September 2026

NEUE WESTPOST

STADTTEILZEITUNG FÜR DAS WESTLICHE RINGGEBIET

Foto: Gudrun Beckner, Edith Grumbach-Raasch

SCHÖNE ORTE IM WRG

TERMINE

Donnerstag, 10.09., 14–16 Uhr
Stadtteilkonferenz
Michaeliskirche, Echternstraße 67

Freitag, 11.09., 11–13 Uhr
Gemeinsames Frühstück
am Frankfurter Platz

Donnerstag, 17.09., 15–18 Uhr
Gesundheitsfest
am Frankfurter Platz

Samstag, 26.09., ab 19:30 Uhr
Spass Beiseite - Record Release Show
Nexus, Frankfurter Straße 253b

westring-bs.online/die-neue-westpost

REDAKTIONS- UND ANZEIGESCHLUSS für die nächste Ausgabe (Oktober) der NWP ist Freitag, der 11. September 2026. Sie erscheint ab dem 1. Oktober 2026.

IMPRESSUM

Herausgeber (V. i. S. d. P.):
Redaktionsgruppe
NEUE WESTPOST
Jarste Holzrichter
c/o plankontor GmbH,
Hugo-Luther-Str. 60A,
38118 Braunschweig
E-Mail: stadtteilbuero@plankontor-bs.de
Druck: ROCO Druck GmbH, Wolfenbüttel
Druckauflage 10.000

STÄDTEBAU-FÖRDERUNG
von Bund, Ländern und Gemeinden

INHALTSVERZEICHNIS

2–4	NEUES AUS DER SOZIALEN STADT
5–11	WRG AKTUELL
12–13	SCHÖNE ORTE IM WRG
14–17	WRG AKTUELL
18	NEULICH IM WESTEN
19–24	ANGEBOTE IM STADTTEIL

NEUES AUS DER SOZIALEN STADT

Das Mütterzentrum erweitert sich – erster Spatenstich des Neubaus am Westbahnhof 1

Ein Ort lebt von den Menschen, die ihn füllen. Von Gesprächen, die zufällig beginnen. Von offenen Türen, helfenden Händen und dem Gefühl, willkommen zu sein. Genau dafür steht das Mütterzentrum seit vielen Jahren – und genau deshalb ist der erste Spatenstich für den Neubau am Westbahnhof ein so besonderer Moment.

Das Mütterzentrum zieht nicht einfach um, es wächst weiter – nur um die Ecke und damit ganz nah bei den Menschen, für die es da ist. Es bleibt ein vertrauter Treffpunkt für Begegnung, Unterstützung und Gemeinschaft, bekommt aber nun den Raum, den diese wichtige Arbeit verdient. Der Neubau des Mütterzentrums fügt diesem bunten Kiez am Westbahnhof einen weiteren starken sozialen Baustein hinzu.

Dass dieser Schritt nun möglich ist, ist das Ergebnis verlässlicher Planung und guter Zusammenarbeit. Mit den Beschlüssen vom Mai 2025 wurden Raumprogramm, Planung und Finanzierung auf den Weg gebracht. Unterstützt wird das Vorhaben durch Städtebauförderung von Bund und Land; die Stadt trägt ein Drittel der Kosten.

Beim Spatenstich machten die Grußworte von Oberbürgermeister Dr. Thorsten Kornblum, der stellvertretenden Bezirksbürgermeisterin und Ratsfrau der SPD Annette Johannes und Frau Schmidt vom Mütterzentrum/Mehrgenerationenhaus deutlich: Hier entsteht mehr als ein Gebäude. Hier entsteht ein Ort, der Menschen verbindet.

Persönlich freue ich mich sehr über diesen Fortschritt. Als jemand, der den Prozess in den verschiedenen Gremien begleitet hat, weiß ich, wie viel Engagement, Abstimmung und Herzblut darin steckt. Besonders wertvoll war dabei die kontinuierliche Einbindung von Bezirksrat und Sanierungsbeirat. So wird Beteiligung vor Ort konkret erlebbar – und so entsteht Vertrauen.

Ich wünsche dem neuen Mütterzentrum, dass es auch künftig ein offenes Haus für alle bleibt: sozial, solidarisch, herzlich und mittendrin im Stadtteil. Ein Ort, an dem man ankommt, ins Gespräch kommt und gemeinsam etwas bewegen kann.

Ihre / Eure Annette Johannes

Foto: Ch. Bratmann

NEUES AUS DER SOZIALEN STADT

Infos aus dem Stadtteilbüro

Sanierungsbeirat
Mit der Kommunalwahl endet die aktuelle Legislaturperiode. Da die „Soziale Stadt Westliches Ringgebiet“ Ende des Jahres ausläuft, wird es keinen neuen Sanierungsbeirat geben. Die letzte Sitzung wird am 08. Oktober stattfinden. Alle Themen, die das Westliche Ringgebiet betreffen, werden danach im Stadtbezirksrat besprochen.

Verfügungsfonds
Die Mittel für 2026 sind schon fast vergeben. Insgesamt wurden bisher 66 Anträge in diesem Jahr gestellt. Es gibt dennoch Chancen auf eine Förderung. Falls ihr plant einen Antrag zu stellen, meldet euch gerne im Stadtteilbüro. Wir suchen dann nach einer Lösung.

Trinkbrunnen am Westbahnhof
Ob zu Fuß oder mit dem Rad auf dem Ringgleis unterwegs, auf dem Jugendplatz beim Skaten oder beim Kicken - insbesondere an heißen Sommertagen ist Trinken wichtig. Jeder sollte seinen Durst löschen oder seine Flasche wieder auffüllen können. In den vergangenen Wochen ist ein öffentlicher Trinkwasserbrunnen am Westbahnhof / Blumenstraße installiert worden. Er wurde schon lange gewünscht – jetzt ist er da!

Ladies on Tour
Im September beginnt ein neuer Kurs von Ladies on Tour. Hier können Frauen ganz unter sich das Radfahren erlernen, mehr Sicherheit auf dem Rad erlangen und richtiges Verhalten im Straßenverkehr trainieren. Wir üben zunächst am Westbahnhof, später werden wir dann den Stadtteil per Rad erkunden. Zum Abschluss gibt es eine kleine Prüfung und ein Zertifikat über die erfolgreiche Teilnahme.
Immer Donnerstag 10:00 – 12:00, Treffpunkt: Quartierszentrum Hugo-Luther-Str. 60a.
Der Kurs beginnt bereits am 03. September. Es sind noch einige Plätze frei. Infos und Anmeldung im Stadtteilbüro.

NEU: Allgemeine Soziale Beratung
Über Jahrzehnte hat Hans Junge soziale Beratung im WRG angeboten. Er hat damit vielen Menschen beim Ausfüllen von Anträgen, mit Post von Behörden und der Kommunikation mit Ämtern geholfen.

Ab September wird das DRK soziale Beratung im Quartierszentrum anbieten – zunächst an jedem 2. Donnerstag im Monat. Die Beratungszeit gliedert sich in die allgemeine soziale Beratung (von 12 – 14 Uhr) und ein Angebot speziell für Schwangere und Familien mit kleinen Kindern (14 – 16 Uhr).

Wenn Sie Hilfe benötigen oder Fragen haben (z.B. Anträge jobcenter,

Beratungsangebote

Quartierszentrum Hugo-Luther-Str. 60a
im Besprechungsraum des Stadtteilbüros

Jobcenter vor Ort

1. Dienstag im Monat
10:00 – 13:00 Uhr
Beratung zu Leistungen des Jobcenters - Arbeitsmarkt und Weiterbildung, Vermittlung von Bewerbungscoachings

Schuldnerberatung des DRK

Mittwoch 02.09.2026
Mittwoch 16.09.2026
Mittwoch 30.09.2026
von 9:00 – 11:00 Uhr

NEU - Soziale Beratung des DRK

2. Donnerstag im Monat - 10.09.2026
Allgemeine Soziale Beratung
12:00 – 14:00 Uhr
Soziale Beratung für Schwangere + Familien
mit Kindern unter 4 Jahren
14:00 – 16:00 Uhr

NEUES AUS DER SOZIALEN STADT

BUT, finanzielle, persönliche oder soziale Probleme) kommen Sie gerne vorbei!

Gemeinsames Frühstück / Brunch
Aufgrund der sommerlichen Hitze wurde der Termin verschoben. Wir laden jetzt am 11. September zum gemeinsamen Brunch auf den Frankfurter Platz ein. Brot, Brötchen und Getränke sind vorhanden, weitere Zutaten und Geschirr sollten Sie selbst mitbringen. Wir freuen uns auf einen nachbarschaftlichen Freitag-Vormittag!

Gesundheitsfest
Am 17. September laden wir zum Gesundheitsfest auf dem Frankfurter Platz ein.

Begegnung, Bewegung, Spiel und Spaß lautet das Motto. Zahlreiche Akteure aus dem Stadtteil werden wieder gemeinsam ein buntes Programm gestalten. Das Fest richtet sich an kleine und große, junge und alte Menschen aus dem Stadtteil. Wir freuen uns auf einen schönen Nachmittag mit Euch und Ihnen!

Soziale Stadt Westliches Ringgebiet
Stadtteilbüro und Quartiersmanagement
Im Quartierszentrum
Hugo-Luther-Str. 60a
Sprechzeiten des Stadtteilbüros:

Mo.	10:00 bis 15:00 Uhr
Di.	15:00 bis 18:00 Uhr
Mi.	10:00 bis 15:00 Uhr
Do.	13:00 bis 15:00 Uhr
Fr.	10:00 bis 13:00 Uhr

Bitte vereinbaren Sie einen Termin, wenn Sie außerhalb dieser Zeiten vorbeikommen möchten.

Wir sind von Montag bis Donnerstag erreichbar 10:00 - 18:00 Uhr, Freitag von 10:00 - 13:00 Uhr

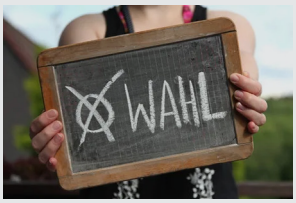
Telefon: 0531 - 280 15 73
Mail: stadtteilbuero@plankontor-bs.de
Yesim Cil und Jarste Holzrichter

Mehr zur Sozialen Stadt Westliches Ringgebiet

Infos zur Kommunalwahl

Am 13. September sind Kommunalwahlen. Es stehen an: die Direktwahl der Oberbürgermeisterin oder des Oberbürgermeisters sowie die Wahl des Rates und der 12 Stadtbezirksräte.

Wahlberechtigt zur Kommunalwahlen sind deutsche und Staatsangehörige aller anderen Mitgliedsstaaten der Europäischen Union soweit sie am Wahltag das 16. Lebensjahr vollendet haben und seit dem 13. Juni 2026 in Braunschweig wohnen.



