

Termine November

**Jeden Dienstag
von 14 bis 16 Uhr „Sozialberatung“**
mit dem Sozialarbeiter Hans Junge,
im Quartierszentrum in der Hugo-
Luther-Straße 60A.

1.11. CLEAN UP Your Kiez

14 Uhr Treffen - Johannes-Selenka-
Platz 1

Ich sehe was, was du nicht siehst! Noch bis zum 11.11.

Ein Hörabenteuer zum Mitspielen für
eine*n Erwachsene*n und 1 Kind
Kletterhalle am Westbahnhof 3,
siehe S. 9

Das Erzählcafé, mit „**Märchen und
Geschichten aus der Kindheit**“,
findet am 18. November um 17.30
Uhr in der AWO Begegnungsstelle
Frankfurter Str.18, statt

Alle folgenden Veranstaltungen mit Vor Anmeldungen

Elternschule mit Rita Dippel
12.11. 19:00 – 20:30
Hugo- Luther- Str. 60A

Babymassage mit Melanie Moronga
Jeden Freitag 10-11 Uhr

Die3 Jahnstraße 8a
20X20 Kunst im Kleinformat
Jeden Do. 19-22 Uhr

Bienenwachs mit vielen Sinnen erleben - Für Kinder ab 5

Samstag, den 28.11.2020
von 14.00 Uhr bis 17.00 Uhr
Kunst- Werkstatt Jahnstraße 8a

Infoveranstaltung des Jobcenter BS
Die. 3. 11. 11-12 Uhr
Saal Hugo-Luther-Str. 60A

Bauchtanz mit Lily
jeden Mittwoch 19-20 Uhr
Mütterzentrum, Hugo-Luther-Str. 60A

**Redaktions- und Anzeigenschluss für
die Dezemberausgabe der NWP ist
Fr., der 13.11.2020. Sie erscheint und
wird verteilt ab Mi., dem 25.11.2020**

**Online-Ausgabe: [http://westring-
bs.online/](http://westring-
bs.online/)
die-neue-westpost**



Am Freitagnachmittag, dem 16.10., haben wir uns bei kaltem Oktoberwetter zum 1. Erzählcafé: „Märchen und Geschichten aus der Kindheit“ im Garten ohne Garten getroffen. Bei wärmendem Feuer aus der Feuerschale und einem Glas Tee, haben drei Frauen Märchen aus Indien, Azerbaijan und Mexiko erzählt. Bei den Erzählungen haben die Teilnehmer viele Gemeinsamkeiten entdeckt, dazu auch Fragen gestellt und diskutiert.

Anzeige



WASCHALON
Wäsche frisch
erfrischend saubere Wäsche

Öffnungszeiten:
täglich von 6:00 bis 23:00 Uhr

Bültenweg 80 / Ecke Göttingstr. · BS
www.waschefrisch.de

Anzeige

BUZBAĞ

Anatolische Spezialitäten
aus dem Lehmofen

Öffnungszeiten: Di - Sa 17 - 23 Uhr
So 12 - 22 Uhr
Mo Ruhetag
Telefon (0531) 8 85 35 19
Cyriaksring 31 (Ecke HBK), 38118 Braunschweig

**Biergarten
Partyservice**





Kunst-Werkstatt & Kunst-Koffer

Kunstverein Jahnstrasse e.V.

Jahnstrasse 8a

38118 Braunschweig

Tel: +49 170/7882869

werkstatt@kunstverein-jahnstrasse.de

Kunst-Werkstatt

Bienenwachs – mit vielen Sinnen erleben

**Für Kinder ab 5 Jahren, Jugendliche und Erwachsene
Unter Einhaltung der vorgegebenen Hygiene-Maßnahmen**



Foto: Sophia Hamann

Wir laden euch am
Samstag, den 28.11.2020
von 14.00 Uhr bis 17.00 Uhr

herzlich ein, einen sinnlichen Nachmittag zu erleben.
Wir wollen Bienenwachs riechen, erwärmen, formen und fühlen.
Lasst euch überraschen, was entsteht!

Meldet euch bitte verbindlich unter
werkstatt@kunstverein-jahnstrasse.de an,
dann können wir euch eure Zeit für eure Kleingruppe um
14.00 Uhr oder um 15.30 Uhr im Mütterzentrum Braunschweig e.V.
(Cafe), Hugo-Luther-Straße 60a, 38118 Braunschweig mitteilen.

Wir freuen uns auf euch!
Nina Siebert & Jessica Kurzhals

Gefördert durch den Sanierungsbeirat/Verfügungsfonds Westliches
Ringgebiet

Träger:
Kunstverein Jahnstraße e.V.
Jahnstraße 8a
38118 Braunschweig

Veranstaltungen im November 2020



Kulturpunkt West, Ludwig-Winter-Str. 4, 38120 Braunschweig

Öffnungszeiten: Di, Do und Fr 9-13 Uhr, Mi 9-16 Uhr, Mo geschlossen

Anfragen zur Raumanmietung: Di – Fr 12-13 Uhr unter 0531 862564 oder per E-Mail: hausmeister.kpw@braunschweig.de

Nähere Informationen zu den einzelnen Veranstaltungen erhalten Sie auch über unser aktuelles Programmheft oder unter www.braunschweig.de/kulturpunktwest.

Soweit nicht anders benannt, erfolgen die Anmeldungen zu den Veranstaltungen/Kursen über den Kulturpunkt West

Sonntag, 15. November 2020, 16:30 Uhr, Großer Saal

Lesung: Das Ding

mit Chère Madame et Monsieur le Vicomte

Beim Aufräumen eines alten Dachbodens entdeckten sie eine historisch gestaltete Schatulle. Mit einer Büroklammer und etwas detektivischem Geschick gelang es ihnen, das mittelalterliche Schloss zu öffnen. Vor ihnen lagen in einzelne Packen, nach Monaten geordnet, fein säuberlich zusammengeschnürte Briefe. In den Schriftstücken fanden sich keine Namen. Merkwürdig. Eine Madame korrespondiert mit einem Vicomte. Im Inhalt mischen sich historische Zeiten mit Elementen aus der Jetztzeit. Waren sie Zeitreisenden auf der Spur? Oder handelte es sich um die Illusion und Fantasien zweier gelangweilter Gestalten einer an sich selbst erkrankten Menschheit? Und wer oder was ist das „Ding“, von dem

man permanent Andeutungen findet? Dr. Isabel Kobus und Heinz-Dieter Vonau begeben sich auf Spurensuche. Ein humorvoller, spannender und denkwürdiger Nachmittag wartet auf Sie.

Eintritt frei Kartenreservierung unter Tel. 0531 86 25 64
Infos im Kulturpunkt West unter Tel. 0531 84 5000

Sonntag, 29. November 2020, 11:00 Uhr, Großer Saal

Musikmatinee: Gero Wolter „Zeit zur Einkehr“

Es ist uns gelungen, für die Adventsmatinee den mehrfach ausgezeichneten Pop- und Jazzpianisten Gero Wolter zu gewinnen. Unter dem Motto „Zeit zur Einkehr“ wird der gebürtige Braunschweiger Pianist einen musikalischen Raum kreieren, der auf das bevorstehende



Gero Wolter

Weihnachtsfest einstimmt. Er wird sowohl Auszüge aus seinem aktuellen Album „Luce del Cuore“, als auch neue Kompositionen und sowie einige Traditionals spielen. Freuen Sie sich auf diese wunderschöne Klangreise und reservieren Sie sich schon jetzt ein Platz! Eintritt frei Kartenreservierung unter Tel. 0531 86 25 64
Infos im Kulturpunkt West unter Tel. 0531 84 5000

Veranstaltungen vom Raabe-Haus: Literaturzentrum Braunschweig im November 2020

Fr. 06.11. 15:00 – 15:45 Uhr

Großer Saal des Kulturpunkt West, Ludwig-Winter-Straße 4, 38120 BS

Oscar Wilde: Das Gespenst von Canterville

Lesung mit Jürgen Beck-Rebholz
Eintritt frei, Anmeldung im Voraus verpflichtend unter tel. 0531 70 189 317 oder per Mail an literaturzentrum@braunschweig.de

Fr. 06.11., 16:45 – 17:30 Uhr

Großer Saal des Kulturpunkt West, Ludwig-Winter-Straße 4, 38120 BS

Wilhelm Busch: Der Maler Klecksel

Lesung mit Ronald Schober
Eintritt frei, Anmeldung im Voraus verpflichtend unter tel. 0531 70 189 317 oder per Mail an literaturzentrum@braunschweig.de

