Freizeit- und Bildungsangebote des Einrichtungsverbundes Hildesheim
AWO Soziale Dienste gGmbH Bezirk Hannover TRIALOG Hildesheim, Teichstr.6 • Alfeld, Kalandstr. 3

Anmeldung nur bei AWO Trialog Hildesheim: 05121 1389-0 • Alfeld: 05181 9363536
Teilnahmegebühr 4,- €; AWO Mitglieder kostenfreie Teilnahme

Das **Internet Cafe Trialog** hat sonntags 14 tägig von 14:30–17:00 Uhr geöffnet. In der Teichstr. 6 in Hildesheim erwarten Sie ehrenamtliche Mitarbeiter*innen, die für Sie unterschiedliche Kuchen- und Getränkeangebote vorhalten.

Hier unsere Termine 2025/26:
03. & 17. & 31. August
14. & 28. September
12. & 26. Oktober
09. & 23. November
07. & 21. Dezember
04. & 18. Januar 2026

Für Menschen mit Beeinträchtigungen – der KulTour-Bus bringt Sie zu den Veranstaltungen von AWO Trialog:
Tel: 05121-6069860 oder
Mail: fahrdienst-hildesheim@malteser.org
Sie erreichen uns montags bis freitags von 8.00 bis 16.30 Uhr
Dieses kostenlose Angebot ist Dank Aktion Mensch möglich, die das Projekt "KulTour(en): Gemeinsam er-fahren mit Rikscha und Bus" bis 2025 fördern werden.

Flohmarkt „Vom Alltäglichen bis zum Kitsch":
Flohmarkt im Hof des Internet Cafe Trialog mit brauchbaren, schönen, kitschigen und praktischen Dingen und Kleidung. Dazu werden leckere Torten und Gebäck im Cafe Trialog angeboten
Termin: Sonntag, 17. August 2025, 14.30-17 Uhr,
Ort: Cafe Trialog, Teichstr. 6, Hildesheim
Besuch ist kostenfrei

Buen Camino, oder: vom Reiz des Pilgerns
Früher zogen Pilger los, um Heiligen für die wiedererlangte Gesundheit zu danken, andere pilgerten aus Buße für eine üble Tat oder um ein Gelübde zu erfüllen. Moderne Pilger haben meist andere Motive. Oft geht es um meditative Erfahrung oder Selbstfindung. Und manchmal sind die Beweggründe noch schlichter. So hat der Hildesheimer Autor Reinhold Köster einfach Freude am Wandern, an den Begegnungen mit anderen Menschen, an den Eindrücken in prachtvollen Kirchen und nicht zuletzt an den stillen Momenten in der Natur oder in kleinen Kapellen. An diesem Abend werden Sie auf eine musikalisch begleitete Pilgerreise nach Unna und weiter Richtung Ruhrpott mitgenommen und werden gedanklich eingeladen mitzupilgern.
Referent: Reinhold Köster/ musikalische Untermalung Bernd Sander
Termin: Dienstag, 2. September.2025, 18-20 Uhr,
Termin: Sozialpsychiatrisches Zentrum, Teichstr. 6, Hildesheim

Pilze erkennen und bestimmen- für Sammelanfänger*innen
Eine Einführung in das Erkennen leckerer Speisepilze und die Verwechslungsmerkmale ihrer giftigen Doppelgänger. Dazu werden Fragen der Pilzökonomie behandelt und die Fragen beantwortet, welche Pilze für Sammelanfänger geeignet sind und woran man erkennt wo die schmackhaftesten Pilze wachsen.
Referentin: Astrid Scheiblich
Termin: Mittwoch, 10. September 2025, 17-19 Uhr,
Ort: Tagesstrukturzentrum, Kalandstr. 3, Alfeld

Pralinen selbst herstellen
Schokolade macht glücklich! Besonders wenn sie in Form von selbstgemachten Pralinen daher kommt. Wie das geht können Sie an diesem Abend unter der Anleitung von Konditorin Johanna Bormann ausprobieren.
Die fertigen Pralinen, die am nächsten Tag noch mit Schokolade verschlossen werden, sind 2-3 Tage später fertig zur Abholung.
Materialkosten sind vor Ort zu zahlen
Referentin: Johanna Bormann
Termin: Dienstag, 7. Oktober 2025, 18-20.30 Uhr,
Ort: Sozialpsychiatrisches Zentrum, Teichstr. 6, Hildesheim

Aufstellungsarbeit: Persönliches Verstehen
Systemische Strukturaufstellungen bieten die Möglichkeit, persönliche und familiäre Anliegen radikal lösungsorientiert zu bearbeiten. Ziel ist es, belastende Bereiche im privaten oder beruflichen Umfeld positiv zu wandeln. Unbewusstes wird sichtbar und dabei hilft uns unsere Möglichkeit, stellvertretend für Andere wahrzunehmen und zu fühlen. Im Ergebnis fühlen wir uns leichter, Dinge sind gelöst, Beziehungen freier. Zuvor gebundene Energie und neue Klarheit stehen zur Verfügung. An diesem Abend wird es eine Einführung zur Aufstellungs-Arbeit geben und zum Kennenlernen wird eine exemplarische Aufstellungs-Einheit durchgeführt
Referent: Frank Auracher
Termin: Donnerstag, 9. Oktober 2025, 17-18.30 Uhr
Ort: Sozialpsych. Zentrum, Teichstr. 6, Hildesheim