English
EU citizens living in Braunschweig can vote in the local elections on 13.09.2026. To be eligible, you must be at least 16 Years old on election day, have lived in Braunschweig since at least 13.06.2026 and not be excluded from voting rights.

Polski
Obywatele UE mieszkający w Brunszwiku mogą głosować w wyborach lokalnych w dniu 13.09.2026 r. Aby mieć prawo głosu, w dniu wyborów trzeba mieć ukończone 16 lat, mieszkać w Brunszwiku od co najmniej 13.06.2026 r. i nie być pozbawionym prawa głosu.

Mehr Informationen zur Kommunalwahl:
www.braunschweig.de/politik_verwaltung/politik/wahlen//kw/info_KW26.php

Für Menschen mit Behinderung: Infos rund um die Kommunalwahl in Niedersachsen

Am 13. September findet in Niedersachsen die Kommunalwahl statt. Dann entscheiden die Bürger*innen für die nächsten Jahre über die Politik in Städten und Gemeinden mit. Damit alle Wahlberechtigten – auch Menschen mit Behinderung – ihre Stimme abgeben können, haben der Sozialverband Deutschland (SoVD) in Niedersachsen, die Landesbeauftragte für Menschen mit Behinderung, der Lebenshilfe Landesverband Niedersachsen e.V. und der Blinden- und Sehbehindertenverband Niedersachsen e.V. eine Wahlhilfebroschüre in Leichter Sprache herausgebracht.

Was ist Demokratie? Was macht eigentlich eine Kommune? Wer ist wahlberechtigt? Was steht auf dem Stimmzettel und wie funktioniert die Stimmabgabe? Diese und viele weitere Fragen beantwortet die Broschüre „Niedersachsen wählt. Wählen Sie mit.“. Sie richtet sich an Menschen mit Lernbehinderung oder Deutsch als Fremdsprache, ist in Leichter Sprache verfasst und enthält zusätzlich zahlreiche Illustrationen, Wissens- und Infokästen. Auch Erstwähler*innen profitieren von der informativen Broschüre. Mit ihrer Publikation möchten die beteiligten Verbände Betroffene über das Wahlprozedere informieren und sie zur Stimmabgabe ermutigen.

Der Abschnitt „10 Themen für eine gute Politik“ trägt darüber hinaus zur politischen Bewusstseinsbildung und zum kritischen Nachfragen bei entscheidenden politischen Themen bei. Hier wird unter anderem erläutert, wie wichtig Teilhabe und Mitbestimmung für Menschen mit Behinderung sind und welche Bedeutung barrierefreies Denken und Planen, inklusive Bildung, digitale Teilhabe sowie Arbeiten und Wohnen für gelebte Inklusion haben.

Die Broschüre kann als barrierefreies PDF-Dokument im Internet unter www.sovd-nds.de im Bereich Service/Publikationen/Broschüren heruntergeladen werden. Gedruckte Exemplare können kostenfrei direkt hier bestellt werden. Auch eine Bestellung per E-Mail an sozialpolitik@sovd-nds.de oder per Telefon (0511 70148-93) ist möglich.

SOVD

Senioren helfen Senioren (S-h-S)

Wir sind ehrenamtlich Tätige AntiRostler, die schnell und unkompliziert im Westlichen Ringgebiet **Kleinstreparaturen** gegen eine Aufwandsentschädigung von 5,00 € zzgl. Materialkosten, ausführen.
Sie erreichen uns Dienstags, 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, 38112 Braunschweig,
Telefon: 0531 / 88 53 148

ANTI ROST BRAUNSCHWEIG

Clean Up Your Kiez – wer macht denn sowas?

Hallo,

schon bemerkt, dass der Johannes Selenka Platz auf links gedreht ist? Da soll ja eine steile Verbesserung herauskommen (was ja angesicht der grauen Schotterpiste nicht so schwer ist). Ich bin gespannt. Unser Treffpunkt der Sammler vom Clean Up Your Kiez ist aber somit für viele Monate verloren gegangen. Schmerzlich war diese Erkenntnis bei unserem Treffen nach dem Absperren des Platzes. Aber auf uns schützenswerte Gattung der fleißigen Sammler wurde keine Rücksicht genommen. Glücklicherweise sind wir zäh und hart im nehmen und haben den Treffpunkt ein paar Meter Richtung Bushalte geschoben.

Und siehe da: das klappt genauso gut! Und somit haben wir treu jeden Monat unsere Müllsäcke mit dem Unrat gefüllt, den wir/ihr/andere ständig so fallen lassen. Schwieriger für mich war ein Gespräch mit einem Pärchen, die nicht vertsehen konnten, warum wir Unrat aufsammeln, was andere wegwerfen. Da war kein Ansatz eines Gemeinschaftsgedankens. Gemeinschaft im Sinne „unser Stadtteil“ oder auch im Sinne einer Sammelgruppe, bei der man sich regelmäßig

Ohne das Zeug auf der Straße dreht sich unser Planet auf jeden Fall runder!

mit netten Leuten trifft. Wichtig auch die Gewinnerkenntnis für die Umwelt oder einfach die Bewegung an der frischen Luft.

Klar, die Welt dreht sich weiter, auch ohne das fleißige und super nette Sammelteam. Aber eben ein bischen schmutziger und auf jeden Fall auch ärmer. Und was investieren wir denn? Zeit zwischen 14 und 16 Uhr am ersten Sonntag des Monats. Wir machen es gerne und haben interessante Gespräche und tun etwas sinnvolles für die Umwelt und für die Gemeinschaft, wie es sehr viele Menschen auf andere Art und Weise auch tun. Ich hoffe das Pärchen ist da irgendwo zu finden...

Wir machen weiter nach dem Motto „nicht mein Müll, aber unser Planet“. Jeden ersten Sonntag starten wir auf dem Johannes Selenka Platz um 14 Uhr. Wir sehen uns an der Rückseite der Bushaltstelle.

Peter Heise aus der Gabelberger im WRG, Regelmäßiger Teilnehmer an der monatlichen Sammelaktion "Clean Up Your Kiez"

Deutscher Bundesseuchenschutz e.V. anerkannte gemeinnützige Einrichtung

Madamenweg 173 A – 38118 Braunschweig 0178 – 54 66 9 66 Bundesseuchenschutz@gmx.de

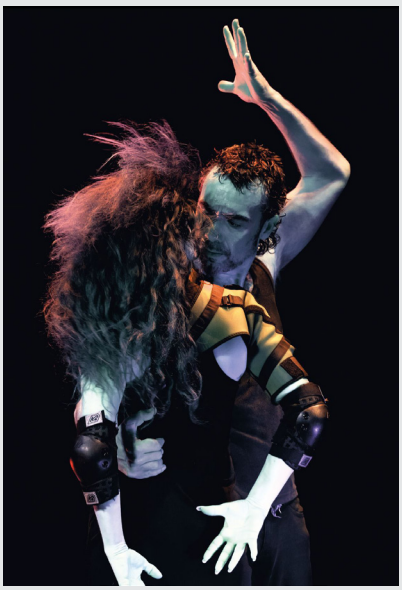
Vorsitzender : D. Hubert Peuker

Aufgaben : Förderung des öffentlichen Gesundheitswesen und der öffentlichen Gesundheitspflege
Lieferant von Hygieneartikel und Schutzausrüstung
Beratung , Schulungskurse und Ausarbeitung von Hygienekonzepte

DEUTSCHER BUNDESSEUCHENSCHUTZ

Niedersachsen

Flamenco – Marco Vargas und Alya Al-Kanani live im WRG



Es gibt wieder die Gelegenheit, das außergewöhnliche Künstlerduo Marco Vargas und Alya Al-Kanani live zu erleben. **Am 17. und 18. September** sind sie **jeweils um 20:00 Uhr im KufA Haus** zu sehen, **am 19. September ebenfalls um 20:00 Uhr im Kulturraum Jakobi** .

Die Eintrittspreise sind sozial gestaffelt und richten sich nach dem Einkommen – bis hin zum 1-€-Ticket, sodass möglichst viele Menschen dieses besondere Kulturerlebnis besuchen können. Vorbestellung für die Eintrittskarten unter alya.al-kanani@gmx.net

Die beiden Künstler verbinden Tanz und Schauspiel auf einzigartige Weise. Sie live und aus nächster Nähe zu erleben, ist ein intensives und bewegendes Ereignis, das lange nachwirkt. Wer die Gelegenheit hat, sollte sich diese außergewöhnliche Aufführung nicht entgehen lassen.

Marco Vargas, vielfach mit spanischen Tanz- und Theaterpreisen ausgezeichneter Flamencotänzer und Choreograf aus Sevilla, und Alya Al-Kanani, Flamencotänzerin und Performerin mit irakischen Wurzeln, entführen ihr Publikum immer wieder in faszinierende Welten und ziehen es unweigerlich in ihren Bann. Das Duo ist bekannt für seine hautnahen, sehr persönlichen Aufführungen.

Ihre Arbeiten sind von einer Intensität geprägt, die unter die Haut geht und Momente hervorbringt, in denen die emotionale Spannung kaum auszuhalten ist. Sobald die beiden außergewöhnlichen Künstler*innen die Bühne betreten, entsteht ein eindrucksvolles Zusammenspiel, das wie ein kraftvoller Dialog wirkt.

In diesem Jahr nähern sie sich in drei Teilen Themen, die Grenzen überschreiten – sowohl geografisch als auch gesellschaftlich. Im Zentrum der Produktion stehen Momente, in denen Unterdrückung durchbrochen wird – nicht durch heroische Gesten, sondern durch die rohe Kraft des Über/Lebens: durch Bewegung, Stimme, Präsenz und künstlerische Wahrhaftigkeit.

Flamenco ist seit jeher Ausdruck von Widerstand. In der experimentellen Weiterentwicklung ihrer choreografischen Arbeit wird der Körper zum Träger von Geschichte und Erfahrung – zu einem lebendigen Archiv, das Kolonialismus, patriarchale Strukturen und Ausbeutung sichtbar macht und zugleich Räume für feministische Perspektiven und Reflexion eröffnet.

T. Deniz-Roggenbuck

Neuer Termin: Fahnenjagen im Hohetor am 03.10.2026

Der ursprüngliche Termin 27.06.und 28.06.2026 musste leider aufgrund der großen Hitze abgesagt werden, da es weder Mensch noch Tier zuzumuten war an diesem Wochenende eine Reitveranstaltung durchzuführen.
Am 03.10.2026 ist es nun endlich wieder soweit, im Hohetor wird das 108. Fahnenjagen auf der Festwiese am Madamenweg gefeiert.

Ab 12:00 Uhr werden, die Könige/innen im Verein, im Ponyreiten, in der Jugend, sowie den Gästen ermittelt. Beginnen werden ab 12:00 Uhr die „Kleinsten“, d.h. die Ponyreiter/innen ermitteln die Sieger/innen in den Kategorien Kinder- und Ponykönig/in. Die Kategorie Kinderkönig/in wird in diesem Jahr das erste Mal im Programm sein.

