöne Idee zum Projekt „VogelscheuchenTräume“, dass im Lotte Lemke-Haus der AWO dann tatsächlich erstmalig angeboten und durchgeführt werden konnte.

Auch Dank der finanziellen Förderung durch das Kulturbüro der Landeshauptstadt Hannover, konnten die Vogelscheuchen lebendig werden. Dank der Leitung des Betreuungsdienstes Mascha Finn-Hartmann und des Betreuungsteams des Lotte Lemke-Hauses konnten Projekt-Teilnehmende akquiriert werden.

Ihr Leben jedoch verdanken die wundersamen Vogelscheuchen-Gesell*innen den Ideen und der Handarbeit der wunderbaren Damen – ein Herr war ein seltener Zaungast – aus dem Lotte Lemke-Haus. Es war ein sehr großes Vergnügen!

Es nahmen insgesamt 15 Bewohner*innen teil, wovon 5 mit vollem Namen

genannt werden möchten: Rosa Meyer, Hannelore Maehs, Margit Assenbaum, Edeltraut Berger, Marlis Horstmann, sowie Bernhardine, Frieda, Futari, Inge-Lore, Ilse, Jutta, Lisa, Rita.

Anliegen des Workshops war es, die in jedem Menschen schlummernde Kreativität über einen Gestaltungsprozeß hervorzulocken. Dies erfolgte angepasst an die individuell noch vorhandenen Fähigkeiten der Teilnehmer*innen in einem betätigungsorientierten, kreativen Prozess.

Sich Zeit nehmen, hineinfühlen, aufeinander achten und hören, darauf kam es beim Bau der gemeinsamen Kunstfigur an.

Sich einlassen auf den Dialog mit der andersdenkenden Teilnehmerin, um die Kunstfigur mit ihrer Eigenart und Andersartigkeit zu finden, ist Abwechslung im Alltag im Seniorenheim.

Das Lachen der Kleingruppe, wenn das Bild der gemeinsamen Figur vor den Augen Material um Material gebaut wurde. Putzig, skurril und wunderschön!

Auch die im Lotte Lemke-Haus ansässige Lyrikgruppe kreierte zum Thema „Vogelscheuchen“ Gedichte, die sehr schön in den Gesamtrahmen passten.

Mögen die Scheuchen ein langes Leben haben!

Aktuell lungern sie im Café Lottes sowie im Veranstaltungsraum herum und beäugen dort die Gäste.



Vogelscheuche

Ein Rabe spricht zu einer Krähe „Siehst Du auch, was ich hier sehe? Soll das Kunst sein, oder was? Oder nur ein doofer Spaß?“

Die Krähe dachte lange nach und krächte dann das Wörtchen: „ach!“

Ich glaube fast, es hat den Schein, das soll ´ne Vogelscheuche sein!“

Der Rabe fragt: „Was hat das Ding denn für ´nen Sinn? Etwas, was so hässlich ist, gehört doch nicht hier hin!“

Die Krähe rätselt, „ja, ich weiß, man hat gesagt, dass dieses Ding Vögel hier verjagt, damit sie nicht die Körner fressen, das hätte ich ja fast vergessen.“

„Ha, ha,“ lacht laut der Rabe drauf, „guck' doch mal die Tauben an.“

Die sitzen auf der Scheuche drauf und turteln sich ganz mächtig an!“

Und auf einmal, Gott bewahre, fliegt daher ein Haufen Stare geradewegs auf dieses Feld. Es ist die Vogelscheuche, die gefällt!

In Erinnerung an
Irene Daemi



IMPULS: KOCH DOCH MAL WAS!