Meine Muskeln sind an Allem Schuld?-„Was der Bauchnabel mit dem Gehen zu tun hat"
Erprobte Techniken zur Muskellockerung, was unser Trinkverhalten mit unserem Gehirn zu tun hat und Vieles mehr zur Linderung von Schmerzen erfahren Sie an diesem Abend. Christine Kretschmann berichtet aus ihrer ergotherapeutischen Praxis, gibt Tipps und stellt einfache Dehnübungen vor, die den gesamten Bewegungsapparat mobilisieren
Referentin: Christine Kretschmann
Termin: Dienstag, 4. November 2025, 18-20 Uhr,
Ort: Sozialpsych. Zentrum, Teichstr. 6, Hildesheim

"Kleidung als Thema nachhaltiger Entwicklung"
„Kaufe weniger. Wähle gut. Mach es haltbar." Dieses Zitat von Vivienne Westwood weist bereits auf das Anliegen des Themenabends zu Kleidung und nachhaltiger Entwicklung hin. Neben Produktions- und Arbeitsbedingungen in der globalisierten Modeindustrie, Schlagworten wie Fast Fashion vs. Ressourcenschonung und damit den Umweltauswirkungen des eigenen Konsumverhaltens wollen wir die Frage von Gerechtigkeit und Fairness als Kerngedanken der nachhaltigen Entwicklung adressieren.
Referenten: Studiengruppe der UNI/ Greenpeace Herr Ramisch
Termin: Dienstag, 20.Januar 2026, 18-20 Uhr,
Ort: Sozialpsych. Zentrum, Teichstr. 6, Hildesheim

Freizeit- und Bildungsangebote bei AWO TRIALOG

Die AWO TRIALOG hat ihre Angebote für Menschen mit einer psychischen Erkrankung unter den Leitgedanken des <Trialog> gestellt. Das bedeutet, dass in die Arbeit mit den Betroffenen, das gesamte Lebensumfeld mit einbezogen wird. Seit 2001 gibt es im Regionalverbund Hildesheim jährlich erscheinende Freizeit- und Bildungsprogramme. Die Themenauswahl und Zusammenstellung erfolgt gemeinsam mit Klientinnen und Klienten in regelmäßig stattfindenden Planungsrunden.

Seit 2005 werden die Bildungsangebote in Kooperation mit der Hildesheimer Volkshochschule (VHS) veranstaltet. Durch die Veröffentlichungen der Veranstaltungen in der örtlichen Presse, dem Kulturserver www.kulturium.de und durch die Kooperation mit der VHS Hildesheim, als öffentlicher Bildungsträger, sind die Vorträge und Veranstaltungen allen Interessierten zugänglich.

Unter dem Aspekt der Sozialraumorientierung, der Enttabuisierung, der Aufklärung und Prävention, ist die Öffnung der Bildungsangebote für <nicht in der Psychiatrie erfahrene Menschen> sinnvoll, richtig und notwendig. Unser grundsätzliches Ziel ist die Normalisierung der Lebensbedingungen für psychisch erkrankte Menschen. Zentral gelegen, finden die Veranstaltungen im Sozialpsychiatrischen Zentrum Hildesheim/ Tagesstrukturzentrum Alfeld statt.

AWO TRIALOG

Soziale Dienste Bezirk Hannover gGmbH
Teichstraße 6 • 31141 Hildesheim • Tel. 05121 13890
Kalandtstraße 3 • 31061 Alfeld • Tel. 05181 9363536
www.awo-trialog.de

Stand: Juli 2025

Volkshochschule Hildesheim

Geschäftsstelle Hildesheim
Pfaffenstieg 4–5, 31134 Hildesheim
Fax: 05121 9361-199

Geschäftsstelle Alfeld
Antonianger 6, 31061 Alfeld
Fax: 05121 9361-399

Anmeldung unter 05121 9361-111
oder unter anmeldung@vhs-hildesheim.de

Volkshochschule Hildesheim
Bildung öffnet Türen

vhs

www.vhs-hildesheim.de

Folgt uns auf:

Soziale Dienste
Bezirk Hannover gGmbH
TRIALOG

Impressum
Verantwortlich im Sinne des NPresseG: Volkshochschule Hildesheim gGmbH,
vertreten durch den Geschäftsführer: Sebastian Kurtz,
Pfaffenstieg 4–5, 31134 Hildesheim, Tel.: 05121 9361-101
E-Mail: info@vhs-hildesheim.de · www.vhs-hildesheim.de
Registergericht: Amtsgericht Hildesheim • Registernummer: HRB 3664
Fotos: © Stock.adobe.com,

Soziale Dienste Bezirk Hannover gGmbH TRIALOG

vhs

Volkshochschule Hildesheim
Bildung öffnet Türen

Freizeit- und Bildungsangebote

August – Januar 2026