Danach ab ca. 14;30 Uhr ermitteln die „Großen“ die Sieger/innen in den Kategorien (Großer und Kleiner König/in, Gästekönig/in und Jugendkönig/in). Parallel ab 14:30 Uhr beginnt das große Kinderfest mit unserem Theodor (Holzpferd), einer Hüpfburg und mehreren interessanten Aktivitäten für die Kinder. Parallel dazu eröffnet die allseits beliebte große Kaffeetafel für Jung und Alt. Der Tag klingt dann so gegen 17:30 Uhr am Abend mit der Siegerehrung und einem gemütlichen Zusammensein aus.

MM, Foto KK

Sommer in der Glücksquelle

Auch an den heißen Sommertagen war in der Glücksquelle viel los. Es wurde gemeinsam gesungen, Yoga gemacht und der Frankfurter Platz mit liebevoll gestalteten, bunten Dekorationen verschönert. Die Freude am gemeinsamen Tun und die vielen Begegnungen machen die Glücksquelle zu einem lebendigen Treffpunkt.

Unser vielseitiges Angebot wird weiterhin gut angenommen. Dabei entstehen immer wieder neue Ideen, wie wir das Programm erweitern und noch abwechslungsreicher gestalten können.

Habt Ihr selbst ein Talent oder eine Idee, die Ihr gerne mit anderen teilen möchtet? Ob Malen, Basteln, Handarbeiten oder ein anderes kreatives Angebot – wir freuen uns über alle, die sich einbringen, etwas Neues ausprobieren oder ihr Können weitergeben möchten. Jede und jeder ist herzlich willkommen.

Auch im September erwartet Euch wieder ein buntes Programm. Geplant sind unter anderem die Teilnahme am Tag der Demokratie am 11.9 und am Freitag, den 2. Oktober 17:30 Uhr ein Konzert mit G. Kampen vom Liedermacher-Duo Orophyll.

Weitere Informationen findet Ihr auf unserer Homepage oder direkt bei uns in der Glücksquelle. Schaut gerne vorbei – wir freuen uns auf Euren Besuch!

Zigarettenkippen – eine Gefahr für Mensch und Natur

Rauchen gehört für viele Menschen zum Alltag: Kurz in der Pause, an der Bushaltestelle oder nach der Arbeit eine Zigarette zum Entspannen. In Deutschland werden jährlich etwa 106 Mrd. Zigaretten geraucht. Zwei Drittel davon landen auf dem Boden. Auch in unserem Stadtteil ist das ein Problem für Mensch und Natur.

Hättet Ihr es gewusst? Zigarettenfilter bestehen oft aus dem Kunststoff. Dieser wird in der Natur erst **nach bis zu 15 Jahren zersetzt** und verbleibt als kleinste Teilchen (Mikroplastik) in der Umwelt. In Salzwasser dauert der Zersetzungsprozess sogar bis zu 400 Jahre.

Der Filter einer Zigarette enthält bis zu **7.000 Chemikalien**, die zum Teil hochgiftig sind. Die Hälfte des Nikotingehalts einer Kippe hat sich nach einer halben Stunde in einer Pfütze gelöst und gelangt so direkt in unserem Grundwasser. **Ein einziger Zigarettenfilter vergiftet 40 - 60 Liter Grundwasser.**

Kippen sind ein **Vergiftungs-Risiko für Kinder.** Zu Hause, auf den Spielplätzen oder am Springbrunnen auf dem Frankfurter Platz können sie sich beim Spielen die Kippen in den Mund stecken. Zwar endet das Verschlucken einer Kippe selten tödlich, allerdings treten Vergiftungssymptome wie Erbrechen, Schwitzen, erhöhter Puls und Benommenheit auf.

Tiere an Land und im Wasser verwechseln die Kippen mit Nahrung, nehmen die Giftstoffe in den Körper auf oder verhungern mit Plastik im Magen. Weggeworfene Zigarettenkippen auf Beeten und Baumscheiben lassen **Pflanzen absterben.**

Was können wir tun? Gemeinsam wollen wir uns engagieren, um das Gesundheitsrisiko durch WRG zu vermeiden. Dafür werden zunächst auf dem Frankfurter Platz **Kippensammler „Kippe rein – Hero sein“** angebracht und Menschen zu den Risiken der Kippen informiert. Auch die **Taschenaschenbecher** wie die der Kippen-Buddies aus Berlin können eine gute Lösung sein. Gemeinsam können wir dafür sorgen, Kippen nicht erst weg zu werfen, oder wenn wir sie sehen zu entfernen. Mehr dazu an unserem Stand auf dem **Gesundheitsfest am 17.09.2026 auf dem Frankfurter Platz.** Ihr habt auch Interesse und wollt „Hero sein“? **Kontakt: Glücksquelle und ambet Ergotherapie**

WRG-Solidarisch: Es ist lecker und gesund zusammen zu kochen

Trotz Hitze wegen Klimakrise waren im August über 30 Menschen zu Oma's Lieblingsessen in die Schnippelküche von WRG-Solidarisch in die AWO Frankfurter Straße gekommen.

Wie gesund das gemeinsame Zubereiten und genußvolle Verzehren gesunder Lebensmittel besonders im Alter sind, hat die Deutsche Gesellschaft für Seniorenberatung jüngst betont. Es habe viele Vorteile, noch lange selbst zu kochen. Schon vor dem Essen mit lieben Mitmenschen, erlebt Gemeinschaft wer gemeinsam am Herd steht, denn selber kochen, vom Einkauf übers Schnippeln, Rühren, Braten bis zum Abwasch, hilft im Alter, die müden Muskeln zu bewahren.

Einen überraschenden Effekt entdeckte eine japanische Studie. Über sechs Jahre hinweg wurden 11.000 Menschen über 65 Jahren untersucht. Das Ergebnis: Kochen schützt sogar das Gehirn vor Demenz. Für die gesundheitlichen Vorteile muss nicht mal täglich selbst gekocht werden.

Es wird vermutet, dass das Kochen für Ungeübte eine besonders stimulierende kognitive Herausforderung

darstellt – ähnlich wie das Erlernen einer neuen Fähigkeit. Zusätzlich hilft es gegen die zunehmende Einsamkeit.

Weil gesundes Essen für WRG-Solidarisch immer auch leckeres Essen ist, wurde im Vorfeld nach Lieblingsrezepten gefragt. Senior*innen wurden interviewt und Enkel*innen danach gefragt, welches Gericht ihrer Oma sie sich wünschen würden. Das so schlichte, wie überraschende Ergebnis lautete: Eier mit Senfsoße. Die heutige Enkelgeneration ernährt sich zunehmend vegan, weshalb es zwei Variationen gab: vegane Senfsoße einmal mit Eiern von glücklichen Hühnern, zum anderen mit Kohlrabi-Möhren-Gemüse. Dazu gespendete Kartoffeln von der SoLaWi Lindenhof in Eilum und mal wieder Rote-Bete-Apfel-Salat.

Lothar, fast 70, der trotz Herausforderungen wie veganem Gyros oder vegetarischem indischen Linsen-Dal regelmäßig dabei ist, lobte die Senfsoße: „Die war fast noch besser als damals bei uns" und ging um Nachschlag. Für Jakob, Anfang 20, waren Rote Bete immer Ihgitt. Doch als der Koch und Autor ihm vorschlug, zumindest einen kleinen Löffel vom Salat zu kosten, wagte er den Schritt und verputzte dann einen Teller voll: „Ich wußte nicht, das Rote Bete so fruchtig schmecken kann".

Die Nachbarschaftküche findet immer am 1. Dienstag des Monats statt. Die nächste am 1. September in der Frankfurter Straße 18. Ab 17 Uhr wird geschnippelt, ab ca. 18.30 Uhr gegessen, danach gemeinsamer Abwasch. Jede*r ist willkommen, ohne Anmeldung. Das Essen ist kostenlos; kleine Spenden möglich. Die Räume sind vollständig rollstuhlgerecht.
Michael Ritter

Ganz aktuell aus dem „Garten ohne Grenzen"

Auf der Parzelle von Manuela D. aus der Weststadt strahlen sie voller Zuversicht Tag für Tag ihren namengebenden Stern an. Hat nicht Georg Kreisler in Blumengießen gesungen „Wenn es dunkel wird in Hiroshima und in Afghanistan marschiert ein Heer, dann geh' ich Blumengießen, schaffe Samen an, Kampf der Raupenpest und mein Garten blüht und mein Garten ist schön"?

Text und Foto: © Michael Ritter 2026

Neues aus dem Mütterzentrum

Lernhilfe/Nachhilfe im Mehrgenerationenhaus

Jeden Dienstag und Mittwoch-Nachmittag gehört der Babygruppenraum den Grundschulkindern, dort findet die Nachhilfe statt. Es wird gelernt, gelacht und natürlich auch gespielt, denn auch passende Spiele erweitern den Wortschatz, helfen beim Lesen, beim Rechnen etc. Gemeinsam mit der Lernhilfe Nicole bekommen die Kinder im Einzelunterricht individuelle Unterstützung bei den Hausaufgaben, beim Lernen für Klassenarbeiten und anderen schulischen Herausforderungen.

Auch wenn es in der Schule mal Streit gab, können die Kinder dort ihren Unmut darüber einfach mal auslassen und manchmal kann man auch gemeinsam dann eine Lösungsmöglichkeit zur zukünftigen Konfliktbewältigung finden. Auch die Zusammenarbeit mit den Eltern ist bei der Nachhilfe eine sehr wichtige Unterstützung.

Wenn Eltern ihr Kind für die Nachhilfe anmelden möchten, können sie es auf eine Warteliste setzen lassen. Derzeit sind alle Plätze besetzt.

Das gab es in den Sommerferien: FiBS, „Schulstartbooster“ und „Kinder-Sicherheitstraining“

Vom 06. bis 10. Juli 2026 fand ein Ferienprogramm für Grundschulkinder statt. Im Mittelpunkt standen FlowArts, Jonglage, Bewegungskunst, kreatives Gestalten, Nachhaltigkeit und Feuerpädagogik. Das

Ferienangebot ermöglichte den Kindern eine abwechslungsreiche Woche, in der Bewegung, Kreativität und gemeinschaftliches Erleben miteinander verbunden wurden. Die Kinder sollten die Möglichkeit erhalten, eigene Stärken zu entdecken, Selbstvertrauen aufzubauen, sich auszuprobieren und positive Erfahrungen innerhalb der Gruppe zu sammeln.

In den Sommerferien fand auch ein weiterer Workshop mit 12 Kindern statt: Schulstart-Booster. Der Schulstart-Booster mit Charléne richtete sich an Vorschulkinder und soll sie emotional, sozial und mental auf den Schulbeginn vorbereiten. Im Mittelpunkt standen die Entwicklung von Resilienz, Selbstvertrauen und sozialen Kompetenzen.