VEGANER ERDNUSSBUTTER-BOHNEN-EINTOPF

■ ZUTATEN FÜR 2 PERSONEN:

- 1 Zwiebel
- 1 Knoblauchzehe
- Etwas Olivenöl für die Pfanne
- 1 Dose weiße Bohnen
- 1-2 EL Erdnussbutter, nach Geschmack
- 1 Dose gestückelte Tomaten
- 1 TL Paprikapulver, geräuchert oder Paprika, edelsüß – nach Geschmack
- Salz & Pfeffer – nach Geschmack
- Chilli – nach Geschmack
- 5-7 Zweige Basilikum, auch Thaibasilikum geeignet oder italienische Kräuter
- 250 g Brot als Beilage, nach Geschmack



■ ZUBEREITUNG:

In einer Pfanne etwas Öl erhitzen auf mittlerer Stufe.

Zwiebeln und Knoblauch fein schneiden und in der Pfanne glasig werden lassen.

Die weißen Bohnen abgießen, kurz mit Wasser abbrausen und zur Pfanne hinzufügen und regelmäßig umrühren, damit nichts anbrennt.

So bald die Bohnen goldig werden die Erdnussbutter hinzugeben und gut unter den anderen Zutaten verteilen bis die Flüssigkeit sämig wird.

Mit den gestückelten Tomaten löschen wir ab und geben Paprika, Salz, Pfeffer und Chilli hinzu.

Anschließend die geschnittenen Kräuter in die Pfanne geben.

Weiterhin alles bei mittlerer Hitze auf köcheln lassen und gelegentlich umrühren.

In der Zwischenzeit kann das Brot geschnitten werden. Fertig.

Am Besten schmeckt die Suppe wenn man sie einen Tag vor dem Verzehr kocht und dann nochmals nachwürzt.

GUTEN APPETIT!



PROJEKTCHOR WALZERFLASH!

Regelmässige Proben des Chores „Walzerflash!“ unter der Musikalischen Leitung von Bettina Delius im Lotte Lemke-Haus

Es gründet sich unter der Leitung von Bettina Delius der Projektchor „Walzerflash!“, der nun schon seit mehreren Jahren Freitags aller 14 Tage zwischen 14:30 – 16:30 Uhr im Lotte Lemke-Haus probt. Bei Konzerten des Ensembles Operamobile mit professionellen Opernsänger*innen sowie bei Mitmach-Projekten ist der Projektchor immer gesangs- und schauspielreudig dabei.

Herzlichen Dank an alle Mitstreiter*innen für Ihre unermüdliche Sangesfreude und Ihr Engagement bei den vielen tollen Auftritten.

ZUKUNFTSPERSPEKTIVE:

Der Projektchor Walzerflash! probt ab 2025 weiterhin im Veranstaltungsraum des Lotte-Lemke-Hauses. Anmeldung über Bettina Delius Tel. 0179-1009551



JAHNPLATZFEST UND INTERNATIONALER TAG DER DEMOKRATIE

SAMSTAG, 16.09.2023 | 14 BIS 18 UHR

Der AWO Bezirksverband Hannover e.V. war auf dem Jahnplatzfest mit einem bunten Zirkuszelt und vielen tollen Angeboten vertreten.

Der AWO Bezirksverband Hannover e.V. organisiert in Zusammenarbeit mit dem spar+bau Verein diese bunte Veranstaltung.

Die AWO Quartiersentwicklung beteiligte sich mit einer nachhaltigen Bastelaktion.

Es wurden kleine Raupen und Autos aus alten Plastikdeckeln gebaut und daraus Spielzeug für Kinder hergestellt.

Zudem aktivierte das Projekt die Nachbarschaft nachträglich zum Tag der Demokratie (15.09.23) und informierte über das Kinderparlament.

Folgende Fragen wurden gestellt:

Was brauche ich um ein demokratisches Leben zu führen? Wo erlebe ich Demokratie? Was ist Demokratie überhaupt? Was würde ich hier verändern, wenn ich das Sagen hätte? Wie möchte ich mich am gesellschaftlichen Leben beteiligen? Was ist für mich Demokratie?