So. 22.11.2020 15:00 – 15:45 Uhr

Großer Saal des Kulturpunkt West, Ludwig-Winter-Straße 4, 38120 BS

Truman Capote: Frühstück bei Tiffany

Lesung mit Susanne Maierhöfer
Eintritt frei, Anmeldung im Voraus verpflichtend unter tel. 0531 70 189 317 oder per Mail an literaturzentrum@braunschweig.de

So. 22.11.2020 16:45 – 17:30 Uhr

Großer Saal des Kulturpunkt West, Ludwig-Winter-Straße 4, 38120 BS

Nikolai Gogol: Die Nase

Lesung mit Kathrin Reinhardt
Eintritt frei, Anmeldung im Voraus verpflichtend unter tel. 0531 70 189 317 oder per Mail an literaturzentrum@braunschweig.de

Fr. 27.11., 15:00 – 15:45 Uhr

Großer Saal des Kulturpunkt West, Ludwig-Winter-Straße 4, 38120 BS

Elizabeth von Arnim: Elizabeth und ihr Garten

Lesung mit Pia Kranz
Eintritt frei, Anmeldung im Voraus verpflichtend unter tel. 0531 70 189 317 oder per Mail an literaturzentrum@braunschweig.de

Fr. 27.11. 16:45 – 17:30 Uhr

Großer Saal des Kulturpunkt West, Ludwig-Winter-Straße 4, 38120 BS

Siegfried Lenz: So zärtlich war Suleyken

Lesung mit Andreas Jäger
Eintritt frei, Anmeldung im Voraus verpflichtend unter tel. 0531 70 189 317 oder per Mail an literaturzentrum@braunschweig.de



NEU AB 1. DEZ.

Das Westliche Ringgebiet zeigt sich wieder mal sehr kreativ. In dem neuen Bildband sind 160 Kunstwerke aus 20 Jahren Street Art und Graffiti zu sehen. Der Designer Martin Markwort hat in einem Beteiligungsprojekt die großartigen Zeitdokumente vom Ringgleis, Westbahnhof und aus alten Fabriken auf 84 Seiten zusammengestellt und gestaltet.

Für nur 5 Euro hier erhältlich:

- **Stadtteilbüro**
Hugo-Luther-Str. 60a
- **Diakonietreff Madamenhof**
Madamenweg 156
- **Nexus** - Frankfurter Str. 253b
- **Blumen Möller** - Madamenweg 145
- **KufA-Haus** - Am Westbahnhof 13
- **Die3, Ateliergemeinschaft** - Jahnstr. 8a
- **Buchhandlung Graff** - Sack 15

Nachbarschaftshilfen im Westlichen Ringgebiet

Unterstützung für ältere und hilfsbedürftige Menschen, Information und Beratung

Nachbarschaftshilfe Nord-West

Für den nördlichen Teil des Westlichen Ringgebietes und Ölper:

Petra Karls
Triftweg 73
38118 Braunschweig
Tel.: 05 31 / 2 56 57-50
Mo. U. Mi. 9.00 – 12.00 Uhr



Do. 14.00 – 16.00 Uhr
Petra.Karls@ambet.de

Nachbarschaftshilfe Frankfurter Straße

für den südlichen Teil des Westlichen Ringgebietes und die Gartenstadt und Rünigen:

Regina Steigemann
Frankfurter Straße 18
38122 Braunschweig
Tel.: 05 31 / 89 18 83



Arbeitsgemeinschaft
Braunschweig e.V.

Di. U. Do. 9.00 – 12.00 Uhr
r.steigemann@awo-kv-bs.de

Senioren helfen Senioren (S – h – S)

Wir sind ehrenamtlich tätige AntRostler, die schnell und unkompliziert im Westlichen Ringgebiet **Kleinstreparaturen** gegen eine Aufwandsentschädigung von 5,00 € zzgl. Materialkosten, ausführen.

Sie erreichen uns Di. Und Do, von 10 bis 12 Uhr persönlich oder am Telefon. Außerhalb dieser Zeiten können Sie eine Nachricht auf unseren Anrufbeantworter sprechen.

Bitte nennen Sie dabei Ihre Telefonnummer, wir rufen zurück.

AntiRost Braunschweig e.V. · Kramerstraße 9a, 38122 Braunschweig, Telefon: 05 31/88 53 148



Anzeige



Wünsche erfüllen
für einen besonderen Abschied



GBG BESTATTUNGEN

Tag und Nacht für Sie da: 0531 / 600 33
Ruhfäutchenplatz 3 | Braunschweig
www.gbg-braunschweig.de

GEMEINSAM BESTATTUNG GESTALTEN

SoVD gibt Tipps zum Flexi-Rentengesetz

Mehr Geld für pflegende Rentner



Braunschweig. Wer als Rentnerin oder Rentner die häusliche Pflege von Angehörigen übernimmt, kann damit seine Rente aufbessern – das sogenannte Flexi-Rentengesetz macht's möglich. Wie das genau funktioniert, erklärt der Sozialverband Deutschland (SoVD) in Braunschweig.

„Grundsätzlich kommt es darauf an, ob die häusliche Pflege vor oder nach Erreichen der Regelaltersgrenze geleistet wird“, sagt Kai Bursie, Regionalleiter des SoVD in Braunschweig. Wer vor der Regelaltersgrenze eine vorgezogene Altersrente oder Erwerbsminderungsrente beziehe, für den zahle die Pflegekasse automatisch Rentenbeiträge ein. „Diese zusätzlichen Beiträge erhöhen dann die Altersrente, die bei Erreichen der Regelaltersgrenze ausgezahlt wird“, erklärt Bursie.

Gleichzeitig ändere sich ab diesem Zeitpunkt jedoch die rechtliche Grundlage für die weitere Beitragseinzahlung: „Ab der Regelaltersgrenze und dem gleichzeitigen Bezug einer Vollrente tritt die Versicherungsfreiheit in der Rentenversicherung ein“, so der Regionalleiter. „Damit die Pflegekasse auch weiterhin in das Rentenkonto des Pflegenden ein-zahlt, darf dieser also nicht Altersvollrentner sein.“ Die Lösung sei, beim zuständigen Rentenversicherungsträger statt einer Vollrente nur eine Teilrente in Höhe von 99 Pro-zent zu beantra-gen.

„Indem man so zunächst auf ein Prozent der Regel-altersrente ver-zichtet, kann man sich als pflegen-der Angehöriger die zusätzlichen Rentenbeiträge dauerhaft sichern“, macht Bursie deut-lich. Diese Beiträge könnten den

Rentenanspruch dann immer mit Wirkung zum 1. Juli des Folgejah-res erhöhen.

Der SoVD in Braunschweig kann im Rahmen einer individu-ellen Beratung berechnen, wie hoch der Vorteil im Einzelfall ausfällt. Die Beraterinnen und Berater beantworten alle Fragen rund um das Thema Rente und übernehmen auf Wunsch auch den nötigen Schriftverkehr. Der SoVD ist unter 0531-480 760 oder auf www.sovd-braunschweig.de erreichbar.



Kai Bursie

Zahnersatz: Mehr Zuschüsse für gesetzlich Versicherte

SoVD erklärt die neuen, ab Oktober geltenden Regeln

Braunschweig. Wer als gesetzlich Versicherter Zahnersatz benötigt, erhält dafür einen Zuschuss von der Krankenkasse. Dieser steigt ab Oktober durch das Gesetz für schnellere Termine und bessere Versorgung kräftig an – und lässt sich durch den Nachweis regelmäßiger Vorsorgeuntersuchungen im Bonusheft sogar noch weiter erhöhen. Der Sozialverband Deutschland (SoVD) in Braunschweig stellt die neuen Regeln vor.

„Bisher deckt der sogenannte Festzuschuss 50 bis maximal 65 Pro-

zent der Kosten für die Regel-versorgung mit einem Zahnersatz ab“, erklärt Kai Bursie, „ab Oktober übernehmen die Krankenkassen dagegen in jedem Fall mindestens 60 Prozent.“ Bei einer regelmäßig im Bonusheft dokumentierten Zahnvor-sorge während der letzten fünf Jahre steige der Zuschuss auf 70 und nach zehn Jahren sogar auf 75 Prozent.