Ebenfalls in den Ferien fand der Workshop „Grundkurs Sicherheitstraining“ statt. An dem vierstündigen Angebot nahmen insgesamt 15 Kinder im Vor- und Grundschulalter teil. Durchgeführt wurde der Workshop von David von „Stark wie wir“. Ziel des Workshops war es, die Kinder in ihrer Selbstsicherheit, Wahrnehmungsfähigkeit und Handlungskompetenz zu stärken und ihnen altersgerechte Strategien für den Umgang mit schwierigen, unangenehmen oder potenziell gefährlichen Situationen zu vermitteln. Dabei stand ein präventiver Ansatz im Mittelpunkt: Die Kinder sollten Sicherheit gewinnen, ohne Ängste aufzubauen.

Zahnputz-Zauber

Am 31.07.2026 besuchte uns die Zahnärztin Henny, um mit den Familien über das Thema "Zahngesundheit" zu sprechen. Zahngesundheit von Kindern sowie die richtige Zahnpflege standen im Mittelpunkt. Zahlreiche Familien nahmen das Angebot wahr. Die Eltern stellten viele Fragen, die Henny ausführlich beantwortete. Darüber hinaus gab sie viele Tipps und Anregungen, wie die Zahngesundheit der Kinder im Alltag gefördert und erhalten werden kann.

Bollerwagen-Spende

Im Juli haben wir vier von diesen tollen Bollerwagen von Tobias Lipfert @ vwfsde überreicht bekommen. Bei Veranstaltungen und Festen können wir vieles transportieren und sind mobiler :) Vielen Dank dafür!

Texte und Bilder:
Mütterzentrum Braunschweig e.V. / MehrGenerationenHaus

Erfolgreiche WRG Kulturtage

Eine große Runde an Teilnehmern verstreute das Feld der IV. WRG-Kulturtage von Nord nach Süd quer durch das Westliche Ringgebiet, das Ringgleis entlang und mit vielen Einrichtungen, die zum ersten Mal dabei waren. Zum Beispiel der Werkschauraum in der Ernst-Amme-Straße, der ab Mittag seine Ausstellung von Jan Schlimme fürs Publikum öffnete. „Mit der Einbindung des Nordens präsentiert sich das westliche Ringgebiet nahezu vollständig und das ist gut so“, fand Wolf Menzel von der Galerie. Zeitgleich begann das Programm bei Yvonnes Kiosk am Rudolfplatz mit Haustier-Ernährungsberatung mit Miriam Gerks, später gab es eine Kinderbuch-Lesung mit Mirjam Jasmin Strube. Die Aktionen dazu waren „gemütlich besucht und die Kinder und auch die Erwachsenen hatten ihren Spaß“, so Kiosk-Betreiberin Yvonne Wilke, gleichsam zum ersten Mal im Programm. Genau wie der Kulturraum Jakobi in der Goslarschen Straße, der nachmittags für „Musik, Kunst und Begegnung“ seine Pforten öffnete und für den Abend spontan ein Konzert mit dem Bluegrass-Duo The Kentucky Tragedy auf die Beine stellte.

Die weiteren Teilnehmer waren Altbekannte: Seine strandlose Strandparty verlegte das DJ-Team Rille Elf vom geschlossenen Harrys Bierhaus ans neu eröffnete Schön & Frölich in der Broitzemer Straße, das parallel eine Jolly-Joker-Revival-Party im großen Saal ausrichtete und der Kulturtage-Tanzparty bis in die Nacht seine Außenfläche bereitstellte. Ein Live-Konzert mit Blueser Fritz Köster gab es beim Sommerfest des Vereins BS-Kunst, der in der Jahnstraße eine Ausstellung von Margreth Lambrecht zeigte und mit süßen bis herzhaften Speisen die vielen Gäste miteinander in Austausch treten ließ. „Es war wieder klasse“, sagt Bärbel Mäkeler vom Kunstverein, „ein Fest mit super Stimmung.“ In direkter Nachbarschaft öffnete ein weiterer Kunstverein seine Außenstelle, nämlich die WRG-Studios vom Frankfurter Platz ihren WRG-Sensor in der Jahnstraße.

Eine Woche nach seinem Sommerfest richtete das Kulturzentrum Nexus in der Frankfurter Straße eine antifaschistische Solisause aus, um an die unrechtmäßigen Razzien in der linken Szene vor einiger Zeit zu erinnern. Dazu fanden sich auch viele Menschen ein, die noch nie im Nexus waren: „Das war“, freut sich Mimi vom Nexus-Team, „eine richtig schöne Überraschung.“ Den Schlusspunkt der Nord-Süd-Achse quer durch das WRG bildete wieder das Spunk im Füllerkamp, das neben fruchtiger und herzhafter Verpflegung eine „spanische Gitarre und eine kleine Session mit Gesang, Piano und Ukulele aus den eigenen Reihen“ organisierte, wie Connie Dege vom ausrichtenden Verein Subculture Beat berichtet. Alle Teilnehmenden sind sich einig: Wir freuen uns auf die fünfte Ausgabe im nächsten Jahr!

Matthias Bosenick (für Rille Elf) / Mehr Infos auf rille-elf.de unter Playlists

Naturfreundejugend: Berlinfahrt und Filmvorführung zur Strafdivision 999

Die Naturfreundejugend Bezirk Braunschweig bietet im September gleich zwei spannende Veranstaltungen an. Am 24. und 25. September 2026 geht es gemeinsam nach Berlin in den Deutschen Bundestag. Dort treffen die Teilnehmenden den Braunschweiger Naturfreund Jorrit Bosch, der inzwischen für Die Linke im Bundestag sitzt. Neben dem Besuch einer Plenarsitzung und einem Gespräch mit dem Abgeordneten stehen auch die Bundestagskuppel sowie eine gemeinsame Erkundung der Hauptstadt auf dem Programm. Die Fahrt richtet sich an junge Menschen ab 16 Jahren und kostet inklusive Zugfahrt, Übernachtung und Programm 50 Euro für Mitglieder beziehungsweise 80 Euro für Nicht-Mitglieder.

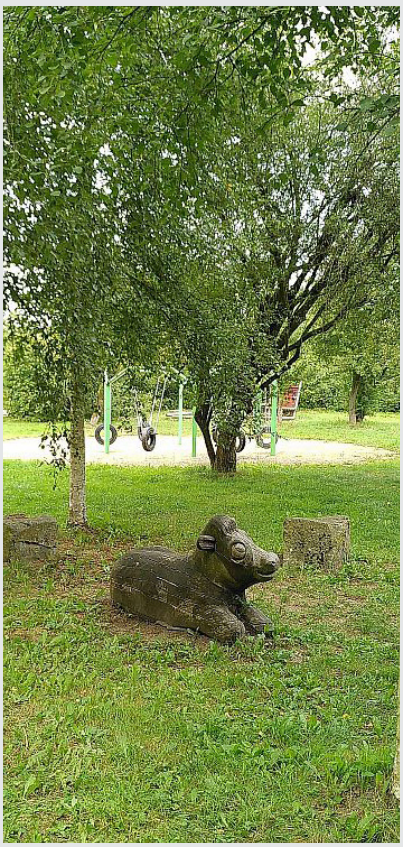
Bereits am 9. September 2026 lädt die Naturfreundejugend zu einer Filmvorführung ins Universum Filmtheater ein. Gezeigt wird die Dokumentation „Strafdivision 999“ von Kostas Stamatopoulos, die die Geschichte der sogenannten 999er Strafbataillone der Wehrmacht und den Widerstand deutscher Deserteure in Griechenland beleuchtet. Die Vorführung beginnt um 19 Uhr im Universum Kino in Braunschweig. Tickets sind online oder direkt im Kino erhältlich.

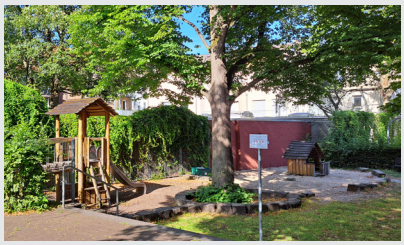
NATUR FREUNDE JUGEND
100 JAHRE RADIKAL DEMOKRATISCH

SCHÖNE ORTE IM WRG

WRG Stadtteilfest – Herrliches Frühlingswetter, viele nette Leute, bunte Stände, und einer davon ist vom Bezirksrat. Und der verteilte hübsche Postkarten, auf denen man zwei Fragen beantworten konnte:
Ersten: Um was soll der Bezirksrat sich kümmern?
Zweitens: Wo sind schöne Orte im WRG, an denen man sich gern aufhält?
Zur ersten Frage: Ja, wir kümmern uns!
Zur zweiten Frage: Diese Orte sind einfach zu schön, um sie nicht zu zeigen! Die Bezirksratsmitglieder Gudrun Beckner und Edith Grumbach-Raasch haben sich daher auf den Weg gemacht, um die schönen Orte zu fotografieren. Hier eine Auswahl:
Text und Fotos:
G. Beckner, E. Grumbach-Raasch

SCHÖNE ORTE IM WRG





Neues Projekt vom Theaterpädagogischen Zentrum

Ab September 2026 finden regelmäßige Austauschtreffen und kreative Workshops im Jugendzentrum Rotation statt. Der Spielraum TPZ, das Theaterpädagogische Zentrum für Braunschweig und die Region e.V., bietet Workshops wie Theater, Tanz oder Grafitti unter Leitung von professionellen Künstler*innen an.

Alle ab der 5. Klasse sind herzlich eingeladen vorbei zu kommen und mitzumachen. Auch Jugendliche, die nicht direkt in der Wesstadt wohnen sind herzlich willkommen.

Das Projekt bietet die Möglichkeit andere Jugendliche kennenzulernen und im Mai 2027 etwas eigenes auf die Bühne zu bringen!

„create west“ beschäftigt sich auf kreative Weise mit unserem Zusammenleben in der Demokratie. Neben der Arbeit in Workshops und in regelmäßige Gruppentreffen sollen Gedanken analog und auch digital geteilt werden.

Los geht’s mit einem Theaterworkshop am Di. 08.09.2026 | 16:30-19:00 Uhr im Rahmen der #buntstadt Woche. Die weiteren Termine sind auf der Webseite des Spielraum TPZ zu finden. Dort gibt es auch die Möglichkeit sich zu einzelnen Terminen oder zum gesamten Projekt anzumelden. (www.spielraum-tpz.de)

Auf Instagram und TikTok gibt es weitere Infos und Einblicke ins Projekt: @spielraum_tpz

Kontakt zum Spielraum TPZ: mail@spielraum-tpz.de | Tel. 0531/61834500
Geschäftsstelle: Leonhardstraße 53, 38102 Braunschweig

Wir freuen uns auf dich!

create west ist ein Projekt des Spielraum TPZ e.V. in Kooperation mit dem Jugendzentrum Rotation. Gefördert von der Stiftung Niedersachsen im Rahmen des Förderprogramms „Agorai Kultur & Demokratie“. Die Koordination des Förderprogramms liegt beim Landesverband für Theaterpädagogik Niedersachsen.hops

Der Spielraum TPZ. Theaterpädagigisches Zentrum für Braunschweig und die Region e.V. bietet neben Workshops uns Projekten auch regelmäßige Tanz- und Theaterklubs an!