WERKSTATTPROJEKT „SCHRÄGE VÖGEL“

Das Werkstattprojekt „Schräge Vögel“ ist nach der beliebten Kreativwerkstatt „VogelScheuchenTräume“ aus dem Jahr 2023 ein Nachfolgeprojekt, das zwischen März und Mai 2024 im Lotte Lemke-Haus stattfand.

Dieser Workshop wurde von erfahrenen Anleiter*innen aus dem Figurentheaterhaus Theatrio und dem Scharniertheater Hannover begleitet. Katja Krause moderierte gekonnt, Ulrike Richter lockerte mit Querflötenklängen die Atmosphäre auf und Puppenspieler Toni Seiler war dieses Mal mit einem Raben und einem Papagei dabei, die allerhand Unfug anstellten.

Im Workshop wurden nach ersten kunstvoll ausgeschnittenen und dekorierten Entwürfen von Papiervögeln, vorbereitete Holzformen individuell bemalt oder auch umhäkelt und mit bunten Federn und strahlenden Vogelaugen dekoriert. Die vielfältigen Vogelfiguren waren für den Garten oder für das eigene Zuhause bzw. den Balkon bestimmt. Auch wurden kleine, zarte Wäscheklammervögel für einen bunten Frühlingsstrauch erfunden.



Das Werkstattprojekt fand mit viel Witz und Freude am Gestalten und Bauen der schrägen Vögel über mehrere Wochen statt. Auch wurde gesungen und gedichtet.

Es nahmen Menschen aus der Pflegeeinrichtung sowie aus dem Viertel daran teil.

Am Ende wurden die Vögel in einer Matinee bei Sekt, kleinen gespielten Szenen sowie einer Vogelballett-Einlage, aufgeführt von Kindern der Tanzschule Calaneya, vorgestellt und gefeiert.

Die Papiervögel fanden ihren Platz im Café Lottes und wurden über mehrere Wochen für die Öffentlichkeit ausgestellt, bevor sie zurück zu ihren Schöpferinnen wanderten.

Einige Holzvögel hocken in Lottes Garten und lassen sich dort bewundern. Auch die Lyrikgruppe befasste sich mit „Schrägen Vögeln“.

Ein eigens dafür geschriebenes Gedicht von Doris Kothe soll hier vorgestellt werden.

Ein herzliches Dankeschön an alle kreativen Köpfe, Vogelschaffer*innen und Unterstützer*innen dieses Werkstattprojektes!

Schräge Vögel

Was sind denn das für schräge Vögel, die dort bei den Büschen stehen?

Lange Schwänze, kurze Schnäbel, eine Krone auf dem Kopf, sehn sie fast aus wie ein Wiedehopf.

Doch sie sind entzückend bunt, aber tun durch kein Geräusch uns ihr Dasein kund.

Von der Nähe dann besehen, ist dies Verhalten zu verstehen.

Denn sie sind, man kann sich's denken, hergestellt von Bastlerhänden.

*Doris Kothe
Teilnehmende des
Lyrikkreises*





TAG DER NACHBAR*INNEN

Auch die Quartiersentwicklung hat den alljährlichen Tag der Nachbar*innen in den letzten Jahren gefeiert.

Es gab ein buntes Programm, das für jede*n etwas bot. Die Kinder konnten sich beim Spielen austoben, während die Erwachsenen bei Kaffee und/oder einem gemeinsamen Buffet ins Gespräch kamen und neue Bekanntschaften schlossen. Außerdem wurden Kunstwerke, die in den letzten Wochen von der Bewohnerschaft angefertigt wurden, der Nachbarschaft präsentiert.

In diesem Jahr waren die Auftritte des „Chors der Erdenkinder“ und von „Mic Hale und den Hannover Nightingales“ ein Highlight und sorgten für eine entspannte und gelöste Atmosphäre. Es wurde gemeinsam gesungen, getanzt und in Erinnerungen geschwelgt.





LICHTERZAUBER

„Lichterzauber“ war eine Initiative der AWO Quartiersentwicklung.

Eingeladen wurde am 19.12.2023 in der Zeit von 16:00 – 18:00 Uhr zum geselligen Beisammensein ein.