In Härtefällen sei unabhängig von der Bonusregelung sogar eine vollständige Kostenübernahme möglich. „Voraussetzung dafür ist, dass der oder die Versicherte durch den selbst zu tragenden Eigenanteil unzumutbar belastet würde“, erläutert Bursie. „Das ist zum Beispiel beim Bezug von Arbeitslosengeld II oder Sozialhilfe der Fall.“

Darüber hinaus gelte die Härtefall-regelung auch für Versicherte mit besonders geringem Einkommen. „Für Einzelpersonen liegt die Einkommens-grenze in diesem Jahr bei monatlich 1.274 Euro brutto“, führt der Regio-nalleiter aus. „Mit einem im selben Haushalt lebenden Angehörigen erhöht sie sich derzeit auf 1.751,75 Euro.“ Aber auch Versicherte, deren Ein-kommen leicht über der Grenze liege, könnten einen höheren Festzuschuss bekommen. „Dieser wird dann im Einzelfall von der Krankenkasse berechnet“, so Bursie.

Die Beraterinnen und Berater beant-worten alle sozialrechtlichen Fragen rund um das Thema Gesundheit, stel-len auf Wunsch die nötigen Anträge und übernehmen den Schriftverkehr mit den Krankenkassen.

ZUHAUSE NICHT SICHER?

Was Sie bei **Gewalt zuhause** tun können und wo Sie Hilfe finden:

stärker-als-gewalt.de



Bundesministerium
für Familie, Senioren, Frauen
und Jugend

**STÄRKER
als Gewalt**

stärker-als-gewalt.de

Historische Braunschweiger Kriminalfälle

Friedrich Opitz – ein Verbrecher aus Leidenschaft letzter Teil

Weil er diese Ansicht bei den Verhören konsequent verfolgte, zogen sich die Vorbereitungen für den Indizienprozess lange hin. Erst im Mai 1937 begann die Gerichtsverhandlung, an der viele Braunschweiger teilnahmen. Friedrich Opitz leugnete alles ab. Mögliche Indizien wiesen nach seiner Meinung nur zufällig auf ihn hin. Nach einer zehntägigen Verhandlung, der bis dahin längsten der jüngeren Braunschweiger Justizgeschichte wurde er wegen zwei Morden und mehreren schweren Raubüberfällen,



Der „Schrecken des Elm“ soll einem Zeugen gegenübergestellt werden. Bildquelle: Braunschweiger Neueste Nachrichten

die ihm eindeutig nachgewiesen werden konnten zum Tode und zu fünfzehn Jahren Zuchthaus verurteilt. Das Urteil nahm Friedrich Opitz sehr gelassen hin. Beim Abendessen langte er herzlich zu. Nachdem einige seiner

Mitgefangenen, die auf ihn aufpassen sollten, weil er schon mehrfach Selbstmordversuche unternommen hatte, behauptet hatten, dass seine Ehefrau seine Komplizin gewesen wäre, wurde diese verhaftet. Da entschloss sich der Schwerverbrecher zu einem überraschenden Geständnis und gab alle drei in der Anklageschrift genannte Morde und fast alle Raubüberfälle zu.

Die Staatsanwaltschaft und die Kripo waren sehr erstaunt, fast entsetzt, als Friedrich Opitz in diesem Zusammenhang auch gestand, zwischen 1928 und 1931 im Raum Braunschweig etwa 65 Anschläge gegen die Eisenbahn begangen zu haben, die damals vielen politischen Staub aufgewirbelt hatten. Wegen unseriöser fast demagogischer Anschuldigungen in der Presse, waren im Vorjahr zwei Eisenbahner, die ständig ihre Unschuld beteuerten und alle Berufungs- und Revisionsmöglichkeiten ausschöpften, in der letzten Instanz wegen Eisenbahntransportgefährdung zu Zuchthausstrafen verurteilt worden. Nachdem Friedrich Opitz sein Schweigen gebrochen hatte, arbeitete er sehr eifrig bei der Aufklärung seiner Untaten mit. Es war gerade zu so, als wenn er seine kriminalistischen Fähigkeiten beweisen wollte.

Mehrfach versuchte der Verbrecher

Selbstmord zu machen. Einmal schliff er ein Stück Dosenblech so zu, dass er es als Messer verwenden konnte und sich damit die Pulsader aufschnitt. Er konnte noch gerade gerettet werden. Während seiner psychologischen Untersuchung in Königslutter erhielt er mit der Post eine scharfgeschliffene Stopfnadel zugesandt, die rechtzeitig entdeckt wurde. Später rammte er sich eine Nadel in den Schädel. Die dabei abgebrochene Nadel eiterte heraus. Daraufhin ordnete der Generalstaatsanwalt an, dass Friedrich Opitz Tag und Nacht Handfesseln zu tragen hatte.

Am 12. Oktober 1937 um 6.12 Uhr wurde Friedrich Opitz in Wolfenbüttel hingerichtet. Das war die erste Exekution, die in dieser Anstalt erfolgte. Sein Leichnam wurde der Universität Göttingen übergeben. Wenige Tage vor seinem Tod sprach er längere Zeit mit Pastor Barg von der St. Andreas-Kirche, um dessen Besuch er gebeten hatte. Friedrich Opitz hatte Wollmarkt Nr. 14 gewohnt und gehörte somit zu seiner Gemeinde. Ob dieser Geistliche ihn auf seinem letzten Weg begleitete, ist nicht bekannt. Die Henkersmahlzeit kostete 7,20 RM. Was es war, ist in den Unterlagen nicht angegeben.

Abgeschrieben für die Neue Westpost
Klaus Hoffmann

Informationsveranstaltung des Jobcenters & der Bundesagentur für Arbeit

- am Dienstag, den **03.11.2020** von 11 – 12 Uhr
- für alle, die umfassend über die Leistungen und Möglichkeiten informiert werden möchten. Anschließend können Termine für Einzelgespräche vereinbart werden!
- im Mütterzentrum, Hugo-Luther-Str.60A
- mit Frau Schütze (Jobcenter) und Frau Kuck (Arbeitsamt)
- Wenn möglich, bitte anmelden!

Mütterzentrum Braunschweig e.V. / Mehr-Generationen-Haus
Hugo-Luther-Str. 60A, 38118 Braunschweig, Telefon: 0531 – 89 54 53
info@muetterzentrum-braunschweig.de, www.muetterzentrum-braunschweig.de
Öffnungszeiten allgemein: Mo - Do 9 - 18 Uhr, Fr 9 - 13:30 Uhr
Öffnungszeiten Kinderbetreuung: Mo - Do 9 - 12:30 Uhr und 14:30 - 18 Uhr, Fr 9 - 12 Uhr
Öffnungszeiten Besondere Mo - Fr 9 - 12 Uhr, Mo - Do 15 - 18 Uhr



Absage

Nikolaus Café



Leider ist es uns in diesem Jahr nicht möglich, unter den gegebenen Umständen unser Nikolaus Café in der AWO Frankfurter Str. durchzuführen. Wir hoffen, dass wir unsere Gäste im nächsten Jahr wieder begrüßen können.

Helga Hirsch

Neues aus der „Sozialen Stadt“

plankontor

Stadt & Gesellschaft GmbH

Nächste Sitzung des Sanierungsbeirates

Die nächste Sitzung findet am 19. November statt. Der Ort steht noch nicht fest.

Sozialer Zusammenhalt - Zusammenleben im Quartier: Neues aus der Sozialen Stadt

Verbindungsweg Ringgleis – Spielplatz Gabelsberger Straße

Die Verknüpfung des Ringgleises mit dem Stadtteil schreitet voran. Zur Zeit entsteht ein kurzer aber wichtiger neuer Verbindungsweg zwischen dem Spielplatz Gabelsberger Straße und dem Ringgleis.



Lastenfahrrad - Lastenlöwe

Unser neuer Lastenlöwe ist regelmäßig unterwegs. Das Lastenrad kann im Quartierszentrum Hugo-Luther-Str. 60a ausgeliehen werden. Buchung über die Seite www.heinrich-der-lastenloewe.de



Was kommt?