Kick-off für die nächste Season ist am 08.10.2026 um 16:30 Uhr im Probenraum in der Langen Straße 33, 38100 Braunschweig.

#kunsttour 2026

Zum 3. Mal findet die publikumswirksame #kunsttour, initiiert von bskunst.de Alternativer Kunstverein Braunschweig e. V., in Braunschweig und Umgebung statt. An zwei Wochenenden präsentieren sich rund 130 Künstler:innen an 51 Orten, und zwar am Sa., 26. + So. 27. SEPT (AREA 1) und Sa. 3. + So. 4. OKT (AREA 2) jeweils von 11 bis 18 Uhr.

Nördlich des Herzog Anton Ulrich-Museums (AREA 1) öffnen an 29 Orten Kreative ihre Ateliers, Werkstätten, Gärten oder Wohnungen und im Süden Braunschweigs (AREA 2) sind es 22 Adressen mit Kunst- und Kulturschaffenden. Zu sehen gibt es u. a. Malerei, Fotografie, Grafik, Holzarbeiten, Schmuck, Plastiken und Zeichnungen, aber auch Kalligrafie, Qigong, Live-Musik und Lesungen.

Vergleichbar mit der KLP (Kulturelle Landpartie im Wendland) bieten einige Orte der #kunsttour26 Workshops bzw. Führungen an oder die Teilnehmenden zeigen, wie ihre Werke entstehen. Bei manchen sind Kaffee und Kuchen im Angebot – eines gibt es überall gratis: Gespräche, Begegnungen und die unterschiedlichsten Eindrücke.

Ein übersichtlicher Katalog im Taschenformat sowie ein Klappflyer erleichtern die Orientierung. Vorab und währenddessen lässt sich komfortabel im Internet recherchieren unter www.kunsttour-braunschweig.de. Ein Tourenvorschlag des Fahrradclubs adfc, der viele Orte miteinander verknüpft, ist unter https://touren-termine.adfc.de. zu finden.

Am Fr., dem 25. SEPT veranstaltet bskunst.de ab 19 Uhr eine Party anlässlich der Eröffnung der #kunsttour26 im KufA-Haus am Westbahnhof 13. Am selben Abend feiern wir das 10-jährige Bestehen des Vereins. Mit Livemusik der Hamburger Band „The old Play – Probezeit“ ab 20 Uhr und anschließender Party mit den DJs von „Rille elf“ am Plattenteller.

bskunst.de

Ausstellung „Stubborn Hairs, Stubborn Roots“ im WRG Sensor

Das Haar wird hier zum Schlachtfeld, zum Archiv und zur Metapher. Jedes Haar, das darauf besteht weiterzuwachsen, jede Wurzel, die sich weigert, ausgelöscht zu werden, offenbart die Spannungen zwischen Zugehörigkeit, Begehren und ästhetischer Gewalt. In den Gemälden enthaart sich eine Frau und mit jeder Geste, in der sie das Sichtbare herausreißt, wird ihre Haut weißer. Der intime Schmerz der Haarentfernung verbindet sich mit der kulturellen Auslöschung: das Versprechen von „Reinheit“ und „Schönheit“ als Mechanismen der Whiteness. Ein weiteres Bild zeigt eine Frau mit vollem, lockigem Haar, das von mehreren weißen Händen berührt wird. Die Szene macht die exotisierende und gewaltsame Geste sichtbar, in der der Körper zum Objekt wird – ein Ort, an dem Projektionen und Machtverhältnisse eingeschrieben sind. Die Soft Skulpturen von Zöpfen treten als widerständige Körper auf: zugleich zerbrechlich und stark, sie erinnern an Traditionen, Erinnerungen und alltägliche Gesten, die sich dem Vergessen widersetzen.

In einem weiteren Bild erscheint ein Mädchen mit blond gefärbtem Haar, dessen braune Ansätze sichtbar bleiben. Das Bild zeigt die Unmöglichkeit, vollständig zu tilgen, was man ist: Die Wurzel kehrt immer wieder zurück, trotzig, sichtbar, beharrlich. Stubborn Hairs, Stubborn Roots spricht von dieser Hartnäckigkeit des Körpers und des Gedächtnisses. Von der Reibung zwischen den Versuchen

der Anpassung und den Spuren, die bestehen bleiben. Zwischen dem Intimen und dem Politischen zeigt sich das Haar als Symbol des Widerstands gegen koloniale und patriarchale Zwänge, die disziplinieren, aufhellen und homogenisieren wollen.

Ximena Ferrer Pizarro (1994* Lima) nutzt die Malerei als Werkzeug, um Geschichten zu erzählen, die Machtstrukturen herausfordern. Sie verbindet dabei Autofiktion, unmittelbaren Ehrlichkeit und die dramatisch-humorvolle Sprache der Telenovelas. Ihre sensiblen und energiegeladenen Szenen zeigen Figuren, die den Betrachter*innen direkt in die Augen sehen: einige weinen, andere genießen das Leben furchtlos, doch die meisten kämpfen um eine Sichtbarkeit, die ihnen historisch verweigert wurde. Mit einer persönlichen, unverblümten Irrverrenz konfrontiert ihre Arbeit Klassenhierarchien und die tiefen Wunden, die der Kolonialismus in die Körper einschreibt. Ihre Werke gehen über den lateinamerikanischen Kontext hinaus und behandeln universelle Themen wie konservative Familienstrukturen, koloniales Trauma und intersektionalen Feminismus. Darin erscheinen anthropomorphe Figuren, die ihre eigenen Geschichten erzählen – hart, schräg und lustig.

Ximena studierte Malerei an der Kunsthochschule Berlin-Weißensee und an der UNAM (Mexiko). Ihre Arbeiten wurden international gezeigt, unter anderem im KINDL – Zentrum für zeitgenössische Kunst (Berlin), in der Galería Jorge López (Valencia), in der Galerie im Tempelhof Museum, der Kunsthalle Mannheim und bei alpha nova & galerie futura und mit der Fundación Sandretto (Madrid). Ihre Werke befinden sich in den Sammlungen der Berlinischen Galerie, des Berlin Museums und der Kunsthalle Mannheim.

11. September 2026 – 04. Oktober 2026. Ausstellungseröffnung: 11. September ab 18:00 Uhr

Öffnungszeiten: Mittwoch & Sonntag jeweils 15:00 bis 19:00 Uhr
WRG SENSOR: Jahnstraße 8a, 38118 Braunschweig
Weitere Informationen zum Programm findet ihr auf unserer Website und Instagram: www.wrgstudios.de, @wrgstudiosbs

Nachbarschaftshilfen im Westlichen Ringgebiet
Unterstützung für ältere und hifsbedürftige Menschen, Information und Beratung

Für den nördlichen Teil des Westlichen Ringgebietes und Ölper:
Petra Karls
Triftweg 73, 38118 Braunschweig
Tel.: 0531 - 2 56 57 - 50 Mail: Petra.Karls@ambet.de
Mo + Mi 9:00 - 12:00, Do 14:00 - 16:00

Für den südlichen Teil des Westlichen Ringgebiets, Gartenstadt und Rüningen:
Susanne Kurz
Frankfurter Str. 18, 38122 Braunschweig
Tel.: 0531 - 89 18 83 susanne.kurz@awo-kv-bs.de
Di + Do 9:00 - 12:00

Stadtteilrundgang trotzt großer Hitze

Trotz Temperaturen von mehr als 35 Grad nahmen am 25. Juni 2026 insgesamt 13 Interessierte an einem Stadtteilrundgang teil. Unter fachkundiger Leitung von Klaus Hoffmann startete die Gruppe an der Ferdinandbrücke und erhielt Einblicke in verschiedene Orte und Geschichten des westlichen Ringgebiets.

Zu den Stationen gehörte unter anderem das ehemalige Judenhaus in der Ferdinandstraße, dessen Geschichte den Teilnehmenden nähergebracht wurde. Anschließend warf die Gruppe einen Blick in die Michaeliskirche. Eine willkommene Erfrischung bot ein Zwischenstopp im queeren Zentrum „Onkel Emma“, wo die Besucherinnen und Besucher bei einem kalten Getränk außerdem mehr über die Geschichte des Zentrums und des VSE e.V. erfuhren.

Zum Abschluss führte der Rundgang unter und hinter die alte Stadtmauer. Dort bot sich den Teilnehmenden ein besonderer Blick auf den alten Wehrturm.

Nach Einschätzung der Organisatoren war es trotz der großen Hitze ein gelungener Rundgang. Bei kühleren Temperaturen soll die Veranstaltung erneut angeboten werden – dann auch in einer ungekürzten Fassung.

Michael Johannes
Für den Stadtteilladen Neustadtring

#buntstadt - Demokratiewoche auch im WRG

Woche der Demokratie 2026
Am 15. September ist der internationale Tag der Demokratie, der 2007 von der Generalversammlung der Vereinten Nationen ins Leben gerufen wurde, um die Grundsätze der Demokratie zu fördern und aufrecht zu halten. Letztes Jahr haben wir in Braunschweig gemeinsam diesen Tag genutzt, um mit 28 Initiativen ein buntes Programm auf die Beine zu stellen, um das buntstadt-Motto „Zeit für Demokratie – gegen Hass und Hetze“ lebendig zu machen.

Wir sehen noch immer die Notwendigkeit, dass sich möglichst viele für unsere Demokratie und unsere gemeinsamen Werte einsetzen. Deshalb möchten wir dieses Jahr an den Erfolg von 2025 anknüpfen und mit euch gemeinsam eine Woche der Demokratie gestalten.

Lasst uns gemeinsam klare Kante gegen Hass, Rassismus, Antisemitismus und jede Art von Ausgrenzung und Menschenfeindlichkeit zeigen.