Jede*r war herzlich willkommen. Es gab Glühwein & alkoholfreien Punsch bei Kerzenschein. Die Veranstaltung fand vor dem AWO Quartiersbüro im Schleswiger Viertel statt.

Vor allem die Mieter*innen aus dem Betreuten Wohnen aus der Apenrader Str. 55 haben das Angebot ausgiebig genutzt.

IMPULS: KOCH DOCH MAL WAS!

PIZZASUPPE

■ ZUTATEN FÜR 4-6 PERSONEN:

- 2 EL Olivenöl / Öl zum Braten
- 400 g (Veganes) Hack
- 1 große Zwiebel gewürfelt
- 4 Knoblauchzehen gehackt
- 3 Paprika (rot, grün, gelb) in mundgerechte Stücke geschnitten
- 1 Dose Mais
- 200 g Champignons geviertelt
- 400 ml Gemüsebrühe
- 200 g Sahne
- 400 g passierte Tomaten
- 400 g gestückelte Tomaten
- 3-4 EL Ajvar oder Tomatenmark
- 150 g Kräuter-Frischkäse
- 2 EL Italienische Kräuter
- Salz und Pfeffer nach Geschmack

■ ZUM SERVIEREN:

- 1 Handvoll Kirschtomaten halbiert
- Pizza-Käse oder Parmesan
- Baguette

■ ZUBEREITUNG:

Das Öl in einem großen Topf erhitzen, die Zwiebeln und das (vegane) Hack ca. 3 Min. anbraten. Dann den Knoblauch hinzugeben und 30 Sekunden anrösten.

Nun die Paprika und Champignons hinzugeben und kurz weiterbraten.

Mais hinzugeben und mit Gemüsebrühe, Sahne sowie passierten und gestückelten Tomaten ablöschen.

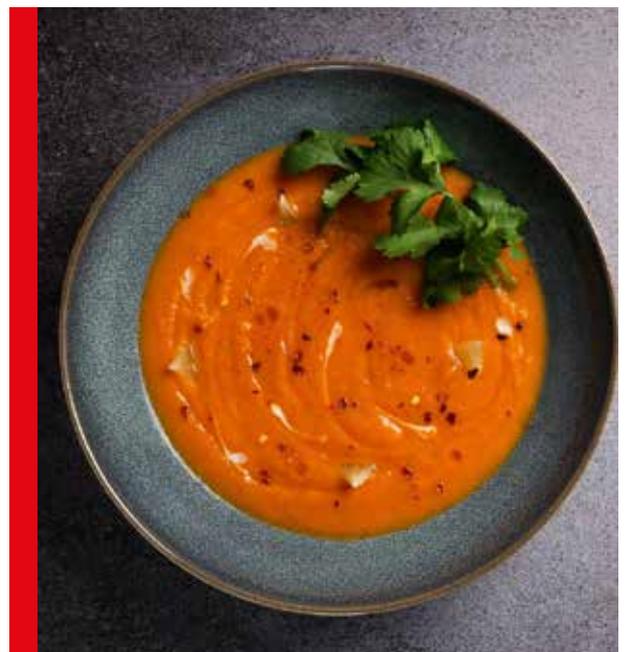
Ajvar, Kräuter-Frischkäse und italienische Kräuter einrühren.

Mit etwas Salz und Pfeffer würzen und das Ganze ca. 10 Minuten köcheln lassen.

Wer mag, kann nach 5 Minuten noch ein paar Kirschtomaten hinzugeben.

Abschmecken und nach Belieben mit Käse und Brot servieren.

GUTEN APPETIT!





AKTIV IM QUARTIER

Im August und September 2024 hat die Quartiersentwicklung den Grünzug und die Fitnesswiese noch einmal genutzt, um wöchentliche Bewegungsangebote anzubieten. Die sportlichen Impulse haben dazu beigetragen, Angebote, die über den Projektzeitraum hinaus im Stadtteil stattfanden, hervorzuheben und sichtbar zu machen. Außerdem wurden Angebote gestaltet, die eigenständig gut in den Alltag integrierbar sind und dazu anregen, die Möglichkeiten des Quartiers zu nutzen, um sich etwas Gutes zu tun.