Am 1. November 14 Uhr



Nicht mein Müll aber unser Planet

CLEAN UP YOUR KIEZ

Jeden ersten Sonntag im Monat

Treffpunkt 14 Uhr auf dem Platz vor der HBK, Johannes-Selenka-Platz 1, Bitte mitbringen: Handschuhe, Mundschutz, ggf. Greifzange

Erzählcafé Märchen und Geschichten aus der Kindheit

Am Freitagnachmittag den 16. haben wir bei kaltem Oktober Wetter uns zum 1. Erzählcafé Märchen und Geschichten aus der Kindheit im Garten ohne Grenzen getroffen. Bei wärmendem Feuer von der Feuerschale und Tee haben 3 Frauen Märchen aus Indien, Azerbaijan und Mexiko erzählt. Bei den Erzählungen haben die Teilnehmer viele Gemeinsamkeiten entdeckt, dazu auch Fragen gestellt und diskutiert.



Das nächste Erzählcafé Märchen und Geschichten aus der Kindheit findet am **18. November um 17.30 Uhr in der AWO Begegnungsstelle Frankfurter Str. 18 statt.**

Gefördert von der Stadt BS Jugendförderung. In Kooperation mit AWO Garten o. Grenzen, frauenBUNT e. V. und Stadtteilbüro plankontor.

Was war?

Rückblick „Gesunde Wochen im Westlichen Ringgebiet“ vom 05.10. bis 16.10.

Wir alle leben mit diversen Unsicherheiten derzeit. Bereits im letzten Jahr hatten wir Kolleginnen vom Quartierszentrum uns vorgenommen, eine Gesundheitswoche zu planen und durchzuführen. Das sollte im September 2020 sein. Die Corona-Auflagen und ständigen Veränderungen haben uns stark verunsichert. Letztendlich wurde dann aber beschlossen, zwei „Gesunde

Wochen“ im Oktober zu machen. Wir hatten eine bunte Palette an Angeboten, die alle kostenfrei genutzt werden konnten.

Mit den Angeboten konnten wir Impulse setzen und Menschen neue Erfahrungen ermöglichen. Einige Angebote sind so gut angekommen, dass sie vielleicht verstetigt werden können. Hier ein nun kurzer Rückblick auf einige Veranstaltungen:

Apfelsaftpressen aus frischen Äpfeln im Jugendumweltpark

Wir hatten mit etwa 20 Personen einen schönen Nachmittag. Von kleinen Kindern bis Erwachsenen war alles vertreten. Alle Äpfel wurden verarbeitet und wir haben etwa 25 Liter Saft erhalten. JedeR konnte eine Flasche Saft mit nach Hause nehmen.

Babymassage- Schnupperkurs

"Berührt, gestreichelt und massiert zu werden, das ist Nahrung für das Kind. Nahrung die genauso wichtig ist, wie Mineralien, Vitamine und Proteine. Nahrung die Liebe ist." F. Leboyer.

Es muss sich noch rumsprechen, dass es dieses **neue Angebot freitags 10 Uhr** im Mütterzentrum gibt.

Bunte Masken und Wachstücher im Flickwerk

Im Flickwerk konnten sich am 5.10. und 8.10. Interessierte eine Behelfsmaske nähen und bekamen Hilfe dabei. Wer genug für den Eigenbedarf hergestellt hatte, konnte sich daran beteiligen, Masken für Kinder einer Grundschule zu nähen.

Am 7.10. gab es eine Anleitung zur eigenen Herstellung von Wachstüchern. Das Bienenwachs einer Braunschweiger Imkerin verbreitete einen duftenden Geruch in der gesamten Werkstatt und hinterher hatte jede*r ein Tuch, welches Alufolie oder Frischhaltefolie ersetzen kann. Diese Tücher eignen sich sehr gut zum gesunden und umweltbewussten Verpacken oder Abdecken von Lebensmitteln.

Fortsetzung nächste Seite

Das besondere Fisch-Menü im Diakonietreff Madamenhof

Im Madamenhof wird immer Wert gelegt auf gesundes Essen. Jede*r die/der die BS Card besitzt kann für 2 € ein Mittagessen bekommen.

Die besonderen Fischmenüs waren an beiden Freitagen ausgebucht. Am 9. Oktober gab es Lachs auf Spinat mit Bandnudeln + Kokos-Quarkspeise mit Mangopüree dazu Salat. Das war wirklich besonders.

Effektive Mikroorganismen EM in Haushalt und Garten

Was diese kleinen Organismen alles können, ist erstaunlich. Putzen, Metall von Rost befreien, Bäume sanieren, Gewässer reinigen, den Boden ertragreich und humusreich aufbereiten. Regina Altkämper hatte auch selbst hergestelltes EM mit und so konnten Gäste Proben mit nach Hause nehmen. Die EM's sind nicht nur fleißige Vieleskötner sondern schonen unsere Umwelt.

Gemeinsam gesund Kochen und Essen

Im Garten ohne Grenzen wurde am 7.10. und 14.10. ab 15.00 Uhr gemeinsam gesund gekocht und gegessen. Zuerst wurden im Garten die Zutaten geerntet und anschließend türkisch gekocht. Es wurden nebenbei auch fleißig Äpfel geschält und zu Apfelmus verarbeitet.

Gemeinsames Singen mit Julia Weidner

Singen tut einfach immer gut und noch dazu an der frischen Luft. Wir haben Volkslieder, einen Gospel und Spirituals gesungen. Altersmäßig waren wir gut gemischt. Die Sehnsucht nach gemeinsamem Singen ist recht groß. Wenn Corona überstanden ist, dann möchte Julia Weidner wieder „Gemeinsam Singen“ anbieten.

Gesunde Snacks im Mütterzentrum

Zusätzlich zum regulären Angebot im Kontaktcafe, wie Frühstück, Mittagstisch, Kaffee und Kuchen am Nachmittag, gab es in der ersten Gesundheitswoche Dienstag einen leckeren, bunten Gemüsesalatteller mit Kräuterquark und am Mittwoch einen Obstsalat mit verschiedenen Toppings (Naturjoghurt, Honig und geröstete Kerne und Nüsse). In der zweiten Woche haben sich die Mitarbeiter*innen des Cafés überlegt mal einen selbstgemachten Frischkornbrei anzubieten mit einem liebevoll angerichteten Obstteller. Am Donnerstag in der zweiten Woche sollte der Geschmack des Rohkostsalates mal wieder in Erinnerung gerufen werden und Lust

machen diesen, gerade in der kalten Jahreszeit mal öfters zu verzehren, um das Immunsystem durch Vitamine zu stärken.

Gesundheit im Gespräch

Am Montag 5.10. fand der Vortrag „Viren und unser Immunsystem“ statt. Nach dem Vortrag von Ines Abada (Apothekerin) und Rita Dippel (Sozialpädagogin im Mütterzentrum-heilpraktische Zusatzausbildung) entwickelte sich ein lebendiges Gespräch, in dem Fragen geklärt und Meinungen ausgetauscht wurden. Jede und jeder ging mit ein bisschen mehr Wissen um die Unterscheidung von Bakterien und Viren sowie Handlungsstrategien bezüglich unseres Immunsystems wieder nach Hause.

Gymnastik im Sitzen für Senior*innen

Besonders für die älteren Menschen im Stadtteil wollten wir das anbieten und für die Menschen des Altenkreises der Evangelischen Kirche. Situationsbedingt wurde das Angebot nicht ausreichend bekannt gemacht aber es besteht der Bedarf, Sitzgymnastik als regelmäßiges Angebot zu haben. Der neue Pfarrer Herr Timmermann wird sich darum kümmern.

Schnupperkurs Autogenes Training & Progressive Muskelentspannung

In letzter Minute, Freitag nach Eins meldeten sich noch 3 Frauen zum 2. Kurs an. Mit der Kombination ist es nicht so einfach. Eine mag mehr Autogenes Training, die andere braucht mehr Power, also Anspannung und Entspannung im Wechsel. Eine der Teilnehmerinnen würde gern wiederkommen.

Tanz für Körper, Geist und Lebensfreude mit Lilian

Dieser Kurse wurden sehr gut angenommen. Am 7. Oktober fand der Kurs auf dem Spielplatz hinter dem Quartierszentrum statt und am 14. Oktober im Saal. Auch in Zukunft immer mittwochs um 11:00 Uhr.