Termine im WRG:
4. September
15:00 - 18:00 Uhr
Hausfest- und Nachbarschaftsfest im Quartierszentrum - Mütterzentrum Braunschweig e. V./ MehrGenerationenhaus

7.–11. September
jeweils 11:00–13:30 Uhr – Internationaler Mittagstisch mit kulinarischen Spezialitäten aus verschiedenen Ländern im Café des Mütterzentrums

7.–11. September
jeweils 16:00–17:30 Uhr
Projektwoche mit Aktionen zum Thema Kinderrechte - Mütterzentrum Braunschweig e. V./ MehrGenerationenhaus

7.–11. September
jeweils 11:30–14:00 Uhr Gemeinsam genießen – Vielfalt auf dem Teller, Begegnung am Tisch - Diakonietreff Madamenhof

7. September
10:00 - 17:00 Uhr
Workshop: Machtvoll Verändern – Umgang mit Macht und Privilegien in „hierarchiefreien Projekten“ - ARTVERWANDT Gemeinschaftlich Wohnen

9. September
14:30 - 17:00 Uhr
Grußkarten und Geschenktütchen basteln - Mütterzentrum Braunschweig e. V./ MehrGenerationenhaus

11. September
11:00–13:00 Uhr – Frankfurter Platz
Demokratie im Alltag – Demokratie feiern - Ambet e.V./ Glücksquelle

ANGEBOTE IM STADTTEIL

VERANSTALTUNGSKALENDER September 2026

TERMINE

Di 01.09.	10:00 – 12:00	**Das Jobcenter im Quartierszentrum**
Mi 02.09.	19:30 – 21:30	**Vätertreff** – Wilde Väter
Fr 04.09.	15:00 – 18:00	**Haus- und Nachbarschaftsfest** (am Vormittag bleibt das Haus geschlossen.)
Mo 07.09. - Do 10.09.		**„Kinderrechte" – Projektwoche im Kinderzimmer** (zu den Öffnungszeiten)
Do 10.09.	12:00 – 14:00	**Allgmeine Sozialberatung**
	14:00 – 16:00	**Schwangerenberatung**
Sa 12.09.	10:00 – 11:30	**Starke Kinder** - Selbstverteidigung (Gruppe 2)
So 13.09.	15:00 – 16:30	**Starke Kinder** - Selbstverteidigung (Gruppe 1)
Sa 19.09	11:00 – 12:30	**Wald- und Wiesenabenteuer** - Kannst du die Tiere Hören? (Für Kinder von 5-7 Jahren in Begleitung eines Erwachsenen; Anmeldung unter info@muetterzentrum-braunschweig.de)
So 20.09.	14:00 – 16:30	**Frauenkleiderbörse** (Tischgebühr 7€ für Nicht-Mitglieder Anmeldung unter info@muetterzentrum-braunschweig.de oder 0531-895450) ES SIND NOCH PLÄTZE FREI!
Mo 21.09.	15:00 – 17:00	**Wunschgroßelternstammtisch**
Fr 25.09.	15:00 – 18:00	**20 Jahre Wunschgroßeltern**
Sa 26.09.	10:00 – 11:30	**Starke Kinder** - Selbstverteidigung (Gruppe 2)
Mo 28.09. - Do 01.10.		**„Erntedank" – Projektwoche im Kinderzimmer** (zu den Öffnungszeiten) (Die Projektwoche endet mit einem Erntedank-Picknick am 01.10. um 16:00 Uhr)
Mo 28.09	15:30 – 17:30	**Kreative Geschichtenzeit –** mit Kinderbuchautorin Mirjam Jasmin Strube
Di 29.09.	18:00 – 20:00	**Netzwerk Gemeinsam Wohnen-Treffen**

REGELMÄSSIGE GRUPPEN

Mo	*vormittags*	**Internationaler Spielkreis**
Mo	15.00 – 17.00	**StrickCafé**
Mo	16.00 – 18.00	**Kreativkurs für Seniorinnen/Senioren und Kinder** (mit Anmeldung)
Mo	16:00 – 18:00	**Schreibwerkstatt Gruppe 1** (jeden 2. und 4. Mo im Monat) (mit Anmeldung)
Di	15:30 – 16:30	**Starke Kinder Coaching** – Gruppe 1 (14-tägig)
	16:45 – 17:45	**Starke Kinder Coaching** – Gruppe 2 (14-tägig)
Di + Mi	14.00 – 18.00	**Lernförderung** (nach Anmeldung)
Di + Do	10.00 – 11.30	**Babygruppe** – Nina Schenk (Tel. 89 54 50)
Mi	10:30 – 12:00	**Digitale Hilfen an Handy und Tablet für Senioren**
Mi	16:00 – 18:00	**Kunstkoffer** (19.08. - 23.09.)
Mi	16:00 – 18:00	**Rucksack-Kita** (ab 23.09.)
Do	11:00 – 12:00	**Spaziergang auf dem Ringgleis** – Begegnung mit Bewegung
Do	15:30 – 17:30	**Sprachcafé** – Für Erwachsene, die ihre Deutschkenntnisse anwenden möchten
Fr	09:30 – 11:00	**Digitale Hilfen an Handy und Tablet für Senioren**
Fr	10:00 – 11:30	**Offener Spiel- und Singkreis im Kinderzimmer**
Fr	14:00 - 18:00	**Inklusives Kreativangebot zur Sinnesförderung –** (jeden letzten Fr im Monat)
Fr	15:00 – 17:00	**Kreativkurs für Seniorinnen/Senioren und Kinder** (mit Anmeldung)
Fr	15:30 - 17:30	**Schreibwerkstatt - Gruppe 2** (jeden 1. und 3. Fr im Monat) (mit Anmeldung)
n.n.	15:30 – 17:00	**Heilpädagogische Eltern-Kind-Gruppe** (auf Nachfrage)

MEHRGENERATIONENHAUS MÜTTERZENTRUM BRAUNSCHWEIG e.V.

ÖFFNUNGSZEITEN
ALLGEMEIN
Mo-Do 9-18 Uhr, Fr 9-13.30 Uhr
SECONDHAND
Mo-Do 10-17 Uhr, Fr 10-13.30 Uhr
KINDERBETREUUNG
Mo-Do 9-12.30 Uhr und 14.30-18 Uhr, Fr 9-12 Uhr

Hugo-Luther-Str. 60A,
38118 Braunschweig,
Telefon 0531 - 89 54 50

info@muetterzentrum-braunschweig.de www.muetterzentrum-braunschweig.de

ANGEBOTE IM STADTTEIL

MITTAGSTISCH
September 2026

6,00€–7,50€
MITTAGSTISCH
Mo–Do 12.30–13.30 Uhr
Fr 12.00–13.00 Uhr

Di	**01.09.**	**Fisch gebraten mit Beilage - 7,50€** *(1,3,4)*
Mi	**02.09.**	**Hähnchenragout mit Beilagen** *(Allergene s. Aushang)*
Do	**03.09.**	**Große Frikadelle mit Beilagen** *(1,3,6,7,11)*
Fr	**04.09.**	**kein Mittagstisch - Hausfest**
Mo	**07.09.**	**Türkisch: Pide mit Salat** *(Allergene s. Aushang)*
Di	**08.09.**	**Deutsch: Matjes mit Pellkartoffeln, Beilage - 7,50€** *(1,3,4,7)*
Mi	**09.09.**	**Griechisch: Bifteki mit Pommes, Tomatenreis und Krautsalat** *(Allergene s. A..)*
Do	**10.09.**	**Polnisch: Bigosch mit Kartoffeln, Beilage** *(Allergene s. Aushang)*
Fr	**11.09.**	**Schwedisch: Köttbullar mit Erbsen, Kartoffelbrei und Preisselbeeren**
Mo	**14.09.**	**Veggie-Tag: Gemüselasagne** *(Allergene s. Aushang)*
Di	**15.09.**	**Fisch gebraten mit Beilage - 7,50€** *(1,3,4)*
Mi	**16.09.**	**Hühnerfrikassee mit Gemüse, Reis oder Kartoffeln** *(Allergene s. Aushang)*
Do	**17.09.**	**Jägerschnitzel mit Beilagen** *(1,3,6,7,10)*
Fr	**18.09.**	**Grilltag: Bratwurst, Schweinesteak, Hähnchensteak, Salat** *(1,9,10)*
Mo	**21.09.**	**Veggie-Tag: Linsenköfte mit Beilage** *(Allergene s. Aushang)*
Di	**22.09.**	**Fisch gebraten mit Beilage - 7,50€** *(1,3,4)*
Mi	**23.09.**	**Nürnberger Würstchen mit Sauerkraut, Kartoffeln** *(1,3,6,7,9,11)*
Do	**24.09.**	**Hähnchen-Cordon bleu mit Beilagen** *(1,3,6,7,9,11)*
Fr	**25.09.**	**Spaghetti Bolognese (Fleischsoße)** *(Allergene s. Aushang)*
Mo	**28.09.**	**Veggie-Tag: Spinat mit Spiegelei und Kartoffeln** *(1,3,7)*
Di	**29.09.**	**Fisch gebraten mit Beilage - 7,50€** *(1,3,4)*
Mi	**30.09.**	**Cevapcici mit Tomatenreis, Beilage** *(1,9,10)*

Jeden Mittwoch: große Currywurst mit Pommes und Salat (7,00 €) – bitte vorbestellen!

Änderungen vorbehalten!

BITTE DAS MITTAGESSEN BIS EINEN TAG VORHER BESTELLEN.
Weiterhin können Sie Ihr Essen auch mitnehmen.

Allergene:

1 Gluten	6 Soja	11 Sesam
2 Krebse	7 Milch	12 Schwefeldioxid und Sulfite
3 Eier	8 Schalenfrüchte	13 Lupinen
4 Fisch	9 Sellerie	14 Weichtiere
5 Erdnuss	10 Senf	

MÜTTER ZENTRUM BRAUNSCHWEIG e.V.

Hugo-Luther-Str. 60A,
38118 Braunschweig,
Telefon 0531 - 89 54 50

info@muetterzentrum-braunschweig.de www.muetterzentrum-braunschweig.de

SPRACHCAFÉ IM MÜTTERZENTRUM

DONNERSTAGS 15.30 - 17.30 UHR IM CAFÉ

Wir üben Deutsch!

FÜR ALLE ERWACHSENE
die ihre Deutschkenntnisse anwenden, üben oder erweitern möchten

MÜTTERZENTRUM BRAUNSCHWEIG HUGO-LUTHER-STR.60A 38118 BRAUNSCHWEIG

DIGITALE HILFEN
an Tablet und Handy – für Jede*n

mittwochs 10.30 - 12.00 Uhr und freitags 9.30 - 11.00 Uhr
keine Anmeldung nötig

mit Sergei Graf und Carsten Mehrtens

Die neue Technik stellt uns immer wieder neue Herausforderungen. Wir sind da, wenn Sie sich unsicher fühlen und Fragen im Umgang mit Mobilgeräten haben.
Kommen Sie einfach vorbei oder melden Sie sich auch gerne unter: digitales@muetterzentrum-braunschweig.de oder Tel. 0531-89 54 50

MÜTTERZENTRUM BRAUNSCHWEIG HUGO-LUTHER-STR. 60A 38118 BRAUNSCHWEIG

LEBENS-ENERGIE

Ab 17.04.26 jeden Freitag von 9 - 10 Uhr im Mütterzentrum

- Atemübungen und Stressabbau
- Muskelaktivierung und - Entspannung
- leichte Dehn- und Tanzübungen
- Meditation

Trage bequeme Kleidung, bring Wasser zum Trinken, Anti-Rutsch-Socken, Handtuch oder Yogamatte mit. Das Angebot ist kostenlos. Ohne Anmeldung

Mütterzentrum Braunschweig | Hugo-Luther-Str. 60A | 38118 Braunschweig

Kreativkurs für Seniorinnen / Senioren und Kinder

Schmuck basteln & Diamantbilder gestalten

Haben Sie Lust, etwas Neues auszuprobieren?