SPORTLICHE WILDPFLANZENSPAZIERGÄNGE MIT ANITA ZECHEL

Durchaus zügig und doch achtsam wurden der Grünzug und die Umgebung rund um den Hans-Meinecke-Weg erkundet. Ziel war neben der Bewegung das Aufspüren von essbaren Wildpflanzen im Quartier. Dazu gab es Tipps für die Zubereitung und welche Wirkung die jeweiligen Pflanzen haben.

ATEMARBEIT IM GRÜNZUG DES SCHLESWIGER VIERTELS

Wir atmen ca. 20.000 Mal am Tag und 16 bis 20 Mal pro Minute. Meistens unbewusst und oft zu schnell, zu flach oder zu kurz. Dabei beeinflusst unser Gemütszustand unsere Atmung und gleichwohl können wir über unsere Atmung auf eben diesen Einfluss nehmen. Nach einer kurzen Dehn- und Lockerungseinheit haben sich die Teilnehmenden dem bewussten Atem



zugewendet. Welche Atemräume können wir spüren? Wo im Körper fließt der Atem frei und wo gerät er ins Stocken. Anschließend wurden einfache Atemübungen erlernt, die jederzeit und an jedem Ort praktiziert werden können, um beispielsweise Anspannungen zu lösen, in Situationen gelassen zu reagieren oder auch Ängsten entgegenzuwirken.

TIPPS & TRICKS AM CALISTHENICS PARK VON NICO FICHTLER

Äußerst sportlich ging es auf der Fitnesswiese am Othfelde 1 zu, als Personal Trainer Nico Fichtler den Bewohner*innen im Quartier Übungen rund um den Calisthenics Park schmackhaft gemacht hat. Immer abgestimmt auf die jeweiligen Voraussetzungen konnten sich die Teilnehmenden nach ihren Bedürfnissen und über alle Altersklassen hinweg auspowern.

BASEBALL MIT DEM TUS VAHRENWALD 08

Die Hannover Regents sind die Baseball- und Softballabteilung innerhalb des Turn- und





Sportvereins Vahrenwald 08 e.V. aus Hannover. Die Regents wurden 1984 gegründet und bestehen aus drei Herrenmannschaften, einer Damensoftballmannschaft, sowie mehreren Nachwuchsmannschaften. Das Frauen-Softballteam demonstrierte ihre Schlag- und Schwungkraft im spielerischen Miteinander. Sie luden Interessierte zum Mitmachen ein und ermutigten jede*n zum Training vorbei zu kommen. Der Verein ist ein Beispiel für die Vielfalt an Freizeitmöglichkeiten im Stadtteil Vahrenwald und dass es sich lohnt, Neues auszuprobieren.

BEWEGUNGSEINHEITEN MIT YOGAELEMENTEN VON DIETRICH HOLZKAMP

Mit leichten Koordinations- und Gleichgewichtsübungen, einem anregenden Zwischenteil für die Beweglichkeit und einem entspannenden Abschluss wurde in den Tag gestartet. Anschließend konnten sich die Teilnehmenden und andere Interessierte noch bei einem Getränk austauschen.

FELDENKRAIS MIT YVONNE JOA

Feldenkrais – eine Bewegungslehre von der viele bereits gehört haben, aber nicht genau wissen, was es damit auf sich hat. Zu unterschiedlichen Anlässen hat Kursleiterin Yvonne Joa in die Grundlagen dieser Methode eingeführt und die Wirkung von Feldenkrais spüren lassen. Beim Ausführen der Übungen gibt es kein richtig oder falsch, denn jede*r hat eine eigene Vorgeschichte und ist Expert*in für den eigenen Körper.