„Unser Hirn ist was es isst“

Dieser Film stieß auf besonderes Interesse. Vielfältige Laboruntersuchungen mit abwechselnden Alltagssituationen machten den Zuschauer*Innen deutlich, wie nachhaltig schädlich die heutige Art, Zucker versteckt in Produkten oder Limonaden zu sich zu nehmen, ist. Neu daran war die Erkenntnis, dass die Auswirkungen vor dem

Gehirn nicht Halt machen. Im Gegenteil werden unsere Entscheidungen und Gefühle wie Aggression durch Zuckerzufuhr sogar deutlich beeinflusst.

Im gemeinsamen Gespräch wurde deutlich gemacht, dass man aus dieser Zuckerfalle gut mit naturbelassener Ernährung kommt. Dies ist vor allem in den ersten Lebensjahren von Bedeutung, da sich der Geschmack eines Menschen in dieser Zeit bildet. Deshalb tun alle Eltern gut daran, in den ersten Jahren eines Kindes Zucker aus der Ernährung zu streichen.

Die Süße des Lebens kann Mensch besser in natürlicher Form genießen. Obst und auch Gemüse wie Kohlrabi schmecken süß. Als Alternative geht dann auch Honig oder Xylit.

Vortrag über Basische Ernährung

In einem basischen Milieu können keine Krankheiten entstehen. Das sagt nicht nur Kurt Tepperwein. Während des Vortrags gab es ganz viel Gesprächsbedarf darüber, wie Mensch sich basisch ernährt und was Säuren in unserem Körper anrichten. Zum Schluss wurden PiPi_ Streifen verteilt, damit jede Frau den PH Wert ihres Urins selbst messen kann. Wenn alles im Grünen Bereich ist, besteht kein Grund zur Sorge.

Wie Meditation die Selbstheilungskraft von Körper, Geist und Seele stärken kann

Drei junge Frauen mit einer Begleiterin der Lebenshilfe nahmen dieses Angebot wahr und waren begeistert davon, was sich in kurzer Zeit schon Positives im Körper tat und wie schnell sich Entspannung einstellte. Diese drei Teilnehmerinnen wünschen sich das Angebot regelmäßig!

Die Beiträge zu den Gesunden Wochen stammen u.a. auch von Melanie Moronga, Rita Dippel und Peggy Krause.

Marion Tempel, Jarste Holzrichter,
Yesim Cil

**Stadtteilbüro Westliches Ring-
gebiet Hugo-Luther-Straße 60a**

Bürozeiten im Oktober:

Mo. bis Fr. 10:00 bis 16:00 Uhr

Tel: 0531 280 15 73

stadtteilbuero@plankontor-bs.de

Ich sehe was, was du nicht siehst

Hörspaziergang für 1 Kind (ab 6 Jahre) und 1 Erwachsene/n

Am 12. Oktober, pünktlich zu Beginn der Herbstferien war der Hörspaziergang fertig. Ich hatte kein Kind dabei und bin mit Tania Feodora Klinger vom



Christina Caprez und ihre Tochter Flavia aus Zürich bildeten das 1. Hörspaziergang-Team

Theater Feuer + Flamme losgezogen. Eine Stunde voller Spannung, Spaß, Überraschungen. Und ich sah nicht

nur, was du nicht siehst, ich hörte auch, was du nicht hörst ... Mehr wird nicht verraten.

Erlebt es selbst. Bis zum 11. November ist es noch möglich und danach wieder ab Frühjahr 2021.

Zum Auftakt am 12. Oktober waren viele neugierige Erwachsene da aber leider noch keine Kinder aus dem Stadtteil. Dafür waren Gäste aus der Schweiz da. Christina Caprez und ihre Tochter Flavia aus Zürich bildeten das 1. Hörspaziergang-Team. Und da es pünktlich zu Beginn, also 16 Uhr wie aus Kannen schüttete, hatten wir Gelegenheit, uns ein wenig kennenzulernen.

Großen Dank an das Team der Kletterhalle am Westbahnhof, welches die Ausleihe der Hörsets am Tresen ganz nebenbei managt.



Tania Feodora Klinger vom Theater Feuer und Flamme und Marion Tempel vom Stadtteilbüro hatten auch Freude beim AudioWalk

Wir freuen uns über Rückmeldungen an: theater@feuerundflamme.de

Marion Tempel



Ein Hörabenteuer zum Mitspielen für eine/n Erwachsene/n und ein Kind ab 6 Jahren

Ich sehe was, was du nicht siehst!

Ein phantasiereicher Hörspaziergang im westlichen Ringgebiet bei dem sich immer ein/e Erwachsene/r und ein Kind auf Entdeckungsreise begeben. Ein Hörspiel zum Mitsprechen.

Auf geht's! Gemeinsam seid ihr unterwegs: gehend, laufend, Treppen steigend, schleichend und flanierend. Ohren gespitzt - Augen auf! Ich sehe was, was du nicht siehst! ist Programm. Das begehbbare Hörspiel lädt dazu ein, die eigene Phantasie zu aktivieren und zu zweit spielerisch die Umgebung neu zu entdecken.

Vom 12. Oktober (16 Uhr Auftaktveranstaltung) bis zum 11. November 2020 könnt ihr den Audlowalk selbst erleben. Der Spaziergang dauert eine Stunde. Alles, was ihr dazu benötigt, könnt ihr in der FLIEGERHALLE Braunschweig gegen Vorlage eines Personalausweises ausleihen. Also, Ausweis nicht vergessen! Der Eintritt ist frei!

Das Equipment ist immer direkt nach Ende des Walks zurückzugeben. Und: wer es jetzt nicht schafft vorbeizukommen – im Frühjahr 2021 geht's weiter!

Eine Koproduktion von

FEUER-FLAMME

xweiss

Gefördert vom

Vorstellungsfonds
Westliches Ringgebiet
& der Stadt Braunschweig

Mit freundlicher Unterstützung von



Stadt & GreenTechLab GmbH

Ausleiherzeiten des Walk-Equipments:

MO & FR
15:00 bis 17:00 Uhr

DI, MI & DO
11:00 bis 17:00 Uhr

SA, SO & Feiertage
9:30 bis 17:00 Uhr

Infos unter
www.feuerundflamme.de

Veranstaltungen

November 2020



Mo 02.11.2020	10.00 – 11.00	Gesundheit im Gespräch – Homöopathie / Heilpflanzen – Rita Doppel (mit Anmeldung)
Di 03.11.2020	11.00 – 12.00	Informationsveranstaltung des Jobcenters & der Bundesagentur für Arbeit (mit Anmeldung)
Do 05.11.2020	15.00	Laternenbasteln im Kinderzimmer (mit Anmeldung)
Do 05.11.2020	15.30	Internationales Kochen – „Bijou“ (vegetarische Spezialität) mit Agathe (mit Anmeldung)
Do 05.11.2020	19.30	Tarot - Kartenlesungen und -Anwenden der Karten bei persönlichen Themen – Sus Barthelemy-Langewiese (kosten 15 €, mit Anmeldung)
Do 12.11.2020	19.00 – 20.30	Elternschule: Dein Kind! Vertrau auf dein Bauchgefühl – Lea Simon (mit Anmeldung)
Mo 16.11.2020	15.00	Spielnachmittag im Kinderzimmer (mit Anmeldung)
Mo 23.11.2020	16.00 – 18.00	Wunschgroßelternstammtisch – Rita Doppel (mit Anmeldung)
Di 24.11.2020	18.00 – 20.00	Netzwerk Gemeinsam Wohnen (mit Anmeldung)
Do 26.11.2020	15.00	Adventsbasteln im Kinderzimmer (mit Anmeldung)

Regelmäßige Termine:

- Mo 09.30 – 11.30 Internationaler Spielkreis: Singen, Basteln, Spielen, von 1 - 3 Jahren (mit Anmeldung)
- Mo 15.00 – 17.00 Bekokafe
- Di 16.15 – 17.00 High5 für Kinder ab 7 Jahren (mit Anmeldung)
- Di 10.00 – 11.30 Bettaggruppe – Rita Doppel (mit Anmeldung)
- Mi 15.00 – 11.30 Bettaggruppe – Rita Doppel (mit Anmeldung)
- Mi 09.30 – 11.00 Deutsch lernen für den Beruf – Georg Grieb (mit Anmeldung)
- Mi 10.30 – 11.30 Handy- u. PC-Wissen à la carte – Sergei Grol (Termine vereinbaren)
- Mi 11.00 – 12.00 Tanz und Bewegung draußen oder im Saal
- Mi 19.00 – 20.00 Bauchtanz für die Seele (mit Anmeldung)
- Do 14.30 – 15.30 Spazieren mit Spaß und Bewegung am Ringelsitz
- Fr 10.00 – 11.00 Babymassage – Malena Moraga (mit Anmeldung)