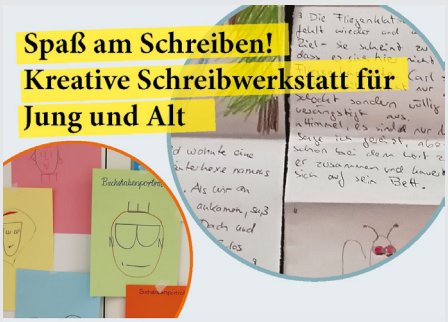
In gemütlicher Runde können Sie einander kennenlernen und zusammen basteln, malen und Vieles mehr.

Montags 16.00 Uhr oder Freitags 15.00 Uhr
Hugo-Luther-Str. 60A
0531 – 89 54 50

Hybrid ALT und JUNG

Das Projekt „Hältung: Hybrid alt und jung" wird im Rahmen des Programms „Bildung und Engagement ein Leben lang" durch das Bundesministerium für Bildung, Familie, Senioren, Frauen und Jugend und durch die Europäische Union über den Europäischen Sozialfonds Plus (ESF Plus) gefördert.

Spaß am Schreiben!
Kreative Schreibwerkstatt für Jung und Alt



Wer?	Kinder von zehn bis zwölf Jahren und Erwachsene ab 60 Jahren Leitung: Uta Löffler, Schreibtrainerin
Was?	Spaß haben, über gemeinsame Themen schreiben, die Lebenswelten der anderen kennenlernen
Wie?	Spielerische Impulse, Austausch, Anregungen zu kleinen erzählenden Texten oder Gedichten
Wann?	Voraussichtlich ab März 2026, montags 16:00 – 18:00 Uhr
Wo?	Im Mütterzentrum/Mehrgenerationenhaus, Hugo-Luther-Straße 60a, Braunschweig
Wie teuer?	Die Teilnahme ist kostenlos

Infos und Anmeldungen: Tel. 0531/89 54 50 oder bell@muetterzentrum-braunschweig.de

Hybrid ALT und JUNG

ANGEBOTE IM STADTTEIL

Neue Yoga-Kurse
im Kufa Haus – ab 09.09.2026

Ruhe finden. Kraft tanken. Balance spüren.

KURSZEITEN
- Mittwochs 18:00–19:00 Uhr
- Mit Lili (Yogalehrerin)

KOSTEN
- Mitglieder: € 30
- Nichtmitglieder: € 96
- 10 Kursstunden

WO?
Kufa Haus
Westbahnhof 13
38118 Braunschweig

T.S.V. GERMANIA LAMME e.V.

ANMELDUNG BEI
Nadine Birkows · Mobil: 0176 4651 4261
E-Mail: nadine.birkow@tsv-lamme.de

PROGRAMM KUFA HAUS

03.09. Bo Müller Liedermacherei | 20:00 Uhr	**18.09. She/Unveiled** w/Alya & Marco | 20:00 Uhr
10.09. Blaues Wunder Rock n' Blues Pop | 20:00 Uhr	**24.09. Jane & Fargo** Krautrock | 20:00 Uhr
12.09. [SIC] Party Metal, Punk, Alternative | 21:00 Uhr	**25.09. bskunst** 10 Jahre Party & Konzert | 19:00 Uhr
17.09. Burgerbuffet All You Can Eat | 18:00 Uhr	**26.09. KufA Haus Klub** Relaxed abtanzen | 20:00 Uhr
17.09. She/Unveiled Flamenco Radical | 20:00 Uhr	**27.09. Tanzcafé** Back to 1988 | 15:00 Uhr

ACHTUNG! Die BEWEGBAR jetzt immer am Mittwoch!
Tischtennis, Kalorien für ALLE, Jonglage, Workshops, Aktionen...

KufA Haus · Soziokulturelles Zentrum
Jetzt schnell Tickets kaufen!
Westbahnhof 13 · Braunschweig · https://kufa.haus · tickets.kufa.haus

bskunst.de
Alternativer Kunstverein Braunschweig e. V.

Veranstaltungen SEPTEMBER 2026

Jahnstraße 8 a, 38118 BS
Kunstvermittlung, *öffentlich und kostenlos*
Jeden Mi. und Do. 15–17 Uhr
Gestalten & offenes Atelier mit Ewald Wegner
Jeden FR. 16–18 Uhr
Aquarellieren mit Thomas Daub (0151 1646 7913) und Karin Köhne
Ausstellungsräume sind während der Kunstvermittlungszeiten geöffnet!

Séparée, Böcklerstraße 7, 38102 BS
bis 22. SEP
„Studio 31 stellt sich vor"
Ausstellung: Fotostudio 31

Die Fotograf:innen Andres - Birgit - Christina - Petra - Vivien teilen sich seit 2025 ein eigenes Studio. Sie fotografieren regelmäßig im Team und erproben neue Techniken und Kompositionen.
Weitere Infos: *https://www.studio31-bs.de/*
Öffnungszeiten mit Anwesenheit der Fotograf:innen:
1.9. | 8.9. | 15.9. jeweils von 18–20 Uhr *Finissage:* 22.9. ab 16 Uhr

Foyer, Ernst-Amme-Straße 24, 38114 BS
bis 20. SEP
Öffnungszeiten: täglich von 9–16 Uhr

Plakatausstellung: 10 Jahre bskunst.de
Ein Jahrzehnt im Rückblick. Ausgestellt werden Veranstaltungen & Pressetexte in Plakatform der letzten 10 Jahre.

10 Jahre bskunst.de Sonderausstellungen

KufA Haus, Westbahnhof 13, 38118 BS
Freitag, 25. SEP
Große Eröffnungsparty ab 19 Uhr
zum Jubiläum ***10 Jahre*** **bskunst.de**
und Auftakt zur **#kunsttour26**
Live u. DJs: The old Play und Rille Elf
Die Besucher der #kunsttour26 können sich auch in diesem Jahr wieder die Werke von über 130 Kulturschaffenden an verschiedenen Orten ansehen.

EINTRITT FREI !

#kunsttour26
#kunsttour im Norden BS
AREA 1 - NORD 26./27. SEP
ORTE: 1 – 29
Sa. und So. von 11 bis 18 Uhr
Aussteller:innen und Infos:
https://www.kunsttour-braunschweig.de/kunsttour26-orte-area-1

#kunsttour im Süden BS
AREA 2 - SÜD 3./4. OKT
ORTE: 30 – 47
Sa. und So. von 11 bis 18 Uhr
Aussteller:innen und Infos:
https://www.kunsttour-braunschweig.de/kunsttour-orte-area-2

Tage der offenen Türen Braunschweig und Umgebung

ADFC: Mit dem Fahrrad zur Kunstszene!
https://touren-termine.adfc.de/radveranstaltung/195731--kunsttour26-mit-dem-fahrrad-zur-kunstszene

KULTFENSTER, Friedrich-Wilhelm-Straße 4, 38100 BS
bis 28. SEP
- Fensterausstellungen-

Thorsten Maikowski

Thorsten Machens

www.bskunst.de | facebook.com/ | instagram.com/ | www.kunsttour-braunschweig.de

WRC SOLIDARISCH

Kostenlos & ohne Anmeldung!

Nachbarschaftsküche
Jeden 1. Dienstag im Monat
Frankfurter Str. 18.
Kochen 17:00 Uhr, Essen 18:30 Uhr, kostenlos und vegan

Nachbarschaftscafé
Jeden 3. Dienstag im Monat
Frankfurter Str. 18.
17:00 Uhr

Frauen*treff
Jeden 2. Donnerstag im Monat um 18:00, Glücksquelle, Frankfurter Platz/Ecke Bergfeldstr.

CLEAN UP YOUR KIEZ

MONATLICHER CLEAN-UP
JEDEN 1. SONNTAG IM MONAT

Nicht mein Müll, aber UNSER Planet!

14 UHR AM PLATZ VOR DER HBK

Sei dabei und lasst unser westliches Ringgebiet nicht nur schöner werden, sondern auch umweltfreundlicher! Bringt mit: Handschuhe, ggf. Greifzange.

Ort: Johannes Selenka Platz 1 | 38118 BS

Anzeige

Ingo Schramm für den Rat der Stadt & Michael Föllner für den Stadtbezirksrat 310

Gemeinsam stark für das Westliche Ringgebiet und die Gartenstadt

Kommunalwahl am 13.9.2026 - kontakt@freie-demokraten-bs.de

Freie Demokraten FDP

TauschBar

Chemnitzstraße 7(Nähe Jakobi-Kirche)

Öffnungszeiten:

Dienstag und Donnerstag 15 bis 17 Uhr

Im Tauschladen des gemeinnützigen Vereins Transition Town Braunschweig e.V. können Dinge getauscht, für eine Weitergabe abgegeben, oder auch gegen eine kleine Spende mitgenommen werden.

Kontakt zum Projekt: tauschbar@tt-bs.de

ANGEBOTE IM STADTTEIL

FREIUND GLEICH **Ausstellung** in St. Michaelis
vom **24.08.-20.09.**
täglich **10-18** Uhr

So. 23.08. | 17.00 Uhr: Eröffnung

Die Ausstellung wird mit Beiträgen von Oberkirchenrätin Sabine Dreßler, Türkân Deniz-Roggenbuck u.a. eröffnet.

So. 30.08. | 17.00 Uhr: Konzert

Die Braunschweiger Musiker Hans W. Fechtel und Arndt Gutzeit präsentieren ein Konzert mit “Demokratischen Liedern aus 200 Jahren”.

So.06.09. | 15.30 Uhr: Podiumsdiskussion

Die Oberbürgermeisterkandidat:innen diskutieren auf dem Podium über das Grundrecht auf “Wohnen” und ihre Visionen für eine lebenswerten Stadt für alle.

Do. 10.09. | 14.00 Uhr: Stadtteilkonferenz

Die Stadtteilkonferenz aus dem südlichen Westlichen Ringgebiets tagt in regelmäßigen Abständen und bringt dabei Menschen und Institutionen zusammen.