IMPULS: ATEMEDITATION

- Komm in eine für Dich angenehme aufrechte Sitzposition.
- Atme tief durch die Nase ein und geräuschvoll durch den leicht geöffneten Mund wieder aus.
- Schließe Deine Augen oder senke sanft Deinen Blick.
- Richte Deine Aufmerksamkeit nun auf Deinen Atem. Nimm Deinen ganz natürlichen, eigenen Atem wahr ohne ihn zu beeinflussen.
- Wie fließt Dein Atem? Schnell oder langsam, gleichmäßig oder abgehackt?
- Wo in Deinem Körper spürst Du Deinen Atem? Leg gerne eine Hand auf diese Stelle.
- Wandere nun mit Deiner Aufmerksamkeit zu Deiner Nase, spür wie Dein Atem durch die Nasenlöcher in Dich hineinströmt und auf gleichem Wege auch wieder hinaus. Bleibe für einen Moment bei dieser Wahrnehmung.
- Folge Deinem Atem nun tiefer in den Körper hinein. Spüre, wie sich mit der Einatmung Dein Brustkorb leicht hebt und mit der Ausatmung wieder senkt. Bleibe für einen Moment bei dieser Wahrnehmung.
- Und nun bringe Deine Aufmerksamkeit zu Deinem Bauch. Erspüre auch hier die Bewegungen, die Dein Atem auslöst. Einatmend hebt sich die Bauchdecke, ausatmend senkt sie sich wieder. Bleibe für einen Moment bei dieser Wahrnehmung.
- Atme nun einmal ganz tief ein und vollständig wieder aus. Lass nun Deinen natürlichen Atem wieder kommen und gehen und spüre noch einmal nach, wie er sich jetzt anfühlt. Hat sich etwas verändert?
- Wenn Du soweit bist, öffne sanft Deine Augen und wenn Dein Blick klar ist, schaue Dich einmal im Raum um.



FÊTE DE LA MUSIQUE IM CAFÉ LOTTES

MITTWOCH, 21. JUNI 2023 | 16 – 18 UHR

Die Fête de la Musique ist ein weltweit gefeiertes Musikfestival und verbindet Menschen aller Kulturen, rund um den Globus, durch Musik miteinander. Das Fest fand am 21.06.2023 in Kooperation mit der „Klassik in der Klinik“ im Café Lottes im Lotte Lemke-Haus statt. Auch in Hannover wird seit 2008 an diesem Tag überall in der Stadt gefeiert. Mit Trompete und Kontrabass fand ein wunderbares Konzert für alle Besuchenden statt. Das Projekt hat somit ein Weltevent zu den Bewohner*innen des Schleswiger Viertels gebracht und gute Laune verbreitet sowie den Kulturschaffenden Raum zur Entfaltung gegeben.





BESUCH VON ADIS AHMETOVIC, MdB

Seit 2022 Mitglied des deutschen Bundestages (MdB), hospitierte Adis Ahmetovic in der AWO Quartiersarbeit im Schleswiger Viertel. Er informierte sich darüber, wie die Quartiersarbeit zum Zusammenleben vor Ort beiträgt. „Ich bin beeindruckt, wie umfassend das Angebot im Quartier ist, mit dem für Jung und Alt das Zusammenleben in der Nachbarschaft gestaltet wird. Zu den einzelnen Aktionen zählen unter anderem Mitmach-Musiktheater, Gartenkonzerte für die Bewohner*innen des Pflege- und Gesundheitszentrums oder ein Bunt-Klang-Pfad im Quartier. Es ist schön zu sehen, was alles auf die Beine gestellt wird, und ich danke allen für ihren Einsatz im Quartier“, so Adis Ahmetovic.

Neben einer kleinen Tour auf der Rikscha hat Adis Ahmetovic zudem zusammen mit Mitarbeiter*innen der Quartiersentwicklung im Viertel Baumscheiben bepflanzt.