Mütterzentrum Braunschweig e.V. / MehrGenerationenHaus
 Hugo-Luther-Str. 60A, 38118 Braunschweig, Telefon 0531 - 89 54 90
info@muetterzentrum-braunschweig.de, www.muetterzentrum-braunschweig.de
 Öffnungszeiten allgemein: Mo - Do 9 - 18 Uhr, Fr 9 - 15:30 Uhr
 Öffnungszeiten Sonderveranstaltungen: Mi - Do 9 - 12:30 Uhr und 14:30 - 18 Uhr, Fr 9 - 12:30 Uhr
 Öffnungszeiten Kinderbetreuung: Mi - Do 9 - 12:30 Uhr und 14:30 - 18 Uhr, Fr 9 - 12:30 Uhr

Mittagstisch

November 2020

5,00 €



Mo 02.11.	Syrische Küche
Di 03.11.	Fisch gebraten mit Beilage
Mi 04.11.	Schweinegulasch mit Nudeln und kalter Beilage
Do 05.11.	Blumenkohl mit Schinkenrahmsauce und Kartoffeln
Fr 06.11.	Eintopf „Hausgemacht“ mit Brötchen
Mo 09.11.	Türkische Küche: gefüllte Paprika
Di 10.11.	Fisch gebraten mit Beilage
Mi 11.11.	Königsberger Fleischkloße mit Kartoffeln und rote Bete
Do 12.11.	Bigosch - Polnisches Sauerkrautgericht mit Kartoffelpüree
Fr 13.11.	Eintopf „Hausgemacht“ mit Brötchen
Mo 16.11.	Asiatische Küche: Gemüse gebraten mit Reis und Nudeln
Di 17.11.	Motjesfilets „Hausfrauen Art“ mit Beilage
Mi 18.11.	Rinderbraten mit Rotkohl und Knödeln
Do 19.11.	Hähnchenkeule mit Rosenkohl und Kartoffeln
Fr 20.11.	Eintopf „Hausgemacht“ mit Brötchen
Mo 23.11.	Türkische Küche: Veggieköfte und Gemüse
Di 24.11.	Fisch gebraten mit Beilage
Mi 25.11.	Schweineschnitzel „Jäger Art“ mit Kartoffelknödeln
Do 26.11.	Hühnerfrühstück mit Kartoffeln-Gemüse-Reis
Fr 27.11.	Eintopf „Hausgemacht“ mit Brötchen
Mo 30.11.	Asiatische Küche: Frühlingsrollen, gebratener Reis und Gemüse

Bei jeden Mittwoch große Currywurst mit Beilage – bitte vorbestellen!

Änderungen vorbehalten!

FRIHSTÜCK	Mo - Fr von 8:00 - 11:30 Uhr
MITTAGSTISCH	Mo - Do von 12:30 - 13:30 Uhr, Fr 12:00 - 13:30 Uhr
KAFFEE UND KUCHEN	Mo - Do von 15:00 - 18:00 Uhr

Bitte das Mittagessen bis einen Tag vorher bestellen. Alle Gerichte können auch mitgenommen werden. Die Plätze im Saal und draußen sind begrenzt (besonders bei schlechtem Wetter).

Mütterzentrum Braunschweig e.V. / MehrGenerationenHaus
 Hugo-Luther-Str. 60A, 38118 Braunschweig, Tel. 0531 - 89 54 90
info@muetterzentrum-braunschweig.de, www.muetterzentrum-braunschweig.de
 Öffnungszeiten Montag - Donnerstag 9 - 18 Uhr, Freitag 9 - 13:30 Uhr

Elternschule – „Erziehung leichter gemacht“

Wir laden Sie herzlich ein an unseren Themen im 4. Quartal 2020 teilzunehmen. Jeden Monat besprechen wir ein anderes Thema. In einer kleinen Gruppe aus interessierten Eltern/ Betreuungspersonen findet zu Beginn der Veranstaltung ein Vortrag statt zu dem wir unterschiedliche ReferentInnen einladen. Im Anschluss können Fragen gestellt werden und die Gruppe hat die Möglichkeit sich auszutauschen.

Du stiftst was?

Dein Kind schreit nach mehr Aufmerksamkeit?

Du verabsäumst dein Kind?

Dein Kind schreit nach mehr in deinem Bett?

Dein Kind ist noch nicht trocken?

Dein Kind krabbelt/lauff / noch nicht?

Donnerstag, 12. November 2020

„Dein Kind! Vertrau' auf dein Bauchgefühl!“

Kennen Sie mindestens eine der oben genannten Fragen und Aussagen oder ähnliche? Sind Sie aufgrund dessen auch manchmal verunsichert und fragen sich, ob die die Anderen recht haben mit ihren Fragen oder Aussagen? Oder sind Sie genervt von diesen Fragen? Dann ist dieses Thema unserer Elternschule genau das Richtige!

Bitte melden Sie sich für jedes Treffen separat an. Wozu? Es passiert, demnächst von 19-20:30 Uhr
 Wo? Mütterzentrum Braunschweig e.V./MehrGenerationenHaus,
 Hugo-Luther-Str. 60A, 38118 Braunschweig
 Kontakt: ZE ja Trefften
 Ansprechpartnerin: Malena Moraga
 Anmeldungen per Mail: info@muetterzentrum-braunschweig.de



Bauchtanz

im Mütterzentrum/
 MehrGenerationenHaus
 mit der Tänzerin Lily

Jetzt wieder mittwochs
 von 19 - 20 Uhr

Nähere Infos unter:
 Tel.: 0531 / 89 19 53
 (+Anrufbeantworter)

SPD-Weststadt wählt neuen Vorstand

Auf einer gut besuchten Mitgliederversammlung des SPD-Ortsvereins Weststadt, die natürlich unter den Corona-Hygiene Vorschriften stattgefunden hat, wählten die anwesenden Genossinnen und Genossen turnusgemäß einen neuen Vorstand.

Da der bisherige amtierende Vorsitzende Jörg Hitzmann erklärte, dass er sich voll auf seine Aufgaben als Vorsitzender der SPD-Fraktion im Stadtbezirk Weststadt und die im nächsten Jahr stattfindenden Kommunalwahlen konzentrieren wolle, musste ein neuer Vorsitzender gewählt werden. Dieser war schnell gefunden. Der 63-jährige Werbegestalter Hans-Peter Rathjen wurde einstimmig zum neuen Ortsvereinsvorsitzenden gewählt.



von links: Andreas Thies, Jörg Hitzmann, Ingrid Achilles, Siegfried Mickley, Hans-Peter Rathjen, Karsten Vögelin und und Eva Voges. Es fehlt Hatice Sit

Jörg Hitzmann und Ingrid Achilles als stellvertretende Vorsitzende, Siegfried Mickley als Schriftführer, Eva Voges als Kassiererin sowie Andreas Thies, Karsten Vögelin und Hatice Sit als Beisitzer/in komplettieren den Vorstand.

Als Referent des Abends berichtete der stellv. Vorsitzende der SPD-Landtagsfraktion, Dr. Christos Pantazis, über die politische Situation in Braunschweig und Niedersachsen.

Neue Westpost Impressum

Herausgeber: Verein zur Herausgabe der Zeitung „Neue Westpost“
 c/o plankontor GmbH, Hugo-Luther-Str. 60A, 38118 Braunschweig, Tel. 2 80 15 73, Fax 8 01 90 60
 E-Mail: nwp_red@neue-westpost.de
 Redaktion: Werner Flügel, Siegfried Mickley, Ulrike Lopau, Wilfried Bassen, Thomas Hörmann, plankontor Stadt und Gesellschaft (V.i.S.d.P.: Werner Flügel)
 Layout/Datenerstellung: Werner Flügel
 Druck: oeding print GmbH, Braunschweig
 Auflage: 12.000,
 Erscheint: 11x im Jahr
 Es gilt die Anzeigenpreisliste vom Januar 2009.

Anzeige

„ICH HAB MEINEN
 TRAUMFRISÖR GEFUNDEN.“

EINFACH SCHICKSAL

– ERZÄHL ICH MEINEN MÄDELS ...“



Das Örtliche

Ohne  fehlt Dir was.