EMMAUS-KIRCHE

Gemeindebüro
Anne-Katrin Hanke
Muldeweg 5
38120 Braunschweig

Tel. 0531/84 18 80
Di, Do, Fr 10-12 Uhr
Mi 16-18 Uhr
weststadt.bs.buero@lk-bs.de

www.emmaus-braunschweig.de

0531/86 09 00
christine.stelling@lk-bs.de
Pfn. Christine Selling

0531/ 42 66 3
jakob.timmermann@lk-bs.de
Pf. Jakob Timmermann

ST. MARTINI
ST. JAKOBI
AUFERSTEHUNGS-KIRCHE

MARTINI ZU DRITT

Gemeindebüro
Kerstin Göddemeyer
Monique Manzei
Karin Hopert
Eiermarkt 3
38100 Braunschweig

Tel. 0531/82 834
Mo, Do 10-12 Uhr
Mi 16-18 Uhr
martini.bs.buero@lk-bs.de

www.martini-kirche.de
www.jakobi-bs.de

0531/82 83 4
vanessa.viehweger@lk-bs.de
Pfn. Dr. Vanessa Viehweger

0531/82 83 4
anne-lisa.amoussoulk-bs.de
Pfn. Anne-Lisa Amoussou

ST. MICHAELIS

Gemeindebüro
zur Zeit nicht besetzt
Termine nach Absprache
Tel. 0531/42 663
michaelis.bs.buero@lk-bs.de
www.st-michaelis-bs.de

0531/ 42 66 3
jakob.timmermann@lk-bs.de
Pf. Jakob Timmermann

EVANGELISCHE JUGEND PROPSTEI BRAUNSCHWEIG

Kinder– und Jugendarbeit
An der Katharinenkirche 4
38100 Braunschweig
lisa.schnute@lk-bs.de
www.staju.de

0163 / 74 14 701
lisa.schnute@lk-bs.de
Dkn. Lisa Schnute

MUSIK IM PFARRVERBAND

Kantor Hanno Schiefner
hanno.schiefner@lk-bs.de

0531/379 566 33

Kantorin Renate Laurien
renate.laurien@lk-bs.de

0531/50 80 27

ANGEBOTE IM STADTTEIL

Der Fahrrad-Doktor

Die mobile Fahrrad-Werkstatt

- Diagnose, Not-Operationen, Pflege-Dienst
- Kleinreparaturen, Pannenhilfe, Wartungsservice
- Tipps, Hilfe & allgemeine Beratung
- Gebrauchte Ersatzteile & Fahrräder

Sprechstunde & Service-Zeiten: 2026

nicht bei Unwetter

Dienstags 10:00 - 13:00 Uhr
Parkplatz am Stadtteilbüro / Hugo-Luther-Str. 60 A

Mittwochs 14:00 - 17:00 Uhr
Garten ohne Grenzen / Blumenstr. 20

AWO Garten ohne Grenzen Bunter Ring

Tanz

plankontor Stadt & Gesellschaft GmbH

Workshop mit Lucy

"Tanz ist die Kunst, die die Seele des Menschen am meisten bewegt" (Platon)

Alle Frauen sind herzlich willkommen, die Freude am Tanzen haben oder gemeinsam neue Tanzstile ausprobieren wollen.

Mit Musik, Tanz, Bewegung können wir nicht nur etwas für den Körper, sondern auch für die Seele tun.

Dabei können wir Stress abbauen, unser Selbstbewusstsein stärken und andere Frauen kennenlernen.

Wo: Im Saal des Quartierzentrums Hugo-Luther-Str. 60a 38118 Braunschweig

Wann: Immer donnerstags von 10:00 - 11:00 Uhr

Leitung: Luciana Marques-Kraft (Lucy)

Brauchen Sie mehr Infos? Kontaktieren Sie uns gern unter stadtteilbuero@plankontor-bs.de

join & connect

für jeden Vogel was dabei

Du möchtest neue Leute kennenlernen, dich austauschen, gemeinsam kochen, spielen, Kaffee trinken, quatschen... und bist zwischen 18-27 Jahre alt?

DANN KOMM VORBEI!

jeden Dienstag von 17-21 Uhr

join_and_connect
www.join-and-connect.de
im freiraum, Goslarsche Str. 5, 38118 BS

Heinrich V.

im Quartierszentrum Hugo-Luther-Str. 60a

Heinrich der Lastenlöwe

kostenfreie Lastenräder für Braunschweig

registrieren + buchen unter
https://www.heinrich-der-lastenloewe.de

Du brauchst ein Kinderfahrrad?

- AntiRost leiht es dir für ca. 1 Jahr aus
- dann gibst Du es zurück
- und bekommst die nächste Größe.
- Mehr Informationen dazu bei:

ANTI ROST

AntiRost Braunschweig e.V.,
Kramerstr. 9 A, 38122 Braunschweig
Tel. 0531/88617766
immer mittwochs von 10 bis 13 Uhr

KOSTENLOSE HAUSAUFGABEN HILFE

IM JUGENDZENTRUM DRACHENFLUG

FÜR WEN ?

Für alle Kinder aller Schulformen bis zur 7. Klasse, die Unterstützung bei ihren Hausaufgaben benötigen.

WAS BIETEN WIR AN ?

- Unterstützung bei den täglichen Hausaufgaben
- Hilfe beim Verstehen von Aufgabenstellungen
- Förderung von selbstständigem Arbeiten
- Ein ruhiges Lernumfeld
- Ansprechpartner*innen bei Fragen oder Unsicherheiten

MONTAG BIS DONNERSTAG 14.00 bis 15.00

Frankfurter Straße 253 0531 801937 Drachenflug@pptz.de

Kunstverein Jahnstraße e.V.

Kunst-Koffer und Kunst-Werkstatt

Draußen, kostenfrei und ohne Anmeldung

An *2 wöchentlichen Haltestellen* im öffentlichen Raum können Kinder und Jugendliche kostenfrei und ohne Anmeldung vorbeikommen und unter künstlerischer Begleitung ihre eigenen Ideen verfolgen.
Außerdem beginnt Ende September die Workshop-Reihe „Feuer & Ton" für jung und alt. Wir machen gemeinsam Feuer und bauen Feuerfiguren aus Streichhölzern und Ton. Wir zeichnen mit Kohle und Licht und brennen vorher gestaltete Ton-Objekte im eigenen Brennofen.

KUNST-KOFFER
Spielstube, Hebbelstraße
3.09, 10.09, 24.09, 1.10
donnerstags von 16–18 Uhr
Außer 17.09.2026:
Gesundheitsfest, Frankfurter Platz

Quartierszentrum, Hugo-Luther-Straße
2.09, 9.09, 16.9, 23.9
mittwochs von 16–18 Uhr

KUNST-WERKSTATT „FEUER & TON"
Kunstverein, Jahnstraße 8a
30.09.–25.11.2026
mittwochs von 16–17:30 Uhr

Kontakt
Kunstverein Jahnstraße e.V.
Kunst-Werkstatt (Jahnstraße 8a)
Tel: +49 170 788 28 69
werkstatt@kunstverein-jahnstrasse.de
www.kunst-koffer-braunschweig.org

Ermöglicht durch: Verfügungsfonds Westliches Ringgebiet, BBG, Braunschweigische Sparkassenstiftung, geniaLab, Niedersächsische Lotto-Sport-Stiftung, Pingel-Bredemeier-Stiftung treuh.verwaltet durch Bürgerstiftung Braunschweig, Stadt Braunschweig Fachbereich Kultur und Wissenschaft, Stiftung Braunschweigischer Kulturbesitz

Ab 01.02.2026

fair in Braunschweig

Welt-Laden

Fair in Braunschweig e.V.

LÄNGERE ÖFFNUNGSZEITEN

Öffnungszeiten
Dienstag, 14.00 bis 19.00 Uhr
Donnerstag, 14.00 bis 19.00 Uhr

NEULICH IM WESTEN

028 Lasse dein Brot über das Wasser fahren

Olfaktorisch haben wir am Frankfurter Platz ja echt Glück: Je nach Wind weht mal der Maischeduft von der Wolfenbütteler Straße herüber und immer weckt das, was so angenehm aus der Milkau-Filiale herausdringt, mindestens Frühstückshunger. In dunklen Jahreszeiten bildet die Gebäckausgabe außerdem einen hellen Kontrastpunkt zur schwarzgrauen Umgebung, eine leuchtende Wärmequelle im düsteren Schmuddelwetter, und an warmen Tagen nutzen Kunden die Außenmöblierung, um dem wassersprudelnden Platz – im Frühjahr von pinken Blüten gekrönt – mit Kaffee und Kuchen noch mehr Leben zu verleihen.

Seit 15 Jahren arbeiten Ulrike und Bärbel zusammen in dieser Filiale, erstere ist sogar schon seit 20 Jahren dort eingesetzt. Das ist knapp länger, als ich dort wohne, also kenne ich es gar nicht anders als mit den beiden. Mein frühmorgendliches Aus-dem-Haus-Gehen unterbieten sie immer: „Wenn wir um halb sechs anfangen, sind wir um Viertel vor fünf hier“, sagt Ulrike gutgelaunt. Da klingelt noch nicht mal mein Wecker.

An so einem Ort ist man nun nicht einfach nur Verkäuferin: „Wir sind alles“, lacht Ulrike, „Fundbüro, Zwischenlager, Informationsquelle, Auskunft für den Bus, ‚wo kann ich parken‘“, und ergänzend zu Ambulanten Psychiatrischen Pflege von Ambet schräg gegenüber auch mal seelische Betreuung. Dort übrigens, an der Ambet-Ecke, war die Milkau-Filiale früher untergebracht, danach eine Spielothek. Wie diese erlebten die beiden Rüningerinnen so manche Veränderung am Platz: „Nebenan gab es die Gaststätte Marathon und einen Kiosk, da ist jetzt die Glücksquelle drin“, beginnt Ulrike. „Daggi ist an die andere Ecke gezogen, da war vorher ein Frisör“, Edeka hieß vorher NP mit Bäcker Schaper und davor Penny mit Bäcker Steinecke, das Greek Haus war jahrzehntelang das Gambit, das Café MokkaBär schloss, „der Asia-Imbiss wird eine Gaststätte“, Rubin getauft, Marktbeschicker Uli Vieth, der seinen Stand immer direkt vor Milkau errichtet hatte, ging in Rente und auch „der Platz wurde umgebaut“ – die beiden Frauen erlebten alles hautnah mit.

Noch etwas verändert sich: Die Kolleginnen sind keine mehr, denn Bärbel ging nun in den Ruhestand. „Sie war die beste Kollegin, die man sich vorstellen kann“, sagt Ulrike, und auch Bärbel schwärmt: „Es hat sehr viel Spaß gemacht, wir haben viel erlebt zusammen hier.“ Ulrike bleibt uns erhalten, eine neue Kollegin ist vorgesehen – und auch die Filiale hat eine Zukunft, denn der Mietvertrag wurde jüngst verlängert. Dann wird uns weiterhin der einladende Duft um die Nasen wehen und die Tür offen stehen für Gebäck und Gespräch.

Matthias Bosenick, Jahrgang 1972, wohnt seit 1999 in Braunschweig und seit 2013 am Frankfurter Platz, arbeitet hauptberuflich in der Pflege, nebenberuflich als Journalist und hobbymäßig als Festplattenunterhalter. Für die Neue Westpost engagiert er sich, weil er seine Liebe zum WRG gern mit anderen teilt.

www.krautnick.de

DIE NEUE WESTPOST AUF INSTAGRAM