GENERATIONSÜBERGREIFENDES MITMACH- MUSIKTHEATERPROJEKT „MITEINANDER“

Ein langjähriger Kooperationspartner der AWO Quartiersarbeit ist das Ensemble Operamobile. Als letztes großes Mitmach-Musiktheaterprojekt erarbeitete das Ensemble von Operamobile unter der künstlerischen Leitung von Bettina Delius im August und September 2024 zusammen mit Grundschulkindern, Bewohner*innen aus dem Lotte Lemke-Haus, mit Quartiersbewohner*innen sowie dem Projektchor Walzerflash! eine musikalische Zeitreise durch die Geschichte Niedersachsens. Bei der Revue ging es um eine Zeitreise durch die vergangenen 78 Jahre – mit Musik von den Scorpions bis hin zu Heinz Erhardt. Auch ein extra neu komponiertes Niedersachsen-Lied wurde neben kleinen Choreografien am den Workshoptagen einstudiert.

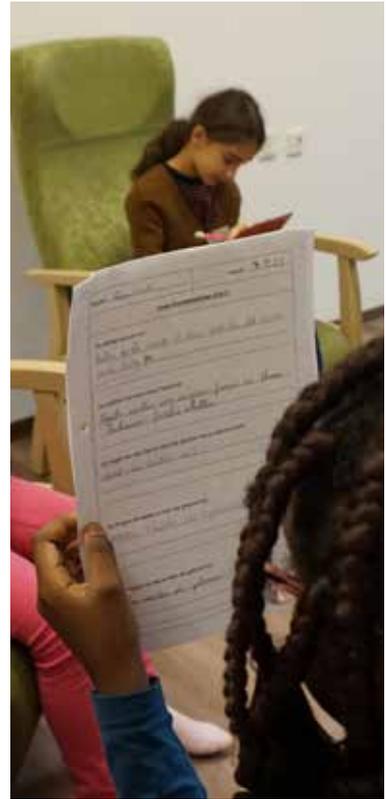
Am 28.09.2024 wurde nun das Ergebnis in einer fast 1 ½ stündigen Aufführung dem Publikum präsentiert. Das Café platzte mit 90 Gästen fast aus allen Nähten! Es wurde eine turbulente Reise durch die Geschichte Niedersachsens gezeigt. Es wurde kräftig getanzt, gesungen und gerappt, so dass das anfängliche Lampenfieber schnell verflog. Alle Beteiligten wie auch die professionellen Sänger*innen hatten viel Spaß dabei, so dass der Funke schnell auf das Publikum überflog und mitgesungen und geklatscht wurde. Es war für alle Teilnehmenden eine tolle und für manche auch eine völlig neue Erfahrung, auf einer Bühne zu stehen. Der Wunsch, einmal Sängerin zu werden, hat sich so für ein beteiligtes Mädchen schneller erfüllt als gedacht.

An alle Beteiligten vor und hinter den Kulissen geht ein herzliches Dankeschön für die tolle Unterstützung! Besonderer Dank geht an die Grundschule Glücksburger Weg, die offen für neue Impulse war und uns in der Organisation z. B. von Fotoeinverständnissen wirklich sehr unterstützt hat. Ein großes Dankeschön geht weiterhin an die Leiterin vom Betreuungsdienst des Lotte Lemke-Hauses Mascha Finn-Hartmann, die bei jedem Projekt tatkräftig unterstützt und die Bewohner*innen zur Teilnahme aktiviert hat.



KOOPERATIONEN MIT DER GRUNDSCHULE GLÜCKSBURGER WEG

Die Grundschule Glücksburger Weg liegt in der direkten Nachbarschaft zum AWO Pflege- und Gesundheitszentrum Lotte Lemke-Haus. Über den gesamten Projektzeitraum haben die Grundschüler*innen zusammen mit Senior*innen lebendige Aktionen gestaltet. Es war dem Projektteam und den Lehrkräften eine Freude, die verschiedenen Alters- und Lebenswelten zusammenzubringen. Es zeigte sich: Jung und Alt – und alle dazwischen – können viel voneinander lernen und gemeinsam Spaß haben.