Hol Dir, was sie hat: Die App von Das Örtliche. Mit den besten lokalen Empfehlungen.



Kostenlos im App Store oder auf www.dasoertliche.de/apps



Ein Angebot Ihres Verlages Das Örtliche: Oeding Info · Erzberg 45 · 38126 Braunschweig



Herbstnachmittag im Quartierzentrum

Am 24.09.2020 haben das Mütterzentrum Braunschweig e.V. und plankontor einen gemeinsamen Herbstnachmittag mit tollen Angeboten und musikalischer Umrahmung, unter Einhaltung eines strengen Hygienekonzeptes, gestaltet.



Bei herrlichem Sonnenschein starteten wir um 15 Uhr mit unserem Programm. Der Garten war mit Tischen und Stühlen sowie herbstlicher Dekoration hergerichtet. Es gab acht verschiedene Kuchen/Torten und frisch gebackene Waffeln. So war für alle Geschmäcker etwas dabei.

Das Kinderzimmer hatte Bastelangebote vorbereitet. Es wurden Musikinstrumente gebastelt und Musikinstrumente ausprobiert. Die Kinder hatten riesigen Spaß und durften im Anschluss ihre Kunstwerke mit nach Hause nehmen.

Auf unserem kleinen Parkplatz konnte man unsere Kindertombola finden und einen Bastelstand für Schmuck

lud große wie kleine Leute ein, dort kreativ zu werden. Individuelle Ringe, Armbänder, Ketten und Ohrringe konnten von den großen wie kleinen Künstlern natürlich im Anschluss mit nach Hause genommen werden.

Im Secondhandladen wurde nach Lust und Laune gestöbert nach schöner, herbstlicher und winterlicher Kleidung sowie nach Spielzeug.

Im Saal und im Garten lauschten die Gäste zu Beginn unseres Nachmittags



russischer Akkordeonmusik. Im Saal fand eine Clownsshow statt, die viele Besucher ihren sonnigen Platz vom Garten in den Saal wechseln ließen. Eine 7-jährige Klavierschülerin ließ die



ZuschauerInnen nach einer lustigen und stimmungsvollen Clownsshow verstummen und staunen über die Klänge dieses kleinen Mädchens. Dem Klavierstück folgte die Santur, ein persisches Musikinstrument. Eine persische Künstlerin betörte die ZuhörerInnen mit diesem Instrument.

Zum Abschluss wurde im Garten getanzt zur peppigen Saxophonmusik. Viele BesucherInnen des Herbstnachmittags halfen beim Abbau der Pavillons, Tische und Stühle – getreu dem Motto: „viele Hände, schnelles Ende“. Vielen Dank an Alle, die diesen Herbstnachmittag mit ausgelassener Stimmung mitgestaltet haben und natürlich auch an unsere BesucherInnen, die manchmal geduldig gewartet haben, bis sie auf das Gelände durften bzw. in die einzelnen Bereiche. Aufgrund unseres strengen Hygienekonzeptes konnten wir nur eine begrenzte Anzahl an BesucherInnen zeitgleich auf das Gelände lassen.

Melanie Moronga

Besuch im Theater Fadenschein

Das Theater Fadenschein lud zum Theaterwochenende ein. Eingeladen wurden Familien, die sich einen Theaterbesuch sonst nicht leisten können. Ermöglicht wurde dies durch das goldene Herz, eine Spenden-Aktion mit dem Paritätischen Wohlfahrtsverband und durch die Initiative von Anke Berger, freiberufliche Puppenspielerin, die sich dafür eingesetzt hat, dass die Karten an Familien des Westlichen Ringgebietes verteilt werden.

Wir freuen uns, dass wir als Mütterzentrum mit auserwählten Familien dabei sein durften!

Wir haben den Theaterbesuch in toller Erinnerung. Wir wurden schon vor der



Tür sehr liebevoll begrüßt und in Empfang genommen. Das Theater Fadenschein hatte einen kleinen Wartebereich im Eingang vorbereitet, so konnten wir sehr entspannt und mit

Abstand die Vorführung besuchen. Auch im Theater waren die Tische sehr gemütlich angeordnet und man fühlte sich gleich wohl.

Eine Mutter berichtet:

Heute war ein ganz besonderer Nachmittag. Wir haben mit dem Mütterzentrum „Die Fiedelgrille“ im Figurentheater Fadenschein besucht. Das Stück wurde von Hanne Scharnhorst liebevoll, kreativ, ausdrucksstark und sehr kindgerecht präsentiert.

Die Kinder hatten viel Spaß und haben gespannt und amüsiert zugehört und hatten viel Freude beim Zugucken. Max, 3 Jahre: „Das war lustig und schön!“

Lea Simon

Gute Stimmung beim „Brücken bauen“

Auch diesem Jahr ging es wieder los im Mütterzentrum – „das Brücken bau-en“. In diesem Jahr unterstützte uns ein 8-köpfiges Team der Volksbank BraWo.



Am 17.09.2020 pünktlich um 9.00 Uhr standen vier Frauen und vier Männer in der Hugo-Luther-Straße in Braunschweig. Jutta Schmidt und Melanie Moronga sowie vier weitere KollegInnen des Mütterzentrums begrüßten das Volksbankteam, die an diesem Tag in legerer Freizeitkleidung, motiviert, gut gelaunt und mit einigem Werkzeug erschienen.

Zunächst gab es einen Rundgang durchs Haus, ein Frühstück zur Stärkung und dann ging es auch schon an die Arbeit. Bierzeltgarnituren und zahlreiche Bambusstühle wollten geschliffen und lasiert werden. Zwischendurch wurde der Arbeitsplatz immer wieder gefegt und vom feinen Staub befreit. Es zeigte sich gleich zu Beginn, dass die

meisten MitarbeiterInnen der Volksbank BraWo als Heimwerker begabt und erfahren waren. Es ging voran und bald schon war Mittagspause. Bei leckerem Braten oder wahlweise auch Currywurst war Gelegenheit, sich etwas näher kennenzulernen und auszutauschen. Gestärkt und weiterhin bei guter Laune und hoher Motivation ging es nun zum Endspurt. Um 16.00 Uhr hatten die MitarbeiterInnen der Volksbank BraWo und das Thema des Mütterzentrums gemeinsam alles fertig geschliffen, lasiert und teilweise waren die ersten Möbel sogar schon getrocknet. Der tolle, warme Herbsttag bei herrlichem Sonnenschein spielte uns natürlich in die Karten. Zum Abschluss kam Carsten Ueberschär, Leiter der Direktion Braunschweig, ins Mütterzentrum und begut-

achtet unsere gemeinsame Arbeit.

Unser Fazit: „Es war ein toller Tag mit tollen Menschen, die uns sehr unterstützt haben und über dessen Hilfe wir sehr dankbar waren und sind. Bereichernd fanden wir aber auch das Kennenlernen und den Austausch miteinander“ sagt Melanie Moronga, die das Mütterzentrum Braunschweig e.V. seit August 2020 als Geschäftsführerin leitet. Das Feedback des Volksbankteams war ebenso positiv wie das von Herrn Ueberschär. Die MitarbeiterInnen der Volksbank BraWo haben Herrn Ueberschär bereits darauf vorbereitet, uns auch im nächsten Jahr wieder tatkräftig unterstützen zu wollen. Wir danken für die tolle Unterstützung und freuen uns auf das nächste Jahr.

Melanie Moronga



Ein gelungener Besuch im Magdeburger Zoo – trotz Regen

Mit einer kleinen Gruppe ist das Kinderzimmer in den Zoo gefahren. Trotz mehrerer Regentropfen am Vormittag,



die sich leider schnell in Starkregen verwandelt haben, hatten wir viel Spaß. Besonders beeindruckt waren alle Kinder von den Blutbrustpavianen, die sich vor uns lautstark gestritten haben. Anschließend haben sie jedoch wieder liebevoll miteinander gespielt und sich am Schluss noch ausgiebig die Haare frisiert.

Fazit von den Müttern: „Es war ein total schöner Ausflug für Groß und Klein“ Ein Mädchen, 5 Jahre, kam glücklich aus dem Bus und meinte „ich fand die Elefanten toll und die Löwen so süß. Aber eigentlich war alles toll“.

Und unser netter Busfahrer war auch begeistert, in seiner Ansprache verkündete er nur, das war ein spannender Tag mit Regen, Sturm und wilden Tieren.

Ermöglicht wurde uns die Fahrt durch eine Spende vom Braunschweiger Fond für Kinder & Jugendliche. Vielen Dank an die großzügigen Sponsoren, dieser Tag bleibt uns in toller Erinnerung. Besonders in der jetzigen Zeit war der Ausflug unser Highlight des Jahres 2020.

Lea Simon

Auferstehungskirche

Gemeindebüro:
Elke Wiegand
Süntelstraße 1
38122 Braunschweig

Tel. 287 21 80
Do 16 – 18 Uhr
gartenstadt.buero@lk-bs.de



St. Martini

Gemeindebüro:
Elke Wiegand, Ivo Bruhn
Eiermarkt 3, 38100 Braunschweig
Tel. 82 834

Mo – Di 10 – 12 Uhr
Mi 16 – 18 Uhr, Do – Fr 10 – 12 Uhr
martini.bs.buero@lk-bs.de
www.martini-kirche.de



Emmauskirche

Gemeindebüro:
Doris Bohndick
Muldweg 5
38120 Braunschweig
Tel. 84 18 80

Di, Do, Fr 9 – 12 Uhr
Mi 17 – 19 Uhr
weststadt.bs.buero@lk-bs.de
www.emmaus-braunschweig.de



St. Michaelis

Gemeindebüro:
Elke Wiegand, Eiermarkt 3
38100 Braunschweig, Tel. 42 663

Mo, Di 10 – 12 Uhr
Mi 16 – 18 Uhr, Do, Fr 10 – 12 Uhr
michaelis.bs.buero@lk-bs.de
www.st-michaelis-bs.de



St. Jakobi

Gemeindebüro:
Karin Hopert, Goslarsche Straße 31
38118 Braunschweig
Tel. 580 80 70

Mo 15 – 17 Uhr
Mi, Fr 10 – 12 Uhr
jakobi.bs.buero@lk-bs.de
www.jakobi-bs.de



Diakon im Pfarrverband



Muldweg 5
38120 Braunschweig
Tel. 2 63 58 00

andreas.von-einem@lk-bs.de

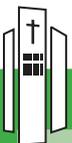
GOTTESDIENSTE IM PFARRVERBAND BRAUNSCHWEIG-WEST IM NOVEMBER 2020



Auferstehungskirche
Süntelstraße 1

Sa, 07.11. – 11 Uhr
Kinderkirche
ab 12:45 Uhr
Familiengottesdienst
Pfn. Frauke
Plümke-Meiners

So, 22.11. – 11 Uhr
Gottesdienst zum
Ewigkeitssonntag
Pfn. Frauke
Plümke-Meiners



Emmauskirche
Muldweg 5

So, 01.11. – 10 Uhr
Gottesdienst
Vikarin Gesine Meier

So, 08.11. – 10 Uhr
Gottesdienst
Pfn. Anne-Lisa Hein

Sa, 14.11. – 16 Uhr
Taufgottesdienst
Pfn. Christine Stelling

So, 15.11. – 10 Uhr
Gottesdienst
Vikarin Gesine Meier

Mi, 18.11. – 18 Uhr
Andacht
Diakon
Andreas von Einem

So, 22.11. – 10 Uhr
Gottesdienst zum
Ewigkeitssonntag
Pfn. Christine Stelling
+ Pfn. Anne-Lisa Hein

So, 29.11. – 10 Uhr
Gottesdienst
Lektor
Stefan Nagelschmidt



St. Jakobi
Goslarsche Str. 31

So, 08.11. – 9:30 Uhr
Gottesdienst
Pf. Friedhelm Meiners

So, 15.11. – 11 Uhr
Kirche inklusiv
Pf. Johannes
Engelmann

So, 22.11. – 9:30 Uhr
Gottesdienst zum
Ewigkeitssonntag
Pf. Christian Hellmers

So, 29.11. – 16 Uhr
Adventstandacht mit
Kaffee und Gebäck
Pf. Christian Hellmers



St. Martini
Altstadtmarkt

So, 01.11. – 11 Uhr
Gottesdienst
Pf. Jakob Timmermann

So, 08.11. – 11 Uhr
Gottesdienst
Pf. Friedhelm Meiners

So, 15.11. – 11 Uhr
Gottesdienst
Pf. Jakob Timmermann

So, 22.11. – 11 Uhr
Gottesdienst zum
Ewigkeitssonntag
Pf. Friedhelm Meiners

So, 29.11. – 11 Uhr
Gottesdienst
Pf. Jakob Timmermann



St. Michaelis
Echternstraße 12

So, 01.11. – 9:30 Uhr
Gottesdienst
Pf. Jakob Timmermann

So, 22.11. – 9:30 Uhr
Gottesdienst zum
Ewigkeitssonntag
Pf. Jakob Timmermann

Fr, 27.11. – 18 Uhr
Gottesdienst im
Quartierszentrum
Hugo-Luther-Str. 60 A
Pf. Jakob Timmermann

Neuer Termin von ALTERaktiv

Die Gruppe **ALTERaktiv** trifft sich ab sofort immer am 3. Dienstag im Monat morgens um 10:30 Uhr im Kulturpunkt West. Dieser neue Termin lässt sich hoffentlich bei Interessierten besser in den Alltag einfügen als der bisherige am frühen Nachmittag.

ALTERaktiv hat in den letzten Jahren sehr gut besuchte Vorträge organisiert, die thematisch nicht nur für ältere Bewohner*innen der Weststadt sehr interessant waren. Nun wird an neuen Themen für das nächste Jahr gearbeitet. Das Motto der gemischten Gruppe lautet: „Wir sind aktiv und wollen etwas bewegen in der Weststadt und der ganzen Stadt!“ Wer mitmachen möchte, kommt entweder am 17. November um 10:30 Uhr in den Kulturpunkt West oder wendet sich an Angelika Stege, Tel. 86 37 99 aus der Gruppe oder an Maria Porzig im Kulturpunkt West, Tel. 84 5000, kpw@braunschweig.de.

TauschBar

Chemnitzstraße 7 (Nähe Jakobi-Kirche)

Öffnungszeiten:
Montag 10 bis 13 Uhr
Donnerstag 15 bis 18 Uhr

Im Tausch- und Verschenkenladen des gemeinnützigen Vereins Transition Town Braunschweig e.V. können Dinge getauscht, für eine Weitergabe abgegeben oder einfach ausgesucht und mitgenommen werden, gratis und ohne Gegenleistung.

Angenommen werden z.B.

- CDs, DVDs, Blu-ray Discs
- funktionierende Smartphones
- Musikanlagen und Lautsprecher
- kleinere Elektrogeräte, Werkzeuge
- Notebooks und Tablet PCs
- Spielsachen
- sowie weitere Dinge nach Absprache

Kleidung, Textilien und Bücher können leider nicht angenommen werden.



Kontakt zum Projekt
tauschbar@tt-bs.de



Transition Town Braunschweig

Schadstoffmobil Termine 2020

Alba GmbH, Frankfurter Str. 251

ALBA-Wertstoffhof in der Frankfurter Straße:

Mo.: 11.00 Uhr - 20.00 Uhr

Di. - Fr.: 09.00 Uhr - 16.45 Uhr

Haltestelle

Vogelsang/Brunnenweg:

von 16 h bis 17 h

Mi., 11. November

Schuldnerberatung

Im November 2020 findet die offene Sprechzeit im Quartierszentrum, Hugo-Luther-Str. 60A, von 14.00 Uhr - 16.00 Uhr statt:

Mittwoch, 11.11.2020

Mittwoch, 25.11.2020

Maike Gent
 Schuldnerberatungsstelle
 Deutsches Rotes Kreuz

Anzeige

AUTO - INTERTHAL

Kfz-Reparaturen & Gebrauchtwagen
 aus Meisterhand

- + Reparaturen aller Art und Marken
- + AU und TÜV-Abnahmen
- + Fahrzeugdiagnose-Station
- + Inspektionen

schnell, zuverlässig, preiswert mit Garantie

Pfingststraße 10, 38118 Braunschweig

Tel.: 0531/82198

(zwischen Madamen- und Pippelweg)





Wie eine
Großfamilie:
verlässlich

Die Braunschweiger Baugenossenschaft hat über 21.000 Mitglieder – ein großes Miteinander der Generationen. Besuchen Sie uns unter www.baugenossenschaft.de

ZU HAUSE IN BRAUNSCHWEIG