NACHHILFE

Seit Januar 2024 hat sich die Quartiersarbeit zur Aufgabe gemacht, ein kostenloses Nachhilfeangebot bereit zu stellen. Vorrangig sollte dieses eine Lücke im Bildungssystem schließen. Die Kinder, die von dem Angebot profitiert haben, sind in der Bundesteilhabegesetz-Förderung nicht berücksichtigt.

In Kooperation mit der Grundschule Glücksburger Weg konnten wöchentlich vier bis fünf Schüler*innen aus der Nachbarschaft beim Lernen und den Hausaufgaben unterstützt werden.

Geübt wurde mit kreativen und am Alltag orientierten Methoden. Es wurden z.B. Rezepte geschrieben, Pizza gebacken, Obstspieße hergestellt oder ein kleines Buch mit einer selbst geschriebenen Geschichte hergestellt.



IMPULS: SCHNIPSEL-POESIE

- Suche Dir ein großes Schraubglas und fülle dieses mit Wortfetzen und Wortschnipseln, die Dir in alten Zeitungen und Zeitschriften ins Auge fallen. Schneide sie aus und stecke sie in Dein Glas.
- Ziehe wahllos ein paar Textfragmente aus dem Glas und setze diese zu einem Gedicht zusammen.
- Wenn es Dir gefällt, kannst Du es hier aufkleben.





„NACHBARSCHAFTSDIALOGE“ 2024

Im Rahmen der Aktion „Nachbarschaftsdialoge Demokratie“ des „Bündnis für Gute Nachbarschaft in Niedersachsen“ und der LAG „Praxisnetzwerkes für soziale Stadtentwicklung“ wurden die Bewohner*innen des Stadtteils dazu eingeladen zum Thema Demokratie und was es dafür braucht, ins Gespräch zu kommen.

Überall in Niedersachsen fanden ähnliche Aktionen statt.

Die Gesprächspartner*innen waren Teilnehmende aus regelmäßig stattfindenden Gruppen, Besucher*innen des Nachbarschaftscafés oder Menschen aus der Nachbarschaft, die auf der Parkbank mit einem Feierabendbier, beim Training, auf dem Weg zur Arbeit oder zum Einkaufen angesprochen wurden.

Fragestellungen wie „Hast Du schon mal Deine Meinung gesagt und wie hat sich das angefühlt?“ oder „Was würdest Du ändern, wenn Du König*in von Deutschland wärst?“ waren der Auftakt für interessante, bereichernde und konstruktive Dialoge.

Die Ergebnisse der Nachbarschaftsdialoge waren in einer Ausstellung im Landtag öffentlich besuchbar.

IMPRESSUM

HERAUSGEBER*IN:

Arbeiterwohlfahrt Bezirksverband Hannover e.V.
Körtingsdorfer Weg 8, 30455 Hannover

VERANTWORTLICH i.S.d.P:

Marco Brunotte, Vorstandsvorsitzender

REDAKTION:

Ellen Hartmann, Katharina Weise | Tel. 0511 4952-124

Überarbeitungen und Kürzungen eingereicher Beiträge liegen im Ermessen der Redaktion.

FOTOS:

Anna Uguz, Isa Grossmann, Katharina Weise, Konstanze Löffler, Laura Kynast

SATZ, GESTALTUNG UND ILLUSTRATION:

Katharina Weise

AUFLAGE:

500 Exemplare

Das Quartiersprojekt „Gemeinsam aktiv- für mehr Teilhabe & Gesundheit im Quartier“ wird gefördert durch das Land Niedersachsen



Niedersächsisches Ministerium für Wirtschaft,
Verkehr, Bauen und Digitalisierung



PRAXISNETZWERK
FÜR SOZIALE
STADTENTWICKLUNG
LAG Soziale Brennpunkte Niedersachsen e.V.

NBank